

OVER DE VRIJHEID VAN HET SPEL

Serie Vrijheid

Hoe was dat, om te tortelen, of te kwaken, niet te weten wanneer... misschien voelde het als spelen, of: je voelde je net juffrouw Helderder. In dat geval: geen zorgen, we hebben allemaal zo een in ons, die zegt: wat een rotzooi. En: ze is vaak heel nuttig. Maar als je speelt of muziek maakt, dan is dat het allerfijnste als je meedoet zonder veel na te denken. Als je erin opgaat. Die ervaring wordt wel 'flow' genoemd.

Mihay Csikszentmihayi – ja, op die naam heb ik geoefend – Mihay Csikszentmihayi was een kind in de Tweede Wereldoorlog. Hij zag hoe moeilijk mensen het hadden. Na de oorlog, toen hij groter werd, zag hij dat maar weinig mensen weer normaal konden leven of gelukkig zijn, ook al waren ze veilig en rijk geworden. Maar: sommige mensen lukten het wel. Mihaly ging dat onderzoeken, en vond dat die mensen iets hadden met creativiteit en met de kunst van het spelen... Hij noemde dat flow.

We zijn gelukkig als we kunnen scheppen en spelen. Jan Nieuwenhuis, die lang in deze kerk werkte, zei het een keer heel mooi: God is een kunstenaar. Daarom zijn wij mensen het ten diepste ook; ook wij mensen zijn scheppers, dag in dag uit maken we vanuit ons wonderlijke binnenste wat er eerst nog niet was.

Hee, ik moet opeens denken aan het verhaal dat we hoorde, de Gideonsbende. Het joodse volk, omringd door machtige vijanden, zocht toen naar moed in bange tijden. Dit verhaal hielp daarbij. Allereerst stuurt God alle bange soldaten naar huis. Volgens wetenschapper Mihay is dat heel slim, want als je angstig bent, kun je niet in de flow komen. Dan kun je niet spelen.

Aan de andere kant: als iets te makkelijk is, dan ga je je vervelen. In het verhaal zorgt God voor een flinke uitdaging: alleen de mannen die drinken als een hond mogen meedoen. Dat zijn er maar 300, tegenover de ontelbaren in het kamp van de vijand... Het verschil is, deze mannen doen dingen net anders. Ze zijn niet zo aangepast, ze denken vrijer. Je kunt ook denken: wat een waardeloos leger van 300 wilde, onaangepaste lieden, dat kan nooit wat worden. Maar ze winnen niet door te vechten, maar door iets te doen dat volkomen zinloos lijkt: op trompetten blazen, potten breken, schreeuwen en met fakkels zwaaien. Door dat samen te doen brengen ze de soldaten die getraind zijn om te vechten in de war, en die vluchten.

Speelsheid en creativiteit kunnen ons redden. Zelf was ik eens een tijd in Ecuador, in een arme en droge streek. Ik mocht er les geven aan kinderen die het zwaar hadden. Op een dag maakten we een optocht, we hadden ons geschminkt als dieren en joelend, dansend en spelend trokken we door het dorp. Nog steeds denk ik soms aan die kinderen en grote mensen, als ik zelf verdrietig of bang ben, en aan hoe veel kracht en plezier er in ons vrijkwam.

Vorig jaar maakten we een viering met een componist, Merlijn Twaalfhoven. Hij maakte jarenlang kunst en muziek met mensen in oorlogen. Hij zegt: 'De kunstenaar in ons kan de wereld redden'. Want hij ontdekte dat kunst en muziek maken en delen zelfs in oorlogstijd helpt om moedig en verbonden te zijn, en om je waardigheid te bewaren.

Maar spelen doet nog iets anders: het doet je jezelf even vergeten. Volgens de geleerde Mihay kunnen alleen kinderen dat van nature. Grote mensen hebben daar meer moeite mee. Flow is een samenspel van uitdaging en van vaardigheid. Je hebt minstens tien jaar oefening nodig om in flow te kunnen raken, zei Mihay. En garantie is er niet. Misschien herken je dit, als je bijvoorbeeld heel goed bent in zingen, een muziekinstrument spelen, een sport, koken, toneelspelen: je doet je best en merkt dat je er zo door gegrepen wordt, dat het in zichzelf belonend is om te doen, dat je erin opgaat.

Maar ik denk dat er ook een andere weg is: door te kijken met de ogen van een kind. Niet kinderachtig, maar met de kracht van kinderen. Vooral kleinere kinderen houden ervan om steeds dezelfde spelletjes te doen, dezelfde verhalen te horen. De Engelse schrijver Chesterton zei eens: God is net zo. God houdt net zoveel van herhaling als een kind. Stel je voor: God zegt elke morgen tegen de zon; wat mooi, doe het nog een keer! En bij elke bloem die open gaat, elk vogeltje uit het ei, elk mensenkind dat lacht: nog een keer! Misschien maakt God zo alle dingen, tot elk kleinste grassprietje aan toe. Wauw, zegt God, moet je zien! Nog een keer!

Ik denk dat we ons daarin kunnen oefenen. Met behulp natuurlijk van hasselbramen. Ik wil je uitnodigen het doosje hasselbramen dat je zojuist kreeg te openen, er eentje uit te halen. Thuis kun je even snel op zoek gaan naar een hasselbraam. Als u er toevallig geen in huis heeft, dan kan een druif, een stukje appel, een noot, een rozijn, een koekje of een snoepje ook heel goed. Ik wil je uitnodigen er eens met nieuwsgierigheid naar te kijken... alsof je het voor het eerst ziet. Zonder er woorden aan te geven. Kijk waar de lijnen lopen, hoe het licht valt. Wat een wonderlijk ding eigenlijk. Je mag het nu ook onderzoeken met je zintuigen. Hoe voelt het? Ruikt het?

Neem de hasselbraam nu in je mond en wees nieuwsgierig naar de sensatie op je tong, hoe voelt het, word je iets gewaar van smaak. Nog niet kauwen, laat het rondgaan in je mond. Eet dan met je volle aandacht bij wat er in je mond gebeurt, volg de hasselbraam bij elke beweging, tot je 'm doorslikt.

En wat je wat het leuke is? Dit kijken, proeven, spelen kan ook met brood en wijn, kan ook met een lied, of met stilte. Het kan ook met wat er diep in je binnenste speelt. Het kan ook met hoe we elkaar ontmoeten: nieuwsgierig en open, als kinderen van God, die niet genoeg krijgen van wat zo gewoon lijkt.

Nog een keer.

Eva Martens