

INHOUD

Voorwoord 9

HET NU HEEFT EEN SAMENHANG NODIG 15

Er is zoveel dat niet hoeft 16

Ik voel dat ik tekortschiet 18

Overschatten wij het 'nu'? 20

Zeg het zoals het is 22

Een goed woord 24

Leven met grote ogen 26

Leven zoals wij nu doen 28

Doggersbank 30

Het bos is vrij 32

Bedankt voor het lenen 34

Doe eens passief! 36

Van nu naar hier 38

Mannen willen geld verdienen 40

De tram vertrekt 42

Nawarmte 44

Het is leuk om een moeder te hebben 46

Als pijn in de ziel 48

De nieuwe verplichting 50

Alles goed? 52

Zware dagen 54

Ik was het niet! 56

Het komt goed 58

Ruimte hebben in je eigen leven 60

Het bos heeft geen agenda 62

De reputatie van de rusteloosheid 64
Ik kick op het leven 66
Houd van wat je hebt 68
De niet-to-dolijst 70
Een paar minuten tijd voor de eeuwigheid? 72

DE GELOOFSWERELD STAAT NIET LOS VAN AL HET ANDERE 75

De sprong wagen 76
Aan degenen onder ons die mislukken 78
Met de hand op het hart 80
Het kan gebeuren! 82
Ik zie uw reactie met belangstelling tegemoet 84
Wat zal dat leuk worden 86
Het is goed zoals het is 88
Bid met het weer 90
Het ademen van de ziel 92
Wie vraagt naar jouw ziel? 94
Negen Italiaanse vrouwen 96
Droomhuizen of rouwhuizen 98
Thomas Merton's oog 100
Het belangrijke fluisteren 102
Tegen alle verwachtingen in 104
In de geestelijke fitnessruimte 106
Op een betere plek 108
Iets weids in mij 110
Huilen doe je wanneer je thuiskomt 112
Wees met mate verheugd! 114
Gods angst 116

De Dag van de Rookmelder 118
De tweelingbroer van alle twijfelaars 120
Verlang jij naar Kokkola? 122
Een vlieg in het loflied 124

DE LIEFDE IS GROTER DAN DEZE WERELD 127

Altijd op weg naar huis 128
Raak me aan terwijl ik nog leef 130
Bevestiging en tegenwerking 132
Daar komen waar je moet zijn 134
Gereed voor gebruik 136
De wereld veranderen! 138
Als het maar niet vergeefs is 140
Eén per dag 142
De ontdekkingsreis van het bejaardentehuis 144
Alleen maar een warrig vrouwtje? 146
Laat je kennen voordat je kritiek levert 148
Dat kleine beetje meer 150
Woorden zijn als tatoeages 152
Vriendelijkheid en ernst 154
Opbloeiende moed voor elke dag 156
Wanneer vrienden vrienden worden 158
Laat het los 160
De vanzelfsprekendheid van de week 162
Dankjewel dat je er bent 164
De dag van het grote gemis 166
De liefde om te wachten 168
Een dubbel boterhampapiertje 170
Laat de deur op een kiertje 172



Er is zoveel dat niet hoeft

Op dit moment verschijnen veel boeken die titels hebben in deze stijl: *101 dingen die je moet doen voordat je sterft*. Toen ik ging zoeken bij internet boekwinkels vond ik meer dan twintig soortgelijke titels, de ene nog onmogelijker dan de andere: *1001 boeken die je moet lezen voordat je sterft*, *101 griezelfilms die je moet zien*. *101 soorten bier die je moet drinken* was misschien de moeilijkste om uit te voeren. *1001 wonderen van de natuur die je gezien moet hebben voordat je sterft*. Vast en zeker een goed boek, maar geeft die titel je niet een beetje stress? Toen ik opgroeide, bestonden er zeven wereldwonderen. Toen had ik al door dat ik er waarschijnlijk nooit één ervan zou zien, of in het beste geval één of twee. Nu zijn het er meer dan duizend en je moet ze bezoeken voordat je sterft. En bedenk dan: als je ooit wilt kunnen terugkijken op je leven en zeggen dat je echt hebt geleefd, dan moet je dus niet liggen luieren.

Er heeft duidelijk een verschuiving plaatsgevonden: van dankbaarheid voor dat wat je hebt mogen meemaken, naar verdriet over wat je al die tijd niet hebt meegemaakt. Een soort rouw over wat je niet hebt gedaan. Alsof het bestaan nog niet vol genoeg is met verplichtingen, moet je nu ook al verdriet hebben over boeken die je niet hebt gelezen, films waarvoor je de tijd ontbrak om ze te gaan zien en over het besef dat je waarschijnlijk nooit naar Machu Picchu in Peru of Paaseiland zult gaan om de wonderlijke stenen beelden te zien die daar staan opgesteld.

Euripides, de tragediedichter die vierhonderd jaar voor Christus leefde, schreef: 'Als je een mens gelukkig wilt maken, geef hem dan geen rijkdommen maar neem hem een aantal verlangens af.' Hij vindt bijval in een groot deel van de spirituele literatuur

dat beperking haast als een bevrijder begroet. Door iets niet te doen, nee te zeggen en je verlangens te snoeien, creëer je ruimte en daarmee een plek waar iets groters kan groeien. De verlangens zijn goed, maar wanneer ze in hele kuddes op je afkomen, is het verstandig om een beetje streng te zijn. Daar waar sommige verlangens een vriendelijk nee ontvangen, stroomt niet zelden een verrassende blijdschap binnen. Er is veel dat niet hoeft en veel dat je niet nodig hebt.

Ik hoorde over een gestreste zakenman die had besloten een paar dagen vrij te nemen om te reizen en tot rust te komen. Hij had horen verluiden dat je zeer voordelig in een nabijgelegen klooster kon logeren. Hij vond dat wat ongewoon, maar zeker de moeite waard om uit te proberen. Zo gezegd zo gedaan: hij informeerde bij de kloosterbroeders en hij was van harte welkom.

Toen hij was aangekomen in het klooster leidden ze hem naar het gastenhuis met het eenvoudige, kale kamertje dat tijdelijk zijn verblijfplaats zou worden. De vriendelijke monnik die met hem meeliep naar zijn kamer verstrekte informatie over de maaltijden en gebedstijden. Hij benadrukte dat alle deelname vrijwillig was. Daarna maakte hij aanstalten om weg te gaan maar stond stil bij de deur en vulde nog aan: ‘Trouwens, als er nog iets is wat u nodig hebt, zegt u het maar. Dan zullen wij u leren om zonder dat te leven.’



Ik voel dat ik tekortschiet

Ik ontmoet steeds meer mensen die beweren te voelen dat ze tekortschieten. Ze schieten tekort als ouder, als levensgezel, thuis en op het werk. Vooral die laatste twee, thuis en op het werk. Wanneer je aan het ene front functioneert, gaan alarmbellen af aan het andere, en een uitademing wordt dan een diepe zucht die niet zelden de zin met zich meevoert: 'Ik voel me tekortschieten.' En dan moet je de vraag stellen: 'Wie is op het idee gekomen dat je overal goed in zou moeten zijn? En wie heeft dat vastgelegd en de norm bepaald voor de mate waarin je ergens goed in moet zijn?' Van de week stuitte ik op een tekst die me toonde dat dit probleem absoluut niet nieuw is, maar al beschreven wordt in een bron van bijna drieduizend jaar oud – het boek van de profeet Jesaja. De profeet beschrijft het gevoel van tekortschieten met de woorden: 'Het bed is te kort om je op uit te strekken, de deken te smal om je in te wikkelen.' (Jes. 28:20) Dit illustreert haast lichamenlijk voelbaar hoe de mens door de tijd heen niet werkelijk is veranderd en nog steeds niet helemaal voldoet aan de verwachtingen die hij van zichzelf heeft en die anderen hem opleggen.

Als je onder een te kleine deken hebt geslapen, weet je waar de kou lijdende profeet het over heeft. Wanneer je in elkaar kruipt en de deken zo heerlijk over je schouders trekt, steken je tenen onder de deken vandaan in de kou van de slaapkamer, en zodra je dat verhelpt, verplaatst het probleem zich naar je borst.

Wat als dit inherent is aan de manier waarop we als mens in elkaar zitten: dat we niet overal goed in zijn? Dat we tekortschieten? Misschien zit daar een idee achter; namelijk dat we elkaar moeten opzoeken, dat we moeten weigeren om ons te beperken tot onze

eigen mogelijkheden en middelen, weigeren om het bestaan te beperken tot iets van alleen deze wereld.

Wanneer je inziet dat je soms tekortschiet, open je je leven voor de beschikbare hulpbronnen. Die keren dat mijn leven een nieuwe en onverwachte wending nam, was doorgaans niet wanneer ik mijn best deed, maar juist wanneer ik ophield met mijzelf op te jagen, wanneer ik losliet en me openstelde voor hulp. Van God en van mensen. Er bestaat een woord met zes letters dat dit inzicht samenvat: genade. Genade maakt je deken een stuk groter, zodat je je helemaal kunt uitstrekken zonder koude voeten te krijgen.

Deze week las ik over de wiskundige en natuurkundige Blaise Pascal en hoe hij zijn religieuze redeneringen heeft samengevoegd tot iets wat sindsdien de Gok (geloofsthese) van Pascal wordt genoemd. Ik vergelijk mijzelf overigens totaal niet met hem, maar ik ging er die dag echt voor zitten om de geloofsthese van Sjödin te formuleren. Als die iemand anders tot nut kan zijn, dan is niemand gelukkiger dan ik. Zij luidt als volgt, en ik heb dit van mijn jongens geleerd:

‘Je hoeft niet overal goed in te zijn. Het is genoeg dat je er bent. Alles daarbovenop is een bonus.’



Overschatten wij het ‘nu’?

We kunnen enigszins gestrest worden van het idee dat het enige wat waardevol is het leven in het hier en nu schijnt te zijn. ‘Je moet in het nu leven’ en ‘Pluk de dag’ zo wordt gezegd, en ‘Wees aanwezig in het moment’. Maar wordt dat niet een beetje eendimensionaal? Zo beroerd is het nou ook weer niet om in het daar en toen te leven, in de goede herinneringen, in de mooie dromen. Het nu heeft zijn waarde, maar ook zijn beperkingen. En waarom heeft niemand het over het belang van de dag van morgen?

Deze gedachten dienden zich bij mij aan toen ik door mijn navigatieapparaatje naar Bor in Småland was geleid om daar een lezing te houden, maar in het verkeerde Bor belandde. Er zijn blijkbaar minstens twee dorpjes die zo heten. De tijd begon te dringen en de omstandigheden waren niet echt geschikt om over rust te spreken, maar dat was wel mijn onderwerp. Aan de andere kant: zo is het leven, zelden volstrekt ideaal. Ik pakte snel de uiterst betrouwbare wegenkaart. Helaas is die van ons behoorlijk hopeloos. Tijdens elke reis namen we ons al voor om een nieuwe te kopen. Helaas vergeet je zoiets gemakkelijk, tot het moment dat je weer in de auto zit, op weg naar een plaats die je niet kunt vinden.

Het probleem met onze kaart is natuurlijk niet dat de steden verkeerd staan aangegeven of dat wegen er niet op voorkomen, maar dat hij in zoveel stukjes is opgedeeld. Wanneer je een weg kiest tussen twee punten moet je vaak herhaaldelijk andere pagina’s zoeken, en voordat je met je vinger op de kaart bent aangekomen op de bestemming, ben je verdwaald. Je belandt aan de zijkant van een pagina en wordt dan met een klein pijltje acht pagina’s verder gestuurd, op pagina 34 en daar houdt de kaart weer op aan de bovenkant, waar een nieuw pijltje je doorstuurt.

Ter verdediging van de kaart moet gezegd worden dat hij wel een erg handig formaat heeft. Hij neemt niet veel ruimte in beslag. Het enige probleem is dat het overzicht ontbreekt.

Wat een bevrijding was het, toen ik in een doos in de schuur zo'n ouderwetse goedkope kaart van een benzinestation vond. Zo een die je uitvouwt over het hele dashboard en je knieën. Enorm onhandig, maar zó overzichtelijk.

Soms vraag ik me af of de reden van mijn verdwaald zijn en die van onze tijd in het algemeen, zou kunnen zijn dat we, zogezegd, alleen maar één bladzijde per keer lezen. Dat we het grotere geheel van onze levens hebben opgevouwen tot een handig zakformaat. De prijs die je daarvoor betaalt is dat het bijna onmogelijk is om nog de weg te kunnen vinden. De mens heeft altijd de behoefte gehad om de vragen 'waarvandaan?' en 'waarheen?' te stellen. Als je alleen maar in het nu leeft, dreig je jezelf daarin kwijt te raken. In plaats van te genieten van het moment, word je erdoor gevangen. Ik geloof dat we de lange lijnen nodig hebben, die onhandige kaarten, om ons een perspectief op ons leven te bieden. Die kaarten kunnen er natuurlijk heel verschillend uitzien. Voor mij is het geloof dat grotere plaatje geworden. Het geloof dat het leven een doel en diepere betekenis heeft; het geloof dat onze beperkte periode, als gast in de wereld, niet die van een eendagsvlinder is. Dat het leven niet alleen een moment is, maar ook eeuwig.

Nee, het 'nu' kan nauwelijks worden overschat, maar ik geloof meer en meer dat het 'nu' wel een samenhang nodig heeft. Het volstaat niet om alleen de dag te plukken. Het gaat om het leven, en dat is een verhaal dat best een beetje ruimte in beslag mag nemen.



Zeg het zoals het is

Hoe meer mensen ik ontmoet, hoe vaker ik denk: 'Als wij allemaal onze problemen in een plastic zak met ons mee zouden dragen, zou niemand meer met de ander willen ruilen.' Iedereen heeft zijn moeilijkheden, en uitsluitend wanneer je iemand op grote afstand bekijkt, kan de illusie bestaan dat er mensen zijn die het alleen maar goed hebben.

Het meeste van wat je je kunt voorstellen doet zich voor in de meeste levens, zo lijkt het, en wat zou het leven veel warmer en en menselijker zijn wanneer we elkaar vaker een inkijkje zouden gunnen, met een klein beetje transparantie.

Op het gevaar af dingen onnodig moeilijk te maken, vind ik dat de vraag 'Hoe gaat het met je?' tot de lastiger vragen behoort om oprecht te kunnen beantwoorden. We hebben veel antwoorden paraat, antwoorden die zijn ontstaan als vermijding van de waarheid. 'Het gaat zijn gangetje', 'Ik mag niet mopperen', 'Goed hoor' en 'Het kon slechter' zijn er een paar. Wat betekent dat allemaal?

Misschien is het alleen maar een manier om uit te drukken dat je die vraag op dat moment niet wilt beantwoorden, dat je een veilige omgeving nodig hebt met tijd en ruimte om te kunnen vertellen hoe het echt is. Dat bij zulke vragen de gelegenheid om een langer verhaal te vertellen essentieel is.

Of misschien vertellen onze antwoorden ons dat het niet meer past om oprecht te zijn. Dat we bij voorkeur allemaal gelukkig, gezond en financieel stabiel horen te zijn. Altijd. Dat is toch wel gemakkelijker.

De Pools-Amerikaanse rabbijn en filosoof Abraham Joshua Heschel reikt een andere manier aan om de medemens te beschouwen: 'Ik beoordeel mensen aan de hand van het aantal problemen waar ze bij betrokken zijn', zegt hij, en hij constateert dat mensen problemen hebben en dat God voortdurend met problemen worstelt. Die gemeenschappelijke vermoeiende inspanning is onderdeel van het leven zelf en bovendien een plek waar God en de mens elkaar raken. Ik ervaar die gedachte als oneindig troostrijk en hoopvol. De basis van alle ideologieën is toch de omschrijving van de huidige staat. Pas nadat je die staat hebt gedefinieerd, kun je je einddoel gaan schetsen en de weg daarheen. Het begint altijd met de situatie van nu. Het nu is niet altijd ideaal. En als een kans op verandering begint, hoe paradoxaal ook, met eerst de situatie van nu te onderkennen, wordt het al wat gemakkelijker zodra je gewoon mag zeggen dat het niet zo goed gaat; zo tegenstrijdig is het. Ik geloof dat dat komt door de waarheid.

Als wij allemaal onze problemen in een doorzichtige plastic tas met ons meedroegen, zou niemand willen ruilen. Tegelijkertijd geloof ik in volle ernst dat, als we dat deden, ieders tas een beetje lichter te dragen zou worden. Dat een kilogram, om het met de woorden van dichter Tomas Tranströmer te zeggen, plotseling nog maar zeventienhonderd gram zou wegen. Meer niet.

P.S.: Lang nadat ik deze column had geschreven, kwam ik erachter dat columnist en spreekster Hillevi Wahl de bedenker is van die gedachte: om het leven in een plastic zak met je mee te dragen. Bij dezen wil ik Hillevi, met wat vertraging, hartelijk danken.