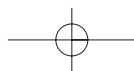
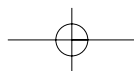
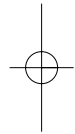
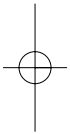


VOORGAAN MET LIJF EN LEDEN





Andries Govaart en Willem Marie Speelman

Voorgaan met lijf en leden

© 2006 Gooi en Sticht, Kampen
ISBN 90 304 1095 7
NUR 707

Omslagontwerp: Jet Frenken
Omslagillustratie: Antje Veldstra
Grafische verzorging: Rem Polanski

Alle rechten voorbehouden.

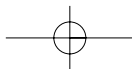
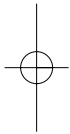
Niets van deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voorzover het maken van fotokopieën uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikel 16B Auteurswet 1912 j° het Besluit van 20 juni 1974, Staatsblad 351, zoals gewijzigd bij het Besluit van 23 augustus 1985, Staatsblad 471, en artikel 17 Auteurswet 1912, dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoedingen te voldoen aan de Stichting Reprorecht (Postbus 882, 1180 AW Amstelveen).

Voor het overnemen van gedeelten uit deze uitgave in bloemlezingen, readers en andere compilatiewerken (artikel 16 Auteurswet 1912) dient men zich te wenden tot de uitgever.

Inhoudsopgave

| | |
|--|-----|
| Inleiding | 7 |
| 1. Aanwezig zijn | 15 |
| 2. Bekleden | 25 |
| 3. Zingen | 33 |
| 4. Bidden | 47 |
| 5. Het woord doen | 57 |
| 6. Het spel van geven en ontvangen | 73 |
| 7. Zegenen | 87 |
| Het lichaam: speelruimte van het woord | 99 |
| Bijlage: oefeningen | 119 |
| Over de auteurs | 133 |



Inleiding

Bestemming

Dit werkboek is bestemd voor voorgangers in de viering van de liturgie. Bij de term voorganger denken wij niet alleen aan de priester of dominee, maar ook aan de pastoraal werkster, lector, acoliet, cantor en allen die erop gericht zijn de hele gemeenschap uit te nodigen tot een actieve deelname aan de viering. Het boek is geschreven vanuit een jarenlange vormingspraktijk en mag pas als gelezen worden beschouwd wanneer het ook inwerkt in de praktijk van de liturgie. De beoogde inwerking is natuurlijk de aandachtige deelname van heel de gemeenschap en al haar leden aan de viering van de liturgie. Maar om gelovigen te helpen in hun deelname aan de liturgie zijn voorgangers nodig: voorgangers die voorbereid zijn, geoefend en aandachtig, voorgangers die het vieren kunnen delen met de gelovigen. Ten behoeve van hen is dit boek.

In dit boek staan verschillende soorten tekst. Het corpus wordt gevormd door zeven hoofdstukken over de kunst van het voorgaan. Zij komen voort uit de praktijk en ontleen daaraan de voorbeelden. De inleiding en het laatste hoofdstuk vormen een liturgisch-theologische reflectie op de praktijk van het voorgaan.

In de zeven hoofdstukken wordt verwezen naar diverse oefeningen. Deze oefeningen hebben we aan het eind van het boek bij elkaar gezet. De enkele ontspannings- en ademhalingsoefening waarnaar niet verwezen wordt, is voor individueel gebruik.

In de Constitutie voor de liturgie *Sacrosanctum concilium* staat: 'Bij de liturgische vieringen moet iedereen, hetzij bedienaar hetzij gelovige, bij de vervulling van zijn functie uitsluitend en volledig datgene doen wat hem krachtens de aard van de zaak en de liturgische richtlijnen toekomt' (SC 28). Als we even afzien van de vraag wie wat mag doen volgens de liturgische richtlijnen, staat hier dat wij *uitsluitend en volledig moeten doen wat*

ons toekomt. Uitsluitend en volledig doen wat ons toekomt, dat is een taak met een erg smalle marge. Een taak die zowel concentratie, een beweging naar de kern, als totaliteit, een beweging naar het geheel, veronderstelt. Een taak die voorbereiding en aandacht vergt, het vermogen om te delen, ruimte te geven en te laten gebeuren (dus niet te doen).

Het is de bestemming van de voorganger zich zo op die taak voor te bereiden dat hij of zij inderdaad allen kan voorgaan: dat allen zich in navolging van de voorganger oefenen in het vieren van de liturgie. In de uitgangspunten van *Dienstboek*. Een proeve staat: 'Zij (de gemeente) gelooft dat de opgestane Heer zelf haar de Schriften opent en uitlegt. Haar verlangen om voorgoed met de Heer verenigd te zijn, wordt verwoord in de gebeden ("Blijf bij ons"). Zij laat zich de ogen openen bij het breken van het brood, zoals dat geschiedde bij de Emmaüsgangers, toen Hij met hen aanlag, het brood nam, de zegen sprak, het brak en hun toereikte.' De voorganger mag zichzelf en anderen en Christus niet in de weg staan. Integendeel, zijn aanwezigheid en functioneren moet juist ruimte maken. Ruimte om de aanwezigheid van Christus te kunnen beleven en deze beleving te delen. De enige manier om die taak naar behoren uit te oefenen is zelf op authentieke wijze deel te hebben aan de viering van de liturgie. Je kunt alleen delen wat je hebt.

Wat een voorganger in de weg kan staan, is de onvermijdelijke spanning tussen zijn of haar ambtelijke status en persoonlijke toewijding. Een authentieke deelname aan de viering veronderstelt een integratie van deze beide aspecten van het voorgangerschap. Deze integratie bereikt men al doende, en zij heeft tijd nodig. Maar men moet wel bereid zijn er aandacht aan te besteden en het voorgaan te oefenen. In dit boek worden oefeningen aangereikt om het ambtelijke en het persoonlijke, het voorschrift en de improvisatie, de herhaling en het onverwachte, het echte en het oprechte bij elkaar te brengen, om zo te groeien in een waarachtige deelname aan de liturgie.

In deze tijd ligt de nadruk zeer sterk op het persoonlijke, de toewijding en de eigen beleving, de spirituele ervaring. Dit geldt niet alleen voor voorgangers, maar voor gelovigen in het algemeen. Zou het niet goed zijn

ook de gelovigen te benaderen als gedoopten – dat wil zeggen: ook hen aan te spreken op hun ambt? Een gedoopte mag deelnemen aan de christelijke liturgie, maar wordt ook geacht op zondag in de kerk zijn en haar geloof te vieren! Wat houdt ons tegen?

Aanwezigheid

Liturgie is viering van de aanwezigheid van de Ene. Aanwezigheid is een vreemd begrip. Het werkwoord ‘wezen’ kennen we in uitdrukkingen als ‘Bij hem moet je wezen’ en ‘Ik ben bij haar geweest’. Maar de constructie ‘Ik wees bij je’, de tegenwoordige tijd van ‘Ik was bij je’, gebruiken we niet meer. Wezen is een actieve vorm van zijn, waarin een relatie wordt uitgedrukt tussen de mens en zijn omgeving. In het zinnetje ‘Ik ben groot’ zeg je iets over jezelf, maar in ‘Wees groot’ zit ook nog de betekenis van ‘Doe iets tegenover je omgeving’. Dit actieve en relationele wordt nog versterkt in het woord ‘aanwezigheid’, waarin wordt uitgedrukt dat iemand actief aan zijn omgeving gerelateerd is, aan het wezen van zijn omgeving *deelnemt*.

Liturgie viering van de aanwezigheid van de Ene noemen zegt dus al veel. Maar wie is nu actief in de viering van de aanwezigheid? De aanwezige of de vierende? Beiden, en zoals het hier is uitgedrukt, zelfs beiden precies evenveel! Het niet meer gebruikelijke werkwoord ‘aanwezen’ is letterlijk wederkerig. Als ik bij iemand aanwezig ben, is hij ook bij mij aanwezig. Zelfs als hij zich dit niet steeds bewust is, en zijn aandacht naar anderen laat uitgaan, dan nog is hij bij me, actief en relationeel. Als Christus bij mij aanwezig is, ben ik bij Hem aanwezig. *Ex opere operato*, zou de theoloog zeggen, door de werking van het werkwoord zelf.

Werkt het woord ook als we de relatie omkeren? Als wij werkelijk bij Christus aanwezig zijn, is Hij dan *ex opere operato* bij ons aanwezig? Overbekend is het citaat uit Matteüs 18, 20: ‘Waar twee of drie in mijn naam bijeengebracht zijn, daar ben Ik in hun midden.’ Als mensen de naam van de Ene aanroepen, is de Ene al bij hen aanwezig. Merk de verwijzing op naar de mozaïsche wet (Deuteronomium 19, 15), waarin een zaak op leven

en dood bevestigd wordt door twee of drie getuigen. Een ander citaat is afkomstig van de Islamitisch mysticus Roemi.¹ In een dialoog tussen God en een man die in wanhoop is gestopt met bidden, zegt God: 'Jouw roep "o God!" is mijn roep "Hier ben ik".' Zo sterk is de werking van het woord, dat de Ene al bij ons aanwezig is als we ons tot zijn naam richten. Wij geloven dat Hij zelfs eerder is en dat zijn aanwezigheid ons, nog voordat wij Hem riepen, in het bestaan geroepen heeft, ons wakker gemaakt, opgewekt en bij elkaar gebracht heeft. Dat wij bijeengebracht zijn, dat wij van Hem getuigen, dat wij aanwezig zijn is alleen maar mogelijk doordat Hij al bij ons aanwezig was. Laat ons dan ook inderdaad en actief en aandachtig en volledig aanwezig zijn in zijn nabijheid.

Als dit werkboek iets wil bewerken, is het onze werkelijke aanwezigheid in de liturgie, en door de liturgie in de wereld. Wij hebben God nodig om in de liturgie aanwezig te zijn, bij wie wij immers aanwezig zijn. Maar wij, mensen, lijfelijke wezens, zijn ook nodig. Want God geeft zich aan ons om in ons lichaam echt hier en nu te zijn – *vere, realiter ac substantialiter*, zou de theoloog zeggen² – zo dichtbij als het kloppen van ons hart. We kunnen ons richten op een theologisch correcte uitdrukking van zijn aanwezigheid, maar daar houden we ons nu even niet mee bezig. We willen alleen bij de ervaring komen, de ervaring nodig te zijn, iets te bieden te hebben, ergens toe te doen en ergens toe te dienen. God had geen levend, lijdend en sterfelijk lichaam hoeven te worden als wij dat niet waren geweest. Als God ons dan zo wil ontmoeten, wil Hij toch dat wij ook inderdaad 'uitsluitend en volledig' mens zijn? Met andere woorden: de zin van de incarnatie is dat wij de Aanwezige onze lichamelijke te bieden hebben, waaraan Hij *waarlijk, werkelijk en wezenlijk* aanwezig wil zijn.

Lijfelijk aanwezig zijn

Hoe zijn wij lijfelijk aanwezig in de liturgie? Is het voldoende binnen te

¹ Geciteerd in K. Waaijman, *Spiritualiteit. Vormen, grondslagen, methoden*, Kampen 2000, 718.

² Denzinger-Schönmetzer, *Enchiridion symbolorum*, 1636.

komen, te gaan zitten en na de dienst weg te gaan? Nee, dat is niet voldoende. En is het misschien ook nog niet eens nodig!³ Lijfelijke aanwezigheid is veel meer dan ergens zijn; het is eerst en vooral een *belevens*. Lijfelijk aanwezig is iemand die een gebeurtenis of gewoon het aanwezig-zijn in een omgeving werkelijk beleeft. Het hoeft niet altijd een even intense beleving te zijn, of voor iedereen zichtbaar. Het hoeft zelfs niet zo te zijn dat zij zich van alles even sterk bewust is. Maar er speelt zich wel iets af, iets wat herinnerd kan worden, iets wat effect heeft op het leven van deze en gene.

Lijfelijke aanwezigheid wordt getekend door verlangen en schroom, aantrekkingskracht en huiver. Zij kan op verschillende manieren of niveaus worden beleefd.

1. Het begint op een nog onbewust niveau, waarin het lijf zijn omgeving gewaar wordt. Het levend lichaam heeft intensief contact met zijn omgeving: lucht en licht en klank gaan in en uit, de zintuigen worden de omgeving gewaar, het lijf ervaart aantrekking en afstoting, het richt en beweegt zich. Nog voordat de mens iets heeft 'gedaan', zelfs voordat hij of zij zich er maar van bewust is ergens te zijn, is het lijf al volop aanwezig. En die aanwezigheid is zo doordringend dat het moeilijk is het lijf te scheiden van zijn omgeving: waar begint en eindigt het levend lichaam?
2. Op een hoger niveau worden de dingen onderscheiden. Het lichaam onderscheidt zich van zijn omgeving. Tegelijkertijd ontstaat het gevoel van presentie: ik ben hier nu aanwezig. De gewaarwordingen krijgen vorm in waarnemingen, onderscheiden dingen, levend en niet-levend, die het lichaam aantrekken of afstoten. Het ik-hier-nu stemt zich af op zijn of haar omgeving.
3. Op een nog hoger niveau wordt gecommuniceerd met de omgeving, de levende en de niet-levende lichamen. Mensen worden herkend. Dit li-

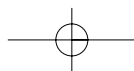
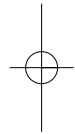
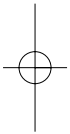
³ In W.M. Speelman, *Liturgie in beeld. Over de identiteit van de rooms-katholieke liturgie in de elektronische media*, Tilburg 2004, 105-130, wordt betoogd dat het mogelijk is lijfelijk aanwezig te zijn bij een uitzending van een viering via de elektronische media.

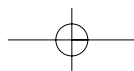
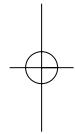
chaam wordt zich ervan bewust en voelt dat het niet alleen waarneemt, maar ook waargenomen wordt (zoals Hagar in Genesis 16, 13). Het levende lichaam, dat ik-hier-nu is geworden, wordt een persoon.

4. Op het laatste niveau neemt de persoon een positie in zijn of haar omgeving in. In voortdurende afstemming wordt de persoon deelnemer aan (het spel van) de omgeving, en gaat hij of zij een rol spelen die bij hem of haar in de gegeven situatie past. De persoon oriënteert zich, probeert zijn of haar aantrekkings- en afweermechanismen te beheersen en in te spelen op het gebeuren.

Persoon is een dubbelzinnig begrip en persoon-zijn is een dubbelzinnige ervaring. Het woord *persona* komt van het Latijnse *personare*, erdoorheen klinken, en verwijst naar het masker dat de acteur in de Griekse tragedie droeg. Enerzijds is persoon-zijn de soms vervreemdende ervaring dat je een rol speelt in een spel. Je hebt een ambt, een functie te vervullen. In deze ervaring ligt de nadruk op het masker, het gezicht dat anderen van jou zien. Anderzijds is persoon-zijn de ervaring van het eigene, dat jou zelf aangaat. Dan ligt de nadruk op de stem die door het masker heen klinkt, het gelaat dat onzichtbaar is en levend. Het levende lichaam dat persoon wordt, moet leren spelen met deze twee aspecten van zijn persoonlijkheid. Alleen de persoon die volledig zichzelf is en zich volledig geeft aan zijn spel, komt overtuigend over, is echt, authentiek. De persoon die zijn wording niet vergeet en open blijft voor zijn of haar geëvenwordingen, is vrij, vrij om voorganger te zijn.

Is het heel vreemd een beleving te definiëren als 'uitsluitend en volledig doen wat (op) ons toekomt'? We zijn pas lijfelijk aanwezig, en steeds meer aanwezig, als we ons hart, onze huid, onze zintuigen openen voor de omgeving en 'volledig datgene doen wat ons toekomt'. Liturgie vieren is een actieve deelname, een *performance*, waarin wij lichamelijk en persoonlijk, maar ook geestelijk en ambtelijk betrokken zijn.





1 Aanwezig zijn

Wat zoek ik in de liturgie?

Op zondagmorgen of op de vooravond ervan komen allerlei mensen naar de kerk; zij willen daar zijn op dat moment. Misschien maken deze kerk-gangers een bewuste keuze, misschien kerken zij uit gewoonte, maar zij willen hier en nu aanwezig zijn. Wat verwachten zij, wat zoeken zij, wat hopen zij dat er gebeurt tussen binnengaan en uitgaan, tussen introïtus en wegzending?

De Beleidsgroep Liturgie van de parochie te W. vroeg een bezin-ningsbijeenkomst. 'We zijn veel aan het regelen, en dat is goed, maar we staan eigenlijk zelden stil bij wat liturgie eigenlijk is en eigenlijk voor ons is.'

We spraken af dat we op de avond van die bijeenkomst bij elkaar zouden komen vóór de kerk. Daar vroeg ik de aanwezigen zich in te leven in de keren dat ze 's zaterdags of 's zondags naar de kerk gingen en gaandeweg hun plaats in te nemen in de liturgische ruimte.

*We staan vanavond stil bij de liturgie,
bij mensen zoals wij zijn, bij onze levensvragen.
Daarvoor wil ik u vragen eens op te delven wat u zoekt in de liturgie.
Nu is dat een moeilijke vraag.
Het gaat vaak om emoties, redenen die je niet zo bewust bent.
We gaan nu het eerste kwartier dezelfde gang
die we anders - soms of regelmatig - ook gaan.
We zijn hier achter in de kerk.
Zo meteen gaan we naar voren
en is er een paar minuten stille tijd.
Ik wil u nu bij wijze van spreken aan de hand nemen.
Luistert u en gaat u vervolgens uw eigen weg.*

Je gaat naar de viering.
Je gaat het huis uit in een bepaalde stemming,
gehaast of in rust.
Dan kom je bij de kerk.
Er komen meer mensen aan.
Ben je vroeg of laat, of net op tijd?
Je gaat naar binnen.
Maak je een kruisje?
Wat gebeurt er met je,
hoe werkt de kerkruimte op je in,
wat is je eerste indruk?
Zoeken je ogen iets of iemand
of ben je meer in jezelf gekeerd?
Je pakt een bundel of krijgt een boekje aangereikt
en gaat naar een plaats – een vaste plaats?
Zijn er nog gebaren of houdingen voordat je gaat zitten?
Nu zit je op je plaats.
Neem nu een paar minuten de tijd
om voor jezelf na te gaan
wat jij – niet men, maar jij –
hoopt, verwacht in deze viering.
Wat zoek je, wat hoop je te vinden,
wat wil je achterlaten wanneer je hier weggaat?
Wat zoek je voor jou persoonlijk, voor de intieme kring,
voor deze geloofsgemeenschap, voor de maatschappij?
Waar in word je bevestigd, waarin teleurgesteld?

Gun jezelf en anderen nu enkele minuten stilte.

In de uitwisseling na de meditatie klinken de volgende geluiden:

- ‘Ik zie altijd het grote kruis hangen.’
- ‘Ik vind het fijn op de afgelopen week terug te kijken. Soms pak ik mezelf ook wel eens stevig aan en kijk ik wat ik fout heb gedaan. Pastor X laat het altijd heel stil worden in het begin van de viering.’
- ‘Soms zit je vast of kom je er niet uit. Bidden geeft me dan wel rust.’

- 'De preek, die is belangrijk voor me. Ik wil iets stevigs voor de komende tijd, iets waarmee ik vooruit kan.'
- 'Ik ga altijd op de plaats zitten waar mijn ouders vroeger zaten, ik naast mijn moeder. Soms zitten er mensen op die plaats; die komen dan meestal van buiten. Maar ik voel me dan echt weer thuis, bij mijn vader en moeder.'
- 'Boven me zelf uit geheven worden, dat zoek ik, even los van alle sores. Ik wil zingen, samen zingen en me samen voelen met andere mensen, samen een ... eh ... geloofsgemeenschap voelen.'
- 'Weet je wat vandaag (tijdens de bezinningsbijeenkomst - AG) zo heerlijk is? Dat er niet meer allerlei mensen rondlopen, dat het echt stil is, geen koster, niet van die mensen die zitten te kleppen of die zo nodig rond moeten lopen om interessant te doen.'
- 'Ik zoek rust. Door de week heb ik van alles te doen, en soms dan voel ik de Vader en die zegt dan tegen mij: Kom maar, ik geef je rust.'
- 'Als er helemaal niets gezegd wordt over wat er allemaal in de wereld gebeurt, of alleen maar vaag gebeden - dat vind ik niks. Ik wil dat het over ons gaat, over alle mensen, ook de rampen en de oorlog.'
- 'Vroeger, met de kinderen, was het altijd haasten en rennen. Dan kwam je buiten adem aan. Nu ga ik op tijd thuis weg. Ik bid heel vaak voor ze, voor mijn kinderen, en voor hun partners ook, natuurlijk.'
- 'Daarnet vond ik het maar gek, net te doen alsof we naar de mis gingen, maar met het wijwaterkruisje was het - pats! - alsof ik ineens in de mis zat.'
- 'Nu was het goed samen naar de kerk te gaan. Als ik geen bekenden zie, wil ik eigenlijk zo weer omkeren. Ik blijf ook altijd koffiedrinken. 's Zomers mis ik dat echt; dan is toch al iedereen op vakantie.'
- 'Vandaag was het weer heel hevig: het is zo'n eind lopen van achter naar voren. Als er veel mensen in de kerk zitten, valt het wel mee. Maar nu vind ik het een beetje eng naar het priesterkoor te lopen (bij navraag blijkt het vooral te gaan om het tabernakel).'

De vraag naar wat je zoekt in de liturgie, kun je stellen aan formicatafels in de vergaderzaal van de pastorie. De antwoorden die je dan krijgt, zijn abstract, letterlijk losgemaakt van de werkelijkheid. Op het moment dat je min of meer gezamenlijk het ritueel van aankomst en binnenkomst ondergaat en de plek in de kerk inneemt, raak je aan andere beweegredenen. Ze zijn concreet, gevuld met ervaringen uit het verleden en met hoop op de toekomst. Door aanwezig te komen in de ruimte raak je ook weer aan het hart van de redenen (en de redenen van het hart) om naar de kerk te komen. Je kunt jezelf zelfs de vraag stellen waar in de bovenstaande (godsdienst)oefening het verschil is tussen echt en naspelen, tussen werkelijk de ruimte van de liturgie betreden en een gezamenlijke vorm van spelen naar het leven (een lijfelijke nabootsing).

Wat breng ik in de liturgie?

Wanneer je naar een viering/kerkdienst gaat, neem je je hele hebben en houden mee. Wie je nu bent, ben je dankzij je verleden. Wat je nu vormt, is dankzij je verbondenheid (positief of negatief) met anderen. Ook al zou je het willen, je kunt je huid niet uit. Je lijfelijke herinnering, de littekens op je lichaam, je verborgen geheugen – dat alles hoort bij de ik die nu naar de kerk gaat.

Je gaat niet alleen naar de kerk. Je deelt met meer mensen een uur lang dezelfde ruimte. Ook al lijken de behoeften naar de kerk te gaan zeer individueel, je deelt deze behoefte met mensen die een tijd lang in dezelfde kerk handelen. Je mengt je adem met die van anderen. Je vertrouwt je toe aan vastgestelde rituelen. Je komt ook in ruimte die groter is dan je eigen ruimte, een ruimte die groter is dan jouw woonkamer; je deelt met andere mensen een tijd lang (of kort) de stilte. In de bovenstaande reacties hoorde je de aandacht voor de verstillings en de inkeer en de behoefte aan contact met de omgeving. (De oefeningen 1, 2 en 4 zijn manieren om met heel je lichaam de ruimte verkennen waarin je samenkomt.)

Todesraum

Men kan het honderdmaal herhalen
(en ik deed het en nog zoveel anderen):
een mens kan zijn huid niet uit

maar hoe wennen we ooit aan de gekooide
die binnen die benarde
behuizing benauwend bestaat?

we kunnen er wel buiten maar te laat
we kunnen er wel uit maar naar de dood
we zijn nog banger dan we durfden vrezen

worstelend om lucht in het gejaagde
gulzig ademhalen van miljarden doden
die zich verdringen in ons leven, dwingend
om mee te doen met ons of desnoods

wij met hen.

Ellen Warmond, *Tegenspeler tijd*, Querido, Amsterdam 1980

Contact zoeken

Wanneer je nauwkeuriger ingaat op het begrip verstilling, kun je de verstilling ook opvatten als contact zoeken, en wel op drie niveaus. Op de eerste plaats zoek je contact met je innerlijk: wat bezielt mij op het ogenblik, wat houdt me bezig, waar vind ik rust? Op de tweede plaats kun je je in de verstilling richten op de anderen, de mensen om je heen, de verbondenheid met hen, maar ook met de mensen, de wereld verder weg en dichterbij, een familielid, een slachtoffer van een aanslag. Op de derde plaats kun je contact zoeken met de Eeuwige, je openstellen voor zijn

stem, ontvankelijk worden voor zijn aanwezigheid. Verstillings en inkeer zijn dus geen begrippen die zomaar tegenover contact met je omgeving kunt stellen. (In oefening 22 leer je luisteren op verschillende lagen.)

Wanneer begint de viering eigenlijk? Is dat wanneer de bel/klok/gong gaat, wanneer de voorganger binnenkomt, wanneer wij gaan staan? Of begint de viering wanneer ik de kerk binnenkom, een kruisje sla of de bundel pak of een liturgieblaadje aanneem of naar het Maria-altaar ga en een kaarsje aansteek? Of begint de viering al wanneer ik van huis op weg ga naar de kerk, wanneer ik de afstand tussen privé en openbaar overbrug? Of is dat zelfs wanneer ik me voornem naar de kerk te gaan en iets anders niet te doen, wanneer ik me erop richt in de kerk te zijn en niet ergens anders?

We hebben gezien hoe de kerkgangers aanwezig komen in de ruimte van de liturgie. Hoe kan de voorganger dat doen?

De Petrus en Paulus-kerk in Tilburg. We zijn ons aan het oefenen in het ambacht van voorgaan. Dick is de voorganger en zal van achter naar voren lopen, het altaar groeten en achter de ambo gaan staan. De anderen van de oefengroep zijn kerkganger. Dick loopt naar voren. Hij heeft een stevig tempo en lijkt er zin in te hebben. Hij knikt deze en gene herkendend en vriendelijk toe en komt tot staan voor het altaar, buigt kort en staat even later achter de ambo.

In de reacties van de collega's, de kerkgangers, klinken woorden als 'wervelwind', 'onrust', 'levendig contact', 'vitaliteit' en 'vluchtigheid'. Dick vertelt dat hij het belangrijk vindt mensen het gevoel te geven dat ze gezien en gekend worden. Hij houdt niet van het gestileerde voorgaan, van die houten klazen die alleen maar gericht zijn op God en zo. Misschien ging het ook wel zo snel omdat hij geen liturgische kleding aanhad; dat verandert je manier van lopen.

Ik vraag Dick nog een keer naar voren te lopen. Maar ik vertel eerst dat hij sensoren in zijn rug heeft en ogen op zijn achterhoofd. Hij kijkt mij aan alsof ik gek ben. Probeer eens in rust naar voren te lopen, je niet tot deze en gene te wenden, maar met de ogen van je achterhoofd en met de sensoren op je lijf de mensen te voelen, hun aanwezigheid te waarderen. Nu kijkt hij alsof ik hem voor de gek houd. Maar hij doet het. Hij doet het een paar maal, en langzamerhand vindt hij een tempo dat niet plechtig is (dat mag niet van hem), maar wel rust geeft. Hij kan je

inderdaad (zeggen de kerkgangers) het gevoel geven dat je welkom bent. Ook Dick gaat meer vertrouwen op zijn vanzelfsprekende aanwezigheid.

Laten we nog even terugkijken naar het voorbeeld. De voorganger komt tussen de aanwezigen door naar voren en gaat naar het liturgisch centrum. Hij kijkt, herkent, groet en straalt vitaliteit uit. Hij is een goede gastheer en een levendige animateur. Je kunt je voorstellen dat de kerkgangers het fijn vinden door hem gezien te worden. Ook de levenskracht van de voorganger is aanstekelijk.

Toch een paar opmerkingen.

– Het lijkt te gaan om de voorganger. Hij neemt de rol van gastheer op zich. Hij bezet de ruimte van de werkelijke gastheer. In de liturgie is het de Ene, die het volk verzamelt, die ons samenroept rond woord en tafel. (Ad de Keyzer maakt in zijn proefschrift *Om voor Gods gelaat te staan*, Baarn 1999, duidelijk dat de eerste woorden van de *ordo missae*, *Populo congregato*, een *passivum divinum* is, waarbij God die zijn volk verzamelt, verzwegen wordt.)

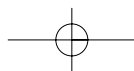
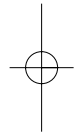
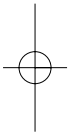
– De voorganger komt voort uit het volk en neemt zijn priesterlijke rol op zich. In zijn feitelijke gedrag staat de voorganger al meteen tegenover het volk. Hij is gericht op de ontmoeting met deze en gene en op herkenning. Hij lijkt eenieder in zijn huis op zijn gemak te willen stellen. De gerichtheid van de voorganger op de verschillende kerkgangers brengt ook verstrooiing teweeg en gaat ten koste van de concentratie.

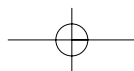
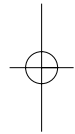
– De voorganger komt uit het volk naar voren en nadert het altaar. Het volk en het altaar zijn de twee polen die de voorganger op elkaar moet betrekken, die hij ook in zichzelf op elkaar moet betrekken, en dat vraagt concentratie.

Wij, mensen, zijn in staat met heel ons lichaam waar te nemen. Wanneer je thuis bent bij jezelf, goed in je vel zit, ontvankelijk bent/durft te zijn – of hoe je het ook wilt noemen –, merk je iemand op ook al zie je die niet met je ogen. Je voelt dat iemand achter je beweegt, je proeft een sfeer. Kortom, we hebben ook ogen in onze rug. De voorganger kan de aanwezigen opmerken zonder ze expliciet aan te kijken, en het frappante is

dat de kerkgangers zich ook gezien voelen. (De oefeningen 4 en 5 zijn gericht op het afstemmen op elkaar.) Er vindt communicatie plaats tussen de kerkgangers en de voorganger, maar niet uitdrukkelijk. Daarmee ontstaat er ruimte voor de voorganger om zijn aandacht ook te richten op het naderen van het altaar. Wanneer de voorganger nu naar voren komt lopen en daarin een eigen tempo vindt, blijft hij de spanning tussen de verbondenheid met het volk en de gerichtheid op het altaar uithouden.

In het aandachtig gaan vind je ook rust en concentratie. Het is een misverstand te denken dat je eerst rustig moet zijn om aandachtig (voor) te gaan. Als je jezelf dwingt regelmatig adem te halen, de ene voet voor de ander te zetten, ontstaat er in jou als voorganger ook rust, en kun je aanwezig komen op deze plaats en kun je in contact komen met het godsvolk en met de Levende. (De oefeningen 13 en 19 zijn bedoeld om lichamelijk helemaal hier en nu aanwezig te zijn.)





2 Bekleden

Bekleding van de ruimte met jouw aanwezigheid

Hoe bereid je je voor wanneer je voorgaat in een ruimte die je niet of nauwelijks kent? De een gaat bidden, een ander controleert of alles op zijn plaats ligt op het priesterkoor/liturgisch centrum, een volgende gaat in de kerkruimte zitten en een vierde kijkt aandachtig naar de mensen die binnenkomen.

Wanneer kinderen tijdens de voorbereiding op de eerste heilige communie voor het eerst de kerk binnenkomen waar ze later de eucharistie zullen vieren, zijn ze geneigd te gaan schreeuwen en hard te gaan lopen. Het ligt aan de begeleiding en aan de aanwezige pastor of dat feitelijk ook gebeurt. Met hun lichaam en met hun stem willen de kinderen de ruimte peilen. Ze eigenen zich hollend en geluid makend de kerk toe. De grote onbekende ruimte vraagt erom ingenomen te worden. Ook wanneer we met practica in een kerk oefenen, vraag ik de cursisten altijd eerst maar eens de ruimte te verkennen. Ze mogen lawaai maken en in de verschillende hoeken van de kerken merken hoe hun stem klinkt, wat een schreeuw teweegbrengt en welke galm er aanwezig blijkt wanneer je zingt. (Oefening 17 betreft deze concrete ruimte en deze concrete mensen op elkaar.)

Er is een verschil in beleving van de kerkruimte tussen rooms-katholieken en protestanten. Voor de eerste groep is de kerkruimte ('kerk' komt van de uitdrukking *kuriake oikia*, huis van de Heer) een heilige ruimte, met stilte en eerbied voor het tabernakel, waar het eucharistisch brood bewaard wordt. Voor veel protestanten is de kerkruimte veeleer een vergaderplaats (*ecclesia*) die pas rust en stilte vraagt na de opening van de dienst. Het komt overeen met de intuïtie of er reeds iemand anders aanwezig is (namelijk Christus in het tabernakel) of niet. In het ene geval word je opgemerkt, in het andere bezet jij gewoon de ruimte. Gevoelig zijn betekent dat je de ruimte met respect bekleedt, dus alsof er iemand anders dan jij

is, en jij te gast bent. In het eerste geval kan de ruimte een meditatieve sfeer oproepen, ook al is er geen viering; een negatief neveneffect is dat de mensen ineens anders gaan praten (zachter, zalvender) en bewegen (langzamer, plechtiger). De voorgegeven verstilde sfeer roept bij de een een obligate godvruchtigheid, en bij de ander quasi-nonchalance.

Misschien kan een ruimte pas een heilige ruimte worden als deze eerst alledaags is. In die visie wordt een ruimte geheiligd door wat er plaatsvindt. In de reformatie is er sowieso geen sprake van heilige ruimten; alleen God is heilig. Vandaar dat er in veel protestante kerken voor de dienst vrolijk gepraat wordt en er soms een sportieve strijd lijkt plaats te vinden tussen de inspelende organist en het kwetterende kerkvolk.

De ruimte is bekleed met een verhaal

De ruimte waarin we bijeenkomen is een bepalende factor. Ieder gebouw waarin gelovigen zich verzamelen, heeft invloed op de viering. Het maakt uit of je samenkomt in een gotische kerk die in heel haar architectuur verwijst naar de hemel en het hoofdaltaar, of in een kerk waarin het liturgisch centrum in het midden is, en de stoelen daaromheen staan. Er zijn grote verschillen tussen de zogenoemde preekchuren, waarin de preekstoel soeverein in het centrum staat, en de aula van een school in een nieuwbouwwijk waar 's zondag een viering plaatsvindt. Je mag zelfs aannemen dat de omgeving van het gebouw waarin je viert, haar invloed heeft; de nieuwbouwwijk of de binnenstad, de dorpse omgeving of een kloostercomplex op het platteland.

Oefening: Imaginaire binnenkomst

Ga in je gedachten naar de omgeving waar je normaal gesproken naar de kerk gaat. Je staat voor de ingang. Kijk eens, nu je nog buiten staat, naar de omgeving, en word je bewust van wat je achterlaat. Stel je ook voor wat je mee naar binnen neemt. Ga door de deuren of de poort. Hangen er affiches of mededelingen, zijn er afbeeldingen? Kortom, wat kom je tegen voordat dat je in de kerkruimte komt? Hoe ziet de ruimte eruit die je ontvangt, hoe werkt

die op je in? Als je achter in deze ruimte bent, wat is dan het eerste wat je opvalt? Is de ruimte die je binnentreedt, hoog of laag, hoekig of rond, intiem of groots? Hoe licht is het, of hoe donker? Wat is er te zien, welke voorwerpen hangen aan de muren, welke beelden staan er, wat staat er in het liturgisch centrum/bij altaar en ambo? Wat doen deze verschillende waarnemingen met jou, met je zintuigen, met je lijf. Voel je je klein of groot, weet je je welkom, heb je het koud of warm, word je stil of opgetogen, raakt de ruimte aan herinneringen? Al deze vragen maken je bewust van wat ook de kerkgangers – vaak onbewust – registreren, en wat – of je wilt of niet – een rol speelt in de liturgieviering.

Deze imaginaire oefening kun je ook alleen of met anderen doen in en om een kerkgebouw. Ook dit is een manier (het hollen en schreeuwen is een andere) om je met een gebouw te bekleden en te ontdekken welke ruimte in jou deze concrete vierruimte raakt.

Was het nu een kleine tanige vrouw, of is dat de herinnering die me parten speelt? Een dominee, die ook deelnam aan het practicum liturgische vorming. Haar leer-vraag in het begin van de cursus: hoe kun je gebaren maken in de eredienst? Zo'n vraag is aanleiding voor een ademhalingsoefening (oefening 16), en later nog een oefening om aanwezig te komen (oefening 17). Ze stond achter de ambo en wilde het orante-gebaar maken. Aanvankelijk bleef het klein – bescheiden zou je het kunnen noemen, of ook afgemeten, angstig bijna. We hebben toen eerst alle zeven een plaats opgezocht in de kerkrimte en daar het orante-gebaar geprobeerd. Voel eerst maar in wat voor ruimte je staat; een kathedraal is een andere ruimte dan de aula van een school. Voel de ruimte, voel je lichaam en maak het gebedsgebaar dat hier en nu voor jou passend is. Probeer verschillende manieren om dat zelfde gebaar te maken; doe het in verschillende maten en neem er de tijd voor. Een paar weken later vertelde deze vrouw dat ze ook in haar eigen gemeente geoefend had liturgische gebaren te maken. Het had haar onrustig gemaakt, en langzamerhand was ze geraakt aan de pijnlijke herinnering dat ze vroeger als kind – vooral wanneer vader thuiskwam – stil moest zijn, geen ruimte mocht innemen, nauwelijks mocht bestaan. Blijkbaar is het lichaam een hoeder van herinneringen, of je wilt of niet.

Niet alleen het gebouw heeft een grote invloed op de liturgie, ook de biografie van de voorganger(s) speelt een belangrijke rol. Wanneer een dominante vader vroeger op een bepaalde manier uit de Schrift voorlas, blijft dat doorwerken op de zoon of dochter die nu in de liturgie de Schrift leest. In oefensituaties kan dat soms naar boven komen. Daarmee komt het ook los en kun je het een plaats in je leven en in je voorgaan geven. Ons lichaam lijkt soms een eigen geheugen te hebben: de krakende trede die je 's nachts zonder erbij na te denken overslaat, het schrijden in de kerk dat de optochten van vroeger oproept.

Als je voor een week naar Iona gaat, dat Schotse eiland waar de bezinningsplaats van de oecumenische Iona Community is gevestigd, doe je mee met een weekprogramma. Op dinsdag is er een pelgrimage. Deze pelgrimage is een tocht met zo'n veertig mensen over het eiland, waarin je diverse plekken bezoekt en de begeleiders – soms serieus, soms cabaretesk – toelichting geven en stof ter meditatie. Zo 'deden' we de ruïne van het zustersklooster, de baai waar Columba met zijn twaalf gezellen op de vooravond van Pinksteren in 563 is aangekomen, de watervoorziening, de afgelegen monnikcel enzovoort. De eerste keer dat ik op Iona was, liep ik mee met deze voettocht. De tweede keer dat ik er was, jaren later, was met de KRO-radio om opnamen te maken voor 'Het klooster'. De anderhalve dag die we op Iona hadden, besteedden we onder meer aan een deel van die pelgrimage. En zo liep ik weer de heuvel op, langs de watervoorziening, naar beneden naar Columba's bay, zocht daar een steen uit en stond stil bij wat me bezwaarde, gooide die steen zo ver mogelijk weg het water in en liep weer dezelfde weg terug, maar lichter nu. En nu pas, de tweede keer, voelde ik wat ik de eerste keer gedaan had, voelde ik de opluchting van het wegwerpen van de steen, voelde ik dat diezelfde weg terug een andere weg was dan de weg heen, want ik was lichter. Omdat ik dezelfde handelingen verrichtte als de eerste keer, en omdat de interviewers zorgvuldig vroegen wat er met me gebeurde, herinnerde mijn lichaam zich de ervaringen van een paar jaar ervoor en kwam ik aan de diepere beleving van allang verrichtte handelingen. Daarmee werd het een betekenisvol ritueel dat bij mijn leven hoort.

Mensen zijn bekleed met een rol

Wat is het toch, dat liturgische kleding zo veel emoties oproept? De

vreedzame en dienstbare parochianen die toegerust worden om voor te gaan in de uitvaartliturgie, kunnen veranderen in agressieve en intolerante mensen wanneer het gaat over liturgische kleding. De plaatselijke bisschop die verder redelijk ruim van opvatting is, kan furieus worden wanneer de pastoraal werker een stola draagt, en de kerkenraad meent te moeten dreigen met aftreden als de dominee zijn zwarte toga door een witte mantel vervangt. We kunnen vaststellen dat iedere vorm van kleding betekenis genereert. Wat de voorganger ook aanheeft, het werkt. Of je nu een albe aanhebt met een stoel, je zondagse pak of een toga, het communiceert. Voor sommige pastores helpt het aantrekken van een vorm van liturgische kleding bij het opnemen van zijn/haar rol als voorganger. (Oefening 3 speelt met roltoe-eigening en rolwisseling.) Je stapt uit het gewone leven en je neemt je rol op je; je bekleedt je letterlijk met je functie. De liturgische kleding – albe, gebedsmantel of toga – doet je ook anders bewegen dan een jurk of een pak. Het habijt dat monniken en monialen dragen, is op zichzelf geen liturgische kleding, maar wel een bekleding die je onderscheidt van anderen en je verbindt in een gemeenschappelijke keuze. Het woord ‘habijt’ is afkomstig van *habitus*, uiterlijke gedaante, en hangt samen met *habitat*, woonruimte, ingericht tot herkenning.

Het aankleden van de voorganger is in de zesde en de zevende eeuw een ritueel geworden. Ieder liturgisch kledingstuk had een symbolische betekenis, en bij ieder kledingstuk hoorde een gebed. Deze gebeden waren aanvankelijk van zedelijke aard, later kregen ze een meer christologische inhoud, en nog later werden ze vooral gedenkend van aard. In het aankleden zelf treedt de priester zo het lijden van Christus binnen (*Liturgisch woordenboek*, Roermond en Maaseik 1962, kolom 4). Hier zie je hoe de voorganger door enkele rituele handelingen zijn functie op zich neemt en zich letterlijk bekleedt met zijn rol.

Oriëntatie en inkleding

In het vorige hoofdstuk stonden we al even stil bij het binnenkomen van de voorganger, de wijze van contact maken met de aanwezigen en de inkeer. In de klassieke katholieke liturgie dragen de voorgangers het kruis

en het lectionarium of het evangeliarium mee in deze processie, de eerste van drie. Kruis en evangeliarium zijn symbolen van Christus' aanwezigheid, en ook het altaar, dat er al is voordat wij binnenkomen, wordt gegroet. De voorgangers en de assistenten zijn – zo te zien – gasten: gasten van de Levende.

Welke plek is het meest geschikt om het altaar te begroeten? In de rooms-katholieke liturgie is het gebruikelijk dat de voorganger in het begin van de viering het altaar, beeld van de aanwezigheid van de Levende, eerbied betuigt. (Even later in de eucharistieviering kust de priester het altaar.) In verschillende groepen en in verschillende kerken hebben we geoeftend wat de plaats is waar je als voorganger in deze eerbetuiging nog verbonden voelt met het volk, en wanneer je die verbondenheid loslaat. Als je naar voren komt lopen, en zeker als je dat alleen doet (zonder acolieten, lectoren of...), ben je deel van de samengeroepen gemeenschap, en tegelijkertijd nader je namens deze gemeenschap het altaar, beeld van de Ene. Er zijn dus twee polen, en het is de kunst de spanning tussen die twee polen niet los te laten. Als je er gevoelig voor bent, blijkt dat het een kwestie is van centimeters of je naar eigen ervaren en naar dat van het gelovigen op de passende plaats staat. In het oefenen blijkt dat lang niet voor iedere voorganger die plaats dezelfde is. De kerkvaarders van de oefengroep voelen ook feilloos of de voorganger zich losmaakt van het volk en een eigen relatie met het altaar aangaat, of dat de voorganger verbonden blijft met het kerkvolk.

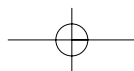
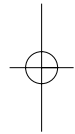
Als je als voorganger zo uit het volk komt, en als het volk staat, een actieve en betrokken houding, vormt de voorganger het hoofd van het lichaam, naar het beeld van Paulus. Dan handelt niet alleen de voorganger, maar handelt het hele lichaam. Op deze wijze richt de voorganger in zijn groet heel het volk op de Levende.

Zo is ook te begrijpen dat in het gebed de voorganger op het oosten gericht staat. De voorganger gaat voor in gebed, en dat gebed is gericht tot de Levende. Het oosten, de plaats waar iedere morgen weer de zon opgaat, wordt vanouds geassocieerd met de opgestane Heer. Als er een kloof is tussen voorganger en volk, een te grote afstand, een hek of treden, ervaren we de voorganger als met de rug naar ons toe. Wanneer zij/hij met ons verbonden blijft gaan we ervaren dat de voorganger bidt vanuit en na-

mens de gemeente. Een voordeel is dat de mimiek van de voorganger ons niet meer afleidt en dat we eerder tot bidden komen.

Het leek op Tevje in Anatevka, anderen zeiden op Don Camillo. De dominee zat in zijn preek, en opnieuw kwam de vraag naar het onrecht ter sprake. Nee, de vraag naar God en het onrecht. Een van de wezenlijke theologische vragen. We lopen er altijd wel een keer tegen aan. De predikant sprak op een gegeven ogenblik God aan, riep God ter verantwoording: 'En U, hebt U hier woorden voor?' Intussen keek de predikant rechts omhoog en wees een paar keer priemend diezelfde kant uit. De commentaren die klonken waren: 'Dapper om zoiets te doen', 'Ik zou het niet durven', 'Ik geloof je oprechtheid, maar het leek gekunsteld.' In het oefenen daarna hebben we geprobeerd het gebaar kleiner te maken en te intensiveren. Wat iedere toneelspeler al vroeg leert, is dat je een gebaar nooit zonder reden mag herhalen. In dit geval: als je wijst naar God, doe je dat één keer en houd je dat gebaar vol. Oefenend kwamen we erop uit dat de predikant alleen naar boven kijkt, rechts boven, eerst zonder woorden, en dan vraagt: 'En U, hebt U daar woorden voor?'

In het bovenstaande voorbeeld is de predikant richtingbepalend. In het eenvoudig gebaar van het kijken richt hij ons allen op God. En terwijl wij weten dat er niets te zien is op de plek waarnaar hij kijkt, kijken wij mee en hopen wij – tegen beter weten in – dat er antwoord komt. In het gebaar van het kijken brengt de predikant een dialoog tot stand.



3 Zingen

Stemming

Muziek, en dan vooral muziek van menselijke stemmen, is in staat een gewijde stemming op te roepen en van de liturgie een religieuze beleving te maken. Vandaar dat muziek nogal eens gebruikt wordt om religieuze belevingen op te roepen. En waarom niet? Zou die religieuze stemming ons niet ontvankelijker kunnen maken voor de ontmoeting van de Ene? Lees bijvoorbeeld hoe in 2 Koningen 3, 15 de profeet Elisa citherspel gebruikt om in extase te geraken en in contact met God te treden. Maar behalve het zoeken naar een religieuze stemming zijn er meer redenen om het zingen in de liturgie serieus te nemen. De eerste en belangrijkste is dat heel onze liturgie muzikale fundamenteën heeft; in de woorden van psalm 22, 3: dat God troont op de lofzangen van zijn volk.

Toen hij het vroeg, sloeg hij zijn ogen neer. Ik wil graag de priefatie zingen en van jullie horen hoe dat werkt. Hij was beschroomd en beslist tegelijkertijd. Geen van de pastores tot nu toe had zich in deze training geoeft in zingen. We hadden gelopen, gestaan, gelezen en gebeden, gebaren gemaakt, maar zingen, nee, nog niet. Terwijl de liturgisten toch steeds weer beweren dat de hele liturgie vanouds gezongen wordt. Ik vroeg hem waar hij dat wilde doen, en we gingen naar een zijkapel. Hij had zijn liturgische kleding aan en zette in. Hij begon met de dialoog, de opmaat voor de priefatie, en de andere trainees antwoorden: 'Wij zijn met ons hart bij de Heer.' Het mooie is dat het dan ook gebeurt: je gaat staan, je wordt van toehoorder of toeschouwer deelnemer. Hij zong mooi, hij zong goed, hij was bij adem, je hoorde dat hij er plezier in had. Bij sommige woorden – hoe zal ik het zeggen? – trof hij de toon niet direct, maar pakte hij hem van onder en zong hij eraartoe. Daarmee kwam er een lichte schwing in de voordracht. 'Waw,' zeiden enkelen na afloop, 'wat zing jij goed. Je kunt het.' In de nabespreking was dat ook het sterke punt, zijn aanstekelijke genoeg in het zingen. Maar, merkte iemand op, ik kom niet meer tot bidden. De voorganger: 'De priefatie is toch de verkondiging van de lof Gods? Dat mag toch met enig vertoon?' 'Maar naarmate jij beter

zingt,' was weer een reactie, 'ga ik eerder jou loven dan God.' 'Kun je het nog een keer zingen?', vroeg ik. 'Probeer het eens zo strak mogelijk te houden, en bid met geloken ogen, in een biddende houding. Het werd inderdaad stiller; wij verstilden en gingen bidden. En op het einde liet de voorganger zijn ingetogenheid varen en zong hij ons gaandeweg enthousiaster naar het 'Heilig, heilig, heilig' toe.

Liturgie als muzikale vorm

Wij zijn gewoon onze liturgische viering te benaderen als een verbale of zelfs schriftuurlijke situatie: we zeggen dat het in de liturgie gaat om het woord van God, dat tot ons komt door de geschriften. Inderdaad bestaan alle liturgische boeken en boekjes uit bijna alleen woorden. En het Romeins missaal beschouwt zingen als een bijzondere manier van spreken (Algemeen Statuut Romeins Missaal, 38). In zekere zin is onze liturgie een tekst, ons vieren een oplezen, en alles wat wij in de liturgie doen, uitvoering van een voorschrift. Zelfs het zingen doen wij uit boekjes. Maar dat kan toch niet alles zijn, want de liturgie moet nog lichaam worden. De woorden moeten nog in beweging komen, adem en geest krijgen. En op het moment dat de woorden van het papier af komen, kun je merken dat er onder de schriftuurlijkheid van de liturgie nog een diepere basis is. Een basis die te maken heeft met lichamelijke en met zingen. Een basis die bewogen wordt door de stem en het zweven van de allereerste Geest. (De oefeningen 7, 10 en 11 betreffen harmonie, nabootsing en verstoring.) Wanneer wij over die diepere basis schrijven, gebruiken we muzikale termen. Dan spreken we ineens over ritme (waar het woord 'ritus' van afgeleid is), over de toon van het gebed, over de dynamiek van de viering en over de harmonische verhoudingen in de liturgische ruimte. Als het inderdaad zo is dat onder de verbaliteit van de liturgie een muzikale grond zweeft, wordt alles in de liturgie gedragen door muziek. En als de liturgie een muzikale grond heeft, is zingen niet een bijzondere manier van spreken, maar andersom: dan is spreken een bijzondere manier van zingen! Dan wordt alles ineens anders.

Een muzikale benadering van de liturgie vraagt om gevoel voor verhoudingen. Als je de dirigent en de organist nu eens vraagt te helpen de liturgie zo vorm te geven

dat de openingsritus, de dienst van het woord, de dienst van de eucharistie en de slotritus ongeveer een verhouding hebben van 3 : 5 : 4 : 1, zouden deze musici dan niet heel goede suggesties hebben voor het tempo van het gebed, en van de overweging, voor de keuze van de mis en van andere gezangen?

Liturgie als muzikale beweging

De muzikale basis van de liturgie kun je beschrijven op het vlak van de expressie, en dan kijk je naar de eigenschappen van de toon, en op het vlak van de inhoud, waarbij je gericht bent op de stemming. Als we eerst eens naar de gewone, 'materiële' eigenschappen van de toon kijken, leren we het muzikale karakter van de liturgie beter kennen. Een toon is beweging, trillende lucht, en ook muziek is een voortdurende beweging. Het is een geordende, harmonische beweging. Deze beweging kunnen we in de liturgie herkennen als het ritme van de adem, van de smeekbede en de lofzang, het in- en uitgaan, het overgeleverde en het spontaan opwellende. De beweging van de toon kent bijna geen grenzen, omdat het ook andere materialen in beweging zet: het klinkt door muren heen. Bovendien zet de toon ons lichaam in beweging, eerst al het trommelvlies, maar vervolgens ook ons hele lichaam, dat geneigd is mee te bewegen met de muziek. En ten slotte zet het gezang het woord in beweging, letterlijk. (Oefening 6 combineert beweging en zang.) Als het lichaam en het woord onder invloed van de zang in één en dezelfde muzikale beweging worden gebracht, kunnen wij ons er misschien iets bij voorstellen dat het zingen het woord dicht bij of zelfs in het lichaam brengt, als in een gezamenlijke dans van het woord en ons lichaam.

We oefenden in de kerk van Wageningen met enkele protestante collega's. Eén wilde de prelatie bidden. Het werd de prelatie 'Met heel uw gemeente' (voor de zomertijd) van Niek Schuman, opgenomen in Dienstboek. Een proeve. Hij bad van achter het altaar, met de armen geheven. Soms tuurde hij even naar het dienstboek – het was wat klein; je snapt ineens weer waarom een missaal óók zinvol is. Het was goed, goed verstaanbaar, met voldoende rust, maar er klopte iets niet. Ineens had ik het in de gaten: hij bad het gebed alsof het op zichzelf stond, alsof het af was, rond was. Daarmee ontbrak de stuwkracht die iedere prelatie

heeft. De prelatie stuwt de gemeente, het godsvolk, naar de acclamatie 'Heilig, heilig, heilig'. Onontkoombaar komt het Sanctus op ons af. Dat bepaalt de dynamiek van de prelatie. Daarom is het te verantwoorden dat gaandeweg een verheving plaatsvindt door een tempo- of stemverhoging. Toen de collega de prelatie opnieuw bad, eindigde hij ook met een dubbele punt, waardoor wij niet anders konden dan het 'Heilig, heilig, heilig' uit te roepen.

Een tweede eigenschap van de muzikale toon is dat hij alleen maar bestaat in harmonische verhoudingen. Een akoesticus kan zeggen dat de toon [a'] 440 trillingen per seconde is, maar een musicus telt niet de trillingen: een muzikaal gehoor herkent de [a'] alleen maar in relatie tot de andere tonen van de toonschaal ([a'] is de kwint van [d]). Op het moment dat een mens – iedere mens – muzikaal hoort, gaat hij of zij letten op de verhoudingen. Het kenmerk van de harmonie van de muziek geeft ons het vermogen verschillende elementen en rollen in de liturgie met elkaar in verhouding te brengen. Als je zingend let op de verhoudingen van de hoogte, de duur, de sterkte en de kleur van de tonen, word je ook gevoelig voor de verhoudingen tussen het gebed en de preek, tussen mannenstemmen, vrouwenstemmen en kinderstemmen. En op het moment dat je daarop gaat letten, breng je al een muzikale ordening aan in de liturgie: je wilt niet meer alleen maar mannen- of alleen maar vrouwenstemmen, je wilt niet een heel lange preek tegenover een heel kort gebed, je let op het verschil in de manier van spreken in het gebed en in de preek. Het directe effect van een gezongen liturgie – ook al klinkt het zingen als spreken – is dat de liturgische rollen en elementen met elkaar in harmonische verhouding komen te staan.

Probeer je eens voor te stellen wat het verschil is tussen iets zeggen en iets zingen. Is het een gradueel verschil, waarbij je stap voor stap van gezang spraak kunt maken, en – omgekeerd – van spraak gezang? Of is het een categorisch verschil, waarbij je onmiddellijk voelt dat je zingt, ook al klinkt het misschien als spraak, en dat je spreekt, ook al klinkt het misschien zangerig? Spelend onderzoekend wanneer het zingen spraak wordt, en het spreken gezang, speel je met het muzikale gehoor en met de muzikale benadering van klanken. Het muzikale gehoor, waarmee alle mensen behept zijn, is gericht op toonverhoudingen. Dat zijn niet alleen verhou-

dingen tussen toonhoogten, zodat je een toon steeds als deel van een toonschaal hoort, maar ook tussen toonduren die deel van een ritme zijn, toonsterkten (hard en zacht) en toonkleuren (mat of scherp enzovoort). Je gaat zingen op het moment dat je de spreektoon richt naar andere tonen, zodat je een terts hoort of een secunde. Je gaat zingen op het moment dat je het spreken bewust inricht op tempo, klankkleur en -kracht, hoogte en ritme. En als je gaat zingen, verandert de taal van karakter. Het woord komt in beweging, en die beweging is naar binnen gericht. Waar zeggen vooral een verwijzing naar buiten is (het teken verwijst naar iets anders dan zichzelf), is zingen een verwijzing naar binnen, waar het woord vlees wordt.

Ik stelde voor de psalm in twee koren te zingen. Ze zeiden: 'Op welke noten?' Ik zei: 'Zullen we het zonder noten proberen en maar zien waar we uitkomen? We hoeven alleen maar heel goed op elkaar te letten.' We begonnen te zingen, eerst het ene koor een vers, toen het andere koor, en zo heen en weer, tot we na een paar verzen de adem te pakken hadden. Ik vind het altijd een hele troost te horen hoe mensen zonder noten in staat zijn elkaar te vinden in harmonie en ritme. We hebben daarna en op dezelfde manier het hele middaggebed gezongen.

Liturgie als muzikale stemming

Op het vlak van de inhoud gaat het bij de muzikale basis van de liturgie over stemmingen. Het bewust richten en inrichten van de stemklanken kun je weergeven met de woorden 'stemming', 'afstemming', 'instemming' en 'bestemming'. Er is een relatie tussen het stemmen van instrumenten, zoals musici dat doen voordat zij samen gaan spelen, en de stemming die door de muziek ontstaat. Ze hebben allebei te maken met de goede verhouding. Als je in de stemming bent, is je gemoed zo ingericht dat het zich thuis voelt op de plek waar je bent. En als wij onze stemmen en onze liturgische handelingen in (harmonische) verhouding zetten, wordt er een stemming opgeroepen. In dit muzikale proces zijn wij – en ook zogenaamd 'onmuzikale' mensen kunnen dat heel goed – bezig onze actieve aanwezigheid af te stemmen op de omgeving. Wij houden rekening met de akoestiek, we spelen ermee, zodat bijvoorbeeld de klanken

die uit de luidsprekers komen, de tijd krijgen om zich te vestigen onder het gehoor, en creëren zo een harmonische atmosfeer.

Maar dit stemmen reikt verder, zowel in de hoogte als in de diepte. Door onze afstemming op de liturgische viering kunnen wij instemmen met de hele kerk, op aarde en in de hemel: we mogen meezingen met de eeuwige lofzang van de engelenkoren. En in die grootste het hier en nu overstijgende gemeenschap vindt het verhaal dat wij zingen, haar eigenlijke bestemming. Het gezongen verhaal vindt zijn bestemming in de directe ervaring van ons, toehoorders, en daar richt het verhaal ons op onze uiteindelijke bestemming.

Als je in de liturgie gaat zingen, merk je meteen dat muziek fungeert als medium tussen het jou en het woord dat je zingt. Niet dat je je helderder bewust bent van de inhoud van de woorden. Ik zou bijna zeggen: integendeel. Zingend ben ik in staat gebleken de vreemdste woorden uit te spreken, die me, als ik ze gesproken zou hebben, misschien de adem ontnomen hadden. Nee, het contact dat de muziek legt tussen mij en het woord, is in mijn ervaring eerst en vooral een lichamenlijk contact. Terwijl de woorden vooral beelden vormen in het hoofd, brengen de tonen beweging, letterlijk, in het oor, in het lichaam, maar ook in de woorden. De harmonische beweging – want het is een en dezelfde beweging – tussen het lichaam en de woorden brengt deze beide met elkaar in contact, alsof zij met elkaar dansen. In het zingen wordt het spreken voor het eerst werkelijk, namelijk reëel aanwezig in dit lichaam, nog zelfs voordat de inhoud van de woorden begrepen is, laat staan als opdracht geïnterpreteerd en uitgevoerd.

De bron van de muziek: de stilte

Volgens het tweede document van *Universa laus* komt het liturgische zingen voort uit het luisteren.⁴ Het eerste wat wij in de liturgie doen, is ons afstemmen op onze omgeving en op elkaar, en dat doen wij onder meer

⁴ S. Groot, 'Universa laus: een tweede document (2002)', in *Gregoriusblad* 129 (maart 2005) 1, 17-22.

luisterend. Wij luisteren naar onszelf in de ruimte – daarom praten we wat zachter en lopen we zo stil mogelijk. We luisteren naar elkaar, misschien speelt er een orgel of zingt het koor in. Ten slotte richten we ons gehoor naar Hem die zich de Aanwezige noemt. Maria, de moeder van de Heer, leert het ons: uit het gehoor wordt het lichaam van Christus geboren. Welnu, uit het gehoor komt ook het liturgische zingen voort. Liturgisch zingen is eigenlijk niets anders dan instemmen. De zang is al gaande, misschien onhoorbaar nog, maar daarin vervul jij als gelovige een rol: jouw eigen lichaam en jouw eigen emoties fungeren als medium voor het woord van de Levende. (De oefeningen 13 en 20 zijn gericht op aandacht en stilte.)

Ook de stilte komt voort uit het luisteren. De meeste mensen willen dat het stil is in de kerk. Ze bedoelen dan dat kinderen niet te veel lawaai moeten maken, en dat ook de andere aanwezigen zo weinig mogelijk geluid maken. Maar is stilte de afwezigheid van geluid? Toen de componist John Cage de stilte zocht, ontdekte hij dat zijn oren altijd iets bleven horen: uiteindelijk zijn eigen bloedsomloop en de werking van zijn eigen zenuwen. De stilte moet niet zozeer worden gezocht in de afwezigheid van geluid als wel in het luisteren. Als je luistert, word je vanzelf stil. En die stilte, die uiteindelijk een gerichtheid op de Aanwezige is, die stilte wordt niet gebroken door het geluid van spelende kinderen.

Het medium van de muziek: het lichaam

Het zingen dat voortkomt uit het luisteren, is niet per se mooi. Schoonheid is niet de belangrijkste kwaliteit van het liturgische zingen. Je kunt het wel mooi vinden, maar dat is niet genoeg. Want het zingen dat uit het luisteren voortkomt, is vooral het geven van ruimte aan de stem van de Levende; en die ruimte is in dit geval mijn eigen lichaam en mijn eigen stem. Als die stem kraakt, is het een krakende stem die ik aan de Levende te bieden heb. Als die stem vol is, bied ik de ruimte van een volle stem. Maar nooit is die stem vol van zichzelf, want ook de volle stem mag alleen maar luisterend zingen. Bruno Wilderbeek o.c.s.o. spreekt van 'in-zingen'.

Zingend geeft de zanger zich helemaal. Daarom maakt zingen de mens kwetsbaar. De stem laat horen wat je te bieden hebt. Zingen brengt de zanger helemaal in beweging: hij of zij resoneert met de omgeving, stemt in met de anderen en beweegt ook mee met het woord dat gezongen wordt. Als je zingt, zingt het woord in jou.

Zingend door de liturgie

Algemeen gesproken wordt er in de liturgie gezongen vanuit de stilte, waarbij er ook voortdurend contact is met de stilte. Dat wil niet zeggen dat er nooit luid gezongen mag worden; stilte kan heel luid zijn. Zingen vanuit de stilte en in contact met de stilte is vooral een gezang dat contact houdt met het lichaam: het wordt er niet uit geperst, niet uit gegoid, maar de klank wordt gegeven en vastgehouden. Ook hier is voortdurend contact. Het is als met delen. Wanneer je brood deelt, geef je het niet weg, maar houd je een deel zelf om *samen* te eten. Wanneer je gezang deelt, gooi je de klanken er niet uit, maar laat je ze ook binnen jezelf klinken. Er ontstaat als het ware een evenwicht tussen de klank buiten en binnen het lichaam. (De oefeningen 8 en 9 combineren de klank van het individu en die van de groep.)

Maar liturgisch gezang heeft niet altijd dezelfde klank. Er zijn verschillende vormen van zingen in de viering, omdat de liturgie verschillende uitingsvormen heeft. Zo klinkt een acclamatie anders dan een gebed, en heeft de ene tekst een andere toon nodig dan de andere. De ene keer wordt er ingetogen gezongen, de andere keer enthousiast. Je hoeft daarbij misschien niet eens zozeer op de muziek te letten, en je hoeft ook geen muzikale gave te hebben: als je doet wat je is voorgedaan, of desnoods doet wat er staat, blijkt een gebed inderdaad anders te klinken dan een acclamatie.

Arvo Pärt wilde heilige muziek schrijven en vroeg een monnik om advies. De monnik zei niets van muziek te weten en wilde verder gaan met zijn werk. Maar de componist drong aan en vroeg nu: 'Kunt u mij dan leren hoe ik gebeden kan schrijven?' De monnik antwoordde: 'Nee, nee, je hebt het niet begrepen. De ge-

beden zijn al geschreven. Dat hoeft jij niet meer te doen. Dat is al voorbereid. Nu moet jij je voorbereiden.'

Als we de liturgie eens volgen onder het oogpunt van de zang, worden de verschillen misschien duidelijk. Het is niet nodig volledig te zijn, alles uit te kauwen. Als je beseft wat je zingt, vormt de juiste toon zich vanzelf wel. Bij het binnenkomen is vaak wel orgelspel of een inzingend koor. Misschien is er een cantor die een paar gezangen met de gemeenschap kan instuderen. Maar voordat de viering begint, zou er – als is het maar even – rust mogen zijn. Vanuit die rust klinkt de openingszang, die de intochtsprocessie begeleidt. Als de gemeenschap zingend deelneemt aan de intochtsprocessie, zal zij niet keihard zingen, maar liever licht en met vreugde: het gezang zelf mag een binnenkomst zijn. De begroeting is een dialoog, en dat betekent dat die met gevoel voor ritme ingezet moet worden. Wordt de beweging duidelijk en open ingezet, dan is het antwoord navenant, maar stopt de beweging al bij het begin, dan is het antwoord onverschillig of verward. Het *Heer, ontferm u* en het *Eer aan God* zijn tot God gericht, het ene vragend, het andere biedend. Als we beseffen tot wie wij ons zingend richten, vormt de toon zich vanzelf wel. Het openingsgebed begint met een 'Laat ons bidden ...', en wordt gevolgd door tijd voor gebed. Het is van groot belang gevoeligheid te ontwikkelen voor de duur en de kwaliteit van de stilte. De stilte van het openingsgebed – dus tussen het 'Laat ons bidden' en de woorden waarmee de voorganger de gebeden van de gemeenschap verzamelt en besluit – is vrij kort en geconcentreerd. Het moet even heel stil zijn. Als de voorganger zelf bidt, weet hij of zij precies hoe lang het duurt. Deze stilte 'klinkt' daarom anders dan de stilte na de preek, die eventueel door orgelspel begeleid zou kunnen worden, of de stilte na de communie, die als een dankbaar verwijlen bij God een langere duur heeft. We moeten erop bedacht zijn dat ook stilte aan inflatie onderhevig is: te lange stilten zijn net zo erg als te korte, en als de stilten geen kwaliteit hebben, geen 'klank', hebben ze geen zin.

Over de toon van de lezingen is al gesproken. De lector leent zijn of haar stem aan het woord van de Heer. Welke stem zou jij aan het woord willen lenen? Een stem die helder en rustig is, die ruimte biedt aan het woord, het ondersteunt en verder draagt. Geen stem die het woord neemt, het

zich toe-eigent en overstemt. En toch, je kunt niet anders, *jouw eigen stem*. De antwoordpsalm na de eerste lezing is een voortzetting van de dienst van het woord. Dus liever geen bekend lied, maar de psalm die bij de lezingen hoort. En liever niet zeggen, maar zingen. Met hartstocht. Als wij ergens in de viering de hartstocht van de Geest nodig hebben, dan wel tijdens het zingen van de antwoordpsalm. Is er geen cantor of cantorij die de verzen, of bij het Geneefs psalter de coupletten in afwisseling, op een dusdanige manier kan zingen dat de gemeenschap geroerd wordt, zwak wordt en zo ontvankelijk voor Gods Geest? Dat de preek ook wel overweging heet, laat zien waar de nadruk eigenlijk op moet liggen: de lezing van het evangelie is belangrijker dan de preek, die een eerbiedige en intieme overweging van het gehoorde is. De preek moet net als de lezing ruimte geven aan het woord, het woord zijn werk laten doen. Maar de preek doet dat op een eigen manier: zij roept de werkelijkheid van ons dagelijks bestaan op om haar in het licht te stellen van het woord en de eucharistie. De geloofsbelijdenis is van ons – dat wil zeggen: van de kerk als geheel – en mag dan ook met overtuiging gezongen worden, ook al hebben wij de kerk nodig om te kunnen geloven wat wij belijden. Soms kunnen wij alleen nog maar zingend geloven (naar Willem Barnard). De voorbede vraagt weer om gevoel voor ritme. Het is niet eens zo belangrijk dat de gebedsacclamatie gezongen wordt, want ook gesproken kan die acclamatie muziek zijn.

We vroegen Willem Vogel of we niet een nieuwe toonzetting van het ‘Onze Vader’ zouden moeten hebben. Hij zei: ‘Nee, ik wil het “Onze Vader” helemaal niet zingen. Ik vind het veel mooier dat zo’n hele kerk samen spreekt. Daar kan geen melodie tegenop.’

Het gezang dat het aandragen van de gaven begeleidt – dat wil zeggen: het aandragen van de gaven van de gelovigen en het aandragen van brood en wijn – mag zelf een offerande zijn. Het komt uit onszelf; dit is wat wij te bieden hebben. Het gedeelde spreken na het ‘Bidt, broeders en zusters’ en het gebed over de gaven zijn een vervolg en een afsluiting van onze offerande. Met gevoel voor ritme kan vervolgens meteen – dat betekent: zonder zinloze stilte – de dialoog voor de prefatie worden ingezet. En die beweging mondt uit in het gezamenlijk gezongen ‘Heilig, heilig, heilig’.

De ruimte van de liturgie: het ritme

Als je de liturgie, zoals hierboven, beschouwt in het perspectief van de muziek, wordt nog maar eens duidelijk dat liturgie haar eigen ruimte creëert. Of is het andersom? Geeft het ritme van de schepping – het verloop van de dag, de week, het jaar, het leven – ruimte aan de liturgie? Het getijdengebed deelt dag en nacht in, de zondagsviering komt iedere week terug. Het jaar kent zijn weerkerende seizoenen, het liturgisch jaar zijn vaste tijden en feesten. We leven op het ritme van het jaar. Ritme bestaat dankzij contrast en afwisseling. Bij de getijden is het bidden en werken, bij de week gaat het om vrij zijn en arbeiden, in het jaar betreft het de stand van de zon en het lengen en korten van de dagen, in het liturgisch jaar om de grote feesten, de tijden daaromheen en de tijd door het jaar. Het ritme zit ons ook in het lichaam, en in het bijzonder in de ademhaling: uitademen, adempauze, inademen en het kantelmoment naar weer uitademen.

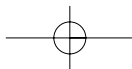
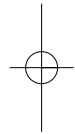
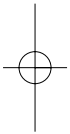
Ook iedere samenkomst van mensen kent eenzelfde ritme: je krijgt indrukken, je laat ze bezinken en je reageert. In de Latijnse termen is dat: *lectio*, *meditatio*, *oratio*. In het Nederlands: lezing, overweging, gebed. Je moet uitkijken met die termen, want ze zijn niet eenduidig. Een sterk betogende preek heeft meer van een *lectio*, een lezing, dan van een *meditatio*, een mogelijkheid het voorafgaande in je op te nemen. Een lied kan de functie van een gebed hebben, omdat je zingend zo reageert op wat je daarvoor gehoord hebt. Zo ook kan een geloofsbelijdenis, zeker een actueel geformuleerde, in de feitelijke viering soms de functie hebben van een *lectio*, die overwogen dient te worden en waarop dan een reactie komt. Maar na een sterke preek kan een *Credo* ook de functie hebben van een *oratio*.

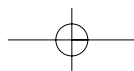
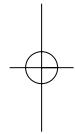
Misschien scheppen deze termen verwarring. Daarom probeer ik het nog eens: God heeft het eerste woord (*lectio*), wij overwegen dat (*meditatio*) en reageren daarop in gebed (*oratio*). Het is een ritme dat, als het goed is, enkele malen in de liturgie voorkomt. Als er geen mogelijkheid is voor overwegen (*meditatio*), verzeilen we in een automatisch vraag- en antwoordspel, waarbij de voorgangers iets zegt of doet en de aanwezigen onmiddellijk reageren, waarna de voorganger weer spreekt, waarop de aan-

wezigen weer antwoorden enzovoort. Het is een communicatie van actie en reactie, waarbij er geen mogelijkheid is om tot je te laten doordringen wat er eigenlijk gebeurt. Waarschijnlijk kom je dan helemaal onrustig uit de kerk: je hebt je niet eigen kunnen maken wat er plaatsgreep, en je inbreng is teruggebracht tot het vervullen van de rol van automatisch antwoordapparaat.

Als er voor de aanwezigen geen mogelijkheid is om te reageren (*oratio*) in gezamenlijke zang of gebed, lichaamshouding en dergelijke, kom je helemaal opgeladen en agressief de kerk uit, want je hebt van alles te horen gekregen, je hebt allerlei indrukken opgedaan, maar je kreeg de kans niet om te reageren, om iets terug te zeggen en zo deel te nemen.

De vieringen kennen nog een andere ritme: steeds terugkerende vaste elementen en momenten van improvisatie, verrassing, directheid en persoonlijke betrokkenheid. Wanneer je in een bijeenkomst keer in keer uit alleen maar dezelfde rituelen meemaakt en niets nieuws hoort of doet, zal de sleur toeslaan, zal de bijeenkomst zijn aantrekkelijkheid verliezen. Als iedere bijeenkomst helemaal nieuw is, als alles je verrast, ben je geneigd je schrap te zetten, je niet toe te vertrouwen. Het is zoals het publiek op de eerste rij bij een cabaretier: je weet nooit of de man of vrouw op het toneel jou aanspreekt of – erger nog – de vloer op roept. Het is dus zaak ook in liturgische bijeenkomsten een ritme te vinden tussen het vertrouwde en het nieuwe, tussen *ordinarium* en *proprium*.





4 Bidden

Het eerste woord

‘God heeft het eerste woord’, zingt het lied van Jan Wit dat in het *Liedboek voor de kerken* de afdeling gezangen opent. Scheppend heeft God het eerste woord, in ons persoonlijke leven (‘Voor wij ter wereld kwamen, riep Hij ons reeds bij name’) heeft God het eerste woord, en in Jezus Christus is het woord vlees geworden en heeft het onder ons zijn tent (beeld van de contingentie van ons menselijk bestaan) opgeslagen. God heeft het eerste woord, en ons bidden is dus op de eerste plaats antwoord.

Er is al iemand aan het woord gekomen, er is er Een die tot ons het woord gericht heeft (ons gericht heeft met het woord); in ons bidden gaat het nu om instemming. Vandaar dat we op de eerste plaats uitkomen bij bidden als lofprijzing, als dankgebed, als zegengebed. Ons bidden kan ook een instemming zijn met de schepping waarin wij leven, met Gods woord dat heeft geklonken, met de aanwezigheid van de Levende in ons midden. Het vraag- of smeekgebed komt voort uit de voorafgaande goede ervaringen met God.

Het principiële belijden en wellicht diepe ervaren is dat ons bidden antwoord is (wij worden samengeroepen; de gastheer is al in ons midden) en vaak ook een antwoord dat niet van onszelf is, maar een antwoord waarin we ons aansluiten bij een lange stroom gelovigen (wij zijn de eersten niet die ons tot God richten). Ons bidden is re-actie, vaak met woorden die ons aangereikt worden. Om aan de bron van ons bestaan te komen, onze oorsprong (*origo*), hoeven we niet origineel te zijn. Wel is het wezenlijk in het bidden echt te zijn, te zoeken naar een houding en een toewijding die oprecht zijn.

Ons bidden is ook afstemmen. Op de tuner van een muziekinstallatie zit een knop waarmee je langs de verschillende radiostations kunt gaan. Wanneer je het gezochte station gevonden hebt, is het nog altijd even zoeken naar de helderste afstemming. Ook in het bidden gaat het om luisteren naar de zender, je richten op God en zijn geschiedenis met ons,

het centrum buiten jezelf plaatsen, beantwoorden aan Gods woord, antwoord worden.

Of ik een paar avonden 'Bidden in de liturgie' kon komen geven in de Andreasparochie. Voor de tweede bijeenkomst had iedereen een communiegebed meegenomen; dat zouden we oefenen. Mevrouw Z. las het communiegebed voor, en de anderen in de kerk luisterden. 'Is het mogelijk te bidden,' vroeg ik, 'niet naar ons te kijken, maar je te richten tot God? Ik weet dat het kwetsbaar is: je voelt je te kijk staan wanneer je bidt, maar het mooie is dat, als je echt bidt, de anderen in de kerk dat ook gaan doen en niet meer naar je kijken.' De volgende voorganger had een communiegebed met een acclamatie. Maar wij, de 'kerkgangers', hadden geen liturgieboekje. Gelukkig maar. Want nu sprak zij eenmaal de acclamatie, en wij, de kerkgangers, konden die zo herhalen. Zij ging voor in gebed, en toen gebeurde het wonderlijke. Soms, wanneer er een zin was uitgeklonken, riepen wij de acclamatie. Het was niet afgesproken, niet altijd op de plek waar het afgedrukt stond in het boekje van de voorganger, maar wel oprecht en eenstemmig.

Er werd op die oefenavond aanzienlijk beter gebeden dan op zondagmorgen uit het boekje.

Biddend voorgaan

In de liturgie, de openbare eredienst, speelt het gebed een belangrijke rol. Er klinken vele gebeden: beden om ontferming, lofzang, dankgebed, voorbede enzovoort. Naast het grote dankgebed/tafelgebed/eucharistisch gebed klinken ook de presidentiële gebeden, de gebeden die worden uitgesproken door de voorganger, degene die de bijeenkomst voorziet.

Het is voor de voorganger de kunst werkelijk voor te gaan in gebed, mensen tot bidden te brengen, niet alleen de goede aandacht te hebben en de juiste woorden, maar ook in zijn houding zelf gebed te worden. Aan de ene kant gaat het om de kwetsbare intimiteit (want je bent echt, weliswaar in een rol, maar ongeharnast) van je afstemmen op God, je schepper, verlosser en hoeder; aan de andere kant bid je in het openbaar – sterker nog: je bent daarin voorganger.

Ze bleef maar lezen, niet slecht, zeker niet slecht, maar een gebed lees je niet, je

bidt het. Het lukte duidelijk te maken dat je je bij het bidden tot God richt, dus niet de kerk in kijkt. Ik vroeg of ze een houding van verstillig, van inkeer kon aannemen. Ik haalde zelfs de truc tevoorschijn dat God heel dichtbij is, net vóór de ambo, en dat je God vanuit die nabijheid mag aanspreken; de geluidsinstallatie versterkt het zonodig wel. Het bleef lezen, het werd geen bidden. 'Zullen we ophouden? Wacht, nog één aanwijzing. Probeer het eens los van het papier: je richt je tot God en je bidt voor wat je lief is. Improviseer maar; wij bidden met je mee.' Ze aarzelde. 'Maar wat dan?', vroeg ze. 'Wat jou na aan het hart ligt', zei ik. Ze ging erop in. Ze werd stil. Ze deed haar ogen dicht. Ze keerde naar binnen en bad eerst voor de parochie, voor wie zich inzetten voor anderen. Ze bad voor haar kinderen, van wie er één moeilijk een plek kan vinden in onze maatschappij. Ze bad voor een vriendin die vecht voor haar relatie. Ze bad en bracht haar intenties voor God – en wij baden mee.

Het bleef een tijd stil. 'Was het goed zo te bidden?' 'Ja,' zei ze, 'ja.' 'Dit was echt bidden', zei ik. 'Dat bedoelde ik. Je kunt het, je gaat ons echt voor in gebed.' Ze zei: 'Lezen uit de Bijbel wil ik wel blijven doen. Maar zo in het openbaar bidden, dat breng ik niet op, dat is me te eng. Daar stop ik mee.'

We kijken een moment naar de structuur van de presidentiële gebeden (het openingsgebed, het gebed over de gaven en het slotgebed).

Laat ons bidden ...
Heer onze God,
wat nietig is en onaanzienlijk,
brengt Gij volop tot leven.
Zie neer op onze kleinheid;
laat ons uitgroeien
tot de gestalte van Jezus, uw Zoon,
die met U leeft en heerst
in de eenheid van de heilige Geest,
God, door de eeuwen der eeuwen.
Amen.

Altaarmissaal, Elfde zondag door het jaar, jaar B, 466

Het begint met een gebedsoproep; de klassieke is: 'Laat ons bidden.' Deze

oproep nodigt de aanwezigen uit te komen tot gebed, richt de aandacht van de aanwezigen, tracht de individuen tot een biddende gemeenschap te maken. Daarna is er stilte; dat wil zeggen: ruimte voor persoonlijk gebed. Willem Barnard vertelde eens dat hij na het 'Laat ons bidden' van de priester wachtte en dacht: wanneer begint hij nou eens? Totdat hij ontdekte dat iedereen allang aan het bidden was ... in de stilte. De gebedsoproep is dus niet een vraag om aandacht voor het gebed van de voorganger, het is een vraag om aandacht voor de Eeuwige. Neem dus ruim de tijd voor persoonlijk gebed. Al deze individuele gebeden worden vervolgens door de voorganger verzameld, samengevat en voor God gebracht. De gelovige gemeenschap acclameert vervolgens met: 'Amen.' Het 'Amen' is een instemming van allen; een voorganger moet niet zijn eigen gebed beamen. Zij kan wel bevorderen dat allen 'Amen' roepen, namelijk door de laatste woorden van het gebed in toonhoogte niet te laten zakken, maar juist iets omhoog te gaan om het 'Amen' van allen te vragen.

Vanuit deze structuur van het gebed zou het niet vreemd zijn dat de voorganger zich ook fysiek richt op het oosten, de opkomende zon, beeld van de verrezen Heer. Maar dan zou de voorganger dat moeten doen vanuit en verbonden met het volk waarvan hij deel uitmaakt. Dan kijkt de voorganger de gelovigen aan bij de gebedsoproep en draait hij zich om voor stil gebed en bidt vervolgens het verzamelend gebed. Daarmee is de voorganger niet gericht op de andere gelovigen, maar op de Eeuwige. Hier luistert het nauw waar de voorganger staat. Het contact tussen volk en voorganger mag niet verbroken worden. De voorganger moet voeling hebben met het gebed en de gebeden van de gelovigen, wil zij die kunnen verzamelen, samenvatten en voor God brengen. In de rooms-katholieke liturgie van voor het Tweede Vaticaans Concilie werd de mis opgedragen namens de gelovigen, ten aanschouwe van de gelovigen, en celebreerde de voorganger ver weg bij het hoofdaltaar met de rug naar het volk de mis. Na het concilie gaan we ervan uit dat het volk Gods wordt samengeropen en dat van daaruit verschillende mensen verschillende liturgische functies bekleden. Sterker nog: het volk Gods wordt beschouwd als één lichaam, waarbij de ledematen verschillende functies hebben, maar fundamenteel verbonden zijn. Het is dus niet de functie van de voorganger het gebed voor de gelovigen te doen, maar de gelovigen tot bidden te brengen.

Wanneer de voorganger achter de lezenaar staat, kan zij ons oproepen tot gebed en vervolgens een stap achteruit doen. Daarmee maakt ze ook in de ruimte tijd voor gebed. Wanneer zij vervolgens het gebed uitspreekt, keert ze zich eerder in zichzelf, om zich af te stemmen op God, dan dat zij de gelovigen aankijkt.

Natuurlijk is de orante-houding niet uniek, niet typisch christelijk. De mens die dit gebaar maakt, wordt de verbinding tussen beneden en boven, tussen hemel en aarde. Een boom wordt je, geworteld in de grond, gericht op het licht, een kruis dat hemel en aarde verbindt, verzoent. Wanneer je het orante-gebaar maakt en volhoudt, merk je dat je handen gaan tintelen; je voelt de kracht van boven, het neerdalen van de Geest. Je armen worden zwaar, gaandeweg zwaarder, en je hebt steeds meer begrip voor Mozes, die Aäron en Chur zijn armen liet ondersteunen toen hij die hief in de strijd tegen Amalek (Exodus 17, 8-16). Je hebt niet alleen je armen en handen open en ontvankelijk – en daarmee ben je ook kwetsbaar –, maar ook je gemoed lijkt uiteen te scheuren. En wanneer je je armen te uitgestrekt houdt, beneem je jezelf de adem.

Wanneer je dit gebaar met een groep voorgangers oefent, blijken de gebaren van de deelnemers heel verschillend: hemelsbreed, zeer bescheiden, het klassieke orante-gebaar. De mensen die meedoen, hebben verschillende reacties: 'Mijn handen en armen gingen tintelen', 'Het was alsof ik de hemel voelde dauwen', 'Opengaan en ontvankelijk zijn is zeer vermoeiend', 'Er ontstond in mijn borstkas ruimte, levensruimte', 'Ik voelde mijn bovenlichaam haast scheuren en kreeg ademtekort', 'Het was de houding van Jezus aan het kruis', 'Bidden is een hele klus', 'Ik voelde me groot worden en kon heel schepping omarmen.'

In sommige liturgieboeken staat de orante-houding nauwkeurig omschreven: 'de open handen op schouderhoogte' en dergelijke. Deze objectieve aanwijzingen hebben hun functie, maar daarnaast is het ook zinvol je als voorganger bewust te zijn van andere invloeden. Wat doet de liturgische ruimte met je? Een groot gebaar werkt in een kathedraal anders dan in de aula van een basisschool. Welke gebaren kan/durf je te maken? Je biografie speelt mee in de ruimte die je lichaam inneemt. Maar ook praktische elementen spelen vaak mee. Soms moet je voor een gebaar iets achteruit wanneer je achter een lezenaar staat. Niet alleen heb je voor je eigen gevoel meer ruimte nodig, maar ook de mensen die de voorganger

zien, willen niet een paar opgeheven armen zien, maar een heel lichaam dat gebed wordt. (Oefening 21 is een meditatie bij de eigen handen.)

Als je je in de liturgiegeschiedenis verdiept, ontdek je dat bij de oudere gebeden (de presidentiële gebeden en het eucharistisch gebed) het orante-gebaar werd gemaakt. Bij andere gebeden bad de voorganger met gevouwen handen. Het vouwen van de handen komt, naar het schijnt, van de leened van de Franco-germaanse volkeren. Als je het vouwen van de handen vergelijkt met het heffen van handen en armen, is het eerste gebaar gesloten en het tweede open, is het eerste gebaar naar binnen en het tweede naar buiten gericht, is het eerste individueel en het tweede op gemeenschap gericht.

Wij zijn de eersten niet die ons tot de Barmhartige wenden. Veel van onze vaders en moeders hebben gebeden. Onze voorouders hebben het gebed ontvangen en doorgegeven aan de volgende generatie. Wij zijn de eersten niet. Ook de eerste christenen hebben de woorden gebeden die hun waren doorgegeven. Wij staan biddend op de schouders van het joodse volk. We staan in een traditie, en ook dat geeft ons de vrijheid ons tot God te richten. Er is al eeuwen en eeuwen contact; we zijn al verbonden. Maar hoe spreek je God aan? De aanspreking maakt uit. Iedereen weet dat het, wanneer je een brief of mail schrijft, anders klinkt of je 'Hoi' of 'Beste ...' of 'Lieve ...' of 'Dag' schrijft. In de aanspreking van God benoem je de relatie al: je spreekt God aan en je stemt je af op zijn barmhartigheid, op haar nabijheid, op zijn waarachtigheid of haar verborgenheid. In de klassieke gebeden klinkt na de aanspreking vaak de anamnese, de gedenkende herinnering aan wat er al is voorgevallen tussen God en ons. Daarmee stellen we de geschiedenis die we al met elkaar hebben, tegenwoordig. We zijn geschapen, uitgeleid uit Egypte, teruggevoerd uit de ballingschap, verlost, verzoend en uitgezonden. Juist omdat we al zo'n geschiedenis met elkaar hebben, mogen we God iets vragen. Zo gaat dat ook onder vrienden die nauw met elkaar verbonden zijn geraakt. Omwille van de traditie die we al hebben, mogen we een beroep op de Eeuwige doen, of de Enige van ganser harte prijzen. Het klassieke gebed wordt dan na de vraag of de dank afgesloten met een doxologie, een lofprijzing van God, van Vader, Zoon en Geest. De aanwezigen zeggen daarop: 'Amen.'

De voorbede

De voorbede heeft heel verschillende plaatsen en vormen in de liturgie. In Dienstboek. Een proeve staan ze in de orde van dienst van Schrift en de Maaltijd van de Heer óf na de geloofsbelijdenis óf na het gebed over de gaven óf na de inzettingswoorden; in de orde van dienst van Schrift, gebeden en gaven staan ze na de geloofsbelijdenis/lied of vóór de wegzending. In de orde van dienst van de Eucharistie staan ze na de geloofsbelijdenis. In de praktijk staan ze ook wel na de communie, voor de wegzending en de zegen. Soms krijgen ze dan het karakter van het oude gebed over het volk (*oratio super populum*).

De geschiedenis levert ons vier vormen van voorbede.

- Er is de plechtige Romeinse vorm: de voorganger formuleert de intenties, de diaken nodigt uit tot stil gebed (oorspronkelijk: 'Knielen we neer ... Sta op'), de voorganger vervolgt enzovoort. De voorbede wordt besloten met een 'Amen' van heel de gemeente.
- Er is de litanievorm van de oosterse kerken: de voorganger roept op tot gebed en richt zich tot God, de diaken noemt de intentie, het volk antwoordt met een smeekroep ('Kyrie eleison - Heer, ontferm u'), dit wordt enige malen herhaald en de voorganger sluit af met gebed, de gemeente met: 'Amen.'
- We kennen de aaneengesloten reformatorische vorm: de voorganger bidt namens de gemeenschap een aaneengesloten gebed, en de gemeente besluit met: 'Amen.'
- En dan is er nog het snoer van korte intenties bij de slotgebeden in het morgen- en avondgebed, die in religieuze gemeenschappen vaak improviserend gebeden worden.

De praktijk is vaak dat je begint met een uitnodigende gebedsoproep die mensen tot bezinning brengt, bijvoorbeeld: 'Laten we stil worden en ons keren tot de Eeuwige. Leggen we aan God voor waar vandaag onze zorg naar uitgaat ...' Dan volgen de intenties (de onderwerpen waarop wij gericht worden). Het voordeel van korte, krachtige intenties ('Voor de mensen die getroffen zijn door de aardbeving ...') en stilte is dat de aanwezigen in zichzelf kunnen meebidden. De bede komt dan voort uit de stilte,

en de aanwezigen antwoorden ook in stilte, en niet met een acclamatie. Ook bestaat de praktijk dat degene die de gebedsintentie heeft geformuleerd, deze afsluit met: 'Laat ons bidden', waarop de gemeenschap antwoordt met bijvoorbeeld: 'Heer, ontferm u'.

Wanneer je uitvoeriger bidt – dat wil zeggen: met meer woorden –, moet je oppassen dat je niet gaat uitleggen waarom je bidt, geen mededelingen gaat doen, of God gaat vertellen wat Hij moet doen. Bij uitvoeriger gebed probeer je zorgvuldig onder woorden te brengen wat er in ons leeft. De aanwezigen kunnen eventueel instemmen met een gezongen of gesproken acclamatie: 'God, wij bidden U, verhoor ons.'

Over het algemeen sluit een samenvattend en verzamelend gebed de voorbede af, bijvoorbeeld: 'God, U kent de harten van uw mensen, U ziet de oprechtheid van ons bidden. Blijf ons nabij en sterk ons met uw Geest.' Allen antwoorden: 'Amen.'

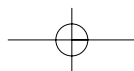
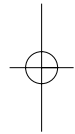
Die moeilijke komma

De zusters hadden me gevraagd voor een middag lezen en bidden, voor henzelf en de participanten. Als de participanten ook mee willen doen aan de liturgie, moet het wel kwaliteit hebben. Ik was wat vroeg en liep nog een ronde met een van de zusters. 'Het lastigste is de voorbede 's morgens. In de eucharistie hebben we de vrije voorbede, maar 's morgens is de hebdomarius er verantwoordelijk voor, de hele week lang. Sommige zusters hebben prachtige zinnen; bij andere is het iedere keer hetzelfde of worden het kleine preken, en ikzelf vind het moeilijk iedere keer iets anders te bedenken.'

Het was voor meer zusters een probleem. Ik stelde voor dat we de voorbede zouden beschouwen als voorgaan in gebed, inclusief de gebedshouding, en dat we het niet zouden beschouwen als bidden namens (of in plaats van) de gemeenschap. 'Laat het echt stil worden, roep vanuit die stilte op tot gebed, reik vervolgens met een paar woorden een intentie aan (bijvoorbeeld: voor mensen die vervolgd worden) en laat het stil worden. Noem weer een intentie (bijvoorbeeld: voor familie en vrienden met wie wij verbonden zijn) en laat het weer stil worden. Enzovoort.' Ik moest het eerst zelf voordoen en merkte dat ik echt bad. Een zuster wilde ook voorgaan in bidden. Ik had wat voorbeelden meegenomen. Zij schrapte de helft van de woorden en liet het stil worden. Toch werkte de stilte minder. Ze las na iedere intentie een punt, geen komma. Een punt sluit af, achter een komma kan ik mijn eigen familieleden aanvullen. Een participant wilde ook 'oefenen', en gaandeweg werd

haar gebed intenser. Ik vroeg haar daarna hoe dat kwam. 'Gaandeweg kreeg ik beelden van concrete personen voor me', zei ze. Al eerder is mij opgevallen dat wanneer de lector of de voorganger in gebed concrete beelden of personen voor zich heeft, dat de stem kleurt en ook bij mij als luisteraar beelden oproept.

Bij de voorbede wordt de vraag naar de plaats van waaruit je bidt nijpend. Over het algemeen klinkt de voorbede vanaf de lezenaar/ambo of het altaar. Het is niet vreemd dat wij, wanneer iemand spreekt vanaf de lezenaar, naar hem/haar kijken: vanaf die plek verwachten we schriftlezingen of de preek. Juist bij de voorbede, het gebed van het volk, is het gewenst dat de voorganger in gebed bidt vanuit het volk. Een eerste voordeel is dat het ons richt naar het oosten, de lege (!) absis, beeld van de Opgestane. Een tweede voordeel is dat mensen niet naar je gaan kijken; je mimiek zal hen niet afleiden tijdens het bidden. Een derde voordeel is dat je fysiek duidelijk maakt dat de intenties van de voorbede voortkomen uit deze concrete gemeenschap. Het is de moeite waard te zoeken naar een plek in de concrete liturgie in de concrete liturgische ruimte waar je de voorbede kunt houden. Is dat tussen de eerste rij en het altaar? Is het halverwege het middenpad? Is het van achteruit, waar ook het intentieboek ligt? Is het ...? Bij het zoeken naar de juiste nieuwe plaats is het raadzaam, zoals bij iedere liturgische verandering, het een paar keer te proberen. Iedere verandering moet wennen voordat je haar op de juiste waarde kunt schatten.



5 Het woord doen

*Kom, Geest die heel maakt,
blaas de dode letters leven in;
maak ons antwoord op dit woord.*

tekst: Andries Govaart, muziek: Rien den Arend;
Hoor onze stem, Heeswijk 2005

Van mond tot mond doorgeven

De verhalen uit de Bijbel zijn in de loop van de eeuwen van geslacht op geslacht doorverteld, mondeling doorgegeven. De verhalen stonden in hoog aanzien, en het werd van belang geacht ze zo letterlijk mogelijk door te geven. Een van de manieren om verhalen generaties lang letterlijk door te geven is ze op muzikale wijze vorm te geven – dat wil zeggen: met een herkenbaar ritme, vormen van rijm, parallellie, herhaling en refrein.

Literatuurgeschiedenis

*Het lied werd losgemaakt van zijn melodie
werd een gedrukt intellectueel
vermaaksel
niet meer geademd van mond op oor
maar van de hand in het oog gehouden.*

*Straks wordt er alleen nog maar
afstand geschapen.*

Dana Hokke, *Gebroken wit. Gedichten, Arbeiderspers, Amsterdam*
1981

Alleen in tijden van diepe crisis, waardoor de lijn van de traditie dreigde te worden afgesneden, werden de verhalen opgeschreven. Belangrijke delen van Genesis zijn opgeschreven in de tijd van de ballingschap, juist toen het joodse volk dreigde op te gaan in de volkeren. Levende verhalen, uit de monden van levende mensen, die de woorden kleurden met hun timbre, dreigden nu te verworden tot dode, met materie in materie gegrifte letters. De lettertekens zijn Bijbel geworden en ons doorgegeven.

Het grote voordeel van een geschreven tekst is dat je er vrij zeker van kunt zijn dat het een correcte weergave is van eerder opgetekende woorden. Het nadeel is dat we de tekst niet meer horen. Precies in het horen van de tekst vallen ons de parallellen op, het klankspel van een tekst, de woordspelingen. Dat zijn overigens ook de elementen die in vertalingen vaak verdwijnen.

Is het mogelijk in de liturgie de dode letters weer leven in te blazen? Is het mogelijk de tekst weer vlees en bloed te laten worden? Is het voor lezer en hoorders mogelijk weer deel te worden van de tekst? Mogen wij deze woorden onze adem geven in de hoop dat de Geest mee-ademt?

- V Gezegend de lezer,
gezegend die horen wat God voor ogen staat,
A dat wij ter harte nemen wat hier klinkt,
want de tijd dringt.

tekst: Andries Govaart, naar Apokalyps 1, 3;
muziek: Maurice Pirenne; *Bouwstenen voor liturgische vieringen*,
Centrum voor de kerkzang, Ansen 2005

Er staat iets op het spel

Het gaat in de liturgie niet om zomaar wat teksten. Het gaat om heilige teksten, geïnspireerde teksten, het gaat om Gods woord. Het zijn teksten die ons verbinden met onze oorsprong en ons richten op de toekomst. Het zijn teksten die ons de weg wijzen in de tussentijd waarin wij leven,

de tijd tussen Jezus' rondgang op onze aarde en zijn wederkomst, het einde der tijden. In die tijdsspanne leven wij; de tijd dringt!
Dat het heilige teksten zijn, roept in de vormgeving van de liturgie in diverse tradities uiteenlopende reacties op.

- De teksten worden omgeven door rituelen. Je kunt dan denken aan het uiterlijk van het boek, de fysieke verschijning: een boek van formaat, goud op snee, een oud en eerbiedwaardig uiterlijk, een boekrol, met een kleed omgeven, dat in een kostbare schrijn bewaard wordt. Je kunt ook denken aan rituelen die aan het lezen voorafgaan of erop volgen: het bewieroken van het boek, het ronddragen ervan, het omhoog houden of kussen, de processie waarbij het boek onder gezang wordt opgehaald. Soms vraagt ook de lezer van de heilige tekst om de zegen voordat hij leest. En niet te vergeten: de staande houding van de gelovigen bij het voorlezen van de tekst.

- De tekst kan in de ervaring zo ontzagwekkend zijn dat wij, 'gewone mensen', eraf moeten blijven; enkele van de bovenstaande rituelen hebben die functie. De beklemtoning van de afstand tussen ons en de tekst verordonneert dan ook dat we de tekst niet mogen interpreteren, niet naar onze hand mogen zetten. De uiterste consequentie is dat de tekst in de oorspronkelijke taal wordt gelezen, (Hebreeuws, Arabisch, Grieks) of in een eerbiedwaardige vertaling (Latijn). Een andere wijze van afstand houden tot de tekst is het reciteren.

Al lang, al eeuwen lang, speelt de discussie of de lector in de liturgie interpreterend mag lezen. Het verhaal gaat dat Ambrosius ervóór was kinderen de rol van lector te laten vervullen. In hun soms gebrekkige, soms niet begrijpende wijze van lezen laten zij de interpretatie over aan de luisteraar.

In de kloosters leest de lector vaak op één toon, recto tono. Dat heeft verschillende redenen: een gemeenschap van mensen die dag in dag uit met elkaar samenleven verdraagt niet dat de lector (één van hen) eenzijdig de Schrift interpreteert. Een tweede reden is dat men steeds opnieuw uit de Schrift leest. De tekst wordt in de loop van de jaren vertrouwder, en je mag de interpretatie aan de luisteraar overlaten, die een gestage omgang met de Schrift heeft. Een derde reden is dat de tekst, als men de Schrift reciteert (op een verhoogde toon zing-spreekt), beter verstaanbaar is en verder draagt.

In veel gemeenten en parochies komen de gelovigen niet iedere week naar de kerk. Zij kennen de schriftlezingen niet uit hun hoofd of in hun hart. De aanwezigen horen de perikoop voor hun ervaren vaak voor het eerst. In zo'n situatie vraagt de schriftlezing wel om een interpretatie en moet de lector dus keuzen maken.

– Als je gelooft dat de tekst een heilige tekst is, die betekenis heeft voor ons leven, en ons bestaan richting kan geven, kun je met recht ook pleiten voor het interpreterend lezen van de Schrift. De rituelen die het lezen omgeven, leggen de nadruk op het feit dat de heilige tekst wordt gelezen; de voordracht van de tekst betreft wat er gelezen wordt. Als je niet reciteert, maar 'gewoon' voorleest, is het sowieso moeilijk niet interpreterend te lezen. Daaruit mag je de logische consequentie trekken: kies er dan maar positief voor! De vraag wordt dan of je zo kunt voorgaan in het lectorschap dat je duidelijk maakt dat het om de Schrift gaat, en niet om jou als lector. Je mag niet voor de Schrift gaan staan.

Het woord van de Levende

In de liturgie spreekt de Schrift tot jou als lector, en jij, als eerste hoorder, geeft het door aan de andere hoorders. Het zijn dus niet jouw woorden, die je spreekt. Je spreekt als lector namens een Ander. Wanneer we verder ingaan op het voorlezen uit de Schrift, gaat het er niet om er een opvoering van te maken (want dan houd jij afstand), maar dat je als lezer een levende voorstelling van de schriftlezing hebt en dat je die kunt doorgeven en oproepen bij de hoorders.

'Niet kijken', hoor ik mezelf roepen wanneer de lector voor de zoveelste keer de aanwezigen aankijkt, lijkt aan te kijken, want hij kijkt niet echt. Het is niet de eerste keer in deze training dat ik dat vraag, en zeker niet de laatste. We moeten het afleren, dat zogenaamde kijken, die vreemde beweging die sommigen associëren met het lopen van een duif, waarbij dat kopje steeds weer naar voren en naar achteren gaat. Niet kijken, laat staan doen alsof. Beperk het aankijken van de medegelovigen tot de (rituele) aankondiging van de lezing en de (rituele) afsluiting ervan. Er ontstaat dan een nieuwe dynamiek: de lector kan zich volledig op de tekst concentreren, er komt rust rondom het boek en de lezer, die een eenheid vor-

men. Het woord spreekt immers op de eerste plaats tot de lezer, en die leent zijn/haar adem aan het woord. Het geschreven woord dat aanvankelijk mondeling werd doorgegeven, moet weer lichaam worden.

In die rust kan de lector zich ook concentreren op de beelden die de tekst oproept. Veel schriftteksten zijn beeldende teksten: je ziet Mozes in Refidim op een van de heuvels met gestrekte armen; je ziet een seraf met een brandend kooltje de lippen van Jesaja aanraken (Jesaja 6, 6). Wat we in de diverse trainingen merken, is dat de hoorders, als de lector een beeld heeft bij een fragment, ook een beeld krijgen. Natuurlijk zijn dat niet dezelfde beelden, maar de kleuring die de lector geeft, werkt (beeld)opwekkend. Misschien is het meest wezenlijke wat er gebeurt als de lector niet meer steeds de kerk in kijkt, dat de hoorders weer naar het woord toe worden getrokken. Het kijken naar de aanwezigen werkt verstrooiend; het louter laten klinken van de tekst werkt concentrerend. We worden getrokken naar de tafel van het woord, en niet meer verstrooid door de lector. Gaandeweg valt op dat naarmate de lector beter leest, we meer tijd nodig hebben tussen de zinnen en tussen de alinea's om de tekst binnen te laten komen en te verwerken. (Zie oefening 18.)

We gaan er hier van uit dat de lector leest en de gelovigen luisteren. Dat is niet vanzelfsprekend. In veel kerken leest de lector en zitten de aanwezigen mee te lezen in hun liturgieboekje of van hun blaadje. Je hoort onmiddellijk de onrust wanneer de lector iets anders leest dan er staat of een andere vertaling heeft, je hoort de blaadjes omgeslagen worden wanneer ongelukkigerwijze de schriftlezing op twee bladzijden is afgedrukt. In protestantse kerken hebben veel mensen hun bijbel bij zich, zoeken ze de schriftlezing even op en lezen ze mee. Het meelesen vanaf een blaadje, uit een liturgieboekje of uit de Bijbel vermindert de mogelijkheid dat de schriftlezing gebeurt, dat ze beelden in ons oproept en ons rechtstreeks raakt.

Lang niet alle schriftteksten zijn 'beeldverhalen'. In het bijzonder de brieven uit het Nieuwe Testament zijn eerder betogend dan verhalend. Ook daarin komen overigens verhalen voor, vallen ons beelden op (het lichaam, de wedstrijd, de aarde waarin we ondergaan enzovoort) en klinken liederen en hymnen en lofzangen.

Wanneer je als lector een betogende perikoop voorbereidt, is het raad-

zaam te letten op de structuur van de tekst, en vooral op de tegenstellingen in de tekst. In veel brieven van Paulus helpen woordparen je de tekst te structureren: eerste mens – tweede/laatste mens, uit de aarde – uit de hemel, vergankelijk – onvergankelijk, mens – God, leven – dood, slaaf – vrije, zwak – sterk, zichtbaar – onzichtbaar, oud – nieuw, kracht – zwakheid.

Wanneer je een schriftlezing voorbereidt, is het zaak de tekst in te delen in scènes. Je kunt daarbij letten op de eenheid van tijd, ruimte en handeling (handelende personen). Wanneer er een nieuwe dag aanbreekt of het avond wordt of ..., breekt er meestal een nieuw scène aan; wanneer de hoofdpersoon van buiten naar binnengaat, begint er een nieuwe scène; wanneer drie van vier mensen vertrekken, eindigt de scène. Vaak is het goed daar een korte stilte te houden; de luisteraars kunnen dan ook de scène afsluiten en de lezer kan hen dan meenemen naar de volgende akte. Ook innerlijke monologen (Hij overlegde bij zichzelf: ...) kun je onder zo'n scène rekenen.

Als in de schrifttekst personen sprekend worden opgevoerd – anders gezegd: als de handelende personen tekst hebben –, is het zaak je af te vragen welke emotie die tekst kan kleuren. Wat beweegt Jezus wanneer Hij in het evangelie volgens Lucas (17, 17-18) zegt: 'Zijn niet alle tien gereinigd? Waar zijn dan de negen anderen? Is er niemand teruggekeerd om aan God eer te brengen dan alleen deze vreemdeling?' Wanneer Jezus dit zegt, is Hij dan teleurgesteld, verbaasd, woedend, benieuwd, opgelucht? Vaak hoef je er als lezer alleen maar bij stil te staan wat de sprekende persoon beweegt, en het kleurt je tekst vanzelf. Een andere wijze om je voor te bereiden op het lezen van een verhaal is jezelf in die tekst te verplaatsen. Als je in het verhaal een of meer rollen speelt, krijg je vanzelf een sterkere betrokkenheid op de tekst, die, zonder dat je dat nog versterkt, de tekst kleurt. Je hoeft dan niet meer apart over emoties van de handelende personen na te denken: als ze niet komen, komen ze niet, of wellicht bij het gehoor.

Voor de meer technische kanten van het lezen uit de Schrift verwijzen we graag naar het boekje van Paul Oskamp, *Neem en lees* (Narratio 2001).

Waar de meeste lectoren nauwelijks gebruik van maken, is de klankrijkdom van de Nederlandse taal. Er zijn nogal wat woorden in het Nederlands die klankschilderend zijn: pruttelen, stotteren, bibberen. Ook ken-

nen we de onomatopée, de klanknabootsing: het getiktak van de klok, koekoek, sissen, pets en anderen. Als we daarop bedacht zijn, kunnen we sommige woorden ook laten gebeuren. Je kunt als lector de bedekking die over alle volkeren ligt (Jesaja 25, 8) echt laten scheuren door de /sch/-klank ook echt te laten klinken.

In de rooms-katholieke liturgie wordt over het algemeen gelezen uit het lectionarium, het perikopenboek. Je kunt je afvragen of daarmee onze keuze van de uitsneden (perikopen) uit de Schrift hoger wordt aangeslagen dan de Schrift zelf. Naast allerlei nadelen (soms wordt er wel erg veel weggesneden uit een fragment uit de Schrift) heeft het lectionarium ook een groot voordeel. De lezingen worden vaak in hun context gezet. In Lucas 18 staat in de Nieuwe Bijbelvertaling: 'Hij vertelde hun een gelijkenis ...' Het lectionarium meldt: 'In dit tijd leerde Jezus in een gelijkenis aan zijn leerlingen ...' Als je als lector uit de Bijbel leest, helpt het de hoorders in de eerste regels de optredende personen namen te geven en eventueel tijd en plaats aan te duiden. Soms echter gaat het ook even helemaal fout. In het lectionarium staat op de tweede zondag door het C-jaar: 'In die tijd was er een bruiloft te Kana in Galilea.' In de Nieuwe Bijbelvertaling staat bij Johannes 2: 'Op de derde dag was er een bruiloft ...' Die derde dag staat er in het evangelie niet voor niets; die roept altijd ook de opstanding op!

Aankondiging en afsluiting van de lezingen vragen een zo kort mogelijke formulering: liever geen inleiding waarin het onderscheid tussen onze woordjes en het Woord verduisterd wordt, liever ook geen omtrekkende bewegingen: 'Ik mag u vanmorgen voorlezen uit ...' Kort en zakelijk: 'Uit het boek Genesis', 'Uit het evangelie volgens Johannes' enzovoort. Over de afsluiting wordt divers gedacht. 'Tot zo ver deze lezing' is een regie-aanwijzing, taal die wel in een script thuishoort, maar niet in de 'uitvoering' zelf. 'Zo spreekt de Heer' is een rituele afsluiting, waarbij de gelezen tekst verkondigd wordt als Gods woord. Het is een vertaling van de woorden *Verbum Domini* waarmee in het Romeins missaal de schriftlezing wordt beëindigd. Als deze vertaling je misschien wat al te brutaal voorkomt, kun je ook kiezen voor het veel letterlijker 'Woord van de Levende', zoals het ook in andere talen klinkt. Dat is geen beschrijvende frase, maar

een die oproept en ruimte geeft. 'Woord van de Levende' kan betekenen: 'Moge dit het woord van de Levende worden.' Of er wordt ons iets aange-reikt: 'Hier, hoor, voor jou, het woord van de Levende.' Of het interpre-teert het ritueel van het lezen van de Schrift als het woord van de Heer, en niet de perikoop.

Je aan het woord houden

Aan de overweging wordt door veel pastores nogal wat aandacht besteed. Eraan vooraf gaan: exegese, doelgroepanalyse, zoeken naar rake formu-leringen, zorgvuldige tekstverzorging. Een probleem is dat de preek vaak de studeerkamer niet meer verlaat. Het plezier, het zoeken, de wanhoop en de opluchting, het engagement – al deze existentiële ervaringen blij-ven in de studeerkamer achter; de predikant leest haar tekst voor en be-leeft die niet meer. Anders gezegd: het gebeurteniskarakter van de preek is verdwenen, en de geschreven tekst blijft over. Bij navraag blijkt dat veel predikanten hun zorgvuldig geformuleerde tekst zelfs niet hardop voor-lezen voordat ze de preek houden. Zij horen niet zelf hoe de tekst klinkt. Ze merken niet welke zinnen te lang zijn, waar ze struikelen over bepaal-de woorden, waar ze moeten pauzeren of juist versnellen, waar ze moeten behagen of juist confronteren.

'... Een vrouw wordt opgenomen in het ziekenhuis. Wat een eenvoudige ingreep moest worden, loopt helemaal uit de hand. Er gaat van alles mis. Gevolg: een aan-tal zware operaties, een noodzakelijk verblijf op de intensive care, een pijnlijke boodschap en een langdurige herstelperiode. Haar leven zal nooit meer hetzelfde zijn. Zij krijgt het gevoel alsof alles haar uit handen is geslagen. Haar vertrouwen is op alle fronten geschaad, inclusief het godsvertrouwen. Ze is Hem toch trouw geweest? Waarom liet Hij haar nu zo in de steek? Waarom moest het zo ver-komen? Als pijn, teleurstelling en onzekerheid de boventoon voeren, is er meer ver-warring dan ruimte. Dan is er tijd nodig om een en ander te verwerken. Gods woord? Het zal wel, maar zij kan er niets mee. Het stoot eerder af. Wat heb ik eraan, denkt ze. Ik voel er niets van ...'

De pastor stond achter de ambo en sprak dit deel van de overweging uit, een voor-beeld uit haar eigen werkervaring in het ziekenhuis. Ze zei het vriendelijk, met be-

wogenheid en gesluierde stem. In de feedback zei iemand uit de oefengroep dat haar zachte stem niet klopte met de inhoud van het voorbeeld. Kun je de teleurstelling of de pijn laten meeklinken? Het woord 'geslagen' riep bij mij (de trainer) het beeld op van iemand die de ene klap na de andere in het gezicht krijgt: 'een aantal zwaardere operaties' – een klap in het gezicht; 'een noodzakelijk verblijf op de intensive care' – een klap in het gezicht; 'een pijnlijke boodschap' – een klap in het gezicht; 'een langdurige herstelperiode' – een klap; 'haar leven zal nooit meer hetzelfde zijn' – klap. Dit beeld sprak tot de verbeelding van de predikant, en de toehoorders voelden het lijden van deze vrouw toen ze het fragment nog een keer verhaalde.

De overweging is een gebeurtenis, zelfs als zij wordt voorgelezen. Soms komt de vraag op: hoe voorkom je dat het theateraal wordt, dat het een geïsoleerde gebeurtenis in de viering wordt? (Zou het daarmee te maken hebben dat binnen de protestante kerken veel dominees met de preek opnieuw beginnen, alsof de bijeenkomst opnieuw start: een min of meer formele groet, 'Gemeente van Christus', of 'Bemide zusters en broeders', of 'Beste mensen'?) Maar de overweging is een onderdeel van de dienst in zijn geheel. De gemeenschap gaat door met haar viering, die al begon vóór de overweging en ook na de overweging aan de gang blijft. En omdat de viering al aan de gang is, mag je als voorganger met de deur in huis vallen, beginnen met een verrassende zin. De overweging als gebeurtenis wil zeggen dat je inderdaad je ervaringen niet in de studeerkamer achterlaat, maar ze nu opnieuw ziet, hoort, ruikt, voelt.

De kracht van veel schriftverhalen is de beknoptheid ervan. Parabels, teken-/wonderverhalen voeren ons in weinig woorden een bepaalde situatie in, er vond een gesprek of een handeling plaats, we horen reacties en het verhaal is gebeurd. In veel preken worden de verhalen naverteld. Sommige mensen onder het gehoor voelen zich dan niet serieus genomen: ik heb dit toch net gehoord? Wanneer je het schriftverhaal opnieuw naar voren brengt, moet je als predikant goed weten waarom je dat doet, wat jouw wijze van vertellen toevoegt aan het schriftverhaal. Veel navertellingen halen het niet bij het origineel, omdat ze gesteld worden in de (voltooid) verleden tijd en in de indirecte rede. Daarmee communiceer je (on-

bewust) dat het gaat om een verhaal van lang geleden, waaraan wij direct geen deel meer hebben.

Verder wist Hij zich geroepen Gods koninkrijk te verkondigen. Een rijk waarin juist liefde, heelheid en verzoening centraal zullen staan.

En als teken en belofte van dat rijk genas Hij zieken en bracht Hij verzoening tussen God en mensen.

Hij at met zondaars en tollenaars.

Daarmee wilde Hij zeggen dat ook zij bij God mogen horen.

Dat is ook een reden waarom veel van Jezus' tijdgenoten op Hem afknaptten.

Dat Hij zomaar beweerde een speciale relatie met God te hebben.

En dat Hij zich inliet met allerlei mensen met wie je liever niet gezien wilt worden: de mensen die op school geen hoogvliegers zijn en niet aan onze morele standaarden voldoen.

En dan maar roepen dat je door God bent gestuurd.

Het is haast godslasterlijk, zo haal je God naar beneden.

Het middelste stukje gaat al heel anders klinken als je dat in de tegenwoordige tijd zet:

Dat is ook de reden waarom veel tijdgenoten op Jezus afknappen, dat hij zomaar beweert dat hij een speciale relatie met God heeft en dat hij zich inlaat met allerlei ...

Je kunt het ook directer zeggen:

Daarom knappen veel van de mensen om Hem heen op Hem af.

Hij beweert dat hij een speciale relatie met God heeft.

Hij laat zich in met allerlei mensen met wie ik niet gezien zou willen worden ...

Er zijn verschillende middelen om de aandacht te blijven trekken van de toehoorders. We zagen net hoe het gebruik van verleden tijd en tegenwoordige tijd werkt. Hetzelfde geldt voor directe en indirecte rede. Veel predikanten formuleren hun preek op hun studeerkamer. Dit kan tot gevolg hebben dat we een schrijftaal horen, geen spreektaal. Dat heeft vaak ook tot gevolg dat we te lange zinnen horen met ondergeschikte bijzin-

nen. Wanneer de preek uitgeschreven is, zullen we zelden onaffe zinnen horen, anakoloeten. Kortom, de toehoorders worden niet gestimuleerd om mee te formuleren. Zorgvuldig geformuleerde zinnen worden hun aangereikt. Onaffe formuleringen, aarzelend spreken, echte vragen stellen, zijn hulpmiddelen om de toehoorders tot deelgenoten te maken. Als de predikant alles ook nog in hetzelfde tempo leest, alsof ieder woord en ieder zinsdeel en iedere alinea even belangrijk is, als zij geen gebruik maakt van stilte en alles met hetzelfde volume voordraagt – dat is de dood in de pot, dan zal vrijwel niemand de hele preek horen.

In de training 'Voorgaan in de liturgie' klinkt vaak in aanvang de vraag naar het leren van gebaren, naar gebruik maken van mimiek. In de loop van de training worden de gebaren minder, wordt de mimiek rustiger, wordt het spel 'kleiner'. Gebaren maken is niet eenvoudig, maakt snel een overdreven indruk. Als we ons toeleggen op mimiek, wordt het vaak bek-kentrekkerij. Als de predikant voor zich ziet wat er gebeurt, als het actueel is wat hij vertelt, als de overweging een gebeurteniskarakter heeft, uit zich dat in heel de houding en vooral in de kleuring van de tekst en is dat vaak intens en voldoende.

De voorganger heet de familie, kennissen en anderen welkom bij de uitvaart van X. Ze doet dat op een uiterst innemende en contactuele wijze. Ze staat achter de lezenaar, maar houdt die niet vast. Ze is beweeglijk en kijkt rond, ook naar de mensen aan de zijkanten, ze gebaart. Dat maakt dat het onrustig wordt, dat we achteraf niet meer weten wat er gezegd is. Ik vraag aan pastor R. zichzelf vast te zetten, haar handen licht op de lezenaar te leggen, geen gebaren te maken, niet alle kanten uit te kijken, maar alleen de oprechte woorden uit te spreken. Het is moeilijk voor haar niet te bewegen, het voelt als onnatuurlijk aan, maar in deze oefensituatie is het de moeite waard het te proberen. Wat er gebeurt bij ons, toehoorders en toeschouwers, is dat de voorganger aan kracht wint. Haar ogen en mond worden letterlijk sprekender. Er is niets meer wat afleidt. Er gaat geen energie meer verloren in gebaar of beweging. Alle oprechte betrokkenheid horen we aan de stem en lezen we van het gezicht.

Het boek *Concreet en beeldend preken* van Paul Oskamp en Rudolf Geel (Coutinho, 1999) lees ik als een stevig, enthousiast en overtuigend pleidooi

voor verhalend preken. Het is niet de alleenzigmakende vorm, we hebben ook de betogende preek, maar ik heb de indruk dat het hart van de auteurs ligt bij narratieve communicatie. Aan de voordracht van de preek besteden de auteurs elf bladzijden. Zoals gezegd vraagt de schriftlezing een sobere voordracht; het is weliswaar belangrijk de beelden uit de lezing te visualiseren, maar de lector mag door gebaar of gezichtsuitdrukking niet tussen de Schrift en de hoorders in gaan staan. De lector bemiddelt, beeldt niet uit. De preek daarentegen is de tekst/het woord van de predikant. Daarbij kunnen mimiek en geste welsprekend zijn. De ogen worden niet voor niets de spiegels van de ziel genoemd; aan ogen kun je veel aflezen, en ogen kunnen niet liegen. Door te kijken, een moment te fixeren, kan de predikant de toehoorders helpen de preek letterlijk mee te maken. Wanneer de preek gaat over de vrouw die aan bloedverlies lijdt en zich wat verder in het verhaal voor Jezus neerwerpt (Marcus 5, 26-34) kan de predikant die vrouw met haar blik rechts of links voor zich zien en haar zo in de ruimte zetten. Bij een preek over het eerste hoofdstuk van het boekje Ruth sprak de predikant over de drie vrouwen – Noömi, Ruth en Opra –, hun verschillende ervaringen van dood en tegenslag, van trouw en eigen spoor, van verbondenheid en loslaten. De predikant had in zijn verbeelding deze drie vrouwen een plaats in de liturgische ruimte gegeven en keek in de ene richting wanneer hij sprak over Noömi, richtte zich op een andere plaats tot Opra, en op een derde plek kwam Ruth steeds meer tot leven. Kortom, door de aandachtige blik komt de persoon tot leven voor predikant én hoorders.

Er zijn natuurtalenten, vrouwen en mannen die een rol hebben in de liturgie en die deze rol op een volstrekt natuurlijke wijze vervullen. De meesten van ons hebben plankenkoorts, zijn zenuwachtig, slapen slecht voor de viering, hebben last van een of andere tik, glimlachen op de vreemdste momenten, maken nerveuze bewegingen of verstenen terwijl zij hun preek voorlezen, horen zichzelf praten, maar zitten er niet echt in. Voor veel voorgangers is de overweging het visitekaartje. In de reformatie is de preek behangen met veel en hoge en soms elkaar tegensprekende of uitsluitende eisen. Bij beginnende voorgangers kijken ook hun docenten, hun voorbeelden of hun voorgangers over hun schouder mee. Kortom, de spanning van de heilige plicht en de grote prestatie is er soms af te schep-

pen. (Vandaar de ontspannings- en ademhalingsoefeningen achter in dit boek.)

We waren bezig in de tweede helft van de cursus 'Parochianen gaan voor in de uitvaartliturgie', waarin het voorgaan in de overweging centraal stond. Hoe kom je van het gesprek met de nabestaanden tot een schriftlezing, en hoe kom je dan tot een overweging. De keer ervoor in de cursus had er een rollenspel plaatsgevonden waarin twee parochianen een broer en een zus bezochten na de dood van hun beider broer X. De rest van de groep had toegekeken en zo materiaal verzameld voor de gefingeerde uitvaart. De opdracht was voor ieder van de deelnemers: zoek bij deze (gespeelde) situatie een schrifttekst en maak een overweging. De feitelijke overwegingen werden op de cursusavonden gehouden en door allen van commentaar voorzien. Het commentaar betrof de inhoud van de overweging, de verwerking van het gesprek met de nabestaanden, de verwerking van de schriftperikoop, de presentatie, de geloofsverkondiging, het eigen geloof van degene die de overweging hield.

Maria was aan de beurt; ze stond achter de tafel. Ze was wat zenuwachtig; ze kleurde meer dan gewoon. Ze zette een lege stoel naast de tafel en in haar eerste zin keek ze ernaar, zei iets over de stoel van X in het zangkoor die nu leeg was. Ze ging verder met haar overweging en trachtte het blijkbaar uit haar hoofd te doen. Het was spannend. Ze zocht naar woorden, hakkelde soms. Na de overweging vroeg ik, zoals gebruikelijk, commentaar, en diverse mensen spraken hun bewondering uit voor het feit dat ze het had aangedurfd het uit haar hoofd te doen. Dat ging zo door, totdat ik op een gegeven ogenblik vroeg waar de overweging over ging. Toen werd het stil, heel stil. Niemand kon iets over de inhoud zeggen. Iedereen had zo meegeleefd met Maria's tour de force dat niemand zich met de inhoud had kunnen bezighouden. Ook ik had een knoop in mijn maag gekregen van de spanning of ze het einde zou halen. De empathie met de medecursist was zo groot dat we gingen meeleven met haar prestatie, en ons niet meer om de verkondiging van de christelijke boodschap hadden bekommerd.

Ruimte geven en eigen maken

Al eerder hebben we stilgestaan bij de invloed die het gebouw heeft op de mensen die bij elkaar komen om te vieren, inclusief de voorgangers. Ook

de inrichting van de ruimte bepaalt mede onze handel en wandel. Ook het feit dat we op zondagmorgen (of zaterdagavond) bij elkaar komen, stemt ons af op de geijkte orde van dienst. We komen samen in een gebouw dat we kennen, op een vast moment, en we weten ongeveer wat we te verwachten hebben. Dat ritme van min of meer vaste rituelen en vertrouwde formules maakt het mogelijk ons toe te vertrouwen aan God, voorganger en elkaar. Juist binnen dat vaste stramien zijn verrassingen mogelijk: woorden die leven wekken, een gebaar dat je raakt. Blijkbaar zitten veel mensen zo in elkaar dat ze pas opengaan als er voldoende vertrouwde elementen zijn.

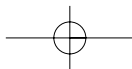
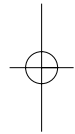
Zoals we eerder zagen, heeft de lezing uit het heilige boek ook een sterk ritueel karakter. Het woord Gods wordt omgegeven met eerbetoon. Je zou kunnen denken dat het ritueel een concreet verstaan van de Schrift soms in de weg staat. Je merkt dat wanneer je hetzelfde verhaal in een andere omgeving leest, wanneer je het op een ander moment leest of met andere mensen.

In de training 'Voorgaan in de liturgie' is er een moment waarop iedere deelnemer (m/v) een eigen bijbels roepingsverhaal vertelt. Dat kan op verschillende manieren: je kunt de perikoop voorlezen uit de Bijbel, je kunt haar navertellen, je kunt haar in de ik-vorm laten klinken (en er zijn nog veel meer manieren). In de ruimte waar we trainen, moet ieder dan ook een eigen plaats zoeken: de ambo heeft een ander karakter dan de verlaagde achthoek rondom de doopvont, de lagere galerijen kennen een andere sfeer dan de zijkapel, het altaar roept andere associaties dan ...

Gerard had Jeremia 20, 7-13 uitgekozen. Hij nam ons mee naar een plek in de galerij rondom de kerkzaal, door bogen ermee verbonden. Het was schemerig, we stonden om hem heen, hij was kwetsbaar en gebogen, en zijn woorden klonken aanvankelijk onzeker en fluisterend. Wij hadden met hem te doen; we waren zijn vrienden. Maar misschien waren we zijn vrienden niet meer. Hij vertelde dat zijn vrienden op zijn ondergang belust waren.

Iedereen was onder de indruk van zijn verhaal, van de verdrukking die er uit klonk, van de wanhoop, van de bevlogenheid desondanks, van het verwijt aan de Eeuwige en het vertrouwen op de Eeuwige. Toen ik de tekst in de Bijbel nalas, was ik verbijsterd. Terwijl Gerard naar mijn ervaren er helemaal zijn verhaal van had

gemaakt, bleek dat hij vrijwel geen woord had veranderd. Alleen één inleidend zinnetje: 'Ik kom uit de kerker, ik kan niet meer.'



6 Het spel van geven en ontvangen

Alles op het spel zetten

Een verhelderende wijze om naar liturgie te kijken is die onder het aspect van het spel van geven en ontvangen. In de christelijke liturgie zetten wij onszelf op het spel. Dat is overigens niet uniek aan de christelijke liturgie, we doen dat ook in allerlei andere vormen van rituelen. Sterker nog: er zijn geen rituelen zonder mensen. We doen mee, we bewegen, we maken gebaren, we geven woorden onze adem, we zien en ruiken en horen en spreken en tasten. Kortom, juist in onze lijfelijke worden wij deelnemer aan het ritueel. (Oefening 16 richt zich op de adem, op het verlangen en overgave.)

We hebben dat al vastgesteld in het hoofdstuk 'Aanwezig zijn'. In de liturgie brengen wij als deelnemer onszelf in, zetten we onszelf op het spel, in de hoop er veranderd (gelouterd, bemoedigd, veranderd, verlost, gesterkt, verzoend) uit te komen.

In de klassieke liturgie zijn veel gebaren die de gelovige daarbij helpen. Wanneer je naar de liturgie in een gotische of neogotische kerk gaat, zul je, voordat je de kerk betreedt, al heel wat traptreden zijn gegaan en ben je al 'bewerkt' door het klokgelui. De beweging die je maakt, is gericht naar omhoog (de hemel) en naar voren (het hoofdaltaar). Je passeert het wijwaterbakje/bekken en bekruist je met het water als herinnering aan je doop ('Wie zijn leven geeft, zal het vinden'). Je loopt naar voren en zoekt lijfelijke een verhouding met het heilige dat vooraan gestalte krijgt; intuïtief bepaal je de afstand die je nodig hebt om de Heilige nabij te zijn, maar je er niet aan te branden. Immers, de Heilige trekt je aan, maar is ook vreeswekkend (*mysterium tremendum et fascinans*). Wanneer je die verhouding hebt gevonden, breng je eer aan God door te knielen en je gaat de bank in.

Deze wijze van binnentreden in de liturgische ruimte is lang niet de enige wijze om binnen te gaan. Er zijn ook andere – minder sterk geritualiseer-

de? – omgangsregelingen met de Heilige en de medegelovigen (koffie-
drinken, even bijpraten, kaarsje bij Maria aansteken ...).

Processies

De klassieke eucharistie wordt onder meer gestructureerd door drie grote bewegingen van achteren naar voren, van buiten naar binnen. In het begin van de viering komt een aantal deelnemers aan de viering naar voren. Als deze processie wordt gehouden, zijn het vaak de acolieten/misdienaars, de lector (de diaken) en de priester, die eraan meedoen. Kruis en lectionarium worden feestelijk binnengebracht, en ondertussen klinkt een gezang. Er zijn vormen denkbaar waarin ook de cantorij en zelfs alle gelovigen in processie binnengaan. Zo gaan in veel kerken met Pasen, na het aansteken en zegenen van het vuur buiten, het ontsteken van de paaskaars en het doorgeven van het licht, allen samen naar binnen. Die beweging van het naar binnen gaan van heel de gemeenschap kan misschien vaker gemaakt worden. Op dat moment maak je duidelijk dat je je met lijf en leden, met hart en ziel inzet. Overigens doe je dat ook al op een minder uitdrukkelijke manier door te gaan staan wanneer de voorgangers binnenkomen en door te delen in de zang.

Het spel van geven en ontvangen kunnen we ook herkennen in het gebed. Alle drie de processies (we komen de andere nog tegen) worden afgesloten met gebed. We zijn geneigd te denken dat de voorganger voor ons bidt, maar dat klopt niet; althans, dat is niet volledig. De voorganger roept ons (die nog altijd staan volgens het Romeins missaal) op tot gebed. Wij allen bidden dan, schenken onze individuele en persoonlijke gebeden aan God. Aan het eind van het gebed, dat tot nu toe stil gebeden wordt, verzamelt de voorganger al onze gebeden, vat ze samen en brengt ze voor God. Wij stemmen ten slotte in met 'Amen'. Zo schenken wij onze aandacht en ons gebed, dat wordt ontvangen door de voorganger, die het ons in zijn/haar gebed teruggeeft en voor God brengt, waarop wij acclameren.

Dienst van het woord

In de dienst van het woord speelt het spel van geven en ontvangen en vice versa ook een rol. Wij schenken onze aandacht aan de schriftlezing en wij hopen een woord van leven te ontvangen; wij stemmen in met een acclamatie en hopen een glimp te ontvangen van het rijk Gods; wij lenen ons oor en hopen levenswijsheid te ontvangen. We erkennen onze verstoktheid en hopen door God geopend te worden.

voorzang *Open mij, lees mij,
breek mijn zegels,
dat ik niet gesloten blijf,
tevergeefs geschreven.*

volk *Open mij, wek mij,
roep de dag uit,
dat ik opsta uit de slaap
en het licht verwelkom.*

allen *Neem mij, lees mij,
geef mij adem,
en een lied klinkt als kristal,
helder Woord ten leven.*

tekst: Andries Govaart, muziek: Herman Rouw;
Hoor onze stem, Heeswijk 2005

Een kort lied, gezongen aan het begin van de dienst van het woord. Het speelt met het beeld van de boekrol uit de openbaring van Johannes. Wanneer je dit lied zingt, weet je niet of je het zingt over jezelf, of dat we hier de Schrift horen die vraagt geopend, gelezen, gedaan te worden. Het christelijk geloof beschouwt de Schrift als voedsel. Het is niet alleen het levende woord (Gods woord, geïncarneerd in een mens), maar ook een woord ten leven: het woord dat ons leven geeft. Sommige beelden verwijzen daarnaar, bijvoorbeeld Ezechiël 2, 10 - 3, 3 en Openbaring 10, 10.

Zoet is uw woord in de mond,
het voedt ons en wekt onrust
toddát geen klacht meer klinkt
en allen verzadigd zijn.

tekst: Andries Govaart, muziek: Jetty Podt; Rita Hoeve en Barbara
Leijnse (redactie), Zingenderwijs, Kampen 2005

De constitutie over de heilige liturgie van het Tweede Vaticaans Concilie spreekt over de tafel van Gods woord en beschouwt zo ook de Schrift als voedsel dat wij ontvangen. Ook hier is God zelf de gastheer, niet de lector, de diaken, de priester of predikant.

Een rijzige man richt zich op van zijn stoel, staat een fractie van een moment stil en loopt in alle rust naar de ambo. Hij gaat er staan, voor de stevigheid de benen ietwat uit elkaar, en pakt met beide handen de zijkanten van de ambo beet. Hij leest uit het lectionarium; hij leest goed en verstaanbaar. We zitten in een training, en het is gebruikelijk elkaar commentaar te geven. De deelnemers trachten onderscheid te maken tussen wat ze hebben gezien en wat het met hen doet. 'Je maakt je meester van de Schrift', zegt iemand in reactie op zijn lezen. 'Het lijkt om jou te gaan, en niet om Gods woord.' De rijzige man lijkt een moment ineen te krimpen, maar hernoemt zich en zegt: 'Ik was tenminste verstaanbaar.'

Hier wordt het spel van geven en ontvangen en ontvangen en (door)geven doorbroken. Maar is dat aan te wijzen? Kun je dat betrappen? Ik denk aan de manier waarop een kind een cadeautje aanneemt. Het kind kan het de geefster ongeveer uit de handen rukken en zich erover buigen, als het ware om het cadeau te beschermen tegen anderen, en het papier er omheen rats, rats wegscheuren. Het kind kan ook het presentje ontvangen, niet met uitgestrekte en grijpende handen, maar met open handen, en het de aanwezigen nog in de verpakking tonen en het met aandacht uitpakken. De bovengenoemde lector doet en leest zo correct, maar ook zo massief, dat we niet meer ervaren dat hij het woord om niet ontvangt en het doorgeeft aan ons, dat wij het met graagte ontvangen en onze dank teruggeven, niet aan hem, wil ik er nu aan toevoegen, maar aan degene die ons het woord gegeven heeft.

Tegenover het spel van geven en nemen staat de ervaring: voor wat hoort wat, niks voor niks, en meer van zulke Nederlandse koopliedenwijsheid. Velen van ons kunnen zich nauwelijks voorstellen dat je iets zomaar krijgt, dat je een gift om niet ontvangt. Er zijn ook velen die de giften die zij ontvangen, als hun recht beschouwen. We hebben moeite met het aanvaarden van iets als een gift zonder dat er iets anders tegenover staat dan die gift te ontvangen. Maar leven vanuit de gave, vanuit het besef dat wij ons leven ontvangen, en dat wij ons leven ook zomaar kunnen geven, is de bedding van het christelijk geloof. Zo belijden wij in ons christelijke geloven dat God zomaar zijn genadegaven aan ons schenkt. Binnen de reformatie is het besef levend gebleven – mede in reactie op middeleeuwse katholieke wantoestanden waarin de kerk de genadegaven voor geld en goed bemiddelde – dat God niet te verbidden is, dat wij God niet mogen manipuleren, zelfs niet met onze offergaven. Ook Franciscus leert ons dat wij, die alles ontvangen hebben, niets te geven hebben – maar ook dat wij God kunnen en moeten teruggeven wat wij ontvangen hebben. Er is dus een diep verband tussen het offer en het teruggeven aan God van wat wij van God ontvangen hebben. God heeft ons het leven en het heil om niet geschonken, en wij hebben dat ook om niet terug te geven, bijvoorbeeld door er zichtbaar van te genieten. In de liturgie geldt dus wel: ‘alles voor niks’. Hij die alles uit niets geschapen heeft, geeft ons ook nu alles voor niks.

In het spel van geven en nemen kunnen wij geen recht laten gelden op iets wat we verdiend zouden hebben. Het spel zelf moet voldoende zijn.

Jesaja 55,1-3

¹ Hierheen! Hier is water,
voor ieder die dorst heeft.
Kom, ook al heb je geen geld.
Koop hier je voedsel en eet.
Kom, koop voedsel zonder geld,
koop wijn en melk zonder betaling.

² Waarom geld betalen voor iets dat geen brood is,
je loon besteden aan wat niet verzadigen kan.
Luister aandachtig naar mij

en je zult ruimschoots te eten hebben
en genieten van een overvloedig maal.
³ Leen mij je oor en kom bij mij,
luister en je zult leven.
Ik sluit met jullie een eeuwigdurend verbond,
als bevestiging voor mijn liefde voor David.

Soms heb je niet alleen een welwillende instelling nodig, maar ook lef.
Erwin oefent in lezen, in stemgebruik. De bovenstaande lezing heeft hij voorbereid, en hij klinkt goed, is verstaanbaar; de Schrift wordt rustig gelezen. Ik vraag hem of hij wel eens zo'n marktkoopman heeft gezien die het echt moet hebben van de toevallige klanten, die van passanten klanten moet maken. Zo'n marktkoopman die je naar zijn kraam roept en lokt: daar is iets aan hand, daar kun je iets bijzonders krijgen.

'Wil je dat doen,' vraag ik, 'koopman worden van voedsel en drank zonder betaling?' Hij wil het, en de anderen van de oefengroep gaan halverwege de kerk staan en komen naar voren als we gelokt worden en blijven staan als de koopman ons koud laat.

Aanvankelijk durft Erwin niet. Ik moet hem nog een keer uitdrukkelijk zeggen dat we aan het experimenteren zijn en dat hij 's zondags niet zo hoeft te lezen. Maar iets later krijgt hij de smaak te pakken en klinkt hij als een klok. Ieder krijgt het gevoel: daar is iets te halen! Wanneer we nu vers 3 horen, zegt een van de toehoorders: 'God vent hier zijn genade uit!'

Achteraf besef ik dat met lef en beeldend lezen ook een vorm van exegese is. Pas in het beeldend lezen werd duidelijk dat er een vergelijking werd gemaakt tussen een marktkoopman en God, dat de marktkoopman een vreemde vogel was die alles voor niets aanbood, en dat God ook zo'n vreemde vogel is die zijn genade om niet uitvent.

Geef wat je bent en ontvang wat je zult zijn

De collecte is het verzamelen van de gaven. Als we iets geven, geven wij iets van onszelf, misschien wel onszelf. Je kunt zo'n collecte banaliseren door ermee om te gaan alsof het de entreprijs voor de voorstelling is. Je kunt de collecte ook banaliseren door haar louter te bestemmen voor de

eigen parochie/gemeente. In de collecte delen de gelovigen in het aanbrenge van de gaven waarvan brood en wijn apart worden genomen en die na de viering door de diakenen worden verdeeld onder de afwezigen. Geld en goederen worden verdeeld onder de weduwen en wezen en behoeftigen. Zo beschrijft Justinus in zijn eerste apologie de liturgie halverwege de tweede eeuw. Zo kunnen we het nog altijd zien gebeuren. De tweede grote processie is het aanbrenge van de gaven.

Het was in Golega, een dorpje in Portugal, dat we 's zondags naar de kerk gingen. Het is altijd een verrassing. Je weet niet wat je te wachten staat in een vreemde kerk, en soms blijft die kerk vreemd en ga je na een klein uur onaangedaan weg. Een andere keer weet je je opgenomen tussen de mensen en worden ze medespelers voor Gods aangezicht. Na de preek wordt de collecte gehouden. Zes in het zwart geklede vrouwen van verschillende leeftijden gaan rond met de schalen. Ze wachten op elkaar achter in de kerk en komen dan, gezamenlijk, de schalen voor zich, naar voren. Ze gaan het priesterkoor op en scharen zich met onze gaven om het altaar. De priester zet een gebed in en heft brood en wijn op; de vrouwen om het altaar heffen onze gaven omhoog en dragen ze zo op. Misschien is er gezegd voor wie die gaven waren, misschien is er een diaconaal project genoemd – ik versta geen Portugees. Wat ik wel begrijp, is dat in deze kerk de collecte serieus wordt genomen en dat de vrouwen (weduwen?) die de collecte verzorgen, zichtbaar zijn rondom het altaar. Wat gedemonstreerd wordt, is dat de collecte en brood en wijn bij elkaar horen, en dat zonder onze diaconale zorg brood en wijn geen body krijgen.

Steeds vaker zie ik dat de gaven van brood en wijn bij de ingang van de kerk staan; je komt erlangs wanneer je binnenkomt. Ze staan op de grens tussen buiten en binnen, ze zijn beeld van onze gaven die we hebben meegenomen en worden met de collecte mee naar voren gebracht, in processie onder gezang.

Er zijn andere wijzen om de collecte vorm te geven. Op de zondag van het penningske van de weduwe brachten de aanwezigen hun gaven naar voren en deponeerden ze die in een bus die voor het altaar stond. Daarmee wordt je offergang een bewustere act en weet je misschien ook een volgende keer weer wat dat betekent, de collecte.

Als we de collecte beschouwen als de deelname van de gelovigen aan de gaven van brood en beker, wat is dan de collecte in de niet-eucharistische

viering, in een woorddienst, in een gebedsdienst, in een communieviering? Ook daar worden gaven verzameld, maar ze worden niet verbonden met brood en beker, niet verbonden met de offerande, waarin we bidden dat God ons in deze gaven aanvaardt.

Soms krijg ik er bijna ruzie over met mijn priestercollega's, die het brood breken onder de instellingswoorden, de schaal met brood en later de beker wijn omhoog heffen en die tonen aan den volke alsof het de Johan Cruyff-schaal is, alsof ze gewonnen hebben en de gelovigen in gejuich moeten losbarsten. 'Waarom breek je het brood bij de instellingswoorden?' 'Ja, dat ben ik zo gewend.' 'Maar juist in het eucharistisch gebed ben je aan het bidden, niet Jezus aan het spelen', roep ik dan, wat ongenueanceerd. Niet Jezus spelen, maar ruimte maken voor Jezus om hier en nu in jou te zijn (en te spelen!).

Het is boeiend de rubrieken (dat wat rood [ruber] afgedrukt staat, de regieaanwijzingen) in het Altaarmissaal te lezen:

91 In de nu volgende teksten worden de woorden des Heren, overeenkomstig hun aard, helder en duidelijk uitgesproken.

Die op de avond voor zijn lijden en dood

Hij neemt het brood, heft het een weinig op en zegt:

het brood in zijn handen heeft genomen,

Hij richt de blik omhoog.

en zijn ogen opgeslagen heeft
naar U, God, zijn almachtige Vader,
de zegen uitgesproken heeft,
het brood gebroken
en aan zijn leerlingen gegeven met de woorden:

Hij buigt een weinig voorover.

Neemt en eet hiervan, gij allen,
want dit mijn lichaam,
dat voor u gegeven wordt.

Hij toont de geconsacreerde hostie aan het volk,
legt haar weer op de pateen en maakt een kniebuiging.
92 Daarna vervolgt hij: ...

Het is boeiend, omdat in het gebed deels Jezus door de priester wordt geïmiteerd (nemen en de blik omhoog richten) en deels de priester louter voorganger in gebed is (hij breekt het brood niet en buigt bij de instellingswoorden een weinig voorover, zodat de priester zich de woorden van Jezus niet toe-eigent, maar er juist ruimte voor schept. In de rituele regie van het verhaal over het laatste avondmaal binnen het eucharistisch gebed bestaat een spanning tussen de priester als voorganger in gebed en de priester als *alter Christus*. Aan de ene kant is het de kunst je als priester weg te cijferen (lichte buiging, geen broodbreking), aan de andere kant stelt de priester Christus tegenwoordig. Als je als priester het instellingsverhaal in zijn geheel gaat naspelen, bid je niet meer en is er ook geen ruimte meer voor de gelovigen om zich in het gebed in te voegen. Het eucharistisch gebed wordt dan bezet gebied.

Het *Agnus dei* (Lam Gods) is een begeleidingszang bij het breken van het brood. Het brood, het lichaam van Christus, wordt gebroken. Wat betekent dit gebaar? Hoe betekenen de woorden dit gebaar? Er is één niveau dat we allemaal verstaan: wil brood gedeeld kunnen worden, dan moet het worden gebroken. Maar we zingen over het lam dat de zonde van de wereld wegneemt. In zijn gebrokenheid is Jezus het lam (het Pascha-lam, dat zonder gebreken moest zijn) dat onze zonden draagt, wegdraagt, wegneemt. Het gaat dus niet om de ongebroken mens Jezus, het gaat om de Jezus die het lijden op zich heeft genomen als uiterste consequentie van zijn levenskeuzen. Juist in deze act doorbreekt hij de ban van de zonden. We breken het brood en zingen over de verlossende zelfgave van Jezus. Dat gebroken en helende, heilige brood delen we met elkaar.

In het spel van geven en ontvangen hebben we onze gaven gebracht. De voorganger heeft er het zegengebed over uitgesproken. Hij heeft ze toe-

gewijd aan de Eeuwige, niet om God af te kopen, goed te stemmen, maar om weer te weten van wie wij onze gaven hebben ontvangen. In de communie ontvangen wij terug wat wij hebben gegeven. Hetzelfde? Het lijkt hetzelfde, maar het is het lichaam van Christus. Natuurlijk is het niet hetzelfde: ons brood, onze beker wijn hebben wij gegeven. Met het feit dat je iets geeft, iets toewijdt, is het al niet meer hetzelfde ding. En als we er vervolgens over bidden, als we er de Geest over afsmecken, zijn deze dingen wezenlijk veranderd. Hoe precies? Geen idee, maar lees Augustinus, die in een preek zegt: 'Ontvang wie ge zijt en word wie ge ontvangt: lichaam van Christus.' En zing de sacramentshymne van Thomas van Aquino:

*Tasten, zien en smaken schieten toch tekort,
als 't geloof door horen niet bevestigd wordt.
Ik geloof de woorden van Gods grote Zoon,
nimmer is er waarheid ooit zo waar en schoon*

Adoro te devote latens veritas (vertaling J.W. Schulte Nordholt)

In de derde processie gaan de gelovigen ter communie. Ze ontvangen wat ze gegeven hebben, maar dat klopt niet: tasten, zien en smaken schieten toch tekort. Augustinus verbindt twee betekenissen van het rijke beeld van het lichaam van Christus. Een eerste betekenis is die van het heilige brood, een tweede betekenis is de verzameling van ledematen. De gelovigen samen vormen het lichaam van Christus.

Wanneer je een paar dagen te gast bent bij de zusters clarissen in Megen, is het zeer waarschijnlijk dat je soep eet met het afval van de hosties. Hosties worden gemaakt van water en tarwemeel, zonder gist. Ze worden gestanst uit langwerpige bladen van dit mengsel, en wat over is, gaat in de soep of naar de kippen. Dat er geen gist wordt gebruikt, gaat terug op het joodse ongedesemde brood dat wordt gegeten op de avond van Pesach. In de oosterse kerken wordt ongedesemd brood gebruikt dat die morgen is gebakken. Daar proef je het brood. Het gebruik van kleine witte hosties heeft als groot nadeel dat ze niet gebroken worden; daarmee beklemtonen ze de individuele communiegang. Bovendien zijn ze niet meer herkenbaar als brood. Er wordt, ook van officiële kerkelijke zijde, voor ge-

pleit grote hosties te gebruiken, eerder bruine en dikkere hosties dan bleke witte. Heeft men in de rooms-katholieke kerk afgezien van echt brood omdat de neutrale hosties meer ruimte geven voor diverse betekenissen: brood, lichaam en bloed van Christus, offer (*hostia* betekent offer)? De nuchtere omgang met het hostieafval van de zusters in Megen maakt duidelijk dat deze materie op zichzelf geen aparte eer behoeft. De hosties worden pas geheiligd in de viering door woord en gebaar en heilige Geest.

Op welke wijze ontvangen de gelovigen brood en wijn in de viering? De huidige rooms-katholieke wijze is dat de gelovigen in een rij gaan staan en dat de voorganger en/of de communieassistenten het brood en de beker uitdelen. De vorm van de communiegang doet eerder denken aan de gang naar een afhaalcentrum dan aan een gezamenlijke maaltijd. Je associeert een en ander eerder met persoonlijk heil dan met het delen in één lichaam. Als we ons realiseren dat het een processie is, en niet een individuele gang, zullen we gaan zoeken naar een passende processiezang, naar een psalm (de klassieke *communio*) of naar een andere vorm waarin de processiegangers een kort refrein kunnen meezingen. Binnen sommige protestante kringen is men gewend aan tafels te gaan zitten en zo brood en beker tot zich te nemen. Vroeger gingen de gelovigen ook naar voren en knielden in ploegen in de communiebanken om samen de communie (*communis* betekent gemeenschappelijk) te ontvangen. Zo kreeg het gezamenlijke element gestalte. In een andere vorm, die mogelijk is in kleinere groepen, verzamelt men zich aan het begin de dienst van de tafel (of later, bij het begin van de communieritus) om het altaar/de tafel en gaan brood en beker rond. Soms reikt daarbij de een de ander brood en beker toe, soms ook neemt ieder zelf, en soms gaat de voorganger de kring rond. Wanneer je met elkaar over de vormgeving van de communie nadenkt, is het goed te beseffen dat iedere vorm zijn eigen symboliek in zich draagt, en dat je er niet alleen over moet praten, maar het ook in de concrete ruimte moet doen, moet proberen. En liefst niet één keer, maar verschillende malen.

Volgen het Romeins missaal gaat de priester als eerste ter communie. Hij doet dit niet omdat hij onbescheiden is, of omdat hij het voor het zeggen heeft, maar hij gaat ons voor in het ontvangen, hij gaat ons voor in gast

zijn aan de tafel van de Levende, hij gaat ons voor in het 'gevaarlijke' gebaar van je leven geven en ontvangen, gebroken worden om te helen.

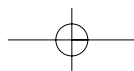
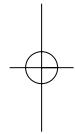
In een training zei een deelnemende priester dat hij dit een ongelukkige Romeinse regie vond. Ja, hij wist wel wat er achter stak. Dat hij als handelend gastheer op dit gelukkige moment ontvangende gast was, maar wie ziet dat? Anderen vonden het inderdaad een mooi idee, maar niemand had die officiële uitleg ooit gehoord of begrepen. Blijkbaar werd dit gebaar niet opgepikt, niet geïnterpreteerd zoals het bedoeld was. Dus toch maar als laatste communiceren, zoals een moeder zichzelf als laatste opschept. Suzanne kwam met het idee de kleinste misdienaar de communie aan de priester toe te laten reiken. Deze ontvangt dan de communie, neemt hem niet zelf, en reikt de communie daarna aan de andere gelovigen. Zo'n klein jongetje of meisje, daar hadden anderen wat moeite mee ('praktisch te klein voor het grote altaar', 'het wordt geklungel', 'te sentimenteel'), maar dat de priester de communie aangereikt krijgt, maakte het oorspronkelijk idee van het Romeins missaal wel duidelijk.

Vanouds is er stilte na de communie. De voorganger (en acolieten) ruimen de tafel leeg en gaan zitten. Deze stilte is de ruimte om na de communie van brood en beker ontvankelijk te worden voor de ontmoeting met de Levende. In de Stadsgehoorzaal valt na een indrukwekkend of meeslepend muziekstuk een stilte. Deze stilte duurt langer naarmate er bij de luisteraars meer gebeurd is. Het is de tijd die het publiek nodig heeft om de indrukken echt binnen te laten komen. En pas na deze stilte barst het applaus los, reageren we op wat we gehoord hebben, wat er met ons gebeurd is. Als we tijdens de communicatie hebben gezongen, hoeft er na de communie niet meer gezongen te worden. Er is ruimte om te wegen wat ontvangen is. Je kunt het ook vergelijken met het lezen van tekst: je leest de woorden en de zinnen, de tekst komt binnen, maar pas wanneer je in de rust van je boek wegstapt en overweegt wat er tussen jou en de tekst plaatsvindt, komt de tekst pas echt binnen, in jou en geen ander.

*Gij wacht op ons totdat wij opengaan voor U.
Wij wachten op uw woord dat ons ontvankelijk maakt.
Stem ons af op uw stem, op uw stilte.*

Huub Oosterhuis, *Verzameld liedboek*, Kampen 2004

Wat geldt voor de stilte, geldt misschien ook voor de ruimte. Bijzondere momenten, ervaringen die raken aan het heilige, hebben ook ruimte nodig. Liefst onbetekende ruimte, ruimte om in of bij te verwijlen, ruimte om niet.



7 Zegenen

Teken dit uur van ons leven,
teken dit uur met uw hand,
teken dit uur van ons leven met uw hand.

Maak ons tot teken van leven uit uw hand

Openingszang en slotzang van een viering;
tekst: Andries Govaart, muziek: Joep Stappers;
Voor het leven getekend, Baarn 1995

Alle zegen komt van boven ... en keert daarheen terug

Wat is dat eigenlijk, zegenen? Het Nederlandse woord 'zegen' komt van het Latijnse *signum*, en dat betekent teken, bewijs. In het christelijk Latijn is de betekenis uitgebreid met wonder. *Signare* is je handtekening zetten. Het Latijn zelf gebruikt voor zegen het woord *benedictio*; dat komt van *benedicere*, letterlijk: zeggen dat het goed is, groot spreken, lofprijzen.

Velen van ons associëren zegenen met de zegen die de priester ons geeft aan het einde van de viering ('God zegene u' of andere woorden) of met de zegen die de niet-ambtelijke voorganger afsmeekt ('Moge God ons zegenen' of andere bewoordingen). Kortom: wij, mensen, vragen God de zegen. Wij bevestigen de relatie met God en vragen om heilzame nabijheid.

Als we kijken naar de joodse traditie, zien we dat de zegeningen, *berachot* genaamd, letterlijk een andere richting uit gaan. Daar zegent de mens God om zijn weldaden; zegeningen zijn altijd lofprijzingen. Ook hier wordt de relatie tussen God en mens bevestigd, en wel omwille van Gods schepping, ons toevertrouwd om te beheren, en omwille van Gods wet die ons geschonken is om te doen.

Toen ik op Palmzondag binnenkwam in onze parochiekerk, werd me een palmtakje aangereikt. Ik schoof de bank in, bleef op de hoek zitten en legde het takje weg. De priester en de misdienaars kwamen van achter naar voren, maar verder

was er geen grote intocht. Na de preek vroeg de voorganger ons te gaan staan en het palmtakje in de hand te nemen. Hij sprak een zegen uit. Het was geen zegen over de takjes, maar hij zegende God om de palmtakken, om het licht, om het groen, om de mensen die deze palmtakken ontvangen. Hij sloot de lofzang af door ons, inclusief de palmtakjes, met wijwater te zegenen. Daarna kwamen – we hadden de onrust al gevoeld en het geroezemoes al gehoord – vele kinderen met hun palmpaasstok van achteren naar voren, en sloegen voor het altaar linksaf en gingen door het linker zijpad naar achteren en door het rechterzijpad weer naar voren. Ze kwamen me allemaal voorbij: een kleine hummel, nauwelijks drie, met een prachtige palmpaasstok en heel ernstig kijkend, een jongen van tien met een hand in de zak en in de andere een kale palmpaas met alleen een broodhaantje erop geprikt, twee kinderen die om het hardst streden wie op het smalle pad voorop mocht lopen; de ene palmpaas getuigde van de creativiteit van het ouderlijk huis, de andere van een ontluikend kindertalent. De processie werd begeleid door psalm 24: ‘Poorten, heft uw hoofden omhoog, hier komt de Eeuwige.’ Blijkbaar was dit de grote intocht.

Toen ik na het tafelgebed en het Onze Vader werd uitgenodigd ter communie te gaan, merkte ik dat ik mijn palmtakje wel mee moest nemen. Ik kon het niet laten liggen en ontving ‘ons Heer’ met een palmtak in de hand. Of was deze processie de grote intocht?

Door met het palmtakje rechtop te staan en God te lofprijzen, door samen gezegend te worden, worden we geheeld; en wanneer we later de kinderen met hun palmpaasstokken (hun palmtakken) langs zien komen, trekken we met hen op, Jeruzalem in, en zingen we psalmen. Het palmtakje en ik zijn verbonden met elkaar. Ik merk dat ik het takje niet zomaar in de kerkbank kan laten liggen wanneer ik ter communie ga; het palmtakje en ik zijn op elkaar betrokken. Pas later begrijp ik dat ik met het palmtakje de Heer (de communie) in mijn huis (lichaam) ontvang, zoals de kinderen van Jeruzalem Jezus op de ezel hebben ontvangen. Ik besef dat ik ook door mijn religieuze socialisatie gevoelig ben geworden voor dit soort momenten. In concreto gingen wij vroeger bij ons thuis na de mis op Palmzondag zingend door het huis om in iedere kamer een nieuw groen takje achter het kruis te doen.

In het boek *In het licht van zijn aangezicht* betoogt Abraham Heschel dat er geen losse symbolen zijn die ons kunnen verbinden met God. Het zijn niet de voorwerpen, die symbool zijn, maar het enige symbool van God is de mens. 'We hoeven geen symbool te hebben; we kunnen een symbool zijn. Vanuit dit gezichtspunt zijn voorwerpen en handelingen nooit symbolen op zichzelf, maar dienen ze om de levende symboliek te versterken' (Bijleveld, Utrecht zonder jaartal, 117). Als het inderdaad gaat om de mens als symbool, is de schaal of de kelk of het palmtakje op zichzelf niet belangrijk, maar gaat het erom op welke wijze deze mens nu deze schaal of beker optilt, het palmtakje vasthoudt; dan zijn handelingen en voorwerpen en betrokken intentie niet van elkaar los te maken. Niet de handeling of het voorwerp zelf is heilig, maar in de aandacht en toewijding waarop de mens met het voorwerp omgaat of de handeling verricht, kan die mens symbool van de Heilige worden. ('Wees heilig, want Ik, de Heer, uw God ben heilig', Leviticus 19, 2). Deze manier van beschouwen heeft consequenties voor ons voorgaan, voor het omgaan met de dingen en de toewijding in de handelingen.

Terug naar Palmzondag. In het Romeins missaal lezen wij als gebed over de palmtakken:

Almachtige eeuwige God,
heilig met uw zegen + deze palmtakken
waarmee wij Christus willen toejuichen.
Geef dat wij die Hem als koning op zijn weg begeleiden,
door Hem ook mogen komen tot het hemels Jeruzalem.
Die leeft ...

In Dienstboek. Een proeve staat als gebed afgedrukt:

Heer God,
Gij die uw Zoon Jezus Christus in deze wereld hebt gezonden
om ons voor te gaan naar Jeruzalem, de stad van vrede –
zegen ons als wij met palmtakken in de hand
Hem willen volgen op zijn weg.
...

We zien hier drie verschillende vormen van zegenen: in het Romeins missaal bidden we om Gods zegen over de palmtakken; in Dienstboek. Een proeve bidden we om de zegen over ons, mensen; in mijn parochiekerk werd in eerste instantie God lof gesproken om zijn schepping, en zijn wij allen met water gezegend.

Het ritueel van de zegeningen

Een van de laatste liturgische boeken die op instigatie van het Tweede Vaticaanse Concilie herzien moesten worden, was het benedictionale. In 1984 zag *De benedictionibus* het licht, en in 1986 verscheen in het Nederlands een studie-uitgave bij de Nederlandse Raad voor Liturgie: *Zegeningen uit het Romeins missaal*. In de inleiding worden de zegeningen omschreven als een lofprijzing van God tot heil van de mens. Opvallend is dat de zegeningen beschouwd worden als liturgische vieringen: lezing van Gods woord, lofprijzing en het afsmecken van Gods bijstand. Vervolgens worden de personen die zegenen, onderscheiden: bisschop, priester, diaken en leek. Onder de leken hebben acoliet en lector nog een aparte status. In de gebaren die in de rubrieken vermeld zijn, wordt een duidelijk onderscheid gemaakt tussen de gebaren van de clerus ('hij legt de handen op', 'met uitgestrekte handen') en van leken ('met gevouwen handen'). Dit krampachtige onderscheid wordt gelukkig niet gemaakt op veel plaatsen waar gelovigen elkaar zegenen.

Toen we klein waren, las mijn vader ons voor uit de kinderbijbel, eerst die van Piet Worm, drie deeltjes met mooie platen met zilver en goud, en later de kinderbijbel van Klink. Meestal las mijn vader voor. Mijn broertje en ik zaten dan in pyjama op bed, allebei aan een kant, en als het koud was, in bed, de dekens en lakens hoog opgetrokken, en daarna kregen we een kruisje op het voorhoofd, eerst van mijn vader en even later van mijn moeder. Wanneer we/ze ermee gestopt zijn, weet ik niet. Wel weet ik dat ik voor het eerst mijn moeder een kruisje op het voorhoofd gaf. Ze zou naar het ziekenhuis gaan voor een operatie en ze zag ertegen op. We wisselden van rol: ik zegende haar. Mijn vrouw Marianne en ik geven elkaar iedere avond voor het slapen een kruisje; we kunnen niet meer zonder.

Het grote verband

Zegenen is het bemiddelen van de tegenwoordigheid van God, waardoor zicht ontstaat op het grote verband. Vanuit de joodse traditie en praktijk worden God en mens en schepping op elkaar betrokken, of God en mens en Tora (het woord dat de weg wijst). In het christelijk geloof gaan in de zegenbede God en mens en Jezus Christus (het woord dat leven is) een heilzaam verband aan met elkaar. In veel priefaties en eucharistische gebeden wordt Gods lof gezongen en wordt God geheiligd; recentere tafelgebeden zijn wederom zegenende gebeden, waarbij God wordt gezegend om de schepping, om het woord en om Jezus Christus.

In de paasnacht waarin óf gedoopt wordt óf de gelovigen hun doopbelofte hernieuwen, worden allen gezegend met het doopwater; de gelovigen worden zo opnieuw verbonden met het doopsel en met alle verhalen die in de nacht van Pasen daarover klinken.

De schaal, de mooie grote glazen schaal, had op Witte Donderdag dienst gedaan om de gaven voor de zieken te ontvangen; op Goede Vrijdag lag er een potscherf in. In de paasnacht – we hadden geen dopelingen – zouden we na de overweging (die ik mocht houden) onze doopbeloften hernieuwen. Mijn priester-collega zou allen met doopwater besprenkelen. Na de overweging nam ik dezelfde schaal, nu gevuld met water; mijn collega en ik stonden voor het altaar, gekeerd naar de gelovigen. Iedereen ging staan en mijn collega doopte zijn hand in het water en besprenkelde de mensen, eerst rechts dan links en we liepen het middenpad in en opnieuw en opnieuw schepte hij water en besprenkelde hij de aanwezigen. Steeds meer werd het een gebaar van een zaaier die zaad schept uit zijn zaaibak en het uitstrooit. Het zaad in de grond dat moet ondergaan en in een nieuwe gestalte verschijnt, en wij die ondergaan in het water en weer opkomen, vielen in dit gebaar geheel samen.

In de uitvaartliturgie is het gebruikelijk dat in het begin van de viering achter in de kerk het lichaam van de overledene bij binnenkomst getekend wordt met wijwater, herinnering aan het doopsel. Ook hier zien we dat door de zegen deze overledene in een groter verband wordt gezet: zijn eigen doopsel en de gemeenschap van alle gedoopten.

‘Wij tekenen jou, Gerarda Maria van Kempen, met het water van het doopsel, opdat we weten dat je ondergaat in de dood, maar ook weer zult opstaan.’ Dit zei de kleine parochiële voorgangster met luide stem, waarschijnlijk in de hoop dat we het ook voorin zouden horen.

‘Waarom wil je dat we al jouw woorden allemaal horen? Is het gebaar niet veelzeggend genoeg, moeten we ieder woord van de tekst verstaan?’

‘Waarom spreek je de overledene aan?’, vraagt een ander.

‘Dat is persoonlijker’, is het antwoord.

Verschillende anderen knikken bevestigend.

‘Maar Gerarda Maria van Kempen is toch dood? Die hoort dat niet’, houdt de eerste aan.

We besluiten eerst eens naar de uitgesproken tekst te kijken. Inderdaad, de overledene wordt aangesproken.

‘Misschien moet je als voorganger’, suggereer ik, ‘tegenover durven te zijn, durven voor te gaan in de erkenning dat deze mens er niet meer is, geen jij of u meer is. De zoon kan zijn moeder nog direct aanspreken in een uitvaart. Voor hem is zij nog onder ons; al is ze dood, de relatie is nog niet verbroken. En misschien moet je ook afzien van uitleg, want je legt uit wanneer je zegt “opdat we weten dat je ondergaat...” Probeer het eens zonder tekst.’

Ze gaat weer bij de kist staan, krijgt de wijwaterkwast aangereikt, aarzelt de eerste keer, maar wanneer ze zich de tweede maal concentreert, lijkt ze te groeien en zegent ze de kist met een vanzelfsprekend en welsprekend gebaar.

Wanneer ik na afloop in het rituale van de uitvaartliturgie opzoek wat daar gezegd wordt bij de besprenkeling, staat er dat de kist met de overledene in stilte wordt gezegend.

De heiliging van de tijd

Het zegenen en heiligen van het leven van alledag kennen we niet alleen uit het jodendom. We kunnen ook aan het getijdengebed denken. Daar klinken weliswaar geen zegeningen bij onze verschillende handelingen van alledag, maar ook daar wordt de tijd geordend en gezegend.

Er is het avondgebed en het morgengebed, het gebed midden op de dag, en veel monniken en monialen bidden het getijdengebed nog uitgebreid.

Wat nodig is?

Wat nodig is? Heiligheid,
gewoon wat die monniken hadden
die het etmaal te barsten baden
als een ontkiemend zaad.

Heiligheid, niet meer weten
wie er gelijk heeft, God
liefhebben, heden
hier in deze stad,

een porie in haar huid zijn
waardoor ze ademhaalt,
een molen die langzaam maalt,
een wateruurwerk, een tijdsein,

ebbe en vloed, mijn en dijn,
schepping zo vanzelfsprekend,
iemand die rekent
met kwaad en goed,

het een om te weten,
het andere om te doen
tot het een is verzoend
en het andere vergeten.

Guillaume van de Graft, *Verzamelde gedichten*, Bosch en Keuning,
Amsterdam 1982

der. Ook in het 'Keltisch' christendom treffen we vele zegeningen. Alexander Carmichael heeft in de negentiende eeuw een rijkdom aan zegeningen, hymnen en incantaties verzameld in zijn *Carmina Gadelica*.

Niets is niet de moeite waard om te zegenen: de weg die je gaat, de koe die moet kalven, het water dat je put, de grond die je bewerkt.

Wat is voor jouw heilige grond?, was de vraag in een viering van het studentenpastoraat in Wageningen. De lezing was uit 2 Koningen 5, de genezing van Naäman. De evocatieve overweging eindigde met de vraag: wat is voor jou heilige grond? In de langere stilte die volgde, en waaraan men gewend is in deze vieringen, gebeurde blijkbaar van alles, want toen de mensen vervolgens werden uitgenodigd water te gieten of te sprenkelen in een grote aarden bak aarde, kwam ieder naar voren en bevochtigde met aandacht en soms met eigen tranen de aarde, die langzamerhand ging geuren en de hele ruimte vulde met de goede geur van heilige grond.

Hoewel de bovenstaande handelingen misschien niet onmiddellijk te herkennen zijn als zegening, is het in ieder geval een verwante handeling. De mens, de aarde en God worden met elkaar in verband gebracht in een stille overweging en een zichtbare handeling.

Een ziekenzegen

We oefenen de ziekenzegen. We hebben drie krukken achter elkaar gezet: dat is het ziekbed (niemand speelt de zieke overigens). De anderen staan eromheen. Alleen de vrouw zit aan het hoofdeinde bij haar man. De ziekenhuispastor gaat eerst voor in gebed, vraagt de aanwezigen dichterbij te komen, legt de handen op en geeft een kruisje op het voorhoofd van de zieke. Zelfs in deze oefensituatie is het een aangrijpend gebeuren, en komt het iedereen dicht op de huid. 'Ik voelde gaandeweg een afstand ten opzichte van mijn man', zegt de collega die aan het hoofdeinde bij de ernstig zieke zit en de rol van echtgenote op zich heeft genomen. 'Nam de pastor jou je man af?' 'Nee, dat niet, maar ik voelde wel een kloof ontstaan.' De uitdaging voor de pastor is in deze emotionele situatie structuur aan te brengen. Kan zij zo voorgaan in dit ritueel dat de aanwezigen een volgende stap kunnen zetten: loslaten en toevertrouwen.

Het fragment dat we oefenden, begint met de voorbede. De pastor brengt onder woorden waar de aanwezigen op gericht zijn (intenties), legt dat voor God neer,

vraagt om ontferming en bidt om verhoring. Het laatste, de eigenlijke bede, mag met aandrang uitgesproken worden.

De uitnodiging dichterbij te komen is gericht tot de familie, en vraagt een open, empathische houding. Het ritueel van de handoplegging schenkt de zieke kracht, rust en bemoediging in de tegenwoordigheid van de Levende. De woorden die daarbij klinken, zijn eerder aanzeggend dan afsmekend. Als je deze veelbetekende woorden op eenzelfde toon achter elkaar bidt, verliezen ze hun kracht. Als je ze onderverdeelt in drie à vier aanzeggingen die je als presentjes aan de zieke geeft, zijn zij heilzaam.

‘Ik voelde gaandeweg een afstand ten opzichte van mijn man’, zegt de ‘echtgenote’ wanneer ze terugkijkt. Bij navraag gebeurde dat toen de anderen dichterbij het bed kwamen te staan en de pastor de handen oplegde. Een ritueel moment als dit vraagt ruimte. De pastor raakt de zieke aan en bidt om heelheid. Als de zieke en pastor ruimte om zich heen krijgen, kan dit gebaar zich ontwikkelen zoals een parfum zich ontwikkelt als er meer lucht bij komt. Dan pas krijgt het zijn werking. Als iedereen staat te dringen om het bed, raakt het gebaar verminkt. Het lijkt tegenstrijdig: wil iedere aanwezige dit ritueel meemaken, dan vraagt dat afstand. Je kunt je voorstellen, dat de echtgenote haar man wil vasthouden, bij de hand of de schouder. Als zij inderdaad die fysieke nabijheid hebben, zegent en tekent de pastor feitelijk hen beiden. De andere aanwezigen kunnen daarna hun vader, vriend, schoonvader een kruisje geven.

De pastor kan structuur in deze viering brengen door de verschillende taalspelen te onderscheiden (zie het artikel van Paul Oskamp, ‘Proeve van een liturgisch taalpalet’, in *Eredienstvaardig* 18 (2002) 2). Een welkom – kort en bondig, vooral niet uitleggend – is inlevend en uitnodigend, het gebed van de pastor is aandachtig, de woorden bij de handoplegging zijn performatief, de zegen bij het kruisje is gezagvol. Door deze verschillende taalregisters te onderscheiden structureert de pastor de viering. Ze doet wat ze zegt, en spreekt afwisselend ingetogen en aanzeggend, uitnodigend en terughoudend.

Performatieve taal zijn woorden die gebeuren wanneer je ze zegt, zoals ‘Ik beloof je ...’ of ‘Ik vergeef je ...’ – door het te zeggen heb je het ook gedaan.

Wieroken

Het gewijde landschap

We liepen in de bossen achter Cebreiro, een oud stadje dat prachtig gelegen is op de bergketen die de natuurlijke grens vorm tussen Galicië en de rest van Spanje. Ik denk dat we nog zo'n zes dagreizen van Santiago de Compostela verwijderd waren. Als je al maanden buiten loopt en leeft, ga je steeds beter horen en ruiken en zien; de rust en concentratie van een pelgrimstocht verhevigden de zintuigen. Op een gegeven ogenblik drong zich een geur van verhevenheid op die ik niet thuis kon brengen. De geur verwarde me, hoorde hier niet. Maar ineens wist ik het: het rook hier naar kerk. Het was wierook, die mijn neus prikkelde. Ik voelde eerst de blaadjes van de mij onbekende struiken die overal stonden, maar dat was het niet. Toen raakten mijn vingers de plakkerige, welriekende materie die aan de stengels kleefde. Zelfs 's avonds roken mijn vingers nog.

Vijf dagen later, toen we onze aankomst vierden in de zondagse eucharistie, herinnerde de zwaaiende en geurende Botafumeiro, het grote wierookvat, ons aan dit gewijde landschap.

De laatste aanbeveling ten afscheid in de uitvaart blijkt in de liturgietrainingen een uiterst gecompliceerde rite. De voorganger staat, met het gezicht naar de aanwezigen, gericht op de kist met de overledene en spreekt een gebed tot God uit, zegent de overledene en bewierookt die. Vaak is er geen microfoon, houdt de voorganger zelf een boek of map met de teksten vast en moet hij deze ergens neerleggen om vervolgens wijwater te pakken en kwast te pakken en even later wierook op te leggen en wierokkend rond te gaan. Als er twee mensen voorgaan, kan er een de tekst vasthouden die gebeden moet worden. Als er een acoliet of misdienaar is, vraagt het enige oefening de gecompliceerde reeks handelingen tot een vanzelfsprekend eerbewijs aan de overledene te maken en een aanbeveling aan de Eeuwige.

Iedereen zou aan de beurt komen met het wieroken: we hadden in de kerk waar we oefenden, gevraagd of we het wierookvat mochten gebruiken met het brandende kooltje erin en de wierook erop. Het mocht. Om beurten was de een voorganger, de ander acoliet; de overigen vormden het kerkvolk.

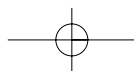
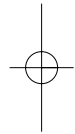
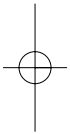
Gert-Jan had duidelijk ervaring met het wieroken. Hij nam behoorlijk afstand van de kist, liet het wierookvat het werk doen (door de zwaaiende beweging ont-

wikkelt zich meer rook), maar bij navraag bleek iedereen vooral bang geweest te zijn dat er iets mis zou gaan met het breeduit zwaaiende wierookvat.

Elly deed het stiller: ook zij begon bij het hoofdeinde en ging rond, stopte bij de linkerkant, bij het voeteneind en bij de rechterkant. Iedere keer deed ze een stapje naar voren, boog zich bijna over de kist en bewoog het wierookvat. Bij het hoofdeinde aangekomen gaf ze het wierookvat terug aan de acoliet. 'Het is alsof het jouw overledene is, iemand van wie je geen afscheid van wilt nemen', kwam als feedback. 'Probeer het nog eens, blijf rechtop staan en houd wat meer afstand.'

Een derde loopt in een doorgaande kleine beweging met het wierookvat laag langzaam rond de overledene. Het maakt indruk. 'Het is een heel andere beweging. De eerste twee brachten eer aan de overledene, jij brengt iemand in de wolken; de afstand naar de hemel is dan niet meer zo groot.'

Zo wordt – als het goed is – de voorganger beeld van eerbied en aanbeveling, zowel in woord als in handeling. Steeds weer merk je in het oefenen dat een symbool of een gebaar ruimte en tijd nodig heeft om tot werking te komen. Buig je niet met wierookvat of wijwaterkwast naar de overledene, maar sta rechtop en maak vanuit deze opstandingshouding het gebaar. Dat werkt het meest krachtig.



Het lichaam: speelruimte van het woord

Liturgie en het lichaam

Het eerste hoofdstuk van dit boek begint met de vraag waar mensen naar op zoek zijn wanneer ze naar de kerk gaan. Bij wijze van spelen gaat een aantal mensen de kerk binnen met de vraag: wat zoek ik in de liturgie? De antwoorden zijn verschillend: de één zoekt rust, de ander gemeenschap, een thuis, verzoening of stilte. Het doet denken aan het 'ingaan in de rust van de Heer', waarover Paulus in zijn Hebreeën-brief spreekt (Hebreeën 4, 3). Maar mogen we deze antwoorden ook zo verstaan dat zij zichzelf zoeken? Beter nog: dat zij willen ervaren echt aanwezig te zijn bij zichzelf, de wereld, de anderen en bij God? Want echt aanwezig zijn, daar hebben we in het dagelijks leven eigenlijk zelden tijd voor, zelfs niet in onze overdrukke 'vrije tijd', zelfs niet op het uur dat als 'quality time met de kinderen' in de agenda genoteerd staat. En precies daar is het in de liturgie om te doen: dat wij aanwezig zijn.

De deelnemers aan de cursus gaven hun antwoord pas nadat zij lijfelijk de kerk binnengegaan waren. Het antwoord was een verwoording van de ervaring van hun lichamelijke aanwezigheid, werd dus in zekere zin door het lijf gegeven. Het belang van het lichaam mogen we niet onderschatten. Liturgie is geen viering van ideeën, zoals een wetenschappelijk artikel dat kan zijn, maar van lijfelijk aanwezig zijn.

Wat wordt er met 'lijfelijk' bedoeld, en wat is precies 'aanwezigheid'? Ons lijfelijk bestaan heeft twee kanten: aan de ene kant betekent onze lichamelijke aanwezigheid dat wij ergens in deze wereldtijd zijn, en dat wij onze omgeving kunnen waarnemen en kunnen voelen dat wij leven (onze zintuiglijkheid). Aan de andere kant betekent onze lichamelijke aanwezigheid dat wij kunnen worden waargenomen en dat wij een beeld van onszelf kunnen hebben. Deze tweezijdigheid komt terug in de Duitse woorden *Leib* (lichaam als levend wezen) en *Körper* (lichaam als zichtbaar gegeven, niet *per se* levend). In de context van dit boek herkennen we deze tweezijdigheid

in de ervaring zowel persoon als beambte te zijn. En zelfs in de dubbelzinnigheid van het woord 'persoon', dat enerzijds masker (zij zien mij) als eigen individualiteit (ik zie hen) betekent. We moeten altijd rekening houden met deze dubbelzinnigheid van ons lichaam, en dat doen wij natuurlijk ook in ons dagelijks leven. We weten dat we worden gezien wanneer wij naar anderen kijken; en de ogen die kijken, zijn, hoewel dezelfde, anders dan de kijkende ogen die worden gezien. Het verbindende element is misschien wel de ziel, die zich vanuit de innerlijke levende individualiteit (het lijf, de mens) uitdrukt in het masker (het lichaam, het ambt) en zo zich kenbaar maakt.

In de viering van de aanwezigheid is het belangrijkste toch wel dat ons lichaam leeft, een lijf is, gevoelens heeft, ervaart er te zijn met anderen in een omgeving. Dat is het eerste. En als levend wezen toont het lichaam zich hier en nu aan zijn omgeving. Let maar eens op wanneer er iemand binnenkomt: het eerste wat je merkt, is dat er nieuw leven in de nabijheid is, vervolgens herken je wie het is die binnenkomt, en ten slotte merk je (of niet!) dat die persoon een nieuwe bril heeft of zijn baard heeft afgeschoren. Lijfelijk aanwezig zijn heeft allereerst te maken met leven, het lichaam dat zijn omgeving gewaarwordt, en vervolgens houdt lichamelijke in dat wij waargenomen worden door de omgeving. Daarom is in dit boek duidelijk gekozen voor de ingang van de eigen ervaring. Pas in tweede instantie, namelijk vanuit de eigen ervaring, wordt de vraag gesteld hoe de liturgische handeling bij anderen overkomt. Neem het voorbeeld van de schriftlezing: als de lector zelf beelden heeft bij de lezing van de Schrift, blijken er ook beelden op te komen bij het gehoor.

De tweede vraag betreft het aanwezig zijn. *Praesentia realis*, werkelijk aanwezig zijn – wat is dat? Aanwezigheid is een begrip dat op drie manieren werkelijk kan zijn. Aanwezigheid kan virtueel bestaan, zoals hier op papier, als een woord, of zelfs een abstracte waarde. Het is dan niet 'echt', maar we kunnen er wel over spreken. We kunnen er zelfs iets bij voelen. We kunnen naar aanwezigheid verlangen zonder precies te weten waar we het moeten zoeken. Virtuele aanwezigheid is niet niets, want virtualiteit duidt op een kracht (*virtus* = deugd, kracht, werking), en een virtuele aanwezigheid kan inderdaad op iemand inwerken. Vervolgens kan aanwezigheid actueel worden, bijvoorbeeld in een persoon die 'bij mij' is of

op een foto op mijn bureau staat. In het dagelijks leven worden wij omgeven door actuele aanwezigheid. Alles om ons heen is bij ons aanwezig in de zin dat wij ernaar kunnen reiken. Iemand die actueel aanwezig is, is wel bij ons, maar wordt niet echt door ons opgemerkt. De derde vorm van aanwezigheid is de reële. Werkelijk bij iemand aanwezig zijn is meer, is een aanwezigheid die ook als aanwezigheid beleefd wordt. Het gaat er dan niet meer om of wij de ander kunnen aanraken, maar dat wij bij hem aanwezig zijn die bij ons aanwezig is (zelfs als die persoon zelf 'afwezig' is). De mens die zich openstelt voor de aanwezigheid van iets anders of een ander, wordt onmiddellijk geraakt door de aanwezigheid, en wordt zelf aanwezig. En dat is meer, oneindig veel meer dan ergens bij zijn of bij horen.

Kort gezegd:

Virtueel Er bestaat zoiets als aanwezigheid.

Actueel Dat ding of die persoon is aanwezig.

Reël Wij ervaren de aanwezigheid van dat ding of die persoon.

Is *praesentia realis* inderdaad tastbare, lichamelijke nabijheid? Oftewel: is lijfelijke aanwezigheid een pleonasmie? Als we deze vraag bevestigen, en ik ben daar sterk toe geneigd, komen we dan niet in de problemen met de liturgie als viering van de nabijheid van de Ene? Die Ene is er toch helemaal niet? Het antwoord op deze vraag is een kwestie van getuigenis, en van vertrouwen dat de waarheid grondt in een getuigenis. Jezus zegt: 'Waar twee of drie in mijn naam bijeen zijn, daar ben Ik in hun midden.' Het is een citaat uit de hier al eerder aangehaalde mozaïsche wet (Deuteronomium 19, 15), die zegt dat de waarheid van een zaak wordt bevestigd op het getuigenis van twee of drie. Met andere woorden: alleen als wij aanwezig zijn, vermogen wij te ervaren dat Hij aanwezig, nee, dat Hij *de Aanwezige* is. En zoals alle ervaring *kan* die ervaring alleen maar bestaan door de aanwezigheid van ons *lichaam*; om met Van Peursen te spreken: onze lichamelijkeheid.⁵ Want zelfs als wij niet lichamen bij de viering zijn, maar bijvoorbeeld de viering thuis via de radio meemaken, kunnen

⁵ C.A. van Peursen, *Lichaam - ziel - geest. Inleiding tot een fenomenologische antropologie*, Utrecht 1970.

we nog lichamenlijk aanwezig zijn in de viering. En dat kan omdat aanwezigheid, in de vorm van betrokkenheid, sterker is dan 'er zijn'.⁶ Iemand kan best ergens zijn zonder betrokken te zijn op haar omgeving, maar bijvoorbeeld, doof en blind voor anderen, louter op zichzelf gericht zijn. Wij noemen zo iemand afwezig, terwijl zij er toch is. Iemand kan echter ook sterk betrokken zijn op een gebeurtenis elders, en er op afstand toch lijfelijk bij aanwezig zijn. De aanwezigen ervaren de afwezige in dat geval als tastbaar aanwezig. Het voert hier te ver over dit 'wonder' uit te wijden; het is misschien geen wonder, maar een ervaring die de vraag oproept wat wij eigenlijk met 'lichaam' bedoelen, en of wij de grenzen van onze lichamenlijkheid scherp kunnen trekken.

Liturgie en theater

Een aantal keren is in dit werkboek de vraag opgekomen of het liturgische spel niet een soort theater is. De vraag komt op wanneer we bepaalde liturgische handelingen oefenen, of wanneer we de spanning ervaren tussen een ambtelijke en een persoonlijke aanwezigheid in de viering. Als voorganger besef je dat het belangrijk is dat de anderen je horen en zien, want je doet toch iets voor. Maar als je alleen maar let op hoe jij overkomt, staat het ambt jouw persoonlijke betrokkenheid in de weg. Dan ben je eigenlijk niet echt aanwezig. In eerdere publicaties is al over de verhouding tussen liturgie en theater gesproken.⁷ Heel kort zou je

⁶ Zie W.M. Speelman, *Liturgie in beeld*, Tilburg 2004.

⁷ G.M. Lukken, 'Wat heeft liturgie met theater te maken? Een verheldering vanuit de semiotiek van de verschillen, overeenkomsten en raakvlakken', in G. Lukken en J. Maas, *Luisteren tussen de regels. Een semiotische bijdrage aan de praktische theologie*, Baarn 1996, 134-166; W.M. Speelman, 'The plays of our culture. A formal differentiation between theatre and liturgy', in *Jaarboek voor Liturgie-onderzoek* 9 (1993), 65-81; W.M. Speelman, 'Liturgie en theater: laten we de zaken niet verwarren ...', in J. Lamberts (redactie), *Ars celebrandi of de kunst van het waardig vieren van de liturgie*, Leuven 2003, 135-161; ook gepubliceerd in W.M. Speelman, 'Liturgy and theatre:

kunnen zeggen dat liturgie een op toekomstige *realisering* gericht spel is, terwijl het spel van het theater een toekomstige *ontmaskering* verwacht. Let wel, hier staat niet dat alle acteurs in de eindtijd naar de hel gewezen worden! Hier staat dat het spel van de acteur expliciet gericht is op het scheppen van een andere wereld, een illusie of droom. De functie van het theater is te kunnen geloven dat deze feitelijke platte werkelijkheid niet de enige mogelijke is, dat deze wereld een *mogelijke* is en dat zij altijd anders kan zijn.⁸ Maar we moeten niet gek worden en denken dat we echt Napoleon zijn. Wanneer het spel afgelopen is, moeten de acteurs en de toeschouwers terugkeren naar de feitelijke wereld – Pas op! De tram! –: ik ben niet mijn rol, en de droom is niet de realiteit. Het theater schept een mogelijkheid: zo kan ik ook zijn, zo kan de wereld ook zijn. Veel van wat geldt voor het theater, lijkt ook op te gaan voor de liturgie. Maar een mogelijke wereld is niet hetzelfde als de *komende* wereld. En de rol die ik in het toneelstuk speel, is verschillend van de rol die ik in de liturgie speel, namelijk de mens die ik uiteindelijk *wel* ben. Als een dominee naar boven kijkt om God ter verantwoording te roepen, speelt hij theater wanneer hij aan de toeschouwers denkt. Maar hij viert liturgie wanneer hij inderdaad aan God denkt en misschien zelfs hoopt op een antwoord. Dit wil niet zeggen dat hij het gebaar niet mag of zelfs moet oefenen. Net als de organist die zijn begeleiding oefent, dient de voorganger haar gebed te oefenen, ten eerste omdat muziek en gebed oefening vereisen, en ten tweede omdat het de andere gelovigen ondersteunt in hun gezang en gebed.

Wat is werkelijk waar?

Om de relatie tussen liturgie en theater enigszins mee te kunnen maken moeten we gevoelig worden voor de status van onze uitingen, de verschillende manieren waarop we communiceren en waarop we als het ware van alle kanten de werkelijkheid bekijken. Ik zal het proberen uit te leg-

towards their differentiation', in *Questions Liturgiques/Studies in Liturgy* 83 (2002), 196-216.

⁸ Zie K. Vuyk, *De esthetisering van het wereldbeeld*, Kampen 1992, 186.

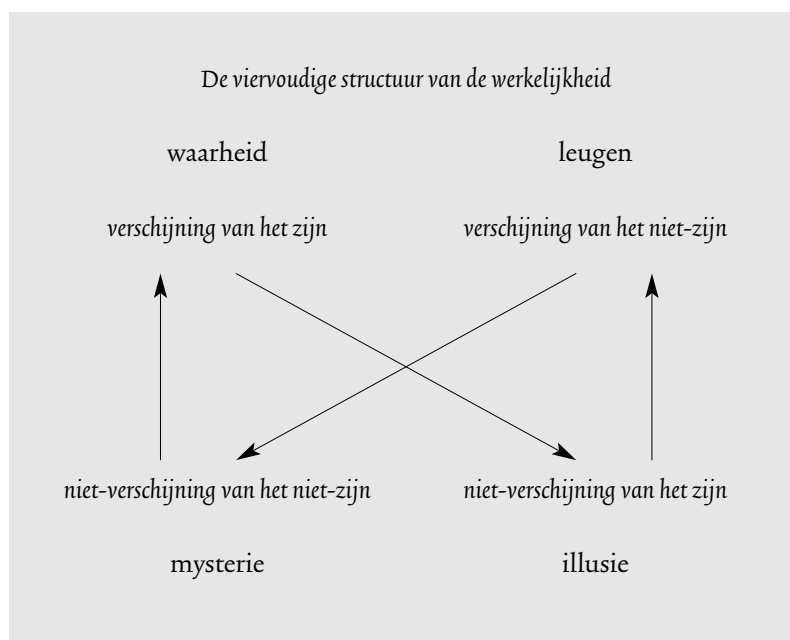
gen.⁹ Er is maar één werkelijkheid, en die ene werkelijkheid is ons van oudsher gegeven. Maar die ene werkelijkheid kan zich in verschillende gestalten manifesteren. Zij kan zich voordoen als een wetenschappelijk probleem, als een werkelijkheid die ontdekt moet worden. Zij kan zich presenteren in een esthetische ervaring, als een werkelijkheid die genoten mag worden. En zij kan zich manifesteren in een religieus geloof, als een werkelijkheid die aanvaard wil worden. Maar de eerste en directe gestalte van de ene werkelijkheid is het dagelijkse leven, de dagelijkse cultuur en communicatie. Onze dagelijkse beleving van de werkelijkheid gaat ervan uit dat iets is zoals het is, en dat iemand is wie hij is. Het is de beleving van een ondubbelzinnige werkelijkheid, waarin weliswaar plaats is voor grapjes, raadsels en vergissingen, maar waar het algemene geloof de werkelijkheid meent te zien zoals ze is. Een paard is een paard, en geen object van esthetische schouwing, noch van onderzoek, noch van aanbidding. De dagelijkse werkelijkheid is de meest directe, maar ook de meest problematische werkelijkheid. Want hoewel men er in het algemeen van uitgaat dat de mensen zijn wie ze zijn, en dat de dingen zijn zoals ze zijn, blijkt menigeen zich toch maar al te vaak te vergissen. De dingen zijn niet altijd wat ze lijken, en mensen doen zich anders voor dan ze zijn. Erger nog is de situatie als de dagelijkse werkelijkheid ondraaglijk is: als men honger heeft, onderdrukt wordt, als men gevangen is in de werkelijkheid zoals die nu eenmaal is. Mensen hebben daarom een uitweg nodig uit de dagelijkse al te verplichtende realiteit. Ze moeten afstand kunnen nemen. Want wanneer de mens afstand van het leven neemt, hoeft hij niet al te zeer aan het leven te lijden. Het is gelukkig niet nodig zelfmoord te plegen, want er zijn verschillende manieren om afstand te nemen van het dagelijkse leven. Men kan wegvluchten in de schoonheid, in het inzicht en in de vroomheid.

Uit de dagelijkse realiteit splitsen zich daarom drie gestalten van werkelijkheidsbesef. Deze gestalten zijn verzelfstandigd als kunst, wetenschap en religie. In kunst, wetenschap en religie zijn de dingen niet per se zoals

⁹ Zie voor een bredere uitwerking W.M. Spielman, 'Liturgie en theater: laten we de zaken niet verwarren...', in J. Lamberts (redactie), *Ars celebrandi of de kunst van het waardig vieren van de liturgie*, Leuven 2003, 135-161.

ze zijn. Zo verbeeldt de kunst dat de dingen anders hadden kunnen zijn, en belooft zij het heil van de schoonheid. De wetenschap toont aan dat de dingen zich anders kunnen voordoen dan ze zijn, en belooft opheldering en inzicht in de ware aard der dingen. De religie zegt dat de schepselen ooit anders waren en ooit anders zullen zijn, en zij belooft uiteindelijke verlossing. Op zichzelf hebben daarom kunst, wetenschap en religie eenzelfde functie, die gericht is op de bevrijding van de mens in zijn of haar dagelijkse leven en op de uiteindelijke bevestiging van de realiteit van de werkelijkheid, dat ons leven echt en waarachtig is.

Hoe je het ook wendt of keert, het besef van de werkelijkheid is gegrond in een oordeel. Er bestaan – en nu ga ik terug op Aristoteles – vier oordelen. Iets is waar of niet waar, of het tegenovergestelde daarvan is waar of niet waar. Deze vier oordelen zijn ook al heel lang in schema gezet, en staan bekend als het logisch vierkant. Ik heb de viervoudige gestalte van de werkelijkheid uitgewerkt volgens de structuren van het logisch vierkant.

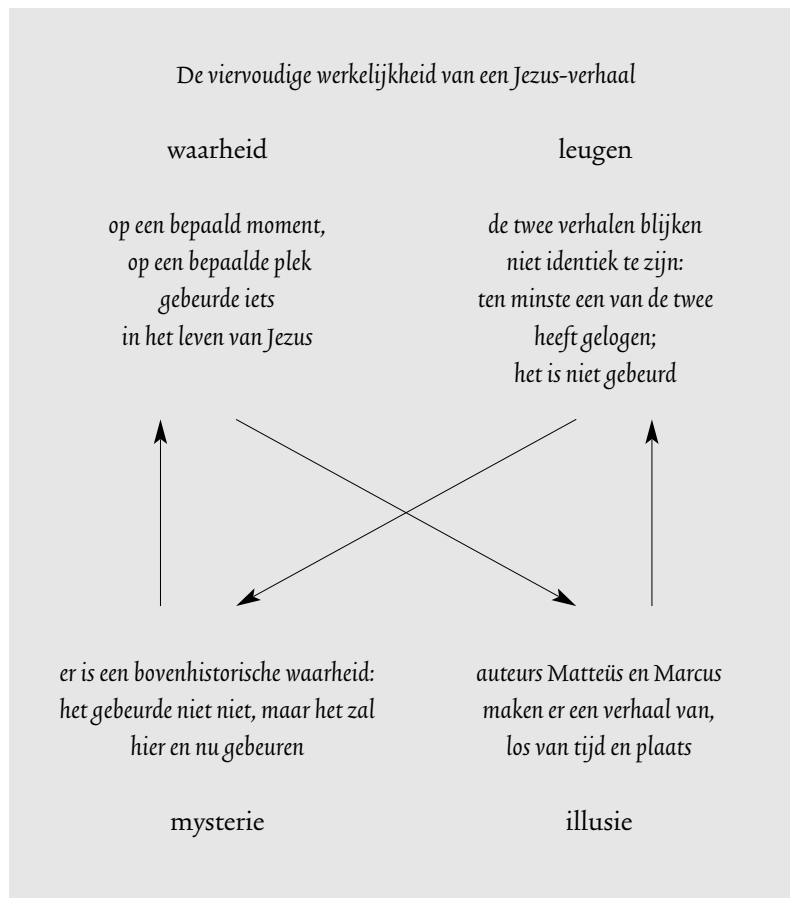


De hoeken van het vierkant worden gevormd door de termen 'verschijnen' en 'zijn'. De verschijning van het zijn resulteert in de term 'waarheid' (zoals ik bijvoorbeeld nu voor u verschijn als zijnde gezond); de niet-verschijning van het zijn creëert de term 'illusie' (zoals een simulant zijn gezondheid kan verbergen en kan doen alsof hij ziek is); de term 'leugen' ontstaat door de verschijning van het niet-zijn (wanneer een dokter een ziekte ontdekt bij een schijnbaar gezond iemand of – andersom – de simulant ontmaskert); de term 'mysterie' ontstaat waar het niet-zijn niet verschijnt (wanneer een priester een ziek persoon verkondigt dat hij of zij, ofschoon ziek, toch gezond is).

De woorden 'waarheid', 'illusie', 'leugen' en 'mysterie' kleuren de blik op de werkelijkheid. Een mens kan de werkelijkheid als waar benaderen, maar ook denken dat alles een illusie is, of een leugen die ontmaskert dient te worden. Ten slotte kan de mens achter alle dingen een mysterie vermoeden. Wanneer de werkelijkheid wordt benaderd vanuit een dergelijk perspectief, ontstaan er vier domeinen van de werkelijkheid. Deze domeinen zijn het dagelijkse leven, de kunst, de wetenschap en de religie. De *waarheid* is het domein van het dagelijks leven; in het dagelijks leven gaan we ervan uit dat de dingen zijn zoals ze zich aan ons voordoen, zodat iemand die er ziek uitziet, ook inderdaad ziek is. Dit wil niet zeggen dat er in het dagelijks leven geen leugens worden verteld, geen toneel wordt gespeeld of geen mysteries worden vermoed. Maar als iemand liegt, speelt of mediteert in de dagelijkse omgang, is dat deviant gedrag, dat maar een korte tijd getolereerd wordt. Het 'deviante' gedrag van het (toneel)spelen is juist helemaal niet deviant tijdens een repetitie van een toneelstuk, tijdens een muziekuitvoering of tijdens het schilderen, waar de *illusie* de werkelijkheid regeert. Want de *illusie* is het domein van de kunsten, die de dingen uit hun dagelijkse realiteit tillen om anders dan normaal te zijn. De *leugen* is het domein van de wetenschap, waar het oordeel dat iets niet waar is, als het meest houdbare geldt (onze huisarts voelt zich het veiligst wanneer hij kan zeggen dat onze dochter *geen* hersenvliesontsteking heeft, maar durft niet te zeggen wat zij dan wel heeft). Het *mysterie* is het domein van de liturgie en van het sacrament, want hoe kan iemand gezond zijn als hij of zij in feite doodziek is?

Deze viervoudige structuur van de werkelijkheid kunnen we uitwerken door een verhaal uit Jezus' leven te toetsen op de realiteit van het gebeu-

ren. De oude vraag of het evangelieverhaal nu wel of niet echt gebeurd is, blijkt veel genuanceerder gesteld en beantwoord te kunnen worden. Bovendien blijkt het antwoord afhankelijk te zijn van het perspectief waarin de vraag naar de realiteit van het evangelie gesteld wordt.



Het leven van Jezus kan worden beschouwd als een viervoudige werkelijkheid. Op de eerste positie van het vierkant beginnen we met de aanname dat er in een bepaalde tijd op een bepaalde plek iets gebeurd moet zijn in Jezus' leven. Het is een aanname van een realiteit, iets wat daar destijds echt gebeurd is. Alleen de mensen die daar en destijds getuige waren van het gebeuren, hebben geweten wat er werkelijk gebeurd is (en

zelfs zij hebben de realiteit van dat gebeuren niet kunnen doorgronden). Wij kunnen die verleden realiteit alleen kennen door de sporen die zij heeft achtergelaten.

De eerste sporen worden getrokken door auteurs die zich voorstellen als Matteüs en Marcus (en nog een paar, maar die laten we hier buiten beschouwing). Matteüs en Marcus lichten de realiteit van Jezus' leven uit haar tijd-ruimtelijke bepaaldheid en schrijven haar neer in de vorm van een evangeliieverhaal: de wandeling over het meer (Marcus 6, 45-52; Matteüs 14, 22-33). We zijn nu op de tweede positie van het vierkant, de positie van de illusie. Want een verhaal, hoe realistisch ook, is een illusie, een verbeelding van een gebeuren. De positie van de illusie is het domein van de kunsten. Wie bijvoorbeeld een toneelstuk of een film over het leven van Jezus wil maken, zal zich in eerste en laatste instantie richten op het verhaal dat over Hem geschreven is.

Nu blijkt echter dat de twee verhalen van Matteüs en Marcus verschillen: bij Matteüs loopt ook Petrus over het water, maar bij Marcus niet. Door dit verschil gaat de exegeet zich afvragen of het verhaal ook inderdaad echt zo gebeurd is, of het wel een bepaalde realiteit representeert. Want laten we wel wezen, als twee dezelfde verhalen toch een beetje verschillend zijn, heeft ten minste één auteur gelogen. De wetenschapper gaat misschien op zoek naar andere sporen, zoals zij bijvoorbeeld bij archeologische opgravingen ontdekt kunnen worden. Maar menige exegeet is geneigd beide auteurs het voordeel van de twijfel te geven; dat wil zeggen: ze hebben allebei gelogen, en het verhaal is niet echt gebeurd. We bevinden ons op het domein van de wetenschap, die door haar diagnose de leugen weet te ontmaskeren.

Voor veel moderne mensen eindigt hier de werkelijkheid, en voor sommigen eindigt hier zelfs de geschiedenis: meer valt er niet te ontdekken! Maar als je 'de leugen de tijd geeft om de waarheid te vertellen die zij wil vertellen'¹⁰, kun je leren dat de werkelijkheid wijder is. Geen van beide auteurs, Matteüs en Marcus, heeft gelogen; beide vertellen een absoluut

¹⁰ Dr. A.J. Pieris s.j. zei in een lezing bij gelegenheid van de uitreiking van zijn eredoctoraat van de Theologische Faculteit Tilburg in 1987: 'You have to give the mistake the time to tell the truth it intends to tell.'

waar verhaal, namelijk van een werkelijkheid die historisch en eeuwig is, die toen en daar gebeurd is en ook hier en nu gebeurt en overal en altijd en in de eeuwen der eeuwen gebeuren zal. Het domein van dit besef is het domein van het mysterie, het sacrament, dat te vinden en te volgen is in het spoor dat getrokken wordt door de liturgie van de kerk. De implicatie van het mysterie is een realiteit die zich weer op de eerste positie van het vierkant bevindt: het moet nog werkelijk worden.

Het behoeft geen betoog dat wat voor het leven van Jezus geldt, ook voor ons leven geldt. Wij hebben een al te menselijk dagelijks leven. We kunnen ons leven verrijken met rollenspelen, maskerades en verhalen. Nu en dan worden we ziek en is het tijd om de leugens van onze personages te ontmaskeren, maar ten slotte mogen we achter ons gebroken bestaan een eeuwigheid vermoeden die ons is toegezegd.

Ben ik Christus of ben ik in Christus?

We zijn in dit boek verschillende voorbeelden tegengekomen van theatrale en liturgische communicatie. En dat hoort ook zo, want er is in de liturgie een spanning tussen de identiteit van ons eigen lichaam en onze identiteit als lichaam van Christus. Wat bedoelen wij wanneer wij belijden lichaam van Christus te zijn? En wat geloven wij wanneer wij horen dat de priester beeld van Christus is? In het hoofdstuk 'Bekleden' is al enigszins duidelijk geworden dat het hier om een in-zijn en een oriëntatie gaat. Jezus zegt: 'Wie mijn vlees eet en mijn bloed drinkt, blijft in Mij en Ik in hem' (Johannes 6, 56). Wie Jezus navolgt, betreedt zijn ruimte en wordt van die ruimte doordrongen. Dat is veel meer dan 'in iemands huid kruipen' of zelfs 'de rol van iemand op je nemen'. Het laatste wordt bepaald door 'ik kan': ik kan in iemands huid kruipen en ik kan zijn rol op me nemen. Maar het eerste, de navolging van Jezus, wordt bepaald door 'Hij is' en 'ik ben': het gaat niet om een mogelijkheid, maar om de werkelijkheid, die komt.

In hoofdstuk 4 is sprake van een voorganger in gebed: aan de ene kant is zij echt aan het bidden, aan de andere kant – en daarvan is zij zich bewust – doet zij dat in het openbaar. Als zij het voorgaan veronachtzaamt, is zij

niet aanwezig bij de gelovigen; als zij het echte bidden veronachtzaamt, is zij niet aanwezig bij God. Maar hoe vind je nu de juiste verhouding? Zou het verbindende element hier niet het getuigenis zijn? Getuige-zijn is eigenlijk een dubbelzinnig begrip: ik ben getuige wanneer ik iets zie, bijvoorbeeld wanneer ik getuige ben van een ongeluk, maar ik ben ook getuige wanneer ik voor iets uitkom, bijvoorbeeld wanneer ik in mijn verschijning laat zien dat ik christen ben. In die laatste zin heeft het getuigenis theatrale kenmerken: een getuige is een beeld voor anderen, een voorbeeld. Mijn getuigenis is echter waarachtig en geloofwaardig als ik laat zien wat ik gezien heb, of – sterker nog – als ik laat zien wat ik zie. Op dat moment maak ik waar wat ik waarneem, geef ik gestalte aan wat er in mij leeft: het wordt lichaam in mijn lichaam. In het waarachtige getuigenis is dat wat naar buiten komt als woord, beeld of lichaam, ook binnen, en is de uiting in voortdurend contact met het intieme dat zich toont. Kees Waaijman spreekt over een kwetsbare binnenruimte die zich als ‘uitwendige ziel’ (lichaam, sociale gestalte) aftekent tegen de omgeving.¹¹ Zoals we bij de orante-houding spraken over het lichaam dat gebed wordt: als je echt bidt, uit zich dat bidden in het hele lichaam. Je bent getuige, bemiddelaar tussen mens en God.

Het getuigenis dat de waarheid bevestigt, herkennen wij ook in wat er gezegd is over de tekstvoltrekking in hoofdstuk 5. De tekstvoltrekking staat in een lange traditie, niet alleen in een interpretatiegeschiedenis, maar vooral in een ‘apostolische successie’ van mensen die het woord doen. De traditie wordt gevormd door de gemeenschap die zegt: ‘Wij staan in voor de waarheid van dat woord. Kijk maar, het is waar, want wij doen het!’ En natuurlijk interpreteren wij dat woord – we kunnen niet anders –, zoals we ook in onze gebeden onze eigen vragen verwoorden. Totdat wij ontdekken dat de zaken omgekeerd zijn: het woord legt ons uit, het woord staat in voor ons en werkt in ons. Dan hoeven we alleen nog maar mee te bewegen met de tekst, hem te volgen zoals wij een melodie volgen: op de voet. Het woord is lichaam geworden, en wij zijn woord geworden.

¹¹ K. Waaijman, *Spiritualiteit. Vormen, grondslagen, methoden*, Kampen 2000, 434-435.

Wanneer we letten op de pijlen in het veridictieschema, zien we duidelijk dat theater gericht is op ontmaskering, en liturgie op vervulling in een nieuwe waarheid. Op die nieuwe waarheid zullen de 'acteurs' van het liturgische spel ook gericht zijn: zij spelen hun rol niet om een illusie te wekken, maar om in die rol werkelijk te worden wie zij uiteindelijk zijn: delers van het lichaam van Christus. In die zin mag je als voorganger niet iemand anders spelen dan wie jij bent. Je mag niet een ander spelen, ook niet om iets duidelijk te maken, maar je getuigt, je speelt in het licht van een ander, met de bedoeling bij de ander aanwezig te zijn, aan de ander te wezen. En dit tekent ook de verhouding tot jezelf, als persoon en als dienaar, tussen het eigene en het vreemde in jezelf, waarover we in de inleiding spraken. Als persoon ben je in het ambt aanwezig, en als voorganger ben je in de persoon aanwezig, om te worden wie je uiteindelijk bent. Het spel is een getuigenis geworden.

Liturgie en muziek

In het derde hoofdstuk hebben we aandacht besteed aan de liturgische zang als een veelvormige stemming. Elke kerk, elke ruimte en elke liturgie heeft een bepaalde stemming – een sacrale, gezellige, poëtische of volkse –, en om deel te nemen aan de viering is het dus zaak op een of andere manier in de stemming te komen, je althans te verhouden tot die stemming. In de stemming komen is een afstemming op de omgeving, instemming met de liturgie en ten slotte beseffen elkaars bestemming te zijn. Deze rijmende woorden zijn geen metaforen, maar een muzikale uitdrukking van het aanwezig zijn.

Muziek is een kunstvorm die te maken heeft met verhoudingen en oriëntaties: een klank is een muzikale toon als hij in verhouding staat tot een andere toon en georiënteerd is op een andere toon. Zo verhoudt de toonhoogte [a] zich tot de [d] in de verhouding 3:2 – bijvoorbeeld 420:280 trillingen per seconde. Deze verhouding klinkt als de interval kwint, waarbij de kwint [a] georiënteerd is op de grondtoon [d]. Het muzikale oor telt niet de trillingen, maar hoort de verhouding en de oriëntatie; je mag de kwint ook spelen in de verhouding 438:292 trillingen per seconde. De

stemming als een muzikale uitdrukking van het aanwezig-zijn maakt duidelijk dat wij ons in de liturgie tot elkaar verhouden. Misschien niet als een kwint tot een grondtoon, maar toch wel in een verhouding met een oriëntatie. In de liturgie stem ik mij af op de ruimte als geheel (ik loop er even doorheen en kijk als het ware groetend naar de mensen en de dingen), op de altaarruimte (ik ga er liever niet pal voor zitten, maar wel met mijn gezicht ernaartoe), op de man naast mij (ik ga niet te dichtbij zitten). En wanneer het orgel het voorspel inzet, ga ik staan en stem ik in met het openingslied (niet te hard, maar wel hoorbaar). Ik volg de woorden van de voorganger met wat meer losheid dan dat ik een boek zou lezen: de woorden en ik zijn samen in één ruimte; als een woord mij iets wil zeggen, hoor ik het wel. Zo verhouden wij ons in de viering van de liturgie op onze eigen manier tot de omgeving, de mensen en het verloop van de viering. De oriëntatie brengt ons, als wij erin meegaan, in beweging. Zoals musici een melodie volgen, interval na interval, maar ook in haar grotere beweging, zo volgen wij de liturgie, woord voor woord, maar ook in haar diepere verwijzing.

In hoofdstuk 5 werd aandacht besteed aan de voltrekking van de tekst door open te staan voor de beelden en emoties die hij oproept en voor zijn manier van spreken. Dat is niet eens zozeer een uitleg of een voordracht van de tekst, maar eenvoudig het volgen van de beweging van de tekst, openstaan voor zijn verwijzing en – waarom niet? – spelen met de tekst. Tekstvoltrekking is een muzikale uitvoering. Nogmaals, het is dan nog geen theatrale uitvoering. Want in de tekstvoltrekking wordt het woord werkelijk. In de lezing gebeurt dat als in een muzikale uitvoering. In de preek gebeurt dat door de werkelijkheid van alledag present te stellen opdat zij in het licht gesteld wordt van het woord: je bent aanwezig bij de alledaagse werkelijkheid met het goddelijk woord in je hart. Daarmee wordt de werkelijkheid niet beschreven, maar verheven en gezegend. Wanneer wij zo de beweging van de tekst volgen, hem de tijd en een plaats geven in het lichaam van deze gemeenschap, mogen wij misschien ontdekken dat het woord van de Levende werkt in ons.

Nu zijn wij gewoon in de liturgie heel veel aandacht te besteden aan het woord.¹² We volgen voorschriften, lezen uit de Schrift en drukken voor

iedere zondag een boekje af met de orde van dienst, compleet met regie-aanwijzingen. Maar onder de 'schriftuurlijkheid' van de liturgie mogen wij een muzikale grond vermoeden, een grond die niet vaststaat, maar zweeft, zoals de 'allereerste Geest over wateren van aanvang'. De muzikale grond herkennen wij in het lied van de schepping in zeven dagen. In dat lied wordt een levensruimte geschapen, waarin licht en donker, hemel en aarde, zee en land gescheiden worden. De zin van die scheiding ligt niet in het absoluut gescheiden zijn van de elementen, integendeel, haar zin ligt in de wederzijdse betrokkenheid van licht en donker, hemel en aarde, zee en land. De betrokkenheid, die we als een muzikale harmonie mogen voorstellen, is de levensruimte waarin vervolgens planten kunnen opkomen, en vogels en vissen, dieren en mensen kunnen samenleven. En in die betrokkenheid, de levensruimte van de schepping, kunnen wij aanwezig zijn in onze omgeving en bij elkaar. De oude kerkvaders loofden de harmonie van de schepping, die *tov is*; dat wil zeggen: die beantwoordt aan haar bestemming, een lofzang te zijn voor de Schepper. Volgens de ouden zijn de schoonheid en de goedheid van de schepping op zichzelf een lofzang tot de Schepper. En wij mogen delen in die lofzang, wij mogen God loven door te genieten van wat Hij ons gegeven heeft, en de schepping te aanschouwen in haar schoonheid en goedheid. De lofzang die begint bij de schepping en voortduurt in de hemelse lofzang, is de muzikale grond van de liturgie.

Liturgie en persoon zijn

Als een kind speelt in de aanwezigheid van zijn ouders, weet het dat het er is en er mag zijn. Spelen in aanwezigheid van de ander betekent zelf

¹² Bij het ter perse gaan van dit boek lezen wij in een artikel een benadering van de mens als zingend en liturgisch wezen. Het betreft M. Ploeger, 'Een zingend wezen. Liturgie en muziek, mens en gemeenschap in het werk van David F. Ford en andere hedendaagse anglicaanse denkers', in M. Hoondert en anderen (redactie), *Door mensen gezongen. Liturgische muziek in portretten*, Kampen 2005, 272-285.

aanwezig zijn. En die aanwezigheid is een lijfelijke ervaring. Dit boek begint met de vraag waar mensen in de liturgie naar op zoek zijn; het eindigt hier met de vraag wat mensen te bieden hebben wanneer ze liturgie vieren. Het antwoord op deze vraag is natuurlijk ook: zichzelf, aanwezigheid. De aanwezigheid van de voorganger – het is al een aantal keren ter sprake gekomen – wordt getekend door de dubbele rol van het ambt en de persoon. En steeds is de vraag gesteld hoe we het inwendige en het uitwendige, het eigene en het vreemde, het intieme en het openbare zo op elkaar kunnen betrekken dat de voorganger zich vrij voelt, vrij om voorganger te zijn.

Wanneer wij binnenkomen in de liturgische ruimte en ons openen, komt de liturgische ruimte ook in ons. Wij worden gevoelig voor gewaarwordingen, de akoestiek van de ruimte, de eigen stilte, de sfeer, de mensen die aanwezig zijn. Dit is ons offer aan God: onszelf in onze lichamelijke, onze zintuiglijkheid, ons wezen hier en nu. Paulus heeft geschreven: 'Moet er geroemd worden, dan zal ik van mijn zwakheid roemen' (2 Korintiërs 11, 30). Paulus heeft het niet over onze zonden, want zwak zijn is geen zonde, maar juist over de plekken waar de kracht van Christus werkzaam wordt (2 Korintiërs 12, 9-10). Is onze zwakheid niet onze lichamelijke? En zijn onze zintuigen niet de kwetsbaarste plekken van ons lichaam? Wat voor de oren en de ogen geldt, geldt voor alle zinnen: als we ze tuchtigen en openhouden, maken zij ons gevoelig voor onze omgeving. Mijn begeerte bijvoorbeeld, mits in toom gehouden, maakt me gevoelig voor de behoeften van anderen. En als wij met onze zwakheden in de liturgie aanwezig zijn, worden wij misschien gevoelig voor de wereld die niemand zien kan, worden we misschien getuige van de werkelijkheid die wel in, maar niet van deze wereld is.

We spraken over ons offer aan God. En inderdaad wordt ook letterlijk het offer bedoeld. Het enige offer dat nog geldt en zin heeft, is het offer van Christus aan de Vader. Alle andere offers zijn zinloos. Maar wij kunnen wel deelnemen aan het offer van Christus, mist wij onszelf geven. Het begrip offeren, dat zo lang uit ons theologisch spraakgebruik verbannen is, betekent naderen (Hebreeuws: *qorban*, aanbieden, opdragen, tonen, tegemoet treden, Latijn: *offere*). Als wij de kerk binnengaan, naderen wij de

Ene, bieden wij onszelf aan, treden we Hem tegemoet, niet om vernietigd te worden (dat zou zinloos zijn), maar om leeg te worden en zo ruimte te maken voor zijn komst. Het effect van dit gezegende offer is dat wij worden wie wij ten diepste zijn, dat heel ons lichaam gebed wordt, zoals we in hoofdstuk 4 gezien hebben: dat wij opgaan in gebed, dat wij opgenomen worden in zijn licht en werkelijk persoon worden. En niet alleen in het gebed.

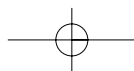
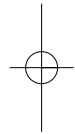
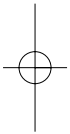
In hoofdstuk 5 spraken we over teksten die ons richten op onze oorsprong en onze toekomst. Het zijn teksten in het licht waarvan wij worden wie wij zijn, die ons, als wij ons geven aan dat woord en het ons zo eigen maken, tot een persoon maken. Wij geven onszelf om ons diepste zelf te ontvangen.

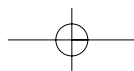
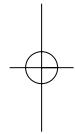
Persoon zijn is bemiddelen, getuigen. Persoon zijn is op zichzelf al een ambt. En wanneer Abraham Heschel zegt dat de mens het enige symbool van God is, is de mens dat als persoon, als iemand die een naam gekregen heeft en een eigen gezicht. De persoon is zichzelf, een intimiteit, maar herinnert ook aan degene die hem of haar geroepen heeft. En hier krijgen wij als persoon een ambt, een taak, worden wij dienaar. Die dubbele identiteit, de bol met twee brandpunten, creëert een speelruimte. Godfried Bomans' dichtregels 'Ik wou dat ik twee hondjes was, dan kon ik samen spelen' zouden niet zo grappig zijn als zij niet ook ergens waar blijken te zijn. En dat zou wel eens in de liturgie kunnen zijn, waar de mens volledig zichzelf is en dienaar van Christus. Rondom die twee identiteiten vormt zich de speelruimte van het woord. Er mag geoefend worden. Er mag vrij geassocieerd worden. Er mag een diepgravende discussie gevoerd worden. En het woord mag, al is het in een nog onafgebaar, gedaan worden. Het lichaam dat speelt met het woord, en meebeweegt met zijn beweging, kan niet anders dan meedoen met de lofzang, alsof die opwelt uit ons hart. In het lichaam, jouw lichaam, mijn lichaam, dat ruimte geeft aan God, daar wordt het woord werkelijk.

IN GOTIEKE LETTERS

Slank sloegen lelies
Vlak voor de deurpost
Toen Maria neerzank
Onder het loodrechte licht
– Straleneinde schitterkrullen
Schommelende eischoot
Volmaakt ovaal
Zoals de buik zijn moet
Waar het Woord Vlees wordt -

Paul van Ostaijen, *Verzamelde gedichten*, Bert Bakker, Amsterdam
1992, 443





Bijlage: oefeningen

De warming-up- en stemoefeningen dienen om aan het begin van een bijeenkomst een groep mensen (weer) te laten wennen aan elkaar, aan de ruimte en aan de begeleiders, die zelf meedoen. De ademhalingsoefeningen en de ontspanningsoefeningen kun je ook individueel doen. De laatste zes oefeningen werken weer het best in een groep.

Warming-up-oefeningen

1. Door de ruimte lopen: vertragen en versnellen

De groep loopt kriskras door de ruimte. Men gebruikt de hele ruimte en probeert botsingen te vermijden. De begeleiders lopen mee. Op een teken van de spelleider voert de groep het tempo langzaam op, steeds sneller, tot het hoogst mogelijke tempo. Die kan van de grootte van de groep afhangen of van de ruimte. Het blijft zaak botsingen te vermijden. Na het hoogste tempo vertraagt men langzaam, heel geleidelijk, totdat iedereen stilstaat. De spelleider laat iedereen even stilstaan en daarna in gewoon tempo verder lopen.

2. Door de ruimte lopen: hoekig en rond

De groep loopt kriskras door de ruimte (vermijd achter elkaar aan lopen in een cirkel). Op een teken van de spelleider gaat iedereen hoekige en stijve bewegingen maken met armen, benen, het hele lijf. Marcheren is zo'n hoekige beweging. Laat iedereen hiermee experimenteren. Daarna doet men even 'gewoon' en vervolgens gaat men over tot ronde soepele, sierlijke bewegingen, bijvoorbeeld in bogen lopen.

3. Een hand geven als ...

Iedereen loopt door de ruimte. Op een teken van de spelleider geef je de dichtstbijzijnde persoon een hand, maar steeds op een andere manier: als aan een vriend(in) die je in geen jaren hebt gezien, als aan een neefje die je

een hand moet geven van je moeder, als aan iemand die jarig is, als regeringsleiders – dit alles zonder tekst.

Idem met tekst: 'Wat fijn u weer eens te zien.' Enthousiast, cynisch, ontroerd, verrast ...

4. Rondlopen en stilstaan

Iedereen loopt door de ruimte. Op een teken van de spelleider staat iedereen stil, helemaal stil met armen, benen enzovoort. Blijf even stilstaan om goed te ondervinden hoe je staat, hoe je je voelt. Daarna geeft de spelleider een teken om verder te lopen. Herhaal dit een aantal keren. Loop met tweeën naast elkaar door de ruimte heen. Experimenteer, zonder mondelinge afspraken te maken, met sneller lopen, langzamer lopen, naar voren, naar achteren, naar links, naar rechts. De opdracht is bij elkaar blijven. Idem met vieren, met achten.

5. Rondlopen en bewegingen overnemen

Iedereen loopt door de ruimte. Op een teken van de spelleider doet iemand een beweging voor, die dan door de rest van de groep wordt nagedaan. Iedereen komt aan de beurt. Loop daarna weer gewoon rond.

Stemoefeningen

Neuriën is altijd goed. Daarmee train je de stem op een ontspannen en prettige manier. Je kunt dat ook in een soort spelvorm gieten.

6. Vraag-en-antwoordspel

Mensen lopen neuriënd rond in een cirkel. In de binnenring loopt één persoon tegen de draad in. Hij/zij spreekt iemand uit de buitenring zingend aan (vraagt bijvoorbeeld met hem mee te lopen). Er ontwikkelt zich een kleine gezongen dialoog (vraag en antwoord) tussen die twee. De eerste voegt zich daarna in de neuriënde kring, terwijl de tweede een nieuwe partner zoekt enzovoort.

7. Gezamenlijk een cluster inzetten

Vier tellen inademen (lage adem, middenrif afplatten, buik naar buiten),

vier tellen de adem vasthouden, dan allemaal tegelijk een willekeurige toon – op bijvoorbeeld ‘noe’ – inzetten (niet die van buurman of buurvrouw) en die pakweg twintig tellen aanhouden.

8. *Menselijke machine van klank (en eventueel beweging) maken*

Eén persoon begint (bijvoorbeeld in het midden van de ruimte) met een bepaald geluid en eventueel een bijpassende beweging. Het moet een kort geluid zijn, dat voortdurend herhaald wordt, een ostinato (bijvoorbeeld *pf sj sj – pf sj sj*). Nummer twee sluit zich aan met een volkomen ander geluid (bijvoorbeeld een stemhebbende rollende *rr*) en maakt daarbij desgewenst een passende originele beweging. Nummer drie sluit zich aan met weer een ander geluid en een andere beweging enzovoort.

(Deze oefening kun je een aantal keren doen, omdat het soms de eerste keer niet zo goed lukt. Mijn ervaring is dat mensen dit door het doen leuk gaan vinden, vrijer worden ook, zelfs de aanvankelijke tegenstribbelaars.)

9. *Eén koorklank*

Mensen staan in een cirkel. Eén persoon uit de groep zet een toon in (niet te hoog, niet te laag, ergens in het middenregister). De persoon ernaast neemt die toon over. Gewoon tussendoor ademen en aanhouden. Nummer drie komt er met dezelfde toon bij enzovoort, waardoor op een gegeven moment iedereen in de cirkel dezelfde toon zingt en er door het koristisch ademen één doorklinkende klankstroom ontstaat. Je kunt die klankstroom vervolgens laten wegsterven door (in dezelfde volgorde) mensen één voor één te laten stoppen tot er één enkele toon overblijft.

10. *Spiegelspel*

Een spiegelspel kun je met beweging doen, maar ook met geluiden, misschien ook wel met een combinatie van beweging en geluid. Iemand maakt een bepaald geluid, zingt een paar tonen, neuriet iets ... Een ander moet dat zo exact mogelijk proberen na te bootsen. Een andere mogelijkheid is de ander na te bootsen maar daarbij juist een kleine variatie aan te brengen.

11. *Stoorzender*

Iemand of een groepje zingt een liedje of produceert een bepaald ostinaat

(steeds herhaald) ritme met lichaam en/of stem. Iemand anders probeert door middel van het maken van storende geluiden de zangers van de wijs te brengen.

Ontspanningsoefeningen, ademhalingsoefeningen

12. Ontspanningsoefening met concentratie op eigen lichaam en omgeving

Ga zitten op een stoel met rechte leuning
of een meditatiebankje.

Word stil en concentreer je op je ademhaling.

Blaas de adem uit, wacht enige tellen
en haal weer adem.

Doe dat enige malen

en probeer je adem zo laag mogelijk te krijgen,
steeds meer vanuit je buik adem te halen.

Bij elke uitademing laat je meer en meer spanning weggaan,
spanning die je niet nodig hebt.

Laat het stil worden na de uitademing

en ontvang bij iedere inademing meer en meer ruimte.

Misschien merk je dat je lichaam zwaarder, lomer wordt
of dat je de neiging krijgt te gapen.

Nu ga je een aantal plaatsen van je lichaam langs.

Je spant de spieren daar eerst aan

en ontspant ze vervolgens.

Zeg zachtjes bij je zelf: 'Aanspannen ... ontspannen.'

Begin met de armen, eerst de rechterarm.

Bal je rechtervuist en span de spieren aan,

druk je elleboog naar beneden,

voel de spanning zeven tellen

en ontspan ongeveer twintig tellen.

Doe het zelfde met je linkerarm.

Het kan zijn dat er een tinteling ontstaat

of een zwaar, loom of warm gevoel

of dat het bloed in je vingers gaat kloppen:

allemaal tekenen van het wegvloeien van spanning.
Breng je aandacht naar de spieren van je nek,
je gezicht, je hoofdhuid.
Ontspan eerst.
Verbeeld je dat je iets heel vies ruikt, proeft, ziet.
Je trekt je neus op.
Je knijpt je mond samen.
Je doet je ogen stijft dicht.
Je duwt je kin en achterhoofd naar achter,
zeven tellen
en ontspant daarna.
Probeer bij het ontspannen
met je aandacht bij je nek,
je gezicht en je hoofdhuid te blijven.
Nu de schouders en de rug.
Trek je armen achter je rug naar beneden,
pak je polsen vast,
en trek de schouders naar elkaar toe.
Zeven tellen aanspannen, en daarna ontspannen.
Nu naar de buikspieren en de bilspieren:
trek je buik in en trek je billen samen.
Na zeven tellen weer ontspannen.
Breng je aandacht naar je rechterbeen.
Trek je tenen naar je neus,
draai je voet naar binnen,
til je voet iets omhoog
en duw je hiel als het ware de grond in.
Doe dit maar een paar tellen,
anders krijg je misschien kramp,
en ontspan daarna weer.
Breng je aandacht naar je linkerbeen
en doe weer hetzelfde.

Ga nu terug naar je ademhaling
en blijf vanuit je buik ademen,
zo laag mogelijk.

Ga met je aandacht opnieuw je armen,
je gezicht, je nek, je schouders en rug,
je buik en je billen,
je benen en je voeten langs
en laat de laatste spanning weggaan.

Het is goed mogelijk dat je nu zwaar bent
en helemaal de plek voelt waar je nu bent.

Nu je 'geaard' bent,
is het goed je te richten op de wereld om je heen,
de geluiden te horen, de trillingen te voelen,
de geuren te ruiken, de kleuren te zien.
Neem er de tijd voor, en ontvang.
Een goede afsluiting kan een wandeling in je eigen omgeving zijn.

13. Lichaamsoefening

Ga op een matje op de grond liggen
(zorg ervoor dat je het niet koud krijgt)
of neem anders een stoel waarin je je kunt ontspannen.
Ontspan je lichaam,
rek je helemaal uit, uitbundig,
en leg dan je armen naast je op de grond.

Sluit je ogen of, als je dat niet kunt,
richt ze op een punt vóór je.
Focus je hele aandacht op wat je in je lichaam voelt.
Begin bij je voeten en ga langzaam naar boven.
Laat je aandacht, misschien maar voor een paar seconden,
stilhouden bij een lichaamsdeel,
span daar je spieren en ontspan ze weer.

Wees aandachtig voor wat je voelt,
niet voor de gedachten bij wat je voelt.
Als je je ongemakkelijk voelt,

jeuk voelt of je van houding wilt veranderen,
wees dan attent op je ongemak
en neem het zoals het op je afkomt;
houd je aandacht gericht
op wat je in je lichaam voelt.

Ga naar je voeten, je kuiten, je knieën,
bovenbenen, billen, schaamstreek,
heupen, buik, borst, schouders,
bovenarmen, onderarmen, handen,
nek, hals, gezicht.

Sluit nu af, open je ogen
en wees hier aanwezig.

14. Ontspanningsoefening

Loop, als je de ruimte hebt,
wat rond op ongeschoeide voeten.
Voel de stap die je zet,
voel de vloer onder je
en ga in gedachten je lichaam langs,
te beginnen bij je voeten,
je onderbenen, je knieën, je bovenbenen, je billen.
Ga langs je heupen en je buik naar je schouders.
Ga in gedachten langs je armen en handen
en terug naar je schouders en je nek.
Voel – nog steeds wandelend – je gezicht
en ga dan naar je kruin.

Zoek een zitplaats en neem een ontvankelijke houding aan.

Zet de muziek aan die je uitgekozen hebt.

- Laat de muziek door je heen gaan.
Voel het ritme, de klanken.
- Misschien zijn er rustmomenten in de muziek,

stilte waaruit de muziek voortkomt
en waarnaar de muziek terugkeert.
- Laat de beelden of ervaringen toe die bij je opkomen.
Neem ze waar en laat ze los.
- Probeer in de muziek op te gaan
en jezelf los te laten.

Blijf, Wanneer de muziek is afgelopen,
nog een tijdje in stilte zitten.

15. Ontspanningsoefening

Ga op een stoel met een rechte leuning
of op een meditatiebankje zitten
en word stil.
Je betast met je aandacht heel je lichaam,
voelt waar spanning zit
en probeert die te voelen en los te laten.
Ga om te beginnen naar je kruin,
dat plekje op je hoofd ...
Voel je voorhoofd,
ga langs je ogen, oren, neus en mond,
voel je keel, je hals,
dan je schouders, eventueel één voor één,
Ga met je aandacht
van je schouders naar je armen, je handen.
Voel je buik, je schaamstreek, je billen.
Ga nu naar je bovenbenen
en langzaam naar beneden: knieën, kuiten,
tot aan je voeten en tenen.

Doe de hele oefening nog een keer,
eventueel langzamer.

Sta daarna op en rek en strek en buig enige malen.

(De bovenstaande oefening tast in de geest, met de aandacht, het lichaam

af. Het is een goed voorbeeld hoe lijfelijk 'verbeelding' kan werken. Want hoewel je geen spieren aan- of ontspant, raak je toch ontspannen.

16. *Ademhalingsoefening*

waarbij je je dingen te binnen brengt en loslaat

Ga goed rechtop zitten, op je botjes.

Vind je vastheid en kracht in je bekken,

je zwaartepunt in de navelstreek.

Daar heb je je wortels.

Je komt tot jezelf.

Richt je gezicht niet omlaag,

maar ontspannen en recht voor je uit.

– Begin met helemaal uitademen.

Laat jezelf los in je schouders.

– Richt je aandacht op het gevoel

van de warme lucht die je uitademt

en de koude lucht die je neus binnenkomt.

Je kunt dit ritme ook inhoud geven

door uitademen en inademen

te vervangen door gaan en komen.

– Na verloop van tijd verandert het ritme van je ademhaling.

Je ademhaling wordt dieper en langzamer,

misschien zelfs zo dat je wat slaperig wordt.

Op zichzelf is dit een goede ontspanningsoefening.

– Laat je inademen een uitdrukking worden

van alles wat je in je leven verlangt,

– en laat je uitademen een uitdrukking worden

van de totale overgave van jezelf

en van heel je leven aan God:

al je zorgen, je tekorten, je gevoelens van schuld en spijt.

– Geef ontspannen en aandachtig

alle zorgen over jezelf over.

Klamp je niet vast aan je zorgen

alsof het om iets kostbaars gaat.

Laat ze los, laat ze van je wegvloeien.

– En word aandachtig stil.

17. Oefening om aanwezig te komen

1.

Ga rechtop staan, je voeten onder je heupen.
Voel het touwtje van onder de aarde
door je heen naar boven.
Dus rechtop, maar ontspannen.
Probeer niets te doen in deze houding,
niets te bewegen;
alleen je zintuigen zijn open:
je ogen, je oren, je neus, je huid –
die zijn open.
Verder niets.

2.

Ik noem een emotie, een gevoel.
Probeer die emotie te voelen
en doe dat in drie stadia:
heel licht, dan sterker en dan hevig.
Doe dat van binnen naar buiten;
dat wil zeggen: voel het in jezelf.
Als je wilt, kan het zich in geluid uiten
of in een blik of in ...
Maar het kan ook helemaal in jezelf blijven:
woede (licht – sterker – hevig),
verliefdheid (licht – sterker – hevig),
angst (licht – sterker – hevig),
vreugde (licht – sterker – hevig),
walging (licht – sterker – hevig).

3.

Kijk naar een punt in de ruimte, fixeer dat,
loop ernaartoe, sta daar stil.
en richt je op dat punt.
Doe dat een aantal keren.
Doe dat op den duur met een paar woorden.

4.

Ga staan, ontspannen, en zeg: 'Hier ben ik.'
Doe dat net zo lang, op verschillende wijzen,
tot het klopt in je eigen oren, voor je eigen gevoel.
Voeg daaraan toe: 'Dit is van mij'
(Dat wil niet zeggen
dat de ruimte niet ook van een ander is,
maar het is ook jouw ruimte.)

18. Focussen

Ga staan, je voeten onder je heupen.
Bouw je lichaam als het ware
van beneden naar boven op.
Focus je blik recht voor je.
Zorg voor een verhaal in je hoofd
(Vanmorgen werd ik wakker,
ik bleef nog even liggen,
stapte mijn bed uit, enzovoort.
Of: ik zie mijn geliefde op een boot
heel langzaam wegvaren en kijk hem/haar na.)
Ga niet turen of staren,
maar zie de levende beelden.
Nu ben je echt en geconcentreerd.

19. Lichaam opbouwen

Sta rechtop.
Buig dan heel rustig
- steeds doorademend -
je hele lichaam.
Ga vanuit je hoofd en je hals/nek
wervel voor wervel naar beneden.
Houd je hoofd dicht bij je romp en je heupen,
houd je armen losjes langs je lijf
en probeer zo, met hoofd en romp gebogen,
rustig te blijven ademen.
Ga dan de hele weg terug,

in omgekeerde richting,
in alle rust.

20. *Echt gaan staan*

Er loopt een draad vanuit je hoofd
eindeloos omhoog.

Er loopt een draad vanuit je voeten
eindeloos naar beneden.

Voel beide draden en sta rechtop.

21. *Handen*

Kijk naar je handen,
naar de bovenkant van je handen,

naar je handpalmen –
wat hebben ze te zeggen?

Zijn ze hard of zacht,
getekend of ongeschonden?

Houd ze dicht bij je lichaam
en steek ze vervolgens naar voren,
linkerhand en arm schuin naar links,
rechterhand en arm schuin naar rechts.
Blijf je handen volgen met je ogen
en probeer de indruk van je handen te benoemen:
aarzeland of recht op het doel af,
moe en afgeleefd,
actief enzovoort.

Steek je rechterhand uit
om iemand een hand te geven.

Doe dat formeel, met tederheid,
met aarzeling.

Kijk ook naar je linkerhand.

Bekijk je handen opnieuw.

Ze kunnen alles:

een nieuwe wereld bouwen,
strelen tot je in de wolken bent,
wurgen, vernielen.

Je handen gaan los van jou hun eigen gang.
Kijk met die ogen naar je handen.

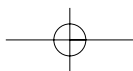
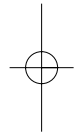
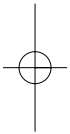
Schud ten slotte je handen uit
en laat ook je gedachten los.

22. Oor en stilte

Ga met je gedachten naar een van je oren.
Word je bewust dat je oor geluid opvangt
of misschien zelfs – actiever –
een geluid uit de lucht oppikt.
Volg die indruk van je oor naar je hart
en volg die indruk van je oor naar je hersens.
Ga opnieuw met je aandacht naar je oor
en luister naar de stilte
tussen alle omgevingsgeluiden,
en merk dat die stilte ruimer kan worden.

Word je bewust van je innerlijk oor,
en luister naar je innerlijk.
Luister eerst naar de veelheid van geluiden, omwoelingen.
Laat ze nu los
en luister naar de stilte in je innerlijk.
Vergroot die stilte.

Je hebt ook een geloofsoor; concentreer je daarop.
Hoor de geloofswaarden en godsbeelden,
flarden belijdenis of gebed.
Laat ze los en luister nu naar de stilte,
Gods stilte, Gods stem.



Over de auteurs

Andries Govaart (Breda, 1954) studeerde theologie/liturgie in Nijmegen. Hij was pastor in Arnhem-Zuid, en werkt nu als liturgist in het aartsbisdom Utrecht. Daarnaast heeft hij een eigen bureau 'viaVia', tekst en toerusting voor liturgie, bezinning en begeleiding, en publiceert hij gebeden, liederen, overwegingen en liturgieën, onder meer bij de uitgeverijen Gooi en Sticht, Abij van Berne en Boekencentrum (*Zingend geloven*) en bij het KRO/RKK Mediapastoraat. Hij woont in Wageningen (telefoon (0317) 42 61 59; e-mail a.govaart@planet.nl).

Willem Marie Spielman (Drachten, 1960) is musicoloog en theoloog. Hij werkte zeven jaar bij de Nationale Raad voor Liturgie en in het pastoraat. Thans werkt hij bij het Franciscaans Studiecentrum, met bijzondere aandacht voor levende spiritualiteit. Zijn telefoonnummer is (013) 581 05 89 en via e-mail is hij te bereiken op info@franciscaans-studiecentrum.nl.

