

LANGZAAM LEVEN

EEN WERK VAN BARMHARTIGHEID OM TE OEFENEN

Serie Bewegen en bewogen worden



Verstillen, vertragen, op adem komen... in onze wereld van versnelling en voortdurende veranderingen is het een eerste levensbehoefte aan het worden. Religieuze tradities hebben er eeuwenoude vormen voor en wijsheid over. Net als over het essentiële belang dat wij onszelf als mens moeten weten te beteugelen, begrenzen in ons verlangen naar macht en bezit. Oude wijsheid, die vertrekt vanuit het inzicht dat wij niet los verkrijgbaar zijn van de schepping als geheel. Wij zijn afhankelijk, en in elke relatie ook verantwoordelijk voor al het andere.

Dat is een opgave. Vooral in een tijd waarin sneller, beter en groter nog steeds als goden aanbeden worden. Zozeer zelfs dat we ons daarvan vaak niet meer bewust zijn. En de schade die we de aarde, de natuur (inclusief medemensen) toebrengen is vaak onzichtbaar, onvoelbaar. Kunnen we langzamer leven, en daardoor meer oog krijgen voor wat nodig is? Kunnen we opengaan voor een ander perspectief?

Langs de verlaten weg gestuurd worden

Filippus liet zich naar de eenzame verlaten weg van Jerusalem naar Gaza sturen. Bij het lezen van dit verhaal verbaast me elke keer hoeveel er niet staat. Waar was Filippus die ochtend, toen hij die boodschap kreeg? Met wie was hij, wat was hij aan het doen? In de onrustige tijd van vervolgingen ging hij er op uit, en was gevoelig voor de aanwijzing van de geest om de wagen van de vreemdeling te naderen, nabijheid te zoeken om dan het citaat van Jesaja te horen, dat vanuit het leven en sterven van Jezus zo betekenisvol moet hebben geklonken. Over wie gaat het als je leest 'dat Hij als een schaap naar de slachtbank werd geleid, dat hij werd vernederd en hem onrecht werd gedaan en dat hij zijn mond niet open deed?' Jezus als de mens-geworden zoon van God die in zijn liefde bleef, die het onrecht en de machtshonger ontmaskerde. Die de andere weg toonde en opende voor iedereen. Het verhaal vertelt niet waarom de Ethiopiër hier zo door geraakt was. Alleen dat hij vraagt of hij gedoopt kan worden. Ingewijd, deel van die sacramentele, heilige verbondenheid die Jezus belichaamde.

De vertraging, het luisterend leven van Filippus en de openheid, vragende levenshouding van de Ethiopiër maken deze heel-makende ontmoeting mogelijk. Hebben wij ook nog dat soort ontmoetingen? Kunnen wij elkaar vragen om nabijheid? Kunnen wij met elkaar delen hoe je leven soms tegen muren van onmacht en verdriet stuk loopt?

In de wachtkamer van het leven

De afgelopen twee maanden werd ik zelf plots gedwongen tot langzamer leven. Eerst door het overlijden van mijn zus Marilyn, en daarna door plotseling opduikende gezondheidsproblemen. Veel dingen die belangrijk leken moest ik uit mijn handen laten vallen. Er zijn voor mijn nichtjes en zwager, een mooie liefdevolle ceremonie voor mijn zusje doen, en daarna: worstelen met de vraag hoe lang mijn eigen leven nog zou kunnen duren, of er wel kan zijn voor mijn eigen kinderen.

In de week dat ik voor mijn gevoel 'in de wachtkamer van het leven was geplaatst, wachtend op uitslagen van medisch onderzoek, realiseerde ik mij dat er velen met mij in deze wachtkamer zitten. Mensen die door omstandigheden niet meer mee kunnen doen met de versnelling, tot stilstand gebracht door ziekte, dood van een geliefde of door verlies van perspectief, buitengesloten worden op welke manier dan ook.

Het was alsof het snelle leven ontmaskerd werd door het inzicht dat het leven zelf niet versneld kán worden. Leven gaat uiteindelijk altijd op het tempo van de hartslag, de ademtocht, dag en nacht. Die laten zich niet versnellen. Daarin leven wij in dezelfde orde als de dieren, de planten en de aarde, zoals ook ruimtevaarders ons vertellen. Ons denken, ons doen kunnen wel versnellen of de illusie daarvan creëren. Door veel tegelijk te doen, door grote projecten ver de toekomst in aan te pakken vergroten wij onze mogelijkheden om invloed uit te oefenen op de loop van de geschiedenis. Ons ingebeelde zelf kan daar heel veel adrenaline mee genereren.

Een dag is iets met gaten

Ik ben dankbaar dat ik in mijn leven zoveel bronnen van wijsheid aangereikt heb gekregen. Bij het verhaal van Filippus moet ik ook denken aan een ontmoeting vele jaren geleden.

Het was het einde van het schooljaar, een drukke tijd. In het klooster kwam ik broeder Michael tegen, een grote oudere monnik, die zijn leven lang in de keuken van het klooster had gewerkt. Steunend op zijn rollator vroeg hij: 'Hoe is het met je, jongen?' vroeg hij. En aan zijn ogen zag ik dat hij het echt wilde weten. Nou ja, zei ik, wel goed, maar het is wel een beetje druk, daar krijg ik het af en toe een beetje benauwd van.' Mijn hand ging vanzelf naar mijn middenrif, waar ik dat voelde.

Tja, zei broeder Michael, je moet ook niet vergeten, een dag is iets met gaten. En als jij die dichtstopt, krijg jij het benauwd. Deze woorden 'een dag is iets met gaten' bleven me bij en hielpen mij om de dag in het klooster beter te begrijpen. De balans tussen bidden en werken, zeven keer onderbreken om te bidden. Thuisgekomen besloot ik mijn dag voortaan anders te beginnen. Met een stilte, en een gebed van één zin: dankjewel, ik heb weer een dag te leven gekregen. Het veranderde mijn dag, mijn ontmoetingen, de sfeer in mijn lessen op het Ignatius. Ik voelde mij meer aanwezig, en had meer ruimte om met lastige momenten (en leerlingen) om te gaan.

Een dag is iets met gaten. Momenten van onderbreking en gebed aanbrengen in je dagritme maakt dat je thuiskomt bij jezelf, dat je ruimte schept voor besef van diepe verbondenheid. Ik merk dat ik er op terug kan vallen in het verdriet van verlies en in het ziek zijn. Terwijl je angstig, verdrietig bent, terwijl het voelt alsof je tegen een muur loopt kan zich iets groters openen. Een groter geheel waarvan de grondtoon liefde is. Ik nodig jullie uit om daarin samen te blijven oefenen. Om te blijven zoeken hoe we deze wijsheid, deze schat ook door kunnen geven aan volgende generaties. Liefde en dankbaarheid voor het leven, amor mundi.

Dat is wat ik zag in de oude ogen van broeder Michael: amor mundi. Eenvoudig en bescheiden. De vrucht van vele dagen met gaten. Zeven keer per dag de actie naast je neerleggen en je laten herinneren aan het geschonken zijn van leven, als onderdeel van de gehele schepping, de roep om trouw te zijn, om pijn en verdriet te delen, dankbaar te zijn en jezelf als broeder/zuster te blijven zien. Zeven keer per dag onderbreken, vertragen, gebed. Als geestelijke oefening om dicht bij het paasmysterie te blijven.

Marcel Elsenaar

We lazten Handelingen 8: 26-40