



Ruimte om te genieten

Bijbelse inspiratiebronnen

Zowel in het Oude als in het Nieuwe Testament nodigt de Bijbel uit om te genieten.

'Geniet dus maar van je eten en drinken en wees vrolijk. Want dan doe je wat God heeft bedoeld. Trek mooie kleren aan en verzorg je goed. Geniet van het leven, samen met de vrouw van wie je houdt. Geniet alle dagen van het leven dat God je heeft gegeven onder de zon. Want dat is je enige beloning voor al je gezwoeg onder de zon. Doe wat je moet doen, en doe dat zo goed mogelijk. Want als je dood bent, is er niets meer te doen. In de dood is geen werk, geen gedachte, geen kennis, geen wijsheid.'
(Prediker 9)

'Wat maak je je zorgen over je kleren? Leer van de lelies op het veld hoe ze groeien. Ze werken niet, ze spinnen niet. Maar ik zeg jullie: zelfs Salomo met al zijn pracht en praal ging niet gekleed als een van hen. Als God nu het gras op het veld, dat er vandaag staat en morgen in de oven wordt gegooid, zo kleedt, hoeveel te meer kleedt Hij dan jullie, kleingelovigen?' (Mt 6,28-30)

Ook paus Franciscus benadrukt dat genot rechtstreeks van God komt.

'Het is niet katholiek, niet christelijk, ook niets anders, het is gewoonweg goddelijk. Weet dat het eetplezier helpt om de gezondheid goed te houden. Seksueel plezier is er om de liefde mooier te maken én om de voortplanting van de mensensoort te verzekeren. Een onverdraagzame moraal, die het bestaan van genot verwerpt, wil ik niet. Dat is een foute interpretatie van de christelijke boodschap. Die visie berokkende in de loop van de geschiedenis heel wat schade, die je de dag van vandaag in bepaalde gevallen nog altijd ziet en voelt. God heeft het genot geschapen en dat moeten we inzien.'

Maatschappelijke betekenis

We leven in een samenleving van controle, bureaucratie en regulering. Van protocollen, wetten, systemen, voorschriften, stoplichten. In die maatschappij van 'moetjes' wordt ook genot beleefd als een 'must'.

Genieten is consumeren, zonder risico of waagstuk.

Seksualiteit verliest in een tijd van vluggertjes, gelegenheden- en relax-seks dan weer zijn erotische betekenis en wordt gereduceerd tot porno.

Volgens de Koreaans- Duitse filosoof Byung-Chul-Han moeten we afstand nemen van deze controlerende samenleving en kiezen voor een alternatieve erotische samenleving. Erotisch samenleven creëert de ruimte om te kunnen genieten. Het bestaat uit een langzaam proces van aantrekken en afstoten. Dat vergt tijd, langdurige aandacht en concentratie.

De ruimte om te genieten

'Men moet niet nadenken over het eindresultaat van zijn werk, zoals men ook niet reist om aan te komen, maar om te reizen', schreef de auteur en filosoof Goethe.

Niets is banaler dan een reis opofferen aan zijn bestemming. Bovendien is hardnekkig gefocust zijn op de uitkomst ook beklemmend en saai. De hellingen van de berg dragen het leven, niet de top.

De ruimte om te genieten is de ruimte van het niet moeten.

Genieten hoeft niet, je kan enkel genieten door te 'mogen' genieten. Het heeft dan ook geen voorgesteld doel en geen vastgelegde betekenis of gepland eindresultaat. Te vaak zijn we slaaf van torenhoge verwachtingen die we onszelf opleggen en genieten we niet meer van wat zich onverwacht en onvermoed aandient. We worden zo onder druk gezet dat we de neiging hebben ons te richten op kleine ergernissen en frustraties, om ons vast te rijden in routineus gezeur en in onrealistische verwachtingen.

Genieten is afstand nemen van wat er allemaal moet. Het is tijd vrij maken voor de wereld, voor mensen, voor jezelf. Het is ruimte creëren voor wat gewoon lijkt en dat als bijzonder ervaren, het is wat vast staat in vraag durven stellen. Genieten kan op vele manieren, maar de meest eenvoudige is regelmatig gewoon op een rustige plek gaan zitten, de ogen sluiten en ademen. Dat ademen doe je best in het meervoud, met andere mensen. Genieten met anderen is genieten van het genieten van anderen. Omgekeerd kan je ook klankbord zijn voor het genot van anderen en laat je andere mensen toe om van jou te genieten.

Genieten laat toe je blikveld te verruimen en andere tijden en plaatsen te verbeelden.

Door te genieten laat je de dingen als nieuw op je afkomen. Een gedragsbiologe schreef een boek waarin ze elf keer dezelfde route loopt door haar buurt, maar telkens met andere ogen van de wereld geniet. Een keer als wetenschapster, een andere keer als historica, kunstenares, arts,

stedenbouwkundige, als kleuter en zelfs een keer met een hond. Telkens wordt dezelfde buurt op een totaal andere manier ervaren. De bioloog ziet dingen waar de kunstenares nooit naar zou kijken en omgekeerd. Elke keer dezelfde route, elf keer een andere stad. Elf keer anders genieten van wat je elke dag hebt gezien.

Genieten is het gewone laten gebeuren en je erdoor laten raken, telkens op een andere manier.

Uiteraard gaat dat een stuk moeilijker als je ziek bent, zorgen hebt of zwaarmoedig bent. En natuurlijk kun je niet de hele tijd genieten. Maar je kunt wel leren hoe je je voor het genieten kunt openstellen. Genieten is tijd en ruimte scheppen om zich te interesseren voor iemand of iets dat je raakt. Genieten ontstaat vanuit de verwondering voor iets dat anders is. Dat andere kan een mens zijn, maar ook de natuur, muziek, een gebeurtenis of een voorwerp, om het even wie of wat je uit je controlezone haalt.

Genieten heeft daarom iets goddelijks of overstijgend.

Een beeld: het leven heeft genoeg aan het leven, is een stromende rivier. Jij bent een zwemmer die de stroom oversteekt, maar midden in die rivier word je gegrepen door het plezier van het zwemmen zelf. Je hebt de veilige oever verlaten, maar bent nog niet op de andere oever aangekomen. Je bevindt je in het midden. Dat midden is de plaats waar je intens geniet. Je wijdt je met hart en ziel aan het nu. Je ontwikkelt een passie en smaak voor wat hier en nu waardevol is. Je vergeet het ploeteren, maken, produceren en presteren. Je zwemt in de rivier. Je geniet ervan.

Een herinnering voor ons

Uit paus Franciscus' homilie in de sloteucharistie van de Wereldjongerendagen in Lissabon:

De woorden van de apostel Petrus op de berg van Transfiguratie willen we ons eigen maken na na deze intense dagen: 'Heer, het is goed dat wij hier zijn'. (Mt 17,4). Het is prachtig wat we met Jezus hebben beleefd, wat we samen hebben beleefd en hoe we baden. Maar na deze dagen van genade vragen we ons af: wat nemen we met ons mee als we terugkeren naar eht dal van het dagelijks leven?

Verwerkingsvragen

1. Wat is genieten voor jou?
2. Wat als je niet geniet in je leven?
3. Wat als je te veel geniet in je leven?
4. Wat denk van onderstaande uitspraken?
 - Niets moet, alles mag.
 - Genieten kan niet meer door de druk van de maatsdhappij.
 - Genieten is afstand nemen van alle moetjes.

- Genieten is tijd vrijmaken voor vrienden en familie.
 - Genieten met anderen is genieten van het genieten van anderen.
 - God heeft het genot geschapen en dat moeten we inzien (paus Franciscus)
 - De weg is de bestemming.
 - Ik vind seksueel genot een zonde.
 - Wanneer ik seksueel genot beleef, voel ik mij zondig als persoon.
 - Wanneer ik seksueel genot beleef, voel ik mij zondig als christen.
5. Seksueel genieten is meer dan alles wat met seksuele handelingen te maken heeft. Waar denk jij dat voor jou het onderscheid ligt?