

9 Zelfwaarachtigheid [*self-truth*]



Nederigheid is niet het gemakkelijkste onderwerp om over te praten, omdat het niet altijd gemakkelijk is om het basisconcept te scheiden van de verwarrende connotaties die het door de eeuwen heen heeft gekregen. Vooral wanneer nederigheid wordt gezien als een aspect van sociale interactie, wordt het al snel duidelijk dat de gebaren die gewoonlijk met deze handeling worden geassocieerd vaak voor meerdere interpretaties vatbaar zijn. In een busstation in Seoul zag ik eens hoe een man een kaartjesautomaat naderde. Hij boog naar de automaat, kocht een kaartje, nam het, boog weer en liep weg. De buiging was zo betekenisloos dat ze onzichtbaar voor hem was geworden. Het was slechts een nabootsing van de houding die het oorspronkelijk moest belichamen. (1)

Het moet ook duidelijk zijn dat de verschillende handelingen waarmee beleefdheid, hoffelijkheid, respect, eerbied en vriendelijkheid worden uitgedrukt geen betekenis hebben als de bijbehorende innerlijke houding ontbreekt. Om te kunnen spreken over nederigheid en de rol die het speelt in het smeren van relaties in de gemeenschap, moeten we enige moeite doen om de ruime innerlijke fundamenten van deze waarde te begrijpen. Als we het hebben over nederigheid als iets dat de moeite

waard is om te cultiveren, hebben we het meestal niet zozeer over objectieve nederigheid (lage sociale status) of bepaalde handelingen die nederigheid uitstralen, maar meer over een innerlijke houding, die in het Nieuwe Testament *tapeinophrosune* (nederigheid) wordt genoemd.

Vele jaren geleden schreef ik een boek over het hoofdstuk van Sint Benedictus over nederigheid. (2) In plaats van te herhalen wat ik daar schreef, wil ik enkele andere overwegingen geven over deze belangrijke kwaliteit en over de manier waarop die zich manifesteert en ontwikkelt in het leven van degenen die de monastieke weg volgen.



Een

De bestudering van het klassieke gebruik van het woord laat er geen twijfel over bestaan dat nederigheid (meestal beschouwd als status) niet hoog in het vaandel stond in oude culturen. We zien een verschil in het Oude Testament en, nog scherper, in het Nieuwe Testament. Nederigheid krijgt een hogere waarde omdat het wordt geassocieerd met een ontmoeting met de geestelijke wereld. Over de drempel van de geestelijke wereld zijn gestapt, al is het maar even, is een nieuwe visie op de werkelijkheid hebben en, navenant, een herzien inzicht in onze positie binnen die totaliteit. Friedrich Schleiermacher definieerde onze positie tegenover de absolute werkelijkheid in termen van afhankelijkheid. (3) We raken ervan overtuigd dat ons hele bestaan afhankelijk is van dat wat totaal anders is dan de wereld van onze ervaring. Zelfs het kleinste spoor van solipsisme is een waanidee.

Dit besef van onze unieke verbondenheid binnen een groter universum roept tegenstrijdige emoties op. Aan de ene kant worden we vervuld van een verlangen om dieper door te dringen in het hart van het mysterie waar we een glimp van hebben opgevangen. Aan de andere kant trekken we ons terug, ons bewust van onze onwaardigheid en van onze aardse oorsprong. (4) Volgens het boek Genesis zijn we immers uit aarde (*humus*) geschapen; we zijn ontologisch gezien al nederig. De erkenning hiervan is een moment van zelfwaarachtigheid dat de basis is van echte nederigheid.



Het proces van het erkennen van onze nederigheid wordt nog aangevuld met een intuïtie van onze inherente adel. Verbaasd ontdekt de mens dat hij een *nobilis creatura* is. We ontdekken ons verhevener potentieel wanneer we ons

aangetrokken voelen tot spiritualiteit en er vreugde in ervaren. Het is omdat we verzekerd zijn van onze hoge roeping dat we bereid zijn te erkennen wat laag in ons is. Zoals Sint Bernardus zegt: "Uit deze eerste ontmoeting van de rede met het Woord wordt nederigheid geboren." (5) Spirituele ervaring heeft als een van haar waardegevende kenmerken het besef van je kleinheid in het grote geheel der dingen. Deze innerlijke houding moet verder gewaarborgd worden door de manier waarop we ons beginnen te verhouden tot de omringende werkelijkheid. We kunnen niet doorgaan alsof er niets gebeurd is.

De terughoudendheid die we voelen in de aanwezigheid van God is anders dan gewone angst omdat ze doordrongen is van aantrekkingskracht en liefde. Terwijl we de afstand tussen ons en het oneindige erkennen, voelen we ons ook aangetrokken om dichterbij te komen. Net als Mozes en het brandende braambos trekken we uit eerbied onze schoenen uit, maar we gaan vooruit en proberen dichterbij het mysterie te komen. Juist de kracht van de aantrekkingskracht brengt een zekere aarzeling in ons teweeg, alsof we bang zijn dat onze brutaliteit alles zal bederven. Als je me een prachtig stuk handgeblazen Murano-glas zou geven, zou ik verrukt zijn. Tegelijkertijd zou ik bang zijn dat ik het per ongeluk op de grond zou laten vallen en het zou breken. Verrukking en angst bestaan naast elkaar. Hoe groter de verrukking, hoe groter de schrik.

Het is in erkenning van deze openbaring van een transcendent universum dat Sint Benedictus de eerste mijlpaal op de weg naar authentieke heiligheid "vreze des

HEREN" noemt. De veelomvattende betekenis van deze bijbelse term wordt vaak onderschat. Het gevoel dat wordt opgewekt door de ontdekking van een werkelijkheid die oneindig veel groter is dan de bekende wereld staat dichterbij ontzag dan bij angst. Hilarius van Poitiers (368†) verduidelijkte de zaak met deze woorden:

Vrees moet niet worden opgevat volgens de gebruikelijke betekenis ervan in de menselijke opinie. Want vrees is de huiver die de menselijke zwakheid ervaart, bang dat het iets zal overkomen wat het niet wil dat er gebeurt. We voelen deze vrees wanneer we geconfronteerd worden met een schuldig geweten, met de wet die ons wordt opgelegd door de machtigen, met de aanval van een sterker iemand, met een ziektegeval, met een ontmoeting met een wild dier of met iets ergs. Dergelijke vrees wordt ons niet onderricht, maar is het resultaat van natuurlijke zwakte. We hoeven niet te leren wat we moeten vrezen; de dingen die we vrezen infecteren ons met hun eigen terreur. ...

De vrees voor God moet geleerd worden; het wordt onderricht. Het wordt niet onderricht door terreur maar door verstand, niet door natuurlijke vrees, maar verworven door het onderhouden van voorschriften en door de werken van een onschuldig leven en door de kennis van de waarheid Voor ons bestaat de vreze Gods volledig in de liefde, en de vreze vindt haar voltooiing in de volmaakte liefde (metum eius dilectio perfecta consummat). (6)

Er is altijd een zekere ambivalentie over de reactie die we voelen wanneer we in de sfeer van God worden getrokken.

We begeven ons in een zone waar de normale gedragsregels niet langer toereikend zijn. Instinctieve reacties moeten nauwkeurig onderzocht worden. We moeten opletten; ontspannen is gevaarlijk. Daarom beschrijft Sint Benedictus deze eerste stap in termen van aandachtigheid:

De eerste stap van nederigheid is altijd de vrees voor God voor ogen te plaatsen en te vluchten voor alle vormen van vergeetachtigheid (oblivionem omnino fugiat) en altijd aandachtig te zijn voor alles wat God heeft verordend en steeds weer in gedachten te herhalen hoe zij die God verachten voor hun zonden in de hel terechtkomen en hoe zij die God vrezen het eeuwige leven tegemoet gaan. (RB 7,10-11)

Veelzeggend in dit korte citaat is dat het woord *semper* (altijd) drie keer voorkomt. In het vervolg van deze eerste trede komt *semper* nog vijf keer voor (RB 7.13, 14, 18, 23, 27), *omni hora* (op elk uur) vier keer (RB 7.12, 13, 29), en *quotidie* (elke dag) één keer (RB 7.28). Dit lijkt erop te wijzen dat er volgens Sint Benedictus niet veel vooruitgang in heiligheid te verwachten is totdat deze houding van ernst een permanent kenmerk is geworden van iemands benadering van het leven. De aarzelende mens blijft steken in een troosteloze toestand totdat er iets dramatisch gebeurt dat de dodelijke betovering van traagheid verbreekt.

Dit aandringen op het leggen van stevige fundamenten geeft een hoge mate van nuchterheid aan de spirituele leer van Sint Benedictus. Hoewel zo'n koerswijziging meestal duidt

op een intense ervaring van bekering, is er niet veel ruimte voor enthousiasme. In plaats daarvan lijkt Benedictus vastbesloten om potentiële kandidaten geen overhaaste verbintenis te laten aangaan, maar in plaats daarvan stap voor stap verder te gaan en de gevolgen van alle beslissingen die worden genomen af te wegen.

Hetzelfde moeizame begin is nodig bij het leren van bijna elke kunst of elk vak. Om tot zelfwaardigheid te komen, moeten we veel wanen ervaren en van ons afwerpen, en de oerangst weerstaan die veroorzaakt wordt door naakt te staan en anderen toe te staan ons te zien zoals we zijn. We hebben de neiging om onszelf te willen bedekken, zodat we gezien worden zoals we ons voordoen en niet zoals we zijn. We zijn als politici wiens publieke imago moet worden bewerkt om algemene goedkeuring te krijgen. En soortgelijke kunstgrepen zijn niet onbekend in religieuze gemeenschappen, waar het verlangen om heilig genoemd te worden voordat we het werkelijk zijn, niet onbekend is (zie RB 4.62). Privacy dient een goed doel als het dient om publicatie te voorkomen van wat echt intiem is, maar als het gebruikt wordt om de werkelijkheid te verhullen of om een vertekend of onvolledig beeld te projecteren, wordt het nastreven ervan een middel tot kwade trouw. De norm waarnaar we streven is de norm die door Sint Paulus is verkondigd: "Laat niemand over mij denken buiten wat gezien en gehoord is van mij" (2 Kor 12,6, elf keer geciteerd door Sint Bernardus). Wat je ziet is wat je krijgt. "De mens," echter, "ziet alleen wat aan de oppervlakte is, maar God kijkt in het hart" (1 Sam 16:7).

De vrees voor God is iets heel anders dan de soort angst waar velen onbewust door worden belaagd. Deze verborgen vrees uit zich in een ijzeren vastberadenheid om controle te houden: over jezelf, over je reputatie, over verantwoordelijkheidsgebieden en, geleidelijk aan, over wat anderen doen en zijn. Zulke dwangmatige controleurs lijken misschien een sterke persoonlijkheid te hebben, die hun wil of grillen aan iedereen opleggen, maar in feite zijn ze zwak, bang voor de schade die het onverwachte kan aanrichten. Een echt sterk persoon vertrouwt op de Voorzienigheid en is niet bang voor verrassingen. Als mensen controle willen uitoefenen, proberen ze ook Gods handelen in de wereld te belemmeren; ze worden waarschijnlijk meer beïnvloed door een welig tierend superego dan door enige ervaring van het transcendente. Hun ongeduld gaat vaak gepaard met een onrealistisch perfectionisme, waarbij alles wat geassocieerd wordt met mislukking of onvolmaaktheid een sterk gevoel van ontevredenheid en rusteloosheid in hen opwekt.



Twee

De reis naar integrale zelfkennis houdt in dat we geleidelijk onze plaats vinden in relatie tot God, tot anderen en tot de wereld, en dat we onszelf steeds opnieuw op een geloofwaardige manier inschatten. Een juiste inschatting hebben van waar we staan in de wereld - of in de gemeenschap - is de noodzakelijke basis voor passend gedrag. Het is duidelijk dat ons contact met de ultieme werkelijkheid dit proces ondersteunt, net

als onze interactie met andere mensen. We krijgen niet veel zelfkennis door alleen maar in de spiegel te kijken.

Het eerste resultaat van de ontmoeting met het heilige is een terughoudendheid in het automatisch volgen van alle neigingen die diep van binnen uit ons komen. Dit maakt ons vrij om te onderscheiden welke van de opties die voor ons liggen het meest levensgevend is. We erkennen dat de werkelijkheid meer is dan je op het eerste gezicht zou zeggen. Degenen die zich op het spirituele pad begeven leren al snel om praktische prioriteit te geven aan wat God wil boven hun eigen verlangens, niet vanwege een theoretische notie van verdienste, maar simpelweg omdat dit het innerlijke gevoel van Gods aanwezigheid voedt. Elke bewust gekozen handeling die de goddelijke wil uitvoert, weerklinkt van binnen en de intensiteit ervan wordt niet gemeten aan de hand van de objectieve kwaliteit van de handeling, maar veel meer aan de hand van de subjectieve instelling waarin de handeling werd uitgevoerd. Keuzes die geïnspireerd zijn door één enkele motivatie hebben noodzakelijkerwijs een sterkere impact dan keuzes die voortkomen uit meerdere intenties. Een vreemdeling een glas water aanbieden zonder bijbedoelingen is superieur aan het prediken van een pauselijke retraite, wat, hoewel het uit gehoorzaamheid gebeurt, een zekere dubieuze beroemdheid met zich meebrengt die de heiligste zielen in een diepe waan kan trekken en zo de kristallen oprechtheid van de goede daad vervuilt.

Misschien is het de moeite waard om een zekere nadruk te leggen op het feit dat de beste manier om onze interactie

met God naar een hoger niveau te tillen een ijver is om onszelf in overeenstemming te brengen met wat duidelijk Gods wil is. Dit betekent niet dat wat God wil altijd overduidelijk is. Soms zullen we ernaar moeten zoeken; soms zullen we moeten worstelen met tegenstrijdige claims. De vastberadenheid om Gods wil te vinden heeft hetzelfde effect als Gods wil doen; het richt ons hele wezen op God. En, onvermijdelijk, weg van de egoïstische neigingen die de bron zijn van zoveel ongeluk.



Drie

In ons streven naar een praktische uitdrukking van Gods wil zijn er verschillende sterke mededingers. De eerste is ons **geweten**, vooral als het aangevuurd wordt door het duidelijke onderricht van Jezus. Het is niet de tekst van de Bijbel alleen die dwingende kracht heeft; anders zouden we allemaal onze ogen moeten uitrukken en onze handen en voeten afhakken. Het woord van God kan door veel verschillende kanalen worden bemiddeld, maar het wordt pas echt doeltreffend als je er een gedragslijn mee bepaalt en het wordt opgenomen in een geweten vol geloof. Anders blijft het, ondanks zijn inherente waarachtigheid, buiten staan, bonkend op de deur en toegang eisend. Soms kan het sterke vrienden oproepen om binnen te stormen en naleving af te dwingen, maar het resulterende gedrag is niet echt een vrije reactie op Gods zelfopenbaring, maar gedwongen en waarschijnlijk wraakzuchtig.

Er zijn velen, waaronder het **leergezag** van de kerk, die aanspraak maken op het bezitten en uitoefenen van exclusieve rechten op de interpretatie van het woord van God. Kerkelijke autoriteiten kunnen wel onderricht dat in strijd is met de kerkelijke leer verbieden en zelfs de publicatie ervan verhinderen, maar ze zijn niet in staat om iemand te verplichten tegen zijn geweten in te handelen, zelfs niet als dat geweten een dwaling begaat. (7) In het geval van religieuzen die hun gelofte van gehoorzaamheid hebben afgelegd, is die gehoorzaamheid nooit absoluut en onvoorwaardelijk. Er zijn canonieke en grondwettelijke grenzen aan wat geboden kan worden, en zolang deze worden gerespecteerd, "moet een religieus niet snel concluderen dat er een tegenstrijdigheid is tussen het oordeel van zijn [of haar] geweten en dat van zijn [of haar] overste." (8) Naleving van een gebod hoeft echter niet deugdzaam te zijn; het kan simpelweg onderwerping aan een overmacht zijn. Als de gevolgen van ongehoorzaamheid pijnlijker zijn dan doen wat bevolen is, dan is er niet veel verdienste.

Gehoorzaamheid aan meerderen kan het best worden begrepen in de context van universele gehoorzaamheid - wat Sint Benedictus "**wederzijdse gehoorzaamheid**" noemt. Dit is het vertrouwvolle geloof dat iedereen die we tegenkomen de spreekbuis van God kan zijn, zoals de ezel van Bileam dat was, om ons de weg te wijzen naar een meer overvloedig leven. De nadruk ligt niet op de jurisdictie van degene die beveelt of op de intrinsieke waarde van de daad die gedaan wordt, maar op de bereidheid om je hart en je leven open te stellen voor een mogelijk goddelijk alternatief.

(9) Vaak zal de voorgestelde koers ervoor zorgen dat we onze plannen moeten wijzigen, en niemand van ons doet dat graag. Het is de bereidheid om, na rijp beraad, de controle over de richting van ons leven uit handen te geven die van belang is. Met zo'n instelling door de jaren heen reizen heeft duidelijk een transformerende invloed op de kwaliteit van iemands interacties - met God en met de naaste.

In een monastieke community is speciale eerbied verschuldigd aan de bevelen van de **overste**, in de veronderstelling dat deze uitsluitend gericht zijn op het welzijn van de gemeenschap of dat van het individu in kwestie. Degenen die het geluk hebben om in een community te leven waar men er algemeen van overtuigd is dat dit ook werkelijk zo is, zullen eerder geneigd zijn om slechts een relatief belang toe te kennen aan hun eigen percepties en meningen en eerder de mogelijkheid accepteren dat het automatisch volgen van het dictaat van de eigen wil niet altijd een goed idee is. Tijdens een pandemie is het niet meer dan gezond verstand om je vooroordelen en voorkeuren los te laten en het advies van specialisten op te volgen. Ze hebben misschien niet altijd gelijk, maar het is verstandiger om aandacht aan hen te besteden dan om zonder aarzelen de ingevingen van onze eigen vooroordelen te volgen.

Het klooster is een doelgerichte community; mensen sluiten zich erbij aan omdat ze vooruit willen naar het doel dat het voor zichzelf voor ogen heeft. Degenen die het klooster leiden moeten vaardig zijn in het bevorderen van deze vooruitgang. Zoals Sint Benedictus de dingen bekijkt,

moet ook de abt een professional zijn in het zoeken naar Gods wil, deze toepassen op elke specifieke situatie en deze communiceren op een manier die kan overtuigen. Waar een dergelijk vertrouwen heerst, zal er een hoge mate van vrede heersen in de gemeenschap en een algemene erkenning dat het leven de goede kant op gaat. (10)

Bij het overwegen van de spirituele voordelen van monastieke gehoorzaamheid is het belangrijk om de aandacht niet te beperken tot de overste als manager, die praktische beslissingen neemt over dingen die gedaan of nagelaten moeten worden. Een kloosteroverste is in de eerste plaats een leider, die de weg wijst om het doel te bereiken waarvoor de leden van de gemeenschap zich hebben aangesloten. Daarom geeft Sint Benedictus voorrang aan onderricht en het maken van beleid boven het louter geven van bevelen. Gehoorzaamheid in een klooster is niet wat men in het leger verwacht. Het is een openheid om voorbij de kaders van zelfbeoordeling geleid te worden naar een meer overvloedig leven. Natuurlijk legt dit een enorme verantwoordelijkheid op oversten. Helaas zijn velen van hen niet in staat om een dergelijke rol te vervullen en hebben ze de neiging om zich te beperken tot leidinggevende functies, het ophangen van mededelingen en iedereen gematigd tevreden houden. Misschien is het nuttig om te denken aan de ideale relatie die wordt geschetst in de anekdotes uit de woestijntraditie. Discipelen zochten en ontvingen een woord van wijsheid om hun vooruitgang te begeleiden; de *abba* of *amma* was alleen bezorgd om het welzijn van degene die hen had benaderd; niets anders deed er toe. Natuurlijk is het besturen van een

communiteit iets ingewikkelder. Een monastieke overste moet vaardig zijn, niet alleen in het bepalen van de meest levensgevendende optie, maar ook in de bereidheid deze te belichamen in hun eigen manier van leven. Bovendien zal de relatie met de leden van de communiteit gewoonlijk niet ideaal zijn, tenzij de overste een groot inlevingsvermogen heeft. Wanneer moeilijke dingen worden opgedragen of een toestemming wordt geweigerd, moet de overste innerlijk iets voelen van de pijn en frustratie van de ander.

Een overste in de geest van Sint Benedictus is iemand die, meer door daden dan door woorden, de leden van de communiteit aanmoedigt vertrouwen te hebben in de effectiviteit van het ter harte nemen van wat anderen - en vooral de overste - in te brengen hebben. Norse, ongenaakbare abten kunnen er prat op gaan dat ze het schip strak leiden, maar hun monniken zullen meestal elders op zoek gaan naar spirituele begeleiding en inspiratie. Dit maakt de monniken onvermijdelijk afhankelijker van wat Sint Bernard zelfadvies noemt, in zoverre dat ze zelf kiezen welk advies ze zullen opvolgen door hun keuze van adviseur.

Iemand die een glimp van God opvangt, begint een reis om God te vinden, niet zozeer als een extern object dat gezocht moet worden als wel als een energie die geabsorbeerd moet worden. In zekere zin is de persoon niet op zoek naar God, maar is hij op zoek om als God te worden, om door het goddelijke licht getransformeerd te worden tot een nieuw schepsel. Het is een ontologische reis en streven. Dit traject begint met serieuze inspanningen om zichzelf te geven om

vollediger gevormd te worden door Gods zelfopenbaring, of dit nu een kwestie is van dieper binnentreden in de eigen innerlijke ervaring of van zich laten vormen door voorzienige krachten buiten zichzelf die uitdrukking geven aan het goddelijke Woord. Het proces is van minder belang dan het eindresultaat.



Vier

Deze kneedbaarheid onder Gods hand doet misschien denken aan de profeet Jeremia toen hij de werkplaats van de pottenbakker bezocht (Jer 18:1-10). Er lijkt vaak sprake te zijn van een opeenvolging van cycli in iemands monastieke leven waarin je wordt gemaakt en dan gebroken, en dan opnieuw gemaakt en dan opnieuw gebroken. Als je eenmaal de controle hebt opgegeven, lijkt alle schijn van voorspelbaarheid uit je leven te verdwijnen en wordt het noodzakelijk om al je zekerheid te baseren op de trouw van God en niet op je eigen capaciteiten of de goede wil van anderen. Kandidaten voor het kloosterleven worden gewaarschuwd dat de weg naar God bezaaid is met *dura et aspera* (RB 58.8), en veteranen twijfelen er niet aan dat dit waar is. Er zijn verschillende niveaus waarop geduld op de proef wordt gesteld. Moeilijkheden zijn niet alleen te wijten aan menselijke kwaadaardigheid. Het gemeenschappelijke leven omarmen betekent accepteren om te leven met mensen die heel anders zijn en wier gedrag in het beste geval als raadselachtig en in het slechtste geval als beledigend kan worden ervaren. Leven onder een regel vereist dat we ons losmaken van veel persoonlijke

voorkeuren en ons conformeren aan gemeenschappelijke normen. Het hebben van een overste betekent dat er geen garantie is dat de situatie waarin ik me nu comfortabel bevind voor onbepaalde tijd zal blijven bestaan. Over de details van mijn uiterlijke omstandigheden heb ik geen onaantastbare zekerheid. Voor zover ik mijn identiteit ontleen aan het werk dat ik doe of de positie die ik bekleed, zal het lijken alsof ik voor altijd op de rand van naderend onheil moet leven. Zoals een van onze eerbiedwaardige ouderen wel eens mompelde: "Abten hebben een enorme macht."

Uiteraard is het juiste antwoord dat ik een innerlijke zekerheid moet ontwikkelen die me in staat stelt om alle stormen die op mijn pad komen te doorstaan. Dit betekent een rotsvast vertrouwen hebben in een goddelijke voorzienigheid die op kromme lijnen recht kan schrijven. Als we oprecht hebben geweigerd om een absolute waarde te hechten aan onze eigen ideeën over de toekomstige richting van ons leven, zullen we minder snel van streek raken als deze optimistische projecties verkeerd uitpakken. Mensen wiens zekerheid verankerd is in God lijden niet minder door hun uiterlijke tegenslagen, maar hun uiterlijke lijden veroorzaakt minder mentale onrust, omdat het geloof in God context en betekenis geeft aan wat ze doorstaan. Net als de heilige Paulus kunnen ze zeggen: "Ik ben van mening dat het lijden van deze tijd niet te vergelijken is met de heerlijkheid die ons geopenbaard zal worden" (Rom. 8: 18). En: "Deze lichte, kortstondige verdrukkingen van ons brengen een overtreffende en blijvende mate van heerlijkheid teweeg" (2 Kor 4: 17). En uit de Brief aan de

Kolossenzen: "Nu verheug ik me in het lijden voor jullie, en ik breng in mijn eigen vlees tot voltooiing wat nog overblijft aan de verdrukkingen van Christus voor zijn lichaam, de gemeente" (Kol 1:24). Dit is geen karikatuur van stoïcisme; het is een vast geloof dat alles in Gods handen ligt en dat "voor wie God liefhebben, alle dingen meewerken ten goede" (Rom 8:28).

Moeilijke tijden activeren geloof, hoop en naastenliefde. Elke door strijd geteisterde kloosterveteraan zal je dat vertellen. Wat je niet doodt, maakt je sterker. Onze ervaring van de geestelijke wereld verzekert ons dat er meer is in het leven dan wat er in het hier en nu gebeurt. Dit geeft ons hoop, niet zozeer dat dingen beter zullen worden, maar dat uiteindelijk alles goed zal komen. En omdat we de liefde hebben ervaren die ons heeft geschapen en omringt, vinden we vreugde in het teruggeven van die liefde in tegendraadse omstandigheden.

Vreugde is de sleutel. In de brief aan de Kolossenzen spreekt de auteur over de kracht die christenen ontvangen: uithoudingsvermogen (*hupomone*), geduld (*makrothumia*) en ... vreugde (Kol 1:11). Er is hier sprake van een volgorde. Moeilijke tijden overkomen iedereen; als we willen overleven hebben we geen andere keuze dan ze te doorstaan, maar zelfs dat vereist een zekere mate van standvastigheid. Als we vervolgens in staat zijn om ons lijden in een geestelijke context te zien, zullen we in staat zijn om kalm te blijven tijdens de storm, vertrouwend op de voorzienigheid van God om dingen tot een creatieve oplossing te brengen. Als ons geloof echt in onze hele

persoon is doorgedrongen, dan zullen we, net als de apostelen, blij zijn dat we waardig bevonden zijn om te lijden voor de naam van Jezus (Handelingen 5:41). Zelfs als we die hoogte van onverschilligheid voor pijn niet bereiken, zullen we achteraf waarschijnlijk het gevoel hebben dat we de bazuin willen laten schallen om te verkondigen: "In al deze dingen hebben we overwonnen dankzij God, die ons heeft liefgehad" (Rom 8:37).

Welke moeilijke en tegendraadse dingen zullen we waarschijnlijk tegenkomen in de loop van een monastiek leven? Meestal gaat het om het gewone lijden van de mensheid: beperking, zwakheid, ongelukken, tegenwerking, afwijzing, ziekte, veroudering, dood. Als Sint Benedictus het heeft over "onverdiende verwondingen", lijkt hij te doelen op iets kwaadaardigers. De monniken van Vicovaro probeerden hem te vergiftigen. Zelf verbiedt hij mishandeling expliciet (RB 70). De verslagen van de Generale Kapittels van de cisterciënzers door de eeuwen heen getuigen van gevallen van belediging, mishandeling, zwaar lichamelijk letsel, poging tot moord en moord. (11) Het zou prettig zijn geweest te kunnen melden dat zulke incidenten onbekend zijn in het hedendaagse monnikendom.

Sint Benedictus heeft het over valse broeders, vervolging en het voorwerp zijn van vervloeking. Ervaren monniken en monialen ooit vervolging binnen hun gemeenschappen? Voordat we hier volmondig ontkennend op antwoorden, moeten we er misschien rekening mee houden dat deze een iets subtielere vorm kunnen aannemen dan wat de heilige

Johannes van het Kruis meemaakte. Op al mijn reizen ben ik nog nooit een monnik of moniale tegengekomen die ten onrechte is gegegeld en opgesloten. Ik heb echter wel mensen ontmoet die zichzelf beschouwden als het doelwit van vooroordelen en discriminatie. Dit kan de vorm aannemen van het op een zijspoor zetten van mensen die niet bevoorrecht zijn, hen de mogelijkheid ontzeggen om productief te zijn, hen niet toestaan om hun talenten ten voordele van de gemeenschap uit te oefenen en zich als persoon te ontwikkelen, soms door hen op te zadelen met beroepen die niemand anders wil. En ik heb verhalen gehoord van controlerende personen die langzaam afglijden naar bazigheid en vervolgens naar wat alleen maar kan worden omschreven als pesten. (12) Er zijn kloosters waar het onverstandig lijkt om publiekelijk uiting te geven aan alternatieven voor het heersende beleid. Natuurlijk realiseer ik me dat ik soms maar één kant van het verhaal hoor en dat er in veel gevallen redelijke verklaringen kunnen zijn voor wat er is gebeurd, maar deze terughoudendheid neemt mijn bezorgdheid voor de betrokkenen niet helemaal weg. En ik weet dat vervolging niet altijd van bovenaf komt; het kan ook andersom gebeuren.

In zulke gevallen komt geduld op de lange termijn om de hoek kijken. (13) Geduld impliceert het vermogen om verder te kijken dan de huidige pijnlijke omstandigheden en ze te zien in de context van een positieve uitkomst. Zieke mensen worden patiënten als ze behandeld worden, omdat wat er met ze gedaan wordt, hoe ingrijpend het ook is, gedaan wordt met het oog op een betere toekomst. In zulke

omstandigheden betekent de deugd van geduld dat je je meer concentreert op de hopelijk gunstige uitkomst dan op het lijden van het huidige moment. En het betekent een grote mate van vertrouwen in degenen die de behandeling uitvoeren.

Op een vergelijkbare manier moeten we, als er moeilijke tijden aanbreken en we alles hebben gedaan wat redelijkerwijs van ons verlangd kan worden om de ernst van de situatie te beperken, leren om verder te kijken dan de huidige onaangenaamheden in het vertrouwen dat, hoe groot de kwaadaardigheid van de secundaire veroorzakers van ons ongeluk ook is, we in de handen van God blijven, die niet zal toestaan dat we buiten onze grenzen beproefd worden. Er zijn verschillende zijrivieren die in deze brede stroom van vertrouwen uitmonden. Op een basisniveau kunnen we meestal tegen onszelf zeggen: "Ook dit gaat voorbij." Op een hoger niveau kunnen we onze pijn accepteren als deel van het lot van de mensheid: Ik ben een mens en daarom zal lijden niet afwezig zijn in mijn leven. Een dergelijke houding legt een beperking op aan onze genotzucht en wekt in het ideale geval een grotere mate van empathie in ons op voor het lijden van anderen, hoe verschillend dat ook is van het onze. We kunnen onszelf zien als deelnemend aan het lijden van Christus, zoals Sint Benedictus aangeeft (RB Prol. 50). Geïnspireerd door de zaligsprekingen kunnen we worden aangevuurd met eschatologische ijver, zeker van de hoop op een goddelijke beloning. Misschien helpt het om een beetje koppig te zijn, tandenknarsend en mompelend: " Deze zaak zal me niet in zijn macht krijgen". Het is bevredigend om als overwinnaar

uit onze problemen te komen, maar uiteindelijk is het voldoende om gewoon te overleven. Wat ons behoedt voor totale instorting is die ontmoeting met de geestelijke wereld die ons ertoe bracht het kloosterleven in te gaan - het lijkt zo lang geleden. De totale waarheid over mezelf is veel breder en langduriger dan wat ik op dit uur doorsta.

Echt geduld is geen uitnodiging om een deurmat te worden. We zijn ook niet verplicht om objectieve oneerlijkheid of onrecht door de vingers te zien. Het is onredelijk om te verwachten dat iemand die persoonlijke integriteit hoog in het vaandel heeft staan, gevoelloos is wanneer die integriteit ten onrechte wordt aangetast. Zelfs als er aan de buitenkant niets te zien is, kunnen we het sentiment uit het gedicht van Dylan Thomas waarderen: "Ga niet zachtjes in die goede nacht Raas, raas tegen het sterven van het licht." Onder een kalme buitenkant kan een heilige woede een tijdje branden totdat de energie wordt omgezet in iets creatievers. Uiteindelijk kan het eisen om naar buiten te komen in profetische aanklachten, waarbij leugens "leugens" en gruwelijkheden "gruwelijkheden" worden genoemd," (14) maar voorlopig is alles stil aan het westelijk front. (15)



Vijf

Geduld vereist een goed niveau van zelfidentiteit en bovendien vergroot en versterkt het dat gevoel. Het communiteitsleven is aanzienlijk gemakkelijker als de leden van de gemeenschap echte mensen zijn en niet slechts acteurs die een

of andere vrome rol spelen. Het vergt veel moed om naakt voor de gemeenschap te staan. Vanaf onze eerste dagen na binnenkomst werden we aangemoedigd om ons beste beentje voor te zetten en ons meest toonbare gezicht naar de gemeenschap te projecteren. Het resultaat is dat anderen eerder geneigd zijn om zich tot onze ideële zelf te verhouden dan tot onze echte zelf. En elke positieve reactie die naar dat nog niet gerealiseerde zelf wordt gestraald, maakt ons nog ontevredener over de ongeziene werkelijkheid. "Als ze eens wisten." Misschien ben ik lange tijd heel voorzichtig dat niemand me ziet als ik mijn publieke imago niet draag.

Soms breidt dit rollenspel zich uit. Om een enkele waarheid over mezelf te verbergen, moet ik elke verwijzing naar zaken die een aanwijzing zouden kunnen geven over wat er verborgen wordt gehouden, verdoezelen. Om publieke kennis van mijn strafblad te vermijden, moet ik doelbewust vaag zijn over de jaren voor mijn intrede in het klooster. Als iemand een onschuldige vraag stelt, zal hij verrast zijn door de felheid waarmee ik een antwoord achterhoud. Ondertussen zal mijn lichaamstaal en een groeiende neiging tot verdoezeling in mijn spraak al snel iedereen die oplettend genoeg is waarschuwen dat er iets verborgen wordt gehouden. Ze ontmoeten niet de echte persoon, maar slechts een figurant. De relatie wordt onvermijdelijk gespannen.

Een rol spelen is vermoeiend en uiteindelijk begint het masker af te glijden, wat voor onrust zorgt bij iedereen. In feite is de ogenschijnlijke ramp goed nieuws, want het

brengt een aantal van de weinig creatieve neigingen die een voortdurend onderdeel van mijn karakter zijn naar buiten. Hun publicatie betekent dat ik geen moed hoef te verzamelen om erover te praten; ze zijn al algemeen bekend. Als ik iemand kan vinden in wiens raad ik vertrouwen heb, is de kans om te praten over de tot nu toe verborgen zones van mijn leven een grote zegen.

Het delen van mijn geheimen met een vertrouwde zielsvriend betekent een belangrijke stap voorwaarts op de spirituele reis. Onthulling is nooit volledig, maar met elke bedekking die ik opzij gooi word ik zekerder van mijn identiteit, bevestigd als ze is door de zorgzame acceptatie van een ander. Wanneer mijn meest beschemende tekortkomingen in het pakket zitten en deze geen afwijzing uitlokken, ontstaat er een diepe vrede. Maar de troost van weten wie ik ben brengt een uitdaging met zich mee. Ik moet leren om vanuit deze identiteit te handelen, om de vrijheid te vinden om de verwachtingen van anderen opzij te schuiven en prioriteit te geven aan mijn eigen verlichte geweten. Om trouw te zijn aan mezelf.

In de eerste plaats betekent dit dat ik mijn eigen begaafdheid moet erkennen. Veel mensen die bij nederigheid denken aan zelfverloochening zijn meestal verbaasd om te horen dat dit een belangrijk aspect van die kwaliteit is. Mijn talenten erkennen maakt deel uit van zelfwaarachtigheid: de tegenhanger ervan is geloven dat alles wat ik heb, ontvangen is. Een geschenk is kosteloos; het wordt gegeven zonder dat er vooraf een waardigheid voorondersteld wordt. Mijn begaafdheid erkennen brengt

een drievoudige verplichting met zich mee: mijn talent ontwikkelen, mijn talent gebruiken, bij voorkeur ten voordele van anderen boven mezelf, en geen eer opeisen voor wat ik niet verdiend heb. Als wat ik heb een geschenk is, dan moet mijn houding ertegenover gekruid zijn met een flinke dosis dankbaarheid. Tenzij, in zeldzame gevallen, het gedaan wordt voor een hoger doel, is het ontkennen of verminderen van mijn begaafdheid zondigen tegen de natuur.

Als ik de kostbare vezels van mijn natuurlijke begaafdheid erken, ervaar ik een diep gevoel van veiligheid dat me in staat stelt om de blindheid, zwakheid en kwaadaardigheid van anderen te weerstaan. Het is een bron van kracht die van onschatbare waarde is. Het betekent dat ik minder geneigd ben om mezelf te laten gelden, omdat ik niets hoeft te bewijzen. En als er nog steeds verborgen gebieden van illusie zijn die me zouden kunnen doen afwijken van volledige waarachtigheid, zal mijn openheid met een zielsvriend helpen om deze te identificeren en hun invloed teniet te doen.

Als ik minder competitief word, zal ik de begaafdheid van anderen eerder waarderen. Ik zal snel geneigd zijn om te prijzen - niet als een vorm van bewieroking, maar als een oprecht gebaar van solidariteit. Het is een hoge deugd om dankbaar te zijn voor de gaven van anderen en het is een effectief middel om de kwaadaardige neiging tot afgunst, die zich in ons allemaal nestelt, te neutraliseren. Wat een genade is het als ik me realiseer dat de gaven van de een aan allen worden gegeven; als een ander lid van de

gemeenschap ergens in uitblinkt, wordt de kwaliteit van het communityleven verbeterd en ik deel in dat voordeel. Aan de andere kant kan worden opgemerkt dat een community met veel begaafde leden soms ernstig verdeeld kan raken. Het is alsof de verschillende gaven elkaar uitsluiten. Niet-erkende hoogbegaafdheid wordt bijna altijd giftig, of het nu is door ranzige concurrentie of door de subtiele tactiek van gepolijste passieve agressie.

Een gezond niveau van zelfkennis is een sociale aanwinst. Het moedigt me niet alleen aan om anderen te dienen met mijn specifieke gaven, maar het leert me ook om situaties te vermijden waarin mijn negatieve energieën worden geactiveerd. Het is vooral nuttig als degene bij wie ik om raad vraag een lid van de community is, of dat nu een overste, een spirituele senior of iemand anders is. Dit betekent dat elke situatie die ik beschrijf misschien al bij hen bekend is en dat ze me kunnen helpen om tot een evenwichtige interpretatie van de gebeurtenissen te komen. Maar al te vaak, wanneer monniken externe begeleiders of supervisors raadplegen, wordt alleen hun eigen kant van het verhaal verteld, in welk geval het gemakkelijk is om zichzelf alleen als onschuldige slachtoffers voor te stellen, terwijl dagelijkse waarnemers weet zouden hebben van een zekere mate van medeplichtigheid.

Hoewel het aan te raden is om onszelf te laten zien zoals we zijn aan andere leden van de community, betekent dit niet dat de hele community - metaforisch gesproken - naakt moet rondlopen. Het is niet nodig dat iedereen het hele verhaal achter iedereen kent. Er is ruimte voor privacy. (16)

De niet-onthulling die Sint Benedictus aanbeveelt, zou alleen beoefend moeten worden met betrekking tot degenen die weten hoe ze hun eigen wonden en die van anderen moeten helen. Vaker dan we zouden verwachten, schuilt er achter het mooie gezicht een tragedie. Niet iedereen is emotioneel toegerust om met volledige openheid om te gaan. Hoewel het onze relatie met de persoon kan verbeteren, is het kennen van hun beproevingen en trauma's meestal een last. Ze zeggen dat "gedeelde smart een halve smart is", maar dit betekent dat mensen met een flinke dosis empathie bijna overweldigd worden door het lijden van anderen. Het betekent leven met een sterk gevoel van onmacht om veel meer te doen dan alleen maar aandachtig te luisteren en niet af te wijzen. Misschien ligt de enige oplossing in het omarmen van de ontberingen van de ander met de armen van ons gebed.



Zes

Mensen die zich comfortabel en thuis voelen in zichzelf hebben niet veel hulpmiddelen nodig om hun leven draaglijk te maken. De eerste levensbehoeften zijn voldoende. Sint Benedictus lijkt te suggereren dat als deze gegarandeerd zijn, er voor niemand in het klooster reden hoeft te zijn om zich zorgen te maken over het feit dat ze niet genoeg hebben. Hij merkt ook op dat er een tendens is om het bezit van overvloedige goederen van hoge kwaliteit te beschouwen als een symbool van een hogere status.

Het sleutelwoord dat Sint Benedictus gebruikt is *contentus* (RB 7.49); tevreden zijn met wat je hebt ondermijnt elk verlangen naar meer. Toen Kapitein Cook en zijn mannen in 1770 de Guugu Yimithirr bevolking van Noord Queensland een selectie westerse kleren schonken, waren ze later verbaasd toen ze die achtergelaten vonden, "allemaal op een hoop bij elkaar, ongetwijfeld als rommel die het vervoeren niet waard is". (17) Wie heeft er kleding nodig in de tropen? Het dictum *nudus nudum Christum sequi* van de heilige Hiëronymus was niet bedoeld om letterlijk te worden genomen, maar het suggereert wel dat het verzamelen van materiële goederen, of beter gezegd, het verlangen om te verzamelen, een ernstige belemmering is voor oprecht discipelschap en zelfs voor een gewoon niveau van menselijk geluk.

Naomi Klein heeft treffend gezegd: "We winkelen niet om wat we kopen; we winkelen om een gat te vullen." (18) Dus eindigen we met veel meer dan we nodig hebben, zelfs met veel meer dan we kunnen gebruiken. De erkenning van de zinloosheid van hamsteren is de kern van Marie Kondo's campagne om onze huizen te ontdoen van alles wat ons geen vreugde brengt. Dezelfde prioriteit lijkt ten grondslag te liggen aan het somberdere Zweedse ideaal van *Döstädning* (dood-opruimen), waarbij we ons ontdoen van alles wat anderen na onze dood zullen moeten weggooien. Hoe meer we hebben, hoe meer kans op wanorde. Als ik vijf tangen heb, kan ik meestal de tang vinden die ik wil; als ik er vijfduizend heb, wordt de taak ontmoedigender. Hoe meer materiële zaken ik bezit voor mijn geluk, hoe groter de kans dat mijn genegenheid wordt opgeëist door

tegenstrijdige dingen. De uiterlijke veelheid aan bezittingen leidt tot innerlijke verdeeldheid. De enige manier voor mij om eenvoud van doel te bereiken is om mijn gehechtheid te verminderen aan de reeks goederen die momenteel schreeuwen om een permanente verblijfplaats in mijn hart. Als ik tevreden ben met een paar dingen, dan zal ik er niet door bezwaard zijn. Ik zal vrij zijn. En het zal niet zo moeilijk voor me zijn om tevreden te zijn.

Iemand die tevreden is met weinig zal gemakkelijk opgaan in het leven van de gemeenschap. Omgekeerd zal iemand wiens gevoel van eigendunk sterk is, altijd eisen stellen, altijd gekrenkt zijn als niet zo ruimhartig mogelijk aan die eisen wordt voldaan, altijd jaloers zijn op degenen die ruimer beloond lijken te worden. Veeleisende monniken en monialen hebben een sterke drang om zich speciaal te voelen; meestal hebben ze het vermogen verloren om onderscheid te maken tussen behoeften en wensen, en als gevolg daarvan is hun geluk in gevaar zodra iemand niet volledig toegeeft aan hun dwingende grillen.

Hoge eisen stellen aan voedsel is een andere uiting van dit gebrek aan verstandige onthechting. Wanneer andere bronnen van bevrediging afnemen, compenseren monniken en monialen dit soms door meer belangstelling te tonen voor de kwaliteit van hun voedsel, of ze worden zelfbenoemde wijnkenners. Met hun superieure smaak laten ze zien dat ze boven de rest van de gemeenschap staan. Overigens is er geen bewijs dat Sint Benedictus de wijn die hem door de monniken van Vicovaro werd aangeboden, afwees omdat het een inferieur oogstjaar was.

Wie zich heeft toegelegd op het spirituele streven, realiseert zich al snel dat dit een zekere terughoudendheid met zich meebrengt als het gaat om sociale communicatiemiddelen. En hoewel het bijna onmogelijk is om met de rest van de mensheid om te gaan zonder toegang tot dergelijke media, is er geen echte noodzaak om de nieuwste elektronische snufjes te hebben en de status die ze verlenen. Het principe van Sint Benedictus over kleding kan hier worden toegepast: "Laat de monniken zich niet druk maken over de kleur of grofheid van deze dingen, maar laat ze tevreden zijn met wat ze kunnen vinden in de streek waar ze wonen of wat ze goedkoper kunnen kopen" (RB 55.7).

Parallel aan deze liefde voor materiële goederen en de status die ze met zich meebrengen, is er het verlangen naar een baan die benijdenswaardige voordelen en een zekere mate van publiek aanzien met zich meebrengt. Het probleem is dat er in de meeste monastieke gemeenschappen maar weinig banen zijn die aan deze eisen voldoen. Het is niet onbekend dat degenen die hun zinnen hebben gezet op het bereiken van deze hoogten, vaak ontevreden zijn over de toewijzing van minderwaardige beroepen. Ontevredenheid of onmacht in werksituaties is een belangrijke oorzaak van ontevredenheid, depressie en zelfs rebellie, vooral onder mannen. In de meeste gevallen van ambitie lijkt het erop dat degenen die getroffen zijn door deze verterende passie het doel uit het oog verloren zijn waarvoor ze het klooster zijn ingegaan en waarvoor ze hun (ongetwijfeld) briljante carrière hebben opgegeven.

Hoewel het uiteindelijk het gevoel van aanvaarding door God is dat ons bevrijdt van de noodzaak om onze zichtbare bronnen steeds weer aan te vullen, is vrijheid van de tirannie van verwerving vaak een gevolg van het vroege gezinsleven. Als er onvoorwaardelijk en zonder voorbehoud van kinderen wordt gehouden, groeien ze meer ontspannen op; hun gevoel van eigenwaarde blijft relatief gescheiden van statusverhogende toevoegingen. Kinderen die opgroeien in gezinnen waar ze moeten concurreren om genegenheid, zullen eerder verlangen naar zichtbare tekenen van waarde om hen de zekerheid te geven die ze niet voelen. Net als in andere gebieden van het kloosterleven is de mate van strijd die ervaren wordt vaak een weerspiegeling van deze vroege vormende jaren in het gezin.



Zeven

Een laag zelfbeeld is geen deugd. Sterker nog, als een vorm van valse nederigheid (*tapeinophrosune*) werd het tweemaal als gevaarlijk afgewezen door de schrijver van de Brief aan de Kolossenzen (Kol 2:18, 23). (19)

Authentieke nederigheid is geen vorm van zelfhaat die gevoed wordt door een diepe, ondergrondse negativiteit; het is een realistische erkenning dat anderen op veel gebieden bekwamer zijn dan ik.

Oprecht over jezelf denken als lager en minder waardevol dan anderen hoeft niet zelfverloochenend te zijn. Toen ik cello speelde naast Pablo Casals, gaf ik grif toe dat ik niet zo

goed speelde als hij. Toen ik samen met Sir Edmund Hillary de Mount Everest beklom, had ik er geen moeite mee om toe te geven dat zijn klimvaardigheden superieur waren aan de mijne. Hoewel ik twee gouden medailles won op de laatste Olympische Spelen, bevestig ik graag dat er velen waren die er meer wonden. De waarheid toegeven is geen schande voor mij.

Zo'n houding vraagt om een zekere vrijgevigheid van geest die me in staat stelt de goede kwaliteiten van anderen te erkennen, vooral als het gaat om kwaliteiten die ik niet of in mindere mate bezit. In sommige gevallen kan het betekenen dat ik een veronderstelde superioriteit opgeef om de grotere deskundigheid van een ander te erkennen. Het is eerlijkheid. Het is waarheid. Als een broeder een Nobelprijs wint, is het ongeleefd van me om te doen alsof ik er onverschillig tegenover sta. Bevestiging is het levenssap van een bloeiende gemeenschap. Het vermogen om de begaafdheid van onze naasten te erkennen en te vieren is een zeer wenselijke sociale kwaliteit in situaties waar vertrouwdschap maar al te vaak minachting inboezemt en profeten niet welkom zijn in hun eigen land. Acceptatie en bewondering leiden tot dankbaarheid en gemeenschappen zijn gezegend als hun leden snel hun bewondering en oprechte dank uitspreken voor bewezen diensten.

Wijlen Lord Jonathan Sacks, voormalig opperrabbin van Groot-Brittannië, heeft het erover dat het grootste deel van nederigheid bestaat uit "het vermogen om te bewonderen, ... om open te staan voor iets dat groter is dan jezelf. Valse nederigheid is het doen alsof je klein bent. Ware

nederigheid is het bewustzijn in de aanwezigheid van grootsheid te staan." (20) Hoeveel gelukkiger zouden we zijn als we leerden de mensen om ons heen te bewonderen, in plaats van voortdurend hun gebreken te benadrukken. Toegegeven, de praktijk van bewondering is niet gemakkelijk als de dagelijkse gebreken van anderen in zo'n overvloed aanwezig zijn. Dit is geen excuus voor de neiging om aan elk compliment dat over anderen wordt gemaakt absurd genoeg het afkeurende voegwoord toe te voegen, maar: "Hij speelt misschien goed orgel, maar hij moet hoognodig naar de kapper." Grootmoedigheid vereist dat we niet toestaan dat onvermijdelijke onvolkomenheden de stralende deugden of vaardigheden van de mensen om ons heen op onevenredige wijze verdoezelen. Het klinkt gemakkelijk, maar dat is het niet. Door een soort perversiteit die de meesten van ons ervaren, lijkt er een aangeboren voorkeur te bestaan om de fouten van anderen waar te nemen en ons niet te laten verwarmen door hun goede kwaliteiten. We vergelijken onszelf vaak onbewust met anderen. Er lijkt voortdurend een kriebel in ons te zitten om te bewijzen - vooral aan onszelf - dat we hoger staan dan de mensen om ons heen.

Aan de basis van deze negativiteit ligt een neiging tot perfectionisme. We zijn er zelf het eerste slachtoffer van. Degenen die geplaagd worden door deze ambitie, worden voortdurend aangespoord door een onderhuidse quasi-ouderlijke stem die hen niet alleen aanspoort om harder hun best te doen, maar ook om het beter te doen, om zichtbare resultaten te behalen. Dit onvermogen om de realiteit van onvolmaaktheid te accepteren is een pijnlijke

beproeving voor de hele gemeenschap. In de Japanse cultuur bestaat de uitdrukking *wabi-sabi*, die de schoonheid van het onvolmaakte, nederige en bescheiden prijst. In een dergelijke context kan het streven naar "perfectie" worden opgevat als godslasterlijk, een soort poging als van Prometheus om hoogten te beklimmen waarvoor mensen nooit bedoeld waren. Soms wordt perfectionisme in verband gebracht met een zekere mate van dwangneurose, soms is het het resultaat van gehersenspoeld worden door een hyper-moralistische spiritualiteit die meer vertrouwt op schuld dan op de genade van God. Maar het is een neiging die geïdentificeerd en neergeslagen moet worden. Perfectionisme is een zonde tegen het gemeenschappelijke leven; we verlangen ons de perfectie toe te eigenen en voor onszelf te reserveren die alleen de gemeenschap toekomt.

Ongetwijfeld is perfectionisme verbonden met een Pelagiaanse en semi-Pelagiaanse houding die paus Franciscus identificeert met een wil die tekortschiet in nederigheid:

Degenen die toegeven aan de Pelagiaanse of semi-Pelagiaanse mentaliteit, ook al spreken ze hartelijk over Gods genade, "vertrouwen uiteindelijk alleen op hun eigen krachten en voelen zich superieur aan anderen omdat ze bepaalde regels in acht nemen of onverzettelijk trouw blijven aan een bepaalde katholieke stijl." . . . Uiteindelijk verhindert het gebrek aan een oprechte en gebedsvolle erkenning van onze beperkingen dat genade effectief in ons kan werken. Er blijft geen ruimte over om dat potentiële goede tot stand te

brengen dat deel uitmaakt van een oprechte en oprechte levensreis van groei. (21)

Een weloverwogen beleid van voorrang geven aan anderen is niet het resultaat van een of ander psychologisch defect, maar vloeit voort uit trouw aan het fundamentele onderricht van het Evangelie. Het is de basis van een geest van wederzijdse dienstbaarheid die het vermogen heeft om veel vreugde te brengen in een gemeenschap. Het is wat Jonathan Sacks "de stilte van het ego" noemt, die ons in staat stelt onze ware plaats te vinden in de gemeenschap waarin we niet zijn gekomen om gediend te worden, maar om te dienen:

De mens maakt zichzelf nu ondergeschikt aan anderen in dienstbaarheid. Dit heeft niets te maken met zelfvernedering of dienstbaarheid. In zo'n tapeinophrosune worden anderen serieus genomen omdat God zelf de mensen serieus neemt en hen naar elkaar verwijst door Zijn handelingen. Alleen door tapeinophrosune, het afzien van zelfbevestiging, kan de eenheid van de gemeente tot stand gebracht en in stand gehouden worden. Zonder tapeinophrosune zou het afbrokkelen. (22)



Acht

De gemeenschappelijke regels en verwachtingen van de meeste monastieke gemeenschappen laten tegenwoordig ruimte voor een zekere mate van initiatief en individuele flair. Alleen in de meest tirannieke gemeenschappen is het dagelijks leven zwaar voorgeschreven. De meeste gemeenschappen geven de

voorkeur aan een lichtere aanpak, ook al blijven de verwachtingen hoog. Een normale uiting van nederigheid is de bereidheid om te leven binnen de grenzen die het karakter van de levensstijl van de gemeenschap bepalen. Deze zijn niet altijd in steen gebeiteld of neergeschreven; vaker wel dan niet zijn ze onuitgesproken: onzichtbare grenzen die pas zichtbaar worden als we er tegenaan lopen. Opgroeien in een bepaalde gemeenschap houdt meestal in dat je intuïtief moet aanvoelen wat aanvaardbaar is en dat je deze vaak willekeurige criteria tolerant moet aanvaarden.

Falen in dit opzicht maakt objectief gezien niet veel uit. Wat maakt het uit of een monnik zijn scapulier achterstevoren wil dragen? Of zijn erwten met een lepel eet? Maar elk opzettelijk gebaar is subjectief van belang. Verzet tegen gewoonten is een daad van passieve agressie tegen de gewone manier van doen, vaak voortkomend uit een claim van exceptionalisme ("De normale regels gelden niet voor mij"), of uit een onderliggend gevoel van grief en wrok ("Er is toch niemand die van mij houdt").

Het is interessant om de ernst op te merken waarmee Sint Bernardus de eigenzinnigheid beschouwt in zijn traktaat *Over de treden van nederigheid en hoogmoed*. (23) Dit terwijl hij de monnik die door deze ondeugd wordt belaagd als een soort grap afschildert. Mensen die verteerd worden door hun eigen behoefte om anders te zijn, hebben vaak niet in de gaten hoe belachelijk ze zichzelf maken. We zullen in het volgende hoofdstuk meer zeggen over eigenzinnigheid.

De belangrijke waarde die eigenzinnigheid ondermijnt is solidariteit, het gevoel echt bij de community te horen en er niet alleen te wonen, maar ermee in te stemmen deel uit te maken van de gemeenschappelijke kudde. Positiever gezegd, solidariteit onderricht ons om ons thuis te voelen binnen de community. Dit betekent meer dan "Hier woon ik". Solidariteit stelt me in staat om gedefinieerd te worden door mijn lidmaatschap van de community. Als ik over de community spreek, gaat het over "ons" en niet over "hen".

Zelfwaardigheid verlost ons van het wrede gevoel van uitzonderlijkheid dat ons op een voetstuk plaatst en ons afsnijdt van alles wat ons gegeven wordt door onze interactie met andere mensen. Het accepteren van onze gewoonte is een reuzensprong, waar velen van ons tegenop zien, ook al moeten we statistisch gezien allemaal dicht bij het gemiddelde zitten. Hugh Mackay, die in Australië het dichtst in de buurt komt van een publieke intellectueel, schrijft over het belang van solidariteit:

De meesten van ons slagen erin om zowel eerlijk als oneerlijk te zijn, om zowel integriteit als hypocrisie te tonen, en om onze eigen meningen te verwarren met "de waarheid" op manieren die ons belachelijk maken voor mensen die de wereld toevallig anders interpreteren. Nederigheid helpt ons dat allemaal te begrijpen. Een flinke scheut nederigheid zou ons kunnen behoeden voor veel van de spanning, bitterheid en wrok die ons aantasten, maar toch is nederigheid momenteel hopeloos uit de mode; eigenwaarde is helemaal in. . . . Misschien kunnen we door te accepteren dat we het soort mensen zijn dat we werkelijk zijn - rommelig, inconsequent,

neurotisch, maar ook nobel, serieus en innemend - een nieuw, realistischer niveau van respect voor onszelf en elkaar vinden.
(24)

Het tegenovergestelde van solidariteit is eenzaamheid. Eenzaamheid is geen functie van alleen zijn; velen zeggen dat ze zich het eenzaamst voelen in een menigte. Eenzaamheid is beschreven als een "emotiecluster" dat elementen bevat van boosheid, wrok, schaamte, zelfmedelijden, verdriet en jaloezie. (25) Dit zijn precies de gevoelens die mensen isoleren en hen afsnijden van de steun en bevestiging die anders voor hen beschikbaar zouden zijn. Als zulke mensen zich alleen maar zouden losmaken van hun waan om zich te onderscheiden en zich bij de massa zouden voegen, zouden ze niet alleen gelukkiger zijn, maar zouden hun spirituele leven en hun gebedsinspanningen waarschijnlijk ook soepeler verlopen.



Negen

Mensen met een gebrek aan nederigheid praten vaak te veel. Een onvermogen om het ego tot zwijgen te brengen leidt onvermijdelijk tot praatzucht. Vermomd als de verstreking van informatie of de viering van vriendschap, kan praten ook worden gebruikt als een middel om anderen te domineren, hen tot zwijgen te brengen door de niet aflatende herhaling van dezelfde monotone monologen, waarin de verteller meestal een hoofdrol speelt. De lichaamstaal van iemand die in zo'n situatie gevangen zit, verradt vaak hun ongemak over het feit dat er te lang tegen

hen gepraat wordt. De informatie die bedoeld was om over te brengen is opgelost in een brij van verveling en in plaats van de relatie te versterken, heeft dit gesprek de relatie onder druk gezet.

De waarde van terughoudendheid in het spreken wordt in veel verschillende tradities erkend, of ze nu spiritueel of filosofisch zijn. (26) Mahatma Gandhi, bijvoorbeeld, waardeerde het feit dat zijn eigen natuurlijke verlegenheid betekende dat hij vaak geneigd was om zijn mond te houden:

Ik heb van nature de gewoonte om mijn gedachten in bedwang te houden. Een ondoordacht woord ontsnapt bijna nooit aan mijn tong of pen. De ervaring heeft me geleerd dat zwijgen deel uitmaakt van de geestelijke discipline van een waarheidsaanhanger. We zien dat veel mensen gretig zijn om te praten. Van al dat gepraat kun je nauwelijks zeggen dat het de wereld ten goede komt. Het is zoveel tijdverspilling. (27)

"Zwijgen is een aanvulling op, geen afwijzing van gezelligheid." (28) Nederige mensen zijn vaak goede luisteraars; ze respecteren anderen en hopen iets van hen te leren. Hun manier om actief betrokken te zijn bij een vruchtbaar gesprek kan zijn om niets te zeggen. In andere gevallen herkennen ze - misschien instinctief - dat een gesprek een middel is geworden om bestaande machtsstructuren te versterken, in welk geval het niet echt bilateraal is, maar een oefening in overheersing. Nederige mensen weigeren zulke spelletjes te spelen: *nolo contendere*. Als gevolg daarvan is hun deelname minder

enthousiast. In beide gevallen functioneert het niet-spreken binnen de context van de relatie; het staat er niet los van. (29)

Er is nog een andere reden waarom mensen kunnen afzien van frequente conversatie. We hebben het al gehad over de monastieke roeping als gevolg van een ontmoeting met de geestelijke wereld die een sterk vormende indruk heeft achtergelaten op iemands kijk op het leven. De kracht van deze indruk neemt toe en af in de loop van het leven. Als iemand verder komt in het spirituele leven, wordt de link met de spirituele wereld duidelijker en sprekender. Het genereert een behoefte aan een zekere mate van teruggetrokkenheid om over de betekenis ervan na te denken of zich eenvoudigweg aan de charme ervan over te geven. Praten over onbenulligheden wordt minder belangrijk en wordt vermeden als dat mogelijk is. Dit gebeurt onbewust en zonder enig spoor van kritiek op anderen die zich minder aangetrokken voelen tot innerlijkheid.

Het is waarschijnlijk waar dat degenen die zich voortdurend geroepen voelen om te proberen anderen te beïnvloeden, dit doen omdat ze op zijn minst een klein beetje twijfel koesteren over de geldigheid van hun eigen meningen. Als ze erin slagen de mentale ruimte van anderen in te nemen en hen ervan te overtuigen van gedachten te veranderen, voelt dat goed omdat hun eigen onzekerheid (tijdelijk) wordt weggenomen. Degenen met een verdiepte verbinding met de spirituele werkelijkheid hoeven anderen nergens van te overtuigen. Voor hen is het vanzelfsprekend. Als ik

naar de nachtelijke hemel kijk en een volle maan zie, dan zie ik wat ik zie. Er is geen onzekerheid. Ik hoef anderen niet tot dezelfde conclusie te dwingen. Kijk omhoog en zie. Het is duidelijk. Geen enkel argument kan mijn waarneming versterken of verzwakken. Ik zie wat ik zie.

In deze benadering wordt afzien van spreken begrepen als anders bezig zijn. Zwijgen blijkt dus meer te zijn dan alleen maar zelfbescherming tegen zondige gesprekken. Het hoeft nauwelijks opgemerkt te worden dat het bereiken van zo'n staat meestal een teken is dat er solide vooruitgang is geboekt in het tot zwijgen brengen van het ego, zodat de innerlijke roep om gehoord te worden begint te vervagen en de aandacht ergens anders op gericht kan worden.

Je kunt je afvragen of het benadrukken van het verband tussen nederigheid en stilte niet een oneerlijke last is voor extraverte mensen, die daardoor gedwongen worden zich anders te gedragen dan ze van nature doen. In zekere zin is dat zo, net zoals de discipline van het cenobitische leven introverte mensen uitnodigt om uit hun schulp te kruipen. Het is niet alleen een kwestie van het onderdrukken van natuurlijke neigingen, maar van leren hoe je spirituele vruchten kunt plukken van handelen op een manier die niet natuurlijk is en die geleerd moet worden. In elk geval gaan de vaardigheden die nodig zijn voor een creatief monastiek leven de natuurlijke aanleg van zowel introverte als extraverte mensen te boven. Daarom noemt Sint Benedictus het klooster "een school voor de dienst aan de HEER" - een school waarin we allemaal leerlingen zijn, hoewel de lessen waarin we worden onderricht verschillen. En hij maakt

kandidaten duidelijk dat als ze de discipline van het kloosterleven niet aankunnen, ze hun geluk elders moeten zoeken.

De kunst van het onderscheiden van de juiste balans tussen spreken en zwijgen is iets dat we allemaal moeten leren, ieder op zijn eigen manier. Zoals de heilige Gregorius de Grote ons eraan herinnert, zijn de uitdagingen verschillend voor verschillende mensen:

De zwijgzamen moeten op de ene manier vermaand worden, degenen die veel praten op een andere. De zwijgzamen moet worden voorgehouden dat ze, terwijl ze sommige ondeugden onopzettelijk schuwen, onbewust betrokken zijn bij ergere ondeugden, omdat ze hun tong vaak te veel in toom houden en daardoor in hun hart lijden onder een erger wordende babbelsucht; en zo broeien hun gedachten des te meer in de geest, naarmate ze zich inhouden door een gewelddadig en indiscreet zwijgen. . . . Maar degenen die verslaafd zijn aan veel praten, moeten vermaand worden om goed in de gaten te houden hoe groot hun mate van rechtschapenheid is, wanneer ze vervallen in het gebruiken van een veelheid aan woorden Aangezien de laksheid van de geest geleidelijk aan ten onder gaat doordat we nalaten ons te hoeden voor ijdele woorden, komen we vaak tot het uitspreken van schadelijke woorden: eerst zijn we tevreden met het praten over de zaken van anderen, dan knaagt de tong met afkeer aan het leven van wie we spreken, en ten slotte breken we uit in openlijke laster. Zo worden provocaties gezaaid, ruzies ontstaan, de fakkels van haat worden aangestoken, de vrede van het hart wordt gedoofd. (30)

Wanneer Sint Benedictus stilte aanbeveelt, is het advies gericht aan mensen die een spiritueel leven willen nastreven en die zich enigszins hebben verwijderd van de drukte van de wereld om een rustiger leven in een klooster na te streven. Voor zulke mensen is het belangrijk dat ze proactief zijn in het creëren van een innerlijke stilte die op zijn beurt zal bijdragen aan de rustige sfeer die het kloosterleven verdient.



Tien

Wijsheidsliteratuur is meestal sober, maar ook goedgehumeurd. Jean Leclercq merkte eens tegen me op dat we bij het lezen van Sint Bernardus moeten onthouden dat zijn woorden gewoonlijk met een glimlach worden gearneerd. Zelfs als hij een dwaling streng lijkt te verwerpen, begreep hij het belang van een voortdurende *captatio benevolentiae* - de inspanning om de goede wil van zijn lezers en luisteraars te behouden. Razende tirades vervreemden iedereen. Ze roepen misschien angst op, maar ze nodigen niet uit tot acceptatie. Niemand zou in een somber en troosteloos klooster willen wonen. (31) Nog erger is de geveinsde hilariteit van diep ongelukkige zielen. Zoals Caryll Houselander ooit schreef: "De geforceerde glimlach van de amateurchristen is een godslastering." (32)

Er schuilt een potentieel gevaar in de poging om de lach te verbannen uit het klooster. De heilige Thomas van Aquino stelde de vraag of er een zonde schuilt in een gebrek aan speelsheid:

Ik antwoord dat gezegd moet worden dat in menselijke aangelegenheden hetgeen tegen de rede ingaat, kwaadaardig is. Welnu, het is tegen de rede als iemand anderen tot last is, door anderen geen genot te bieden en door hun genot te belemmeren. . . . Welnu, zij die zonder speelsheid zijn, hebben niet alleen geen amusante spraak, maar zijn ook hinderlijk voor anderen, omdat ze onbewogen zijn door de gematigde vrolijkheid van anderen. Daarom zijn ze gemeen en worden ze hard en lomp genoemd, zoals de Filosoof zegt. (33)

Hij gaat verder met op te merken dat soberheid, voor zover het een deugd is, niet alle verrukkingen uitsluit, maar alleen die verrukkingen die overbodig en ongeordend zijn. (34) Hij is natuurlijk beïnvloed door de oude filosofische waardering van de deugd van *eutrapelia* [scherts, humor, geestigheid]. (35) Nadat hij eerder had opgemerkt dat genot het genieten is van het goede, (36) voegt hij eraan toe dat degenen die veel energie steken in intellectuele of spirituele bezigheden periodes van plezierige ontspanning nodig hebben:

De remedie tegen vermoeidheid van de ziel moet wel bestaan uit het aanwenden van enig vermaak, om de spanning van de studie van de rede te verlichten. . . . Zulke woorden of daden waarin niets anders wordt nagestreefd dan de verrukking van de ziel, worden speels of humoristisch genoemd. Daarom is het soms nodig om ze te gebruiken om de ziel als het ware rust te geven. (37)

Lachen is een wezenlijke menselijke activiteit. Als we het lachen willen verbannen naar een *aeterna clausura* (RB 6.8 = RM 9.51), creëren we een onmenselijke gemeenschap, waaruit de menselijke integriteit eveneens wordt verbannen. Dit betekent dat, als we de benedictijnse gemeenschap willen blijven beschouwen als gekenmerkt door *humanitas*, het nodig is om het soort lachen dat wordt veroordeeld enigszins te kwalificeren. Het uitsluiten van de *scurrilitates* die genoemd worden in RB 6.8 zou voor niemand een verlies zijn. Misschien denkt Sint Benedictus meer aan de subjectieve houding van de monnik dan aan de lach zelf, want hij waarschuwt hem niet te gemakkelijk en te snel te lachen. Lachen is niet altijd een teken van spontane vrolijkheid en goede humor; soms wordt het gebruikt om te verhullen hoe iemand zich echt voelt. Ik heb mensen uit bepaalde culturen zien lachen als ze een stomme fout maakten om te voorkomen dat hun echte gevoelens van ergernis of schaamte zich openbaarden. In discussies kan lachen worden gebruikt als een onbewuste afleidingsmanoeuvre, om te voorkomen dat er dieper wordt ingegaan op een onderwerp dat de persoon niet wil verkennen. Omdat lachen meestal spontaan en aanstekelijk is, is de hoop dat wanneer de ander meedoet met de vrolijkheid, hij of zij niet verder zal gaan met de hint die per ongeluk is gevallen. Natuurlijk moet niet al het lachen worden afgekeurd, maar er zijn bepaalde vormen van lachen die een zekere terughoudendheid of zelfs argwaan zouden moeten wekken. Ik kan deze overdenking afsluiten met wat ik twintig jaar geleden schreef: "Het kan waarschijnlijk geen kwaad om een campagne om het lachen

uit te bannen uit te stellen totdat een aantal van onze belangrijkste ondeugden zijn ingeperkt." (38)



Elf

Iemand met een goed niveau van zelfkennis en een zeker gevoel van identiteit leidt meestal een rustig leven, hoewel dat niet per se een leven is dat immuun is voor de standaard beproevingen van het menselijk bestaan. Dit betekent dat zulke mensen minder snel de behoefte hebben om zichzelf te laten gelden en anderen te domineren. Hun meningen zijn licht en ze voelen geen behoefte om anderen te overtuigen van hun juistheid. Daarom wordt hun terughoudendheid in het debat soms gezien als zwijgzaamheid. Ze hoeven niet voortdurend bevestigd te worden. Ze hoeven niet in de schijnwerpers te staan. Ze voelen geen dwang om de aandacht van anderen te trekken door clownesk gedrag. Er is een zekere standvastigheid te bespeuren in hun interacties met anderen, een kalmte die anderen misschien ergerlijk vinden. Als ze spreken doen ze dat kort, serieus, redelijk. Ze zijn het waard om naar te luisteren.

Dit is de *gravitas* die Sint Benedictus verwachtte van een volwassen monnik en die door Paulus VI, tijdens een bezoek aan Monte Cassino, zo geprezen werd. (39) Het is alleen zwaar wanneer het nep is. (40) Authentieke *gravitas* is lichtvoetig. Het laat ruimte voor anderen; het onderwerpt niet elk woord aan een zichtbaar en kritisch onderzoek, en het voelt geen behoefte om te reageren wanneer meningen

worden geuit die tegengesteld zijn aan de zijne. Ze is gastvrij voor wie anderen zijn en voor wat ze denken.

Uit respect voor anderen zijn degenen die deze kwaliteit van *gravitas* bezitten enigszins terughoudend in het naar voren brengen van zichzelf. Dit kan soms een functie zijn van hun onwil of onvermogen om deel te nemen aan gesprekken die volledig gewijd zijn aan het overbodige en luchthartige. Het is geen beslissing van het moment, maar een blijvend beleid om zichzelf te isoleren van de trivialiteit die nieuwsuitzendingen, het internet en andere sociale media heeft overspoeld. Niets te zeggen hebben in een gesprek over de gewoonten van schaamteloze beroemdheden is gewoon weigeren om medeplichtig te worden aan wat "de globalisering van oppervlakkigheid" is genoemd. (41)

De stabiliteit die de benedictijner monnik heeft gezworen is niet alleen een verbintenis om lid te blijven van de gemeenschap. Het is niet alleen een verbintenis om trouw te blijven aan de gemeenschappelijke levenswijze. Het is ook een verbintenis om te groeien in de stabilisatie van persoonlijkheid en spiritualiteit die ervoor zal zorgen dat zichtbare volharding gepaard gaat met de overeenkomstige innerlijke houding. Terwijl dit doel wordt gerealiseerd, verliest de persoon ongemerkt interesse in dingen die er niet veel toe doen en raakt hij of zij wat meer gefixeerd op het *unum necessarium*, zodat keuzes meer worden gemaakt op basis van het uiteindelijke doel dan onder invloed van voorbijgaande druk. Als gevolg daarvan beginnen veel zaken hun urgentie te verliezen.



Twaalf

Sint Benedictus stelt zich de monnik voor die het einde van zijn reis nadert als iemand in wie lichamelijke en geestelijke energieën in harmonie zijn. Zijn antwoord op genade is niet afhankelijk van waar hij is of van zijn beroep. Het monastieke leven is zo ingeburgerd dat zelfs de observaties die hij eerst moeilijk vond, zoet zijn geworden, en trouw aan het gewone leven is nu een tweede natuur. Wat hij met zijn lippen zegt, voelt hij in zijn hart. Er is geen

behoefte aan geldingsdrang of pronkzucht; de gewone, onopvallende en noeste levensstijl van de gewone monnik is glameureus genoeg voor hem. Hij is tevreden.

Wat er gebeurt is dat het gebed in de loop van de decennia langzaam zijn hele leven heeft gekoloniseerd. Wat begon als een opdringerige gedachte en bloeide voor een moment werd frequenter, en toen kwamen de momenten samen om gebedseilanden te vormen in de allesoverheersende zee van wereldse zorgen. En heel langzaam vormden zich grote continenten en werd gebed, min of meer volledig, de standaardstaat van de monnik, waarnaar hij terugkeerde als niets anders zijn aandacht opeiste. Dit gebed bracht hem in een steeds diepere staat van zelfwaarachtigheid, waarin zijn waanideeën werden gezuiverd en een robuust verlangen naar God zijn spieren begon te spannen. Hij blijft zich bewust van zijn hardnekkige inconsequenties en zijn getwijfel over bekering, en hij vraagt zonder schaamte om genade en vergeving. Maar hij vraagt vol vertrouwen, omdat hij weet dat hij datgene waar hij om vraagt al ontvangen heeft.

Het is een hele reis geweest, maar eindelijk is de monnik bijna aangekomen bij het doel waarvoor hij het klooster is ingegaan - en aan deze kant van de eeuwigheid!

(1) Om de terminologie van Jean Baudrillard te gebruiken.

(2) Michael Casey, Waarachtig leven: Het onderricht van Sint Benedictus over nederigheid (Petersham, MA: Saint Bede's Publications, 1999). In licht verbeterde vorm is dit later opnieuw uitgegeven als Een gids om in de waarheid te leven: Sint Benedictus' onderricht over nederigheid (Liguori, MO: Triumph, 2001).

(2) Friedrich Schleiermacher, *Over religie: Toespraken tot haar beschaafde verachters*, trans. John Oman (New York: Harper and Row, 1958), 26-101: "De aard van religie".

(4) "Het werkelijk 'mysterieuze' object gaat ons bevattingsvermogen en begrip te boven, niet alleen omdat onze kennis bepaalde onherstelbare grenzen heeft, maar ook omdat we iets tegenkomen dat inherent 'geheel anders' is, waarvan de aard en het karakter onverenigbaar zijn met het onze, en waarvoor we daarom terugdeinzen in een verwondering die ons kil en gevoelloos treft. De kwalitatieve inhoud van de numineuze ervaring, waaraan 'het mysterieuze' als vorm verbonden is, is in een van zijn aspecten het element van ontmoedigende 'ontzagwekkendheid' en 'majesteit' ... maar het is duidelijk dat het tegelijkertijd een ander aspect heeft, waarin het zich toont als iets uniek aantrekkelijks en fascinerends" (Rudolf Otto, *De Idee van het Heilige*, trans. John W. Harvey, 2nd ed. [New York: Oxford University Press, repr. 1980], 28 en 31).

(5) *Ex qua prima coniunctione Verbi et rationis humilitas nascitur* (Hum 21; SBOP 3:32).

(6) Hilarius van Poitiers, *Tractatus in CXXVII Psalmum* 1-2; PL 9:704.

(7) Zie de Catechismus van de Katholieke Kerk: "Een mens moet altijd gehoorzamen aan het zekere oordeel van zijn [of haar] geweten. Als hij [of zij] er opzettelijk tegenin zou gaan, zou hij [of zij] zichzelf [of zichzelf] veroordelen. Toch kan het gebeuren dat het morele geweten in onwetendheid verkeert en verkeerde oordelen velt over handelingen die verricht moeten worden of al verricht zijn" (§ 1790). "Als . . . de onwetendheid onoverkomelijk is of het morele subject niet verantwoordelijk is voor zijn [of haar] verkeerde oordeel, kan het kwaad dat de persoon heeft begaan hem [of haar] niet worden toegerekend" (§ 1793). Het onderscheid is hier tussen ontisch kwaad en moreel kwaad. Jefta's toewijding aan zijn gelofte verplichtte hem om zijn dochter te offeren, ook al was het pijnlijk voor hem en tegen Gods wet (Judg 11:30-40). Objectief gezien was wat hij deed een afschuwelijke zonde, maar moreel gezien was hij ervan overtuigd dat hij niet anders kon.

(8) Paulus VI, *Evangelica testificatio* §28.

(9) Ik heb deze houding eerder " voorbereidende bereidheid" genoemd. Zie *Vreemdelingen in de stad: Overdenkingen over de overtuigingen en waarden van de Regel van Sint Benedictus* (Brewster, MA: Paraclete Press, 2005), 91-105.

(10) Maar zorgvuldigheid is altijd nodig. Warren Buffet zei ooit: "Het duurt twintig jaar om een reputatie op te bouwen en vijf minuten om die te verpesten." Geciteerd in Stephen M. R. Covey met Rebecca R. Merrill, *De snelheid van vertrouwen: Het ene ding dat alles verandert* (New York: Free Press, 2006), 131 .

(11) Zie Michael Casey, "De drie pijlers: Filiatie, Visitatie , Generaal Kapittel," *Analecta Cisterciensia* 70 (2020): 398-99.

- (12) Zie Gerald A. Arbuckle, *Omgaan met pestkoppen: Een evangelisch antwoord op de sociale ziekte van volwassen pesten* (Strathfield, NSW: St Paul's, 2003).
- (13) Zie Michael Casey, "De deugd van geduld in de westerse kloostertraditie," *CSQ* 21, no. 1 (1986): 3-23; herdrukt in *Het onverdeelde hart: De westerse monastieke benadering van contemplatie* (Petersham, MA: St Bede's Publications, 1994), 95-120.
- (14) Om Karl Barth te parafraseren, sprekend over Maarten Luther.
- (15) Dit soort rechtvaardige toorn moet worden onderscheiden van infantiele driftbuien, die vaker wel dan niet een uiting zijn van afkeer van de ongelijkheid van macht en een poging om de relatie te herconfigureren. Zie Mary Margaret McCabe, "Denken met boosheid: De waarde van emotie in ons kritisch denken," *Times Literary Supplement* 5991, 26 januari 2018, 11.
- (16) Zoals Dorothy Day opmerkte: "Privacy maakte deel uit van de werken van barmhartigheid," in Kate Hennessy, *Dorothy Day: De wereld zal worden gered door schoonheid: Een intiem portret van mijn grootmoeder* (New York: Scribner, 2017), 285.
- (17) Aldus Joseph Banks in zijn dagboek. Geciteerd door Peter Fitzsimons, James Cook: Het verhaal van de man die de wereld in kaart bracht (Sydney: Hachette, 2019), 360.
- (18) Geïnterviewd door Philip Adams in Radio National's Late Night Live op 28 oktober 2019.
- (19) De term wordt in zijn gebruikelijke positieve betekenis gebruikt in Kol 3:12.
- (20) ABC Religion & Ethics programma van 14 juni. 2018. Gedownload van abc.net.au op 5 juli 2019. Zie ook *The Tablet*, 1 april 2000, 451 .
- (21) Paus Franciscus, *Gaudete et exultate* §49-50. Zie ook *Evangelii gaudium* §94.
- (22) Walter Grundmann, art. *tapeinos ktl*, in Gerhard Kittel en Gerhard Friedrich, eds., *Theological Dictionary of the New Testament* (Grand Rapids: Eerdmans, 1972), VII:22 .
- (23) Bernardus van Clairvaux, Hum 42; SBOP 3:48-49.
- (24) Hugh Mackay, "Een tijd voor de grote gave van nederigheid," *The Age*, 21 december 2002.
- (25) Fay Bound Alberti, *Een biografie van eenzaamheid: De geschiedenis van een obsessie* (Oxford : Oxford University Press, 2019).
- (26) Er is een stortvloed aan boeken verschenen over het onderwerp stilte. Bilal Qureshi. "In een lawaaiige wereld zijn boeken over stilte booming," *Washington Post Online*. 12 maart 2020. Onder hen Max Picard, *De wereld van stilte* (Wichita: Eighth Day Books, 2002); Sara Maitland, *Een boek over stilte* (Londen: Granta Publications, 2008); Diarmaid MacCulloch, *Stilte: Een christelijke geschiedenis* (Londen: Penguin Books, 2013); Maggie Ross, *Stilte: Een gebruikersgids*, 2 vols. (Londen: Cascade, 2014, 2017); Erling Kagge, *Stilte in het tijdperk van lawaai* (Londen: Penguin Books, 2018); Alain Corbin, *Een geschiedenis van de stilte: Van*

de Renaissance tot nu (Oxford: Polity Press, 2018). Deze laatste werd vrij negatief gerecenseerd door Rowan Williams in Times literary Supplement 6050, 15 maart 2019, 44-45.

(27) Deze passage wordt veel geciteerd, maar zonder referentie. Ik vond hem in Susan Cain, *Stil: De kracht van introverten in een wereld die niet kan stoppen met praten* (Londen: Viking, 2012), 200.

(28) Maitland, *Een boek van stilte*, 13.

(29) [Voor taalstudenten] "is stilte een retorisch middel dat net zoveel betekenis heeft als woorden - hoewel het misschien meer interpretatie behoeft" (Stuart Sim, *Manifest voor stilte: confrontatie met de strategie en cultuur van het lawaai* [Edinburgh : Edinburgh University Press, 2007], 10).

(30) Gregorius de Grote, *Regula pastoralis* III.14: *Quomodo admonendi taciturni et verbosi*; PL 77:71-73. Vertaald door Henry Davis, SJ, *Ancient Christian Writers 11* (Westminster: Newman Press, 1950), 129-33.

(31) Zo ook de pogingen van David Bell om het sombere beeld van La Trappe te doorprikken. Bijvoorbeeld "Armand-Jean de Rancé: Een conferentie over geestelijke vreugde," *CSQ* 37, nr. 1 (2002): 33-46.

(32) Caryll Houselander, *De verrezzen Christus* (New York: Sheed & Ward, 1958), 60.

(33) Heilige Thomas van Aquino, *Summa Theologiae* II-II, q. 168, art. 4c.

(34) ST II-II, q. 168, art. 4, ad. 3.

(35) Hugo Rahner, *De spelende mens: of heb je ooit Eutrapelia beoefend?* (Londen: Bums & Oates, 1965); Josef Pieper, *Op één lijn met de wereld: Een theorie van feestelijkheid* (Chicago: Franciscan Herald Press, 1965). *Eutrapelia* wordt maar één keer genoemd in het Nieuwe Testament, en dan in negatieve zin: Ef 5:4. De Vulgaat vertaalt het met *scurrilitas* - de laagwaardige humor die je zou verwachten bij vulgaire huisbedienden.

(36) ST I-II, q. 25, art. 2.

(37) ST II-II, q. 168, art. 2. In navolging van Cicero voegt hij drie kwalificaties toe: Ten eerste dat het genot niet onfatsoenlijk of kwetsend is; ten tweede dat het de *gravitas* van de geest niet verstoort; ten derde dat het geschikt is voor de situatie waarin het zich bevindt.

(38) Casey, *Waarachtig leven*, 230.

(39) Verhandeling "*Quale saluto*," vertaald in *De paus spreekt* 10 (1965): 120-26.

(40) Zoals de *ophthalmoulia hos anthropareskoi* (ogendienarij om mensen te behagen) afgewezen wordt in Kol. 3:22 en Ef. 6:6.

(41) Dit is wat pater Adolfo Nicolás, voormalig generaal van de jezuiten, beschreef als het meest urgente probleem van onze tijd. In een interview met de toenmalige Australische premier Kevin Rudd, geciteerd in *Late Night Live*, 6 november 2012. Zie abc.net.au.