

Eenvoudig

leven in bescheidenheid, dankbaar voor wat gegeven is: meer dan genoeg

De kunst van het loslaten

BEELD:

Clara van Assisi;
paardenbloemzaadje in de wind (door Wolfgang Hasselmann via Unsplash)

We leven in een tijd waarin we aan alle kanten bezet worden: door ons (vrijwilligers)werk, het nieuws, sociale media, de sneltreinvaart waarin onze maatschappij maar doordendert en door héél veel spullen. En dan willen we ook nog graag dat alles leuk is, maar het leven blijkt niet maakbaar. Hoe kunnen we met die uitdagingen omgaan? In deze Alle Goeds gaan we te rade bij Clara van Assisi.



In welke spiegel kijk je?

Tekst: Marianne Vonkeman

Agnes, prinses van Bohemen, kiest voor het klooster en niet voor een politiek huwelijk. In Praag sticht zij het Franciscusklooster. Agnes vindt inspiratie en ondersteuning bij Clara, eerste vrouwelijke volgeling van Franciscus en abdis van het klooster van de Arme Zusters in San Damiano, net buiten Assisi. Clara en Agnes zullen hun leven lang bevriend blijven en brieven uitwisselen. De zogeheten Derde brief is waarschijnlijk in 1238 geschreven.

“Laat geen bitterheid en duisternis je insluiten”, schrijft Clara in die brief. Het ging niet zoals Agnes wilde. Misschien had ze het moeilijk. Het kan niet eenvoudig geweest zijn om de druk van haar vader en de huwelijksaanvragen van verschillende koningen te weerstaan. Het klooster was gesticht, maar ook daar waren problemen. De paus had onlangs de kloosterregel zoals Agnes die had aangevraagd, geweigerd. Bitterheid kan een mens omsluiten en je eenzaam maken. Voor je het weet zijn er donkere wolken die je levenslicht dimmen. Maar: je kunt kiezen waardoor je beïnvloed gaat worden, schrijft Clara aan Agnes. Je kunt jezelf een omgeving ge-

ven waarin je niet ingesloten raakt door de omstandigheden. “Vorm jezelf door beschouwing geheel om”, zegt ze. Je kunt jezelf omvormen – of nog beter gezegd: je laten omvormen. Het is leven is niet maakbaar, maar we hebben wel zeggenschap over wat ons vormt, misvormt of omvormt.

Er is altijd een keuze

“Plaats je geest in de spiegel van de eeuwigheid”, voegde Clara eraan toe. Die spiegel is voor haar Christus zelf, de mens die God volmaakt weerspiegelde. Als je het leven van Christus bekijkt, als je in zijn spiegel je eigen leven onder de loep neemt, dan beseft je dat je maar een sterfelijk mens bent. Je geeft jezelf het leven niet, maar je ontvangt het. Je leeft vanuit die Bron, zegt Clara tegen Agnes. Laat dat je houvast zijn in alle woelingen van de tijd. Laat die wetenschap je geest ademruimte geven.

Wat kenmerkte Christus' menselijke leven? Nederigheid



en armoede, zegt Clara in bijna al haar geschriften. Dat is wat je ziet als je naar zijn aardse leven kijkt en naar zijn moeder Maria. Nederigheid staat in de spiegel van de wereld om ons heen niet hoog aangeschreven en armoede is vooral iets om te bestrijden. Maar jezelf klein en leeg maken geeft ruimte. Lege handen zijn voorwaarde om iets te kunnen ontvangen.

De rijkdom van minder

Tekst: Melissa Schilderink

Armoede was voor Clara méér dan materiële armoede. We zijn kwetsbaar en broos als onze noodzakelijke levensbehoeften ontbreken of wegvallen, maar armoede was voor Clara en haar zusters geen verheerlijking daarvan. Zij had in het leven van Christus een weg gevonden die ze wilde gaan. Uit solidariteit met de zwakken en zieken en anderen aan de rand van de samenleving, deden Clara en haar zusters afstand van alle eigendom. Niets bezitten was niet het doel op zich: niet zozeer een vrij worden ván iets, maar een vrij worden vóór iets was het streven. De materiële armoede leidde voor Clara tot een spirituele rijkdom. Welke wijsheid ligt daarin verscholen voor onze dagelijkse levens?

Waarvoor zou jij vrijer willen worden?

Zowel in materiële als in immateriële zin worden we constant in beslag genomen: dat wat we bezitten, bezit ons net zo goed. Wanneer we niet meer opgeslokt worden door alles wat ons bezet houdt, ontstaat er meer ontvankelijkheid en ruimte voor wat er echt toe doet. Met andere woorden: we worden vrijer én krijgen daar iets voor terug. Clara wijdde daaraan zelfs een lofzang: “zalige armoede: voor wie haar liefhebben en omhelzen, verleent zij eeuwigdurende rijkdom”.

In onze wegwerpmatenschap is lenen het nieuwe afstand doen van bezit. Want niet alleen onze hoofden stromen over: ook onze huizen barsten uit hun voegen van overvloed. Veel van wat we hebben, gebruiken we zo nu en dan, of slechts een korte periode. En daarna

Clara van Assisi (1193/4-1253) stamde uit een adellijke familie. Clara voelde zich aangetrokken door het leven van Franciscus van Assisi en werd zijn eerste vrouwelijke volgeling. Na gesprekken met Franciscus koos zij voor een leven in armoede en beslotenheid. In haar laatste levensjaren schreef ze een *Levensvorm* voor haar zusters, waarin armoede een belangrijke plaats inneemt.

staat het daar maar te verstoffen. Op deelplatformen als Peerby.com leen je spullen van je burens, zodat ze in je dagelijkse leven minder ruimte innemen – letterlijk, maar wie weet ook figuurlijk.

Wie weinig kan of heeft, moet durven vertrouwen op anderen. In de rondzendbrief die na Clara's dood werd opgesteld om haar dood en de betekenis van Clara voor haar zusters te verkondigen, lezen we dat Clara “wanneer zij soms merkte dat behoeftige zusters geen kleren hadden, hongerige zusters geen voedsel en dorstige zusters geen drinken hadden, zij behulpzaam in hun midden kwam staan.” We hoeven niet alles zelf te kunnen, te hebben of te weten. Van Clara leren we dat dát de kunst van loslaten is: we mogen vertrouwen.

Op zoek naar meer wijsheid van Clara?

Clara van Assisi | Geschriften en oudste bronnen, € 29,50

Clara is de eerste vrouw van wie de kloosterregel door de paus werd goedgekeurd. Deze regel is een van 38 documenten van en over Clara die in *Clara van Assisi, Geschriften en oudste bronnen* te vinden zijn.

Clara van Assisi | Mystiek in het alledaagse, € 17,50

Edith van den Goorbergh gaat op zoek naar de levenswijsheid die in Clara's *Levensvorm* verborgen ligt. Zij benadert de tekst als een spiritueel omvormingsmodel.

shop.franciscaansebeweging.nl