

KERSTMIS EN PASEN MET ANSELM GRÜN

A photograph of a monk with a long white beard, wearing a dark habit, lighting a candle. The scene is dimly lit, with the primary light source being the candle he is lighting. The background is dark and out of focus. The text is overlaid on the right side of the image.

Kerstmis en Pasen met
ANSELM GRÜN

Meditaties
en
gebeden

Adveniat

Woord vooraf

ALS IEMAND HEMEL EN AARDE kan verbinden, dan doet hij het, de monnik van Münsterschwarzach, abdij van de benedictijnen. Als iemand Kerstmis en Pasen kan samenbrengen, dan is hij het, Anselm Grün, de meest gelezen kloosterling in de westerse wereld en ver daarbuiten. Hij volgt het spoor van Christus en herkent de zegen van God juist als zijn eigen kracht en die van zijn medebroeders zwakker is. Het ware gebed stijgt omhoog uit de diepte van onze nood, schrijft hij in het kleine boekje dat zijn internationale doorbraak werd. De spiritualiteit van beneden staat daar centraal. En dat geldt voor bijna alles daarna, ook in de meditaties voor deze bundel. Daarmee biedt de benedictijner monnik handvatten aan ons allen om open te gaan voor God die ons zoekt. Zo kan Christus geboren worden in de stal van ons hart, maar zo kan de gekruisigde Christus ons in zijn sterven en door zijn dood heen omarmen met zijn liefde en ons uitnodigen om op te staan uit het graf van onze angst en wanhoop.

Anselm Grün bereikt de gezegende leeftijd van 80 jaar en is meer dan ooit de spirituele gids van de hoop. Al bijna een kwart eeuw mag ik samen met hem optrekken. Wat ooit begonnen is met een project over de tien geboden en verder ging met een briefwisseling over de dood van onze vaders en over de toekomst van de kerk, dat werd voor mij de afgelopen jaren als gezicht van de uitgeverij Adveniat een steeds meer intense vriendschap. En het leek wel erop alsof Anselm in de teksten die hij

me stuurde voor gebedenboeken en tijdschriften steeds directer werd: alsof hij geen tijd meer te verliezen heeft en zegt waar het op staat. In de maanden naar Kerstmis toe, voor de weken van de Advent, bij de geboorte van Christus, in de stilte en de leegte ook tussen de christelijke feesten en tijdens de veertigdagentijd en de Goede Week. Dat is ook de volgorde van de teksten die me zijn toegestuurd en die hier zijn gebundeld bij gelegenheid van zijn 80e verjaardag.

In de aardsheid en deemoed van dit bestaan kiest Anselm Grün er meer en meer voor om de vragen van alledag te verbinden met de weg van Christus. Zo kan onze relatie tot Christus groeien, zo kunnen wij groeien als mensen van deze tijd. En deze gids voor ons leven en ons geloof is er het levende bewijs van. Onze vriendschap duurt bijna een kwart eeuw. En als ik hem dan per mail vraag om wat teksten op weg naar Kerstmis of Pasen, heb ik die kort daarna in mijn digitale brievenbus. Alsof hij niet de gezegende leeftijd van 80 jaar bereikt, alsof er op zijn eigen groei geen maat staat. Dat is ook het bemoedigende van deze bundel: in de herfst van je bestaan kun je mooier zijn dan ooit en meer betekenis geven aan het leven van anderen en dat van jezelf dan je ooit hebt gedaan. Dat geeft Anselm Grün ons mee. En daarom dank ik hem voor onze vriendschap en bid hem veel zegen toe in de tijd die hem gegeven is.

LEO FIJEN

Kerstmis en Pasen met Anselm Grün
Meditaties en gebeden

ISBN 978 94 93395 09 1
NUR 728

Boekverzorging en fotografie: Peter Beemsterboer/Beemsfoto
Samenstelling: Leo Fijen

De bijbelteksten in deze uitgave zijn ontleend aan de Willibrordvertaling, © 1975 KBS.

© 2024 Adveniat, onderdeel van Jongbloed Christelijke Media – Leeuwarden
Alle rechten voorbehouden.

www.jongbloedmedia.nl



Inhoud

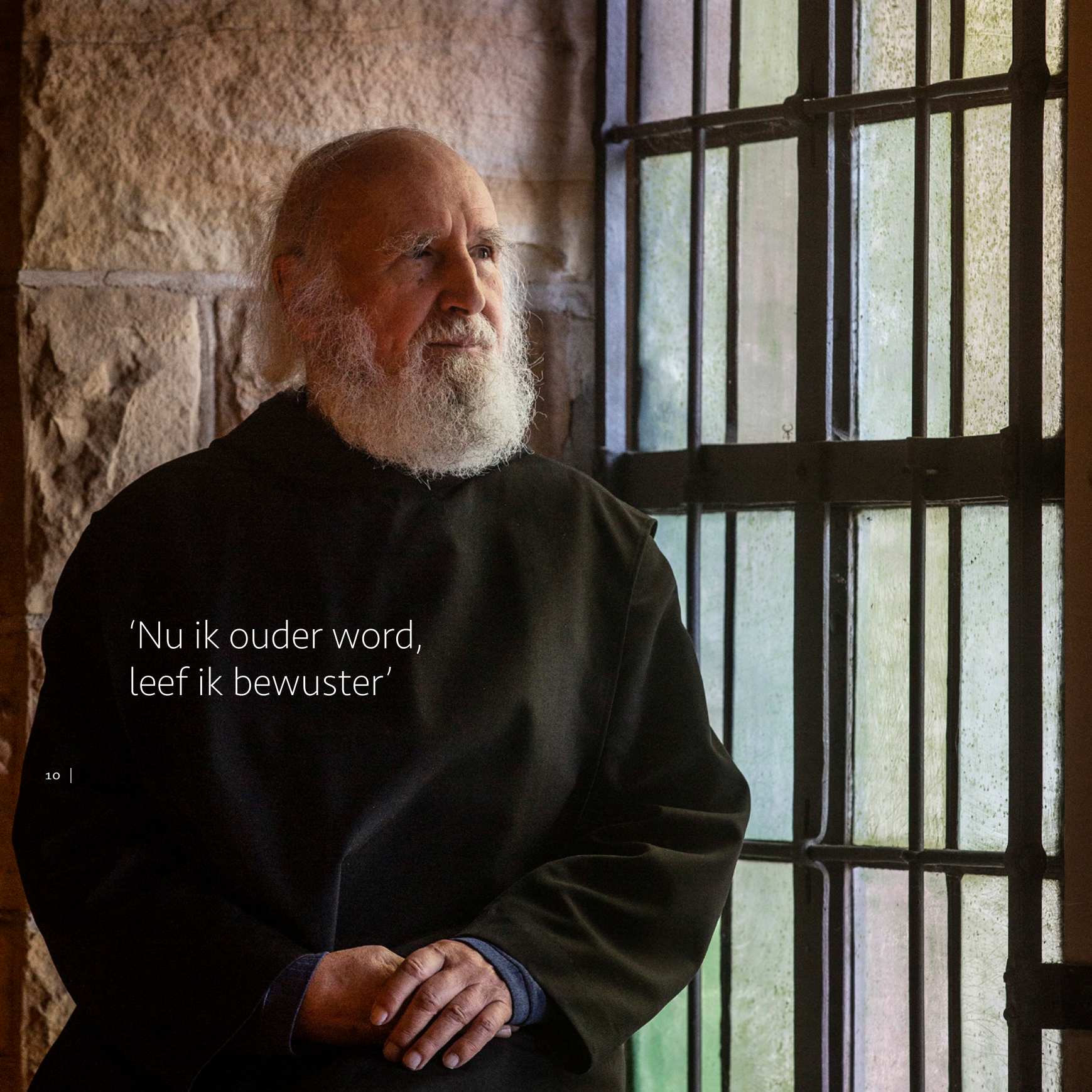
1	Inleiding	9
2	Najaar	19
3	Advent en Kerstmis	35
4	Stilte	73
5	Vasten en Verrijzenis	93



1 Inleiding

Nu ik ouder word, leef ik bewuster. En ik ben diep dankbaar voor zulke momenten. Dat is genade in de herfst van mijn bestaan.

ANSELM GRÜN



‘Nu ik ouder word,
leef ik bewuster’

Anselm Grün, eeuwig jong, ook bij zijn 80e verjaardag

Op weg naar het licht van Kerstmis en Pasen

HET IS EVEN NA TWEE UUR in de middag, een mooie nazomerdag in Münsterschwarzach. Daar komt hij aanlopen, Anselm Grün, in de herfst van zijn leven en eeuwig jong, altijd in balans, gebruind door de zon. Onze begroeting is hartelijk, zoals vanouds, met een omhelzing voor het schilderij van de aanbedding door de koningen. Zijn boeken zijn in alle continenten beschikbaar, zijn wijsheid is wereldwijd. In het middaggebed van de benedictijnen leest hij de voorbeden voor kerk en wereld. Met rustige stem, en zonder de kerk in te kijken. Bescheiden, deemoedig bijna. Gewoon één van de vele monniken van deze markante abdij die de kost verdient met scholen, bakkerij en slagerij. En dan de boekwinkel, daar is Anselm Grün overal: op kalenders, in agenda's, op kaarten en in boeken. En toch is hij nergens te groot voor, deze dienstknecht van Onze Lieve Heer. Hij neemt

ons mee naar de crypte, zoekt een luciferdoosje en ontsteekt dan het licht. Eenvoudiger kan het niet, steeds een nieuwe lucifer om het Licht van Kerstmis en Pasen naderbij te brengen. Dat herhaalt hij voor de fotograaf zonder morren, alsof hij net komt kijken. De deemoed waar hij over schrijft leeft hij zelf. In zijn gebreken, in zijn eenvoud, in zijn fluisteren bijna. Hij kent zichzelf, zijn illusies en zijn gebrokenheid, en hij weet dat ook hij leeft van de genade. Nu meer dan ooit. Die genade is een geschenk. En dat cadeau deelt hij met ons.

PARADOX

‘Gods kracht werkt sterker in ons naarmate onze eigen kracht zwakker is’, zo omschrijft Anselm Grün een paradox in zijn eerste boek *Spiritualiteit van beneden*. Wij kunnen opstijgen door af te dalen. ‘Juist je eigen tekortschieten, de zonde, kun-

‘Je bent je meer bewust van het geschenk van iedere dag’

nen een wegwijzer zijn die naar God leidt’, schrijft hij in deze klassieker die hem een podium gaf in de Lage Landen en ver daarbuiten.

God is niet te bereiken door deugd en ascese, maar juist door onze onmacht onder ogen te zien. Dan pas gaan wij open voor Gods genade en kan Hij in ons hart wonen. Waar wij het einde van onze mogelijkheden hebben bereikt, gaan wij open voor een persoonlijke relatie met God. De weg naar die ontmoeting: is die omhoog of omlaag? ‘Het ware gebed stijgt uit de diepte van onze nood omhoog’, zo biedt Anselm Grün ons allen een handvat om open te gaan voor God die ons zoekt.

Zijn boeken zijn gids naar de aarde, naar onze aardsheid, naar onze deemoed. Daar nemen we afscheid van onze illusies. Deze aardsheid bevrijdt ons ook van de illusie om op eigen kracht God te bereiken. ‘Daar waar wij aan het einde van onze mogelijkheden zijn, waar er niets anders meer voor ons opzit dan ons over te geven, daar kan onze relatie tot Christus groeien, daar krijgen wij een vermoeden hoe wij helemaal op Hem zijn aangewezen’, aldus Anselm Grün.

AFDALEN OM OPEN TE GAAN

Het boekje dat deze benedictijn schreef met medebroeder Meinrad Dufner is de rode draad van zijn gedachten en honderden boeken daarna. Alles is een doordenking en uitwerking van deze wijsheid die Bijbels gefundeerd is. Afdalen om open te gaan voor God die ons zoekt en die in Christus

een relatie met ons aan wil gaan. Hij schreef recent in Duitsland een boekje met een overweging over het thema: waarom ik in de kerk blijf. Het is het antwoord van Anselm Grün op de crisis in de kerk. Ook de katholieke kerk in Duitsland gaat door een diep dal na schokkende onthullingen over seksueel misbruik. Natuurlijk is er eerst het diepe medeleven met de slachtoffers en de oproep dat er recht gedaan moet worden aan hun pijn en wonden. En daarna zegt deze monnik dat de kerk afscheid moet nemen van de illusie van heiligheid en volmaaktheid. Dat de kerk de mensen pas tegemoet kan treden vanuit haar eigen gebrokenheid en zondigheid. De kerk kan alleen maar toekomst hebben als zij afdaalt naar haar aardsheid en onder ogen ziet in alle deemoed hoe zij in de diepste afgrond vertoeft. Daar, in haar eigen wonden, zal zij opengaan voor de Geest van Jezus en voor de pijn van haar slachtoffers.

RUIMTE SCHEPPEN

Het is een vrijdagmiddag als de fluisterende stem van Anselm Grün ons vraagt om stil te zijn in de crypte van de abdijkerk. Ook wij zijn afgedaald, letterlijk en figuurlijk, om open te gaan in de aarde van Münsterschwarzach, om stil te worden in het donker van een intieme ruimte, om in onze harten ruimte te scheppen voor de ontmoeting met God. Er wordt niets gezegd, Anselm Grün gaat bij de kaarsen staan die hij eerder heeft aangestoken. Hij vraagt ons in stilte te bidden.

We geven betekenis aan die stilte, aan die aardsheid en aan die gebrokenheid door een gebed om vergeving voor te bidden. Dat doen we niet op de traditionele manier. Nee, Anselm Grün fluistert ons toe om net als hij de armen te strekken en te openen. Daar staan we met gebalde vuisten. ‘Heer, ontferm U’, bidt hij. ‘Geef ons de kracht om de boosheid, de polarisatie, de verdeeldheid en de bitterheid onder ogen te zien. Geef ons de wijsheid om onze schaduwen en teleurstellingen in de ogen te kijken. Geef ons het inzicht dat we zo in ons leven, in onze kerk en in onze wereld niet verder komen. Vergeef ons, Heer.’

TEKEN VAN GENADE

Daarna openen we de gebalde vuisten, en opnieuw bidt hij: ‘Heer, ontferm U. Geef ons de ruimte om die schaduwen en teleurstellingen los te laten, geef ons de deemoed om ons toe te vertrouwen aan de diepste grond, de aardsheid van ons bestaan, en geef ons daarin het vertrouwen om onze boosheid en onze wonden neer te leggen bij God zelf en los te laten wat op ons drukt.’

Anselm Grün bidt met gesloten ogen voor wat afdalen in de aardsheid van je leven betekent voor je eigen bestaan. Hij leeft voor hoe je jezelf kunt openen voor de genade van God. In de wonden van je leven gaat de deur open. Door je handen te openen in een gebed om vergeving. En door je handen vervolgens om te draaien en de lege handen te tonen aan God zelf. ‘Heer, ontferm U’,

klinkt het weer in de crypte van Münsterschwarzach. ‘Geef ons de moed om onze lege handen aan te bieden, geef ons de wijsheid om diep in ons te weten dat in de leegte de Eeuwige kan wonen. Geef ons de deemoed om na de gebalde vuisten en de loslatende handen de lege palm van de hand te tonen als ultiem teken van onze zwakheid. Geef ons de genade om ons in onze leegte te bevrijden’, zo bidden we.

Tenslotte is daar het teken van genade, handen die in elkaar grijpen, vingers die elkaar vinden, teken van vrede, vriendschap en genade. Want met gebalde vuisten kunnen we geen vrede sluiten, hoeven we niet aan vriendschap te denken en zullen we er niet in slagen om te bidden. Met lege handen en open vingers kunnen we vrede sluiten, mogen we dromen van vriendschap en zullen we bidden wanneer we willen bidden. ‘Heer, ontferm u’, bidt Anselm Grün om onze harten te openen voor die genade van boven.

RITUELEN

Het is stil als we zo om vergeving hebben gebeden en het blijft ook een tijd stil. Op dit moment is de genade tastbaar, ook buiten de sacramenten. Eenmaal boven legt Anselm Grün uit: ‘Genade is op onze eigen kracht niet mogelijk. De Regel van Benedictus is daar helder over. Het leven trouwens ook. Zo werkt het niet. Het gaat erom ons te openen voor die genade. Want God wil bij ons zijn, een relatie aangaan, ons zijn teken van liefde

‘Het ware gebed stijgt uit de diepte van onze nood omhoog’

geven. Om ons te openen hebben we rituelen en sacramenten die ons letterlijk aanraken en ons ook op die manier kunnen openen voor die liefde. En ik ervaar in mijn eigen leven dat die genade ook op andere wijze mij kan raken, als een onverdiende genade. Ik ben in de herfst van mijn leven, werd beproefd door ziekte en ervaar toch weer een goede gezondheid. Dat is voor mij genade, onverdiend.’

Hij gaat verder: ‘Genade kan tot ons komen als we uitgaan van onze realiteit, onze angsten, onze dagelijkse zorgen, onze noden en hartstochten. Als we die realiteit toelaten in al onze aardsheid, in de diepte van onze ziel, dan kan het fundament van God in mijn bestaan daar aan raken. Dat gebeurt vooral in situaties dat we beproefd worden. Maar het kan niet zo zijn dat we alleen in deze situaties open gaan voor genade. Ik kan ook diep dankbaar zijn als ik juist niet beproefd word. Dat ervaar ik ook als genade, als God die zich tot me richt en me liefde geeft. Dat geldt niet alleen voor mij, dat geschenk is er voor iedereen. Die innerlijke vrede is er zomaar voor ieder die open wil staan. Soms hoor je dat ook mooi verwoord: de hemel heeft het goed met mij voor’, zo legt Anselm Grün de spiritualiteit van beneden nog eens uit.

ALS DE DAG VAN GISTEREN

We staan weer voor de grote afbeelding van de aanbidding van het kindje Jezus door de drie koningen, de wijzen uit het oosten. Het hangt in de entreehal van het klooster, nog voor het

claustrum, het afgesloten deel waar de monniken wonen. Daar mijmert Anselm Grün verder over de eerste keer in zijn leven dat hij de genade heeft ervaren. Hij kijkt naar de afbeelding en vertelt: ‘Als kind heb ik in ons gezin vaak Kerstmis gevierd. En ik heb met mijn ouders gezongen over de Kersttijd die genade brengt. Ik wist toen niet wat ik zong. Maar ik weet nog als de dag van gisteren hoe de tijd van Advent en Kerstmis me diep geraakt heeft. Misschien heb ik daar mogen ervaren voor het eerst in mijn leven wat het betekent om diep van binnen vrede te voelen en intens verbonden te zijn met het gezin en met Christus. Misschien is dat wel mijn ervaring van genade geweest. Toen heb ik het niet zo benoemd, nu heb ik er woorden voor. En misschien is dat ook wel genade: dat je achterom kijkt en dan beter ziet wat er met jou en in jou is gebeurd.’

En weer komt zijn leeftijd ter sprake, bijna 80 jaar oud. Hoe ouder hij wordt, des te meer is hij ontvankelijk voor de liefde van God in zijn leven. ‘Dat doet de leeftijd, dat gebeurt er als je in ouderdom mag groeien. Je bent je dan meer bewust van het geschenk van iedere dag, je beseft dan veel sterker de bijzonderheid van het gewone geschenk: als een gesprek goed gaat, als de mooie gedachten en inspirerende ideeën me voeden bij het schrijven zonder dat ik er moeite voor hoef te doen, als een overweging mensen in het hart raakt of als iemand me een hart onder de riem steekt in een mailbericht. In de drukte van een professioneel bestaan leef je er misschien aan voorbij.

Nu ik ouder word, leef ik bewuster. En ik ben diep dankbaar voor zulke momenten. Dat is genade in de herfst van mijn bestaan’, klinkt het op zachte toon uit zijn mond.

KERSTMIS EN PASEN

We nemen afscheid, niet voor de eerste keer. Al meer dan 20 jaar trekken we met elkaar op. Het begon ooit met televisieopnames rond de tien geboden. Daarna bleven we elkaar zien en schrijven. Over het sterven van onze vaders, over de toekomst van de kerk, over het vieren van de liturgie als pelgrims in het leven, over het bidden in de veertigdagentijd en de kersttijd. We ervaren allebei een grote verbondenheid, misschien ook wel als een genade van de vriendschap. Die overbrugt tijd en afstanden.

Vaak doet Anselm Grün dat door weergaloze teksten, steeds in grote verbondenheid me toegezonden, als teken van vriendschap. In de loop van jaren vroeg ik hem vaak om kleine meditatie bij de christelijke feestdagen. En altijd kreeg ik antwoord, heel persoonlijk, vanuit de diepte van zijn eigen bestaan. Onvergetelijk zijn de teksten van Aswoensdag tot Pasen. Het is alsof je zelf de woestijn van de veertig dagen intrekt. Deze wijze monnik neemt je mee op de trap of ladder naar beneden, de schaduw van je eigen leven tegemoet om juist in de Goede Week door het kruis van Christus het licht te zien, in Zijn leven, maar ook in het bestaan van jezelf. Geloven is afdalen met Christus om op te staan met Christus, geloven is

in je eigen leven diezelfde weg gaan en weten dat je nooit alleen gaat. Dat is genade.

Ook dit keer is er bij thuiskomst een mail van Anselm, met nog een laatste boodschap over Kerstmis: ‘Als we Kerstmis vieren, dan wordt God mens in ons bestaan, dan is Zijn liefde er voor ons en in ons, dan wordt Christus ook in mijn huis en in jouw woning geboren, dan geeft God zich aan ons. Ik moet dan vaak denken aan thuis, mijn ouders. Ze brachten alles in Kerstsfeer terwijl wij als kinderen op onze slaapkamers wachtten. Als mijn vader de bel luidde, mochten we naar beneden komen. Daar brandden echte kaarsen in de boom. Mijn vader las het Evangelie, wij zongen Stille Nacht, Heilige Nacht. Dat is mijn herinnering, zo dierbaar. In het klooster gaat het anders. Daar staat de liturgie centraal. We vieren de geboorte van Christus tussen 22.45 uur en 01.30 uur met vele psalmen en vanaf middernacht met een eucharistieviering. Dat is ook genade om zo met alle broeders in Christus opnieuw te mogen beginnen. Zalig Kerstmis.’ ■

Heer, ontferm U



Heer, ontferm U. Geef ons de kracht om de boosheid, de polarisatie, de verdeeldheid en de bitterheid onder ogen te zien. Geef ons de wijsheid om onze schaduwen en teleurstellingen in de ogen te kijken. Geef ons het inzicht dat we zo in ons leven, in onze kerk en in onze wereld niet verder komen. Vergeef ons, Heer.



Heer, ontferm U. Geef ons de ruimte om die schaduwen en teleurstellingen los te laten, geef ons ons de deemoed om ons toe te vertrouwen aan de diepste grond, de aardigheid van ons bestaan, en geef ons daarin het vertrouwen om onze boosheid en onze wonden neer te leggen bij God zelf en los te laten wat op ons drukt.



Heer, ontferm U. Geef ons de moed om onze lege handen aan te bieden, geef ons de wijsheid om diep in ons te weten dat in de leegte de Eeuwige kan wonen. Geef ons de deemoed om na de gebalde vuisten en de loslatende handen de lege palm van de hand te tonen als ultiem teken van onze zwakte. Geef ons de genade om ons in onze leegte te bevrijden.



Een teken van genade, handen die in elkaar grijpen, vingers die elkaar vinden, teken van vrede, vriendschap en genade. Want met gebalde vuisten kunnen we geen vrede sluiten, hoeven we niet aan vriendschap te denken en zullen we er niet in slagen om te bidden. Met lege handen en open vingers kunnen we vrede sluiten, mogen we dromen van vriendschap en zullen we bidden: Heer, ontferm U.