

In gesprek over Levenskunst

Levenskunst – iets moois van je leven willen maken lijkt wel in de mode. In bibliotheken en in boekhandels vind je rijen boeken over dit onderwerp. Typ het als zoekterm in op bol.com en je krijgt meer dan 1500 hits. Kennelijk is levenskunst niet zo eenvoudig, en zijn vele antwoorden te geven op de vraag ‘hoe moet ik leven’? In deze gesprekshandreiking gaan we op zoek naar wie voor ons model staan als het gaat om levenskunst, we werpen een blik op de ‘lelies in het veld’ en gaan in gesprek over levensfasen.

Inleiding

Het werd al even genoemd: er is tegenwoordig veel te lezen over levenskunst. Er verschijnen boeken met titels als ‘handboek voor de levenskunst’, ‘nietsdoen als levenskunst’ ‘levenskunst – bevriend raken met jezelf en de ander’. Ook is er op het gebied van cursussen en workshops veel te vinden en te ontdekken.

- Heeft u zich (ooit) verdiept in het onderwerp ‘levenskunst’, bijvoorbeeld door boeken te lezen, een training te volgen of op een andere manier? Zo ja, wat heeft het u gebracht? Zou u er iets over willen delen?
- Wat is volgens u de betekenis van het begrip ‘levenskunst’?

De behoefte om meer te weten over levenskunst kent verschillende redenen. Eén daarvan is het verlies aan ‘levensvisies’ (pag. 2). Het is niet meer duidelijk hoe je zou moeten leven, de antwoorden die de generaties voor ons hadden, zijn bij velen niet meer in zwang.

- Als u (terug)denkt aan uw ouders en grootouders, welk antwoord zouden zij dan hebben gegeven/ geven op de vraag ‘hoe moet ik leven?’
- Herkent u de antwoorden die zij gaven/ geven in uw eigen leven?
 - o Zo ja, om welke antwoorden gaat het dan? Kunt u vertellen waarom u die antwoorden heeft overgenomen?
 - o Zo nee, kunt u vertellen waarom u hun antwoorden niet deelt?

Van mensen als Ramses Shaffy of Godfried Bomans wordt wel gezegd dat zij ‘echte levenskunstenaars’ waren.

Kent u nog andere ‘levenskunstenaars’? Waarom worden zij zo genoemd?

- Is dat wat met ‘levenskunst’ nagestreefd wordt, hetzelfde als ‘een levenskunstenaar zijn’?

Rolmodellen

Soms kunnen andere mensen ons inspireren en leven zij op zo’n manier dat je zelf zegt: dat zou ik ook wel willen!

- Kent of kende u iemand van wiens leven u zegt ‘zo zou ik ook willen leven!’? Wilt u hierover iets delen? Kunt u bijvoorbeeld aangeven wat u zo aanspreekt in het leven van de ander?

Neem het onderstaande rijtje met bekende bijbelse figuren eens door en bespreek met elkaar wat u van hen weet. Vraag uzelf dan af: zou je uit hun levens een bepaalde vorm van levenskunst kunnen afleiden? Zo ja, spreekt deze levenskunst mij aan? Wie is voor mij daarin een rolmodel?

- o Abraham
- o Noach

- Mozes
- Koning David
- Koningin Esther
- Maria, de moeder van Jezus
- Petrus

Leven(skunst), ziekte en dood

‘Het is vooral de dood die vraagt om levenskunst’ (pag. 3) schrijft Stephan de Jong: ‘De dood brengt mensen tot een bewuster vormgeven van het leven’. In Prediker 3 is eenzelfde gedachte te lezen: Daarom, zo heb ik vastgesteld, is het maar het beste voor een mens dat hij vreugde put uit alles wat hij onderneemt. Dat is wat hem is toebedeeld, want wie zal hem van iets laten genieten na zijn dood?

- Kunt u zich vinden in deze opvatting? Bent u het ermee eens?
- In hoeverre hangt, volgens u, deze conclusie samen met een afnemend geloof in een leven na dit leven?

Beate Rose vertelt over de mensen die zij in haar werk in het ziekenhuis ontmoet. Sommige patiënten concentreren zich volledig op hun ziekte, houden zich hier voortdurend mee bezig. Anderen blijven zich richten op wat zij kostbaar vinden in het leven.

- Herkent u iets in dat wat Beate Rose schrijft? Bijvoorbeeld uit uw eigen ervaring met ziekte, of uit ervaring met zieke naasten?
- Wat is ervoor nodig om ook in tijden van (levensbedreigende) ziekte je passie te blijven volgen?

Lelies in het veld

Lees met elkaar het artikel ‘Als lelies in het veld’ van Jean Jacques Suurmond op pag. 12 en 13. Een van de dingen die hij hierin zegt is: ‘Echte levenskunst is geen kunst.’ (p12).

- Kunt u begrijpen waarom hij dit zegt? Bent u het er mee eens? Waarom wel/ niet?

Suurmond beschrijft ook de verschillende fasen in de menselijke en de geloofsontwikkeling die we in ons leven meemaken. In elk van deze fasen is er sprake van dat grenzen worden verruimd of verlegd.

- Herkent u deze fasen in uw eigen leven? Zo ja, kunt u er voorbeelden van noemen (bijvoorbeeld uit uw jeugd)?
- Zijn er ook fasen die u bij anderen herkent (bijvoorbeeld wanneer het gaat om het ‘keerpunt’ of wanneer het gaat om de laatste fase)?

Suurmond citeert in zijn artikel uit het evangelie van Matteüs. Lees met elkaar het betreffende gedeelte uit hoofdstuk 6:

(...) maak je geen zorgen over jezelf en over wat je zult eten of drinken, noch over je lichaam en over wat je zult aantrekken. Is het leven niet meer dan voedsel en het lichaam niet meer dan kleding? Kijk naar de vogels in de lucht: ze zaaien niet en oogsten niet en vullen geen voorraadschuren, het is jullie hemelse Vader die ze voedt. Zijn jullie niet meer waard dan zij? Wie van jullie kan door zich zorgen te maken ook maar één el aan zijn levensduur toevoegen? En wat maken jullie je zorgen over kleding? Kijk eens naar de lelies, kijk hoe ze groeien in het veld. Ze werken niet en weven niet. Ik zeg jullie: zelfs Salomo ging in al zijn luister niet gekleed als een van hen. Als God het groen dat vandaag nog op het veld staat en morgen in de oven gegooid wordt al met zo veel zorg kleedt, met hoeveel meer zorg zal hij jullie dan niet kleden, kleingelovigen? Vraag je dus niet bezorgd af: “Wat zullen we eten?” of: “Wat zullen we

drinken?” of: “Waarmee zullen we ons kleden?” – dat zijn allemaal dingen die de heidenen najagen. Jullie hemelse Vader weet wel dat jullie dat alles nodig hebben. Zoek liever eerst het koninkrijk van God en zijn gerechtigheid, dan zullen al die andere dingen je erbij gegeven worden. Maak je dus geen zorgen voor de dag van morgen, want de dag van morgen zorgt wel voor zichzelf. Elke dag heeft genoeg aan zijn eigen last.

- Bespreek dit gedeelte met elkaar:
 - o Wat valt u op?
 - o Wat vindt u lastig te begrijpen?
 - o Waar zet u vraagtekens bij?
- Als u uit dit gedeelte enkele ‘tips over levenskunst’ zou moeten afleiden, welke tips zouden dat dan zijn?

Tot slot

Bekijk ter afsluiting van dit gespreksmoment met elkaar de afbeeldingen in dit nummer van Open Deur.

- Kies een afbeelding die voor u het meest duidelijk maakt waar levenskunst over gaat, of u de gedachte geeft: zo zou ik het ook wel (meer) willen!
- Vertel elkaar wat u in de afbeelding ziet en waarom u deze heeft gekozen.

Annemarie Roding, predikant in de Protestantse Kerk en geestelijk verzorger bij Careyn