

## **Rust en regelmaat**

Keuzes maken, even tijd nemen om na te denken, tot rust te komen. Voor ondernemers die dat willen leren, organiseert VNO-NCW retraites in een benedictijner abdij. Een impressie van een etmaal kloosterleven.

Tien over vier. De mobiele telefoon geeft harde zoemtonen. Het is het enige dat me hier herinnert aan de 21ste eeuw. Ik trek aan het koord dat boven het bed hangt, het licht floept aan en ik wrijf mijn ogen uit. Een klein slaapvertrek in de benedictijner abdij Onze Lieve Vrouwe van Koningshoeven in Berkel-Enschot. Het is midden in de nacht en koud.

In de kloostercel staan een bed met een kruisbeeld erboven, een houten bureautje en twee eenvoudige stoelen. Aan de muur hangen een afbeelding van Maria en een simpele wastafel. Op de houten vloer van de gang klinken harde voetstappen. Mijn lotgenoten zijn al wakker.

"In zijn kloostercel vindt een monnik alles wat hij nodig heeft", had broeder Bernardus, de prior (tweede man) van de kloosterorde, gisteravond gezegd. Hij had dat overdrachtelijk bedoeld.

Een betere wereld, begint bij jezelf. Dat wil zeggen: bij zelfkennis. Dat is al 1.500 jaar één van de uitgangspunten van de navolgers van Benedictus. Deze 'vader' van het westerse monnikenleven schreef een beroemde kloosterregel. Hij adviseerde een zorgvuldige afwisseling van bidden en werken (Ora et labora) om geestelijk en lichamelijk in evenwicht te blijven. Eén ding tegelijk doen en daaraan alle aandacht geven, daar gaat het om.

Benedictus is de laatste tijd ook populair bij moderne, gehaaste managers. Vandaar deze 24-uurs 'retraite' in Koningshoeven, georganiseerd door VNO-NCW, met elf andere managers en ondernemers. Samen 'onthaasten' we en onderwerpen we ons aan de ijzeren regelmaat van het kloostergebed. Zeven keer per dag komen we met de monniken bijeen om te bidden, uit de bijbel te lezen en de eucharistie te vieren. En wij doen mee. Te beginnen met de metten om half vijf 's morgens.

### **Metselwerk**

In zijn kloostercel vindt een monnik dus alles wat hij nodig heeft. Ik heb nog niet veel nodig. Een washand, een handdoek, een tandenborstel. Gevonden. Een snelle opfrisbeurt, een broek aan, een dikke trui, een stevige winterjas. De klok van de abdijkerk wordt al geluid. Een paar minuten later loop ik klossend de houten trap af. "Wat een tijd", hoor ik achter me mompelen. Het mag nog. Even later, in de lange gangen, met de stenen vloeren en de hoge gemetselde gewelven, die naar de kerk leiden, worden we geacht onze mond te houden. Daar loopt de directeur van een aannemingsbedrijf naast me, het hoofd omhoog gericht. Ik kijk hem aan. Hij kijkt naar mij. "Schitterend metselwerk", fluistert hij.

In de kerk zelf is nauwelijks licht. Aan beide kanten van het middenpad bevindt zich het koorgestoelte, gemaakt van donkerbruin houtsnijwerk. Alleen daar brandt licht. Het houtsnijwerk bevat tientallen heiligenbeelden: Bonifacius, Thomas, Benedictus, Stephanus, Ignatius, Willibrordus.

We hebben geen moeite een zitplaats te vinden. De neogotische kerk is eind negentiende eeuw gebouwd voor een grote kloosterorde, die aan het einde van de Tweede Wereldoorlog nog maar liefst 151 leden telde. Nu zijn het er nog maar zestien, in leeftijd variërend van 19 tot 86 jaar. Ze hebben zich links en rechts over het koorgestoelte verdeeld. Ik trek de kraag van mijn jas omhoog, schuif ongemakkelijk heen en weer op de harde houten zitting, wrijf nog wat slaap uit mijn ogen en voel de kou van de stenen vloer door de leren zolen van mijn schoenen trekken.

Een monnik met zilvergrijs haar tikt met een kleine stemvork tegen een bijbeltje, dat hij in zijn hand houdt. Hij zoemt de toon na. Het eerste koorgebed wordt ingezet. Tot hoelang, Heer? Verbergt Gij U durend? De monnikenstemmen klinken geoefend.

Drie kwartier later zoeken we de warmte weer op. Bij de centrale verwarming op een meer comfortabele plek van het klooster doet de cursusgroep een uurtje meditatieoefeningen. Dan luidt tegen zeven uur de klok voor de tweede keer. Tijd voor de lauden, de dagelijkse eucharistieviering. Een dikke trui is voldoende, het kan nu wel zonder jas, denk ik optimistisch. Ik heb er een uur lang spijt van.

## **Gewaden**

Buiten is het nog donker, maar in de kerk zijn veel meer lichten aangestoken dan tijdens de nachtwake. Een oude monnik, die moeilijk loopt, heeft zijn wandelstok opzij gelegd en trekt aan een touw dat tientallen meters boven hem in de gewelven verdwijnt. Buiten klinkt de klok.

Er zijn weer koorgebeden. De teksten klinken optimistischer: Met vreugde gaan wij water drinken uit de bronnen van heil. Tijdens het zingen gaan de monniken geregeld staan en dan weer zitten. Het ritme dat daar achter zit, ontgaat me, maar we doen gewoon mee.

Ik kan nu goed zien dat de kloosterlingen niet allemaal dezelfde gewaden dragen. De meeste gewaden zijn helemaal gesloten. Een kovel wordt zo'n gewaad genoemd, afgeleid van het Latijnse woord voor 'huisje'. Je krijgt hem pas als je na een jarenlange proeftijd definitief hebt gekozen voor het monnikschap; je stapt er niet een, twee, drie uit. Er zijn ook mantels die van voren openstaan; die je zo zou kunnen afwerpen. En dan is er nog een jonge kloosterling, min of meer in burgerkleding. Het is allemaal symboliek.

Broeder Bernardus (38 en een jaar of twintig kloosterling) vertelde gisteravond dat het zes, zeven jaar duurt voordat een nieuweling volledig in de kloosterorde is opgenomen. In de tussentijd kunnen beide partijen er nog vanaf zien. De kloosterorde probeert er achter te komen of de novice "waarlijk God zoekt", of hij "ijver heeft voor het werk Gods" en bereid is de minder leuke dingen van het kloosterleven te aanvaarden. En elke fase in dat proces wordt met enige symboliek begeleid, eindigend in de ceremonie van opneming, waarbij de nieuweling letterlijk door elke monnik wordt opgenomen, opgetild. Ik moest onwillekeurig denken aan die arme, oude monnik met zijn wandelstok. Het bedrijfsleven kan nog wat leren van zo'n lange proeftijd. "Wij gunnen ons niet de rust om mensen aan een organisatie te laten wennen", zei een ondernemer gisteravond. Terwijl het einde van een proeftijd, het omzetten van een tijdelijk contract in een vast dienstverband toch belangrijke momenten zijn om even bij stil te staan. Eén van zijn collega's, de eigenaar van een bedrijf dat laboratoriuminstrumenten maakt, blijkt dat inderdaad te doen: "Van iedereen die bij ons een contract voor onbepaalde tijd krijgt, laten we een portret schilderen. Al die portretten hangen in de hal."

### **Mozart**

Even later kijk ik zelf tegen een serie geschilderde portretten aan. Het is kwart voor acht, de eucharistie is voorbij en we zitten in een grote zaal aan een lange tafel te ontbijten. Bruine boterhammen, eenvoudig beleg. Aan de muur hangen de portretten van de monniken die sinds eind negentiende eeuw abt – dus de leider – zijn geweest in het klooster.

We eten zwijgend. "Probeer tijdens het ontbijt en het middagmaal tafelgesprekken te voorkomen", luidde de duidelijke instructie. "Dat bevordert de innerlijke rust die ons toestaat om in gebed te komen." Sommigen nemen die wel heel letterlijk en durven nauwelijks om de pindakaas te vragen. Zo streng heeft zelfs Benedictus het vast niet gewild. Er klinkt een hoboconcert van Mozart door de ruimte, verder alleen het getik van messen en vorken op porselein.

En dan is er weer de kerk. Deze keer voor de terts, die maar een kwartiertje duurt. Voor de monniken, die dan dus al vijf uur op zijn, is het tijd om te gaan werken totdat de klokken van het middaggebed (sext) hen om twaalf uur weer naar binnen zullen roepen. Koningshoeven heeft een eigen bakkerij, een kloosterwinkel en een moestuin. Maar het meeste werk genereert de brouwerij, waar het enige echte trappistenbier van Nederland (La Trappe) wordt gebrouwen.

Een monnik werkt over de hele dag nauwelijks zes uur. Zo'n beperkt aantal werkuren per dag bevordert de productiviteit, is de gedachte. Ook al zou je willen doorwerken, je mag niet. Het ritme van het getijdengebed is onverbiddelijk. En dat is niet erg, want men moet ook kunnen "loslaten" is de boodschap die de monniken hebben voor alle hard werkende managers, die ze in hun gastenverblijf laten overnachten.

Loslaten, keuzes maken, even tijd nemen. Een manager vertelt dat hij midden overdag zijn auto aan de kant zet om even een tukje te doen. Een ander blijkt een collega te hebben, die om dezelfde reden 's middags een half uurtje zijn deur op slot doet. Voor de power nap. Iedereen blijkt het op zijn eigen manier te doen. "Ik check mijn e-mail maar één keer per dag". "Ik zet mijn mobiele telefoon de hele dag uit." We worden al echte benedictijnen.

Het kloosterritme hebben we intussen ook te pakken. Om half drie is er het namiddagebed (noon) en om kwart voor zes – als het al weer donker is – het avondgebed (vespers). We gaan er in stilte naar toe en weer terug. In de uren daartussen wandelen we in de immense kloostertuin en praten we honderduit over zaken als 'bezielend' leiderschap en stellen we vast dat leiders hun mensen een "oriëntatie" moeten bieden en dat ze mensen "in beweging" moeten zetten.

We nemen ons voor onze mensen "aandacht" te geven "vanuit een liefdevolle houding" en dat we niet iedereen over één kam zullen scheren, want – zoals een monnik zegt: "Het gezegde Gelijke monniken, gelijke kappen is niet door Benedictus bedacht." En we nemen ons ook voor onszelf kwetsbaar op te stellen. Het is uiteindelijk nog geen maandagmorgen, denk ik.

### **Broederschap**

En dan is er de avondboterham. Opnieuw plastic bakken met bruin brood, wat kaas, wat tomaten. Deze keer geen klassieke muziek, want er mag gepraat worden. De gespreksthema's lopen sterk uiteen. Soms zakelijk, over de levensloopregeling en de nieuwe WAO.

Maar er wordt ook over andere dingen gesproken. Naast me zit de directeur van een nutsbedrijf. Hij vertelt dat hij gereformeerd is opgevoed, maar de laatste jaren op religieus gebied een "alleseter" is. Hij liet zich tijdens uren durende diensten in Latijns-Amerika zelfs onder invloed van drugs brengen. Met pretlichtjes in zijn ogen vertelt hij over de "religieuze ervaringen" die hij heeft gehad. Ervaringen met bevende handen en tranen in de ogen. "Dan weet je zeker waar je vandaan komt en waar je naar toe gaat."

Aan de andere kant zit ook een stralende glimlach. Een man die tien jaar geleden ook al eens in retraite is gegaan, toen voor meerdere dagen. Hij was bijna in het klooster gebleven, zo sterk was het gevoel van "broederschap" met de kloosterlingen al geworden. Voor die tijd was hij opzichter in de bouw, maar zijn "leven was niet compleet". Na een opleiding aan de sociale academie koos hij voor een functie als personal coach.

Na het eten lopen we om half acht voor de laatste keer zwijgend naar de kerk voor de completen. Het is er weer donker. De monniken staan al klaar. Achterin de kerk staat het Mariabeeld deze keer in een fel spotlicht. De heldere stemmen klinken weer en zingen even later hun psalmen, die in het klooster steeds met dezelfde regels worden besloten.

Eer zij de heerlijkheid Gods:

Vader, Zoon en heilige Geest.

Zo was het in den beginne,

Zo zij het thans en voor immer;

Tot in de eeuwen der eeuwen. Amen.

Precies op het juiste moment ben ik gaan staan en ging ik weer zitten.

Dat heb ik in elk geval geleerd.

BRON: website van VNO-NCW