

‘Het wordt altijd weer lente’ – woorden om het aan te blijven kunnen.

We beleven bevreemdende, onwerkelijke dagen. Er waart een virus rond waarop de mens maar nauwelijks grip krijgt. Dat geldt voor de overheid en de wetenschap, maar ook voor onszelf. Buiten is het onmiskenbaar lente, de natuur staat op het punt in al haar pracht uit te breken, binnen heerst vooral bezorgdheid. Hoe lang gaat deze crisis duren, en: wat betekent dit alles voor mij?

In gedachten zijn we bij de mensen die getroffen worden door ziekte en lijden, mensen die dierbaren moeten missen. De mensen die ik telefonisch spreek klinken opgewekt en zijn vol goede moed (‘Ik red me wel, maakt u zich maar geen zorgen, ik heb de oorlog meegemaakt!’), tegelijkertijd is men blij met iedere snipper extra aandacht. Want de dagen duren soms lang en dan is het fijn dat er iemand de moeite neemt contact te zoeken.

Binnen is het crisis en buiten bloeit de lente. Iemand schreef me deze week: ‘Mijn amandelboom op het balkon staat in bloei. Het wordt altijd weer Lente.’ Een zin die bijna klinkt als een dichtregel. Ik werd er zelf door bemoedigd.

Wat geeft voeding in deze tijd? Wat maakt dat we deze dagen weerbaar blijven? Ik moest denken aan woorden uit Psalm 1. Daar wordt gesproken van de mens aan de bron. Wat zijn in deze bijzondere tijd bronnen die in ons het leven doen wakker? Waardoor worden we gevoed?

De psalmist schrijft:

*Gelukkig de mens
die niet meegaat met wie kwaad doen,
die de weg van zondaars niet betreedt,
bij spotters niet aan tafel zit,
maar vreugde vindt in de wet van de HEER
en zich verdiept in zijn wet, dag en nacht.*

*Hij zal zijn als een boom,
geplant aan stromend water.
Op tijd draagt hij vrucht,
zijn bladeren verdorren niet.
Alles wat hij doet komt tot bloei.*

De mens als een boom aan de bron. Een krachtig beeld. Zoals een boom niet kan zonder water, zo kan een mens niet zonder geestelijk voedsel. Zeker in een tijd als de onze waarin we worden overstelpt met bedreigende berichten. Hoe blijf je als mens dan op de been? Hoe zorg je dat de bron van waaruit je leeft niet opdroogt?

‘Mijn amandelboom op het balkon staat in bloei’, zo schreef iemand. Wat mij betreft is dit een eerste bron om het leven, met alles wat er in is, tegemoet te treden. Het is het genieten van de vroege bloei van een boom, van de narcissen die staan te pronken en de eerste struiken die voorzichtig uitbotten. En het is het genieten van het dierenrijk, de vogels die kwetteren en zoveel beter te horen zijn dan anders. Ik vond in de krant een recensie van een vogeldagboek van Peter Vos. Zijn leven lang hield hij vogeldagboeken bij en observeerde en tekende hij vogels. Ergens beschrijft hij de zang van een merel. Hij schrijft: ‘Ik hoorde de eerste merel. Eén regel maar. Toen een hele tijd niks. – op een februariochtend hoorde je er weer een. In de verte. Ochtendschemer; doodstil buiten en dan die verre transparante zang. Je liep naar ’t raam en merkte toen dat de merel vlakbij, in de esdoorn, die tegen onze gevel staat, zat te zingen. Volledig ontwikkelde zang, regel voor regel, op 1 m. opgediend.’ Zouden we in deze tijd ook zo precies kunnen kijken en luisteren naar een vogel? Geeft dat troost?

Een tweede bron is wat mij betreft de muziek, of meer algemeen: de kunst. ‘We rijden in een dikke mist door de tijd’, zo schreef een ander. Het was Robbert Dijkgraaf die heel eerlijk zijn worsteling beschreef met de huidige situatie. Hoe stellen we ons op in deze nieuwe wereld met een stortvloed aan ontwikkelingen en scenario’s? Hij concludeerde: ‘In een tijd waar het hier en nu alles opslokt en weer laat verdampen, zijn er gelukkig ook tijdloze zaken. De relaties die ons dierbaar zijn. De kunst, muziek en literatuur die het aardse overstijgen. (...) Net zoals een symfonie van Beethoven meer is

dan een opeenvolging van losse noten, is het ons mensen niet gegeven rechtstreeks de grote boog van het leven te zien, maar misschien dat we in deze gedwongen verstillingsdicht bij de kern van het bestaan kunnen komen.'

Ook deze gedachte is voedend en geeft troost in barre tijden. Het richt de blik op wat groter is dan onszelf: de kunst, de muziek, de literatuur, de poëzie.

De mens als een boom aan de bron, het wordt in de eerste psalm zo treffend beschreven. De boom als een beeld van onverzettelijkheid en kracht. In het tijdschrift van Natuurmonumenten vond ik een prachtig verhaal over bomen in verbinding, het was voor mij een derde inspiratiebron. Een kort artikel beschreef bomen als sociale wezens. Het is een wonderlijk verhaal, maar zo krachtig en troostrijk. Bomen delen via wortels en schimmels informatie met elkaar. Maar dat is nog niet alles. Zij helpen elkaar ook. Als er één ziek of zwak is, sturen de bomen eromheen er extra voedsel naartoe. Dat doen ze niet alleen met de bomen van de eigen soort, ook bomen van andere soorten krijgen hulp. Onderzoekers ontdekten dat wortels en schimmels van bomen ondergronds met elkaar versmelten tot een enorm *wood wide web*. In dit sociale netwerk wisselen bomen niet alleen voedsel uit, maar ook genetisch materiaal. Zo blijkt er in de benedenwereld van bomen – onzichtbaar – een netwerk van relaties te bestaan dat zijn weerga niet kent.

Ik vraag mij af: als bomen dat kunnen, dan kunnen mensen dat toch ook? Zoals we dat op het moment ook kunnen waarnemen. Opeens ontstaan er allerlei spontane acties en initiatieven en zijn mensen bereid om om elkaar heen te gaan staan. In de avond wordt er geapplaudiseerd voor hulpverleners en maken mensen muziek bij de poort van een zorgcentrum. Allemaal hartverwarmende initiatieven die tonen hoezeer mensen in tijden van nood bereid zijn elkaar te steunen en te bemoedigen. Crisis brengt in een mens soms het beste naar boven.

Ten slotte: ik had persoonlijk ook iets aan de adviezen van de psycholoog en schrijver René Diekstra. Hij gaf een drietal heel heldere en toepasbare adviezen om in deze tijd op de been te blijven. Hij schreef dat je in de eerste plaats met je naasten moet praten over je angsten. Blijf er niet alleen mee zitten, maar deel het met de mensen op je heen. Dat helpt om de situatie dragelijker te maken. Ten tweede gaf hij als tip mee dat je je moest beperken in de 'inname' van de berichtgeving over de bedreiging. Besluit om bijvoorbeeld alleen het journaal van acht uur te bekijken en om niet de hele dag met het akelige nieuws geconfronteerd te worden. Ten slotte raadde hij aan om te vertrouwen op de mensen die namens de overheid en wetenschap informatie verstrekken. Dat maakt het leven al een heel stuk eenvoudiger en aangenamer. Ik vond dit laatste advies in deze tijden van verwarring zeer bruikbaar.

Keren we terug naar de woorden uit Psalm 1.

*Gelukkig de mens
die niet meegaat met wie kwaad doen,
die de weg van zondaars niet betreedt,
bij spotters niet aan tafel zit,
maar vreugde vindt in de wet van de HEER
en zich verdiept in zijn wet, dag en nacht.*

*Hij zal zijn als een boom,
geplant aan stromend water.*

Je kunt de woorden samenvatten in een drieslag: geef *aandacht* aan de zaken die er werkelijk toe doen, geef *ruimte* aan de *schoonheid* en zorg voor een bepaalde *orde* in je bestaan. Het is een soort van overlevingspakket in deze bange dagen. En natuurlijk: overweeg deze zaken bij dag en bij nacht. 'Druk uw zegel op mijn ziel en leef in mij', zo zegt een lied het. Zoek naar bronnen die het leven verkwikken, versterken en genezen. Ze zijn meer dan nodig in deze tijd. De psalm leert ons dat het gaat om vruchtbaarheid, die optreedt wanneer je je wortels uitstrekt naar 'waar water stroomt'. Ik wens ons allen kracht toe. Dat bronnen van levend water in ons mogen stromen.

Ds. Alex Noord