

De verborgen bloei – stilte ervaren en innerlijkheid oefenen Een weekend in de trappistenabdij van Westvleteren Zomaar wat persoonlijke mijmeringen

Een weekend geleden was ik met een groep te gast bij de trappisten van Westvleteren. Het weekend liep onder de noemer 'De verborgen bloei' – naar het steengoede boek van Han de Wit over contemplatieve psychologie. 'Hoe komt het dat de ene mens in de loop van zijn leven milder en wijzer wordt, terwijl de andere juist hardvochtiger en meer verblind raakt?', met deze uitdagende vraag opent de Wit zijn boek. Hij onderzoekt vervolgens wat de essentie is van die innerlijke ontwikkeling naar fundamentele menselijkheid en welke – door diverse contemplatieve tradities beproefde – wegen daartoe te bewandelen zijn. Opzet van het weekend was zowel methodisch als inhoudelijk paden naar en facetten van die innerlijke groei en bloei te verkennen.

Het was lente in Westvleteren – letterlijk, want de zon scheen warm en uitbundig, de hyacinten bloeiden en de vanillegeur van de skimmia-struiken vergezelde ons op de weg naar de kapel. Maar ook symbolisch was het lente en bloeide een overvloed aan leven, vreugde en humor. We genoten van de stilte, de gastvrijheid en de authenticiteit van de monniken; we namen persoonlijke reflectietijd, beoefenden enkele meditatieve technieken en wisselden in kleine groepen uit met elkaar – dat alles in een sfeer van openheid, diep respect en vertrouwen.

De innerlijke groei en bloei, zo betoogt Han de Wit in zijn boek, wordt ook bevorderd door de praktische disciplines van het woord en de daad, of meer concreet: door het naleven van voorschriften en regels in verband met het spreken en handelen. Die discipline werd op het weekend niet zozeer vanuit het programma maar vanuit het monastieke leven van de monniken zelf aangedragen. Op de toegangsdeur tot het gastenhuis, bijvoorbeeld, duidt een pictogram er op dat het leven vanaf daar in stilte verloopt. De maaltijden worden in stilte genomen en op de kamers geldt het verzoek niet te buurten of telefoneren.

Meer en meer, zo noteerde ik in mijn persoonlijke notities, zie en ervaar ik de kracht en de waarde van deze praktische contemplatieve disciplines, waaronder niet alleen de zwijgplicht, maar ook (bijvoorbeeld) de vrijgevigheid, de *stabilitas* en de gehoorzaamheid, of meer algemeen: van het beleven van deugden. Al te vaak werden of worden regels en voorschriften gereduceerd tot een louter morele aangelegenheid, tot geboden en verboden die (bijna) om de regel zelf opgelegd werden/worden. Ongetwijfeld zijn (in religieuze middens maar ook in het gewone leven) deze voorschriften ook gehanteerd om mensen klein te krijgen of werden ze het alibi om op te roepen tot een nederigheid die meer had van zelfvernedering dan van echte *humilitas*. In het bredere maatschappelijke leven droeg de afkeer van het moraliserende spreken van godsdienstige instituties zonder twijfel bij tot een verwerping van het instituut én van een leven dat geregeld wordt door regels en voorschriften.

Uitsluitend de morele kaart trekken, lokt niet – dat hebben ikzelf en wellicht heel wat generatiegenoten zelf ervaren. Regels en voorschriften uitsluitend opgelegd krijgen of beleven als iets totaal externs of als een te vervullen ideaal is niet leven gevend en leidt, als men niet oplet, tot frustratie, onvrijheid, inauthenticiteit en misschien zelfs tot depressie. Maar, zoals ook wel gebeurt met het kind en het badwater, zijn we te vaak de uiterst positieve spirituele betekenis van het naleven van regels of het beleven van deugden uit het oog verloren. Regels, voorschriften en hun onderliggende deugden zijn namelijk ook een inrijpoort tot het vormen van onze innerlijkheid. *Zwijgen*, bijvoorbeeld, als een weg om op te merken hoe vaak we het over onszelf hebben, hoezeer we ons imago en ons ego oppoetsen én als een uitnodiging om dat te zeggen wat authentiek is; *gehoorzamen* als een pad om te leren luisteren naar wat onszelf en anderen werkelijk beweegt en bezielt en daar in groeiende onafhankelijkheid gehoor aan te geven; *stabilitas of standvastigheid* als een invitatie om in de maalstroom van het leven op rotsgrond te leren blijven staan, als een observator de wederwaardigheden van het leven te leren opmerken en er niet totaal door meegesleurd te leren worden – te leren blijven bij wat is en de diepere gronden van rust en stilte in zichzelf te verkennen en verdiepen.

Een handeling, zo schrijft Rik De Wulf in één van de teksten die we tijdens het weekend gebruikten, moet zo intern en intrinsiek mogelijk gemotiveerd zijn. Wie (vooral of uitsluitend) vriendelijk is om daardoor sympathie te verwerven, bedient in feite zijn ego en loopt als hij/zij niet oplet, binnen de kortste keren leeg. Dat klopt zonder meer. Authenticiteit en bezieling vragen om een afstemming van de buiten- en de binnenkant. Maar tegelijk ervaart ieder van ons wellicht ook dat handelingen vrijwel nooit exclusief zuiver intrinsiek gemotiveerd zijn én dat het stellen van de handeling of het beoefenen van de deugd ons ook inleidt in de innerlijke bron ervan. Vriendelijkheid beoefenen maakt vriendelijk; dankbaarheid beoefenen, zelfs nog voor we iets hebben om dankbaar voor te zijn, maakt dankbaar. In de vriendelijkheid of de dankbaarheid intreden opent in ons de bron van de dankbaarheid of de vriendelijkheid en maakt ons van binnen dankbaar en vriendelijk, maakt ons tot vriendelijke en dankbare mensen. Regels en voorschriften en hun onderliggende deugden zijn óók een inrijpoort tot het vormen van onze innerlijkheid, en in die zin kunnen ze – vanuit het spirituele oogpunt van het zoeken naar authenticiteit en bezieling – geluk, welzijn, heling en *heil* brengen voor onszelf, anderen en de maatschappij als geheel.

Het was lente in Westvleteren – letterlijk: de zon scheen warm en uitbundig, de hyacinten bloeiden en de vanillegeur van de skimmia-struiken vergezeldte ons op de weg naar de kapel. Maar ook symbolisch was het lente en bloeide een overvloed aan leven en vreugde. Veel heeft daartoe bijgedragen: de openheid, het respect, de bereidheid, het vertrouwen, de humor, ... van wie er bij was, maar ongetwijfeld ook het intreden in de gastvrijheid, stilte en standvastigheid van de monniken in de abdij. Dank je wel Paul, Jan, Joost, Fernand, An-Katrien, Ruth, Annabel, Carine, Friede, Christa, Sonia en Maddy, br. Christiaan en br. Godfried en de ganse abdijsamenleving.

Wie interesse heeft: een volgend weekend wordt gepland in het weekend van 21 tot en met 23 september 2018. Meer info (binnenkort) op www.degrondmelodie.be.