

## Meditatie

### Verbinden door verhalen: Licht en donker

In de 21e eeuw zijn we er aan gewend geraakt om verhalen te delen via sociale media. Vaak zijn dat persoonlijke verhalen of anecdotes, maar soms ook inspirerende verhalen. Oude verhalen, die ooit mondeling werden overgeleverd. Of bijzondere verhalen die als oeroud worden gepresenteerd. Een verhaal dat dat mensen van zeer diverse levensbeschouwingen inspireert (en daardoor met recht een verbindend verhaal mag worden genoemd....) gaat over twee wolven. Of liever: over een oude indiaan die zijn kleinzoon een wijze les geeft over de innerlijke strijd die zich in mensen afspeelt. Die strijd gaat tussen twee 'wolven' die in elk van ons wonen. De ene heet Kwaad. Deze wolf levert woede, afgunst, jaloezie, arrogantie, leugen en dergelijke op. De andere heet Goed en gaat over vreugde, liefde, hoop, trouw, medeleven en geloof. De kleinzoon denkt even na en vraagt dan aan zijn grootvader: "Welke wolf zal winnen?" De oude indiaan antwoordt eenvoudigweg: "Degene die jij voedt."

Nader onderzoek wijst uit dat dit verhaal waarschijnlijk niet zo oud is. De oudste geschreven bron van het verhaal komt uit 1978 van evangelist Billy Graham en gaat over een eskimo. Maar wellicht is het verhaal oorspronkelijk toch ouder. Een Amerikaanse vrouw beweert dat ze het in de jaren 1950 van een Cherokee-zondagschool-leraar heeft gehoord.<sup>1</sup>

Interessanter wordt het verhaal door een illustratie die er bij gemaakt is waarbij een witte en zwarte vlek op de snuit van één wolf samen het yin-yang teken vormen. Deze tekening lijkt te suggereren dat we beide 'wolven' binnen in ons gelijkelijk moeten voeden, om ze in evenwicht te houden. Die gedachte, dat we het goede en het kwade (of het lichte en het donkere) binnen in onszelf in evenwicht moeten houden en het donker juist niet moeten negeren, is ook heel oud. Je zou kunnen zeggen dat deze gedachte al is terug te vinden in Psalm 139. Een liefdevolle psalm over Gods nabijheid, waarin aan het eind ineens een woedeuitbarsting uit de lucht komt vallen. Onlangs las ik in Dagblad Trouw een preek van ds. Piet van Veldhuizen over Psalm 139, in het kader van een preekwedstrijd met het thema 'Een lastig verhaal'. Hij pleit ervoor de 'woedeuitbarsting' in de psalm niet weg te laten. In zijn lezing is de psalm niet alleen een 'stilte-meditatie', maar tegelijk een 'veilige plek om uit te razen'. Want in die meditatieve sfeer van zelf-reflectie heeft de razernij niet het laatste woord. De psalm eindigt met een gebed. Een vraag aan God: zie of ik niet de verkeerde weg op ga en help mij op weg naar de goede. Juist als er ruimte is om stoom af te blazen, komt die goede weg ook weer een beeld.

Bij deze interpretatie dacht ik terug aan mijn afstudeer-onderzoek naar Psalm 139. De conclusie van mijn studie was dat je de woedeuitbarsting kunt zien als keerzijde of spiegelbeeld van de intimiteit in de rest van de psalm. Bij zo'n hechte, intieme en liefdevolle band (Ene, jij pijlt mij, jij kent mij, jij bent overal bij mij, bij jou wordt mijn donker tot licht, jij was bij mijn prilste begin, tot voorbij mijn diepste slaap.....) staat er iets op het spel. Als die band wordt aangevallen, komt heftige woede boven. In vers 19 is het inderdaad die hechte band die aangevallen wordt: weg met hen die God schuldig zijn! In de Nieuwe Bijbelvertaling staat 'zondaars', in de oude Bijbelvertaling 'goddelozen'. Het woord dat hier in het Hebreeuws staat, wijst op lieden die moedwillig kwaad doen. Piet van Veldhuizen zegt het in zijn winnende preek zo: "Het heeft dus niets te maken met ongelovigheid of andersgelovigheid of atheïsme, het gaat niet om religieus andersdenkenden – het gaat om mensen die alles kapotmaken terwijl ze donders goed weten dat ze dat doen. Er zijn er misschien niet eens zoveel van, maar ze helpen alles naar de bliksem. Brutaal, gewetenloos, respectloos. Mensen die schijt hebben aan hun

---

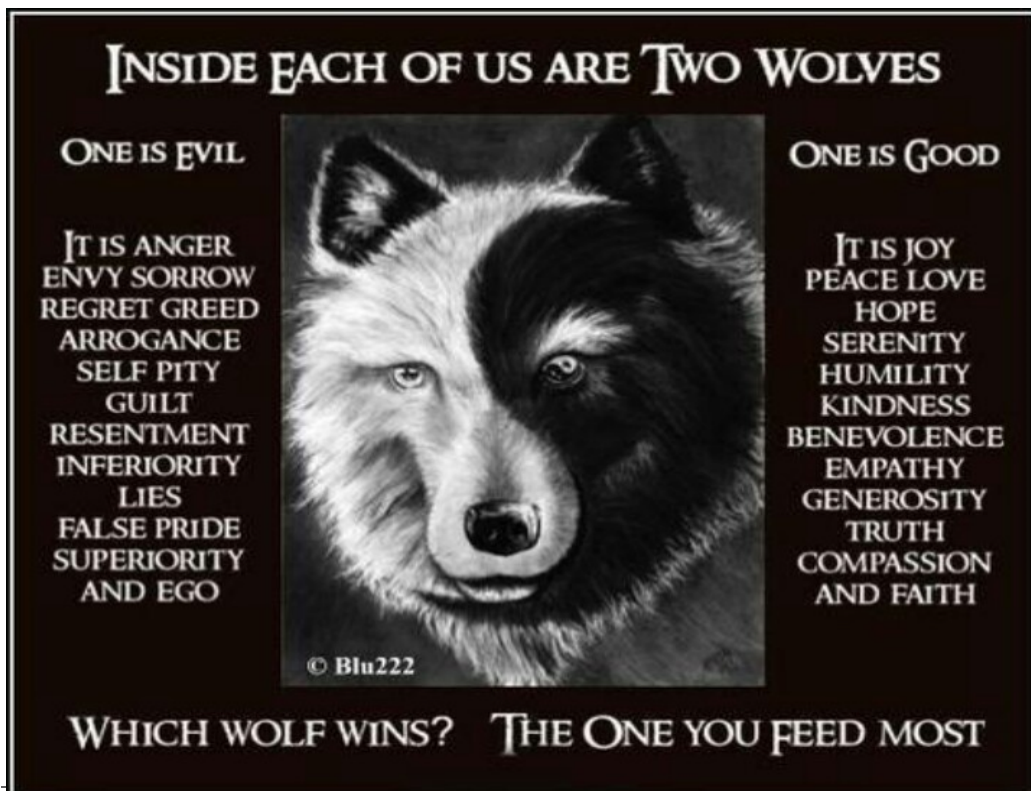
<sup>1</sup> Bron: <http://www.gestolengrootmoeder.nl/wordpress/twee-wolven-wonen-in-mijn-hart/>

naaste, sorry, ik kan het niet netter zeggen. Soms máákt het je ook razend.”<sup>2</sup>

Op dezelfde dag dat ik deze preek las, werd er in Amsterdam een advocaat vermoord. Terecht roept de meedogenloosheid van die daad vheel eel woede op. Het wrange is dat deze advocaat, die erom bekend stond juist de 'underdog' bij te staan, zelf waarschijnlijk voorstander was van het blijven zoeken naar de rechte weg. Met woorden en niet met kogels. Dat maakt de woede alleen nog maar intenser. Soms wil de zwarte wolf even gevoed worden.

Maar gelukkig is er bij de meesten van ons dan ook een witte wolf die vraagt om rust en om wijsheid. En gelukkig hebben we de verhalen en de liederen daarover, die we met elkaar kunnen delen. Verhalen en liederen die verbinding zoeken naar de rechte weg, om die samen met medemensen te kunnen gaan.

Ds. Sara Dondorp Gepubliceerd in de Schakel. Maandblad voor de Protestantse Gemeente te Chaam c.a. juni 2019



<sup>2</sup> Dagblad Trouw, De Verdieping, woensdag 18 september 2019, pag. 10.