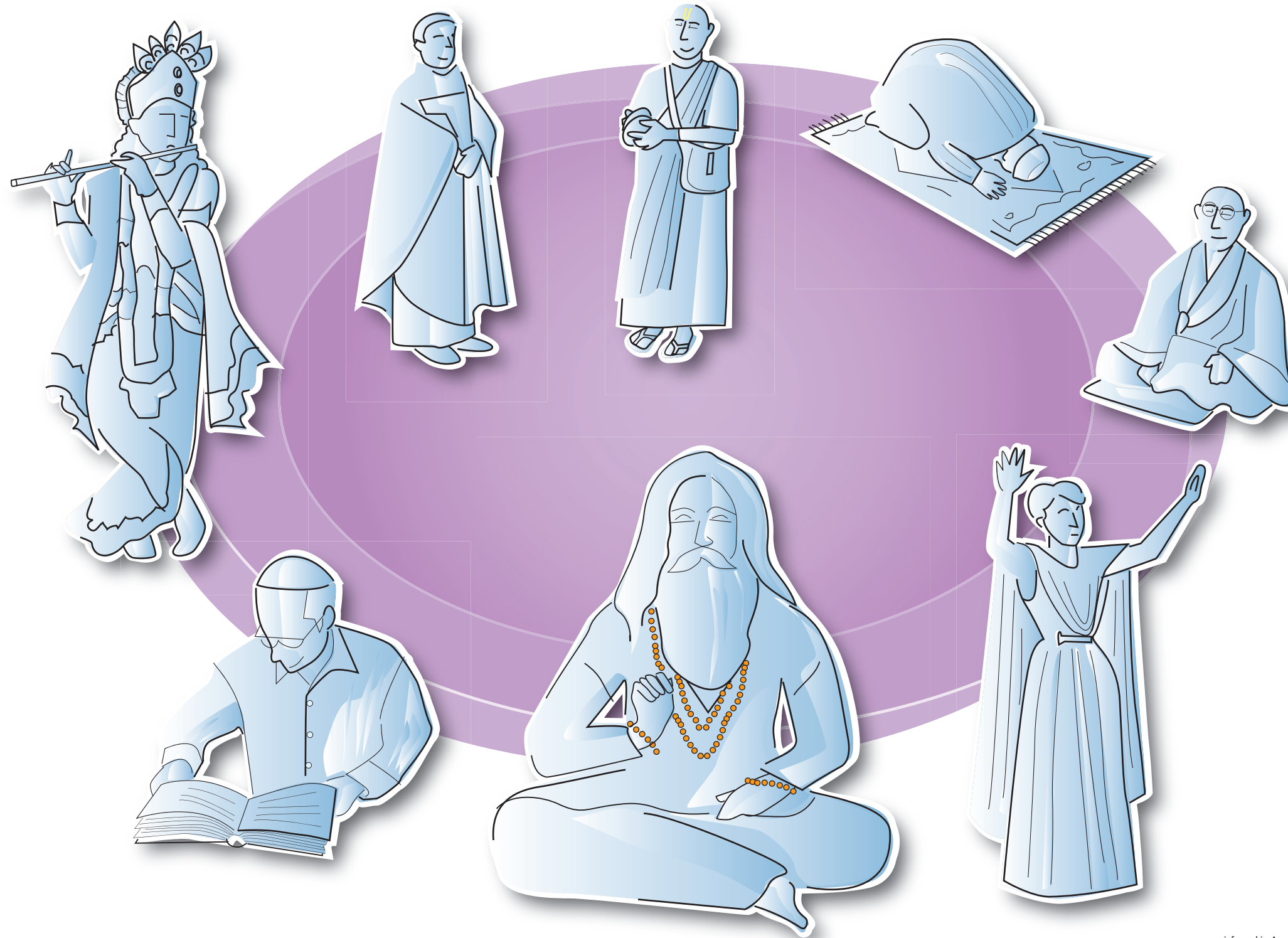


Spiritualiteit zoeken, voelen, doen

Concertgebouw De Vereniging zit volgende week zaterdag bomvol. Meer dan duizend belangstellenden bestelden al ruim een maand van te voren een kaartje voor het symposium 'Spiritualiteit zoeken, voelen, doen'. Volgens de organisatie een bewijs te meer dat er een groeiende behoefte ontstaat aan informatie over het bovennatuurlijke. Met lezingen, literatuur, muziek en theater probeert het symposium hieraan te voldoen. Op deze pagina een drieluik, waarin deelnemers aan het symposium uitleggen hoe we spiritualiteit zoeken, voelen of ervaren.

door
John van Oppen
john.van.opp@ gelderland.nl



Titus Brandsma Instituut viert 40-jarig bestaan

- ▶ Het symposium wordt gehouden ter gelegenheid van het 40-jarig bestaan van het Titus Brandsma Instituut.
- ▶ Titus Brandsma, karmelietenpater in Nijmegen, was verzetsstrijder tijdens de Tweede Wereldoorlog. In 1942 werd hij in Dachau vermoord.
- ▶ Het instituut maakt deel uit van de Radboud Universiteit. Het verricht onderzoek naar historische en hedendaagse vormen van spiritualiteit.
- ▶ Meer info hierover op www.titusbrandsmainstituut.nl
- ▶ Het Soeterbeek Programma, eveneens gelieerd aan de RU, is mede-organisator. Het neemt initiatieven om het debat tussen wetenschap, samenleving en levensbeschouwing te stimuleren.
- ▶ Meer info: www.ru.nl/soeterbeekprogramma
- ▶ Tijdschriften over spiritualiteit zijn Hapinez, een glossy magazine op het raakvlak van wijsheid, psychologie en spiritualiteit (www.hapinez.nl), Speling (driemaandelijks uitgave van het Titus Brandsma Instituut) en Volzin, een opinieblad voor geloof en samenleving (www.opiniebladvolzin.nl)

‘Vergeet niet dat elke goeroe zijn giro heeft’

Prof. dr. Kees Waaijman, directeur Titus Brandsma Instituut en hoogleraar spiritualiteit

Het leven is een reis. We komen ergens vandaan en we gaan ergens heen. Maar zitten we op de goede weg? Reizen we op de beste manier? Verkeren we onderweg in het juiste gezelschap? Zodra je die vragen stelt, ben je bezig met spiritualiteit. Dat moet je niet verwarren met godsdienst. Religie bevat ook nog andere aspecten, zoals rituelen en dogma's. De rituelen schrijven voor hoe je een godsdienst tot uitdrukking brengt, bijvoorbeeld door 's zondags naar de kerk te gaan of vier keer per dag met het gezicht naar Mekka te bidden. En in de dogma's staat beschreven welk gedrag goed of fout is. Rituelen en dogma's zijn onaantastbaar. Maar in spiritualiteit, een aspect dat je zowel binnen als buiten de godsdienst tegenkomt, ligt niets verankerd. Terwijl rituelen en dogma's buiten elke discussie staan, is spiritualiteit een open water, dat in verbinding staat met elke mogelijke denkrichting. Spiritualiteit is zoeken, maar nooit vinden. Je kunt het nooit weten. Vroeger was de omgang met de grote levensvragen makkelijker. Je werd ergens geboren en je stierf daar. Ondertussen zag je enkel wat op loopafstand lag. Je kreeg amper iets mee van de wereld, oefende hetzelfde beroep uit als je vader en hoorde, zag en beleefde hetzelfde als je ouders. Daardoor nam je als vanzelfsprekend hun gedachten-gang over. Zo ging het eeuwenlang. Maar nu leven we in een cul-

tuur op drift. Alles verandert. We zijn niet langer honkvast en letterlijk permanent op reis. Vandaar al die files. Voortdurend doen we nieuwe ontdekkingen en ervaringen op. En wie reist in een avontuurlijk levensland, heeft behoefte aan een goede gids. Net als in de toeristenbranche, wemelt het in de spiritualiteit van de gidsen die zich aanbieden. Jammer genoeg zitten daar ook figuren tussen die je proberen te bedonderen. Elke goeroe heeft zijn giro, nietwaar? Welke reisgids is betrouwbaar, wie niet? Hoe herken je een beunhaas, hoe een vakman? Je kunt natuurlijk ook alle gidsen negeren en op eigen houtje je gang gaan. Maar is het wel zo verstandig om zonder advies de Alpen te beklimmen, als je weet dat er bij het vliegveld ook heel veel goede begeleiders klaar stonden? Kun je niet beter voorkomen dat je in een ravijn stort en vertrouwen op de ervaring van mensen die het gebied al eerder verkend hebben? Zo is het ook met je spirituele zoektocht. Ik raad iedereen aan om je lot in handen te leggen van gidsen die een lange en vertrouwde staat van dienst hebben. Erken de grote scholen van spiritualiteit zijn het jodendom, het christendom, de islam, het boeddhisme, het taoïsme, het hindoeïsme. Ze wijzen op hun manier de weg naar het onvindbare en iedere stroming heeft daarbij zijweggetjes ontdekt die het verkennen dubbel en dik waard zijn. Nog een tip: zoek om te beginnen een reisgids die jouw taal spreekt. Kies wat dichtbij je eigen cultuur staat en avonturier van daaruit verder. Hoe verder de eerste reisgids van jouw oorsprong over. Zo ging het eeuwenlang. Maar nu leven we in een cul-

zoeken

‘Daarom steken ook zoveel niet-kerkelijken een kaarsje op’

Prof. dr. Frans Maas, hoogleraar Geschiedenis en Grondslagen van de Spiritualiteit

Loop in Frankrijk een Romaans kerkje binnen, en je voelt iets sacraals. Je bent opeens onttrokken aan de alledaagse drukte. Er hangt een stemming van 'nu even niet'. Hetzelfde gevoel ontstaat bovenop een berg, waar een groots panorama zich in alle stilte ontvouwt. Of bij het aanbreken van de lente, als alles weer opkomt. Dan besef je: er is iets wat sterker is dan wij met z'n allen. Je denkt dat niet alleen, je ervaart het ook. Architectonische ruimtes, na-

voelen

tuur, situaties, ze kunnen spirituele gevoelens bij je oproepen. Iconen eveneens. Een Maria- of boeddhabeeldje is niet zomaar een kunstobject, je voelt dat er iets heiligs in die materie besloten ligt. Of neem Santiago de Compostella. Jaarlijks fietsen en wandelen duizenden niet-kerkelijke mensen deze pelgrimsroute. Dat is een feest en avontuur tegelijk. Een verrijkende ervaring, die in functie staat van iets groter: je bent op weg naar iets wat je niet kent, maar wat je boeit en hoopt te bereiken. Een pelgrimage staat symbool voor je levenswandel en is daarom zo geschikt als moment van bezinning. Maar wat zijn je ankerpunten als je wil overdenken waar je in hemelsnaam mee bezig bent? In onze tijd aanvaard-

de gezag van ouders, kerk en overheid niet meer als vanzelfsprekend. Sinds de jaren zestig wil iedereen baas over eigen leven zijn. Een prachtig ideaal, maar je wordt er soms moe van. Het impliceert dat je zelf alle keuzes maakt en je daarbij nooit vergist. Het besef groeit dat dit individualisme zijn beperkingen heeft. In onze cultuur groeit weer een hang naar overgave, een verlangen naar een richtsnoer en voorbeeldfiguren. Voor de een is dat Nelson Mandela, voor de ander Titus Brandsma, Edith Stein, of Etty Hillesum. Zij kregen in onze tijd iets voor elkaar, wat ze zelf voor onmogelijk hielden. Alleen is maar alleen. Zelfs het meest vrijgevochten persoon-tje wil ergens bijhoren. Een plek waar hij zijn verhaal kwijt

kan, waar hij onvoorwaardelijk welkom is, helemaal zichzelf kan zijn, binnen kan lopen zonder afspraak, waar voldaan wordt aan zijn meest wenselijke behoeftes zoals hechting, oriëntatie, ontstressing, stilte, troost, zingeving. Om dezelfde reden zoek je af en toe een spirituele sfeer op. Precies daarom steken zelfs nietgelovigen wel eens een kaarsje op in een stiltecentrum. Dat is een eerste vonk van spiritualiteit. Daarna volgt het besef dat zich achter dat kaarsje, dat icoon, die natuur, die bedevaart iets diepers moet liggen. Dat besef ebt vaag ook weer weg, want je kunt dat diepere niet zomaar vasthouden. Maar wie niet aflaat, vindt vaak toch uitzicht en vertrouwen.

infographic: Anne Luchies

‘Fluitend op de fiets naar je werk, daar gaat het om’

Prof. dr. Hein Blommestijn, universitair docent spiritualiteit en onderzoeker bij het Titus Brandsma Instituut

Wakker worden, opstaan en intens genieten van het feit dat je leeft. Met plezier een merel volgen die druk is met de bouw van een nestje in de tuinheg. Fluitend op je fiets naar het werk gaan, blij dat je kan en mag fietsen. En werken. Voldoening vinden in het klaren van een klus. Ook dat is een vorm van spiritueel bewustzijn. Veel mensen denken dat spiritualiteit pas begint bij de kerkdeur, maar je kan er best aan doen zonder geloof in god. Het gaat erom dat je in harmonie leeft met jezelf en je omgeving. Anders voel je je onbehaaglijk, ongelukkig, ontevreden. In het uiterste geval dreigt dan zelfs depressie of burn-out. Op verzoek van de vakcentrale CNV onderzoeken we waardoor mensen nou werkelijk plezier beleven aan hun werk. Vakbonden richten zich, vanuit hun oorsprong, vooral op beloning en arbeidsomstandigheden. Maar ook spiritualiteit blijkt belangrijk. Een drukker die trots is op de mooie af-fiche die hij aflevert, ervaart spiritualiteit, zelfs als hij die term nooit gebruikt. Iemand die onder zware tijdsdruk het onmogelijk geachte voor elkaar krijgt, idem dito. Of een leraar die geniet van het overdragen van kennis. We onderzoeken ook wie géén burn-out krijgt. Dat zijn altijd mensen die goed kunnen omgaan met hun eigen beperkingen en de storende factoren in hun werkomgeving. Mensen die dat niet kun-

nen, of mensen die het gevoel hebben dat ze eigenlijk voor iets beters in de wieg zijn gelegd, raken sneller uitgeput. Als onderzoeker krijg ik veel autobiografieën toegezonden van mensen die te vroeg sterven aan een ziekte. Zelfs als terminale mensen onkerkelijk zijn en het geloof in een hiernamaals ontbreekt in die dagboeken, zijn het juweeltjes van spiritueel denken. Het draait om zingeving in het leven, om harmonie met je leefomgeving, om aanvaarding van ieders lot. Een boer vertelde me ooit dat hij als jochie al urenlang op het hek van zijn vaders erf kon zitten, om te kijken naar het gras en de koeien. Later, toen hij zelf boer was, had hij vaker het gevoel dat er iets mis was met een koe die hij zag lopen. Steeds als hij er een veearts bij riep, bleek er niks aan de hand. En toch was zo'n koe een jaar later dan dood. Dat is niks kerkelijks, maar wel iets spiritueels. Al neuriënd aardappelen schillen, dat raakt ook aan spiritualiteit. Zeker als je niet alleen voorpret beleeft aan de voorbereiding van een diner met gezellige vrienden, maar alleen al blij bent dat je zo'n mooi natuurproduct kan en mag schillen.

doen