

MAAK JE NIET DRUK

Marta, Marta, je bent zo bezorgd. (Lucas 10,41)

De tijd van Marta

Wij leven in de tijd van de Marta's: iedereen is druk. 'Geen tijd!' roepen we al snel. Onze agenda's staan vol. 'Ik denk dus ik ben,' was het parool van de filosoof Descartes. Maar wij zeggen: 'Ik ren, dus ik ben.' We zien er de reden van ons bestaan in.

Marta en Maria: het zijn behalve twee personen ook twee levenswijzen. Actief tegenover passief. Extravert tegenover introvert. Greep hebben-op tegenover loslaten. Drukte tegenover stilte. Regelzucht tegenover retraite. Activisme tegenover contemplatie. Nadruk op nut en efficiëntie tegenover verwondering en spel. De eerstgenoemde eigenschappen krijgen in onze samenleving alle nadruk. Daardoor zijn zoveel mensen uit balans.

Gastvrij!

Marta en Maria - in het Bijbelverhaal zijn het twee personen. Ik denk zomaar dat onze sympathie het meest uitgaat naar de nijvere Marta. Ze was gastvrij, hartelijk, zorgzaam. Zet daar tegenover haar zus Maria. Die stak geen hand uit. Geen wonder dat Marta klaagde!

Ja, als wij partij zouden moeten kiezen, dan voor Marta. Ze slooft zich uit terwijl Maria lekker niets zit te doen. En toch gaat Jezus niet meteen aan de kant van Marta staan. En als je goed kijkt, ga je ook begrijpen waarom. Marta spreekt namelijk niet Maria zelf aan, maar Jezus. Vreemd!

Manipulatie

Als Marta werkelijk voor efficiency zou zijn gegaan, had ze haar zus zelf natuurlijk moeten aanspreken. En: niet in het openbaar. Ze had haar misschien in kunnen fluisteren: 'Joh, Maria, kun je niet even inspringen? Het loopt me een beetje uit

de hand.’ Dat had Maria vast gedaan. Maar nee hoor, in plaats daarvan koos ze ervoor om in het openbaar Jezus aan te spreken over haar zus.

Daar zitten drie kanten aan. Allereerst: ze manipuleert. Ze probeert Jezus voor haar karretje te spannen. Ten tweede: er zit wat wrok in Marta jegens haar zus. Alsof een zich al langer opgebouwde frustratie er nu ineens uitkomt. Maar in de derde plaats: ze dingt zichzelf op de voorgrond. Ze heeft een houding van: ‘Kijk mij eens mijn best doen!’ Ze wil erkenning.

Uit balans

Dat laatste herkent u het misschien wel. Bij uzelf of anderen. Je kunt klagen over dat je zo druk bent, maar daar kan het motief onder zitten van: Kijk mij eens belangrijk zijn! Je denkt al snel dat een volle agenda status geeft. Je bent kennelijk nodig. Maar al die drukdoenerij kan ook een vlucht zijn. Je bent misschien bang voor stilte, voor niets doen. Want dan komen er stemmen in je hart naar boven die je liever wegdrukt. Dáárom doe je zo druk.

Jezus weigert om met de houding van Marta mee te gaan. Hij is de psycholoog pur sang. Hij doorziet haar poging hem te manipuleren. Zijn reactie: ‘Je bent zo bezorgd, Marta, ben je wel in balans?’

Ritme

Balans in je leven – daar draait het hier om. Het leven is in- en uitademen. Dag en nacht. Eb en vloed. Dat ritme is van levensbelang. Er zijn studies die uitwijzen dat burn-out niet zozeer ontstaat door hard werken, maar door gebrek aan ritme. Door stress kunnen mensen hun werk niet loslaten. Het blijft maar doormalen in je hoofd. Dan adem je alleen maar in en niet meer uit. Maar alleen de regelmaat van een ritme houdt een mens aan de gang.

Daarom zijn meditaties en retraites tegenwoordig zo populair. Mensen leren er weer uitademen. Het kan niet altijd vloed zijn. Er zit een cadans in het leven. Wie niet meegaat op die golfslag loopt vast. Misschien was dat wel de boodschap van Jezus aan Marta: ‘Marta, Marta, je leeft zo eenzijdig.’

Dans

Het is vandaag zondag van de Drie-eenheid. Dat lijkt niets te maken te hebben met ons Bijbelverhaal, maar ik denk van wel. De Drie-eenheid is voor veel

mensen een dogmatische leer in beton gegoten, in na-Bijbelse tijden bedacht door rationele theologen. Maar het is de vraag of dat zo is.

De Drie-eenheid was geen theoretische constructie, maar de uitdrukking van het mysterie van God. Een heerlijk mysterie, want het is het mysterie van goddelijke liefde. God is boven ons als Schepper, naast ons als de Zoon, en in ons en in al wat leeft als de Geest. Van alle kanten worden we omringd door liefde! Oude gelovigen hadden daar het volgende beeld voor. De Drie-eenheid is een rondedans van drie kanten van God. Vader, Zoon en Geest vormen een kring en in die kring mag jij meedoen.

Stap uit je hoofdkantoor

Nu het Kerstfeest is geweest en Pasen en Pinksteren, is het meest wezenlijke voor ons leven gedaan. De cirkel is rond. Wij hebben niet alleen geleerd dat God ons heeft gemaakt, maar ook dat hij in Jezus mens met de mensen is geworden, en dat hij in alles wat leeft nu ook woont. Dat vieren we op deze zondag van de Drie-eenheid. De cirkel van Vader, Zoon en Geest omspant hemel en aarde. En nu nodigt hij ons in die kring ten dans. Een dans van vreugde!

Stap dus af en toe uit die cirkelgang van drukdoenerij waar je in gevangen zit en neem deel aan de dans van Vader, Zoon en Geest. Adem uit. Laat je schouders hangen, stap uit je hoofdkantoor, laat je geestelijke voeten het werk eens doen. Zei ik 'werk'? Het gaat om spel, dans, overgave! Geloven heeft óók iets luchtigs.

Verkeren

De dans met de Eeuwige begint als je gaat verkeren met God. Verkeren-met: omgaan-met. Die houding had Maria. Verkeren met God – dat kan op verschillende manieren. Het kan persoonlijk, maar ook hier in de kerk. Met woorden, liederen, gebeden en met tekenen van brood en wijn. Zo zitten wij, net als Maria, vanmorgen aan de voeten van Jezus. Hij betreft ons bij de rondedans van God.

Marta en Maria - ze zijn allebei nodig. Maar als Marta de dominantie zoekt, houdt Jezus Maria ten voorbeeld. Het is werk én bid. En-en. Zonder een flinke scheut mystiek of spiritualiteit is de cocktail van het geloof uit balans. Dan wordt het te activistisch en dat maakt doodmoe. Laten we de Marta én Maria in onszelf allebei voeden.