

door met haar meditaties en bleef slaperig. 'Maar toen op een dag', vertelde zij, 'kwam ik plotseling in een toestand waarin mijn oude slaperigheid verdween en er geen nieuwe voor in de plaats kwam, zelfs niet wanneer ik een paar uur aan een stuk bleef zitten mediteren.'

Juiste Inspanning betekende in Dipa Ma's geval eenvoudigweg niet opgeven. Door te geloven in haar eigen vermogen tot bewustwording werd ze weer wakker en dit maakte haar beoefening buitengewoon vruchtbaar. Ze vertelt hoe ze zichzelf na deze ervaring tot mensen hoorde zeggen: 'Kom naar het centrum. Je hebt gezien hoe ontmoedigd ik was door het verlies van mijn man en kinderen en door mijn ziekte. Maar nu zie je dat ik weer de oude ben en me heel gelukkig voel. Het is geen tovenarij. Gewoon door de aanwijzingen van mijn leraren op te volgen heb ik gemoedsrust gevonden. Kom ook en je zult net als ik gemoedsrust vinden.'

Ook wij kunnen gemoedsrust bereiken. Door onze beoefening kunnen we de belichaming worden van Juiste Inspanning en ons ware potentieel realiseren. En ons potentieel is grenzeloos. Wanneer we dit ten volle beseffen, wordt inspanning een mogelijkheid – in plaats van een last – en een weg die onze heelheid bevestigt. 'Door de verlichting te bereiken loste de Boeddha zijn problemen op en nu moet jij de jouwe oplossen.'