



Hetzelfde verschijnsel zien we bij de haring. Haringkuit wordt in de paaitijd in zulke megahoeveelheden aangemaakt dat het aanspoelt op de kusten van Groenland, de beren komen uit het bos om het van de rotsen langs de kust af te likken en hun vetreserves aan te vullen met die proteïnerijke brij. Vossen, vogels, zeehonden, walvissen. Alles komt erop af en vreet zich moddervet aan haringen en kuit. Je zou willen roepen: 'Ho! Ho! Beetje rustig graag voor die kusten van Groenland. Matig uw gedrag. We houden op die manier geen haring meer over straks!' Nee hoor. Haringen zat. Elk jaar opnieuw. Geen Nederlander hoeft z'n harinkje te missen.

Maar u hoeft niet naar Groenland om de overdaad in de natuur te bestuderen. Dames, als u deel uit maakt van een echtpaar, en u hebt al een tijdje niks uitbundigs meer beleefd samen, koop een microscoop, ruk uw man af en kijk samen naar z'n kwakje, u zal versteld staan van het leven dat u nog in uw man aantreft. En elk zaadje is in potentie: een ander mens. Elke man kan meerdere kwakjes per dag produceren. En kijk dan 's hoe afschuwelijk veel mannen d'r zijn.

De natuur kent geen matigheid. En wij zijn een deel van de natuur. Wij zijn de natuur. De natuur is wij. Hoe is dan ooit iemand op dat idee gekomen. Matigheid!?

Wel, als we tweeëneenhalf duizend jaar teruggaan in de tijd vinden we daar het eerste gedocumenteerde verslag van een mens die het over matigheid heeft. We zitten dan bij de figuur van prins Siddharta Gautama, later bekend als de Boeddha. Nadat hij jaren tevergeefs in het woud, allerlei meesters volgend, de verlichting heeft gezocht door overdrijving, door uithongering en waanzinnig lang mediteren, komt hij op een punt waarop hij alles opgeeft, het woud verlaat en zich onder de bodhiboom zet om daar op z'n gemakje een kom rijstap naar binnen te werken, die hij zich door een herderinnetje heeft laten voorzetten. Daarna gaat hij opnieuw in meditatiehouding zitten en bereikt na korte tijd de verlichting als eerste in de geschiedenis der mensheid. De verlichting. Wanneer een sitarspeler hem later komt vragen: 'hoe moet ik mediteren!?' Of hoe moet ik leven?', antwoordt de boeddha: 'Met aandacht'. Maar, zegt hij daarbij, 'de aandacht moet niet te gespannen staan en ook niet te slap. Behandel de aandacht zoals je een snaar op je instrument stemt. Te strak, dan klinkt hij te hoog! Te slap, dan klinkt ie te laag. Precies juist is goed'. In dit verhaal zit een levende benadering van het begrip matigheid. Niks geen gezeur over 'maaiavelden' of 'al gek genoeg', maar een pragmatisch 'juist' afstemmen als resultaat van jarenlange overdrijving.

En nu komen we bij de kern van het raadsel 'matigheid' of bij uitbreiding de kern van het raadsel 'moraliteit', want ook dat begrip wordt hoewel positief qua strekking, enorm gehaat en gemeden in onze samenleving. Dat heeft te maken met het feit dat in onze contreien moraliteit - en in haar kielzog de matigheid - gedurende eeuwen van buitenaf als regel werd opgelegd. Er werd mee gezwaaid door mensen die bang waren om te overdrijven, bang waren zichzelf te verliezen, mensen die gewoon bang waren en als gevolg daarvan altijd keurig binnen de lijntjes kleurden. De keurige burgers, middenklassers.

Maar een mens moet zichzelf verliezen om zijn wezen te leren kennen, om zichzelf te kunnen vinden.

Wanneer je evenwel, zoals ik, die angst niet bezit en je te buiten gaat aan onmatigheid - ik ben 30 jaar verslaafd geweest aan alcohol en hash, (ik verzeker je; een geweldige combi) - dan komt er op een gegeven moment een drang naar matigheid opzetten van binnenuit. Niet opgelegd. Vanuit ervaring verworven. En in volledige vrijheid voor gekozen. Gewoon omdat het werkt. Dat is een vorm van matigheid, een vorm van moraliteit ook, die we makkelijk zouden kunnen omarmen. Maar daarvoor moeten we 'm eerst veroveren. Daarvoor moeten we eerst overdrijven. En dat zijn we nu als samenleving aan het doen. We hebben de kerken gesloten, de moraliteit de deur uitgeknikkerd en we overdrijven in hebzucht en seks, achterklap op het internet, vraatzucht/obesitas, hoogmoed. Ongegeneerd doen we alles wat God verboden heeft. Logisch dat moslims van ons schrikken. En denken met bommen die trend te moeten keren. Maar ze vergissen zich, want we zijn op de goeie weg. Onze samenleving loopt zich geleidelijk aan vast in de overdrijving, het winsteconomisch model komt klem te zitten, de

wereldeconomie komt krakend tot stilstand op dit moment en geleidelijk aan begint een nieuwe vorm van moraliteit de kop op te steken. Van binnen uit! Moraliteit als businessmodel. Evenwicht en matigheid, als enig overgebleven optie om de planeet te genezen, ongelijkheid en sociale onrust weg te werken en geluk te genereren. Van binnen uit. Voor iedereen. Als een ervaringsfeit.

Laat maar komen die toekomst!

Een prettige zondag nog.

*Deze column was te horen in De Ontbijtclub van MATZER Theaterproducties d.d. 15 mei 2016.*