

Robert van Putten – De nutteloosheid van rust

Christelijk perspectief voorbij de meritocratie

Een kleine tien jaar geleden publiceerde ik in *Wapenveld* mijn eerste beschouwing over de prestatimaatschappij. Het was het begin van een decennium nadenken, schrijven en spreken over een thema dat mijzelf en vele tijdgenoten onder de huid zit: prestatiedruk, onrust en stress. Het artikel destijds was grotendeels een beschouwing van de maatschappelijke en culturele achtergronden en sloot af met het vermoeden dat de christelijke traditie remedies bevat en een radicaal perspectief geeft op ontspannen leven.¹ In de jaren die volgden ben ik dat vermoeden verder gaan verkennen.

De bundel *De jacht naar rust: het tegoed van het christendom*, die ik eind 2021 publiceerde, vormt in die zoektocht een hoogtepunt. Met dertien coauteurs en een kunstenaar is in die bundel de breedte en diepte van de christelijke traditie omtrent (on-)rust verkend: belangrijke denkers, centrale praktijken en de verbinding met het actieve leven staan erin centraal.² Maar ook de productie van die bundel is in zeker opzicht niet ontsnapt aan de tijdgeest. Van het Thijmgenootschap kreeg ik een jaar de tijd om de bundel te realiseren. Dat betekende werken met strakke deadlines en de vaart erin houden.

De ironie ligt er natuurlijk dik bovenop: in mars-tempo een bundel over rust ‘produceren’. Als redacteur besloot ik geen conclusiehoofdstuk te schrijven waarin ik alle lijnen samentrok. Samenvattende boekafsluitingen zijn vaak obligaat. Eerlijkheids-halve moet ik zeggen dat ook iets anders op de achtergrond meespeelde: ik had niet de tijd en de rust om voorbij die obligate samenvatting met een overstijgende slotbeschouwing te komen. Daarvoor

is enige afstand tot het directe schrijfproces nodig en die gelegenheid ontbrak.

In de maanden na oplevering van het manuscript ging mij alsnog een slotbeschouwing ‘dagen’. Lezend door alle hoofdstukken en kijkend naar de illustraties die Leah Sands erbij heeft geschilderd, meen ik vier dimensies te ontwaren van rust in de christelijke traditie, die bovendien de moderne voorstelling van rust omkeren en uitdagen. In dit artikel werk ik deze these verder uit, bij wijze van slotbeschouwing bij *De jacht naar rust* en als reflectie op een decennium optrekken met dit thema.

17

Bankhangen

Wellicht enigszins karikaturaal, maar inhoudelijk niet onjuist, laat de moderne voorstelling van rust zich als volgt omschrijven. In de moderniteit zijn we rust gaan beschouwen als behorend tot de categorie van de noodzaak. Bij tijd en wijle moet een mens nu eenmaal rusten. Om vitaal te blijven is het een noodzakelijk kwaad (of goed), maar ook niet meer dan dat. Stilstand is achteruitgang, want het zet ons op achterstand in de ratrace van de meritocratie; zelfontplooiing realiseren we door werk en productiviteit.

In deze moderne voorstelling is rusten vooral uitrusten en opladen. Wezenlijk is daarvoor de afwezigheid van activiteit en afstand tot hectiek. Dat kan zich op allerlei manieren uiten, door slapen, bankhangen of andere vormen van relaxen. Kenmerkend voor uitrusten is dat het een negatie is van activiteit en zeker van werk. Daarmee is dit uitrusten, hoewel van elementair belang (ook in christelijk perspectief), tamelijk statisch van aard.

Deze vorm van rust duurt doorgaans niet lang, dat is in de moderne voorstelling ervan ook niet de bedoeling. Rust vervult de functie van pauze, het is een tijdelijke terugtrekking uit ‘het echte leven’. Dat zit al ingebakken in de metafoer van opladen: dat is klaar zodra de accu weer gevuld is. Daarmee is rust in de moderne voorstelling slechts een functionaliteit, instrumenteel aan ons bestaan als prestatiesubject.

Tot slot is rusten in de moderne voorstelling een kwestie van consumeren. De lege tijd van het nietsdoen wordt gevuld met allerlei vormen van

recreatie, met entertainment, avonturen en vakanties. Verveling is iets dat we moeilijk verdragen en de vrijetijdsindustrie helpt ons die lege tijd soepel door te komen. Ze belooft dat je ‘er echt even uit kunt’ en dat je ‘even helemaal weg’ bent, zonder het gevoel te krijgen dat je stilstaat en achteruitgaat.

– Rust kan intrinsiek onderdeel zijn van het goede leven –

18

Mijn probleem met de moderne omgang met rust is dat ze ons niet wezenlijk uit de modus van het prestatiebestaan trekt. Ze is geen werkelijk afscheid van de meritocratie, maar is daar juist dienstbaar aan. In woorden van socioloog Hartmut Rosa is het een ‘intentionele verlangzaming’, en tijdelijke onderbreking van onze versnellingsamenleving, ‘die tot doel heeft de functionaliteit en het versnellingsvermogen van een versnellingsstelsel in stand te houden’.³ Hij schaarst daar – en ik denk dat met hem mee – ook de meer verdiepende vormen van rust onder, zoals retraites, yogacursussen en zelfhulpmaterialen.

Willen we ontkomen aan de ‘tirannie van verdienste’, aan de meritocratische gedachte dat je verantwoordelijk bent voor je eigen succes en dat dit succes ook bepalend is voor het goede leven,⁴ dan hebben we ook een andere voorstelling van rust nodig. We hebben een ‘omkering van waarden’ nodig, waarin niet langer succes en productiviteit eenzijdig het goede leven definiëren. De uitdaging is daarom om te herontdekken dat rust intrinsiek onderdeel van het goede leven kan zijn. Dat vergt een voorstelling waarin rust geen nuttige functie vervult in het volhouden van de ratrace, maar waarin rust nutteloos is. De vraag is dan: waar vinden we een dergelijke voorstelling van rust?

Mijn stelling is dat hier het ‘tegoed van het christendom’ ligt. De moderne voorstelling van rust heeft oudere voorstellingen van rust, uit de antieke oudheid en het christendom, doen vervagen. Maar die oudere voorstellingen zijn daarmee niet onbereikbaar en in *De jacht naar rust* worden toonaangevende denkers en cruciale praktijken opnieuw voor het voetlicht gebracht en verbonden aan het actieve leven op tal van maatschappelijke terreinen.

De christelijke traditie is natuurlijk meerstemmig en dat werkt ook door in de voorstellingen van rust. Daarin worden uiteenlopende accenten gezet; zo zijn bijvoorbeeld de sabbat en het monastieke leven steeds wisselend gewaardeerd in de kerkgeschiedenis. Toch zijn enkele constanten waarneembaar, inzichten en motieven die over eeuwen heen blijven terugkeren. In die meerstemmigheid zijn vier dimensies van rust te onderscheiden, die elkaar complementeren.

Bevrijding

De eerste dimensie van rust is *bevrijding*. Tegenover de gedachte dat rust een kwestie is van noodzaak plaatst de christelijke traditie rust in het domein van de vrijheid. Rusten betekent ‘vrij zijn van’ allerlei noodzakelijkheden. Bevrijden is het ‘in vrijheid stellen’, waarmee ruimte wordt gecreëerd voor de niet-productieve maar wel betekenisvolle dimensies van het leven, van een andere manier van ‘in de wereld zijn’.

Je zou bevrijding de grondtoon van de christelijke voorstelling van rust kunnen noemen. Al in het Oude Testament is deze dimensie van rust prominent aanwezig. Dat blijkt in de sociale wetgeving in de Thora, waar de sabbatsjaren en jubeljaren voor het land worden bevolen, maar ook uit de motivering van de wekelijkse sabbat voor de mens. Die staat in het teken van bevrijding uit slavernij. Met de bescherming van deze tijdruimte is de waardigheid van mens en schepping gemoeid. De sabbat heeft bovendien met heiligheid en vreugde te maken. Dit alles geeft aan dat in de christelijke voorstelling rust duidelijk de taal van functionaliteit overstijgt.

Rust als bevrijding van de druk van het actieve leven heeft bovendien niet alleen een objectieve of uiterlijke kant, maar ook een subjectieve of innerlijke kant. Het rusten als ‘zijn laten’ of ‘kunnen laten gebeuren’, zoals Gerard Visser in de bundel heeft uitgewerkt (voor lezers van *Wapenveld* niet onbekend) vanuit het denken van de mysticus meester Eckhart over *Gelassenheit*, is vooral ook een existentiële aangelegenheid, een houding van de ziel. Rust is in de christelijke traditie niet slechts onderbreking van het werk, maar de *bestemming* van de mens – de tweede dimensie van rust. Zo moet ook

het ritme van zes dagen werk en een dag rust begrepen worden, laat Bernhard Reitsma in de bundel zien. De sabbatsrust is geen werkonderbreking, maar is de voltooiing van de schepping, het hoogtepunt ervan, de dag waar alles naar toewerkt en de dag waarop de mens tot zijn bestemming komt. Rust heeft betrekking op herbronning en heroriëntatie op de *telos* van ons bestaan, dat is God.

– ‘Verwonderend denken’ heeft meer met ‘verwijlen’ te maken dan met rekenen en argumenteren –

Voor de kerkvaders gold, zo heeft Joost Hengstmengel in de bundel aangetoond, de hemel als plek van eeuwige rust, terwijl in het aardse bestaan rust steeds tijdelijk van aard is. Het leven is een reis met een bestemming, door kunstenaars Leah Sands trekkend in de bundel verbeeld met trekkende kamelen, begeleid door een vredesduif. De notie van bestemming houdt zo ook ruimte voor het ‘nog niet’, voor het besef dat hier niet alles rust en vrede is. De levensreis zelf kan ook onrustig zijn en arbeid hoort er volledig bij; voor Kierkegaard was die rusteloosheid zelfs wezenlijk voor menswording.

Het bevrijde bestaan en het ontdekken van je bestemming bestaat vervolgens niet uit louter nietsdoen. Rust is in de christelijke voorstelling geen kwestie van uitrusten of entertainment, maar krijgt vorm en inhoud door *bezinning*. Dat is de derde dimensie van rust in de christelijke traditie. Vanouds is daarvoor de notie *vita contemplativa* in gebruik, de schouwende en meditatieve activiteit. Die meditatie is gericht op God, onze bestemming, de levensweg die we hebben af te leggen. Rusten is zo een gevulde passieve activiteit.

De term ‘bezinning’ komt aanvankelijk wat zwaar over. In protestantse oren klinkt dat al snel ernstig en misschien ook wat te rationeel. Maar bij nadere beschouwing heeft het woord een bredere klank. In de monastieke meditatie, zo heeft Klazina Staat in haar bijdrage aan de bundel betoogd, speelden *pictura*, afbeeldingen, een belangrijke rol in de

meditatie. Bezinning heeft zo alles met schoonheid en kijken te maken. Bovendien bestaat er tegenover het rationele denken ook zo iets als ‘verwonderend denken’, dat meer met ‘verwijlen’ te maken heeft dan met rekenen en argumenteren.⁵

‘Rustvol werken’

Ten slotte is rust in de christelijke voorstelling niet statisch, maar dynamisch. De christelijke traditie gaat niet mee in starre tweedeling tussen activiteit en niet-activiteit, ze reserveert rust niet voor de momenten waarop niet gewerkt wordt. Rust krijgt niet alleen vorm en inhoud in de bezinning, maar ook in de *beweging* – de vierde dimensie van rust. Dat komt in het bijzonder tot uiting in de benedictijnse spiritualiteit, die het leven vormgeeft als een ritmische beweging van *ora, lege et labora* – bidden, lezen, werken. In elk van deze activiteiten is aandacht of concentratie belangrijk, wat je ‘rustvol werken’ zou kunnen noemen.

De dimensie van beweging kan in de christelijke traditie ook meer fysiek worden opgevat. Dat hebben Gertine Blom en Maarten Vogelaar in de bundel uitgewerkt. Rust kan gevonden worden in het alledaagse huishoudelijke leven, door de ontwikkeling van ‘heilige gewoonten’, in de uitvoering van kleine rituelen. Daarnaast is het misschien geen toeval dat monniken zich ook toelegden op ambachtelijk werk. Dat was volgens kerkvaders niet alleen eevoller dan handeldrijven, maar het ambachtelijke proces heeft alles te maken met rustvol werken, met rust als beweging. Het maakproces haalt ons ‘uit ons hoofd’, uit datgene wat ons doorgaans innerlijk ongedurig maakt. De maker heeft concentratie nodig op zijn handen en het materiële object en oefent zich in geduld.

Recapitulerend: bevrijding, bestemming, bezinning en beweging typeren een christelijke voorstelling van rust. In deze voorstelling is rust geen kwestie van achteruitgang, maar van vooruitgang. Terwijl de meritocratie mensen opbrandt en uitgeblust achterlaat, draaien deze vier dimensies van rust om vitaliteit en bloei. Ze bevorderen een ontspannen ‘in de wereld zijn’. Dat is geen ontspanning die elke vorm van inspanning uitsluit. Integendeel,

het geeft ruimte aan inspanning die gedragen wordt en focus krijgt door ontspanning.

Het contrast met de moderne voorstelling van rust in termen van noodzaak, pauze, nietsdoen en entertainment is groot. De suggestie van een ‘omkering van waarden’ lijkt weinig overdreven. Somber gezegd is er in het secularisatieproces veel verloren gegaan. Hoopvoller is het om te benadrukken dat in de westerse cultuur rijke bronnen verscholen liggen die onder het stof vandaan gehaald kunnen worden – iets wat op allerlei plekken ook gebeurt. Ik ben geneigd die hoopvolle tonen te accentueren, vandaar mijn voorkeur voor de notie van het ‘tegoed’ in de ondertitel van *De jacht naar rust*.

– In de westerse cultuur liggen rijke bronnen verscholen –

Daarbij is het belangrijk te benadrukken dat de christelijke traditie geen monopolie heeft op deze vier dimensies van rust. Bevrijding, bestemming, bezinning en beweging zijn weliswaar in het christendom nadrukkelijk gecultiveerd en hebben door het christelijk geloof kleur en invulling gekregen, maar deze dimensies van rust hebben een universelere reikwijdte. Ik beschouw ze als levensdimensies, als fundamentele motieven in het menselijk bestaan, waar religie, levensbeschouwing en cultuur in meer of mindere mate recht aan kunnen doen.

Tot slot, de ervaring van rust laat zich in deze voorstelling niet afdwingen. Het ontspannen in de wereld zijn is een precaire aangelegenheid, want ontsnapt aan de logica van maakbaarheid. Loslaten en ontvankelijkheid behoren tot de innerlijke kern van ontspannen, dat is juist het tegendeel van beheersing en controle. In de christelijke voorstelling is rust uiteindelijk een geschenk. Precies in dit geschenk-karakter van rust blijkt op ultieme wijze het contrast met de meritocratie.

Dr. R.J. van Putten is lector Bezieling & Professionaliteit aan de Christelijke Hogeschool Ede en redactielid van Wapenveld.

Noten

1. Robert van Putten, ‘De uitgebluste mens. Over de vermoeiende prestatie maatschappij’, *Wapenveld* 64(4), 2014, p. 30-36.
2. Robert van Putten (redactie), *De jacht naar rust. Het tegoed van het christendom*. Utrecht: Eburon, 2021.
3. Hartmut Rosa, *Leven in tijden van versnelling. Een pleidooi voor resonantie*. Amsterdam: Boom, 2016, p. 45.
4. Michael Sandel, *De tirannie van verdienste. Over de toekomst van de democratie*. Utrecht: Ten Have, 2020.
5. Joop Berding, *Rondom Cornelis Verhoeven. Ruimte voor vertraging in filosofie en onderwijspraktijk*. Apeldoorn: Garant, 2022, p. 29.