

**Die Kraft der Verbindung mit dir selbst und allem Lebendigen**

Geliebter Mensch,

vor kurzem hatte ich eine erfreuliche Begegnung mit jemandem, der mir von seiner Suche nach dem „Geheimnis“ seines und unseres Ursprungs erzählte. Nach einer lebenslangen Odyssee hatte er, sichtlich begeistert, Worte für das gefunden, was er schon immer tief in seinem Inneren gespürt hatte. Am Ende des Gesprächs gab er mir dieses Gedicht mit auf den Weg:

*Ich suchte dich  
Ich suchte dich in einer Kirche,  
und manchmal dachte ich,  
ich hätte dich gefunden,  
in einer Christusstatue, einem Buddha,  
ich suchte dich in einem Buch.  
Dann fühlte ich mich kurz,  
für einen Moment absolut glücklich.*

*Aber seit ich dich entdeckt habe  
im Schlagen meines Herzens  
und dich in allen Menschen, allen Dingen  
um mich herum gefunden habe,  
in Tieren, Bäumen, Meer und Wolken,  
weiß ich, dass ein Glücksgefühl  
von innen kommt und immer auf mich wartet.  
Wenn ich mich bewusst nach innen kehre,  
um dort, tief in mir selbst,  
deine Lebenskraft wiederzuentdecken,  
dann finde ich endlich die Ruhe,  
nach der ich so verwirrend  
all die Jahre gesucht habe.<sup>1</sup>*

*(Ik zocht U  
Ik zocht U in een kerk,  
en soms dacht ik  
dat ik U gevonden had,  
in een Christusbeeld, een Boeddha,  
en ik zocht U in een boek.  
Dan voelde ik mij even  
heel gelukkig, een moment.*

*Maar sinds ik U ontdekt heb  
in het kloppen van mijn harte  
en U in alle mensen, alle dingen,  
om me heen gevonden heb,  
in dieren, bomen, zee en wolken,  
weet ik dat een geluksgevoel  
van binnenuit ontstaat en altijd op me wacht.*

*Als ik bewust naar binnen keer  
om daar, diep in mezelf,  
Uw levenskracht te herontdekken,  
dan vind ik eindelijk de rust  
waarnaar ik zo verwarringd,  
al die jaren heb gezocht.)*

Erinnerst du dich noch an deinen ersten Tag auf dieser Welt? Du vielleicht nicht, aber andere Menschen ganz sicher! Plötzlich warst du auf dieser Erde. Vorsichtig hast du deine Augen geöffnet und die Welt um dich herum betrachtet. Ohne Gebrauchsanweisung beginnst du mit dem Leben. *Wohin, wohin?*<sup>2</sup> Jahre später tauchten nach und nach alle möglichen neuen Fragen auf: „Was macht, das ich ich bin?“ und „Wie bin ich mit allem verbunden?“

Ich kann mich so gut mit dem aufkeimenden Glauben identifizieren, der in dem Gedicht beschrieben wird. Auch ich möchte bei der Suche nach Antworten ganz nah bei mir selbst anfangen. Dass ich die Quelle des Seins in dem finden kann, was mich bewegt. Dass in dieser religiösen Ergriffenheit, die der Mensch in sich selbst spüren kann, die Begegnung mit dem Geheimnis stattfinden kann. Manchmal geschieht das in mir selbst, wenn ich still werde und mich mit einem Ort tief in mir verbunden fühle. Manchmal in Verbindung mit dem anderen, in einem Blick, einer Geste oder einer Seelenverwandtschaft. Und manchmal mit dem Leben um mich herum, wenn ich im Frühling die wärmenden Sonnenstrahlen auf mir spüre, das Meer bei einem Strandspaziergang rieche oder einen Schwarm Stare atemberaubend schön durch die Luft tanzen sehe, dann erinnere ich mich daran, dass ich mit einem größeren Ganzen verbunden bin.

Wenn du entdeckst, dass die Quelle allen Seins tief in dir selbst vorhanden ist, bedeutet das, dass diese Quelle auch in allen anderen Menschen, in allen anderen Tieren, in allem, was lebt, vorhanden ist. Du kannst es nicht mehr *nicht* fühlen oder ausschalten, wenn dir das einmal bewusst geworden ist. Auch nicht, wenn es dir gerade nicht gelegen kommt. Es beeinflusst deine Sicht auf dich selbst, deine Mitmenschen und allen anderen Lebewesen, mit denen wir diese Erde teilen. Wie setzt du das in deinem eigenen Leben um?

Im Trubel des Lebens hast du manchmal einfach das Bedürfnis, zu deinem tiefsten Inneren zurückzufinden. Dorthin, wo Frieden mit dir selbst entstehen kann, mit allem, was zu dir gehört. All das Schöne, alles, mit dem wir hadern oder das wehtut, und ein Ort, an dem nichts kommentiert wird. Deshalb treffen wir uns immer wieder. Um uns gegenseitig daran zu erinnern, wer wir sind: geliebte Menschen. Um uns gemeinsam in einem Leben in Verbundenheit zu üben.

Mit einem herzlichen Gruß, gerne dein Bruder  
Marten van der Wal



<sup>1</sup> Harm Wagenmakers, *Ik zocht U (Ich suchte dich)*, Verse der Zärtlichkeit und des Trostes, Verlag De Maansteen, 2001

<sup>2</sup> Jan Willem Schulte Nordholt, *Existentie (Existenz)*

Am Sonntag, dem 11. Januar, findet in Hilversum das landesweite Neujahrstreffen statt. Jeder kann an diesem Morgen digital verbunden sein.