



Joyce Lakwijk
coaching & communicatie

De waarde van monastieke waarden

Joyce Lakwijk

Waarden die kloosterlingen hooghouden, inspireren mij. Ik waardeer bijvoorbeeld de trouw en volharding waarmee monniken en monialen zich dagelijks door eeuwenoude waarden laten leiden. Eenvoud is er zo eentje: leven zonder individuele materiële ballast. Na een bezoek aan een kloosterling ben ik me weer bewust dat je eigenlijk weinig nodig hebt om gelukkig te zijn. In het kloosterleven uit eenvoud zich vooral in de onafgebroken gerichtheid op de essentie, het mysterie van ons leven. Dat merk je bijvoorbeeld aan een zorgvuldige woordkeuze maar vooral aan het ritme van de dag waarin werk, gebed en geestelijke studie worden afgewisseld.



“Wij leven in uiterlijke eentonigheid: alle dagen dezelfde mensen, alle dagen hetzelfde ritme. Door de rust van de uiterlijke eentonigheid kun je juist naar diepere lagen komen, waar het helemaal niet eentonig is. Als je aandacht te veel verstrooit, dan kom je niet tot die lagen.”

Spiegel

Met kloosterwaarden bezig zijn biedt me een spiegel waarin ik mijn persoonlijkheid, mijn ‘naar buitengerichte kant’ die streeft, wil en moet, in de ogen kan kijken. Als mijn creatieve geest ideeën produceert, weet ik ondertussen dat ik die het beste kan toetsen aan de kloosterwaarde *Stabilitas*, vrij vertaald ‘erbij blijven’ en ‘van harte geduldig volhouden’. Maar ook aan *Obedientia*, vrij vertaald ‘bereid zijn tot luisteren’ en ‘gehoor geven aan het diepste in mij’ heb ik leren beoefenen. Het op laten komen wat er werkelijk van me gevraagd wordt, gaat het beste in stilte, en heeft tijd nodig. Door de jaren heen heb ik geleerd dat keuzes rijping nodig hebben en dat ik niet gelukkig word van reactiviteit en versnippering, maar van verdieping.

“Obedientia noemen wij onderscheidingsvermogen; iets dat groeit in de loop van het monastieke leven. Door vele misleunen heen leer ik de zuivere bewegingen van God verstaan in mezelf en in de ander. Een geestelijk vader of moeder kan me daarbij helpen, maar ook stilte. En rustig doorgaan in geloof en vertrouwen.”



Dichtbij onrust blijven

Als je je opent voor de kracht van een waarde, je ernaartoe wendt en geduldig volhoudt, kan ze in je werkzaam zijn. Neem bijvoorbeeld *Stabilitas*. Als je ‘stabiel op een plek blijft’ (letterlijk en/of figuurlijk) en je je echt naar binnen keert, kan zich wat in je leeft oplossen. Je vragen krijgen antwoorden. Alleen, je persoonlijkheid komt ongetwijfeld in opstand. Die wil iets dóen en vooral niet geduldig afwachten. Fysiek merk je dat bijvoorbeeld aan innerlijke onrust of veel emotie en mentale activiteit.

Als je kiest om de kracht van *Stabilitas* te ervaren, blijf je allereerst zo dicht mogelijk bij de onrust. Dat is niet gemakkelijk en daarom helpt het om je persoonlijkheid ‘iets te doen te geven’. Dans, schrijf, musiceer of teken wat er in je omgaat; geef het de ruimte. En neem daarna een moment van stilte waarin je met je aandacht naar je hart gaat en ervaart wat daar aan diep verlangen leeft.



Joyce Lakwijk
coaching & communicatie

“Eenvoud is voor mij tot innerlijke eenheid komen. Gericht zijn op de Ene. Zo leven dat de Ene alle ruimte krijgt in je leven. Dus niet te veel ‘dingetjes’ er omheen, niet te veel willen, geen multi-tasks, maar met aandacht bij dat ene/Ene zijn. Niet veel verlangens, maar één Verlangen hebben.”

Volhouden met een luisterend hart

In de 2-daagse Vertrouwen in leven en werk' die ik onlangs weer begeleidde over dit thema, stelde een jonge vrouw de volgende vraag: *“Ik houd erg van zingen in een koor. Eerst was het in dit koor erg leuk; de laatste tijd is de sfeer minder goed. Hoe ga ik hiermee om in het licht van Stabilitas?”*

Na wat doorvragen begreep ik dat ze niet zomaar van het koor af wilde gaan, maar er ook niet nog jaren wilde blijven als de sfeer niet zou veranderen. Na ons gesprek kwam ze zelf tot een antwoord, dat ongeveer als volgt luidde: *“De komende tijd ga ik toch ‘vol vertrouwen en geduldig volhouden’ maar wel met een luisterend hart, dat gevoelig kan opvangen wat er wèl kan, waar er kansen liggen, hoe ik creatief met de situatie kan omgaan.”*



Reflectievragen

- **Hoe geef jij ruimte aan je persoonlijkheid zodat je gemakkelijker toegang hebt tot wat er in de diepte van je hart leeft?**
- **Wat kan jou helpen om je aandacht meer te richten op het wezenlijke verlangen dat in jou leeft?**

Kloosterlingen en hun eigen ‘favoriete’ waarden

Maar hoe zit het met de huidige kloosterbewoners? Door welke waarden laten zij zich vooral leiden? Om daar een idee van te krijgen heb ik een aantal voor mij bekende Benedictijnen en Cisterciënzers v/m gevraagd naar hun monastieke waarden-top 3. Door hun openheid ontving ik een schat aan informatie. Geen waterdicht kwantitatief onderzoek, maar persoonlijke inkijkjes in een waarde-vol leven in het klooster. Zij hebben bij hun intrede beloofd bepaalde waarden van hun kloosterorde na te leven, maar daarnaast blijkt ieder van hen eigen waarden na te streven. Naast ‘gangbare’ kloosterwaarden als Stabilitas, Obedientia en Humilitas hoorde ik over Zuiverheid van hart, Verdraagzaamheid, Gebed, Niet-weten, Stilte en Radicaal open zijn. In deze blog lees je citaten hieruit.

“Nederigheid, humilitas, daarin zit het woordje humus, grond. Nederigheid betekent dus: op de grond gaan staan, niet hoger en niet lager willen zijn... jezelf zijn, waarachtig zijn.”

Met dank aan de monniken en monialen die meewerkten aan mijn interview en aan het boekje ‘Een levensregel voor beginners’ van Wil Derkse.

Oktober 2020