

Le mur des je t'aime

Geliefd mens,

Vorige week bezocht ik Parijs. Onder een zachte lentedag was ik op weg naar de Sacré-Coeur, slingerend door de charmante straatjes van Montmartre. Op een klein pleintje liep ik onverwacht langs een muur die mij m'n pas deed vertragen. Het bleek *Le mur des je t'aime* te zijn, de muur van 'ik hou van jou'. Voor me verscheen een donkerblauwe tegelwand, met daarop honderden witte letters in sierlijke handschriften, waar in meer dan 250 talen en dialecten 311 keer stond geschreven: *Ik hou van jou*. Alsof de hele wereld, in al haar verschillen, samenklonk in die ene zin. Het raakte me. Niet alleen om wat er stond, maar om wat er werd gezegd. Want wie verlangt er niet naar om dat te horen?

Het gekke was, dat ik instinctief op zoek ging naar het Nederlandse 'ik hou van jou'. Daarna speurde ik naar vertalingen die ik kende: het Duits, Fries, Engels, Zuid-Afrikaans... Ik moest herkenbare taal vinden te midden van al die voor mij onbekende tekens. Maar wat me uiteindelijk het meest raakte, waren juist de woorden die ik níet begreep, want ook die waren liefde. Overal ter wereld wordt deze zin uitgesproken. Blijkbaar zit dat in de mens: de behoefte om liefde te zeggen, om het te horen, om het te geven. Het deed me goed. In een weerbarstige wereld waarin zoveel ons scheidt, gaf dit me een gevoel van vertrouwen: dat liefde, hoe verschillend ook verwoord, ons allen verbindt.

De woorden 'ik hou van jou' zijn meer dan een liefdesverklaring. Ze zijn een anker. Ze geven taal aan het gevoel dat je gezien wordt, dat je ertoe doet, dat je je geliefd mag weten. Woorden die precies dát verlangen aanspreken dat in ieder mens leeft: om je verbonden te weten en daarop te kunnen vertrouwen. Hoe wezenlijk dat is, blijkt vaak pas als het ontbreekt. Als liefde niet (meer) wordt uitgesproken. Als nabijheid niet (meer) wordt gevoeld.

De eerste ervaringen van liefde en nabijheid - vaak al in onze kindertijd - bepalen hoe veilig we ons later voelen in het contact met anderen. Wanneer een kind wordt gezien, gehoord en met betrouwbaarheid wordt omringd, groeit er een innerlijk kompas dat zegt: 'Ik ben het waard om lief te hebben.' Vanuit die veilige hechting ontstaat vertrouwen; in de ander, in jezelf, in het leven. Maar als dat fundament er niet was, of wankel is, of ooit geschonden werd, kan het moeilijk zijn om die nabijheid toe te laten. Dan trekken we ons terug, of klampen we ons vast. En juist daarom is het zó kostbaar als we elkaar helpen om opnieuw vertrouwen te vinden. Door betrouwbaar te zijn. Door werkelijk aanwezig te zijn. Door die ene zin te blijven herhalen: *je bent geliefd*.

Ik geloof dat we daartoe zijn geroepen. Met ons hoogste talent. In het tot leven brengen van woorden die anders op muren blijven staan. 'Ik hou van jou' moet steeds een stem krijgen en vertaalt zich vervolgens in hoe we leven: in bemoedigende blikken, in uitgestoken handen, in luisteren zonder oordeel, in zorg voor onze aarde... Zelfs de wetenschap onderstreept de impact hiervan: onderzoek toont aan dat liefdevolle omgevingen sporen nalaten tot in de werking van onze genen en zelfs generaties lang kunnen doorwerken.

Daarom vind ik het een eer om deze brief te beginnen met de woorden *geliefd mens*. Mijn favoriete twee woorden. Niet als een vorm of formule, maar als een wezenlijke erkenning. Want jij *bént* geliefd. Niet pas als je iets presteert, niet pas als je alles op orde hebt, maar omdat je mens bent. Omdat je leeft. En juist als het stil is om je heen, of als liefde moeilijk is te ontvangen, is het des te belangrijker om het te blijven zeggen: tegen elkaar, tegen onszelf en in alles wat we doen: *je bent geliefd*.

Met een hartelijke groet,
broeder Marten van der Wal



We gedenken hen die een spoor van liefde nalieten