

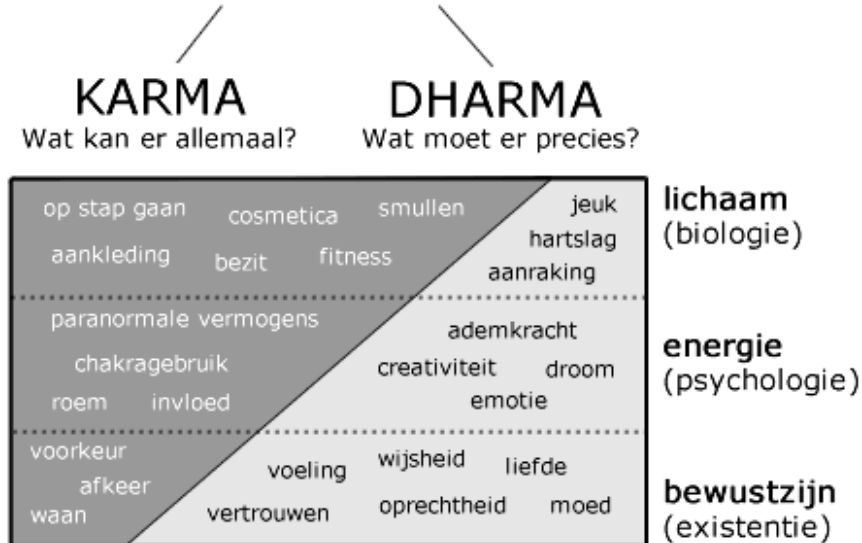


DOEN WAT JE KUNT OF DOEN WAT NODIG IS?

door Lieke van Dun

Een tijd geleden kwam tijdens de retraiteweek ter sprake dat er een verschil is tussen datgene doen wat allemaal kán (optioneel) en datgene doen wat móet (wetmatig). Toen we dit bekeken bleek een overgroot deel van onze activiteit en investering op te gaan in datgene wat allemaal kán. Hierin kwam naar voren dat er op de drie bestaansniveaus andere dingen kunnen en moeten. Zoals je kunt zien in de kan-moet-scan.

De kan-moet-scan



Opvallend is dat met name op vormenterrein (biologisch niveau), waarin we ons zo overvloedig begeven, eigenlijk maar heel weinig moet. Hoe zinvol is dan datgene wat we daar zoal doen als het een optioneel, vrijblijvend karakter heeft?

Het uitnodigende is dat wanneer de focus zich verlegt naar de moet-kant we in eerste instantie een verarming zullen ervaren, maar dat dit een noodzakelijke beweging is, een oefenen in terughoudendheid, om door te zakken naar de overvloed van potentie die heerst op bewustzijnsniveau.

Dit potentieel heerst nu ook al, maar doordat we zo afgeleid worden door onze preoccupatie met wat allemaal kán missen we datgene wat er gewoonweg ís, ofwel móet zijn.

Het idee dat het leven voorbij kan gaan met verzanding in opties terwijl de noodzakelijkheid van de bedoeling me ontgaat veroorzaakte een grondige verontrusting. Maar tegelijkertijd riep het weerstand op: 'ik móet toch niks?!'

Het werkelijk gaan navoelen van de betekenis van dit móeten leverde een verrassend besef op. Als iets móet, een wetmatigheid is, is het onontkoombaar. Dus zal het hoe dan ook gebeuren, ongeacht wat ik ervan vind.

Alsof er een last van mij af viel: ik hoef niet overal iets van te vinden, sterker nog, mijn mening doet er helemaal niet toe. Hoe minder ik tetter hoe meer ruimte er ontstaat om voeling te houden met de bedoeling. Het oefenen van terughoudendheid voelt daarmee heel concreet toepasbaar.

In het begin heerst de aanname dat datgene wat onontkoombaar is uiteindelijk (ooit) zal gebeuren. Deze aanname kan een zwaar en beangstigend gevoel opwekken. Gaandeweg blijkt dat hoe meer je je achterwaarts laat zakken, hoe meer je gedragen wordt door leven zelf en opgaat in de bedoeling. Je wordt een kanaal voor bedoeling. In dit samenvallen liggen gemoedsrust en vervulling vervat.

Het gehoor gaan geven aan dat wat móet in plaats van dat wat kán vraagt enerzijds een bewuste houding en anderzijds een totaal vrij worden van een 'ik' die zich bewust is.

Het vraagt een heersende intentie van terughoudendheid in de grotere zin: niet een afzien van iets, maar je laten bewegen vanuit een betrouwbaarder achtergrond.

Een achtergrond die gevrijwaard blijft van potentiële aantrekkelijke opties omdat daar enkel bronwerking heerst, bedoeling je beweegt. In alle rust en vrijheid, voeling hebbend met alles en iedereen.

Het is heel geruststellend om er gaandeweg steeds meer achter te komen dat zelfverwerkelijking gelijk staat aan samenvallen met de bedoeling.

Ik word bedoeld...

