

VIERING 'DE SMAAK VAN STILTE. HOE IK BIJ MEZELF BEN GAAN WONEN'

BIEKE VANDEKERCKHOVE

16 JANUARI 2011

Op jonge leeftijd werd Bieke Vandekerckhove ziek. De diagnose was hard: de dodelijke spierziekte ALS. Levensverwachting: twee tot vijf jaar. Wat begin je dan met dat schamel restje leven? Omstandigheden brengen haar naar een klooster, waar ze het psalmgebed en de spiritualiteit van Benedictus leert kennen. Het beïnvloedt haar leven voorgoed. Drie jaar later hoort Bieke dat de ziekte gestabiliseerd is, maar elk moment opnieuw de kop kan opsteken. Nu leeft ze al twintig jaar met ALS. Ze is getrouwd en heeft twee assistenten die haar afwisselend helpen waar nodig. Tien jaar geleden kwam ze in contact met de stilte van zen. Ook dat was beslissend voor haar. In haar boek 'De smaak van stilte. Hoe ik bij mezelf ben gaan wonen' beschrijft Bieke wat ze meemaakte, zag en proefde in de stilte van het leven. In deze bijdrage kan je de getuigenis lezen die ze uitsprak tijdens een viering van La Verna.

Goedemorgen allemaal.

Er is iets vreemds met me. Ik zal het maar meteen bekennen: ik ben nog altijd gelovig. Na al die schandalen in de kerk... Ik kan er niets aan doen, het is gewoon zo. Ik heb er zelfs een boek over geschreven: 'De smaak van stilte'. Omdat geloven voor mij heel nauw verbonden is met stiltebeleving.

Misschien moet ik eerst kort uitleggen hoe het allemaal begonnen is. Toen ik negentien was, kreeg ik te horen dat ik maar een paar jaar meer te leven had. Ik hoef er waarschijnlijk geen tekeningetje bij te maken om duidelijk te maken dat dit niet simpel was voor mij.

In die omstandigheden belandde ik – na een jaar van woede, wanhoop en verdriet – op een toch wel wat eigenaardige plek, namelijk in een abdij.

Kan jij het je voorstellen? Je staat aan het begin van je leven en je krijgt te horen dat het zowat gedaan is. Ze zeggen je zomaar even tussen de soep en de patatten dat je in korte tijd helemaal verlamd zult geraken tot je van uitputting sterft. Leuk is anders!

Ondertussen is het wel anders uitgepakt. Ik ben er nog! (Onkruid vergaat niet, zeggen ze.) Maar toen was de situatie echt dramatisch. Razend was ik, en neerslachtig, dat ook. Je zou van minder!

Het was trouwens niet mijn idee om naar een abdij te gaan. Een vriend vroeg het mij.

Ik zal het nooit vergeten. We stonden voor de toegangspoort van de abdij waar we een dag of drie zouden verblijven en die vriend deed mij het eigenaardige voorstel om dat in volledige stilte te doen. Zo gezegd, zo gedaan. We lieten elkaar met rust, ik volgde de diensten, sprak met niemand en bracht de tijd alleen met mezelf door, in de natuur, in stilte. Ik zag het op dat moment totaal niet meer zitten. Ik zat volledig aan de grond. En tot mijn stomme verbazing ben ik drie dagen later vrolijk en lachend naar huis gegaan, zonder dat ik kon zeggen hoe die dagen mij precies geraakt hadden.

Dit is voor mij het begin geweest van een zoektocht naar de rijkdom en de kracht van stilte. Twintig jaar later is die zoektocht geresulteerd in een boek met als titel 'De smaak van stilte. Hoe ik bij mezelf ben gaan wonen'. Omdat die weg in de stilte uiteindelijk een proces is van 'bij jezelf gaan wonen', met alles erop en eraan, licht én donker, het mooie én het lelijke. (Daarover straks meer.)

Stilte is in de eerste plaats iets wonderlijks! Ik vond en vind het eigenlijk nog altijd onvoorstelbaar dat de stilte me tijdens die paar dagen in die abdij weer goesting deed krijgen in het leven, ook al was mijn situatie niet veranderd. Mijn leven was even uitzichtloos. En toch was alles anders. Ik had er weer zin in. Ik kon weer genieten.

Die ervaring heeft mij iets doen beseffen, namelijk dat nadenken over het lijden alleen maar resulteert in verbittering. Waarom overkomt mij dat? Er is geen antwoord op die vraag. En welk antwoord je ook bedenkt, het voldoet niet en je geraakt hoe langer hoe meer gefrustreerd... Terwijl – dat heb ik echt ervaren – de denkmolen stopzetten, de stilte opzoeken je weer in contact brengt met de vitale kern van je leven. Het is voor mij een fundamentele ontdekking geweest.

Later ben ik in contact gekomen met het zenboeddhisme en ben ik me intensief gaan bezighouden met zenmeditatie. In de zentraditie is er een prachtig beeld voor hetgeen ik bedoel: als je in een glas water met modder roert, wordt het water hoe langer hoe troebeler. Maar als je het glas water neerzet en eraf blijft, zal de modder bezinken en zal het water vanzelf, zonder dat je iets doet, opnieuw helder worden.

Stilte is een ongelooflijk vitale bron. Stilte doet iets met een mens. Stilte brengt specifieke gewaarwordingen met zich mee, zoals bijvoorbeeld een verheving van zintuiglijke indrukken. Je ruikt, ziet, hoort en proeft alles veel scherper.

Ik volg regelmatig sesshins in Nederland met zenleraar Ton Lathouwers. Dat zijn meerdaagse zenretraites in volledige stilte, waarbij je de hele dag mediteert. Ik kan jullie verzekeren: dat kopje koffie tussendoor smaakt verrukkelijk! En het koekje is een delicatessen!

Wanneer je na een dag of twee zwijgen buitenkomt en in de tuin wandelt, komt alles veel sterker op je af: de geur van de aarde, de kleur van de lucht, de roep van de vogels, de borders met bloemen. Het kan vreemd klinken, maar het is zo.

Verder brengt stilte een diep gevoel van dankbaarheid en verbondenheid tot stand, en sensaties van onuitsprekelijkheid en gelukzaligheid.

Stilte heeft ook een heel moeilijke kant. Ik wil dat niet onder stoelen of banken steken. Stilte confronteert je met jezelf, met een wirwar aan gedachten en gevoelens, dikwijls ook negatieve gevoelens, en met innerlijke onrust. Dat is niet gemakkelijk. Maar als je 'bij jezelf gaat wonen' – ook met die negativiteit, ook met die onrust – kom je paradoxaal genoeg bij een vitale bron, telkens weer.

Het is geen methode in de zin van: ik voel me niet goed, ik ga eens een halfuurtje mediteren, en hup, het is over. Zo werkt het niet. Je kan het niet pakken. Je kan het niet tot je bezit maken en in je broekzak steken. Maar soms is het er: een diepe vrede, verborgen in de stilte. En dat is een groot wonder! Thomas Merton, een trappist uit Amerika, schrijft ergens: "Er is meer troost in het hart van de stilte dan in een antwoord op een vraag." Ik vind dat heel herkenbaar.

Belangrijk bij dit alles is dat die stilte gekaderd is. Stilte kan namelijk ook dodelijk zijn. Ik denk bijvoorbeeld aan het isolement van de stilte alleen op een flatje in een grootstad. Of de kille stilte van een ziekenhuiskamer, waar niemand je nog als mens behandelt. Dan is er weinig kans dat die stilte levengevend is.

Gekaderde stilte daarentegen is een zegen. Abdijen en kerken bieden zo'n kader. Zenmeditatie eveneens. Een viering als deze doet dit ook. Ook de natuur biedt zo'n kader aan, en is de natuur niet voor iedereen toegankelijk? Niets is zo verfrissend als een wandeling alleen in het bos. Niets is zo levengevend als het zicht op een weids landschap. Maar je moet er wel voor openstaan.

Mijn boek gaat over stilte, over wat stilte met een mens doet. Ik schrijf over wat ik meemaakte, zag en proefde in de stilte van het leven. Ik heb bewust gekozen voor het genre van een verhalende column. De stilte leent zich namelijk niet tot een droge, theoretische uiteenzetting. Daarvoor is ze veel te sprankelend.

In wat volgt wil ik iets van dat sprankelende evoceren aan de hand van een kunstzinnig tekenfilmpje en een fragment uit mijn boek.

Bij de dvd 'The monk and the fish'

Ik weet niet of jullie met abdijen en monniken vertrouwd zijn. Ik ken jullie niet. Er zitten hier misschien mensen die denken: wat moet ik daar nu mee?

Toch heb ik een film over het kloosterleven meegebracht. Voor mij zegt dit filmpje waar het in wezen om gaat op het pad van stilte.

Bij het begrip 'christendom' denken velen onmiddellijk aan een kruis, maar eigenlijk was er in het vroege christendom een veel belangrijker symbool: dat van de vis. Vandaar de titel van dit filmpje 'De monnik en de vis'.

Die vis symboliseert dat het belangrijkste in het leven ongrijpbaar is. Het doel van het kloosterleven is eigenlijk: de monnik op het punt brengen dat hij het ongrijpbare ook ongrijpbaar kan laten. Want die monniken denken eerst ook dat ze het allemaal zelf wel weten en kunnen pakken. Totdat ze vaststellen: dit werkt niet. Pas dan komen ze op het punt: ik weet het niet.

Hadden de monniken waar ik toen was de indruk gegeven het allemaal te weten, dan was ik er weggelopen, want dat verdraag ik absoluut niet. Er zijn dingen in het leven waar geen antwoord op is en waar je ook geen antwoord op verdraagt.

Monniken zeggen: "Ik weet het niet en juist dat fascineert mij."

In mijn boek schrijf ik niet alleen over de kracht van stilte. Ik schrijf ook over de kracht van niet-weten. Die twee hangen samen. De stilte ingaan, is erkennen dat je het ten opzichte van de belangrijkste vragen in het leven niet weet. Het is het wezenlijke durven verwachten van 'elders', van het onbekende, het onvoorziene, het wonder.

Toen ik ziek werd, heb ik enorm geworsteld met de vraag naar de zin van wat mij overkwam. Ik moest en zou een antwoord vinden. Ik heb gezocht en gelezen... Tevergeefs... Geen enkel antwoord voldeed. Tot ook ik op het punt kwam dat ik kon toegeven: ik weet het niet. Dit niet-weten bleek paradoxaal genoeg het meest bevrijdende te zijn. "Stop hunting, then it comes to you." Of zoals Carla Pols, een Nederlandse schrijfster, zegt: "Misschien ben je al zover dat je niet meer weet waar je het moet zoeken. Dan komt het vanzelf."

Fragment uit 'De smaak van stilte'

Als ik iets aan mijn ziekte te danken heb, is het: het wegvallen van alle etiketten, kaders, beelden. Plots deden mijn opvattingen over het leven het niet meer. Ze verloren hun zeggingskracht. Geen enkel beeld deed het nog. Ik dacht dat ik alles kwijt was. Maar dat was niet zo. Dat heb ik later ontdekt. Ik was alleen de beelden kwijt. Niet het leven. In de pijnlijke leegte van geen beelden meer hebben gebeurde iets wonderlijks. In plaats van in een wereld van etiketten te leven, kreeg ik toegang tot het leven zelf. Ik kan het niet beter beschrijven dan als een doorstoten van alle mogelijke ideeën over de werkelijkheid naar de werkelijkheid zelf. En die werkelijkheid is oneindig veel mooier, heviger, grootser, grilliger en mysterieuzer ook, dan de mentale plaatjes waarin wij haar meestal beleven en benoemen. Ze zindert van leven, en vibreert van hemelse muziek.

Nooit heb ik het leven zo intens ervaren als in het jaar dat zagezegd het laatste was. Eerst niet. Eerst was er pure wanhoop. En die wanhoop is er soms nog. Maar dwars door de wanhoop heen waren er plots momenten van puur geraakt zijn: de geuren na een wegtrekkende regenbui, het gefluister van de bomen, de diepe zachtheid van de vacht van een poesje, het heen en weer wiegen van bloemen op hun stengel, het geluid van een beekje dat klaterend zijn weg zoekt, de wilde zang van vogels, ... Toen ik alles als het ware voor het laatst zag, was het alsof ik alles voor het eerst zag. Ik zag de dingen in hun onvoorstelbare, ik zou zelfs zeggen schokkende schoonheid. Ik zag ze in hun mysterieuze ongrijpbaarheid. Ik begon te begrijpen wat er bedoeld wordt met de woorden uit de Apocalyps: ik zag een nieuwe hemel en een nieuwe aarde. Niet dat het de wanhoop wegneemt. De vraag van het lijden blijft levensgroot overeind. De ervaring van het lijden evengoed, elke dag opnieuw, en die is wrang. Maar er waren en zijn momenten van een zo diepe vrede en harmonie, dat ik niet kan zeggen dat die ziekte alleen maar negatief is.

(Bieke Vandekerckhove, De smaak van stilte. Hoe ik bij mezelf ben gaan wonen, 2010, Ten Have/Lannoo)