



Hardlopers in het Oude Testament

1. Lichtvoetig

'Laten we rennen!'

(Hooglied 1:4)

Ik kan het moment nog terughalen waarop ik voor het eerst het gevoel had dat het makkelijk ging. Hardlopen deed ik al langer, maar meer omdat het goed was voor mijn conditie. Leuk vond ik het niet. Ik was blij als ik weer thuis was. Tot dat moment waarop ik me realiseerde: wat gaat het lekker, ik kan nog wel even doorgaan! Ik kwam in een soort flow die bijna iedere hardloper zal herkennen. Wat is het? Endorfine, een stofje dat vrijkomt bij een bepaalde inspanning (je hebt het niet altijd)? Of iets anders? De cadans van het lopen in een

rustig tempo? In elk geval, ik genoot er enorm van. Sinds die dag had het hardloopvirus mij te pakken. Hardlopen werd een deel van mijn leven. Ik voelde me fit en energiek. Onder het lopen kreeg ik soms goede ideeën die in mijn werk van pas kwamen.

Lijkt het een beetje op verliefdheid? Dan komt er ook een stofje in je hersenen vrij. Je leeft in een roes. Verliefdheid geeft je vleugels. Je loopt lichter. Je bent opgewekt. De wereld lacht je toe. Je wilt alleen maar bij hem of haar zijn. Als je niet bij elkaar bent, is zij of hij steeds in je gedachten. Die ene maakt zoveel in je los.

In de Bijbel staat een liefdeslied, Hooglied. Twee mensen zingen het hoogste lied. De verliefdheid spat er soms vanaf. Die twee bezingen hun verlangen naar elkaar en hun liefde voor elkaar. Ik vind dat mooi. Veel mensen denken dat de Bijbel en seksualiteit een slechte match zijn. Hooglied bewijst het tegendeel. Heel open spreken twee mensen over hun gevoelens voor elkaar. Ze winden er geen doekjes om. 'Mijn lief is mij een bundel mirre, hij slaapt tussen mijn borsten,' zegt ze (Hooglied 1:13).

Om beurten zijn ze aan het woord, het meisje als eerste. Ze verlangt naar haar geliefde: 'Laat hij mij kussen, laat zijn mond mij kussen!' (vers 2a). Dan spreekt zij hem aan: 'Jouw liefde is zoeter dan wijn, zoet is de geur van je huid' (vers 2b,3a). Ze vraagt hem: 'Neem mij met je mee' (vers 4). Ze woont nog thuis, maar wil het liefst bij hem zijn. En dan: 'Laten we rennen!' Dat klinkt behoorlijk verliefd. Kom, we lopen samen

weg, vlug, voordat iemand het merkt. Laten we ons verstoppen, zodat niemand ons kan vinden.

Als je verliefd bent, wil je het liefst bij elkaar zijn. De twee gaan naar een plek waar ze alleen zijn en alle tijd voor elkaar hebben. Dan zegt het meisje: 'Mijn koning brengt mij in zijn kamers' (vers 4b). Dat klinkt opeens anders, haast officieel. Het Hooglied wordt aan koning Salomo toegeschreven, de zoon en opvolger van koning David. Dan zou het gaan om een van zijn vele bruiden. Een mooi, donker meisje (vers 5), een meisje van het land dat veel buiten is. Ze is donker geworden van de zon. Haar broers waren hard voor haar: 'Ik moest hun wijngaarden bewaken' (vers 6). De meeste Bijbeluitleggers zijn het er wel over eens dat Salomo niet de schrijver/dichter is geweest. Het gaat over een gewone jongen, mogelijk een herder, en een gewoon meisje uit Israël. Zij noemt hem "mijn koning", zoals verliefde mensen kunnen overdrijven en koosnaampjes voor elkaar verzinnen. Zijn "kamers" zijn plekken in het bos waar ze samen kunnen zijn zonder dat iemand hen ziet. 'Het groen is ons bed, de balken van ons huis zijn ceders, de binten zijn cipressen,' zegt ze (vers 16b,17).

Lichtvoetig past bij verliefdheid. Het gevoel dat je zweeft. Letterlijk gebeurt dat ook als je hardloopt: tussen twee stappen zit een zweefmoment, beide voeten zijn los van de grond. Maar ook figuurlijk kun je "zweven" als je rent. Het gaat haast vanzelf. Je wordt helemaal niet moe. Dat heb je lang niet altijd. Soms is het gewoon hard werken, pittig trainen. Meestal gaat het niet vanzelf. Net als het leven. Soms heb je geluk en zit alles mee. Je bent blij en zit op een roze wolk. Maar het