

RICK  
TIMMERMANS

# Hunkeren naar rust

Pelgrimeren  
door de Regel van  
Benedictus



Rick Timmermans

# HUNKEREN NAAR RUST

*Pelgrimeren door de Regel van Benedictus*

*Uitgeverij*  
**Ten Have**

# Inhoud

Proloog 11

1. Portret van de monnikenvader 15
  - Into the wild 17
  - De levende geest van Benedictus 20
  - Only real when shared 23
2. Monnik: telg uit het geslacht der Godzoekers 26
  - Echt leven is luisteren 28
  - Je belooft nogal wat 30
  - Iedereen zoekt geluk 32
  - Petra den Dulk 35
3. Opklimmen naar nederigheid 37
  - Paradoxaal 38
  - Aan moeders borst 40
  - Hart van het monnikenleven 43
  - Een nieuw leven 44
  - Henk Gols 46
4. In stilte bloeien 48
  - Stilte in Taizé 49
  - In de stilte van het hart is God aanwezig 50
  - Afgronden van pijn, geweld en schuld 54
  - Ik heb een tuintje in mijn hart 58

5. Contemplatie 60
  - De comtemplatieve abt 61
  - In vorm zijn 62
  - Tom van den Belt 66
  
6. God is aanwezig 68
  - Om bang van te worden 69
  - Tussen beschilderde potjes en schaaltes 71
  - Bokswedstrijd 73
  - Ontmoetingen in zelfgave 75
  - 'Momenten dat God alles is' 76
  
7. Koorgebed 79
  - De contouren van het koorgebed 80
  - Woorden via hart naar hoofd 82
  - Niet alleen, maar samen 84
  - Ora et labora 87
  - Voortdurend bidden 88
  - Geert Derkse 90
  
8. Lectio divina 92
  - Wat is dat saai 94
  - Innerlijk omvormen 95
  - Hoe moet dat, *lectio divina*? 97
  - Matigheid 100
  - Wil Derkse 102
  
9. Persoonlijk gebed 104
  - De Regel over bidden 105
  - Zuiver hart 106
  - Pater Helwig 108
  - Kort bidden 110
  - Henri Nouwen 113

10. Ritme en rituelen 116
  - Benedictijns timemanagement 116
  - Dagritme en rituelen 120
  - Dagritme van een monnik 122
  - 'Ik ben God de Vader niet' 125
  - Anna Carlier 128
  
11. Vasten 130
  - Waarom zou je vasten? 132
  - Vasten in het klooster 133
  - Overmoedig vasten 135
  - De oude monnik 140
  
12. Ons dagelijks brood 142
  - Benedictijns eten 144
  - Wereldwijde voedselproblematiek 146
  - Matigheid 148
  - God is bij ieder mens 151
  - Antoine Bodar 153
  
13. Mijn vrede geef Ik u 155
  - Des hommes et des dieux 156
  - Pax benedictina 159
  - Dodelijk vermoeiend 163
  - Vergeving 165

Epiloog 168

Dankwoord 172

Noten 173

## 1. Portret van de monnikenvader

Als het liftbordje omhooggaat en ik mijn duim opsteek, lift Benedictus onzichtbaar mee. Hij houdt zich stil en hij zal alle 1595 kilometers blijven zwijgen en niet van mijn zijde wijken. Niet dat ik hem per se nodig heb, of hij mij, maar bij toeval of, zo je wilt, door leiding zijn wij samen op reis. Hij is de gids en ik de navigator. Trouwens niet alleen de kilometers tot Rome – want dat is de eindbestemming van ons liftavontuur – al heel wat langer stippel ik de route uit en is hij de gids. Ja, dat klinkt misschien wat vreemd. Het is toch aan de gids om te zeggen waar de reis heen gaat en langs komt? In ons geval is dat niet zo. Want hij vindt het niet zo vreselijk belangrijk waar ik naartoe ga. Veel belangrijker vindt hij hoe ik er kom. Niet in de zin van hoe met de auto of hoe met de fiets, maar als in hoe ik mij gedraag, hoe mijn motieven zijn, hoe ik mezelf niet kwijtraak, hoe ik gefocust blijf op de dingen die er onderweg echt toe doen en hoe ik daar met aandacht naar omzie.

Ik verwacht veel van mijn pelgrimage naar Rome; de plek waar het voor Benedictus allemaal begon. Meer dan vijftien eeuwen geleden drong zich daar, in het stinkende en rottende hart van een gevallen wereldrijk, een verlangen naar rust, stilte en reinheid aan hem op. Hij was nog een puber, ergens tussen de jaren 490 en 500, en net begonnen aan een studie. Hij was begiftigd met een sterk onderscheidingsvermogen en de wil om het goede te doen. In gedachten zie ik hem lopen tussen de ruïnes van de oude stad. Hoofdschuddend, af en toe stilstaand en omhoogkijkend. Bij het Colosseum houdt hij halt. Zachtjes valt hij op zijn knieën en huilt. De aandrang om de stad te ontvluchten is in de afgelopen weken

niet minder geworden. Hij staat voor een helse keuze: bij zijn vader, moeder en geliefde zus blijven en uiteindelijk worden als zijn medestudenten, die hij om hun lage morele peil zo verfoeit, of zijn ouderlijk huis verlaten en een plek zoeken waar hij kan leven zoals hij wil. Al biddend spreekt zijn hart boekdelen. Als hij terugloopt naar huis weet hij hoeveel pijn zijn keuze zal doen bij het thuisfront.

De hunkering van zijn hart is niet te combineren met het leven in de stad, dat is tenminste wat paus Gregorius de Grote schrijft in het tweede deel van zijn boek *Dialogen*. Dat deel gaat over het leven van Benedictus, van zijn roeping in Rome tot aan zijn dood. Een biografie die we strikt wetenschappelijk gezien met een fikse korrel zout moeten nemen, maar die wel een aardig inkijkje geeft in het leven van de stichter van de orde der benedictijnen. Over de keuze van Benedictus om Rome te verlaten schrijft Gregorius de Grote bijvoorbeeld: ‘... toen hij zag hoevelen afgleden langs de steile helling van de ondeugden, trok hij zijn voet, die hij als in het voorland van de wereld had gezet, terug om niet straks, na nog maar aan de kennis van die wereld te hebben geraakt, geheel en al in haar grondeloze diepte te vallen... Liever dan in aanzien te raken door ’s levens fortuin, wenste hij zich af te matten voor God.’<sup>1</sup>

Benedictus’ lef en moed zijn niet minder dan die van een gevierde gladiator. Het is alsof hij de verschillende mogelijkheden in het leven recht in de ogen keek en dacht: dit is zeker niet de makkelijkste weg, maar ik zal me vol overgave in de strijd gooien, want als ik nu niet durf te kiezen voor het goede, wanneer dan wel? Eén ding doorzag Benedictus haarscherp: als ik niet wil hoeft ik niet mee te doen aan het leven van alledag. Hoe ik wil leven is mijn keuze. En nu ik aan het liften ben, ervaar ik een sterke eenwording met zijn wens niet te verburgerlijken, maar in afzondering een plek te vinden om met mezelf te wonen. Niet dat ik tijdelijk in een grot wil wonen, zoals Benedictus deed toen hij Rome ontvluchtte, maar ik wil wel de lessen die hij daar leerde en later opschreef in mijn hart op-

nemen. Niet meedoen met de samenleving waarin iedereen steeds verder individualiseert en waarin een groot deel van de bevolking met de rug naar elkaar toe staat en geen idee meer heeft van koers. In plaats daarvan wil ik mijn leven wijden aan een groter idee. En als Benedictus dat kon, waarom ik dan niet? Voor mij is het veel makkelijker mijn leven zelf in te richten, maar tegelijk merk ik dat het moeilijk is mijn eigen afwegingen te maken. Ik wil wel uitstijgen boven de moraal van mijn tijd, maar mijn idealen om te delen, sober te leven, lief te hebben en mezelf weg te cijferen, sneeuwen ongemerkt onder als ik jaloers kijk naar iemand in de trein die in de weer is met de nieuwste iPhone, of naar iemand die mij passeert op een Bianchi (racefiets) van drieduizend euro. En eigenlijk wil ik misschien nog wel meer dan al die dingen. Met schaamte in mijn hart denk ik dan weleens aan Benedictus die zoveel sterker was dan ik en zijn geest niet liet vertroebelen door al die zaken waar het in het leven uiteindelijk niet echt om gaat.

### *Into the wild*

In Rome vragen rokjes rond lange slanke benen meer aandacht dan de heilige stilte van een gotische kerk en op de Italiaanse stranden struikel ik over vrouwen met voluptueuze borsten in veel te kleine bikini's. Dit is mijn wereld, met al zijn vuige vuilheid, en daarin moet ik proberen het goede te doen. En dat kan ook in die wereld, want niemand vraagt mij uit de wereld weg te trekken naar het klooster. Zelfs Benedictus niet. Die legt eerder een bemoedigende hand op mijn schouder en fluistert in mijn oor dat vluchten geen zin heeft. 'De wereld wordt als je vlucht niet mooier en puurder, dat is wat ik heb ontdekt toen ik mij drie jaar verschool in de grot van Subiaco. De verleiding zit hem niet in die korte rokjes en kleine bikini's,' zegt hij. Ik denk te verstaan wat hij bedoelt. Volgens Benedictus vlucht je nooit uit de imperfecte wereld want, waar je ook heen gaat, de gebrokenheid blijft onderdeel van je mens-zijn. Tegelijk, zegt hij, begint de verandering van de wereld bij jezelf. Dat



heeft hij zelf laten zien met een keuze die haaks stond op de keuzes van zijn studiegenoten.

Ik heb ontdekt dat de veelgeprezen film *Into the wild* van Sean Penn een film is over het leven van Benedictus. Want net als de monnikenvader keert de hoofdpersoon uit het verhaal, Chris McCandless, zijn ouders de rug toe om de eenzaamheid te zoeken. Na een lange reis, waarin Chris fantastische mensen ontmoet en wijze levenslessen opdoet, trekt hij zich terug in de wildernis van Alaska. Hij is ziek van de samenleving, van zijn ruziënde ouders, van de allesoverheersende macht van geld, van de hooggespannen verwachtingen en van de druk om te presteren op zijn schouders. Hij breekt los uit zijn beschermde milieu en dopt zijn eigen boontjes. Met citaten van schrijvers als Leo Tolstoj en Henry David Thoreau vult hij zijn dagboek en we zien gedurende zijn eenzaamheid een gelukkige jongeman die, bevrijd van de samenleving, op de pieken van geluk danst en daar uitstekend balanceert.

Ik ben jaloers op Benedictus en Chris. Als jongeman een dikke vinger opsteken naar de wereld en je terugtrekken. Maar het verhaal is romantischer dan de werkelijkheid. Benedictus woonde drie jaar in een grot. Dat betekent een leven in grote eenzaamheid en keer op keer vechten tegen het verlangen om terug te gaan en voor lief te nemen dat je ideaal gesneuveld is. Benedictus bezwijkt niet onder die druk, al keert hij het leven als kluizenaar wel de rug toe. Maar niet eerder dan het moment waarop hij de drie fundamentele en universele bekingen onderging en overwon. Volgens paus Benedictus XVI, die over Benedictus' leven in de grot sprak, zijn dat: het verlangen zichzelf in het middelpunt te plaatsen, de beking van de zinnelijkheid en die van de toorn en de wraak.<sup>2</sup>

Drie jaar deed hij daarover. Al die tijd leefde hij in een grot omringd door de mooiste heuvels van Italië. Wellicht had hij wat boeken bij zich, de Psalmen, schrijfgerei, maar verder leefde hij van de natuur en de goedheid van mensen uit de omgeving. En net als in het bijbelverhaal over Job kwam in de grot van Subiaco de verleider

op bezoek bij Benedictus. Om te testen of hij de bekoring der zinnelijkheid zou doorstaan. In de biografie van Benedictus staat over die bekoring een prachtig verhaal: ‘Hij had ooit eens een vrouw gezien; de boze geest riep die op voor zijn geestesoog en ontstak in Benedictus’ gemoed een zo vurige begeerte naar haar schoonheid, dat hij de liefdesbrand in zijn borst nauwelijks kon bedwingen en hij, door wellust overmeesterd, er al bijna over ging denken de eenzaamheid op te geven. Op hetzelfde moment zag de genade van boven op hem neer, en hij kwam weer tot zichzelf. Hij zag dat vlak naast hem brandnetels en doornstruiken in dicht gewas waren opgeschoten. Hij trok zijn kleding uit en wierp zich naakt in de stekende dorens en prikkende brandnetels. Een hele tijd rolde hij zich daarin om en om en hij stond eruit op met wonden over zijn hele lichaam. Door de wonden in zijn huid dreef hij de wonden in zijn geest dat lichaam uit, want hij veranderde lust in pijn; en terwijl hij door de juiste zelfkastijding van buiten in brand stond, bluste hij wat er ongeoorloofd brandde vanbinnen. Zo overwon hij, door de brand te wisselen, de zonde. Vanaf die tijd bleek in hem de bekoring tot wellust – zoals hij later meermalen zijn leerlingen vertelde – zo volledig getemd dat hij in zichzelf nooit meer iets van dien aard voelde. Vanaf die tijd begonnen velen de wereld te verlaten en zonder uitstel naar hem toe te gaan als naar hun leermeester. Want wie vrij is van het euvel der bekoring, wordt terecht een leraar in de deugd.’<sup>3</sup>

Benedictijner monnik en veelschrijver van spirituele boeken, Anselm Grün, schrijft over de grot als een moederschoot waar Benedictus zijn wedergeboorte beleefde. ‘Benedictus werd in zijn grot geconfronteerd met de stormen van de hartstochten en hij bond de strijd ertegen aan. En hij kwam er als overwinnaar uit tevoorschijn. Hij vond vrede en harmonie met zichzelf. Van toen af aan straalde hij rust en gelijkmoedigheid uit. Hij verliet de grot als was hij opnieuw geboren.’<sup>4</sup> Door de aanvallen van ‘de verleider’ te weerstaan overwint Benedictus iets universeels: angst, depressie, zinloosheid, bindingsangst, verlatenheid, eenzaamheid, maar ook gevoelens van

trots en in Benedictus' specifieke geval de macht van lust en de verleiding van seks – waarvan de zuigende kracht in de eenentwintigste eeuw groter is dan ooit. Hij wordt een vrij mens of, zoals het boeddhisme zegt: verlicht. En daarmee een leraar voor anderen.

### *De levende geest van Benedictus*

Vele jaren later is Benedictus een zeer geliefd abt van een van de twaalf kloosters die hij stichtte. Tot hij sterft in het jaar 547, als hij 67 jaar is. Gregorius de Grote vertelt in zijn biografie het ene heldenverhaal na het andere en ook over de dood van Benedictus laat hij een mooi verhaal na. Benedictus is ziek en krijgt in een droom door dat hij over drie dagen zal sterven. Hij maakt alles gereed en als de dag gekomen is, is hij zonder vrees. Hij vraagt zijn broeders hem naar de kloosterkerk te dragen en met zijn laatste krachten heft hij de handen ten hemel en al biddend blaast hij zijn laatste adem uit.

Jaren later wordt Benedictus heilig verklaard en zo voor de gelovigen een persoon in de hemel die voorspraak kan doen. Maar eigenlijk kun je beter zeggen dat Benedictus nooit gestorven is. Zijn lichaam wel natuurlijk, maar zijn geest, zijn ideeën zijn nog altijd even levendig als vijftien eeuwen geleden.

Bewakers van zijn spiritualiteit, en dus van zijn leven, wonen in honderden kloosters over de hele wereld. Achtduizend monniken en zestien duizend monialen (nonnen). Benedictus was als een zaadje dat tijdens zijn leven wortel schoot. De twaalf kloosters vormden een goede basis voor de boom die zou uitgroeien tot een van de oudste bomen ter wereld. Te midden van andere bomen, zoals die van Franciscus van Assisi, Augustinus, Dominicus en moeder Teresa, staat de dikke stam van Benedictus nog altijd fier overeind. Door de eeuwen heen groeiden steeds nieuwe takken en grote groene bladeren aan deze boom. De levenskracht die voor groei zorgt, is de Regel van Benedictus, die de stichter en naamgever van deze orde naliet. Een bijzonder werkje bestaande uit 73 korte hoofdstukken. Van alle regels die er geschreven zijn – vroeger had ongeveer elk klooster een

eigen regel – is de Regel van Benedictus een van de weinige die de tand des tijds hebben doorstaan. Benedictus' leven was misschien bijzonder, maar het is vooral deze Regel en de interpretatie ervan die zijn boodschap voor elke tijd relevant maakt.

Zo relevant dat de huidige paus zich naar de vader van het Europese monnikendom heeft vernoemd. En hij is daarmee al de zes- tiende paus die dat doet. Hij vindt dat Benedictus ook nu nog een belangrijke boodschap voor Europa heeft. Tijdens een van zijn audiënties op woensdag spreekt hij daarover. 'Nog maar amper tevoorschijn gekomen uit een eeuw waarin zij diep gewond raakte door twee wereldoorlogen, is Europa na de ineenstorting van de grote ideologieën, die tragische utopieën gebleken zijn, op zoek naar de eigen identiteit. Voor het scheppen van een nieuwe en duurzame eenheid zijn de politieke, economische en juridische instrumenten zeker belangrijk, maar het is ook nodig een ethische en geestelijke vernieuwing teweeg te brengen die put uit de christelijke wortels van het continent, anders kan Europa niet herbouwd worden. Zonder deze vitale voeding blijft de mens blootgesteld aan het gevaar dat hij bezwijkt voor de oude bekoring zichzelf te verlossen – een utopie die, zoals paus Johannes Paulus II heeft opgemerkt, op diverse wijzen in het Europa van de twintigste eeuw "een regressie zonder weerga heeft veroorzaakt in de gekwelde geschiedenis van de mensheid". Terwijl we op zoek zijn naar de ware vooruitgang kijken we ook vandaag de dag naar de Regel van Benedictus als naar een licht dat ons de weg wijst. De grote monnik blijft een ware meester in wiens school wij de kunst kunnen leren van het beleven van het ware humanisme.'<sup>5</sup>

In de Regel blijft de geest van Benedictus zichtbaar. Het is een soort levend schilderij waar je naartoe kunt voor wijze levensraad, zoals tijdens Benedictus' leven herders en mensen uit de omgeving hem bezochten. Daarvoor hoeft je de Regel niet letterlijk te volgen. Monniken doen dat ook niet. Benedictus zelf dringt erop aan dat de Regel altijd geïnterpreteerd moet worden naar plaats en tijd. Van

belang is dat je de geest ervan leert verstaan, wat een levenslange zoektocht vol schatten is.

Een zoektocht die zeker de moeite waard is, vindt Esther de Waal. Zij is weliswaar geen benedictijn, maar ze probeert in haar leven de aanwijzingen en wijsheden uit de Regel van Benedictus toe te passen. Volgens haar is die zoektocht vooral de moeite waard omdat Benedictus haar dingen leert die hedendaagse christenen haar niet meer vertellen. In haar commentaar op de Regel schrijft ze hoe dat komt. ‘Omdat de Regel stamt uit de eerste jaren van de kerk, brengt hij ons naar de basis, naar iets fundamenteels en universeels dat we allemaal kunnen claimen en waar we allemaal naar kunnen terugkeren. Ik spreek liever over teruggaan naar iets oorspronkelijks dan over teruggaan naar vroegtijdig, omdat ik erachter ben gekomen dat hij raakt aan iets universeels. Met Benedictus gaan we terug naar de tijd voor de scheuring van de Reformatie en voorbij het schisma tussen oost en west, en niet in de laatste plaats voorbij de treurige scheiding tussen verstand en hart, intellect en gevoel dat in de twaalfde eeuw opdook bij de ontwikkeling van het academische denken.’<sup>6</sup>

Om verder tot die geest van Benedictus door te dringen moet je niet bij de biografie van Gregorius de Grote zijn. Een mooi geschrift, maar als iets een goed beeld van Benedictus schetst, dan toch zijn eigen Regel. Daar is Gregorius de Grote het overigens mee eens. Hij zegt daarover namelijk het volgende: ‘Want hij (Benedictus) schreef een Regel voor monniken: in wijze matiging ongeëvenaard, van taal kristalhelder. Wie zijn leven en wandel werkelijk tot in de finesses wil leren kennen, kan in de voorschriften van de Regel alles vinden wat hij als leermeester voordeed. Want de heilige kon niet anders leren dan hij leefde.’<sup>7</sup>

Recente studies laten zien dat er ten tijde van Benedictus verschillende leefregels voor monniken in omloop waren, bijvoorbeeld die van Augustinus, Basilius, Caesarius en Pachomius. Vergelijkende studies met de Regel van Benedictus laten zien dat Benedictus rijke-

lijk put uit deze bronnen. Zijn Regel is een soort samenvatting van het beste uit twee eeuwen monnikendom. Door die studies wordt ook duidelijk wat eigen tekst van Benedictus is en wat hij heeft overgenomen. Daaruit blijkt zijn ware aard en die is vriendelijk, respectvol, gebalanceerd en zachtmoedig. Anselm Grün schrijft: ‘Benedictus was een evenwichtig uitgegroeide persoonlijkheid. Al zijn voorschriften vallen op door wijze gematigdheid. Benedictus wil niemand overvragen. Hij heeft weet van de menselijke zwakheden; hij weet dat ook de monniken mensen blijven die met algemeen menselijke problemen te kampen hebben, zoals rivaliteit, ontevredenheid, een slecht humeur, gemakzucht, gekift met en antipathie jegens anderen. Benedictus ziet deze zwakheden onder ogen. Hij ergert er zich niet aan dat hij als abt daarmee rekening moet houden, maar probeert zich erop in te stellen en de mensen die eronder te lijden hebben, te genezen.’<sup>8</sup>

### *Only real when shared*

Mijn pelgrimage naar Rome voert onder meer langs het centrum van de benedictijnen, naar Sant Anselmo. In dat klooster woont de ‘baas’ van alle benedictijnen, abtprimaat Notker Wolf. Maar van baas is niet echt sprake, want elk benedictijnenklooster is autonoom. Zijn functie is het gezicht van de orde te zijn en goede boeken te schrijven die de spiritualiteit van Benedictus naar het hedendaagse vertalen.

Notker Wolf heeft wel een uurtje tijd om met deze pelgrim door te praten over de boodschap van de heilige Benedictus. Hij zegt mij dat mensen uit de moderne maatschappij vooral kunnen leren van hun leven in een grot, met een vast ritme, in vrijheid, matigheid en gemeenschap. Al is de grot tegenwoordig eerder een glazen huis met internet, telefoon en televisie. Wolf is het niet eens met het idee dat het klooster een plek is waar mensen zich afsluiten voor de realiteit. Volgens hem is het geen kwestie van terugtrekken, maar van het zoeken van ware vrijheid. ‘Het evangelie komt overeen met

de realiteit van de mens en daagt het individu uit. Gunter Sachs, een bekende Duitse fotograaf, heeft laatst zelfmoord gepleegd omdat hij bang was dat hij alzheimer zou krijgen en dus geen zeggenschap meer zou hebben over zijn geest. Maar was hij wel vrij op momenten dat hij te veel had gedronken? Er is zoveel verslaving tegenwoordig, dat er weinig vrijheid is. Sommige journalisten die enige tijd in onze kloosters verblijven, zeggen: jullie zijn veel vrijer dan wij in de samenleving. Benedictus wijst via de matigheid naar een weg van echte vrijheid. Zo is ook onze ascese ingericht. Monniken moeten niet overdrijven, ze moeten proberen vrij te zijn. Dat kan door een beetje minder eten, slapen en drinken zonder dat ze het doen uit trots.'

Je terugtrekken uit de wereld leidt niet tot het ware leven. Daar komt ook Chris uit de film *Into the wild* achter, zij het wat laat. Want als hij op het punt staat de eenzaamheid te verlaten en mensen op te zoeken om mee samen te leven, wordt het zomer. En zomer in Alaska betekent veel smeltwater en kolkende rivieren. Als hij wil terugkeren naar de samenleving, komt hij erachter dat hij zichzelf heeft ingesloten tussen twee kolkende rivieren. Hij kan geen kant op. Als hij dan ook nog giftige besjes eet, is het einde verhaal en sterft hij in eenzaamheid met het besef dat hij het ware geluk nooit gevonden heeft.

Tijdens zijn reis naar Alaska zei een wijze oude man tegen Chris: 'Happiness only real when shared.' Mooie woorden, vond hij, maar nog niet op hem van toepassing. Volgens Notker Wolf is die wijsheid ook een belangrijke les die benedictijnen voor de wereld hebben. Hij zegt: 'Monniken zijn mensen die leven in gemeenschappen onder een abt en een Regel. Dat is het probleem in onze samenleving en tevens de uitdaging: we hebben zoveel alleenstaanden. Maar zo zijn we niet geboren, want we kunnen onze persoonlijkheid niet ontwikkelen als we leven als alleenstaanden. Aristoteles zei al: de mens is een sociaal wezen. Dat is niet secundair. Je hebt de ander nodig om jezelf te ontwikkelen: een liefdesrelatie, een vriendschap

of een klooster. Iemand die je uitdaagt en de waarheid vertelt en voorkomt dat je lui wordt.’

Benedictus ziet zichzelf niet als een groot spiritueel leider die met zijn monniken allerlei indrukwekkende resultaten wil bereiken. Veeleer wil hij een dokter zijn voor zieken en zwakken. Niet op afstand, als kluizenaar, maar hij wil leven met anderen om elkaar te ondersteunen. Dat is het basisidee van de Regel van Benedictus: je doet het samen. Daarom zegt Benedictus in de proloog van de Regel: ‘We hebben dus geen tijd te verliezen en moeten nú doen wat ons voor de eeuwigheid baat. Daarom gaan wij een school stichten voor de dienst aan de Heer. De inrichting ervan zal, naar wij hopen, niets lastigs of bezwaarlijks opleveren. Maar zelfs als een voorschrift wat streng geformuleerd wordt vanuit een goede gedachte (verbetering van fouten of behoud van de liefde), dan moet je niet meteen schrikken en terugdeinzen voor de weg van het heil: het kan niet anders of die weg is aan het begin smal.’<sup>9</sup>

\* Voor citaten uit de Regel van Benedictus heb ik gebruikgemaakt van de populaire vertaling van Vincent Hunink uit 2000.