

ELIZABETH OLDFIELD

'Dit boek wijst de weg naar een diepere, meer bezielde  
en betekenisvolle ervaring van het leven dat we leiden.'

OLIVER BURKEMAN

SPRING  
LEVEND

*ten have*

Met een voorwoord van Claartje Kruijff

ZORGEN VOOR DE ZIEL  
IN TURBULENTE TIJDEN

## Hoofdstuk 1

### DE MENSELIJKE NEIGING OM DINGEN TE VERKLOTEN

Ik sta luidruchtig de vaatwasser uit te ruimen. Na elke paar borden stop ik even om op mijn telefoon te kijken en mijn man te bellen, die maar niet opneemt. Het is een stralende herfstdag en het zonlicht stroomt door de ramen naar binnen, en toch ben ik kwaad. Gisteren namen we onze dochter mee voor een PCR-test. We kochten haar om met marshmallows zodat ze het staafje in haar neus, de kokhalsneiging en de kille, klinische procedure in een zeecontainer op een parkeerplaats zou verdragen. Vandaag is een schooldag, maar ze mag er niet heen totdat we kunnen bewijzen dat haar hardnekkige hoest geen corona is. Mijn man had de afspraak gemaakt, dus hij zal de uitslag binnenkrijgen, maar hij werkt vandaag niet thuis.

Vijf onbeantwoorde oproepen, zes. Ik zet de mokken met een klap in het kastje, alsof hij mijn woede op een paar kilometer afstand zou kunnen horen. Ik weet zeker dat de test negatief is en de uitslag allang binnen. Ik weet ook zeker dat hij zich beter kan concentreren dan ik en minder alert is, en dat hij die uitslag dus gewoon over het hoofd heeft gezien. Ik moet eigenlijk ook werken vandaag, maar ik kan me pas focussen als zij op school is. Ik ben chagrijnig van dit weken-, nee, maandenlange pandemiegedoe,

het constante gebrek aan tijd, energie en ruimte en het gevoel dat dat teweegbrengt. Ik loop te zuchten, te steunen en te mopperen. Het bestek is opgeruimd en dan zie ik dat het filter van de vaatwasser vol viezigheid zit. Natuurlijk ben ik weer degene die dat schoon mag maken, zoals altijd.

Uiteindelijk stuurt hij een berichtje. Ze is negatief. De uitslag kwam uren geleden al binnen. Verrassend.

‘Schoenen aan, we moeten gaan!’ roep ik naar de woonkamer. Mijn dochter, ruw uit een aflevering van *Junior Bake Off* gerukt, verschijnt bleek en in haar elleboog kuchend bij de deur. ‘Mag ik thuisblijven, mam? Ik ben zó moe.’

‘Nee. Je moet naar school. Ik moet werken.’

‘Maar het is heel raar om maar een halve dag te gaan. Ik wil niet in de lunchpauze naar school.’

Mijn stem klinkt nu niet langer kordaat en gehaast, maar dwingend.

‘Trek je schoenen aan, geen gezeur. We gaan.’

In haar roodomrande ogen verschijnt een koppige blik, het verlangen om de hele dag tv te kijken, te slapen en *Harry Potter* te lezen omdat ze verkouden is – en wie wil dat nu niet als je belabberd voelt? Ze staat op het punt haar enorme wil in te zetten en te weigeren om te gaan. Ik zou het met kalme woorden, begrip en verbinding kunnen voorkomen. Ik zou het kunnen oplossen, kunnen blijven aandringen, haar aan het lachen kunnen maken en ons er samen doorheen kunnen helpen, zoals ik normaal doe. Maar vandaag heb ik dat niet in me. Ik ben verongelijkt, om allerlei redenen die ik zelf ook nog niet scherp heb, en zij is de belichaming van alles wat tegen mijn wil ingaat. De frustratie en woede wellen op in mijn keel en ik schreeuw zo hard dat ze van schrik in tranen uitbarst: ‘Dat is nou eenmaal de WET! Wil je dat de politie me oppakt en me naar de gevangenis stuurt? Nou?’ En dan sla ik de keuken-

deur voor haar neus dicht en ga verder met het inruimen van de vaatwasser. Ik weet mezelf nog net te beheersen om geen mok door een ruit te gooien. Borden, bekers, een aangekoekte braadslede – ik wacht tot ze haar excuses komt aanbieden, want natuurlijk moet het zevenjarige zieke kind de verstandigste zijn, niet de volwassen vrouw die net bedreigd heeft met het gezag van een denkbeeldig regime om haar zin te krijgen.

Ik heb het toen echt verknald. En dat gebeurt me wel vaker. Zeg me alsjeblieft dat jij dat ook weleens hebt. Meestal niet heel dramatisch, zoals bij overduidelijk slechte daden – ik pleeg geen moord, diefstal of overspel (al bestaat er voor velen van ons bij die laatste twee een grijs gebied). Wij maken meestal dubieuze keuzes in die alledaagse privémomenten. Ik geloof niet dat ik de enige ben die zich in een constante uitputtingslag bevindt als gevolg van kleine teleurstellingen in mezelf: halve waarheden, gebroken beloften, snoeiharde oordelen. De blik van de dakloze ontwijken, alsof we dan allebei geloven dat die er niet is.

Francis Spufford, hoogleraar Creative Writing aan de Universiteit van Londen, noemt dit de ‘Menselijke Neiging om Dingen te Verkloten’, kortweg *MNOOTV*.<sup>1</sup> Het is zijn poging om het concept zonde een nieuw jasje te geven, want dat woord is hopeloos uit de mode. Als het tegenwoordig al eens wordt gebruikt, is dat met een knipoog. Bij de dieetclub als synoniem voor calorieën, of in het Engels als naam van een lingeriezaak. Het klinkt als iets ondeugends waarmee je niemand kwaad doet, het bevrijde tegendeel van puritanisme.

Er zijn goede redenen waarom we dit concept van ons afgeschud hebben. Naast de onschuldigere vormen (zoals de serie Magnum-ijsjes, vernoemd naar de zeven hoofdzonden, waarbij de IJdelheidsvariant vol zilveren suikerbolletjes zat met een champagnecoating), heeft het begrip zonde ook een duisterder kant. De kerk heeft met

haar nadruk op seksuele zonde een grote schaamte gecreëerd rondom volkomen normale menselijke verlangens, en in sommige periodes en denominaties mensen de stuipen op het lijf gejaagd met de dreiging van het hellevuur om de kleinste misstap.

En toch ga ik het woord gebruiken, want zonder het begrip, of in ieder geval Spuffords alternatief *MNOOTV*, weet ik niet hoe ik eerlijk kan spreken over het moment waarop er iets brak tussen mij en mijn dochter. Ik ben op zoek naar een betekenisvol leven van verbondenheid, en dit soort momenten blijven me hinderen. Het concept zonde geeft woorden aan die grote en kleine breuklijnen, die barstjes in het glazuur van onze omgang met elkaar. Zonde heeft theologisch gezien niets te maken met sensueel genot. Het is een relationeel begrip en gaat over de band tussen ons en anderen, tussen ons en de natuur, en, ja, tussen ons en God.

Tot nu toe ben ik zuinig geweest met de G-bom, want die vraagt om de voorzichtigheid van een explosievendienst. Het is uiteraard onderliggend aanwezig bij alles wat ik ga zeggen, maar ik hoop dat wie huiverig – of zelfs ronduit allergisch – is voor spreken over God, toch genoeg tegenkomt dat tot nadenken stemt of inspireert. Wie mijn poging om dat onderwerp directer te benaderen wil lezen, kan alvast doorbladeren naar het laatste hoofdstuk. Tot die tijd gebruik ik liever [God], om te benadrukken dat dit misschien wel de meest beladen drie letters in onze taal zijn – en dat ieder van ons zijn eigen associaties heeft bij de ruimte tussen die twee haakjes.

Zonde lijkt zijn oorspronkelijke betekenis te zijn kwijtgeraakt in wat er nog van over is, maar in wezen is het iets tragisch. Kant noemde het ‘het kromme hout der mensheid’, die schijnbaar ingebakken neiging om met of zonder opzet alles kapot te maken. Wat me aanspreekt in Spuffords onverbloemde omschrijving is dat de rauwheid van het concept erin terug te horen is. Al die keren dat we

kiezen voor terugtrekking, zelfbescherming of aanval is er sprake van de MNODTV. Ook wanneer we onszelf in het middelpunt zetten, niet als onderdeel van een gezond patroon van geven en nemen in een relatie, uit angst dat niemand dan wijzelf in onze behoeften zal voorzien. Ik vind dat er mild – en dus niet met oordeel – met het concept zonde moet worden omgegaan, en zie het als een verzameling van mijn zelfdestructieve neigingen. De MNODTV toont zich in gesnauw, in dingen verzwijgen, in gedrag dat intieme relaties met mijzelf, anderen en de wereld daaromheen onmogelijk maakt.

De MNODTV maakt me ook minder vrij. Dit lijkt misschien tegenstrijdig. Religie wordt immers geassocieerd met beperkingen, en rebelle daartegen dus met bevrijding. Maar dit is precies een van die gevallen waar mijn ervaring anders was dan verwacht. Vrijheid is een groot woord voor mij. Daar bid ik om voor mijn kinderen als ze liggen te slapen, terwijl ik met mijn duim een kruisje trek op hun perzikzachte voorhoofdje: *moge je vrij, veerkrachtig, vrolijk en moedig zijn en dat je er maar nooit aan zult twijfelen dat je geliefd bent*. Ik gebruik het woord ‘vrijheid’ denk ik wel in een iets andere betekenis dan de meeste mensen. Het gaat me, voor mijzelf en voor mijn kinderen, niet om vrij zijn van overheden, hoe onnozel ze soms ook lijken (hoewel ik daar waarschijnlijk anders over zou hebben gedacht als ik onder een dictatuur had geleefd). Ik vind juist het wantrouwe individualisme van veel libertariërs heel vervreemdend, omdat het zo weinig ruimte laat voor relaties. De vrijheid waar ik naar verlang is meer vanbinnen. Ik wil dat ik, dat wij, vrij zijn in ons denken. De Bijbel heeft het over zonde die ons verstrikt en vertraagt, en ik denk daarbij aan leugens: de leugens die ik over mezelf en anderen geloof. De leugens over wat ons nu écht gelukkig maakt. De verleidelijke neiging om je af te sluiten. Dáár wil ik vrij van zijn.

Voluit leven betekent voor mij: verbonden zijn. En mijn definitie van zonde is alles wat dat in de weg staat. De joodse theoloog Martin Buber is voor mij bijna een beschermheilige, en zijn bijzondere boekje *Ik en Jij* komt wat mij betreft dicht in de buurt van een heilige tekst, naast de Bijbel. Volgens hem zijn er twee grondhoudingen waarin mensen zich tot elkaar verhouden: ik-het en ik-jij. We kunnen anderen functioneel benaderen als objecten, symbolen of figuranten in het verhaal dat draait om onszelf, of we kunnen ze benaderen als een 'jij'. Dat laatste zorgt voor 'ik-jij-momenten', waarbij twee mensen een verbinding met elkaar aangaan en elkaar echt zien. Voor Buber en voor mij draait het leven om die momenten. 'Alle werkelijke leven is ontmoeting,' zegt hij.<sup>2</sup> Hij veronderstelt dat een ik-jij-houding de enige manier is om de wereld echt te kennen, de enige manier om het heden echt te ervaren. 'Het zijn dat in het ik-jij beleefd wordt, ontvangt zelfs in uiterste verlatenheid een doordringende en versterkende wederkerigheid; het zijn dat in het ik-het beleefd wordt, reikt zelfs in de tederste innigheid niet uit boven de grenzen van het zelf.'<sup>3</sup> Buber wordt vaak aangehaald in de context van menselijke relaties, maar eenderde deel van *Ik en Jij*, het laatste stuk, gaat juist over de relatie met [God], en over aanbidding als de ultieme vorm van ik-jij.

Door dat relationele begrip van zonde lees ik allerlei dingen door een andere bril. Er is een angstaanjagende bijbeltekst, zeer geliefd onder straatpredikers, waarin staat: 'Het loon van de zonde is de dood.' Dat roept het beeld op van een 'boze god', die onze fouten allemaal in een hemels kasboek bijhoudt. Maar als, zoals ik het zie, voluit leven een leven is dat draait om verbinding, dan is iedere keer dat ik een verbinding aanga met mezelf, met de natuur, met andere mensen of met het goddelijke een stap voorwaarts. Ik reik uit boven de grenzen van het zelf naar dat wat het werkelijke leven is. Elke keuze die ik maak brengt me dicht bij het leven en ver-

binding, of juist bij verwijdering en daarmee de dood. Die bijbeltekst wordt daarmee meer een beschrijving van natuurlijke gevolgen, een aanwijzing van de ingebouwde navigatie.

Voor mij is dat diepere, oudere begrip van zonde – dat we als mens altijd weer neigen naar verwijdering, en hulp nodig hebben om voluit te leven – niet verlamdend, maar juist bevrijdend. Het helpt me woorden te kunnen geven aan wat er gebeurde toen ik ervoor koos mijn zieke kind bang te maken. Om een naam te geven aan de knopen die ik probeer los te snijden.

Want als het zonde is, dan zijn mijn slechtste keuzes niet mijn identiteit. Dat betekent dat ‘ik deed iets slechts’ niet inhoudt ‘ik ben slecht’. In dit oudere morele kader hoef ik me niet te verbazen over de duisternis die ik in mezelf en anderen tegenkom. Ik hoef die niet te verbergen of goed te praten. Net als het twaalfstappenprogramma uit de verslavingszorg, dat sterk leunt op de theologie, leert dit begrip van zonde ons dat de eerste stap is: toegeven dat we vanuit onszelf alleen niets kunnen. Mijn geloof zegt dat ik niet puur op wilskracht mezelf kan verbeteren. Tweeduizend jaar geleden al schreef een hoogopgeleide, bekwame en welgestelde Romeins burger die Paulus heette: ‘Ik doe wat ik niet wil doen en het lukt me maar niet om te doen wat ik wel wil doen.’<sup>4</sup>

Die dag met mijn dochter duurde het beschamend lang voor ik genoeg was gekalmeerd om me te realiseren dat ik een fout gemaakt had. Maar ik hoefde me niet in mijn schaamte en spijt te wentelen. Ik wist wat zou helpen. Er zullen bijna altijd verzachtende omstandigheden zijn. Het begrip zonde hoeft niet te concurreren met de andere kaders die ik gebruik om mezelf te begrijpen – mijn bewustzijn van mijn psychische gezondheid, de patronen die ik als kind meekreeg, mijn hechtingsstijl. Ik had honger, ik was moe en ik zie mezelf niet als een monster omdat ik uitviel tegen mijn kind. Wat het begrip van zonde wel erkent, is dat mijn keuzes

er, ongeacht de omstandigheden, toe doen. Ik moet waardig verantwoordelijkheid nemen voor mijn daden, ook al zijn er mogelijk systemen en mensen geweest die mijn misstappen hebben veroorzaakt. Zij zijn ook verantwoordelijk, maar het is niet aan mij om hen te veroordelen. Ik heb al genoeg aan mezelf.

Je kunt deze erkenning een biecht noemen, maar daar is geen biechthokje voor nodig. Ik probeer rustig naar mijn daden te kijken en – met compassie, niet aanvallend – te erkennen wat ik heb gedaan. Die dag bad ik ‘vergeef me’, ik bood mijn dochter mijn excuses aan, zei dat het niet goed van me was, en we gaven elkaar een knuffel. Later vertelde ik het nog aan een paar mensen om mij heen en ik vroeg of ze me wilden helpen mezelf te beheersen.

Het stukje over vergeving is hier van cruciaal belang. Het concept zonde voorkomt dat ik onrecht – ook dat van mezelf – kan goedpraten. Vergeving maakt het mogelijk er desondanks een weg doorheen te vinden. Ik heb ooit voor mijn podcast *The Sacred* Katharine Birbalsingh geïnterviewd, die bekendstaat als ‘de strengste schooldirecteur van Groot-Brittannië’. Ze gaf toe dat ze, hoewel ze geen christen is, wel gelooft in zoiets als de ‘erfzonde’, de diepe gebrokenheid van de mens, en dat die overtuiging haar ideeën over het onderwijs voedt. Dat baart mij zorgen. Als het enige stukje theologie dat cultureel wordt overgedragen de zonde is, losgekoppeld van vergeving, dan wordt het allemaal wel heel somber. Het is juist de genade, de mogelijkheid tot heling, ook al verdiende ik die niet, die me op de been houdt. Doordat ik geloof in vergeving op kosmische schaal, leer ik milder te zijn – voor anderen en voor mezelf. Als zonde datgene is waardoor een relatie stukgaat, dan is vergeving de manier om die weer te repareren. Je verknalt iets, vertelt de waarheid, zegt sorry, vraagt om vergeving, vertelt het aan een paar mensen om je heen, verknalt het weer, maar dit keer misschien, héél misschien, net iets minder erg. Het is een terugkerend

refrein dat ervoor zorgt dat ik niet wanhopig word, zelfs wanneer ik steeds opnieuw word geconfronteerd met de ongemakkelijke schaduwkant van mezelf. En dat voelt als groei.

Ik denk ook dat zonde in combinatie met vergeving op meer dan persoonlijk niveau van belang is. Ik vrees dat we toen we collectief het begrip zonde bij het grofvuil hebben gezet, als samenleving ook het concept van vergeving hebben weggegooid. We geloven niet langer dat mensen echt kunnen veranderen.

Onze zondeloze samenleving, die ons bevrijding beloofde van de psychologische schade waar een schuldgevoel ons mee zou opzadelen, begint steeds meer te verstikken. Niemand is echt meer ergens voor verantwoordelijk, maar daardoor kan ook niemand meer echt vergeven worden. Twee schijnbaar onverenigbare morele kaders zijn samengevoegd tot een giftig goedje. Aan de ene kant zijn de manieren waarop we elkaar pijn doen alleen maar een kwestie van sociale conditionering. We kunnen misschien met behulp van therapie helemaal uitpluizen wat de triggers zijn, maar dat brengt een tragische verstrikking in trauma met zich mee. Aan de andere kant zijn er overtuigingen en identiteiten die functioneren als onvergeeflijke zonden; welke dat zijn hangt af van de bubbel waarin je verkeert. Soms lijkt de hele wereld bedwelmd door morele verontwaardiging, waarmee het kwaad handig buiten onszelf en onze groep wordt geplaatst. Ik voel regelmatig de neiging me niet uit te spreken om maar geen aanstoot te geven, mijn morele zuiverheid te etaleren, of me publiekelijk te scharen bij de juiste kant van het debat, wat die op dat moment dan ook is. Daardoor blijft er maar weinig energie over om werkelijk liefdevoller of rechtvaardiger te worden.

Het christendom zou veel minder veroordelend moeten zijn, en ik weet: dat is niet het gangbare beeld. Het is een van Jezus' bekendste uitspraken: 'Oordeel niet, opdat er niet over jullie geoor-

deeld wordt.' Waarom maak je je druk om de splinter in het oog van je buurman terwijl er een balk in je eigen oog zit? Daarom kunnen gevangenispastors gewoon naast pedofielen en moordenaars zitten. In dit oudere morele wereldbeeld zijn sommige daden gruwelijk, maar geen mens is onherroepelijk verloren.

Zelfs terwijl ik dit schrijf, voel ik toch wat tegenwerpingen opborrelen. Het klinkt te simpel, te makkelijk. Vergeving is deels uit de mode geraakt omdat het werd misbruikt. Iedereen heeft wel eens een onoprecht, opgepoetst excuus gehoord en met zijn ogen gerold. Vergeving zonder oprechte spijt, oprecht berouw, is wrang en gevaarlijk vatbaar voor misbruik. Ik krijg nog een vieze smaak in mijn mond bij de gedachte dat zedendelinquent Jimmy Savile geregeld biechtte. Dacht hij daarmee een hemels kaartje 'verlaat de gevangenis zonder betalen' te krijgen? Vergeving klinkt in deze context als een vies woord. Een groot deel van mij wil niet dat kindermisbruikers worden bezocht door gevangenispastors met vriendelijke ogen. Maar veel van die misbruikers werden zelf ook misbruikt. Misschien zijn we vaak geneigd het christelijke morele kader te verwerpen omdat we moeite hebben met het idee van zonde, maar kunnen we diep vanbinnen juist het concept van vergeving niet verdragen. Sommige dingen zijn toch gewoon onvergeeflijk? Maar wie mag dat eigenlijk bepalen?

Wanneer ik in dit doolhof vastloop, kom ik, in plaats van op een strenge, ethisch goed doordachte conclusie, uit bij wat leefbaar is. Ik kan andere mensen niet veranderen. Het is simpelweg minder vermoeiend om een niet-veroordelende basishouding te hebben en bereid te zijn te vergeven wanneer mensen berouw tonen, dan om de hele tijd kwaad te moeten zijn. Zo blijft er meer energie over om zelf ten volle te leven in meer verbondenheid.

Tot mijn verrassing bleken de zeven hoofdzonden een bruikbaar uitgangspunt om verder te komen. Er zijn maar weinig ideeën

## WAT BETEKENT HET OM EEN GOED, VOLLEDIG EN VERVULLEND LEVEN TE LEIDEN?

Geïnspireerd door eeuwenoude religieuze wijsheid en verhalen uit haar eigen leven, schrijft Elizabeth Oldfield over haar zoektocht naar een betekenisvol en vervullend bestaan en de knagende vragen die ons onder de oppervlakte bezighouden: Hoe kan ik me richten op wat er echt toe doet? Hoe word ik iemand die verbindt in plaats van polariseert in een cultuur van verontwaardiging en verdeeldheid? En wat voor wereld laat ik achter voor de volgende generatie?

*Springlevend* is voor iedereen die op zoek is naar een eerlijk gesprek over de diepste vragen in ons leven, en naar praktische inzichten die helpen bewust te kiezen wie we willen worden - voor onszelf, onze gemeenschappen en de wereld.



**Elizabeth Oldfield** is een voormalig BBC-presentator, oprichter van de religieuze denktank THEOS en host van de podcast 'The Sacred'.

**th** ten have

Vertaling Evelyne Geijtenbeek-Gouw en Claudia Visser

[www.uitgeverijtenhave.nl](http://www.uitgeverijtenhave.nl)



9 789025 914455

NUR 700