**Loslaten en strijd**

De predikant en professor Dietrich Bonhoeffer (1906-1945) was één van de Duitse theologen die zich openlijk heeft afgekeerd van het nationaal-socialisme van Hitler. Van 1943-1945 zat hij gevangen. Familieleden hebben zijn brieven en aantekeningen uit de gevangenis later in een boek gebundeld en daaraan de titel gegeven: 'Verzet en overgave'. Bonhoeffer heeft zich verzet tegen Hitler. Hij heeft gevochten voor een belijdende kerk in een goddeloze tijd. Hij heeft gestreden voor zijn eigen vrijheid en leven. Tegelijk heeft hij geleerd zich over te geven. Hij legde zijn leven in Gods handen. Hij heeft geaccepteerd dat zijn leven gebroken werd. Vol geloofsovergave is hij gestorven, opgehangen door de beulen.

'Verzet en overgave.' Een prachtige titel voor dit boek. Het zou ook een goede typering kunnen zijn menig christenleven. Er zijn veel moeiten er is veel verdriet. Wat is een goede reactie daarop? Zich verzetten en zich overgeven! We zouden ook andere woorden kunnen kiezen en dan blijven we dichter bij het thema van dit nummer van 'Groei'. Verzet en overgave lijken op vasthouden en loslaten. Die twee woorden vullen elkaar aan. Tegen verdriet, gemis, ziekte, zonde en andere negatieve zaken is een houding van verzet nodig. We hoeven ons niet zomaar neer te leggen bij de machten van de zonde en de duivel en de dood. Het geloof in onze God maakt onze rug recht. Met een volle wapenrusting trekken wij ten strijde in het leven. We mogen vasthoudend zijn en vechten voor het goede dat we niet willen kwijtraken. Wij mogen, net als de psalmdichter, de hemel bestormen en vragen of God voor ons wil strijden. Dat is de ene kant. Er is ook een andere kant. Verzet moet samengaan met overgave. Vasthouden moet samengaan met loslaten. Verzet zonder overgave leidt tot krampachtigheid en wanhoop als de strijd niet gewonnen kan worden. Vasthouden zonder loslaten zal juist leiden tot definitief verliezen. Het geheim zit 'm in de samenhang van die twee. Overgave zonder verzet kan ook niet. Dat is capituleren, het hoofd in de schoot leggen. Loslaten zonder vasthouden is een vorm van onverschilligheid of doffe berusting. Daarover nu meer.

Loslaten mag geen teken van onverschilligheid zijn

Loslaten is niet: 'Laat maar waaien!'. Ouders die hun kinderen alles zelf laten uitzoeken, zijn niet aan het loslaten, want ze hebben hun kinderen niet eens vast. Ze laten hun kinderen aan hun lot over. Dat is pijnlijk. Loslaten mag geen uiting van onverschillig­heid zijn. In het loslaten zit, als het goed is, blijvende betrokkenheid op de ander, bijvoorbeeld op de kinderen. Dat loslaten leren ouders alleen maar door een fase van worstelen en strijd heen. Ouders die moeite hebben om hun kinderen los te laten zijn, wat dit betreft, meestal de slechtste ouders niet.

Met de nodige veranderingen geldt dit ook van andere situaties waarin mensen iets of iemand moeten loslaten. Als een gehuwde man een vriendin er op na houdt, is zijn eigen vrouw, als ze daar achter komt, als het goed is, in alle staten van verdriet en boosheid. Als ze volkomen kalm zou blijven en haar man z'n gang zou laten gaan zonder dat ze de strijd aangaat, is ze liefdeloos. Uiteindelijk moet een vrouw haar man laten gaan, als hij volhardt in de zonde. Ze moet hem loslaten. Dat kan en mag zelfs niet anders dan na veel worstelen.

Loslaten zonder strijd kan een teken van onverschilligheid zijn. Als mensen een familielid verliezen door de dood en zo maar kalmpjes verder leven - en dat gebeurt soms! - zegt dat iets van de relatie die ze gehad hebben met de overledene. Of beter: van de relatie die ze niet gehad hebben. Of een minder dramatisch voorbeeld: als iemand het niet meer naar z'n zin heeft op z'n werk en met de V.U.T. kan gaan, zal het hem geen strijd kosten dat werk op z'n zestigste jaar los te laten. Als hij z'n werk met hart en ziel doet, zal het nog een hele toer zijn om te accepteren dat hij er op z'n vijfenzestigste uit moét.

Strijd en loslaten horen bij elkaar naarmate je intenser betrokken bent op datgene dat (of diegene die) je moet loslaten. Die strijd is soms een merkbare worsteling voor anderen. Soms is het een innerlijk gevecht waarvan anderen weinig merken.

Loslaten mag geen teken van doffe berusting zijn

Loslaten zonder strijd is soms geen teken van onverschilligheid maar van doffe berusting. Je ontmoet weleens mensen die zich wonderlijk snel neerleggen bij de tegenslagen van het leven. Dat kan een duiden op een gebrek aan gezonde - gelovige - strijdlust. Ze zijn misschien door de veelheid aan verdriet murw gebeukt. Ze sjokken voort. 'Er is toch niets aan te doen.' 'Ach, het moet altijd mij overkomen.' De berusting is een overlevingsme­chanisme. Het is echter een manier van overleven die het leven grauw maakt. Je komt deze houding wel tegen bij zieken die het gezonde leven moeten loslaten. Je komt dit soms tegen bij slachtof­fers van medemensen die het opgeven om te hopen dat hun leven ooit normaal zal worden. Het lijkt wel alsof deze mensen niet eens durven te strijden voor hun gezondheid, voor een normaal leven - of wat dan ook - uit angst dat ze zichzelf valse hoop geven. Daarom laten ze maar zo snel mogelijk los wat ze graag wilden vasthouden. Deze houding lijkt realistisch maar is soms ongelovig pessimistisch.

Wat hoort bij de strijd?

Ik moet in het algemeen en dus een beetje vaag spreken, maar wat hoort bij een houding van strijdvaardigheid?

- Kracht bij God zoeken om staande te blijven in het dagelijkse gevecht van het leven.

- Steun bij mensen (indien nodig bij hulpverleners) zoeken om verdriet, leegte, aangedaan leed te verwerken; niet alleen willen staan in de strijd.

- Kiezen voor eerlijkheid en openheid; niet willen toneelspelen over hoe het gaat met je leven. Geheimen zijn een loden last die je een vernietigen­de ve­rantwoorde­lijk­heidsgevoel (voor de verkeerde dingen) bijbrengen.

- Op een verantwoorde wijze afrekenen met zonden die je gedaan hebt of die een ander gedaan heeft, om wille van Gods heilig­heid. Dat is vechten om bekering van jezelf of een ander.

- Je verzetten tegen je eigen gesloten, zielige, wrokkige of chanterende overlevingsmecha­nismen.

- Verantwoordelijk durven zijn voor je eigen leven, je eigen keuzes die je gemaakt hebt; volwassen durven worden.

Houding van overgave en aanvaarding

Wat hoort bij de houding van de overgave?

- Aanvaarden dat dit je leven is, je Dasein (er zijn) en je Sosein (zijn zoals je bent). De stukken en de brokken van je leven in Gods handen leggen en daarmee verder willen leven.

- Bereid zijn te vergeven en je te verzoenen, opnieuw te beginnen; zelf durven leven van vergeving.

- Elke keer weer kiezen voor actief liefhebben in plaats van wrokkig zijn en of je opsluiten in jezelf.

- Accepteren dat gedane zaken soms geen keer nemen; dappere beslissingen nemen en je leven in Gods hand leggen.

- Vandaag gelukkig durven zijn en daarmee niet wachten tot alle zorgen weg zijn.

Begrijp me goed. Loslaten en strijd gaan samen. Op den duur zal het loslaten, de overgave groeien en de strijd wat op de achtergrond raken. Ik verheerlijk de strijd niet. Strijd zonder uiteindelijke overgave is erg vermoeiend. Ik zeg ook niet dat strijden en verzet langdurig moeten zijn. Een heftige worsteling om wat gebeurd is te aanvaarden, kan soms kort duren. Ik heb alleen willen zeggen dat de strijd erbij hoort en geen slecht teken is. Strijd is geen teken van gebrek aan liefde en geloof, integendeel.