

STERK

En jawel, we moeten ons sterk houden. Want we leven nog altijd in de lockdown. Ons sterk houden, want bij velen begint de vermoeidheid tot het naleven van de maatregelen te wegen. Anderen maken al plannen om een lockout al of niet te vieren. (Jawel, vieren!) En we mogen dromen en verlangen. Maar ondertussen.... Moeten we sterk en moedig blijven. De voorbije dagen werd ik geraakt door een gedicht van Bart Moeyaert. Over dat sterk zijn schrijft hij:

*'Ik dacht dat het niet kon:
dat iets wat je niet ziet
je alle dagen draagt
en sterker maakt.
Alsof je spieren krijgt
van liefde.'*

Piekeren

Dat we ons in deze onwezenlijke tijden zorgen maken, het is heel begrijpelijk en terecht. Zorgen maken we om onze gezondheid en die van anderen. Zorgen zijn er om de toekomst. Hoe zal die er uit zien? Hoe gaan de gevolgen van deze crisis opgevangen en behartigd worden, voor iedereen! En onze zorgverleners die mensen bijstaan, waar vinden zij de kracht om staande te blijven? Zorgen zijn er deze dagen genoeg. En ze kunnen ons doen piekeren. Piekeren, het is niet altijd een gezonde houding. Teveel piekeren doet mensen soms op de toppen van hun tenen staan. En wie te lang op de toppen van de tenen staat, die krijgt kramp. En dat kan tot onderlinge spanningen leiden. Piekeren doet ons zeggen zoals in het gedicht: 'Ik dacht dat het niet kon...' Je ziet het niet meer, of wil het niet zien, die kracht die je voortdrijft en stuwt.

Mijmeren

Doorheen onze zorgen is het goed wat tijd te verliezen om even te mijmeren. En daarbij kan poëzie, zoals het gedicht van Bart Moeyaert, zeker helpen. Mijmeren doet je stilstaan bij het leven zoals het nu eenmaal is. Mijmeringen voeren je niet weg in één of andere berusting. Ze doen je nadenken over de diepere zin, over wat je niet ziet maar wat je wel kan voelen in het leven. Mijmeren doet je stilstaan en maakt je verbonden bij datgene wat je sterk maakt. Mijmerend doorheen onze zorgen mogen we de liefde weer ontdekken. Want liefde geeft je spieren. Liefde maakt je krachtig en sterk, om elkaar te dragen ook door die moeilijke momenten van het leven. Wanneer we alleen maar piekeren blijven we steken in wat er niet meer is of wat we niet meer hebben. Mijmeren doet ons mogelijkheden ontdekken om doorheen gemis toch altijd weer kansen te blijven zien. Want het is de liefde die ons nu sterk maakt om ondanks de afstand elkaar toch nabij te zijn. Het is de liefde die ons de essentiële verplaatsingen naar elkaars hart doet maken. Bart Moeyaert eindigt zijn gedicht met volgende woorden:

*'En kijk, het klopt:
het is waar
dat liefde spieren geeft
en op den duur
ook vuur.'*

Laten we liefst niet al te veel piekeren. Dat is zo vermoeiend! Mag jij af en toe de tijd vinden om even te mijmeren... Dat je zo weer de liefde mag ontdekken die je krachtig en sterk maakt. Zo sterk dat anderen zich op den duur mogen warmen aan het warme vuur van jouw nabijheid.

Johan Loones

(alle reacties welkom bij Johan.loones@skynet.be)