

Op zoek naar het kloppend hart

Raymond Witvoet

Je hebt van die mensen die veel dingen heel erg letterlijk nemen, ik ben daar ook 1 van. Mijn gevoel voor analogieën gaat nog wel maar dat van metaforen heeft zich echt moeten ontwikkelen en dat is proces is nog lang niet afgelopen.

Ik heb dan ook best veel moeite gehad met het metaforische hart, laat staan dat het kloppend is. Hartsverbinding, open hart, hartstochtelijk, hartverwarmend, hartgrondig, zo maar wat hartige woorden met hele werelden die erachter schuil gaan. Die spier en de zenuwen, de slag, de pulse, daar kon ik wel bij maar ik maakte ook de koppeling met alle andere kwaliteiten die het hart werden toegedicht en uit deze brei kwam ik nooit.

In mijn pogingen uit of zelfs voorbij mijn hoofd te komen heb ik het hart vaak opgezocht. Bewust met de aandacht naar het hart, voelen wat daar speelt en leeft. Ik vond het lastig, wat is het dan waar ik contact mee maak? Hoe zit het eigenlijk maar ook wie maakt er eigenlijk contact mee? Wat voel ik echt? Hoe zorg ik voor een open hart, wat is dat dan een open hart? Veel vragen en nauwelijks antwoorden behalve dat ik veel minder antwoorden vond dan waar ik eigenlijk op hoopte. Ik poogde open hart meditaties, ik probeerde mijn hart te openen, zo nog wat meer. Maar ik vond vooral veel ruimte en leegte en dat maakte mij onzeker.

Wandelend met de hond in de polders hierachter, zoals aan het einde van de middag met een groepje, waren er echter wel degelijk momenten waarop ik me heel open voelde, met een enorme verbondenheid binnen en buiten mij. Het waren echter altijd momenten die spontaan ontstonden, met een soort maximale overflow dwars door mijn systeem zowel in mijn beleving als in woorden. En buiten dat voel ik over het algemeen genoeg, soms meer dan me lief is. Het maakte mijn zoektocht nog verwarrender, wat was dat, hoe werkt dat? Vragen, vragen...

Nooit ben ik echter in staat gebleken deze sensaties naar believen op te roepen. Het was er, of veel vaker, het was er niet.

In mijn hoofd maak ik veel mooie verhalen van dit soort momenten met als begripkader allerlei informatie die ik overal vandaan heb, boeken, websites, youtube. Zo ook van deze gebeurtenissen, prachtige liederlijke verhalen zou ik er van kunnen maken. Maar wat is nou echt en wat is verzonnen? Het onderscheid vond ik vaak lastig. Ik vind het bovendien makkelijker om een poosje aan een concept vast te houden dan hem te verwerpen. Het bleef echter knagen en het onderzoek ging steeds door.

De oplossing zit volgens mij erin om veel dingen veel minder persoonlijk te maken. Iets niet toe te eigenen met begrippen en een concept maar het te laten zijn voor wat het is.

We hebben volgens mij namelijk veel minder te willen dan we graag zouden willen hebben. Ik wil me wijsheid, liefde, dankbaarheid, compassie, vrede en een open hart graag

toeëigenen, ik wil graag nog een betere versie van mijzelf. Ik wil, ik wil...

Net zoals wijsheid volgens mij echter niet persoonlijk is, is liefde, de dankbaarheid, compassie dat ook niet en ook vrede kan nooit innerlijk en persoonlijk zijn. Zo is het het kloppende metaforische hart dat ook niet. Het is geen bezit, het is niet van ons, wij gaan er niet over. Het metaforische hart is niet in ons, niet in ons lijf, niet iets innerlijks, niet iets om te pakken. Hoe minder we het vast willen houden hoe beter zelfs. Het is er altijd, het is in en buiten ons maar het komt en het gaat en we mogen er af en toe op meebewegen.

En dus beweeg ik mee, elke keer, en blijf ik kijken en voelen en toetsen.

Misschien is ook dit weer een concept dat ik over een poosje weer verwerp, het zal niet de eerste keer zijn maar tot die tijd voel ik me hier heel comfortabel bij. Misschien wel te?