

Bericht aan de thuisblijvers nr. 16 voor 13 t/m 19 juli 2020
Thema: Loslaten

Beste lezers,

Loslaten is in zekere zin een modewoord van deze tijd, en dat is goed te begrijpen.

Er wordt in deze tijd veel van mensen geëist; en je moet ook nog eens flexibel zijn! Dat lukt alleen maar als je in staat bent om dingen los te laten.

Misschien is ook juist de coronacrisis bij uitstek wel een gelegenheid om dat 'loslaten' te leren. Zekerheden vallen weg, en wat jarenlang dagelijkse routine was kan of mag opeens niet meer.

Loslaten is lang niet altijd makkelijk en soms is het voor mensen bijna een onmogelijke opgave.

Toch kan loslaten soms ook heel bevrijdend zijn. Voor veel mensen begint in deze week de vakantietijd, en of je er nu wel of niet op uit trekt: het kan een mens heel goed doen om de dagelijkse dingen even los te laten, te ontspannen en je op andere dingen te richten.

Wij wensen u een goede zomertijd!

Pierre Eijgenraam en Arjen Hiemstra, redactie

Maandag 13 juli: Marieke Fernhout

Loslaten – deze laatste weken dat ik predikant van de Parkstraatgemeente ben zijn een voortdurende oefening in loslaten. Makkelijk is anders, maar onze eigen Arnhemse Loesje wist het weer prachtig te verwoorden:

LOSLATEN

**MAAR WEL MET
EEN KAARTJE
AAN DE BALLON**

Loesje

U zult nog wel van me lezen in een 'bericht voor de thuisblijvers', maar voor nu wens ik u alvast een mooie zomertijd en al het goede!

Dinsdag 14 juli: Florie van de Hoek, geestelijk verzorger Vreedenhoff

Je moet het loslaten... Hoe vaak zeggen mensen dat tegenwoordig niet tegen elkaar? Interessant is dan altijd de vraag voor wie dat het beste is. Voor degene die het (verhaal) zat is of voor degene die met iets zit? Die blijkbaar iets bij zich houdt waar hij of zij beter afstand van zou kunnen doen. Laat het toch los... Het lijkt een oplossing voor veel problemen en moeilijkheden.

Een - inmiddels overleden - bewoonster in het verpleeghuis waar ik werk zei eens op felle toon tegen me: "Loslaten?! Loslaten?! Mensen zouden juist vast moeten houden!".

Als ik haar goed begrepen heb bedoelde ze er mee dat je er wijs aan doet om telkens in je leven weer te bepalen wat je vast wilt houden. Dat je voor jezelf weet wat je dierbaar is, waar je kracht aan ontleent, wat troost en bemoedigt. Dit betreft geloofszaken, maar ook relaties, ideeën of spullen. Want als je niet weet wat je houvast geeft, dan dobber je maar wat rond in het leven.

Zoals zo vaak zal de waarheid wel ergens in het midden liggen. Want als je weet wat je vast wilt houden, betekent dat misschien als vanzelf dat je andere dingen makkelijker los kunt laten.

Woensdag 15 juli: Monique Maan

Leven is loslaten, zou je kunnen zeggen. Zodra je geboren bent, en de navelstreng wordt doorgesneden, laat je het lichaam van je moeder los en begint het leven op eigen kracht. Vervolgens komen er jaren waarin je ouders (of verzorgers) vooral jou stukje bij beetje moeten loslaten. Je leert lopen, en zonder hulp fietsen, je kunt op een gegeven moment alleen naar school en vriendjes. Zo wordt je wereld groter en groter. Voor je ouders is het niet altijd gemakkelijk, maar het is nu eenmaal de gang van het leven: kinderen worden groot, staan meer en meer op eigen benen, maken eigen keuzes en gaan hun eigen weg.

Soms totaal anders dan ouders in gedachten hadden of gehoopt hadden – die gedachten en hoop moeten zij dus loslaten...

Op je eigen weg, ontdek je dan op enig moment dat jouw eigen beurt is om te los te laten: er zijn dromen op allerlei gebied waar je afscheid van moet nemen, je kunt niet meer alles worden of doen, in de liefde loopt het niet zoals je gehoopt had, er zijn mensen die je los moet laten.

En uiteindelijk is er het moment waarop je het leven zelf uit handen moet geven. Bij begrafenissen en crematies vind ik dat altijd een ontroerend moment, wanneer de woorden klinken: 'Ook wij laten jou los, maar in het vertrouwen dat we je leggen in de handen van de Levende'. Er spreekt het geloof uit dat we ten diepste en uiteindelijk nooit helemaal alleen zijn, nooit los van alles en iedereen. Altijd is er die Ene.

Donderdag 16 juli:

Op de stoep fietst trots een klein meisje op een klein fietsje. Roze helmje op. Vader houdt haar vast en rent er achter aan. 'Gewoon loslaten' denk ik. Meteen bekruipt me het gevoel dat ik dit wel erg makkelijk en stoer denk. Kan ik gewoon zo makkelijk loslaten? Ik denk aan mijn kinderen die op kamers gingen, een dierbare vriendin die verhuisde naar de andere kant van het land, een onrechtvaardige behandeling, het overlijden van mensen die me dierbaar zijn. Het was ongewoon lastig...

Om los te laten is volgens Nelson Mandela liefde nodig:

Om los te laten is liefde nodig.

*Loslaten betekent niet dat het me niet meer uitmaakt.
Het betekent dat ik het niet meer voor iemand ander kan oplossen of doen.
Loslaten betekent niet dat ik 'm smeer.
Het is het besef dat ik de ander ruimte geef.
Loslaten is niet het onmogelijk maken.
Maar het toestaan om te leren leven van menselijke consequenties.
Loslaten is machteloosheid toegeven.
Hetgeen betekent dat ik het resultaat niet in handen heb.
Loslaten is niet proberen om een ander te veranderen of de schuld te geven.
Het is het jezelf zo goed mogelijk maken.
Loslaten is niet zorgen voor, maar geven om.
Loslaten is niet oordelen, maar de ander toestaan mens te zijn.
Loslaten is niet in het middelpunt staan en alles beheersen.
Maar het anderen mogelijk maken hun eigen lot te bepalen.
Loslaten is niet de ander tegen zichzelf beschermen.
Het is de ander toestaan de werkelijkheid onder ogen te zien.
Loslaten is niet ontkennen, maar accepteren.
Loslaten is niet alles naar mijn hand zetten.
Maar elke dag nemen zoals die komt en mezelf er gelukkig mee prijzen.
Loslaten is niet anderen bekritisieren of reguleren.
Maar te worden wat ik droom te kunnen zijn.
Loslaten is niet spijt hebben van het verleden.
Maar groeien en leven voor de toekomst.
Loslaten is minder vrezen en meer beminnen.*

Vrijdag 17 juli: Pierre Eijgenraam

Bij het woord 'loslaten' denk ik, onder andere, aan het Paasevangelie van Johannes. Het is dat ontroerende verhaal (Johannes 20: 1-18) waarin verteld wordt hoe Maria bij het graf van Jezus komt en ontdekt dat de steen is weggerold. Er staan twee engelen bij het graf, maar Maria lijkt het niet op te merken. Ze wil alleen maar weten wat er met Jezus is gebeurd. En zelfs als Jezus zelf aan haar verschijnt, denkt ze dat hij de tuinman is en herkent ze hem niet, totdat Hij haar bij de naam noemt. Maria is dolgelukkig, maar Jezus zegt tegen haar: *'Houd mij niet vast, maar zeg aan de anderen, dat ik moet opvaren naar mijn God en jullie God'.*

Ik denk altijd dat je deze woorden op twee manieren kan lezen. Je kunt het 'algemeen menselijk' opvatten en dan is betekenis zoiets uit: juist degene van wie je houdt, moet je niet vast willen houden; ieder mens gaat zijn eigen weg door het leven en zijn eigen weg naar God. Maar ik vind het ook een fascinerende gedachte dat we Jezus zelf niet moeten willen vasthouden, Hij gaat zijn eigen weg. Misschien is dat zoiets als het beeldenverbod in het oude Testament: je moet God niet willen vastpinnen, je kunt Hem niet opsluiten in een tempel of een kerk of in een dogma: Hij gaat je al vooruit en op onverwachte momenten zal je ontdekken: 'Ik ben bij je', ik ben naast je, zoals 'een schaduw aan je rechterhand'. (Psalm 121)

Zaterdag 18 juli: Vertrek van mijn dochters

*Ze moesten inderdaad gaan, ik had het gezien
Aan hun gezichten die langzaam veranderden
van die van kinderen in die van vrienden,
van die van vroeger in die van nu.*

*En gevoeld en geroken als ze me kusten,
een huid en een haar die niet meer voor mij
waren bedoeld, niet zoals vroeger,
toen we de tijd nog hadden.*

*Er was in ons huis een wereld van verlangen,
geluk, pijn en verdriet gegroeid, in hun
kamers waarin ze verzamelden wat ze mee
zouden nemen, hun herinneringen.*

*Nu ze weg zijn kijk ik uit hun ramen en zie
Precies datzelfde uitzicht, precies die
zelfde wereld van twintig jaar her,
toen ik hier kwam wonen.*

Zondag 19 juli: Arjen Hiemstra

In het afgelopen jaar heb ik een opleiding voor geestelijke begeleiding afgerond. Sinds die tijd mag ik mij Geestelijk Begeleider noemen en individueel en in groepen spreken met mensen over hun vragen naar God en hun persoonlijk geloof. Tijdens de cursus kregen we colleges over persoonlijke spiritualiteit, heftige geloofsvragen kwamen voorbij en we oefenden begeleidingsgesprekken met elkaar. En vaak vroegen we ons af: "Wat kan ik hier zeggen?"

Één antwoord kwam vaak voorbij en ik heb het onthouden. Als moeilijke kwesties mensen overspoelen kun je altijd nog antwoorden met de vraag: "Wat zou God nu tegen jou willen zeggen?"

Inmiddels ligt de opleiding al weer meer dan een jaar achter mij. Af en toe begeleid ik iemand van binnen of buiten de kerk bij zijn geloofsvraag. Soms zijn de gesprekken heftig. Soms ook is het werk dat ik doe voor de kerk of in de wereld moeilijk. En dan erger ik mij aan wat mensen elkaar aangedaan hebben of elkaar aandoen. "Zien ze dat nou zelf niet?" vraag ik me dan af. En af en toe lig ik 's nachts wakker van wat op mijn pad komt.

Maar altijd weer komt dan ook die vraag bij mij terug: "Wat zou God nu tegen jÓu willen zeggen?" En als ik bij die vraag ben aangeland wordt ik rustiger en kan ik de boel weer een beetje loslaten. Want dan bedenk ik me dat God waarschijnlijk zal zeggen dat het mooi is dat de geloofsvraag naar boven is gekomen. En soms is het ook net alsof ik God hoor zeggen: "laat de ergernis los, je hoeft niet de hele kerk en wereld op je te nemen. Ga slapen!"