

Ruimte maken in je geest

Overweging 9 december 2012 – Catrinus Mak

*“ ... In de wijk Slotervaart hier in Amsterdam
waren de spanningen zo’n 15 jaar geleden tussen allochtonen
en de autochtone bevolking erg groot.
Kerken en moskeeën zochten elkaar op.
Juist in de veronderstelling dat je vanuit religie
niet op zoek bent naar conflict,
maar naar ontmoeting en ontspanning ...”*

2^e zondag van de advent

Vredesvlucht¹¹ - Bijdragen aan vrede, een Initiatief van Pax Christi

Eerste lezing: Lucas 1:39-54

Tweede lezing: Uit het werk van Yuantong Liu

Inleiding en welkom

Goedemorgen en van harte welkom hier in deze viering in de Duif. Welkom als je hier geregeld komt, maar zeker ook een welkom aan mensen die hier nieuw zijn en ook aan de mensen van het interreligieus beraad uit Slotervaart.

U hebt het al gemerkt bij het aansteken van de kaarsen, het is vandaag de tweede zondag van de advent.

In deze advent zetten we stappen richting Kerst. We gaan op weg naar de geboorte van Christus, het licht der wereld. Waar het om gaat in deze viering, is hoe u en ik, en hoe we met elkaar, ons verder open kunnen stellen voor dat Licht.

Hoe maken we ruimte in onze Geest, voor dat licht?

We hebben een paar invalshoeken vandaag. In de eerste plaats de lezingen, waarin we zien hoe het licht van de Eeuwige doorbreekt. We horen de lofzang van Maria in Lucas en we lezen een modern genezingsverhaal uit een Chinese traditie.

Verder hebben we extra aandacht voor gebeden vandaag, dat wijst zich vanzelf in de liturgie.

Als laatste invalshoek staat er naast de adventskrans ook een duifje op het altaar.



¹ Vredesvlucht

Pax Christi heeft een simpel idee ontwikkeld voor kerken om aan vrede bij te dragen. Vier keer per jaar wijden we een viering aan een Vredesvlucht. We benoemen onze verbondenheid met een organisatie of persoon die aan vrede werkt, of van wie we graag zien dat hij dat nog veel meer zou doen.

Wij als Duif maken hiermee een statement: met deze groep, met dit initiatief, met deze persoon willen wij ons verbonden weten! Hier worden wij blij van! Of ook: deze persoon of groep wensen wij vredeswijsheid toe! De vredesvlucht staat voor een teken van betrokkenheid, van zorg of van gedeelde verantwoordelijkheid.

Deze staat symbool voor de Vredesvluchten waaraan we als Duif vanaf vandaag gaan deelnemen. Marc zal daar nog iets meer over zeggen.

De vlucht van de duif staat voor de Geest die haar weg zoekt in ons, en ook voor de duif van Noach die vruchtbaar land vond. Tijdens de viering wijden we de voorbeden aan de vrede en laat de voorganger weten waar de duif deze keer heen vliegt.

Straks maken we bekend naar wie vanuit ons de vredesduif dit keer vliegt. Komend jaar (2013) in februari, mei en september zullen we ook een zondag besteden aan de Vredesvluchten. Jullie kunnen er meer over lezen in het Groene Licht (pag. 4) dat vandaag uitkomt.

Laten we nu stil worden en ons opnieuw verbinden, met onze God, de krachtige en tedere.
Tweede lezing - uit het werk van Yuantong Liu

Concentratie

In 1997 was ik (Yuantong Liu) de eerste leraar die was uitgenodigd om als leraar Zhineng Qigong naar Tibet te komen, om daar les te geven. Er waren toen enkele Tibetaanse leraren, die woonden in China. En die vroegen mij enige klassen te starten in Changdu, Tibet. Ik vloog daar naar toe maar toen ik er aankwam, werd gezegd dat er geen mensen waren die les wilden volgen. Toen vroeg ik: "Zijn hier soms mensen die ernstig ziek zijn?"

Ze brachten me naar een vrouw, die al 3 maanden flink ziek was. Ze had diarree en was inmiddels zo verzwakt dat ze niet meer op eigen kracht naar de WC kon. We gingen rondom de vrouw zitten, zij met haar gezin. Ik vroeg een andere leraar om een handen op te leggen. Een op haar knie en de andere op haar onderrug op Mingmen (dat betekent de levenspoort).

Zelf legde ik een hand op haar andere knie en mijn andere ook op haar onderrug. We hielden haar zo 5 minuten vast, in diepe concentratie. We hielden het beeld voor ogen dat de ruggengraat helemaal open ging, om energie door te laten. Toen zeiden we tegen de vrouw dat ze moest opstaan. En dat ze moest gaan lopen, gaan hurken en ten slotte de trap op moest gaan. Tot verbazing van het hele gezin deed ze dat allemaal. Er stroomden veel tranen van geluk. En toen waren er wel mensen die Zhineng Qigong wilden gaan leren.

Overweging

Lieve mensen,

Fascinerend wat daar gebeurt in Lucas 1 met Maria en Elisabeth. Elisabeth, te oud om nog een kind te krijgen en Maria, te jong wellicht nog. In ieder geval niet getrouwd. Maar beiden raken ze in verwachting en dat verheugt hen beiden zeer. Zij hebben een bijzonder ontmoeting en Maria, de moeder van Jezus, zingt dan het loflied.

Hun mannen zitten er wat anders in. Jozef had Maria nog bijna verstoten zo bericht ons Matteüs. Zacharia. De man van Elisabeth, werd met stomheid geslagen, omdat hij niet in 1 keer kon geloven, dat zijn vrouw nog een kind zou krijgen.

Het lijkt erop, dat deze vrouwen meer ontvankelijk staan voor het licht, dan de mannen.

Elisabeth heeft vanaf het moment van de zwangerschap 5 maanden in afzondering geleefd. En nu komt Maria haar opzoeken. En beiden hebben een vergelijkbare ervaring: Ze zijn gezien door de Eeuwige. En Maria getuigt ervan door een lied te zingen. Mijn ziel maakt groot de Heer.

De eerste reactie van iemand uit de voorbereidingsgroep was: "ik geloof nooit dat Maria dit gezegd heeft". Ik denk dat dit klopt. Maria heeft dit niet gezegd, ze heeft het gezongen. Want het komt zo van binnenuit en is zo groots, dat kun je alleen maar via de gezongen stem tot uiting brengen. De grootsheid van de Onnoembare kun je misschien niet in gewone woorden vatten. Dan past het niet



binnen de redelijke logica. Maar als je zingt, dan maak je ruimte. Mensen van het koor zullen dat kunnen beamen. En door de Eeuwige groot te maken, ontstaat een energieveld, waarin grootse dingen kunnen ontstaan.

Ruimte scheppen

Ik trek dat even door naar het bidden. Straks zingen we: Omdat gij het zijt, groter dan ons hart, die mij hebt gezien, eer ik werd geboren. “ Voorbeden uit dit gezongen gebed en gebeden die we zelf inbrengen, worden door dit refrein omlijst. Dat is niet zomaar, maar als we Gods naam belijden, als wij hem grootsheid toedichten, dan kan er een krachtenveld ontstaan, waarin de intenties van de gebeden krachtiger worden en eerder uit komen. In de tweede lezing, die uit een boek over Qigong, kun je zien hoe dit principe werkt.

Het principe van ruimte scheppen in de geest, door aan het goddelijke grootsheid toe te dichten.

Een vrouw, die al een paar maanden nogal ziek is, zit vast. De familie treurt. Door een beeld te vormen van een perfecte ruggengraat, wordt ruimte alle ruimte gemaakt voor alle levensenergie. En door nog eens de handen op de goede plek te leggen, kan die energie de juiste werking krijgen.

Als westerlingen zijn we geneigd te denken dat iets pas waar kan zijn, als iets altijd werkt. En ik moet erkennen, ik heb een dergelijke genezing zo ongeveer voor mijn ogen zien gebeuren en het is zelfs dan erg moeilijk te bevatten.

Toch kan ik het krachtenveld voelen, als ik een kerk of andere religieuze ruimte binnen loop, waar veel gebeden wordt. En ik kan het voelen, als mensen zich in een kring open stellen voor het Goddelijke. En ja, wat is dat dan? Dat is iets wat vanuit de Ander op mij afkomt, een dragende energie, een dragende geest. En daarom blijf ik nieuwsgierig, naar dat Goddelijke, naar verruiming van mijn geest, om dat mysterieuze wonderlijke van degene die in de lofzang van Maria wordt bezongen, groot te houden.

Ontmoeting en ontspanning

Dat Goddelijke voor mogelijk houden is geen privé aangelegenheid of iets voor een soort hobby club. Daar is het interreligieus beraad Slotervaart een voorbeeld van. In de wijk Slotervaart hier in Amsterdam waren de spanningen zo'n 15 jaar geleden tussen allochtonen en de autochtone bevolking erg groot. Kerken en moskeeën zochten elkaar op. Juist in de veronderstelling dat je vanuit religie niet op zoek bent naar conflict, maar naar ontmoeting en ontspanning. En nu is er nog steeds een groep mensen van dit beraad, bestaande uit vertegenwoordigers van een aantal kerken uit de wijk en enkele moskeeën. Die telkens opnieuw concrete wegen zoeken, naar ontmoeting, vrede en gezamenlijk werken aan gerechtigheid onder mensen in de wijk.

Omdat Gij het zijt, groter dan ons hart zingen we dadelijk. Bidden we dadelijk.

Om ruimte te maken in onze geest, om het licht geboren te laten worden, daartoe is iets van overgave nodig. Een loslaten, een open gaan voor een mysterie dat buiten ons ligt. En dat we vervolgens langzaam mogen toe eigenen. En mogen uitreiken aan elkaar.

God geve dat.

Amen.

Gebeden uit de gemeenschap

God,

In de gekte van deze wereld,
waarin mooie dingen gebeuren
maar ook vreselijke
wil ik bidden voor rust
om ons niet te laten meeslepen
in kettingreacties van agressie



rust om vanuit wijsheid en respect te handelen.

Wij bidden u voor religieuze gemeenschappen in de wijken in Slotervaart, in Amsterdam allerlei plekken op deze wereld. Dat zij bronnen van vrede en verbinding mogen zijn.

Nodiging

Ik mag u allen van harte welkom heten om deel te nemen aan de maaltijd van Christus. Om te delen in brood en wijn. Brood en wijn als tekenen dat het Goddelijke in ons telkens opnieuw geboren kan worden en dat we dat met elkaar kunnen delen. Komt nu, want alles staat gereed.

Zegenbede

We hebben al heel veel gehoord en gezegd.
Het is een illusie te denken, dat je de dingen kunt grijpen
Waar het op aan komt is te leven vanuit licht en liefde
vanuit een diep besef dat je dat al bent.
Vragen we daartoe de zegen van de Krachtige en Tedere.

