



## Nieuwsbrief Dankbaar leven no.25, Juli 2019

*Dankbaar leven kan alleen dan een weg worden naar gelukkig zijn, wanneer ik het oefen, wanneer ik er een spirituele weg van maak. Een ogenblik, een korte ontmoeting is nog geen weg*

*Br. David Steindl-Rast.*

Op zaterdag 13 juli waren we te gast in het Koptisch klooster in Lievelede voor de elfde 'offline' bijeenkomst van Dankbaar leven.

Na kennismaking met een aantal mensen die voor de eerste keer kwamen, volgde een korte inleiding over: *Dankbaar leven is een levenshouding die je kunt oefenen*, het thema van deze bijeenkomst met als kernwoorden: verwondering, verrast worden. Een aantal fragmenten uit: *Dankzeggen voor alle kleine (en grote) dingen in het leven*, een artikel van broeder David, diende als leidraad. Hij schrijft hierin: 'Dankbaarheid kan groeien door oefening. Maar waar begin je als beginneling? Het ligt voor de hand: laat je verrassen! Je zult dan ontdekken dat je zaadjes van dankbaarheid kunt laten groeien enkel en alleen door er ruimte voor te maken.' We maken ruimte wanneer we dingen niet als vanzelfsprekend beschouwen.

We hebben dit geoefend door tijdens een korte stiltewandeling de natuur en onze omgeving zo bewust mogelijk proberen waar te nemen en onze ervaringen daarna in een haiku te verwoorden. Dit leverde een aantal heel mooie gedichten op, ook van mensen die van tevoren dachten dat ze dat niet zouden kunnen. We sturen er een paar mee met deze nieuwsbrief.

Woensdag 14 augustus hebben we in de Oexerhof, het studiecentrum van de School voor Praktische Filosofie en Spiritualiteit, een presentatie gegeven met als titel: 'Dankbaar leven als spirituele weg'. Er waren ong. 60 á 70 mensen. We zijn heel blij en dankbaar dat ons de gelegenheid werd geboden om iets over broeder David Steindl-Rast en zijn spiritualiteit te vertellen.

De volgende bijeenkomst gaat heel bijzonder worden. Dan hebben we als gast Marjolein van den Houten, docente stembevrijding. Zij gaat met ons zingen. Net als met haiku's schrijven, denken nu sommigen misschien 'Dat is niets voor mij.' Zij zegt: 'Stembbevrijding gaat over: kan ik, durf ik mijn eigen stem in alle volheid te laten klinken, precies zoals die op dit moment klinkt? En kan ik dan blij zijn en dankbaar? Bij de meeste mensen gaat dat niet vanzelf. Toch is zingen iets dat van nature bij ons hoort.' *Laat je verrassen!*