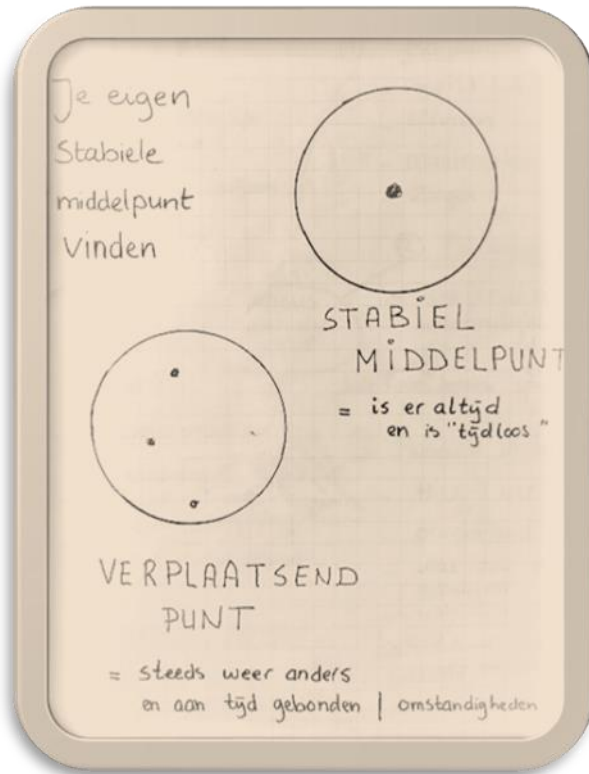


Stabiel middelpunt



Zoek liever je centrale middelpunt

Ooit vertelde een wijze rabbijn het volgende:

'Een gelukkig en zinvol leven is als een volmaakte cirkel. Als je een stabiel middelpunt hebt, krijg je een cirkel die volmaakt is. Maar verschuift het middelpunt voortdurend van plaats, dan zal je nooit in staat zijn een cirkel te maken. Veel mensen hebben een goede opleiding gevolgd of gaan voor een succesvolle carrière, maar hebben nooit een spiritueel middelpunt voor zichzelf bepaald, dat als centrum voor je manier van denken en handelen kan dienen.'

Hij legde uit dat vooral in turbulente tijden, zoals nu met de coronacrisis, een dergelijk middelpunt absoluut noodzakelijk is. Zodra je in staat bent een helder middelpunt voor jezelf te bepalen, zal al het andere daaruit voortvloeien en word je minder snel een speelbal van de omstandigheden.

Wat is nu een centraal middelpunt

Het centrale middelpunt is verbonden met datgene wat voor jou van wezenlijk belang is. Je ontdekt dat het iets is dat verbonden is met datgene wat en wie je ten diepste bent. Het is niet tastbaar, het is niet aan plaats en tijd gebonden, en het is er altijd.

Hoe kom je daar nu achter?

Mensen die vaker de stilte zoeken, mediteren of reflecteren ontdekken na verloop van tijd dit centrale, spirituele of stabiele middelpunt van binnen uit. Hoe je het voor jezelf wilt noemen is om het even. Het belangrijkste is dat je het zelf ervaart.

