



Laafdienst: 6 november 2011  
 Kapelkerk, Laat 80, Alkmaar  
 Voorganger: Gonny Loman  
 Serie: Vrijheid en religie  
 Thema: De regel van Benedictus als weg naar innerlijke vrijheid  
 Motto: Hebben of zijn  
 Tekst: Psalm 1 (KBS vert. 1977)

## Overweging

Goed is dat je niet doet wat slecht is... zo vertaalde Oosterhuis het eerste lied van het boek van de psalmen, dat klinkt simpel, het klinkt ook mooi als lied, ook in oktober zongen we het al. Het is een refrein, een mantra, dat met je mee blijft gaan, en veel te denken geeft. De Hebreeuwse naam van het boek Psalmen, Tehilem betekent 'lofliederen'. Dat is opvallend omdat het in veel psalmen eerder om klacht en bede gaat dan om lofprijzing. De Griekse naam: Psalmoi, waarvan ons woord is afgeleid, verwijst naar de uitvoering als liederen die gezongen worden. Deze psalm, psalm 1, die met psalm 2 als inleiding op het hele psalmboek wordt gezien brengt twee levenswijzen naar voren: de weg van bewaarenden en de weg van doemenden.

De weg van de bewaarenden wordt bewandeld door mensen die de 'waarheid' bevorderen, hun naaste in hun waarde laten, de dingen om hen heen 'waar'borgen. Hun wegwijzer is de Schrift. In leerkringen samscholend verdiepen zij zich in de Tora. Met vreugde leren zij de verhalen, spreuken en profetieën van buiten. Zij laten de schrift diep doordringen in hun hart. Van binnenuit geeft de schrift, richting aan hun leven, aan hun doen en laten. Tenslotte is het God zelf die de hartslag van hun leven vormt, hun bewegingen doorstroomt, hen innerlijk aanvoelt.

De weg van de doemenden wordt bewandeld door mensen die systematisch het leven en de samenleving afbreken: meeneed, moord en uitbuiting. In kringen van onrecht zweren zij samen, bereiden aanslagen voor, dollen met het recht. Hun weg is innerlijk ontwricht.

Aan zichzelf gaat die mens ten gronde.

Psalm 1 brengt die twee wegen niet waardevrij naar voren. Ze kiest voor de weg van de bewaarenden. Wie deze weg gaat wordt gelukkig geprezen, deze weg opent toekomst, zo'n mens is op de goede weg, vaart wel.

Waarom nu deze psalm bij de regel van Benedictus ? Het was een tekst die spontaan opkwam, en wat blijkt... Benedictus heeft die tekst als grondgedachte bij zijn regel.

Eerst iets over Benedictus: In het begin van zesde eeuw trekt een jongeman oostwaarts de stad Rome uit. Hij trekt de bergen in en vestigt zich in een grot. Alleen, op zoek naar stilte en met een innerlijk verlangen om God te zoeken, monnik te worden. Eerst in Affile en na twee jaar naar een grot in de prachtige natuur bij Subiaco. Langzaam sluiten anderen zich aan en er ontstaat een kleine gemeenschap. In het jaar 520 trekt deze mens, Benedictus genaamd (wat betekend 'gezegend'), met enkele van zijn metgezellen naar het bergmassief van Monte Casino. Daar bouwen zij een klein klooster, als een ark in een onzekere en woeste tijd. De stad Rome, de machtige hoofdstad van het Romeinse rijk was in 410 veroverd en gevallen. En sindsdien waren er voortdurend invallen van barbaarse horden die plunderend rondtrokken en alles wat mensen opbouwden weer verwoesten.

Het was een tijd van crises en gevaar.

Benedictus had ervaring en kennis van eerdere tradities van monnikenleven, van daaruit schrijft hij zijn regel, niet alles is door hem bedacht. Heel het dagelijks leven wordt in die regel geordend, alles komt aan de orde: de keuken en de kapel, de slaapvertrekken en de gastenkamers, het spreken en zwijgen, de arbeid en het gebed. Benedictus wijst daarmee een weg aan er vallen woorden als gehoorzaamheid, nederigheid, zwijgzaamheid. Woorden die voor ons vaak een beladen betekenis hebben gekregen. Benedictus zelf schrijft: "deze regel is niet bedoeld als last, maar de regel moet je helpen te ontdekken en te ervaren hoe groot de vrijheid is waartoe je geroepen bent."

Al meer dan 500 jaar is de regel van Benedictus (480 – 547) een bron geweest voor mannen en vrouwen op zoek naar leiding, steun, inspiratie, uitdaging, troost en verlossing. De regel heeft zowel hen die de kloostergelofte hebben afgelegd als hen die zich buiten het klooster bevinden, in alle drukte en het gewoel van de wereld mensen geholpen om de zoektocht naar God te gaan.

De zoektocht gaan naar God, dat is een moeilijke tocht, daar kan ik in ieder geval wel wat hulp gebruiken. Al pratend daarover in de voorbereiding, over innerlijke vrijheid, over met aandacht leven en de dingen doen, zoals Benedictus dat uitwerkt in zijn regel, dat wilden we allemaal wel, maar: 'dan moet je niet vol zijn in je hoofd', zei de één en "niet in beslag genomen worden door de dingen van de dag", zei de ander. Het is een soort paradox: want als je aandacht geeft aan wat je doet, met aandacht luistert en leeft, zou de drukte van het leven juist wel eens minder kunnen worden. Hoe vindt ik die balans, die rust. Wandelend als ik vakantie heb lukt het wel, maar zo gauw ik weer in de tredmolen van het werk stap, lijken alle goede voornemens weer verdwenen en val ik in mijn oude patroon. Ik moet dus oefenen, het echt anders doen.

De geloften waarop de regel is geschoeid: gehoorzaamheid, armoede en kuisheid, klinken vooral negatief en begrenzend. Op drie terreinen moest je iets opgeven:

Gehoorzaamheid: niet meer doen wat jezelf wilt, het opgeven van je vrijheid.

Armoede: niet meer kunnen beschikken over de dingen die het leven aangenaam maken; het opgeven van je bezit.

Kuisheid: niet meer vrijen; het opgeven van lichamelijke intimiteit met anderen.

De geloften werden voorgehouden als beknotting, negatief geformuleerd, dat is erg schadelijk geweest toen en waarschijnlijk nu nog. Bovendien is het een vertekening van Benedictus intenties. De reeks van monastieke geloften luidt namelijk heel anders: *Stabilitas, conversatio, morum en obedientia*; te vertalen met: Bestendigheid, dagelijkse verbetering van houding en levensstijl en aandachtig gehoor geven aan wat anderen van je vragen. En deze principes zijn bovendien uitdrukkelijk op groei en bevrijding gericht, niet op beknotting en verenging. De regels die vervolgens uit deze principes voortvloeien staan in dienst van groei en bevrijding.

De regel op zich is geen doel, maar middel.

De geloften van gehoorzaamheid, armoede en kuisheid zijn binnen de context van monastiek leven niet zo maar als concrete normen gedestilleerd uit de regel. Het is heel begrijpelijk dat een goed samenleven van mensen in een monastieke gemeenschap, niet gebaat is bij intiem levende 'stelletjes', het bezitterig claimen van zaken alleen voor jezelf, en ook niet bij een verdeelde ongeregelde en op particuliere belangen gerichte besluitvorming. Vandaar het belang van kuisheid, bezitloosheid en gehoorzaamheid.

Maar het zijn waarden die ook van belang zijn voor het gezin, een school en een bedrijf: Een gezin fleurt er niet van op als ouders er een reeks wisselende contacten op na houden, of wanneer ouders en kinderen elkaar voordurend het bezit van dingen betwisten (al was het maar de afstandsbediening van de tv) of wanneer in de besluitvorming de ouders inconsequent zijn.

Ook een school of een bedrijf vaart er niet wel bij wanneer klikjes en 'stelletjes' hun deelbelangen laten prevaleren, wanneer mensen hun particuliere of groepsclaims leggen op goederen van de instelling en daar stiekem en maximum aan profijt uit halen, wanneer besluiten stilletjes of openlijk worden gesaboteerd of ontregeld. In de politiek, landelijke en Europees zien we daar in het groot de chaos en onrust van.

Het positieve complement van de principes: kuisheid, armoede en gehoorzaamheid; is dat gezinnen en bedrijven en scholen juist gedijen bij een open en eerlijk klimaat waar ieder dezelfde rechten en plichten heeft. Dat heldere en rechtvaardige regels rust en vrijheid brengen, en dat het delen van de beschikbare middelen en het gezamenlijk uitvoeren van de besluiten mensen tot groei en bloei brengen.

Terug naar psalm 1:

goed is dat je niet wat slecht is...

Woorden die simpel klinken

kiezen voor de weg van de bewaarenden...

om met het scheppingsverhaal te spreken, kiezen voor schepping , voor orde...

Als mijn leven geordend is zoals door de regel van Benedictus, dan kan ik de dingen met aandacht doen, ik hoef niet steeds te bedenken wat nu weer. Werk en rust zijn afgewisseld, gebed en arbeid in evenwicht. Die regel is er niet

om de regel maar als middel, zoals ik al eerder zei. Gericht op innerlijke vrijheid, zegt Benedictus zelfs, en dat tot eer en glorie van God...  
dat is tot bestemming komen...  
Kiezen voor de weg van de bewaarenden...

Ook dat klinkt weer simpel, was het maar leeg in mijn hoofd, de druk van alle dag niet zo groot! Om de bezwaren maar weer eens aan te halen om het niet te kunnen en niet te doen. Benedictus wijst mij er fijntjes op dat ik kan oefenen, oefenen in aandachtig leven. En als ik mij die levenswijze wil aanleren is de tip: probeer het met kleine haalbare dingen, en maak van deze kleine verbeteringen een gewoonte.  
In plaats van me te beklagen over dat ik geen tijd heb om nog regelmatig mijn vak literatuur bij te houden, zou ik en halfuur eerder kunnen opstaan en die tijd dagelijks besteden aan literatuur, en dat consequent volhouden.  
Dat neemt niemand me meer af in de uren, al of niet hectisch, die die dag nog volgen...

Zo zijn er in ieders leven wel en paar zaken te vinden waar dagelijks en trouw een beetje aan turn around, aan verbetering gedaan kan worden, of met een ouderwets woord, aan bekering.  
Kiezen voor de weg van de bewaarenden, kiezen voor zijn, en niet voor hebben.

Lloyd Haft, interpreteerde psalm 1 zo, en daar eindig ik mee:

Was het mij beter gegaan  
als ik niet had gedacht,  
niet had verwacht dat u was?  
niet bij dag en bij nacht?  
Had ik u niet moeten missen?  
Beter de boom geweest die staat  
niet denkt  
wortels drenkt in water  
niet in hoop als ik?  
Wie kan ik zeggen,  
wie kent hier de grond?  
Niet ik bedenk de boom die om mij is:  
uw loof, uw luister.  
Uw naam: wind tussen de bladeren  
die is om mij begonnen.