

Honderd jaar, een eeuwigheid

Dit is een beetje zonde van m'n tijd, denk ik. Omdat ik te vroeg ben, zoek ik een plekje in de hal van het verzorgingstehuis. Met de hulp van een stok komt een wat oudere dame aanlopen en gaat tegenover me zitten. *'Volgende maand word ik honderd'*, verrast ze mij. *'Toe maar en dan nog zó vief'*, antwoord ik afwachtend. *'Het gaat vanzelf hoor'*, raadt ze mijn gedachten, *'veel bewegen en altijd de zonnige zijde van het leven zien. Mensen piekeren tegenwoordig te veel; dat is het'*. Ze babbelt vrolijk verder over haar vakantie van vorig jaar in Australië bij haar dochter.

Er komen steeds meer honderdjarigen. In de krant lezen we regelmatig over wat een mens allemaal kan meemaken en ervaren in zo'n lange tijd. Maar ja, wat is lang? Stel je eens voor dat je eeuwig zou leven! Eeuwig ... wie zou dat willen, verdwaaal ik in mijn eigen gedachten.

Gedachten ... hoe belangrijk ze ook kunnen zijn, ze halen ons weg uit het heden. Het verleden doet ons wegzinken in het 'toen' en de toekomst creëert voortdurend verlangens naar 'straks en moeten'. Zo vluchten we weg uit het nu; het enige moment waarin we daadwerkelijk leven en bij-de-tijd zijn. Wellicht zijn er tegenwoordig zoveel ongelukkige, depressieve en zin-zoekende mensen, omdat we de nu-beleving kwijt zijn – verloren in werkstress, agenda's en de TV. Daarom is er zoveel behoefte aan meditatie en stilte.

'Geloof u in een leven na de dood?', vraag ik aan de dame die ik bijna vergeten ben. *'Ik denk van wel'*, zegt ze. *'Dat moet haast wel, we hebben toch een ziel. Maar ik ben daar niet zo mee bezig hoor, ik leef bij de dag'*. Ze heeft gelijk: Zelfs een honderdjarige leeft uiteindelijk maar een flits in de eeuwigheid. Maar wie soms kan leven in het nu belééft soms even het altijd-nu. Altijd-nu op aarde wanneer we aandachtig leven. We zijn eeuwig, of we willen of niet.

Drs. Peter Kortekaas,
www.de3weg.com

psychosociaal therapeut / geestelijk begeleider
docent geestelijke begeleiding / meditatie