

## DE SCHAAMTE VOORBIJ

19 juni 2016

Voorgangers Janneke Stegeman (overweging) en Einar Sies

### Lezingen

#### - Uit: 'De schaamte voorbij', Anja Meulenbelt

'Mijn lijf wordt soepel. Mijn gezicht gaat open. Ik vergeet hoe ik eruit zie. Er is geen spiegel in het kamp, uit principe niet. Geen plaats waar ik mijn dagelijkse inspectie hou om opnieuw te constateren wat er allemaal niet aan me deugt. Ik vergeet wat ik lelijk vind aan mezelf. Weet alleen nog dat het lekker is, koud water tegen mijn door de zon verhitte vel, de wind langs mijn kut. Ik merk dat ik anders ga kijken. Dat ik naar de oudere vrouwen niet meer kijk met de automatisch schattende blik, te dik, hangborsten, maar dat ik zie hoe ze lopen, hoofd in de lucht, fiere ruggen en brede wiegende heupen die ik mooi ga vinden. De nieuwe vrouwen die nog dagelijks aankomen zijn zo te herkennen. Aan de onwennige stijve manier waarop ze lopen zonder kleren aan, aan de manier waarop ze zorgelijke naar beneden kijken, schattend, buik, borsten, benen. Aan de stijfheid in hun schouders en een schuwe glimlach als je ze open aankijkt. 's Avonds zingen we: vrouwen boven de veertig, gooi je korset weg en je krulspelden en je slaaptabletten. Kom maar bij ons – bij ons ben je mooi.'

#### - Gen. 3, 1-13

Van alle dieren, die de heer God gemaakt had, was er geen zo sluw als de slang. Ze zei tegen de vrouw: 'Heeft God werkelijk gezegd dat je van geen enkele boom in de tuin mag eten?' De vrouw zei tegen de slang: 'Wij mogen wel eten van de vruchten van de bomen in de tuin. God heeft alleen gezegd: "Van de vruchten van de boom die midden in de tuin staat mag je niet eten; je mag haar zelfs niet aanraken; anders zul je sterven."'

Maar de slang zei tegen de vrouw: 'Je zult helemaal niet sterven! God weet dat je ogen open zullen gaan als je van die boom eet, en dat je dan gelijk zult worden aan God, door de kennis van goed en kwaad.'

Toen zag de vrouw dat het goed eten was van die boom, en dat hij een lust was voor het oog, en hoe aantrekkelijk het was er inzicht door te krijgen. Zij plukte dus een vrucht en zij at ervan; zij gaf er ook van aan haar man, die bij haar stond, en ook hij at ervan.

Nu gingen hun beiden de ogen open en zij ontdekten dat ze naakt waren. Daarom hechtten ze vijgenbladeren aaneen en maakten daar lendenschorten van. Toen zij bij het opkomen van de middagwind de heer God in de tuin hoorden naderen, verborgen de mens en zijn vrouw zich voor de heer God tussen de bomen van de tuin.

Maar de heer God riep de mens en vroeg hem: 'Waar ben je?' Hij antwoordde: 'Ik hoorde U in de tuin, en toen werd ik bang omdat ik naakt ben; daarom heb ik mij verborgen.' Maar Hij zei: 'Wie heeft je verteld dat je naakt bent? Heb je soms gegeten van de boom die Ik verboden heb?' De mens antwoordde: 'De vrouw die U mij als gezellin gegeven hebt, heeft mij van die boom gegeven, en toen heb ik gegeten.' Daarop vroeg de heer God aan de vrouw: 'Hoe heb je dat kunnen doen?' De vrouw zei: 'De slang heeft mij verleid, en toen heb ik gegeten.'

### Overweging

In de tekst van Anja Meulenbelt gaan de kleren uit en wordt de schaamte afgelegd – voor even tenminste. In Genesis 3 gaat de kleding juist aan – naaktheid wordt gekoppeld aan schaamte. Dat kan een goed gesprek opleveren tussen die twee klassieke teksten over lichamen en schaamte.

Ik vrees dat Genesis 3 niet de meest constructieve bijdrage heeft geleverd aan ons mens- en wereldbeeld. Althans, laat ik voor mezelf spreken: ik vind het misschien wel de vervelendste tekst van alle bijbelse teksten. Dat komt misschien nog niet eens door de tekst zelf. Het is vanwege de manier waarop die tekst door de jaren heen is uitgelegd. De tekst is tot een systeem geworden. De start van een dwingend verhaal, dat gaat van paradijs naar zondeval, via lek en gebrek en tekortschieten, naar genade, vergeving en het hemels paradijs. Ik zie familieleden voor me gebukt onder zondebesef, ik herinner me lange discussies over de positie van de vrouw. En altijd had dat te maken met deze tekst.

Het gaat over zonde, en daarbij hoort schaamte. Namelijk voor hoe wij van nature zijn – naakt en slecht. Het is meteen enorm groot en overweldigend. Niks geen 'foutje, bedankt'.

Zo is het Paradijsverhaal een nogal demotiverend en vervelend verhaal. Het volgt een aflopende schaal-model. Eens was alles goed, toen ging het helemaal mis. Zo mooi zal het in het leven nooit meer worden, behalve in het hemelse paradijs. De aarde is meer de plek van lek en gebrek dan van volheid en vervulling. Het mensenleven meer teleurstelling dan groei en mogelijkheden. Ons lichaam meer een bron van schaamte dan van vreugde.

Wij lezen dit verhaal en horen: schaamte. Schuld.

We horen ook: Ongemakkelijke lichamen, pijn en moeite, slechte vrouwen, onderdrukte vrouwen, stom werk. Het leven als afwachten tot het eindelijk tijd is voor het hiernamaals.

Ik heb een voorstel: laten we doen wat Anja deed, daar in Fromsø: kijken met nieuwe ogen. De ballast die aan deze tekst hangt even buiten haakjes. Laten we dit lezen als een verhaal over volwassen- worden. Eens kijken wat er dan gebeurt. Daarbij hoort: keuzes maken, verantwoordelijkheid nemen, vrijheid. Dus ook fouten maken.

We zien twee mensen in een tuinachtige setting die van toeten nog blazen weten, de onschuld zelve. Er is er ook een, de slang, die wel weet waar de klepel hangt.

Is de slang een gluiperd? De slang voert de twijfel in, de andere mogelijkheid. Het voorbijzien aan hoe de dingen zich presenteren.

De boom is de boom van kennis van goed en kwaad. Daarvan eten mocht niet. Waarom vraag je je af. Kennis van goed en kwaad is juist nogal praktisch in het leven. Het is ook juist wat je op doet door fouten maken, niet iets dat je van tevoren al weet.

Je moet het ontdekken. En dat is precies wat Eva doet. En daarmee begint leven.

Ik heb lang gedacht dat volwassenen affe mensen waren – klaar, niks meer aan te doen -, maar inmiddels zou ik zeggen dat volwassenheid bestaat in het vermogen verantwoordelijk te nemen voor je daden en gevoelens. Volwassen worden dus als een levenslang project, niet een bereikte staat. Een proces van vallen en opstaan: niet weglopen voor dingen, serieus nemen wat er in je om gaat, wat je doet en laat, en hoe dat jou en anderen vormt.

Het paradijs is geen plek voor volwassenen. Het is een soort all-in vakantie – lekker om uit te rusten, en van het goede leven te genieten, maar het is totaal kunstmatig. In een paradijs kun je je niet ontwikkelen, je kunt namelijk geen fouten maken. En zonder fouten kun je niet leren, blijven goed en fout abstracte begrippen, leer je niet over het grijze gebied daartussen.

Het leven zoals wij het kennen begint pas buiten het paradijs. Dat is waar wij onszelf aantreffen, en waar we hannesen met het leven. Als je denkt dat je de enige bent die dat heeft – nee dus.

Het linke van een massief idee van zonde is dat je je gaat schamen voor je fouten. Dat je denkt ze te moeten toedekken. Het is het gevoel dat er iets mis is met jou. Dat maakt dat je je klem gezet voelt, in een hoek gezet. Aldus hannesend met het leven zijn we denk ik vooral uit op verbinding. Open lijntjes naar de nabije medemens, via ons eigen binnenste. Een ander die snapt hoe het met mij

gesteld is. Schaamte staat verbinding in de weg, maakt dat we alleen staan. Zoals Adam en Eva zich bekeken voelen. De beide perfectionisten, totaal onervaren op het gebied van de complexe gevoelens van tekortschieten, hebben voor het eerst een fout gemaakt. De paniek slaat toe, de schaamte. Maar eigenlijk is er niet zoveel loos. Behalve dat het leven begint. Ontwikkelingspsychologen zeggen dat schaamte hoort bij een gezonde ontwikkeling: door schaamte leert een kind rekening houden met anderen. Maar een kind heeft evengoed trots nodig, vertrouwen. As je met teveel schaamte opgroeit, kun je je niet in vrijheid ontwikkelen. Schaamte leidt tot isolement en vervreemding.

Het is te vrezen dat de schutter in Orlando zich schaamde. Zo zeer, dat hij niet met zichzelf kon leven, of degene die op hem leken.

Simpel gezegd, te simpel waarschijnlijk, is het verschil tussen schaamte en schuld dat schaamte over jezelf gaat – jij bent fout. Schuldgevoel gaat over gedrag – je hebt iets fout gedaan. Schaamte is: ik mag er niet zijn. Je voelt je niet veilig en geaccepteerd.

Het Calvinistische zondebesef richt zich nogal eenzijdig op seksualiteit. Het zijn vooral vrouwen die daarvan het slachtoffer worden. Is het de 'schuld' van de christelijke traditie of van de perfecte lichaamsplaatjes die ons worden opgedrongen in onze eigen cultuur? Meisjes voelen zich het meest positief over zichzelf rond hun negende, daarna wordt de tevredenheid steeds minder.

Dat is ook waar Anja Meulenbelt over schrijft, en wat herkenbaar was voor heel veel vrouwen in de jaren '70, en vermoedelijk nu nog: het idee dat je er niet toe doet. Dat jouw mening er niet toe doet. Ze was de eerste die over die ervaringen schreef, en over de botsingen die ontstonden toen ze zichzelf wel serieus ging nemen.

Anja ontdekte dat er zonder kleding minder schaamte is dan met. Het is de vraag of het met kleding niet andersom is dan we denken. Het hele ingewikkelde spel van bedekken en niet-bedekken, en de regels die we daaromtrent kennen – het werkt wellicht vooral schaamte in de hand. Het maakt bijvoorbeeld dat je erop kunt worden afgerekend dat je te weinig kleding draagt, of juist teveel.

Ze schrijft over haar ervaringen in het vrouwenkamp in Zweden: Mij lijf wordt soepel. Mijn gezicht gaat open. Ik vergeet hoe ik eruit zie.

Waar je je voor schaamt, zegt iets over de cultuur waarbinnen je bent opgegroeid. Of je er mocht zijn. Of er genoeg ruimte is om je te ontwikkelen. Of er ruimte is om fouten te maken en daarvan te leren. Schaamte gaat nooit helemaal weg – we zullen ermee moeten leven.

Dat neemt niet weg dat we af en toe verlangen naar een eenvoudiger bestaan, helderder en met minder keuzes. Een all-in vakantie, inderdaad. Alle gedoe is je even uit handen genomen. Je terugtrekken in een klooster. Een vriendin was in een klooster geweest, en iemand vroeg een broeder: ik kom hier zo tot rust, hoe kan ik dat meenemen naar huis? Hij, heel simpel: dat kan niet.

Dat lijkt me een heel wijs antwoord. Het impliceert namelijk dat het hele gedoe van vallen en opstaan, van je druk maken en teveel hooi op je vork – dat ons zo tegen staat aan ons leven, erbij hoort.

Als vrijheid was, wat vrijheid is, wij waren de mensen niet die wij nu angstig zijn.

Dat het zo moge zijn.

Janneke Stegeman, 19 juni 2016