

REDACTIE
RICK TIMMERMANS

LEVEN

IGNATIAANSE MEDITATIES

EEN KUNST



BERNE MEDIA | IGNIS WEBMAGAZINE

LEVEN

IGNATIAANSE MEDITATIES

EEN KUNST

REDACTIE
RICK TIMMERMANS

BERNE
MEDIA  uitgeverij abdij van berne



© 2020 De auteurs

© 2020 Berne Media | uitgeverij abdi van berne

www.bernedia.com

Vormgeving omslag en binnenwerk: Studio Marion Rosendahl en Wim van de Hulst
Redactie: Frieda Pruim

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

ISBN 978-90-8972-374-1

NUR 728

Inhoud

Voorwoord	11
Rick Timmermans	
Aanvaard jezelf in liefde	13
Annemarie den Blanken	
Hoe nieuw is ‘nieuw’?	16
Gregory Brenninkmeijer SJ	
Je kunt niet eeuwig vluchten voor je leegte en je pijn	19
Hilde Van Linden	
‘Maar levenskunst, waar vind je die?’	22
Ben Frie SJ	
Innerlijke rust komt nooit van buiten	24
Tjeerd Jansen SJ	
Waar zit je pijn?	27
Annemarie den Blanken	
Troosten is geen werkwoord	30
Madeleine Kievits	
Ga jouw weg (net als Abraham): laat los en vertrouw je toe	33
Tineke Renkema-Boersma	
Hoe intens verdriet kan omslaan in aanstekelijke vreugde	36
Bert Daelemans SJ	
Van angst verlost	39
Gregory Brenninkmeijer SJ	
Een mystieke preek: je mag God voelen	42
Ben Frie SJ	
‘Door de isolatie kon ik mezelf niet langer ontvluchten’	46
Leo de Weerd SJ	
Op drift: onszelf aanvaarden als mensen onderweg	49
Ben Frie SJ	

Altijd onderweg	52
<i>Hans van Leeuwen SJ</i>	
Nooit moeder worden	55
<i>Annemarie den Blanken</i>	
Prestatie of mysterie	58
<i>Piet van Breemen SJ</i>	
Stilletjes Jezus achterna	60
<i>Annemarie den Blanken</i>	
Jezus als dokter	63
<i>Anneke van der Werff-Verbraak</i>	
Het zonnetje in huis	67
<i>Madeleine Kievits</i>	
Onze hopeloze reflex om alles te regelen	70
<i>Hugo Roeffaers SJ</i>	
Bij de uitvaart van een broer	73
<i>Guido Dierickx SJ</i>	
Een kleine spiritualiteit van werken	77
<i>Hugo Roeffaers SJ</i>	
Onkruid in de tuin van mijn hart	80
<i>Bert Daelemans SJ</i>	
Een verlangen meer innerlijk te leven	83
<i>Hans van Leeuwen SJ</i>	
‘Goed dat ik er was’	86
<i>Madeleine Kievits</i>	
Gods wil onderscheiden	89
<i>Hans van Leeuwen SJ</i>	
Leven in vertrouwen	92
<i>Nikolaas Sintobin SJ</i>	
Zo gaan menselijke inzet en godsvertrouwen samen	96
<i>Pieter-Paul Lembrechts SJ</i>	
Blijven bidden in moeilijke omstandigheden	99
<i>Nikolaas Sintobin SJ</i>	

Opnieuw leren bidden	102
<i>Jos Moons SJ</i>	
Het argeloze vertrouwen van een kind	104
<i>Peter van Gool SJ</i>	
‘Ouders, creëer me niet naar jullie evenbeeld’	107
<i>Frans van der Lugt SJ</i>	
Verlangen: gefrustreerd en bevrijd	110
<i>Henk Witte</i>	
Een zinnetje dat je erdoorheen helpt	113
<i>Henk Witte</i>	
Hoe (moderne) martelaren alledaagse gelovigen kunnen helpen	115
<i>Jan Stuyt SJ</i>	
Je armoede uitschreeuwen	117
<i>Annemarie den Blanken</i>	
De rijkaard als ongemakkelijk spiegelbeeld	120
<i>Hilde Van Linden</i>	
Maar ik zei toch al sorry!	123
<i>Karin Benoist</i>	
Een schreeuw uit de diepte	125
<i>Ronald Heins</i>	
Woestijntijd	129
<i>Ronald Heins</i>	
Jezus toelaten in je krampachtige verstarring	133
<i>Ben Frie SJ</i>	
‘Barmhartigheid wil ik; géén offer!’	136
<i>Dries van den Akker SJ</i>	
Dit bedoelde Jezus met mediteren	140
<i>Peter van Gool SJ</i>	
Jezus volgen betekent uit je comfortzone stappen	143
<i>Annemarie den Blanken</i>	
Geen geordend gebedsleven	146
<i>Dries van den Akker SJ</i>	

Zachtjes vang ik het licht op	149
<i>Corinne Groenendijk</i>	
Vakantie: een tijd om weer te leven	152
<i>André Cnockaert SJ</i>	
Smullen van het zout der aarde	155
<i>Bert Daelemans SJ</i>	
KERSTMIS	
Advent: het licht is sterker dan de duisternis	159
<i>Ben Frie SJ</i>	
De pijnlijke weg van Gods liefde	161
<i>Annemarie den Blanken</i>	
Jozef als voorbeeld in tijden van crisis	164
<i>Johan Verschueren SJ</i>	
Het verlangen een echt mens te worden	166
<i>Wauthier de Mahieu SJ</i>	
Is er plaats in onze herberg voor dit kind?	169
<i>Anneke van der Werff-Verbraak</i>	
Laat je niet uit het veld slaan	172
<i>Dries van den Akker SJ</i>	
Gods handen in onze maatschappij	176
<i>Jan Peters SJ</i>	
Een mystiek moment	179
<i>Ben Frie SJ</i>	
Echt op zoek, net als de wijzen uit het Oosten	181
<i>Hugo Roeffaers SJ</i>	
PASEN	
Vasten: een tijd om los te laten	187
<i>Hans van Leeuwen SJ</i>	
Veertig dagen om méér van het leven te genieten	190
<i>Hugo Roeffaers SJ</i>	

Beter omgaan met je schaduwzijden	193
<i>Peter van Gool SJ</i>	
Wat Goede Vrijdag zo goed maakt	196
<i>Ben Frie SJ</i>	
Wat vieren we met Pasen?	199
<i>Piet van Breemen SJ</i>	
Hij toonde hun zijn wonden	201
<i>Wauthier de Mahieu SJ</i>	
Pinksteren: geen feest voor bange mensen	203
<i>Marc De la Marche SJ</i>	
Medewerkers aan dit boek	207

Voorwoord

De kunst van leven, wie zou die niet in de vingers willen hebben, wie zou die niet willen smaken?

Het verlangen en zoeken naar levenskunst rijgt zich als een rode draad door deze bundel met meditaties. Deze bijdragen zijn in de afgelopen tien jaar verschenen op de website van Ignis webmagazine, waar we vanuit de eeuwenoude ignatiaanse spiritualiteit naar het christelijk geloof en de wereld om ons heen kijken.

Ignis is een webmagazine van de Nederlandse en Vlaamse jezuïeten. Wij hopen de lezer te inspireren, om zijn of haar leven als gelovige te verrijken en meer aandacht te hebben voor de samenleving waarin wij leven. Daarin is spiritualiteit een sleutelwoord: een spiritualiteit die raakt aan essentiële thema's van elke dag. Niet zweverig, maar nuchter. Wars van de waan van de dag willen wij blijvende woorden van wijsheid aanreiken.

In ons webmagazine is een belangrijke grondhouding: onderscheiden waar het op aankomt. Wat komt er op mij af? Wat leeft in mij? Wat is daarin de weg van God? Hoe kan ik groeien in leven en liefde?

Ignis bestaat tien jaar. In de digitale tijd is dat zoiets als een eeuw. We verheugen ons erover dat ons lezerspubliek nog altijd groeit. Ignis streeft ernaar de schop iets dieper in de grond te steken en te helpen nadenken over wat er onder de oppervlakteschermutselingen van onze samenleving schuilgaat. Om dit jubileum te vieren hebben we meditaties samengebracht rond het thema levenskunst. Hierover wordt tegenwoordig veel gezegd en geschreven. Het christelijk geloof en de ignatiaanse spiritualiteit zijn volgens ons goede bronnen om daarover een innerlijk proces op gang te brengen.

Naast jezuïeten zijn aan Ignis auteurs verbonden van buiten de eigen kring, die eveneens zijn gevormd door onze spiritualiteit. Vanuit een eigen professionele vorming en achtergrond weten zij vaak verrassende wendingen te geven aan bijbelverhalen of thema's die daaruit voortvloeien.

Ignis is afgeleid van Ignatius, de Latijnse naam van Iñigo van Loyola (1491-1556), de stichter van de Societas Jesus (SJ), de orde van de jezuïeten. Ignis is het Latijnse woord voor 'vuur'. Het doet ons denken aan de uitspraak die Jezus in de mond is gelegd: 'Vuur ben ik komen brengen op aarde, en hoe zou ik willen dat het al brandde!' (Lucas 12:49). Het Engelse *ignition* betekent ontsteking, starten, op gang brengen. Telkens is er die associatie met in brand vliegen, ontbranden, innerlijk vooral. Dat hopen we met Ignis te bereiken: ergens warm voor lopen, vurig zijn, energiek. De jezuïeten streven ernaar het geloofsvuur te ontsteken met alle middelen die hen ter beschikking staan, in dit geval het internet. Ignatius, soms wat heetgebakerd, zou het toegejuicht hebben.

De bril waarmee Ignatius ons deed kijken naar de schepping is niet versleten, integendeel. Oordeel zelf in deze bundel en op www.igniswebmagazine.nl.

Rick Timmermans

Hoofdredacteur Ignis Webmagazine

Aanvaard jezelf in liefde

Onze tekortkomingen en beperkingen kunnen ons soms behoorlijk verlammen. Zonde eigenlijk, je bent zoveel meer dan je missers. Een meditatie over Marcus 2:1-12: ‘Bij het zien van hun geloof zei Jezus tegen de verlamde: “Vriend, uw zonden worden u vergeven.”’

Door Annemarie den Blanken

Zij was rond de veertig, had rechten gestudeerd en was bezig met een veelbelovende carrière als advocate. Op het eerste gezicht leek ze alles mee te hebben.

Op het tweede gezicht bleek er met haar van alles mis te zijn. Ze voelde zich diep ongelukkig: in haar familie, haar huwelijk, haar sociale contacten, maar bovenal met zichzelf. Ze vond dat ze niet de moeite waard was, voelde zich onbeduidend, ongewenst en onbemind. En ze was niet bij machte iets tegen al dat negatieve te doen. Vanbinnen raakte ze daardoor als het ware helemaal verlamd.

Ze ontwikkelde een zelfhaat en stopte met eten. Daardoor raakte ze geestelijk en lichamelijk zo uitgeput dat ze in het ziekenhuis werd opgenomen.

Ze vond dat ze niet de moeite waard was, voelde zich onbeduidend, ongewenst en onbemind

In onze gesprekken vertelde ze over haar verlangen en voor-nemen de zelfvernietigende krachten in haar te bedwingen. Ze wilde opnieuw beginnen, maar het werd een strijd op leven en dood die ze uiteindelijk verloor. Een jaar later vernam ik dat ze was overleden.

Verlamd

De verlamde man die in Marcus 2 bij Jezus wordt gebracht, is er ook erg aan toe. Wat er precies met hem aan de hand is, weten we niet, alleen dat hij verlamd is. Uit zichzelf kan hij totaal niets. Hij is volkomen passief en aangewezen op de hulp van anderen.

Koste wat kost willen zijn vrienden hem bij Jezus brengen. Ze dulden geen uitstel. Misschien zijn ze bang dat hun vriend het niet langer trekt als hij niet snel geholpen wordt. Jezus is ontroerd als hij ziet hoe de mannen zich voor hem inzetten. Ze halen de gekste capriolen uit, slopen zelfs een dak. Dat ze zover gaan getuigt van veel geloof in Jezus.

Als Jezus de man ziet, weet hij kennelijk dat de bron van zijn verlamdheid vanbinnen zit en dat de genezing dus ook van binnenuit moet komen. Niet dat de man een slechterik is, hij lijkt eerder het spoor van zijn leven kwijt te zijn. Hij heeft geen vaste grond meer onder zijn voeten. Dat is zonde, vindt Jezus. Hij spreekt hem op vriendschappelijke toon aan: 'Vriend...'

Jezus wil niet dat we ons laten verlammen door onze tekortkomingen en beperkingen. Maar terwijl wij moeite hebben onszelf daarin te aanvaarden, zegt hij: 'Je zonden zijn je vergeven. Je bent meer dan de missers in je leven. God is groot. Je kunt verder: je mag opnieuw beginnen.'

Voornemens

Aan het begin van het nieuwe jaar worden weer vele voornemens uitgesproken. We willen onszelf verbeteren en gaan de strijd aan met onze tekortkomingen. Dat is een strijd die we vaak verliezen, omdat we starten vanuit het negatieve. Jezus leert ons te beginnen vanuit het positieve, de liefdevolle aanvaarding.

Als God ons liefdevol aanvaardt met onze (on)hebbelijkheden en tekortkomingen, waarom wij onszelf dan niet? Wanneer vergeving ons wordt aangezegd, wat let ons die te ontvangen? Als Jezus ons uitnodigt opnieuw te beginnen, wat houdt ons dan tegen?

Als Jezus ons uitnodigt opnieuw te beginnen, wat houdt ons dan tegen?

Natuurlijk is het goed onze tekortkomingen onder ogen te zien. Vanzelfsprekend is het zinvol om onze fouten – voor zover dat kan – te herstellen en om te proberen niet in herhaling te vallen. Op voorwaarde dat dat gepaard gaat met mildheid, opdat wij niet verlamd raken door hopeloosheid.

Misschien helpt het om iedere avond terug te kijken op de voorbije dag. Om God te danken voor de momenten van liefdevolle aanvaarding die we mochten beleven. Om vervolgens met goddelijke mildheid te kijken naar de dingen die niet goed zijn gegaan en oprecht om vergeving te vragen. Wetend dat we vergeven zijn. Wetend dat we elke dag een frisse start mogen maken en verder mogen spelen voor Gods aangezicht.