

## In een oogwenk Anke de Lange, reflectie

Het leven lijkt een cadans te hebben waarbij van die ‘wakker-schudmomenten’ afgewisseld worden door de bedrieglijke geruststelling van de vanzelfsprekendheid. En net wanneer door achterwege blijven van onverwachte en minder prettige gebeurtenissen er een soort van ontspanning lijkt te ontstaan en inderdaad ontstaat ten aanzien van het bestaan, gebeurt er iets waardoor je ineens weer weet: ‘Niets van dit alles is vanzelfsprekend.’

Had ik in mijn twintiger jaren een uitgesproken voorliefde voor die vanzelfsprekendheid – waarbij de angst voor dreigend onheil altijd aanwezig was omdat het nou eenmaal toch niet goed kon blijven gaan. Inmiddels beschouw ik het leven graag anders. Niet dat ik mijzelf daarmee onprettige gebeurtenissen toewens. Sterker nog, voor zover er sprake kan zijn van ‘fair share’, vind ik dat ik mijn evenredige deel aan leed wel heb gehad. Alhoewel, er zijn genoeg voorbeelden van diep menselijk leed te bedenken, die mij nimmer zijn overkomen en waarvan ik niet weet of ik mezelf staande zou kunnen blijven houden als het zich in mijn leven zou manifesteren.

Het is dan ook niet het leed waar ik naar op zoek ben; het is dat intense gevoel van bestaan, van het ZIJN, dat ermee gepaard kan gaan. In niets kan ik mijn bestaan zo ‘doorgrondelijk’ ervaren als in zware periodes.

Na de zelfverkozen dood van mijn moeder werd een tijd lang alles overschaduwd door die ene vraag: ‘Als het haar kan gebeuren, is er dan een moment dat ook ik op dat punt terecht kan komen?’ Immers, mijn vertrouwen in het bestaan, in mijzelf, bleek in die periode volledig afwezig. Het was niet eerder dan na een week van meditatie, afgewisseld door praktisch in de tuin te werken en niets meer, dat ik ergens op een bodem belandde en daar ontdekte: ‘Ik ben in staat om ergens vandaan te gaan.’ Mijn onvermogen tot volledige stilstand en stilte is daarmee voor mij de levenslijn waar ik houvast aan ontleen.

In die voor mij loodzware dagen was er tegelijkertijd een diep besef van mijn bestaan. De wereld waarin ik leefde voltrok zich buiten mij om, ik had mezelf tijdelijk afgesloten voor ieder contact – maar ik was er wel. Ik bestond. Ik ademde, mijn lichaam deed in het meeste wat het doen moest. Ik was aanwezig: hier ben ik. Mijn wanhoop en diepe angst voor de dood was tegelijkertijd het meest krachtige bewijs van mijn bestaan, van mijn leven, van mijn ‘ikzelf’.

De laatste tijd vergaat het mij goed maar om mij heen is het onrustig. Dreigende onheilstijdingen bij vrienden, het sterven van ouders van die en die. Het zijn slechts een paar voorbeelden die benadrukken dat het leven geen vanzelfsprekendheid kent en ook nooit zal kennen. Tegelijkertijd zijn het niet deze berichten die me het meest wezenlijk raken. Het is het bericht van een jongen van eenentwintig jaar, die – reden of aanleiding onbekend – met zijn fiets uit balans raakt, van een brug afkukelt, in zijn val hoofdletsel ploopt, daarna onder water verdwijnt om daar drie dagen later

gevonden te worden, dat bij me inslaat en onthutsend snel zijn werk doet: dat gevoel van ontredning, het besef dat het noodlot altijd in de buurt is – kan toeslaan, ongeacht de dag en het uur.



Foto: Anke de Lange

Op het moment dat ik het bericht beluister rijd ik na een lange dag van werk in mijn auto naar huis. De zon schijnt, de radio staat op juist die zender en ik ben nog bezig de indrukken van de dag te laten binnenkomen.

En zomaar ineens, als de mededeling is gedaan, valt het besef van de volstrekte onvoorspelbaarheid van het leven weer volledig over mij heen. Wat vanmorgen nog 'de normaalste zaak van de wereld' is, kan ter plekke in een oogwenk veranderen in een verwoestend 'nooit meer hetzelfde'. Het is het onvoorspelbare karakter van het leven zelf, waar geen enkele levenslijn me tegen kan zekereren. Dat besef vind ik vele malen beangstigender dan de kille dood, zelfs het onontkoombare en meestal aangrijpende sterven. En tegelijkertijd is er ook nu weer dat diepe, intense gevoel van leven dat zo in mij voelbaar is – van het 'Ik besta'. Hier ben ik.