

Week 45

ALLES WATER IS EN WAS EN NOG ZAL KOMEN

*De eerste intuïtie van de Zen van het Zien, dit opengaan van het oog kwam al vroeg in mijn leven. Het is niets bijzonders: ik ben ervan overtuigd dat ieder mensenleven een dergelijke ervaring bevat, vaak onderdrukt – daarom schrijf ik dit hier neer: Het was op een late wintermiddag. Ik moet een jaar of tien, twaalf geweest zijn. Ik liep op een landweggetje, links een veldje boerenkool, rechts wat stronken vergeelde spruitjes. Ik voelde een sneeuwvlok op mijn wang en keek naar de grauwe, houtskoolzwarte lucht. Van heel ver weg, heel langzaam zag ik de sneeuwstorm op me afkomen. Ik stond stil. Er vielen een paar vlokken bij mijn voeten. Sommige smolten op het moment dat zij de grond raakten, andere bleven liggen. Toen hoorde ik het vallen van de sneeuw, een heel zacht sissend geluid, bijna onhoorbaar, toch heel duidelijk... Ik stond daar en luisterde en keek naar de sneeuw en de vlokken die op de boerenkool en de spruitjes bleven liggen, en plotseling was het alsof ik begreep: dat ik het oog ben dat horen kan, het oor dat kan zien, en dat alles wat daarbuiten schijnt te gebeuren in werkelijkheid zich in mij voltrekt, dat binnen en buiten toch ongescheiden zijn, en dat niets bovennatuurlijker is dan het natuurlijke...
Frederick Franck¹*

1

Het thema voor de komende week is het onkenbare. Geloof, overtuigingen, spiritualiteit, zingeving, levensbeschouwing...er zijn verschillende woorden voor.

Misschien wil je ter voorbereiding op het weekthema een avondje luisteren naar muziek die voor jou belangrijk is in dit kader. Zo kan ik genieten van muziek van Beethoven, Mozart en Bach, maar ook van bijvoorbeeld:

La divine liturgie door Le chœur des moines de Chevetogne (Latijnse kerkmuziek)

The Lama's Chant, songs of Awakening door Lama Gyurmé en Jean-Philippe Rykiel (boeddhistische traditie)

Matriarch van Joanne Shenandoah (uit de traditie van de oorspronkelijke bewoners van Amerika)

Loop vervolgens eens rond in je huis en kijk welke voorwerpen, boeken en muziek je verzameld hebt die voor jou te maken hebben met zingeving en rituelen: een gezangenbundel, missaal, geboortekaartjes, overlijdensadvertenties, gedachtenisprentjes, kaarsen, boeddha-beeldje, stenen en schelpen, rozenkrans, verschillende boeken (gedichten, kunst, roman), dagboek, muziek. Sta er even bij stil, probeer je te herinneren hoe die dingen bij jou terecht kwamen en hoe jij in je leven bezig bent geweest met zingeving, geloven en spiritualiteit.

2

Ga vervolgens zitten en maak aantekeningen naar aanleiding van de volgende vragen:

- ❖ Waardoor word jij geraakt in het leven? Wat drijft je, wat is voor jou zingend? Is dat geloof, je overtuigingen en ideeën, is dat een sfeer, zijn dat rituelen, kunst, muziek, mensen, gesproken en geschreven woord?
- ❖ Ken je mensen die voor jou een voorbeeld waren of zijn? Wie en wat zijn jouw persoonlijke inspiratiebronnen?

¹ Frederick Franck in: De Zen van het Zien. De Haan / Unieboek, Bussum, 1983

- ❖ Waren er in het gezin waarin je opgroeide tradities en overtuigingen die belangrijk waren? Heb je die meegenomen in je latere leven? Welke rol spelen ze nu nog in je leven?
- ❖ Wat betekent voor jou geloof en spiritualiteit in je leven? Is dat in de loop van je leven veranderd?
- ❖ Heb je ooit een religieuze ervaring gehad? Hoe kijk je daar nu naar?
- ❖ Welke herinneringen komen bij je op als je kijkt naar je eigen spirituele geschiedenis? Waar speelde die zich af? Met wie deelde je je overtuigingen? Welke gebeurtenissen in je leven hangen er mee samen?
- ❖ Heb je belangrijke beslissingen genomen die te maken hebben met je overtuigingen?
- ❖ Waaruit put je kracht en energie in jouw leven? Vroeger en nu. Wat is voor jou troostrijk en ondersteunend geweest, wat hielp je weer op de been als het even niet ging?
- ❖ Wat betekent voor jou leven in deze wereld, de wereld van nu? Zie je dat je daar een taak hebt, een opdracht?

Schrijf vooral nog geen verhalen op, maar verzamel trefwoorden. Je kunt ook een cluster maken, of een lijst. Zoek daarbij ook naar heel concrete herinneringen aan momenten, gebeurtenissen of een periode uit je leven.

3

Kies dan één situatie, gebeurtenis, beslissing, moment of periode uit en associeer daaromheen nog een tijdje door. Gebruik je zintuigen om de situatie helder in beeld te krijgen, voordat je je gedachten en visie verwoordt. Zoem in op de plaats (waar was het), op de tijd (wanneer), op de andere mensen die erbij waren of die belangrijk waren (wie), op de gebeurtenissen (wat gebeurde er) en hoe die zich voordeden (hoe was het).

Verzamel eerst zoveel mogelijk woorden en zinnen. Schrijf nog niet meteen je verhaal.

4

Schrijf nu je herinnering op. Zorg dat je verhaal een begin, een midden en een einde heeft en geef je verhaal een titel. Probeer in dat verhaal ook jouw overtuiging, jouw geraakt zijn, jouw visie woorden te geven.

5

In een groep:

Lees aan elkaar de verhalen voor. Wat voor de een zingevend is, hoeft dat niet voor de ander te zijn, het is een puur persoonlijk proces. Het is belangrijk om je dat bij het delen van elkaars verhalen te realiseren. Als je op je weg anderen treft, waarmee je dingen kunt delen, is dat fantastisch. Ken je zulke verbanden, ben je ernaar op zoek? Wissel uit met elkaar wat jouw persoonlijke inspiratiebronnen zijn.

6

Wat je nog meer kunt doen:

- ❖ Denk na over de betekenis van rituelen in je leven. Rituelen die je met anderen deelt, maar ook rituelen van jou alleen. Welke specifieke rituelen zijn voor jou van belang? Steek je regelmatig een kaarsje aan bij Maria? Mediteer je elke ochtend? Bezoek je wekelijks een kerk of een dienst? Heb je schoonmaakrituelen? Zing je mantra's? Zijn er heel speciale familierituelen? Schrijf je regelmatig in je dagboek? Maak een lijstje met rituelen en kies er dan één uit, dat je zo concreet mogelijk beschrijft. Dat kan natuurlijk ook heel goed een ritueel zijn dat vroeger belangrijk was.

- ❖ Je kunt het muziekthema voor jezelf uitwerken. Luister nog eens aandachtig naar muziek die in jouw leven veel betekend heeft als het gaat om zingeving. Maak tijdens het luisteren aantekeningen over je herinneringen die voorbij komen: wanneer heb je deze muziek leren kennen, hoe is dit nummer of deze muzikant of deze componist met je meegereisd in je leven, of in welke periode van je leven was deze muziek heel belangrijk? Je kunt dan naar aanleiding van één concreet muziekstuk een fragment uit je levensverhaal schrijven.

6

Voor meer inspiratie:

*'Hoe kun je zo 'n zwarte vlek op je ziel eigenlijk wegstrijken?' vraag ik aan moeder.
 'Dat is een heel gevecht,' zegt ze.
 'Een gevecht met wie?' vraag ik.
 'Met jezelf.'
 'Maar is God daar niet voor? Kun je hem niet vragen zo 'n vlekje weg te halen?'
 'Zeg, we zijn hier niet bij de katholieken.'
 'Waar slaat dat nou weer op?'
 'De katholieken gaan biechten bij de pastoor om van hun zonden af te komen.'
 'Dat lijkt me wel handig,' zeg ik.
 'Het is veel te makkelijk,' zegt moeder. 'Het geloof mag juist niet makkelijk zijn. Een makkelijk geloof is niks waard.'
 'Maar je hebt zelf gezegd dat het geloof een geschenk is,' zeg ik. 'En voor een geschenk dat je hebt gekregen hoeft je toch niet meer te vechten?'
 'Je moet het onderhouden, net als een splinternieuwe fiets.'
 Ik denk aan spaken poetsen, één voor één, met een lapje.
 (...)
 Als ik aan de katholieken denk, dan zie ik een grote berg vol zwarte zonden in dat biechthok bij de pastoor liggen. En dan denk ik dat die pastoor de macht heeft om al die zonden 's avonds in de schemering weg te laten vliegen. Ze fladderen de kerk uit, het lijkt wel een zwerm zwarte kraaien. Ze strijken neer in de hoge lindebomen die om de kerk heen staan en zitten daar net zo lang te krassen tot de pastoor naar buiten komt en in zijn handen klapt. Dan vliegen ze op met zijn allen, de hele zwerm verdwijnt in het heelal.
 Rita Verschuur²*

*Overdenking
 Als je erg oud geworden bent en je krachten afnemen denk je wel eens: welke zin heeft mijn leven nog.
 Je zou dingen willen doen die je niet meer kunt omdat je er lichamelijk niet toe in staat bent. Iedere inspanning maakt je moe. Al lange tijd kom je het huis niet meer uit. Je scharrelt wat in je kamer rond en als je je goed voelt, loop je de gang op en ontmoet de een of ander.
 Vaak heb je een sombere bui. Eigenlijk ben je boos omdat je niet meer kunt wat je wilt. Totdat bij toeval je gedachten in een andere richting gaan en je van een ander standpunt uit gaat denken. In plaats van te tobben over wat je niet kunt, zie je opeens wat er nog wel is en dat je leven zin heeft zolang je je daarmee bezighoudt. Weliswaar*

² Rita Verschuur in: *Moeder en God en ik*. Van Goor, Amsterdam, 2006

kun je bijna niet meer zien, maar toch ben je gaan breien in heldere kleuren. Voor de jaarlijkse bazar maakte je leuke dingen en ze werden goed verkocht. Soms vergeet je in je enthousiasme om kalm aan te doen. Dat wordt gestraft met een paar dagen rust en daarna ga je in een kalmer tempo verder. Naar de radio luisteren gaat nog heel goed. Zelfs als je te moe bent voor iets anders kun je genieten van goede muziek of een interessant betoog. Je blijft bij met het wereldgebeuren. Je kwam – ja heus pas kort geleden – achter het nut van een telefoon en het plezier dat zo 'n apparaat je kan verschaffen. Je vrienden kun je niet meer opzoeken, je kunt ze nu af en toe bellen. Je hebt weer een verbinding met de buitenwereld. En dan heb je onlangs ontdekt, dat er in je buurt een paar mensen zitten die er lichamelijk ook niet zo best aan toe zijn. Ze zijn blij als je zo af en toe naar hen toekomt. Je brengt wat afwisseling in hun bestaan en voor jezelf heb je de ontdekking gedaan: ik kan iets zijn voor anderen. Dit alles overdenkende zeg je tegen jezelf: ik houd mij bij de dingen die ik kan doen. Zolang ik blijf doen wat ik kan, is mijn leven niet zinloos.
A. den Broeder-Velzel³

Er bestaat een vrijwel algemeen geaccepteerd negatief wereldbeeld waarin de mens onvolkomen is en het leven zinloos. Ik vind dat een te gemakzuchtige visie van mensen die te snel zijn opgehouden met nadenken, nadat ze eenmaal de zogeheten ontnuchterende waarheid onder ogen hebben gezien. Een mens is tot meer in staat dan cynisme. Je moet niet blind zijn voor allerlei duistere krachten (...) maar je hoeft je er ook niet bij neer te leggen. Een mens is geen beest, een mens heeft verstand en een geweten en gevoelens en is bij machte in te grijpen. Als het echt nodig is, is een mens in staat boven zichzelf uit te stijgen. Dat is een diepe wens van mij die ik hevig genoeg koester om de waarheid ervan af te dwingen. (...) Het kan niet waar zijn dat het laatste woord gesproken is met de vaststelling dat het leven zinloos is en de mens onvolkomen. Volgens mij is het laatste woord: onuitputtelijkheid. Onuitputtelijk is onze verbeelding, onuitputtelijk zijn de mogelijkheden van mensen om mouwen te passen aan dingen die eenmaal fout zijn gegaan, onuitputtelijk is de drang van de mens om de wereld te begrijpen. En dat is iets waar ik mij blij om kan verbazen.
Maria Stahlie⁴

'Ik kom uit een echt katholiek gezin van acht kinderen en heb zelf ook acht kinderen. Ik heb daar niet zelf voor gekozen, 't was een logische consequentie van je katholiek-zijn, je wist niet beter of het moest zo. Ik vind het erg jammer dat ik – terugkijkend – moet zeggen: ik ben nooit in 'blijde' verwachting geweest. Het overkwam je, 't kwam ook altijd te vroeg, voordat je eraan toe was. Dat was al bij het eerste kind. We waren precies negen maanden en twee dagen getrouwd.'
(...) *'Wat heet zelf willen en wat was moeten? De tijd van toen was anders, de kerk was anders en je geloof was anders. Als je een dag over tijd was, hoopte je echt dat er*

³ A. den Broeder-Velzel, humanistisch raadvrouw, Coornherthuis Den Haag, in: Bère Miesen, Anne-Marie Streppel, Paul Tjoa (samenstellers): *Nog even blijven: ontmoetingen met oudere mensen*. Van Loghum Slaterus, Deventer, 1981

⁴ Maria Stahlie in: Elsbeth Etty: *Cynisme is oppervlakkig. Maria Stahlie is een enthousiaste hypochonder*. Interview in NRC Handelsblad, 12 april 2002

*geen kindje zou komen. Wist je zeker dat er wel een baby op komst was, dan was je er best alweer blij mee. Je familie had een groot gezin en al je burens en vrienden ook.*⁵

*maar wel weven we van binnen
onophoudelijk
van de duurste en taaiste materie
heel precieze en doorzichtige webben*

*waarmee orde geschapen wordt
en de chaos
tijdelijk en telkens opnieuw
wordt bedwongen*

*en waarin wij datgene vangen
dat op zo 'n ogenblik
misschien zin genoemd kan worden*

*M. Vasalis*⁶

Ik weet dat blanken nooit naar gekleurde mensen luisteren, punt uit. En als ze wel luisteren, doen ze dat net lang genoeg om je te kunnen vertellen wat je moet doen. Moet je horen, zegt Shug. Dit geloof ik. God zit in je en in alle andere mensen. Je komt op de wereld met God. Maar enkel de mensen die 't in hun eigen zoeken vinden 't ook. En soms is 't er gewoon zonder dat je zoekt, of zonder dat je weet wat je zoekt. Als je narigheid hebt, denk ik. Verdriet, herejezus. Als je je klote voelt.

't? Vraag ik.

Ja 't. God is geen hij of zij maar 'n 't.

Maar waar lijkt 't dan op? Vraag ik.

't Lijkt nergens op, zegt ze. 't Is geen film. 't Is niet iets waar je los van de andere dingen, of van jezelf, naar kan kijken. Ik geloof dat God alles is, zegt Shug. Alles wat er is en was en nog zal komen. En als je dat kan voelen en daar blij om bent, heb je 't gevonden.

Shug is me 'n mooie, dat kan ik je wel vertellen. Ze frons 'r wenkbrauwen 'n beetje, leunt achterover in d'r stoel en lijkt net 'n grote roos.

Ze zegt, Me eerste stap bij die ouwe blanke man vandaan waren bomen. Toen de lucht. Toen vogels. Toen andere mensen. Maar op 'n dag toen ik heel rustig zat en me moederziel-alleen voelde, wàs ik trouwens ook, kwam 't over me: dat gevoel dat ik 'n deel was van alles om me heen en helemaal niet in me eentje. Ik wist dat als ik 'n snee in 'n boom maakte, me arm zou bloeden. En ik lachte en huilde en rende om 't huis. Ik wist precies wat 't was. Als 't gebeurt is 't ook raak.

*Alice Walker*⁷

*muziek is als muskus
alles wat ingewikkeld is
onvoorspelbaar*

⁵ In: Marga Kerklaan (samenst.): 'Zodoende was de vrouw maar een mens om kinderen te krijgen'. 300 brieven over het roomse huwelijksleven. Ambo, Baarn, 1988

⁶ M. Vasalis in: Wending 1990, nr. 5

⁷ Alice Walker in: *De kleur paars*. Vert. Irma van Dam. Maarten Muntinga, Amsterdam, 1982

*geheimzinnig
waar geuren zich aan hechten
herinneringen*

D. Hillenius⁸

*'Denk je dat wij ooit afgelopen zijn, eekhoorn?' vroeg de mier op een keer.
De eekhoorn keek hem verbaasd aan.
'Nou, zoals een feest afgelopen is,' zei de mier. 'Of een reis.'
De eekhoorn kon zich dat niet voorstellen.
Maar de mier keek uit het raam naar de verte tussen de bomen en zei: 'Ik weet het niet, ik weet het niet...' Er verschenen rimpels in zijn voorhoofd.
'Maar hoe zouden we dan moeten aflopen?' vroeg de eekhoorn.
Dat wist de mier niet.
'Als een feest afgelopen is gaat iedereen naar huis,' zei de eekhoorn. 'En als een reis is afgelopen wrijf je in je handen en kijk je of er nog een potje honing in je kast staat. Maar als wij zijn afgelopen...'
De mier zweeg. Hij maakte een raar geluid met zijn voelsprietten.
'Wat is dat voor een geluid?' vroeg de eekhoorn.
'Knakken,' zei de mier.
Daarna bleef het lange tijd stil.
De mier stond op en begon, met zijn handen op zijn rug, door de kamer heen en weer te lopen.
'Denk je erover na?' vroeg de eekhoorn.
'Ja,' zei de mier.
'Weet je het al?'
'Nee.'
De mier ging ten slotte weer zitten.
'Ik weet het niet,' zei hij. 'Ik weet vrijwel alles, dat weet je, eekhoorn...'
De eekhoorn knikte.
'Wat ik niet weet,' ging de mier verder, 'mag geen naam hebben. Maar of wij ooit aflopen...'
Hij schudde zijn hoofd.
De eekhoorn schonk nog een kopje thee in. De mier nam een onzeker slokje.
Toon Tellegen⁹*

José Franssen

www.josefranssen.nl

⁸ D. Hillenius in: *De onrust bewaren*. De Arbeiderspers, Amsterdam, 1982

⁹Toon Tellegen in: *Bijna iedereen kon omvallen*. Querido, Amsterdam, 1994