

WIL DERKSE

Een  
levensregel  
voor  
beginners

Benedictijnse spiritualiteit  
voor het dagelijkse leven

 | LANNOO

Voor Paul (†),  
die zonder het te beseffen  
door en door benedictijns leefde en werkte

voor Geert,  
met wie ik zo graag Psalm 133 zing  
en jaarlijks in de refter glimlach om hoofdstuk 69  
van de Regel

voor Marian, kleine abdis,  
die zo betrokken heeft meegelezen

[www.lannoo.com](http://www.lannoo.com)

Achtentwintigste druk  
Omslagontwerp Studio Lannoo  
© Uitgeverij Lannoo nv, Tielt, 2003  
D/2009/45/142 – ISBN 978 90 209 4184 5 – NUR 705

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of  
openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie,  
microfilm of op welke wijze ook zonder voorafgaande  
schriftelijke toestemming van de uitgever.

# INHOUD

<i>Ter inleiding</i>	7	
I	EEN EERSTE KENNISMAKING MET DE BENEDICTIJNSE SPIRITUALITEIT	15
1.	Een lesje bij beelden uit de Hildegardisabdij in Eibingen	15
2.	Wat ik leerde bij mijn eigen kennismaking met benedictijns leven	22
3.	Groeien naar de oblatuur	27
II	GRONDPATRONEN VAN BENEDICTIJNSE SPIRITUALITEIT – EN EERSTE VERTALING NAAR NIET-MONASTIEKE CONTEXTEN	31
1.	De benedictijnse levensregel: aandachtig luisteren om tot resultaat te komen	31
2.	De benedictijnse geloften: op groei en bevrijding gericht	39
3.	Enkele meer specifieke invullingen van de benedictijnse kunst van het luisteren	51

III	BENEDICTIJS LEIDERSCHAP:	
	MENSEN STIMULEREN TOT GROEI	71
1.	Leiderschap vergt extra luistertalent	71
2.	De persoon van de abt	73
3.	De persoon van de kellenaar:	
	'a man for all seasons'	93
IV	BENEDICTIJS TIJDMANAGEMENT:	
	EEN GEVULDE AGENDA, MAAR NOOIT DRUK	103
	EPILOOG	123
	NOTEN	125

## TER INLEIDING

Een van de zegeningen van christelijk leven is zijn bonte veelheid van spiritualiteiten: ignatiaans, franciscaans, augustijns, dominicaans, salesiaans, die van Taizé, de carmelitaanse van Teresa van Avilla en Johannes van het Kruis, benedictijns, cisterciënzer en nog veel meer. Deze spiritualiteiten verschillen aanzienlijk, zowel in theologisch als in praktisch opzicht. Maar er zijn ook belangrijke overeenkomsten. Ze zijn alle verbonden met een stichter of stichteres – zoals vaak al uit hun namen blijkt. Het zijn *personen* die aan hun wieg staan, en niet zozeer theorieën en concepten. Personen die extra talent hadden om aandachtig te luisteren naar de Geest en daar ook van harte en daadwerkelijk antwoord aan gaven. Alle proberen ze deze *Spirit* te incarneren in een *levensstijl*. En alle zijn ze gericht op *Christus* als hun centrum. En deze gecentraliseerde pluraliteit is nou typisch en letterlijk *katholiek* (van het Grieks: *kat'holon*), of om het wat moderner te zeggen: *alle neuzen wijzen heel verschillend dezelfde kant op*.

Te midden van deze bonte veelheid aan spiritualiteiten is de benedictijnse een van de oudste. Benedictus schreef zijn *Regel voor monniken* in de eerste helft van de zesde eeuw. En toch blijkt dit 'handboekje voor kwaliteitsmanagement' – om weer een hedendaags woord te gebruiken – geschikt te zijn om ook nu nog duizenden monialen en monniken en minstens zoveel leken een oriëntatie in hun leven te bieden. Overigens, Benedictus was zelf een leek, geen gewijd clericus, en de rond hem gegroeide gemeenschappen bestonden grotendeels uit

leken. Zijn *Regel* bevat zelfs twee nogal voorzichtige, om niet te zeggen afhoudende hoofdstukken over eventuele priesters die lid van de gemeenschap willen worden, en over monniken die ter wille van de gemeenschap tot diaken of priester worden gewijd.

Binnen de christelijke spiritualiteiten is de benedictijnse mogelijk de minst spectaculaire. Ze is heel *down to earth*, niet dramatisch, met een heel bescheiden mate van spirituele begeleiding, niet gericht op 'interessante' verlichtingservaringen en vurige bekeringsmomenten. De enige verlichtingservaring die bij haar past, wordt mooi uitgedrukt in een zenspreuk: 'Vóór de verlichting: hout hakken en water putten; ná de verlichting: hout hakken en water putten.' Het gaat erom *hetzelfde anders* te doen, niet om naar heel nieuwe en andere inzichten of mystieke ervaringen op te klimmen.

De benedictijnse spiritualiteit heeft dan ook de grootste mogelijke afstand tot bijvoorbeeld de spirituele avonturen in James Redfields *De Celestijnse Beloofte*. Ze is stevig geworteld en niet bij elkaar geveegd uit allerlei spirituele tradities; ze heeft geen haast; ze heeft werkelijk niets geheimzinnigs en esoterisch; ze is niet gericht op de mystieke queeste van het individu, maar op de groei van de persoon levend en ingebed in een gemeenschap, met zijn alledaagse en vaak heel 'wereldse' bezigheden. Het is veelzeggend dat *het* centrale beginsel van de benedictijnse spiritualiteit – en dat is niet het vaak genoemde *ora et labora*, dat als zodanig niet in de *Regel* te vinden is en dat zelfs wat misleidend is omdat het een dualisme suggereert, terwijl benedictijns leven een 'leven uit één stuk' wil zijn – te vinden is in een van de meest wereldse hoofdstukken van de *Regel*, dat over de handwerkslieden van het klooster. Hun producten moeten iets lager geprijsd zijn dan in 'de wereld', niet vanwege valse concurrentie, maar om

de ondeugd van de hebzucht geen kans te geven. Er is ook een positieve reden: de sympathieke prijsstelling is er 'opdat God in alles worde verheerlijkt – *ut in omnibus Deus glorificetur*'. Dit is benedictijnse spiritualiteit in een notendop: dat *alles* een kans biedt Gods lof te bezingen – ook de context van kopen en verkopen; dat *elke* activiteit *geheiligd* kan worden. In de meest letterlijke zin is benedictijnse spiritualiteit een *holistische* of beter: heelmakende spiritualiteit.

Dit boek is niet een inleiding in de benedictijnse spiritualiteit. Dat hebben anderen al gedaan, en met betere papieren, want van binnenuit, levend als monnik en moniale.<sup>1</sup> Ik heb dankbaar uit deze bronnen geput. Wat ik wil proberen is om aan te geven hoe elementen uit deze spiritualiteit en de daarmee verbonden levensstijl ook buiten de kloostermuren heel vruchtbaar kunnen zijn voor een versterking van de kwaliteit van samenleven en samenwerken.

Want op allerlei niveaus en binnen heel uiteenlopende verbanden dragen we verantwoordelijkheid voor samenleven en samenwerken – zoals de abt en anderen dat in een abdij doen: als (groot)ouder, leraar, bestuurder, trainer, journalist, pastor, vakbondsleider, bisschop of hoe dan ook. Ik heb ervaren dat de benedictijnse spiritualiteit een ware *Fundgrube* is van oude en toch steeds nieuw te incarneren inzichten betreffende goed leiderschap, verstandige besluitvorming, vruchtbare communicatie, goed *human resource management*, een heilzame omgang met conflicten, een zorgvuldige omgang met je spullen, een gezegende en ruimte gevende levensstijl. Daarbij is het aantrekkelijk dat de benedictijnse spiritualiteit zich zo uitgesproken richt op wat ons hier en nu, op dit moment te doen staat. Ze is niet gericht op verre en hoge idealen, alleen te bereiken door spirituele grootmeesters. Het heilige is voor

haar het gewone; haar ascese is niet gericht op verheven ervaringen, maar op de alledaagse toewijding aan kwaliteitsverbetering.

Als deze elementen wat kunnen bijdragen aan een gezegend samenleven en samenwerken in een meer seculiere context, dan kan dat geen kwaad. Een vertaling naar deze context zal dan nodig zijn. Wanneer je medewerkers op de afdeling voorhoudt dat al hun activiteiten evenzoveel kansen zijn om God te prijzen en dat zelfs hun geringste handelingen sacramenteel en heiligend kunnen zijn, dan zullen ze je in het gunstigste geval onbegrijpend en een beetje bezorgd aankijken, en je in het ongunstigste geval door de bedrijfsgezondheidsdienst laten afvoeren. Wanneer je ze voorhoudt dat zelfs de kleinste schakeltjes in de bedrijfsvoering van de afdeling – tot de houding bij het opnemen van de telefoon toe – evenzoveel kansen zijn voor een kwaliteitsimpuls(je), onder het motto *anything worth doing is worth doing well*, dan zou deze aansporing onderdeel kunnen zijn van een te verwezenlijken plan voor *total quality management*. Maar deze nu populaire term uit het managementjargon is in zekere zin gewoon de hedendaagse pendant van het *ut in omnibus Deus glorificetur*.

Nu kan natuurlijk de vraag gesteld worden of beginselen die geput worden uit een door en door gelovige context zomaar getransporteerd kunnen worden naar verbanden van samenleven en samenwerken die geen rechtstreekse religieuze binding hebben en die (groten)deels bevolkt worden door mensen die 'niet geloven' – wat ik trouwens van niemand zou durven beweren. Ook mag de vraag worden gesteld of zo'n overzetting eigenlijk wel 'mag', of je een door en door religieuze spiritualiteit daarmee niet naar 'beneden' haalt. Ik heb daar twee antwoorden op.



Het eerste, wellicht wat frivole antwoord, is een waarschijnlijk apocriefe anekdote over de grote fysici Niels Bohr en Albert Einstein. Einstein bezoekt Bohr in zijn zomerhuisje aan de Deense kust. Hij ziet dat boven de ingang naar plaatselijk gebruik een hoefijzer is aangebracht, om de inwoners van het huis geluk te brengen. 'Niels,' zegt hij, 'jij als fysicus gelooft toch zeker niet dat zo'n hoefijzer werkt en de loop van de gebeurtenissen beïnvloedt?' Bohrs antwoord: 'Nee, natuurlijk geloof ik daar niet in, maar ik heb gehoord dat het ook werkt als je er *niet* in gelooft.'

Mijn tweede antwoord zegt hetzelfde, maar dan wat meer theologisch verpakt. *Elke* bijdrage aan de cognitieve, esthetische en morele kwaliteit van deze wereld is een bijdrage aan het rijk Gods. Als elementen uit een christelijke spiritualiteit heilzaam op de houding en levensstijl van de niet-christen of de niet-religieus gebonden mens inwerken, is dat winst en van waarde. Zoals dat ook geldt voor beïnvloeding in 'omgekeerde' richting, bijvoorbeeld wanneer elementen uit boeddhisme, taoïsme of de milieubeweging vruchtbaar blijken te kunnen zijn in de christelijke levenspraktijk.

Spiritualiteit kun je trouwens niet 'naar beneden halen', en zeker de benedictijnse niet. Die is uitdrukkelijk voor 'beneden' bedoeld, om namelijk in *alles* Gods lof te zingen.

Ook voor wie niet in de religieuze bedding wandelt waarbinnen de benedictijnse spiritualiteit zich beweegt – maar die wel het vermoeden heeft dat uit die spiritualiteit vruchtbaar te putten is voor de eigen houding en levensstijl – kan het zinvol zijn om nader kennis te maken met de algemene spirituele achtergrond van benedictijns leven. Deze probeer ik te geven in het eerste hoofdstuk, waarbij ik uitga van mijn eigen kennismaking met deze levensstijl. Het tweede hoofdstuk

beoogt de grondpatronen van benedictijnse spiritualiteit in objectievere vorm te schetsen en deze te vertalen naar niet-monastieke contexten.

De verschillende deelthema's die daarin in het voorbijgaan oplichten (zoals bezielde leiderschap, luisterende besluitvorming, vruchtbaar gedijende *human resources* en verstandig omgaan met de tijd) zullen in de daaropvolgende hoofdstukken elk nader worden voorgesteld.

Nog een opmerking bij wijze van gebruiksaanwijzing bij dit boek, een opmerking die ik bijna niet durf op te schrijven omdat ze even pedant als verwaand lijkt: lees het *langzaam*, en dus in niet al te grote porties. Het is niet bedoeld om snel wat informatie uit te vergaren, om na diagonaal lezen haastig wat bruikbare tips met een groene stift te markeren, om in twee avonden tot een hoger inzicht te komen. In de benedictijnse traditie kennen we de *lectio divina* of geestelijke lezing. Daarin wordt een tekst waarin je iets voedzaams hoopt aan te treffen heel langzaam gelezen, en wel tot iets je raakt. Dan stop je. Wat je geraakt heeft bekijk je nog eens opnieuw, en rustig associërend overweeg je hoe het kwam dat je geraakt werd, wat dat eigenlijk was, en wat daarop je antwoord zou kunnen zijn. Het is een soort proevend herkauwen van een tekstfragment, totdat je denkt dat je er de voedende sappen wel zo'n beetje uit hebt gehaald – de oude monniken noemden dit *ruminatio*, het Latijnse woord voor wat koeien met gras doen. Dan lees je langzaam verder tot (hopelijk) opnieuw iets je raakt.

Ik durf dit zonder al te veel gêne op te schrijven, omdat hetgeen de lezer hier en daar als voedzaam en heilzaam zal raken toch niet van mij afkomstig zal zijn, maar van Benedictus, van de levensstijl die in zijn *Regel* geworteld is,

en vanuit het contact met personen die volgens zijn *Regel* met vallen en opstaan proberen te leven.

Dat 'met vallen en opstaan proberen' wil ik benadrukken. Vanzelfsprekend wil ik in dit boek het mooie, waardevolle en vruchtbare van het benedictijnse leven aan de lezer voorhouden. Het is net zo vanzelfsprekend dat iemand reageert met de ontnuchterende opmerking: 'Maar ik ken een abdij (of zelfs meerdere) waar van al dat moois soms weinig terecht komt.' Nou, ik ook. Om te beginnen de abdij waarvan ik de (dankbare) oblaat ben – en de bewoners daar zullen de eersten zijn om dit 'met vallen en opstaan proberen volgens de *Regel* te leven' ten volle te beamen. Evenmin zouden ze hun eigen leven willen idealiseren. De abdijschiedenis heeft perioden van grote bloei meegemaakt, maar ook van diepe crisis. De grootste bloeiperiode was misschien wel die van de gezamenlijke eigenhandige bouw van het eigen klooster – een ervaring die moeilijk te evenaren is. Wellicht dat gericht iets *nieuws* proberen te *bouwen* (van welke aard en hoe bescheiden ook) een voorwaarde zou kunnen zijn voor een nieuwe periode van bloei.

Nu lijkt mijn abdij na lente, zomer en herfst in haar winterseizoen te zijn – al zijn er eerste lenteboden. Zo'n winterseizoen lijkt erger dan het is. Ook de winter is een respectabel seizoen, waarin kiemen worden bewaard en stilletjes doorleven voor een volgende lente van een jaar dat anders zal zijn dan het vorige. Het is als bij die oude Ierse gewoonte die *grieshog* wordt genoemd, waarbij aan het eind van de dag enkele gloeiende kooltjes onder een laag as worden geborgen. Na de nacht kunnen de kooltjes worden vrijgemaakt om een nieuw vuur (of vuurtje) te doen ontvlammen.<sup>2</sup> Om dit beeld nog even vol te houden: wie als buitenstaander het kleine en grotendeels grijze gezelschapje abdijsbewoners voor het

eerst zou meemaken, zou al gauw kunnen denken: veel as hier. Maar ik weet dat er gloeiende kooltjes onder de as zijn. Ik weet dat omdat ik er elke keer, ook nu in de winter, door aangestoken word. En ik zal beslist niet de enige zijn. Er zijn zelfs enkele signalen dat de gloeiende kooltjes onder de as anderen zodanig hebben aangestoken, dat ze het vuur ook als monnik willen voortzetten.

In dankbare verbondenheid met de gloeiende kooltjes van de Slangenburg en zij die door hen zijn aangestoken is dit boekje geschreven.

's-Hertogenbosch, Pinksteren 2000

# I

## EEN EERSTE KENNISMAKING MET DE BENEDICTIJNSE SPIRITUALITEIT<sup>3</sup>

### 1. Een lesje bij beelden uit de Hildegardisabdij in Eibingen

De abt, zo stelt Benedictus, moet eerder door zijn daden dan door zijn woorden duidelijk maken wat goed en heilzaam is. Het Feijenoord-clublied *Geen woorden maar daden* heeft blijkbaar een benedictijnse achtergrond. De abt moet eerder door zijn voorbeeld onderrichten dan door breedsprakige lessen.

Ook voor de kennismaking met de benedictijnse spiritualiteit kunnen (voor)beelden meer zeggen dan woorden. De KRO maakte in de jaren 1980 twee schitterende tv-series over het monastieke leven. Ze zijn op video uitgebracht onder de titels *Abdijen van de lage landen* en *Abdijen van Europa*.<sup>4</sup> In de eerste reeks sprak me natuurlijk vooral het portret aan van de Sint-Willibrordsabdij in Doetinchem-Slangenburg. Met deze abdij ben ik steeds meer verbonden geraakt. Het commentaar bij de voor mij vertrouwde beelden van abt Van den Biesen is heel *down to earth*: het zelf bouwen van deze abdij heeft de *spirit* van deze op het oog weinig spectaculaire gemeenschap door en door bepaald.

Maar voor een eerste kennismaking met wat benedictijns leven inhoudt zou ik eerder een aflevering uit de tweede serie

aanbevelen, namelijk die welke het dagelijkse leven laat zien van de monialen die de Hildegardisabdij in het Duitse plaatsje Eibingen bewonen, vlak bij de resten van de abdij die in de twaalfde eeuw werd gebouwd door de veelzijdige benedictines Hildegard van Bingen.

De beelden uit deze abdij zullen bij velen als vreemd en vervreemdend overkomen. Wat motiveert een groep van tegen de zestig vrouwen van drie generaties om onder het gezag van een abdis en een ongeveer 1500 jaar oude *Regel* voor monniken te leven? 'Wat doet u daar in de Middeleeuwen?' zou een heel begrijpelijke vraag kunnen zijn. Maar aan kleine details is al gauw te zien dat deze vrouwen in deze tijd leven: een gsm-telefoon vastgeklipt aan een habijt, moderne keukenapparatuur, computers, het moderne wijngoed van de abdij. We zien de monialen tijdens verschillende momenten van hun dagritme: Gods lof zingend in de kloosterkerk (in fraai gepolijst gregoriaans), hun werk: de zorgvuldige werkzaamheden van de edelsmid, het grondig reinigen van de lampenkappen in de kapel, een zorgvuldig *privatissimum* fenomenologie door de abdis (een gepromoveerd filosofe) aan een jonge novice, bloemen schikken voor het altaar, werkzaamheden in de wijnkelders, met aandachtige privé-lectuur op de eigen kamer, een telefoongesprek in de kloostergang, waarbij de zuster even in een nis gaat zitten om de opbeller de juiste aandacht te schenken, bij het aanleggen van nieuwe elektriciteitsleidingen, tijdens de ontspannen recreatie...

Wie deze beelden een tijdje in zich opgenomen heeft, zal drie dingen zeker opvallen. Allereerst dat de zusters er bij al deze activiteiten naar streven aan alles *aandacht* te schenken, wat dan ook – inclusief de recreatie; alles wordt gedaan in een geest van een aandachtig cultiveren. Steeds als ik deze video zie moet ik denken aan de simpele regel van de romanschrijfster

en filosofe Iris Murdoch, die in een notendop het beginsel van goed leven samenvat: *to attend and get things right* – opletten en de zaken in orde krijgen, daar komt het steeds weer op neer.

Een tweede eigenschap die de kijker zal opvallen is de kalme *schoonheid* en goed onderhouden *orde* van de abdij, inclusief de keuken en de andere werkplaatsen. En dat is trouwens ook het geval als er geen tv-camera's aanwezig zijn. Abdijen ademen een geest van zorg en cultuur uit, een uitstraling waaraan ook heel kleine dingen bijdragen: een paar goed geschikte bloemen, zorgvuldig schoongemaakt en geordend gereedschap, het precieze handschrift waarin de aantekeningen van de filosofieles zijn genoteerd. Kleine dingen die *belangrijk* zijn. Schoonheid en orde werken namelijk aanstekelijk. Een student liet me daar eens een klein maar overtuigend bewijs van zien. Hij toonde mij zijn notitieblok, waarop hij de collegenotities van de afgelopen week had geschreven. De meeste aantekeningen waren blijkbaar haastig gemaakt, veel stond schots en scheef door elkaar, de leesbaarheid liet te wensen over. Maar er was één opvallende uitzondering: een college informatica. De betrokken hoogleraar maakt er een sport van om alles heel netjes en fraai op te schrijven, in geordende stappen en in een mooi en leesbaar handschrift. Zijn collegedictaten worden dan ook niet per tekstverwerker maar in handschrift aangeleverd – een gewoonte die inmiddels door veel collega's van de betrokken vakgroep is overgenomen. Zonder dat de student daar een weloverwogen beslissing toe had genomen, waren zijn aantekeningen van *dit* college geordend, mooi geschreven, uiterst leesbaar – een orchidee tussen veel onkruid. Orde en schoonheid werken aanstekelijk. Wanorde en lelijkheid trouwens ook. Dat geldt bij kleine dingen als het bijhouden van een notitieblok, maar dat geldt ook voor het runnen van een groot bedrijf of een ministerie.

Het monastieke leven heeft een uitstraling; in het klein, maar ook vaak in de cultuur- en ideeëngeschiedenis: allereerst religieus en spiritueel, maar ook artistiek, intellectueel, sociaal en economisch. Abdijen hebben Europa (en niet alleen Europa) in *cultuur* gebracht. Dat is niet alleen een historisch feit van voornamelijk museale betekenis. Wie de omgeving nadert van *levende* monastieke gemeenschappen kan in het landschap zien dat er een verband is met een bron van kwaliteit. Wat zijn er bijvoorbeeld opvallend veel vlinders in de buurt van Egmond. Vraag het de benedictijnen daar: een van de broeders cultiveert een vlindertuin.

Deze uitstraling is ook minder direct waarneembaar: een abdij heeft een kring van mensen en activiteiten om zich heen die vanuit het monastieke leven gevoed wordt. In het buitenland (Duitsland, Engeland, de VS) hebben sommige benedictijner abdijen kwalitatief opvallend hoogstaande middelbare scholen of zelfs universiteiten. Andere geven theologische, wijsgerige, liturgische of algemeen-culturele tijdschriften uit, waaraan vele niet-monniken en -monialen meewerken. Weer andere concentreren zich op kunst en de studie en cultivering van het gregoriaans. Dan zijn er nog de vele regelmatige en onregelmatige gasten: mensen die er zich terugtrekken voor studie maar er ook in aanraking komen met iets anders (zie verder), mensen die voor een week van bezinning kiezen voordat ze aan een nieuwe baan beginnen, mensen die gekwetst en verward zijn en in een abdij een geordend en heilzaam klimaat aantreffen.

Recentelijk is aan een dergelijke uitstraling nog een nieuwe loot toegevoegd: de aanwezigheid op internet. De websites van

\* Men beginne bij [www.osb.org](http://www.osb.org), verzorgd door St. John's Abbey, Collegeville, Minnesota, van daaruit kan men benedictijns verder surfen.



tientallen abdijen trekken vele bezoekers, sommige duizenden per dag.\* Van de vaak prachtig verzorgde homepages kan men doorklikken naar spirituele teksten, mooie muziek, een virtuele rondgang door de abdij, kennismaken met de dagorde en de spirituele achtergronden daarvan of boeken bestellen.

Ik vind deze vele facetten van uitstraling een leerzaam lesje voor andere instituten. Ook scholen, universiteiten en bedrijven kunnen op vergelijkbare manieren hun directe en indirecte omgeving intellectueel, artistiek, sociaal en economisch bewust in cultuur proberen te brengen.

Terug naar de beelden van de Hildegardisabdij. Er is nog een derde opvallende karakteristiek, die met de twee vorige samenhangt: je ziet en voelt duidelijk dat de ene activiteit (bijvoorbeeld juwelen maken) niet meer aandacht en zorg krijgt dan de andere (bijvoorbeeld lampenkappen schoonmaken). Een privé-college in de fenomenologie is niet 'belangrijker' dan het schikken van de bloemen voor de kapel. Het is niet zo dat een telefoongesprek wel wat minder aandachtig mag gebeuren dan elektriciteitsdraden aanleggen of psalmen zingen.

Al bij de eerste kennismaking kan het inzicht doorbreken dat er in een abdij geen scherpe scheidslijnen zijn tussen het sacrale en het profane. Benedictus' *Regel voor monniken* inspireert deze houding. Dat gebeurt bijvoorbeeld in hoofdstuk 31 over de kellenaar (zeg maar: de econoom en materieel beheerder) van het klooster, waar we lezen: 'Alle goederen en gereedschappen van het klooster moet hij zien en behandelen als waren zij het heilig vaatwerk van de kapel.' Ook waar het gaat om de *houding* van de monniken in hun diverse dagelijkse activiteiten is er een doorgaande lijn. Een wijze abt gaf aan enkele novicen, die niet goed wisten hoe plechtig ze wanneer moesten lopen, eens het volgende advies: 'In de

kapel moet je je gedragen zoals tijdens de recreatie: ontspannen. En tijdens de recreatie moet je je gedragen zoals in de kapel: met waardigheid.'

De in de beelden van de Hildegardisabdij gesignaleerde karakteristieken zijn evenzoveel lesjes die kunnen worden toegepast in de context waarin we leven, en die de kwaliteit van leven zouden kunnen verhogen. Het cultiveren van een houding van aandacht – wie het ook is die om aandacht vraagt – is even belangrijk in het gezinsleven als in de onderwijs-situatie, bij het plakken van een leuke fietsband en bij het schrijven van een geleerd artikel, wanneer je deelneemt aan de liturgie of bij een gesprek laat op de avond met een goede vriend. Een mooie fles wijn delen en die met smaak en aandacht proeven, of in een gesprek zorgvuldig luisteren en gepast respons geven is in zekere zin net zo sacramenteel als ter communie gaan.

Hier hangt ook het tweede lesje mee samen: dat taken en activiteiten weliswaar van gewicht kunnen verschillen, maar dat de ene niet meer aandacht waard is ('heiliger' is) dan de andere. Deze houding is buitengewoon lastig te verwerven. Het is zo verleidelijk en voor de hand liggend om het schrijven van een belangrijke bestuursnotitie, het overdenken van een cruciale ontmoeting met een grote geldgever, het voorbereiden van een *keynote lecture* voor een internationaal wetenschappelijk congres of het formuleren van een advies voor de Bisschoppenvergadering je tijd en aandacht meer waardig te achten dan het bereiden van een maaltijd voor je gezin, het repareren van de leuke band van de fiets van je dochter, het ontspannen voorlezen van een verhaal voor het slapengaan of het zorgvuldig boenen van de vloer van je woonkamer. Maar wanneer je beseft dat al deze taken niet gelijk maar wel gelijkwaardig zijn, en dat alle het verdienen met aandacht gedaan

te worden, als kansen 'om God te prijzen', of meer seculier *to attend and get things right*, en wanneer je aan dit besef ook respons geeft, dan zullen ze alle in kwaliteit toenemen. Door goed de vloer te boenen wanneer dát aan de orde is, wint ook de voorbereiding van die *keynote lecture* aan kwaliteit wanneer dié elders op mijn dagprogramma staat.

De zojuist genoemde voorbeelden putte ik uit mijn persoonlijke leven. Daarbij besef ik maar al te goed hoe groot de afstand kan zijn tussen het ideaal dat Benedictus' *Regel* me voorhoudt en wat ik daar in het leven van alledag van terechbreng. Ik weet inmiddels dat dat voor monniken en monialen niet anders is. Gelukkig schrijft Benedictus heel geruststellend: 'Dit is een regel voor beginners.' Daarmee bedoelt hij niet dat je na lezing ervan en voldoende oefening wordt bevorderd naar een volgend niveau, waarvoor hij dan een regel voor gevorderden in de aanbieding heeft. Integendeel: er is *alleen* deze regel voor beginners. En we *blijven* steeds en dagelijks beginners op onze pelgrimsweg naar een betere kwaliteit van leven. In die zin blijft ook de monnik of moniale die al zestig jaar geleden geprofest is een novice. Zoals een oude abt eens zei toen hem door een journalist werd gevraagd waar ruim een halve eeuw benedictijns leven in de kern op neerkwam: 'Vallen en weer opstaan. Vallen en weer opstaan.' En buiten het klooster is het niet anders.

Een regel voor beginners. Er is dus geen hoger niveau waarop de spirituele professionals zich zouden bewegen. Opnieuw zien we hier een verschil met bijvoorbeeld de spirituele avonturen in *De Celestijnse Belofte*, waarin de hoofdpersonen in hoog tempo van het eerste inzicht naar het tweede, van het tweede naar het derde enzovoort worden geleid, en in een vervolgboek zelfs het tiende inzicht bereiken. Bij Benedictus is er maar één niveau: het beginnersni-

veau, en is er slechts een langzaam tempo: dat van dag naar dag, waarin we oefenen in *piece-meal spiritueel verbetermanagement*, wat in het Latijn *conversatio morum* heet (een van de drie geloften die de monnik aflegt). Anderen mogen dit teleurstellend vinden, ikzelf vind het een heel hoopvolle en geruststellende gedachte dat benedictijns leven niet bedoeld is voor spirituele krachtpatsers.

## 2. Wat ik leerde bij mijn eigen kennismaking met benedictijns leven

Mijn eigen proces van vallen en opstaan is de afgelopen achttien jaar geleidelijk steeds meer bepaald door deze 'regel voor beginners', en door een steeds kleiner wordend en nogal onopvallend groepje merendeels oudere mannen die als een gemeenschap volgens deze regel proberen te leven: de monniken van de bescheiden maar mooie Sint-Willibrordsabdij in Doetinchem/Slangenburg. Ik kwam er eerst als een regelmatige gast, voelde me geleidelijk meer verbonden met deze gemeenschap en gaf op een bepaald moment respons aan de uitnodiging om me als leek met deze community te associëren, om *oblaat* te worden.

Ik ben zo vrij enkele alinea's aan deze ontwikkeling te wijden, omdat uit dit proces van (buitengewoon bescheiden) persoonlijke groei iets te leren is over grondpatronen van benedictijnse spiritualiteit en over de (buitengewoon bescheiden) vruchten daarvan.

Ik was voor het eerst te gast op de abdij in december 1982. Mijn jongere broer, die er al vaker was geweest en zelfs wel eens over intreden had gedacht, had me uitgenodigd hem op

zijn jaarlijkse bezoek daarheen te vergezellen. Ik was net met een nieuwe studie begonnen en zou er rustig kunnen werken. En rustig was het er zeker. Ik werkte gestaag aan mijn paper, en eerder uit beleefdheid jegens mijn gastheren dan uit grote religieuze ijver stond ik zes keer per dag met hen in het abdijkerkje. Ik voelde me er nogal ongemakkelijk. Deze diensten, 'getijden' genoemd, leken me merendeels merkwaardig onproductief, zonder enigerlei vorm van 'resultaat' zoals in de liturgische vieringen die ik van elders kende: de eucharistie die uitmondt in een communieritus, het doopsel, de huwelijksviering, de uitvaart, het vormsel.

Er werden psalmen, antifonen, liederen en hymnen gezongen, blijkbaar volgens een systeem, dat me echter gecompliceerder leek dan de irreversibele thermodynamica. Er was een lezing, gevolgd door een irritant lang lijkende stilte (bleek nog geen vijf minuten te zijn, maar dat is erg veel stilte voor een druk en onrustig baasje), een gebed en een gezongen acclamatie. Daarna weer netjes in processie het kerkje uit. Kaarsen uit, geen enkel resultaat, behalve dan dat Gods lof gezongen was. Alsof Hij daar behoefte aan had, dacht ik oneerbiedig. En onjuist bovendien, zo leerde ik later: *wij* hebben daar behoefte aan.

Bij de reeks van psalmen in elk van de getijden voelde ik me extra ongemakkelijk tijdens het iedere psalm afsluitende: 'Eer aan de Vader, de Zoon, en de Heilige Geest...,' waarbij men een diepe buiging maakte. Ik vond het moeilijk om mee te buigen, en ik stoorde me aan het enthousiast meebuigen van enkele andere gasten, die mij als nieuwkomer ongetwijfeld eens even wilden inpeperen hoe vertrouwd zij met de rituelen hier waren. Ik vind het een licht verontrustende gedachte dat huidige nieuwkomers zich mogelijk net zo storen aan mijn meebuigen.