

Ruimte voor leegte

Overweging 16 december 2012 – Diana Vernooij

*“ ... Met een opgeruimd gemoed
kan ik met volle aandacht doen wat ik doe,
ben ik ontvankelijk voor wat er gebeurt in het hier en nu.
Bekende muziek kan me verrassen als ik er voor open sta.
Zonder aandacht gaat het aan me voorbij.
Hetzelfde geldt voor verwondering en creativiteit ...”*
Lectoren: Sylvia Borren (Greenpeace) en Bright O'Richards

3^e zondag van de advent

Eerste lezing: Genesis 1: 1-5

Tweede lezing: Spreuken 8: 22-23, 30-31

Inleiding en welkom

Goede morgen lieve mensen, van harte welkom in onze Duif, op deze 3e adventszondag. Fijn dat jullie er zijn.

Ik weet niet of jullie decembermaand ook zo volgepropt zit, die van mij wel.

Nu ben ik volgens Ekram, mijn man, kampioen proppen, en met het vele dat het leven ons overspoeld is dat best wel een handige kunst. Ik zie om me heen dat ik niet de enige propkunstenaar ben. Maar waar is de onge vulde ruimte in ons leven, waar is de leegte. Want juist in zo'n drukke maand kan het verlangen naar onge vulde tijd je overvallen. Een sterke behoefte aan helderheid in je hoofd en naar opruiming van je huis en in je agenda.

Leegte dus, ruimte voor leegte – dat is het thema van vanmorgen.

Deze hele adventsserie gaat over ruimte maken en ruimte laten.

Helma begon 2 weken geleden met een uitnodiging aan ons ruimte te maken in je leven, om nieuwe omgevingen te verkennen. Het is risicovol, maar met hulp van nieuwe mensen kun je nog verborgen talenten tot bloei brengen.

Vorige week heeft Catrinus ons uitgenodigd om ruimte te maken in je geest. Conflict omzetten in contact, concreet – dat vraagt geestkracht.

Hoe ruim en open is je geest? Is er nog plek, nog leegte waar iets nieuws kan ontstaan? Want er ontstaat niets nieuws als het leven is volgepropt. Tijd om op te ruimen!

Fred en ik wensen ons allen een heel verhelderende viering toe!

We steken daartoe de 3e adventskaars aan.



Overweging

Een vriendin van mij volgde een opruimcursus. Ze bezat vele schatten in haar huis, maar het was wat onoverzichtelijk geworden allemaal. Zo langzamerhand wist ze ook niet meer wat ze had en waar het was, de stapels groeiden haar boven het hoofd. Daarom volgde ze die opruimcursus.

Orde scheppen in de chaos, ruimte maken voor leegte – het is een basiskunst in het bestaan. Het begint al in het scheppingsverhaal, het allereerste verhaal dat in de Bijbel staat. God schiep de hemel en de aarde, maar de aarde was nog woest en ledig. De grond voor de schepping, de aarde, wachtte op het woord dat het tot een eerste ordening bracht: “Er zij licht”. God scheidde het licht van de duisternis, en bracht een eerste begin van orde, er kon een dag en een nacht ontstaan.

“Tohu wa Bohu” heet het in het Hebreeuws, woest en ledig. De aarde is woest en ledig. Het klinkt prachtig, maar ook tegenstrijdig. Woest betekent ongetemd en braakliggend. Hoe kan de aarde woest zijn als het nog leeg is, als er nog niets is. Alleen als er iets is kan het woest zijn. In “de aarde was nog woest en leeg” betekent ‘leeg’ dus niet een zwart gat. Ledig zijn betekent hier niet dat er niets is, maar integendeel dat alles er is maar alleen nog niet geordend. Het is nog chaos, nog ongevormd. Het heeft orde nodig om iets te worden.

Daarom riep God het licht om tevoorschijn te komen en scheidde het van haar tegendeel, het duister. God ordende de wereld tot leven.

Ruimte in je hoofd

Op internet zag ik een aanbod van een opruimcursus, met de wonderschone naam: “Ruimte in je hoofd”. Je omgeving is een afspiegeling is van je innerlijk, staat er in de aankondiging. En ik vrees, als ik naar mijn volgepropte laatjes en kasten thuis kijk, dat het waar is. Tijd om op te ruimen!

Ook onze geest heeft ordening nodig. Als je je bewust wordt van alle gedachten in je hoofd, de zorgen die je je maakt – en hoe vaak je die zorgelijke gedachten herhaalt in jezelf, dan is dat even schrikken. Je gedachten bewandelen maar al te vaak dezelfde koeienpaadjes en je geest is regelmatig bevangen. Bevangen door zich herhalende gedachten: “als dat gebeurt, dan red ik het niet meer” of: “zie je wel dat ik dat niet kan”, of “dit moet opgelost worden, nu” of “zo zit ik nu eenmaal in elkaar”. Of je herhaalt voortdurend hetzelfde verhaal in je hoofd.

En als je geest bevangen is dan sluit je je af van alle nieuwe indrukken die er op je afkomen. De ramen en deuren van je geest houd je strak gesloten, en je blijft in je eigen cirkeltjes ronddraaien.

Als je die rommel uit je geest wilt halen, dan gaat dat alleen als je je bekende denkpatronen doorbreekt. Soms helpt het om je gedachtencirkeltjes een halt toe te roepen. Vertel jezelf dat de dingen toch altijd anders lopen dan je denkt dat ze gaan lopen en vertel jezelf dat je beter kunt afwachten. Of leg jezelf een andere gedachte op: “Ik ben nieuwsgierig”. Het kan ook door jezelf een andere houding aan te meten: borst vooruit, hoofd omhoog. Of door een glimlach – geen piekergedachte houdt het uit in je hoofd als je glimlacht. Probeer maar eens uit!

Opgeruimd gemoed

Zo’n mooi helder hoofd met ruimte voor nieuwe dingen noemt mijn oude studiegenoot en praktisch filosoof Dries Boele: een opgeruimd gemoed. Hij geeft er filosofiecurcussen over. Ik houd van die benaming: een opgeruimd gemoed. Het is een prachtige ouderwetse term. Het doet me aan voorjaars schoonmaak denken. Je bovenkamer is opgeruimd, het is er helder en vrij, de ramen staan open. Er kan frisse lucht binnenkomen, ja alles mag binnenkomen wat voor de poort staat te trappelen. Zelfs piekergedachten mogen binnenkomen, verdrietige gedachten, uitbundigheid, alles. Zolang de openheid blijft en de bevangenheid geen kans krijgt.

Met een opgeruimd gemoed kan ik met volle aandacht doen wat ik doe, ben ik ontvankelijk voor wat er gebeurt in het hier en nu. Bekende muziek kan me verrassen als ik er voor open sta. Zonder aandacht gaat het aan me voorbij. Hetzelfde geldt voor verwondering en creativiteit – vragen ze niet om een ongehinderde ontvankelijkheid?



Onbevangen

Misschien is dat wel wijsheid: alles toelaten en nergens door bevangen worden. Verdriet, vreugde, paniek, angst, enthousiasme, verwondering – alles komt en gaat, niets gaat in een hoek van je bovenkamer op een stapeltje stoffig zitten te worden.

De prachtige tekst uit Spreuken die we lezen vertelt dat de Eeuwige de wijsheid schiep voordat ZHij al het andere schiep. Zelfs nog voor licht en donker, nog voor de aarde en de hemel was geschapen – verwierf de Eeuwige zich de Wijsheid. De tekst laat de Wijsheid daar zelf over zeggen: “Ik was zijn lieveling, een bron van vreugde, elke dag opnieuw. Ik was altijd verheugd in zijn aanwezigheid, vond vreugde in zijn hele aarde en was blij met alle mensen.” Wijsheid beaamde dat het goed was wat God schiep.

Wijsheid vergezelt ons tijdens ons eigen scheppingsproces van ons leven. Ze voelt zich thuis in die woeste leegte, in de helderheid van ons opgeruimd gemoed.

Surprise

Joyce vertelde op de voorbereidingsavond van deze viering, dat zij voor Sinterklaas wekenlang allerlei spullen op straat verzamelde om een prachtige gekke surprise mee te kunnen maken. Allerlei vondsten sloten prachtig op elkaar aan, de verzameling werd steeds mooier. Tot het moment dat ze besloot wat het moest gaan worden en ze bedacht wat ze nog nodig had. Toen vond ze niets meer dat erbij paste. De openheid was eruit –het werkte niet meer. De wijsheid was eruit – het was geen scheppen meer maar werd een gefixeerd plan – het werd fabriceren. Tot ze dat plan weer kon loslaten en er van maakte wat wel kon.

Laten we ons deze levenskunst eigen maken. Laten we de openheid bewaren terwijl we ons leven scheppen. Niets fixeren en geen kastjes en laatjes meer volproppen voor je-weet-maar-nooit. Laten we erop vertrouwen dat de leegte van ons opgeruimd gemoed vol is van mogelijkheden, maar nog woest en ongetemd. We gooien de ramen open, heffen onze kin omhoog en glimlachen, nieuwsgierig naar wat er komen gaat. – dat het zo moge zijn.

Gebeden uit de gemeenschap

God,
In de gekte van deze wereld,
waarin mooie dingen gebeuren
maar ook vreselijke
wil ik bidden voor rust
om ons niet te laten meeslepen
in kettingreacties van agressie
rust om vanuit wijsheid en respect te handelen.

Wij bidden u voor religieuze gemeenschappen in de wijken
in Slotervaart, in Amsterdam allerlei plekken op deze wereld.
Dat zij bronnen van vrede en verbinding mogen zijn.

Nodiging

Weet je dan genodigd om hier met elkaar brood te breken en wijn te drinken, als het teken dat wij onze geestkracht zullen versterken en ons opgeruimd gemoed aan elkaar zullen schenken. De wereld heeft het nodig, helderheid en openheid en ruimte om iets nieuws te laten ontstaan.



We delen het leven met elkaar, hier in de Duif, thuis, op het werk of op straat – waar dan ook. We ontmoeten andere mensen. We maken voor elkaar het verschil door open te zijn om er samen iets moois van te maken.

Iedereen is genodigd om naar voren te komen en brood en wijn te delen, niemand uitgezonderd, of je nu gelovig bent of niet, of je bekend bent met de Duif of niet – weet je welkom als je je leeg maakt voor het onbekende.

Zegenbede

Moge de Krachtige en Tedere dicht bij ons zijn de komende dagen
en alle dagen in ons verdere leven.

Moge zij onze ogen, onze oren en ons hart openen
opdat onze ogen zien, onze oren horen,
en ons hart antwoord kan geven,
onverschrokken en met een opgeruimd gemoed.
Moge ons diepste wezen, God in ons leven,
ons kracht en tederheid schenken en vrede,
amen.

