

Vrijzinnig maar niet vrijblijvend: de valkuilen en uitdagingen van inclusieve spiritualiteit

‘Je moet niet zo wijsbeens gaan staan dat je omvalt’

SUZETTE VAN IJSSEL

Er komen steeds meer mensen die een diepe, ervaringsgestoelde spirituele betrokkenheid willen combineren met een vrijzinnige blik op en omgang met diverse levensbeschouwelijke tradities. Het combineren van verschillende levensbeschouwelijke posities kan echter – mits met een zekere overgave ondernomen – een speciale geestelijke nood met zich meebrengen.

Om wat voor een soort nood gaat het hier en belangrijker nog – waar bevinden zich in onze huidige maatschappij de deskundigen die hier een passend antwoord kunnen geven? In dit artikel worden bovenstaande vragen besproken onder andere aan de hand van de BBC documentaire *Big Silence*, waarin vijf Britten onder leiding van een Benedictijner abt een confrontatie aangaan met de stilte.

Inleiding

Ik ontmoet Jimmy tijdens een bijeenkomst

van religieus humanisten. Daar vertelt hij mij over een diepgaand conflict in hemzelf. Jimmy is ooit grootgebracht in een wat eclectische vorm van christendom maar is zich de laatste jaren sterk gaan verdiepen in het zenboeddhisme. Jimmy: ‘Ik had een keer een droom en in die droom ging het niet zo goed met mij. Ik had hulp nodig. Voor hulp ging ik eerst naar Jezus toe, maar die zei tegen mij: “jij bent toch eigenlijk een boeddhist? Ga jij maar naar de Boeddha”. Toen ging ik naar de Boeddha, maar die zei: “jij bent toch christen?’

Ga dan maar bij Jezus hulp halen”. Het was een verwarrende en angstige tijd voor Jimmy. Met moeite heeft hij weer wat rust in zichzelf weten te vinden. In de tijd dat ik Jimmy tegenkwam was ik net bezig met een onderzoek naar meervoudige religieuze verbondenheid en op zoek naar respondenten die meer dan één levensbeschouwelijke traditie omarmen. Op mijn vraag of ik Jimmy mag interviewen zegt hij in eerste instantie ja. Later belt hij me af omdat ‘ik bang ben dat praten met jou alles weer omhoog brengt’.

Ongebonden spiritualiteit

Het Nederlandse religieuze landschap is volop in beweging. Bekijken we de ontwikkelingen van de afgelopen 60 jaar dan is het niet overdreven om te spreken van een heuse transformatie. Was toen het overgrote deel van de bevolking lid van een van de vele christelijke kerken, tegenwoordig is dat volgens recent empirisch onderzoek naar het religieus of spiritueel geïnspireerd denken, voelen en handelen van de Nederlandse bevolking nog maar 25% [Kronjee & Lampert, 2007]. Tot aan de eeuwwisseling was het dan ook ‘bonton’ onder godsdienstwetenschappers te veronderstellen dat religie en religiositeit een natuurlijke dood zouden sterven. Men ging ervan uit dat als de mens genoeg basisvoorzieningen en ontwikkelingsmogelijkheden tot zijn of haar beschikking had, religie als belangrijke factor in zowel samenleving als persoonlijke zingeving automatisch zou gaan verdwijnen. Maar de afgelopen tien jaar heeft in dit denken een kentering plaatsgevonden. Onder andere bovengenoemd onderzoek toont aan dat er naast de traditionele gelovigen een andere groep blijkt te bestaan, ‘ongebonden spirituelen’, ‘spirituele nomaden’ of ‘nieuwe spirituelen’ genoemd. Ongebonden en nomadisch omdat het gaat om mensen die zich wel als religieus en/of spiritueel ervaren maar zich niet bekenen tot één traditionele geloofsgemeenschap

of één specifieke religieuze leer.

In deze zeer diverse groep ‘ongebonden spirituelen’ staan eigen ervaring en eigen onderscheidingsvermogen centraal; wordt eclectisch, relativerend, holistisch, en evolutionair gedacht over waarheid, religie, zelf en God; en is er sprake van een diepgaande vermenging van religie met psychologische visies en praktijken [Hanegraaff, 1996; Van IJssel, 2007]. Volgens De Hart [2011] kenmerkt de groep ongebonden of nieuwe spirituelen zich juist door hun verzet tegen extern gezag en dogmatiek. Tegenover de regelzucht van de kerken gaat het binnen de nieuwe spiritualiteit juist om vrijheid blijheid. In overeenstemming hiermee geven ook steeds meer mensen blijk van een flexibele religieuze identiteit of hybride religieuze identiteit [Zondervan, 2008]. Wat door Kronjee en Lampert als ongebonden is bestempeld wijst in de werkelijkheid op verschillende groepen; mensen met ongearticuleerde levensbeschouwelijke kaders; mensen met diffuse levensbeschouwelijke kaders of mensen – zoals Jimmy – met dubbele of meervoudige levensbeschouwelijke kaders. Recent onderzoek door de Tilburg School of Theology laat zien dat 23% van 800 onderzochte bezoekers van spirituele centra met een christelijke achtergrond spontaan buiten de lijntjes kleurt bij de vraag met welke van de gegeven levensbeschouwingen ze zich het meest verwant voelen; ze kruisten er twee of meer aan! 18% van alle respondenten combineert een vorm van christendom met een niet-christelijke religieuze identiteit. De combinatie katholiek-boeddhistisch scoort hierbij het hoogst [De Groot, Pieper & Putman, 2013]. Jimmy is allesbehalve een uitzondering.

Niet alleen Happinez...

In de zoektocht naar algemene kenmerken onder nieuwe spirituelen raakt het zicht op de verschillende subgroepen vaak wat in het

gedrang. Door voornamelijk te spreken over 'spirituele zoekers' raakt soms uit het oog dat er ook mensen tussen zitten die eerder van alles hebben gevonden. De praktijk toont een grote diversiteit voor wat betreft de diepte en betrokkenheid waarmee ongebonden spirituelen het domein van spiritualiteit aangaan. Waar vrijheid blijheid wel het uitgangspunt blijkt te zijn, wordt dit zeker niet bij iedereen ook vertaald in vrijblijvendheid. Aan de ene kant van het spectrum zijn daar de mensen die bricoleren in de stijl van de Hapinez en co. Spiritualiteit fungeert in hun leven als een welkome verrijking of aanvulling van het bestaande. Van een verstoring in hun zelfbesef, een vervreemding van hun dagelijks leven en een verwarring rondom wat de werkelijkheid wel of niet is, is hier geen sprake.

Maar niet voor iedereen uit de groep 'nieuwe spirituelen' heeft spiritualiteit deze functie. Er zijn ook mensen die met een zekere ruimte in zichzelf – al dan niet bewust – de grenzen van het 'gewone leven' en de diepte van het 'geestelijke leven' opzoeken. Bij deze groep leidt de betrokkenheid op het spirituele tot ervaringen, gevoelens, gedachtes, verlangens en sensaties die sterk inbreken in de bekende werkelijkheid. Spiritualiteit fungeert bij deze groep niet primair als een *verrijking* van het bestaande, maar dwingt eerder tot een *herijking* van het bestaande.

Het zijn de mensen die een paar dagen naar een klooster gaan zonder christelijk te zijn maar in de stilte wel de stem van God horen; die met een christelijke achtergrond een zen-retraite doen en een mystieke verdieping in zichzelf ontdekken; die zich toeleggen op yoga- en of ademhalingsoefeningen en overvallen worden door heftige en verwarrende energetische processen. Het zijn mensen die van nature – soms van jongs af aan – geestelijke ervaringen hebben zonder dat dit door opvoeding vorm kreeg in een traditie; of (veelal) jongeren die, experimenterend met

paddo's, wiet of andere hallucinogene middelen, spontaan een geheel andere, maar veel reëlere werkelijkheid ontmoeten die hun leven op de kop zet.

Vrijzinnig, maar niet vrijblijvend

Het is niet populair om te zeggen in deze tijd waarin spiritualiteit zo vaak in termen van 'wellness' wordt verstaan, maar betrokkenheid op het spirituele brengt zo zijn eigen risico's met zich mee. Natuurlijke aanleg, nieuwsgierige interesse of gezochte zelfconfrontatie, gestimuleerd door ademhaling, stilte, meditatieve visualisaties of een wit pilletje, kunnen leiden tot ervaringen die als werkelijk en betekenisvol worden beleefd maar tegelijkertijd knagen aan de door de cultuur aangeleerde grenzen tussen het normale en het abnormale. De diepte van een meditatie kan je enerzijds in contact brengen met een verheven plek van rust in jezelf, maar tegelijkertijd angsten en verlangens blootleggen waar je je eerder niet van bewust was maar die nu elk moment van de dag je aandacht vragen. Of het kan je geestelijk gevoeliger maken waardoor je waarnemingen krijgt die als 'para'normaal worden bestempeld. Opeens God tegen je horen praten kan prachtig zijn – je blijkt helemaal niet alleen te zijn – maar ook verwarren: 'want wat verwacht deze God nu allemaal van je en mag je nog wel je eigen leven leven?' Een plotselinge verlichtingservaring is de ultieme vrijheid, maar kan leiden tot twijfels over wie je bent; wellicht uitverkoren of een belangrijke boodschapper? Voor even staat de jou bekende wereld op zijn kop.

Het feit dat dergelijke ervaringen door de omringende cultuur weinig serieus worden genomen of juist worden gemedicaliseerd, draagt niet bij aan een geleidelijke en gezonde integratie van het nieuw gevondene in het eigen leven. De kloof tussen eigen ervaring en het antwoord hierop van de omgeving leidt niet zelden tot nog grotere verwarring, ver-

vreemding en ontworteling. Als zo'n ervaring bovendien plaatsvindt in een andere religieuze cultuur dan die van de opvoeding, dan kan er nog een extra spanningsveld bijkomen. De levensverhalen van bekende katholieke geestelijken laten zien hoe het trachten te combineren van hun christelijke wortels met een vorm van hindoeïsme, Tibetaans boeddhisme of zen een allesbehalve makkelijke weg is [Phan, 2003].

Of je nu voor de kloof staat tussen een christelijke opvoeding en je huidige boeddhistische affiniteiten of tussen een areligieuze opvoeding en je huidige religieuze ervaring; je zult met moed, visie en kennis aan de slag moeten om bruggen te bouwen tussen soms sterk van elkaar verschillende (religieuze) praktijken, visies, overtuigingen, inspirerende personen en soms ook rituelen en kosmologieën. Het is een werk waarbij stevig in de eigen schoenen moet worden gestaan [Zock, 2008]. En juist dat stevig in de eigen schoenen staan vormt vandaag de dag wellicht meer dan ooit een reëel probleem, want waar zijn de ankers die houvast geven en de bakens die de weg wijzen? Wat veel ongebonden spirituelen met elkaar delen is het feit dat ze hun serieuze betrokkenheid op spiritualiteit niet vorm kunnen of willen laten krijgen in één bestaande traditie; één bestaande manier van geloven en denken; één bestaande spirituele praktijk of één bestaand gemeenschapsverband. En zonder deze dingen is het proces van herijking een eenzame, lastige en soms ook gevaarlijke weg. Hoe moet je nu interpreteren wat je is overkomen? Moet je daarvoor in het geval van Jimmy nu bij de Boedha zijn of bij Jezus? Of kan het ook bij allebei? Op zulke momenten is vrijzinnigheid eerder last dan lust en kan het een werkelijk probleem zijn geen duidelijke ankers in de een of andere levensbeschouwelijke traditie te hebben. Want juist dogmatiek, regels en/of het gezag van een deskundige leraar, kunnen de houvast bieden die nodig

is om de ontstane ontworteling te overbruggen. Lukt dat niet, dan bestaat de kans – zoals een van mijn andere respondenten zo mooi uitdrukt – dat je zo *wijdsbeens gaat staan dat je omvalt*.

De grote Stilte

Een mooie inktik in de wijze waarop de weg van ongebonden spirituele zoekers zich manifesteert geeft de BBC documentaire *The big silence*. In deze tv-hit wijden vijf Britten met hele verschillende achtergronden zich aan een drie maanden durend experiment onder leiding van de spirituele leider van de Engelse benedictijnen: abt Christopher Jamison. Het experiment vindt zijn hoogtepunt in een stilteretraite van acht dagen in een retraitecentrum van de Jezuïeten in Noord-Wales. Slechts één gesprek per dag is toegestaan, en dan nog alleen met hun spiritueel begeleider; geen telefoon, geen internet. Voor de meeste deelnemers is dit enorm confronterend. In eerste instantie vervelen ze zich; ze rebelleren, ze zijn boos, gefrustreerd en in de war. Maar na een paar dagen breekt er een heilzame, innerlijke werking door die oude, opgerakelde wonden verzacht en een zekere rust brengt. Uiteindelijk is het een goede ervaring voor iedereen.

Het experiment waar de vijf Britten aan meedoen wordt op deskundige manier begeleid. Niet alleen tijdens de stilteretraite zelf, maar ook in de twee weken erna. Bovendien komt abt Jamison in de volgende maanden nog een paar keer langs voor een geestelijk gesprek. Zo volgt de kijker de deelnemers bij hun worsteling hun behoefte aan de heilzame stilte die ze hebben leren kennen vorm te geven in hun dagelijks bestaan.

Gek, schizofreen of...

Een aantal deelnemers heeft een ervaring die zijzelf als bijzonder en spiritueel bestempelen. Zo krijgt de ongelovige John, die zich

de hele tijd op heeft gesteld als sceptisch en anti-religieus, op de laatste dag een bijzondere openbaring. *'Ik had mijn eerste korte gesprek met God. Jullie zullen wel denken dat ik gek ben, en jullie zullen me op willen sluiten, maar het kan me niets schelen. Het is iets tussen mij en God.'* Zegt hij zowel defensief als uitdagend in de camera.

Ook Trish – een gelovige katholiek die sinds haar vaders dood aan haar geloof is gaan twijfelen – hoort een stem. *'Je bent niet alleen'* heeft God tegen haar gezegd. Met een vrouwenstem, nota bene. Voor Trish overduidelijk dat het niet haar eigen stem was, en ook niet iets van haar eigen gedachten. Maar als ze bij thuiskomst haar echtgenoot vertelt dat God tot haar heeft gesproken vraagt ze in één adem *'geloof je me? Of denk je dat ik gek ben? Zeg me dat je me gelooft'*. De angst om met hun ervaringen door hun omgeving voor gek te worden uitgemaakt speelt bij bijna alle deelnemers. De woorden 'getikt' en 'schizofreen' vliegen van het scherm. *'Als mijn vrienden dit zouden horen zouden ze me voor gek verklaren'* roept Helen, een 50-jarige ex-HR medewerkster op gegeven moment uit. Volgens Hay [1982] is de angst om voor gek versleten te worden de primaire reden waarom de meeste mensen doorgaans niet praten over hun spirituele ervaringen. Tegelijkertijd komt uit onderzoek naar een specifieke soort spirituele ervaring, namelijk de bijna-doodervaring, naar voren dat er juist een enorme behoefte is om over dergelijke ervaringen te praten. Hoe eerder en hoe meer men over de ervaring kan praten, hoe makkelijker de brug naar het 'normale' leven weer tot stand kan komen, hoe minder verstorend de ervaring hoeft te zijn en hoe sneller de vruchten van de ervaring geplukt kunnen worden [Van Lommel, 2007]. Het is voor mensen met spirituele ervaringen van groot belang om een veilige plek te vinden bij een begrijpende ander, waardoor de ervaringen een geheel eigen plek kunnen krijgen

in de persoonlijke levensgeschiedenis.

De roep om een spiritueel leraar die de juiste taal spreekt

Maar waar vind je zo'n begrijpende ander? De Wit [1998] wijst in zijn boek *Verborgen bloei* op een gemis aan goede spirituele leraren in de huidige westerse cultuur. Volgens hem is er geen sprake meer van een systematische overdracht; vermeerdering van de kennis om het hart te openen; of het cultiveren van menselijkheid en menselijkheid. In de moderne samenleving heeft de priester plaatsgemaakt voor de psychiater en de psychotherapeut. Buiten het feit dat deze zich vooral tot het domein van het psychologische beperken, kennen ze ook een sterke gerichtheid op problemen. De geestelijke begeleiders die onze cultuur nog wel kent, zoals pastors en dominees zijn, net als de psychotherapeut voornamelijk probleemoplossers geworden, aldus De Wit. Weliswaar op existentieel gebied, maar ze beperken zich tot een vorm van begeleiding die zich richt op het hanteerbaar of verdraagbaar maken van levensproblemen.

De kritiek van De Wit gaat zeker niet op voor abt Jamison en de andere geestelijk counselors die de vijf vrijwilligers in hun stilte-experiment begeleiden. Met vriendelijkheid, begrip, geduld, humor en vooral een doorleefde menselijkheid reageren ze op de vragen, ervaringen en keuzes die door de vrijwilligers worden gemaakt. Zeker wordt hier humaniteit tot bloei gebracht. Toch blijkt er naarmate het experiment vordert iets te wringen.

Want hoewel John aan het einde van zijn retraite zijn eerste gesprek met God heeft gehad, heeft deze ervaring er niet toe geleid dat hij zich bekend tot een of andere vorm van christendom of verbinding zoekt met een geloofsgemeenschap. En hij is niet de enige. Drie van de vijf deelnemers houden – hoezeer de periode in stilte ook hun leven heeft geraakt en veranderd – de boot af als het gaat om hun

nieuw gevonden geloof in God te verbinden met de religieuze verhalen en praktijken van het christendom. John bezigt wat later in de uitzending zelfs typische 'new age'-taal als hij zegt dat hij zich nu meer openstelt voor wat het 'universum' hem te bieden heeft. Abt Jamison spreekt er zijn verbazing, teleurstelling en ook verdriet over uit. Voor de abt is de heilzame werkzaamheid van de stilte waar hij hen mee kennis heeft laten maken onmiskenbaar verbonden met de christelijke God en de toewijding tot het christelijke geloof. Hij had werkelijk gedacht dat ze zouden inzien dat er een intieme verbinding is tussen de waarheid die ze in de stilte tegen zijn gekomen en het religieuze geloof; en dat ze het belang van een religieuze gemeenschap zouden beseffen.

Uit missiologisch oogpunt is de oogst van het experiment inderdaad mager te noemen. Alleen de twee deelnemers, Trish en Carry, die toch al gelovig waren maar door een dood van een geliefde afstand van God hadden genomen, zijn hun geloof weer openlijk gaan belijden. De andere drie, John, Helen en David, zijn niet bereid hun seculiere levensbeschouwelijke positie of pluriform religieuze positie op te geven of in te ruilen voor een christe-

lijke. Voor de abt is deze antipathie onbegrijpelijk en het lijkt alsof hij hen een cadeautje heeft gegeven wat ze niet helemaal hebben willen of kunnen ontvangen.

Ongebonden spirituelen en hun hermeneutische behoeftes

Abt Jamison wordt hier geconfronteerd met een deels psychologisch, deels cultureel fenomeen waar hij eigenlijk geen antwoord op heeft. Onbedoeld laat 'De grote Stilte' ook zien dat vertegenwoordigers van de christelijke traditie niet altijd de meest gepaste gesprekspartners zijn voor de ongebonden spirituelen. Duur gezegd zijn de christelijke gesprekspartners maar ten dele in staat om mee te bewegen met de hermeneutische behoefte van deze groep. Hoewel ze goed uitgerust zijn om tegenwicht te bieden aan de eerste angst: 'zal ik voor gek worden verklaard?', zijn ze minder adequaat in het verstaan van de tweede angst: 'kom ik nu in een christelijk hokje terecht?' Niet verwonderlijk, want voor hen is dat christelijke hokje nu precies de plek waar ze zich thuis voelen. Maar vanuit dat hokje blijkt er niet zoveel zicht te zijn op de totaal andere situatie van Helen, John

en David in vergelijking met Carry en Trish. Deze laatsten kunnen met hernieuwd geloof terugkeren naar een hun bekende religieuze identiteit en goede ervaringen met het christelijke geloof. Voor de andere drie is er sprake van een veel grotere kloof tussen persoonlijke geschiedenis enerzijds en de christelijke dimensie in de heilzame stilte die ze in klooster en retraitehuis tegen zijn gekomen anderzijds. Een grotere kloof = een grotere brug = meer bouw materiaal = meer tijd.

Maar wie is dan wel een passende gesprekspartner voor de ongebonden spirituele zoeker die iets betekenisvols heeft gevonden? De eerste angst maakt de psycholoog of psychiater verdacht. De tweede angst werpt een schaduw uit over wat de dominee en de priester te bieden hebben. Tegenover de persoonlijke en aandachtige betrokkenheid van abt Jamison bevinden zich allerlei spirituele leraren uit Oost en West die op basis van de eigen traditie of zelf gegane weg een universaliteit van alle religies prediken en pleiten voor een inclusieve spiritualiteit – een vrijzinnige mystiek – waarin Boeddha en Jezus hand in hand gaan met de Dalai Lama en Krishnamurti. Ook aan deze vorm van spiritueel leraarschap zit echter een schaduwzijde. Cohen en Phipps [1992] bekritisieren de massale retraites en bestsellers waarbij nieuw materiaal en nieuwe oefeningen aan wordt geboden aan een ieder die er voldoende tijd en geld voor heeft. Weliswaar vindt er wel degelijk overdracht plaats van kennis en wijsheid, levenservaring en menselijkheid, maar zonder persoonlijk contact tussen leraar en leerling leidt dit vaak tot mislukking en afvalligheid.

Jimmy heeft tijdens zijn crisis de zenleraar gebeld waar hij een retraite bij had gevolgd. 'Je moet vertrouwen hebben' heeft die leraar hem gezegd. Absoluut waar, maar persoonlijk vond ik het een wat magere reactie. Waarom had hij Jimmy niet voor een gesprek thuis uitgenodigd? Valt zoiets niet moreel ook onder de

verantwoordelijkheid die hij op zich neemt als hij totale vreemden in *sesshins* begeleidt? Wat te doen als de vrijzinnigheid van de spiritueel leraar zich in gedrag vertaalt als vrijblijvendheid?

Dit brengt mij bij het einde van dit artikel over spirituele crisis. En hoewel het niet mijn opzet was vanaf het begin, merk ik dat ik gaandeweg een lans ben gaan breken voor mijn eigen vak: geestelijke begeleiding vanuit een seculier-spiritueel perspectief. Het is een vak dat zeker niet alleen door geestelijk verzorgers kan worden uitgeoefend. Ook psychiaters, psychologen, dominees, pastores, priesters of filosofen kunnen geschikt zijn. Mits er aan een aantal vereisten is voldaan. Zo zal men op zijn minst in staat moeten zijn een helder onderscheid te maken tussen het domein van het geestelijke en het psychische; men dient vertrouwd te zijn met niet alleen seculiere en religieuze taal- en beeldspelen maar ook praktijken van geestelijke vorming; men dient de eigen menselijkheid tot in de diepte te hebben doorleefd en – last but not least – men moet beschikbaar zijn. De reactie van mijn omgeving toen ik deze beschrijving voorlegde: 'Ah, je bedoelt een soort postmoderne guru'.



Dr. Suzette van IJssel is vrijgevestigd geestelijk raadvrouw en heeft een praktijk voor spiritualiteit en levensvragen in Utrecht (www.zielswijze.nl). Daarnaast werkt ze als wetenschappelijk onderzoeker op het gebied van nieuwe vormen van hedendaagse spiritualiteit en verzorgt lessen en cursussen voor jong en oud rondom levensbeschouwing, spiritualiteit, humanisme en wetenschap.