

Bestaat u?

BESTAAT U?

OVER AANDACHT, GEBED EN DE ZIEL

Jean-Jacques Suurmond

Uitgeverij Meinema, Zoetermeer

De columns verschenen in de periode 2010-2012 in het dagblad *Trouw*. De column 'Het creatieve midden' is een beknopte versie van het artikel 'Zielzorg. De weg naar het creatieve midden' dat verscheen in *Tijdschrift voor geestelijk leven*, juli/augustus 2011. De column 'Huisveren is ons voornaamste talent' werd opgenomen in de biografie van Daniël Mok, *Rudolf Otto: het kwetsbare leven* (Amsterdam 2012). Een uitgebreidere versie van de lezing 'Stilte en gebed bij Antoine de Saint-Exupéry' werd voorjaar 2012 gepubliceerd in de nieuwsbrief van de Studiekring Drewermann, onder de titel: 'Het wezenlijke is voor de psychologie onzichtbaar'. Een samenvatting van dezelfde lezing verschijnt in *Herademing*, juni 2013.

Bij de productie van dit boek is gebruikgemaakt van papier dat het keurmerk Forest Stewardship Council (FSC) draagt. Bij dit papier is het zeker dat de productie niet tot bosvernietiging heeft geleid. Ook is het papier 100% chloor- en zwavelvrij gebleekt.

Ontwerp omslag: Mulder van Meurs, Amsterdam

Binnenwerk: ZetProducties, Haarlem

ISBN 978 90 211 4342 2

NUR 700; 728

© 2013 Uitgeverij Meinema, Zoetermeer

www.uitgeverijmeinema.nl

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of op enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

INHOUD

Aandacht

- Een jaar dat werkelijk nieuw is – Nieuwjaar 9
Wij leven in ons eigen stripverhaal 12
Liefde is een beeldenstorm – Trinitatis 15
Hardhandige flirt 18
Huiveren is ons voornaamste talent 21
Genade is wakker worden naast een vreemde 24
Leren van de dieren – Pinksteren 27
Hoezo, God vinden? 30
Wie zichzelf vergeet, vindt God 33
Kunst is een sacrament van hoop – Pasen 36
Caravaggio en crisis 39
Denk aan de Dikke Dame 42
De naam is haas 45
God wordt een lichaam – Kerst 48
Lezing: Kunst is een oefening in aandacht 51

Gebed

- Heer, maak mij kuis maar nu nog niet 61
De dood als spirituele leermeester 64
Een hulpverlener helpt ook zichzelf 67
Deze hulpverlener helpt niet – Goede Vrijdag 70
Spreken over God kan eigenlijk niet – Pinksteren 73
Het vreemde spreken van de kerk 76
De beide longen van het christendom 79
Lezing: Stilte en gebed bij Antoine de Saint-Exupéry 82

De ziel

- Bestaat u? 101
- Veel mensen zijn druk, maar weinigen uniek 104
 - Oehoe 107
 - Kranten die ritselen als engelen 110
- Wat heeft zaterdag met zondag te maken? 113
 - Messiaanse inbreker – Advent 116
 - Laat je vallen in de ziel 119
- Is Paulus een knorrige campingbaas? 122
 - Kankercontrole 124
 - Theologen zijn nachtdieren 127
- Wees niet bang om onzin te spreken 130
 - Stille waarden 133
 - Het creatieve midden 136
 - Spirituele ervaringen 139
- Jezus is een spijkerbroek – Kerst 142
 - Onbehaaglijke buitenlander 145
 - De kleine prins: logos en mythos 148
 - Nederland is astmatisch 151
- Lezing:
 - De verliefde paraplu, kijken met de ogen van de ziel in het leven van alledag 154

AANDACHT

EEN JAAR DAT WERKELIJK NIEUW IS

Nieuwjaar

Als u echt een nieuw jaar wilt, kunt u beter uw goede voornemens vergeten. Want alle voornemens liggen onverbiddelijk in het verlengde van wat we toch al wisten en dachten. Hoezo, nieuw? En nu niet zeggen: Oké, dan heb ik voor het nieuwe jaar geen goede voornemens. Want dat is ook weer een goed voornemen.

Toch, belooft Meister Eckhart, kunnen we alles als nieuw gaan beleven. Zelfs een gewone vlieg wordt dan 'edeler dan een engel'. Dat zou u in het nieuwe jaar toch ook weleens willen meemaken. De mysticus scheidt in dit verband – daar begint het al mee – een splinternieuw woord: 'ooghout' (ougeholz).

Als we een houtblok zien, zien we dat gewoonlijk als een object. U zit hier en het hout is daar en u denkt: 'O, dat is goed voor de haard, of daar kan ik een mooi plankje van maken of een bloempot op zetten.' We kijken door de bril van onze wensen en behoeften, praktisch, vanuit eigenbelang.

Kijk je vervolgens nog eens, zonder praktische motieven, dan zie je allerlei eigenschappen die je eerst minder opmerkte: nerven, donkere en lichte delen, de sporen van witte schimmel.

Ten slotte, terwijl je rustig blijft kijken, let je ook niet meer op al die verschillende eigenschappen. Je ziet het hout, je bent je niet meer bewust van de afstand tussen je oog en het hout. De dualiteit is opgeheven, oog en hout zijn één: ooghout. Met andere woorden, je vergeet jezelf, je vereenzelvigd je met het hout. Je wordt één met het wezen van de dingen, één uiteindelijk met God, zegt Eckhart. Voor wie zo kijkt, wordt alles fris en nieuw.

Gewoonlijk nemen we echter slordig en oppervlakkig waar;

we kijken vooral of iets nuttig voor ons is. Dan missen we heel veel, want het wezen van de dingen ontgaat ons. Het alledaagse bestaan kan dan een onvruchtbare routine worden waar je tegenop gaat zien. Het jaar 2013 wordt een herhaling van 2012, zoals dat een kopie van 2011 was. Zo'n eindeloze herhaling is volgens de dichter Dante kenmerkend voor de hel. De weg daar naartoe is, inderdaad, geplaveid met goede voornemens.

Het besef dat we niet in de werkelijkheid leven, die altijd nieuw is, maar in een voorspelbaar schijnwereldje, is universeel. Het is de bron van alle spiritualiteit, kunst en filosofie en een populair thema in boeken en films.

Zo heeft Plato's parabel van de grot grote invloed op de christelijke spiritualiteit gehad. Hij voert daarin, naast de onvermijdelijke Socrates, zijn eigen broer Glaucon op. Hier komt ons woord glaucoom vandaan, dat een oogziekte aanduidt. Het verhaal handelt over de vraag in hoeverre we de werkelijkheid echt waarnemen. De grot zit vol mensen die denken dat de schaduwen die ze op de wand zien reëel zijn. Ja, ze prijzen degene die het best kan voorspellen welke schaduw op de voorgaande zal volgen. Want die moet wel een deskundige zijn, die het wezen van de wereld doorgrondt.

De ware filosoof is echter degene die inziet dat het maar schaduwen zijn. Dat gaat niet zomaar. Daarvoor heeft hij anderen nodig. Tegenstribbelend moet hij uit de grot getrokken worden. Buiten kan hij aanvankelijk door het heldere zonlicht niets zien. Maar als hij na een tijdje terug zou gaan, vraagt Socrates, zou hij zich dan nog wel aan kunnen passen nu hij niet meer gewend is aan het donker? 'Zouden de mensen niet zeggen dat hij naar buiten is gegaan en terug is gekomen met bedorven ogen? En als het hen zou lukken om de man – die hen tracht te bevrijden en omhoog te voeren – te grijpen en te doden, zouden ze hem dan niet ombrengen?'

Deze intuïtie dat we in een schijnwerkelijkheid leven, waaruit we alleen tegen een prijs verlost worden, is ook de inspiratie

van een populaire film als *The Matrix*. Daarin blijkt de alledaagse wereld een digitale illusie te zijn, die pas na een strijd die drie films duurt plaats maakt voor de werkelijkheid.

Van nature leven we in een grottig schaduwwereldje geplooid naar onze angsten en behoeften. We lijden aan spirituele glaucoom. Een blok hout bezien we, net als alle mensen en dingen, met praktische ogen: ‘Wat heb ik eraan?’ En met onze goede voornemens trekken we onze oude praktische wensen door naar het nieuwe jaar, zodat we dat bij voorbaat van zijn glans beroven.

Uit die schaduwwereld bevrijd worden is niet gemakkelijk. Anderen moeten ons daarbij helpen. Dat kan een kerkelijke gemeenschap zijn, een filosofische club, of een partner die weigert zich in te laten lijven in onze grot.

Laat varen alle goede voornemens, gij die het nieuwe jaar binnentrekt, opdat het een werkelijk nieuw jaar wordt.

WIJ LEVEN IN ONS EIGEN STRIPVERHAAL

Wat hebben Anders Breivik, Geert Wilders, Donald Duck, en u en ik gemeen? Antwoord: dat we maar ten dele in de realiteit leven. Breivik ziet dat Noorwegen aan moslims in de uitverkoop wordt gedaan en Wilders van de PVV dat Nederland in de muil van Brussel verdwijnt – alleen een sliertje Waddeneilanden lebbert er nog uit. Donald Duck denkt dat de hele wereld de pik op hem heeft, en u en ik gaan ervan uit dat niet wij maar de buurman getroffen kan worden door een hartaanval.

Dit is allemaal aantoonbaar onjuist. Een stap verder en er is zo weinig realiteitsbesef meer dat we spreken van een psychose. Een etiket dat verbloemt dat we onszelf zien uitvergroot in iemand die aan wanen lijdt: ook wij leven (deels) in een fantasie. Dat heeft gevolgen voor ons denken en doen. Zoals we de werkelijkheid ervaren, zo zijn wij, en zo is onze logica.

Voor Breivik is het, gezien de dreiging die hij ziet, logisch om te proberen met geweld – al betekent dat het doden van tientallen jongeren – een ramp voor zijn land te voorkomen. Die redenering horen we al in de Bijbel: het is beter dat een mens (of een groep mensen) sterft dan dat het hele volk naar de vaantjes gaat. Wilders beschouwt de Europese Unie als een groot gevaar. Voor hem is het dan ook logisch om uit de euro te stappen, al is dat de economische afgrond in.

Met dezelfde vanzelfsprekendheid verdrijft Donald Duck in kwakende woede een irritant keffende hond die hem voor een inbreker wil waarschuwen. En u en ik? Wij gaan er gezellig van uit dat niet wij maar de buurman het straks aan zijn hart krijgt. Logisch dat we fluitend door het leven gaan. Totdat we opeens wakker worden op de intensive care, mentaal totaal ontredderd omdat ons wereldbeeld is ingestort.

Aandachtig in waarheid leven is niet eenvoudig. Spiritua-

liteit wijst van oudsher de weg. Maar waarom vertekenen we eigenlijk de realiteit?

De oorzaak ligt in ons overlevingsinstinct. Dat wil overleven door voldoende eten, een huis dat beschermt tegen regen en kou, en nageslacht. Om die doelen te halen is de overtuiging nodig dat we speciaal zijn en daarom recht hebben op voedsel, een woning en seks. Dat zien we al, nog niet verhuuld door mantelpakjes of driedelige kostuums, in kinderen. De wereld draait onbeschaamd om hen. Hun gevoel bijzonder te zijn wordt bevestigd door bijvoorbeeld andere kinderen te pesten. Ik herinner me dat ik op de kleuterschool tegen een bepaald meisje lelijke gezichten trok – en het kind viel flauw. Ik kon mijn eigen naam nog niet eens schrijven, maar stapte rond als een veldheer die Rome op de knieën had gekregen.

Het overlevingsinstinct vervormt onze kijk op de werkelijkheid op zo'n manier dat die ons gevoel bevestigt speciaal, machtig te zijn. Breiviks waarneming dat Noorwegen een ramp tegemoet gaat geeft hem in eigen ogen de status van een kruisridder die moedig het land verdedigt tegen oprukkende moslims. Wilders' kijk op de islam en het Brusselse monster maakt hem voor velen tot een soort held die als enige durft te zeggen waar het op staat. Soms wordt elk woord van hem in de media uitgemeten alsof het rolde uit de mond van een groot profeet.

In het wereldbeeld van Donald Duck werkt alles en iedereen hem tegen. Dat is zijn manier om zich speciaal te voelen. Want waarom zou de wereld zich anders over hem zo druk maken? Hij is liever een getergde eend dan een grijze muis. In een paranoïde waan denk je dat je zo belangrijk bent dat iedereen almaar met jou bezig is. Je wordt achtervolgd, dus je bestaat. Het levert de eend nog de hoofdrol in een stripverhaal op ook.

In wezen zijn we allemaal Duck doende om de held te spelen in ons eigen kleine stripverhaal dat we van de werkelijkheid maken. U en ik, wij verwachten dat de buurman straks neervalt, niet wij. Het is moeilijk voor te stellen dat de koude vinger

van Magere Hein bij ons aanbelt. Dat klopt eenvoudig niet met onze kijk op de wereld. Het past niet in het plot. In een stripverhaal gaan de burens, de figuranten, dood – niet de held.

Werkelijk leven is leven in de werkelijkheid. We moeten gestript worden van ons stripverhaal. Dit vereist dat ons overlevingsinstinct met zijn fantasieën niet langer domineert, wat een fundamentele verschuiving inhoudt. De eens geweldadige apostel Paulus benoemt het zo: niet ik, maar Christus leeft in mij. De schellen zijn hem van de ogen gevallen en met ware aandacht ziet hij de wereld nieuw: ‘God alles in allen’. Dat maakt elk mens speciaal.

Van dood en verderf zaaiende held in zijn eigen stripverhaal, werd Paulus dienaar van de Werkelijkheid en een belangrijke bron van onze beschaving.