Een waaier van religieuze belevenissen

Loet Swart

In het dagblad *Trouw* heeft ongeveer vijf jaar lang (2005-2010) een wekelijkse interviewrubriek gestaan met de titel 'Religieuze belevenissen'. Het begon met een oproep aan de lezers, waarna de aanmeldingen binnenstroomden. De vaste interviewer, Koert van der Velde, ondernam ook nog een eigen zoektocht naar kandidaten. In 2007 bundelde hij iets minder dan de helft van deze gesprekken onder de titel *Religieuze belevenissen. Gesprekken over het ervaren van God.*[1] De journalist/auteur is godsdienstwetenschapper. Hij promoveert dit voorjaar op een onderzoek naar het fenomeen 'religieuze ervaring zonder geloof'. Deze omschrijving wijkt in twee opzichten af van de titel en ondertitel van het boek. In de omschrijving van het onderzoek horen we 'religieuze ervaring', in de boektitel 'religieuze belevenissen'. Houdt dit verschil van termen een onderscheid in? En duiden 'zonder geloof' (in de onderzoeksomschrijving) en 'gesprekken over het ervaren van God' (in de ondertitel van het boek) een fundamenteel verschil in optiek aan? Voor mijn gevoel is het begrip 'religieuze belevenis' breder dan 'religieuze ervaring' en worden met het gebruik van deze termen verschillende accenten gelegd. 'Belevenis' is een woord dat intensiteit en de sfeer van het avontuur oproept. Het lijkt me dat nieuwsgierigheid naar het heftige en uitzonderlijke in de sfeer van het religieuze wel een rol speelt in de driehoek auteur, geïnterviewden en lezerspubliek. Met zijn boek brengt Van der Velde een veelheid en veelsoortigheid van belevingen bij elkaar en onder één noemer. Misschien zou 'Spirituele belevenissen' nog iets breder en preciezer zijn geweest, omdat ook verhalen over belevingen zijn opgenomen die het religieuze nauwelijks benoemen of er zich, een enkele keer, van distantiëren. De gekozen bandbreedte impliceert eigenlijk al dat de ondertitel 'Gesprekken over het ervaren van God' in veel gevallen niet klopt.

Deze kanttekening maakt het boek niet minder interessant. Het is een welkome bron van boeiende, vaak raak vertelde spirituele en religieuze belevingen. Wat ik in deze bijdrage voor ogen heb, is laten zien dat het niet gaat om één brede stroom maar om een samengesteld en geleed geheel waarin niet elk onderdeel méér van hetzelfde is. Onderdeel van mijn poging is het begrip 'religieuze ervaring' veilig te stellen als een specifieke categorie binnen het geheel van de religieuze belevenissen. In de waaier van religieuze belevingen die Van der Veldes boek laat zien, zie ik een vijftal hoofdcategorieën. De religieuze ervaring, in de meer strikte zin die ik voorsta, is er één van. Bij de voorbeelden, citaten en tellingen moet bedacht worden dat in één interview

soms meerdere en verschillende typen belevingen worden verteld. Het aantal beleving is dus groter dan 107, het aantal interviews in het boek. We gaan van start.

Belevingen waarin iets ontvangen wordt vanuit een andere dimensie

In het boek komt een twintigtal gesprekken voor waarin de geïnterviewden vertellen over tekens of boodschappen die ze vanuit een andere werkelijkheid ontvangen of over wonderlijke en toevallige gebeurtenissen die zich op cruciale momenten in hun leven voordoen. Sommigen spreken onomwonden van God, anderen zijn voorzichtiger. Ik onderscheid vier subcategorieën.

Belevingen waarbij iets wordt geïnterpreteerd als een teken (6x)[2]

Wanneer iemand vertelt dat hij of zij een teken heeft ontvangen, gaat het meestal om het plotseling waarnemen van een normaal natuurverschijnsel, bijvoorbeeld het verschijnen van de regenboog, dat als troostend wordt ervaren. Een moeder die getekend is door de dood (door suïcide) van haar zoon, beschrijft hoe ze op een nacht wakker lag en op een gegeven moment een bries over haar gezicht voelde gaan. Eerst bracht ze het voelen van die bries in verband met het feit dat ze bij het open raam lag, maar het bleef bij die ene aanraking en ze ervoer er troost en zelfs de belofte van God in: 'Ik zal er zijn' (28). In twee getuigenissen verschijnt de regenboog als een natuurverschijnsel dat maakt dat ineens alles anders wordt (67, 252). Eenmaal wordt daarbij een stem gehoord: 'Ik ben met je' (67). Een ander natuurgegeven met grote impact is dat van een groep overvliegende ganzen bij een trieste begrafenis. Ze vliegen over, beschrijven een boog, keren terug en vliegen een rondje over de begraafplaats.

Deze gebeurtenissen zijn voor de geïnterviewden betekenisvol: 'een bevestiging van het bestaan van een onverklaarbare nabijheid' (56). Iemand zegt naar aanleiding van het teken (onderweg naar het ziekenhuis waar zijn schoonmoeder op sterven ligt): 'Er is leven, hier, en na de dood, daar mag je op vertrouwen' (252). Tegelijk heeft de reflectie erover iets lichts. Typerend is dat in twee getuigenissen (allebei van mensen die theologisch geschoold zijn) het woord 'knipoog' (van God / van boven) valt (56, 253). Voor de moeder gaat het nog iets verder: 'Iets of iemand heeft mijn zoon opgevangen, daar ben ik van overtuigd' (28).

Boodschappen vanuit een andere werkelijkheid ontvangen (4x)[3]

Diverse geïnterviewden vertellen over belevenissen waarin ze plotseling geconfronteerd worden met woordelijk geformuleerde vragen, opdrachten of inzichten met betrekking tot hun levensgang. Boodschappen onderscheiden zich van tekens door hun talige karakter, ze hebben een verstaanbare inhoud. Zoals in het geval van iemand die een wandeling door de natuur maakt en bij het naderen van een toegangshek de boodschap krijgt: 'Ga niet verder. Verstoor het niet' (309). Een rechtenstudente die zit te schrijven leest onverwacht de vraag 'Anja, waar ben je mee bezig?' (58). In één geval gaat het om gebeurtenissen die nog geïnterpreteerd ('vertaald') moeten worden, maar

ook daar wordt de mogelijkheid van begrip verondersteld. Zo vraagt iemand die achter op een andere auto gereden is zich af: 'Moet ik ergens bij stilstaan?'

Bij het benoemen van de herkomst van de boodschap wordt door één iemand zonder meer God genoemd: 'een boodschap van de Eeuwige' (273). Anderen zijn voorzichtiger, maar gaan in dezelfde richting. De rechtenstudente zegt: 'Er zit altijd projectie in de woorden, maar er is iets vóór de woorden, afkomstig uit het diepste van mijzelf, dat niet met mij samenvalt. Ik zie dat als de bron van het leven, noem het God als je wilt. Daar komt alles uit voort' (59). De wandelaar ('Ga niet verder') beleeft zijn ervaring als 'genade, iets waarnaar je niet op zoek kunt zijn' (309). Hij was verbaasd en dankbaar en heeft de gedachte dat zoiets zich nooit meer zal voordoen. De tot stilstand gebrachte automobilist heeft een andere filosofie: hij hanteert 'een holistisch denkmodel' waarin niet alles te verklaren is, maar waarin de spirituele overtuiging is: 'alles past in elkaar' (140).

Wonderlijke gebeurtenissen of natuurverschijnselen met boodschapkarakter (4x)[4]

Een viertal geïnterviewden spreekt over onverwachte, sterk de aandacht trekkende maar onverklaarbare gebeurtenissen of verschijnselen die een boodschap of antwoord lijken in te houden. Driemaal betreft het een lichtervaring. Bij een van hen is sprake van het op wonderlijke wijze verlicht worden van de slaapkamer waar de betrokkene zich tijdens het uitkleden de vraag stelt of ze voor God met het goede bezig is. De verlichting is heel bijzonder: 'Ontelbaar veel schitterende puntjes verlichtten de ruimte. Ieder potje crème, zelfs de kam en de spijlen van het bed, alles was gehuld in licht' (247). De lichtervaring wordt als een antwoord op de gestelde vraag beleefd. Een diepe vrede en rust dalen over haar neer. Dezelfde vraag en hetzelfde licht-antwoord doen zich later nog een keer voor en worden gerekend tot de 'honderden religieuze ervaringen' (246) die ze gehad heeft. Bij iemand anders verwijst voor haar gevoel de lichtervaring naar Jezus als de blinkende morgenster en de boodschap dat Hij komende is (189). Geen boodschappen met een woordelijke inhoud, maar er is wel een totaalsfeer die in de richting van een antwoord geïnterpreteerd wordt. Het vierde getuigenis heeft betrekking op een gebeurtenis op Bali, waar tijdens het mediteren en opzeggen van een mantra plotseling een smaragdgroene steen uit de hemel komt vallen (114). Daarin wordt een aansporing gezien om voort te gaan op het pad van de meditatie.

In de eerstgenoemde twee verhalen wordt aan het antwoord en de boodschap weliswaar niet expliciet een goddelijke toeschrijving verbonden, maar is er wel een duidelijke relatie met respectievelijk God en Jezus. De derde persoon met een lichtervaring is minder expliciet: 'Het liet vreemd genoeg een gelukzalig gevoel van heling en sterkmakende kracht bij mij achter. Misschien was de boodschap zoiets als: houd moed, sterkte, het beste.' (313). Het heeft haar leven echter niet echt beïnvloed en uiteindelijk blijft er 'een sterk verhaal' over (314). De mediterende Bali-ganger zou het liefst een cameraploeg meenemen 'om het allemaal vast te leggen, zodat ze het ook in Nederland zullen geloven'. Hij voegt daaraan toe: 'Ik hoop de mensen zo weer tot God te brengen' (116).

Wonderlijke coïncidenties met boodschapkarakter (7x)[5]

Een tot de verbeelding sprekend gegeven is de frappante en als richtinggevend beleefde overeenkomst die zich kan voordoen tussen een opduikende 'tekst' (of een uitzonderlijk toevallige gebeurtenis) die de betekenis gaat krijgen van antwoord op de bij een persoon of groep levende actuele vraag of nood. De moeder die hierboven al bij het ontvangen van tekens genoemd is, droomt over haar zoon die ligt opgebaard, uit de kist stapt en wankelend naar haar toe loopt. Wakker geworden overdenkt ze dat hij wel Lazarus leek en ze vraagt zich af waar dat verhaal in de bijbel staat. Dan slaat ze het Johannesevangelie open en komt in één keer precies uit bij het verhaal van Lazarus. Ze leest het in tranen. Denkend aan Jezus die een verwijtende vraag van Maria en Marta krijgt, voelt ze het antwoord in haar opwellen: 'Ik was er wel, maar niet zoals jij dacht' (28). Een vergelijkbare tekstuele coïncidentie doet zich voor bij een meisje dat de nacht voor haar belijdenis niet kan slapen, totdat ze rust vindt bij een bemoedigende bladzijde die ze opslaat in *De navolging van Christus*. De volgende morgen leest de dominee een voor iedere catechisant speciaal uitgekozen tekst voor, in haar geval – tot haar onuitsprekelijke verbazing – diezelfde tekst van Thomas a Kempis die haar de nacht door had geholpen (84). Niet alle zeven vaak filmisch verteelde verhalen kunnen hier worden samengevat.[6] Ik noem nog slechts de bijzondere story over een uit de prullenbak opgeviste tekening van een leerling. Er staat een jongensgelaat op getekend waar de leraar zonder er bij na te denken een litteken op aanbrengt. De 'tekst' is hier het bewerkte portret. Wanneer na een val, ziekenhuisbezoek en herstelperiode het verband om zijn hoofd verwijderd wordt, heeft hij precies die littekenvorm op zijn eigen hoofd (209).

De tekenleraar ziet deze gebeurtenis lange tijd 'als bewijs dat er meer is dan we kunnen zien' (210). De gebeurtenis heeft invloed op zijn geloof: 'De boodschap leek: al val je nog zo hard, je mag het vertrouwen hebben dat het goed komt. Ik had de gehechte wond immers vooraf al getekend.' De vrouw die terugkijkt op haar belijdenis heeft het gevoel dat zowel zijzelf als de predikant bij hun keuze van de tekst uit *De navolging* zijn geïnspireerd door God. Iemand spreekt over 'een vleugje van de Eeuwige' (67). De ietsist herkennen we in de uitspraak: 'Het is ongrijpbaar, maar ik heb in mijn leven zo veel toevalligheden meegemaakt, dat ik niet geloof dat dom toeval bestaat' (126).

Iets gewaarworden van een andere werkelijkheid

In het boek worden allerlei herinneringen opgetekend waarin mensen te maken hebben met onverwachte en bijzondere gewaarwordingen. Ik onderscheid vijf subcategorieën.

Lijfelijk-spirituele gewaarwordingen (3x)[7]

Er zijn belevingen waarin een spirituele werkelijkheid zich op ongekend lichamelijke wijze aandient. Ze verschillen qua heftigheid maar vooral qua moment van de geestelijke belevingen die een lichamelijke *uitwerking* hebben.[8] Bij de gewaarwordingen die ik hier op het oog heb is de lijfelijkheid de *toegang* die door de spirituele beleving ge-

forceerd wordt: 'Ik voelde hoe een stroom van pure liefde mijn rug inkwam en er bij mijn hart weer uitging' (44). Iemand anders zegt: 'Het was niet alleen een beleving, de ervaring sloeg ook fysiek bij mij in, letterlijk, vanachter in mijn nek, als een elektrische schok' (186). Een van de geïnterviewden heeft een hele serie van deze belevingen gehad, van een 'hevig licht dat door mijn rug naar binnen kwam schijnen', tot 'een enorme hand [die] zich door mij heen drukte, van mijn rug naar mijn buik', waarbij ze een enorme ruimte ziet, groter dan de wereld (78, 79).

Deze belevingen brengen haar bij het weten 'dat het leven een bedoeling heeft'. Ze gelooft niet 'dat er ooit iemand verloren gaat na de dood.' In het eerste voorbeeld (de stroom van pure liefde, opgedaan in een context van afkeer jegens iemand) heeft de persoon in kwestie de wetenschap 'dat er buiten onze zichtbare wereld een andere is, en dat ik op aarde ben om te leren'. Ook geeft ze aan mede door die ervaring een gelovig mens te zijn geworden.

Visionaire belevingen (8x)[9]

Bij een visioen gaat het om een innerlijk zien of horen dat aan het bewustzijn voorkomt als door iets bovennatuurlijks veroorzaakt (Vergote).[10] Wat er zoal gezien wordt, is heel divers en soms vreemd: 'lange stoeten (...) met mensen die op allerlei manieren in nood waren' (29), 'een vaag gezicht' lijkend 'op dat van de lijkwade van Turijn' (45), een landschap dat onder iemand doorrolt 'alsof ik in een helikopter zat' (133), zichzelf met een kruis in de handen en omringd door het kwaad (229), zichzelf op straat lopend in Miami (334). Daarentegen zijn de stemmen die gehoord worden heel begrijpelijk en nabij: 'Niet alzo mijn kind' in een context van veroordeling (100); 'Ach joh, kom op' als een geruststellende en relativerende stem van een overleden vriendin tegenover het gevoel tekort te zijn geschoten (204); 'Ik heb je niet verlaten' in een situatie waarin iemand het gevoel heeft alleen te staan (161).

Merkwaardig is, dat in drie verschillende interviews een uitdrukking gebezigd wordt als 'ik had [voordien] niets met de figuur van Jezus' (45, 161, 229). De visioenen leiden merendeels tot een dieper contact met Maria, Jezus of God, al naargelang die er – op eigenlijk indirecte wijze – mee verbonden zijn. Ze inspireren ook tot mededogen en goed christelijk leven (30, 100), de overtuiging dat God echt bestaat (334). Het visioen waar ik dat het minste mee associeerde, dat met het helikopterperspectief – hoewel daar kort melding gemaakt wordt van 'een intens gevoel van liefde en geluk' (133) – geeft op de vraag of die ervaring religieus was een mystiek antwoord: 'Nu word ik verlegen. Het klinkt een beetje gek. Het was namelijk alsof ik in die ervaring mijn geliefde ontmoet heb. Het gevoel in mijn borstkas, het landschap, het was allemaal samen een grote ontmoeting. Het was niet met een persoon, en toch voelde het als een relatie, een exclusieve relatie zelfs. Met wie of wat weet ik niet, daar ben ik naar op zoek' (134).

Dromen (6x)[11]

In het boek worden verschillende dromen beschreven waarin er contact is met een overleden dierbare (27, 69, 106). Soms met voorspellend karakter: 'Ik droomde eens

over een jeugdvriendin die ik in jaren niet meer had gezien. Hoorde ik de volgende dag dat ze die nacht was overleden.' (259). Bij iemand brengt de droom een confronterende vraag en het begin van een transformatieproces (69), iemand anders wordt geplaatst in een complexe en levensgevaarlijke situatie, vol symboliek en leiding (81).

Dromen bieden vaak verlossing of een uitweg waar die in de dagelijkse situatie nog niet gezocht werd: 'Wel ben ik de mysterieuze God die mij in mijn droom de vraag stelde heel dankbaar' (71); 'Uiteindelijk ben ik tot dit inzicht gekomen: er stond me iets heel ergs te gebeuren. Ik moest iets karmisch uitwerken' (82). Iemand vertelt over een droom als een euforische spirituele beleving: 'Ik bevond me tussen anderen en juichend stegen we hoger en hoger, tot wij ons tussen ontelbare zielen in een oceaan van gelukzaligheid bevonden' (231).

Verschijningen (3x)[12]

Bij verschijningen gaat het om de waarneming van een persoon die op bovennatuurlijke wijze in de dagelijkse omgeving aanwezig is, bij een overigens normale perceptie van die omgeving.[13] Een van de geïnterviewden spreekt over het zien, voelen en horen van een overleden moeder (105). Aan iemand anders verschijnt Christus: 'Terwijl ik op mijn bed zat te huilen om zijn intense lijden was Christus er plotseling. Ik zag hem met eigen ogen voor mij staan. Hij had een doorschijnend lichaam als van licht. Gek genoeg vond ik het helemaal niet raar. Ik stak mijn hand uit, die hij vastpakte. Toen was hij verdwenen' (148). Een derde persoon vertelt dat er in het ziekenhuis, toen hij wakker werd na een dubbel hartinfarct, 'iemand aan mijn bed' stond die hem een vraag stelt over zijn levenskeuze (261).

Het zien en voelen van de overleden moeder wordt door de geïnterviewde niet religieus geduid. De Christusverschijning wordt in eerste instantie als 'een geschenk van intense troost' beleefd (148). Verder heeft de verschijning grote gevolgen gehad voor het geloofsleven van de persoon in kwestie: 'Met die verschijning is er een zekere godskennis in me gelegd, waardoor ik geloofszaken gewoon begrijpen kan. Ik leef met een grote zekerheid. Door die ontmoetingservaring heb ik heel veel van God begrepen, van zijn liefde, wie Jezus is, wat de opstanding betekent' (149). De derde persoon beseft dat het zijn geloof intenser heeft gemaakt. Hij ziet de verschijning als een bemoedigende en stimulerende manifestatie van het goddelijke in zijn leven (262).

Een verstandelijk visioen (1x)[14]

Anders dan bij visioenen en verschijningen worden bij verstandelijke visioenen geen visuele of auditieve beelden waargenomen.[15] Verstandelijke visioenen zijn sterke gevoelswaarnemingen van een goddelijke aanwezigheid. Iemand zegt: 'Ineens voelde ik dat ik niet meer alleen was in die kleine keuken. Er was nog iemand, hij stond voor me, ik kon er niet omheen. Ik zag niemand, maar ik wist dat het Jezus was' (123).

Ze voelt warmte en liefde, en ook dat er humor in het spel is. Haar reactie is: 'Oké, ik ben altijd met een grote boog om u heen gelopen, maar vanaf nu wil ik het samen met u proberen.' In het vervolg blijkt dat Jezus een grote rol in haar religieuze beleving is gaan spelen.

Belevingen in het grensgebied van de gewone en een andere werkelijkheid

In het boek komen belevingen voor die sterker dan de vorige twee categorieën een tussengebied laten zien. Ik onderscheid drie subcategorieën.

Diverse vormen van spirituele communicatie (11x)[16]

Onder spirituele communicatie versta ik het gevoel met iemand of meerdere wezens te communiceren over de grenzen van tijd, ruimte en de lichamelijkheid heen. Voorbeelden in het boek: een voorspellende geest (114), een pianist die een spirituele verbinding voelt met een componist (142), een spirituele leerling die zonder enige bemiddeling boodschappen ontvangt van en in contact staat met zijn goeroe (145), een innig, persoonlijk en als wederkerig beleefde omgang met bomen (191), het raadplegen van de I Tjing (219), de doden vragen even te helpen of contact maken met je gids (258). Iemand zegt: 'Ik tap de informatie die ik nodig heb gewoon af van het morfogenetische veld of het collectief onderbewuste' (321).

Van alle subcategorieën is het dit type beleving dat de minste relatie met religiositeit heeft. Soms wordt er een tamelijk gratuite uitspraak over gedaan: 'Vooruit, misschien kun je het de ervaring van God noemen' (143) of, terwijl dat door niets ondersteund wordt: 'Moslims zijn zogenaamd héél religieus, maar volgens mij heb ik religieuzere ervaringen' (143). Een typerende uitdrukking, die alleen in deze context gebruikt wordt, is te maken hebben met 'hogere sferen' (142, 146, 176). Bij een van de geïnterviewden wordt de spirituele communicatie beleefd in een liturgische context, en heeft de beleving te maken met instrument worden in het musiceren en preken (214 en 215).

Uittredingen (2x)[17]

Het fenomeen uittreding bestaat in de waarneming van het eigen lichaam en de omgeving waarin dat zich bevindt vanuit een ander punt in de ruimte waar de geest of het ik zich ophoudt. Een vrouw vertelt: 'De eerste keer hing ik boven mijn lichaam, de twee andere keren keek ik vanuit het heelal naar de aarde. Het is niet goed uit te leggen, woorden zijn volstrekt ontoereikend (246). In het andere geval blijkt een man als jongen zeer bedreven in het uittreden te zijn geweest: 'Het was normaal. Zo normaal dat ik er toen ik jong was niet eens bij stilstond dat het gebeurde. "Ik ga naar de sterren," zei ik altijd' (330).

In het eerste getuigenis hebben de uittredingsbelevingen een belangrijke wending in het leven gebracht: 'Sinds ik in 1986 drie keer ben uitgetreden, is mijn wereld 180 graden gedraaid' Ze vormden tevens de opmaat tot 'honderden religieuze ervaringen' (246). De man reflecteert: De laatste tien jaar is het uittreden gestopt, waarom weet ik niet. Ik heb er veel van geleerd. Dankzij deze ervaringen heb ik een groot Godsvertrouwen en ben ik nooit bang geweest om dood te gaan' (331).

Bijna-doodervaringen (5x)[18]

In het geval van bijna-doodervaringen hebben we eigenlijk ook te maken met uittredingen, maar dan in het randgebied van de dood: 'Ik zag mijn lichaam alsof ik een toeschouwer was. De dokter en de zusters waren druk met me bezig. (...) Ik zag mijn vrouw, de kinderen en de dominee rond mijn bed plaatsnemen' (35). Ze worden vaak begeleid door enkele specifieke elementen, zoals het waarnemen van een tunnel en een helder licht waar een grote aantrekkingskracht van uitgaat. 'Toen zweefde ik de kamer uit en kwam in een diep dal terecht (...). In de hoogte zag ik licht, dat naarmate ik naderde steeds helderder werd. Er ging een onweerstaanbare aantrekkingskracht van uit. (...) Het was heerlijk, daar aan gene zijde, en ik had graag willen blijven. Ik wilde naar binnen, maar voelde dat ik terug moest naar de aarde' (35).

Voor vier van de vijf respondenten heeft de bijna-doodervaring zekerheid gebracht over het leven na de dood (36, 238, 268) of het bestaan van reïncarnatie (297). De vijfde zegt: 'Maar denk niet dat ik daar een ander mens van ben geworden. Het leven hernam zich, de overlevingsdrang en al mijn kwalijke eigenschappen leefden weer op, inclusief mijn egoïsme en streken. Ik ben te rationalistisch om hier geloofszekerheid aan te ontlenen' (256).

Religieuze vervoering in het contact met een diepere of overstijgende werkelijkheid

Tussen het scala aan spirituele en/of religieuze belevenissen die we tot nu toe gezien hebben en de religieuze ervaring als heel eigen categorie ligt nog een veld van religieuze belevingen. Ze zijn voor de persoon die ze ondergaat bijzonder, intens en betekenisvol, maar minder spectaculair, specifiek en wonderlijk dan de belevenissen die hierboven aan de orde zijn geweest. Tegelijk tekenen ze zich duidelijker af als religieus, tegenover de mix van het spirituele en het religieuze in de eerder getoonde belevenissen. Ik onderscheid ook hier weer enkele subcategorieën.

Religieus gevoel, contact, inzicht, inspiratie (21x)[19]

'Als kind beleefde ik vaak plotselinge vreugdemomenten. Ik zweefde als het ware even weg van de wereld. Er gaat dan opeens een bries door je heen, je rilt, wordt schoongeblazen. Even laat je alles los. Ik heb van veel mensen gehoord dat ze dit in hun kinderjaren hadden. Wanneer ik stil ben, als ik bijvoorbeeld alleen thuis ben, dan kan ik het nog steeds voelen. Uit deze gevoelens is in de oertijd ooit religie geboren' (87). Geïnterviewden spreken over hun beleving van contact of een relatie met de bron (59) of met God (172), het gevoel even aangeraakt te zijn (54), een besef van verbondenheid met alles en iedereen (59), iets beleven als pure genade (77), een gevoel van geborgenheid in God (87), profane handelingen beleven als een sacramentele gebeurtenis (154), iets ervaren als een geschenk (26, 28, 76, 155), opdracht of inspiratiebron (155), beleven dat God spreekt in de natuur (172), in mensen of gebeurtenissen, openstaan voor het wonder, religieuze ontvankelijkheid, verwondering om al wat is (192, 201, 240), het ondergaan van een transformatie of het als een geschenk ervaren van een nieuwe visie op de werkelijkheid (33).

Sterke beleving van de geloofscultuur (12x)[20]
Soms zijn religieuze belevingen helemaal verbonden met het bezoeken van een kerk of moskee, de deelname aan eucharistie of avondmaal, het beluisteren van religieuze muziek, een bijbelse tekst of een lied, het deelnemen aan een bijzonder ritueel. 'Die keer op Witte Donderdag bijvoorbeeld, toen we met twintig patiënten in een kring aan tafel zaten. We deelden het brood en lieten de wijn rondgaan. We zongen een lied en ik las het gedeelte van het evangelie dat over het Avondmaal ging. We baden. Ik was tot in mijn ziel geroerd door het besef van verbondenheid met elkaar en de lange traditie, in al onze gebrokenheid. We stonden voor het aanschijn van de Eeuwige, zo voelde ik het' (136).

Voorzienigheidsbelevingen (4x)[21]
Diverse malen wordt in *Religieuze belevenissen* gesproken over het dankbare gevoel, meestal achteraf geformuleerd, beschermd of geleid te zijn geweest. Soms ook over een gevoel met vertrouwen op weg te kunnen gaan. 'Toen is er een religieuze beleving op gang gekomen: ik kon vol vertrouwen mijn weg gaan, want wat er ook zou gebeuren, alles was goed. Er kwamen mensen op mijn pad die me ongevraagd onbetaalbare adviezen gaven, en me met precies de goede mensen in contact brachten. Precies wat ik nodig had om de eerste stap te zetten. Volgens mij heeft God ze op mijn weg gebracht' (194).

Oefeningen, rituelen, gebed, meditatie (9x)[22]
'Heel bijzonder, die sterke vorm van eerbied die spreekt uit de litanieën die men er zingend herhaalt en herhaalt. Ik versta er niets van, dat is waar, en toch hebben ze een effect, een heel diepe inwerking, die je in een meditatieve staat brengt. Je voelt als het ware: hier sta ik dan, opgenomen in iets gemeenschappelijks van een andere orde, meegevoerd in een andere dimensie, een heel onaards gevoel. Het gaf een gevoel van thuiskomst op een plaats waar ik nog nooit was geweest' (94). Hoewel in de 107 interviews het accent ligt op wat mensen – vaak plotseling – overkomt, wordt ook melding gemaakt van bewuste en actief begonnen handelingen of houdingen met het oog op spiritueel beleven. Soms gaat het om zen (187), een andere keer om een zelf ontworpen dagelijkse oefening waarin het opzeggen van gebeden en gedichten van andere religies een plaats krijgen (112). Er zijn nieuw gecreëerde vormen (54) naast de beproefde wegen van orthodoxe litanieën (94) en het lopen van een labyrint (270).

Intense ervaring van de (gewone) werkelijkheid (6x)[23]
Een zestal verhalen heeft betrekking op het gevoel van diepe verbinding met de natuur en de schepselen, een verwijding van het bewustzijn en een verhelderde waarneming: 'Het gebeurde op die ene middag toen de zon door me heen brandde. Alles trilde. Ik lag plat op mijn buik bij een slootje achter een boerderij naar stekelbaarsjes en salamanders te kijken. Aanvankelijk gleden schaapjeswolken spiegelend in het wateroppervlak voorbij, tot het moment dat aarde en hemel begonnen samen te vallen. Het water was nog nooit zo helder geweest, de lucht nooit zo blauw, de wolken nooit

zo echt. Boven en onder waren niet langer gescheiden en ik werd deel van een fascinerend geheel waarvan ik me niet meer los kon maken. Het leek alsof een grote hand me vasthield' (64).

De religieuze ervaring

In het boek zijn enkele uitspraken te vinden die laten zien dat er door respondenten onderscheid wordt gemaakt tussen belevingen en diepere belevingen. 'Mystieke of heftige eenheidservaringen heb ik nooit gehad, alleen ervaringen die milder waren', zegt iemand (325). In dit artikel is tot nu toe gesproken over religieuze belevenissen of religieuze belevingen. Ik maak geen principieel onderscheid tussen die twee begrippen. Wel reserveer ik de term *religieuze ervaring* voor een bepaald type religieuze beleving. Een kleine 20 van de 107 getuigenissen behoren tot het type van de religieuze ervaring in strikte zin.[24] Onder een religieuze ervaring versta ik:

> | het zich ontsluiten van een diepere of overstijgende werkelijkheid |
> waarin de waarnemer zich opgenomen voelt | en die hij als betekenisvol interpreteert

De drie elementen van deze omschrijving kunnen helpen om een aan de interviewer en het lezerspubliek toevertrouwde beleving als een religieuze ervaringen te herkennen. Dat betekent niet dat binnen een getuigenis alle drie deze elementen terug te horen moeten zijn. Het moge duidelijk zijn dat de geïnterviewden geen spreekstramien kregen opgelegd. Soms komen de wel gearticuleerde elementen sterk genoeg naar voren om in de vertelde beleving een religieuze ervaring te kunnen zien. Eerder dan een instrument om te turven is de definitie een hulpmiddel om gevoel te krijgen voor de taal waarin de religieuze ervaring wordt uitgedrukt. Evident is, dat zich hier verschillen in weging en interpretatie kunnen voordoen. Om de drie elementen voor zover mogelijk in één belevingsbericht te laten zien, kies ik een compact verteld verhaal:

> Ik was de Martinikirche in Emmerich binnengestapt en kwam bij drie kleine glas-in-betonraampjes terecht. Bij het aanschouwen van een ervan was het alsof er een explosie in mij plaatsvond. Ik begon meteen te huilen. Ik keek het heelal in, schouwde door een poort een andere dimensie binnen en voelde me er totaal mee versmolten. (310)

Het eerste element. Ik leg eerst de nadruk op 'het zich ontsluiten'. Deze woordgroep moet in een bredere context worden geplaatst. Een belangrijk punt is dat een religieuze ervaring iemand *overkomt*. De persoon in kwestie *ondergaat* een gebeuren. Het initiatief ligt elders. Maar dat 'zich ontsluiten' gebeurt niet altijd zo vreedzaam. Het kan ook een doorbraak zijn. Voor degene die het gebeuren (passief) ondergaat is het vaak een heftige aandoening. De passiviteit van de persoon én de kracht van de ontsluiting wordt in het geciteerde getuigenis kort en krachtig uitgedrukt in de woorden 'alsof er een explosie in mij plaatsvond'. De heftigheid wordt onderstreept door 'Ik begon

meteen te huilen'. Vervolgens zien we in de notie 'een andere dimensie' de diepere of overstijgende werkelijkheid uit de definitie.

Het tweede element. De 'waarnemer' is de persoon die de ervaring ondergaat. Dat gekozen is voor het woord waarnemer is vooral omdat daarmee tegelijk de begrippen waarnemen en waarneming zijn geïntroduceerd. In de godsdienstpsychologie spreekt men vaak van 'religieuze waarneming'.[25] De act van waarnemen is in het citaat te zien in 'Ik keek het heelal in, schouwde door een poort (een andere dimensie in)'. Dat de verteller zich in die andere dimensie voelde opgenomen komt naar voren in 'en voelde me er totaal mee versmolten'.

Het derde element komt in het citaat niet naar voren. Later in het interview zegt de man echter: 'Ik besef meer dan vroeger dat ik een instrument in handen van iets groters ben.' En: 'Ik ben door de twee ervaringen dankbaarder geworden.'

Ter completering van het beeld illustreer ik de definitie van religieuze ervaring met een reeks citaten uit het boek. In de selectie let ik nu niet op het bijeenhoren van de drie elementen, maar op de diversiteit waarmee de elementen in de verhalen aan het licht komen.

Het zich ontsluiten van een diepere of overstijgende werkelijkheid. Als varianten van 'het zich ontsluiten' kan worden gedacht aan woorden als *doorbraak* of *disclosure*. De laatste term verwijst naar een situatie waarin ineens iets voor de mens opengaat, een moment waarop het gewone diepte krijgt: 'Ik moet zijn ingedommeld, maar plotseling zag ik een enorme lichtzee – waarschijnlijk de opgaande zon. Maar ik ervoer het als: dit is het begin van alles' (63). De term doorbraak geeft aan dat iets op een harde manier binnenkomt. Wat er kan gebeuren bij het lezen van een op zichzelf niet spectaculaire uitspraak over de nabijheid van God wordt verwoord in het volgende citaat: 'Terwijl ik het las, verschoof er iets in mij. Er brak iets open. Met open mond legde ik het boek neer. Ik was verbijsterd' (285). De kracht van het zich ontsluiten/de doorbraak brengt bij het ontvangend subject vaak verwarring voort, maar ook lichamelijke reacties. Zo'n doorbraak (maar ook een disclosure) doet zich plotseling voor. 'Plotseling' is een woord dat in de interviews ontzettend veel klinkt, in alle soorten religieuze belevenissen doorheen het hele boek. Dat geldt ook voor het toen-en-toen-karakter van de verhalen. Dat is niet het punt waardoor de religieuze ervaring zich onderscheidt van de andere religieuze belevingen. Maar we hebben het pas over het eerste lid van het eerste element, we moeten nog even geduld oefenen. Dus nog even over de dateerbaarheid van veel religieuze ervaringen in meer strikte zin. Soms weet iemand niet alleen nog precies wat er op een bepaald moment in zijn of haar leven gebeurde, maar komt bij het vertellen meteen iets van die ervaring terug: 'Het was in het voorjaar van 1954, ik was tien jaar en woonde in Meyel, een volstrekt katholiek dorp in De Peel. Ik zie me nog lopen. (...) Ik kan het nog steeds navoelen. Het was een heel lichamelijke beleving. Het zinderde door me heen, de rillingen liepen over mijn rug' (50). Als het gaat om het benoemen van de diepere of overstijgende werkelijkheid uit de omschrijving van de religieuze ervaring, klinkt in de interviews, zoals te verwachten was, vaak het woord 'God'. De intensiteit van de ervaring dwingt er echter ook

toe dat men afziet van dit woord of andere uitdrukkingen zoekt: 'Woorden schieten tekort om te vertellen wat er gebeurd is. Het was een ontmoeting met het levende, meest waarachtige wezen, met het goddelijk licht, het numineuze, transcendente, geef het maar een naam' (38); 'Er was iets of iemand, en daar werd ik door aangeraakt, lief én krachtig. Ik kan me er geen hij bij voorstellen; als het iets van een persoon was, moet het een zij geweest zijn. Het was alsof een vrouw me had omhelsd. Haar meest passende naam zou iets zijn als Koningin of Heerseres van hemel en aarde' (64); 'Plotseling stroomde er een Aanwezigheid mijn kamer binnen' (130). Op het punt van 'wat' er doorbreekt, de diepere of overstijgende werkelijkheid die zich aandient, onderscheidt de religieuze ervaring zich duidelijk van de religieuze belevenissen in het algemeen. Bij het ontvangen van een boodschap, bijvoorbeeld, komt er wel iets binnen vanuit een andere dimensie, maar het is niet die dimensie zelf die zich ontsluit.

Waarin de waarnemer zich opgenomen voelt. Door te kiezen voor 'waarnemer', hebben we gezien, komt meteen het begrip waarnemen mee. Het woord wordt hier gebruikt in de meest brede betekenis. Uitdrukkingen als 'Toen zag ik plotseling' komen meermalen voor (38, 63), maar ook: 'Toen werd ik plotseling overvallen door het gevoel' (104); 'Ineens voelde ik' (123); 'En ik hoorde' (170); 'Het leek (…) alsof ik de hele wereld overzag' (216); 'Tot ik midden in de nacht ervoer …' (228). Het gegeven dat degene die de ervaring ondergaat zich opgenomen voelt, brengt ons bij de eenheidsbeleving: 'Ik voelde me verenigd met hem [Jesus], we waren lotgenoten' (21); 'Het gaf een eenheidsgevoel. Eenheid van alles om me heen, de mensen met elkaar, met de natuur en met God. Ik voelde me opgetild' (50); 'Een oneindige rust maakte zich van mij meester. Ik voelde een eindeloos grote ruimte waarin ik opgenomen was, zodat er van een ik niet eens meer sprake was. En toch ook weer wel: ik was helemaal mezelf, had het gevoel dat alles vergeven was, en dat ik er weer helemaal bij hoorde' (63); 'Ik voel God gewoon in mij' (97); 'Een heilig en zoet gevoel van Gods aanwezigheid' (104); 'een warme golf van geluk door me heen, heel intens, van mijn kruin tot mijn tenen' (124); 'Het gevoel in mijn borstkas, het landschap, het was allemaal samen een grote ontmoeting. Het was niet met een persoon, en toch voelde het als een relatie, een exclusieve relatie zelfs' (134); 'toen ik me plotseling opgenomen voelde in een zee van liefde' (170). Dit 'zich opgenomen voelen', soms in termen van eenheidsbeleving uitgedrukt, waarbij het dus gaat over de relatie tussen het ervarend subject en de diepere of overstijgende werkelijkheid, is het meest onderscheidende punt ten opzichte van de overige religieuze belevingen.

En die hij/zij als betekenisvol interpreteert. De religieuze ervaring laat een bepaald bewustzijn achter in het ervarend subject en blijkt in zijn of haar leven door te werken. 'Het gaf me zekerheid over Gods bestaan. Ik had het eigenlijk altijd wel geweten, maar nu werd dit op een overdonderende manier bevestigd. Het voelde als genade, een begrip dat ik in mijn gereformeerde opvoeding had meegekregen, maar dat ik nooit echt had kunnen begrijpen' (18), 'Ik was verrezen, had de kracht om door te gaan. Het was sterven en verrijzen tegelijkertijd' (21); 'Vanaf die nacht kon ik weer dagelijks in gesprek komen met de grote Onbekende. Zoals in mijn jeugd' (64); 'Vanaf toen ben

ik met God in gesprek gebleven' (96); 'Mijn geloof in God is door deze ervaringen een zekerheid geworden' (170); 'En tegelijkertijd besefte ik verantwoordelijk te zijn voor alles wat ik zag, voor vrede binnen het grote geheel. Erna was het leven nooit meer hetzelfde. Het had er een extra dimensie bij gekregen' (216). Hoewel ook het element van doorwerking en betekenisgeving weer in het gros van de interviews aan te wijzen valt, lijkt de intensiteit ervan bij de religieuze ervaring sterker naar voren te komen.

Op dit punt aangekomen kan nog de vraag gesteld worden hoe de religieuze ervaring zich verhoudt tot de mystieke ervaring. Naar mijn aanvoelen kan de mystieke ervaring als een bijzondere religieuze ervaring worden aangemerkt, net zoals de 'religieuze ervaring in strikte zin' tot het geheel van de religieuze belevingen behoort. Bij de mystieke ervaring is de doorbraak vaak heftiger tot zelfs onhoudbaar, doordat 'de diepere of overstijgende werkelijkheid' (eerste element) zich als een inbrandende kern laat ervaren.[26] Tegelijk groeit het 'zich opgenomen voelen' (tweede element van de omschrijving van de religieuze ervaring) uit tot een overweldigende beleving van eenheid, niet (alleen) in zichzelf maar met de Ander, met de ervaringskern. De doorwerking ten slotte heeft meestal een ingrijpender of radicaler karakter.

In dit artikel heb ik de veelheid van religieuze belevingen zoals die worden verteld aan en samengevat door Koert van der Velde in zijn boek *Religieuze belevenissen* gegroepeerd en ingedeeld. De eerste drie groepen neem ik nu bij elkaar: belevingen waarin iets ontvangen wordt vanuit een andere werkelijkheid, gewaarwordingen van die andere werkelijkheid en belevingen in het grensgebied. Ze vormen een kleurrijk spiritueel geheel van wonderlijke en soms wonderbaarlijke belevenissen en gebeurtenissen. Daar heb ik een groep belevingen op laten volgen die minder wonderbaarlijk en zintuiglijk zijn. Ze zouden als meer 'gewone' religieuze beleving aangeduid kunnen worden, ware het niet dat ook deze getuigenissen heel bijzonder zijn en een diepe innerlijke resonans laten zien. Het gaat hier om de religieuze vervoering in het contact met een diepere of overstijgende werkelijkheid of het Heilige. En daar heb ik dan weer de religieuze ervaring uitgelicht als een eigen categorie, waarin het 'contact' met die overstijgende werkelijkheid tot eenheidsbeleving wordt. Met deze indeling poog ik geen dogma af te kondigen. De ordening is bedoeld om te laten zien dat de waaier van religieuze belevingen diverse kleurspectrums laat zien. Uiteraard blijven er verschillende interpretaties mogelijk. Zo heb ik zelf de twijfel of ik me bij de belevingen die met het ontvangen van een teken te maken hebben niet te veel heb laten leiden door de overeenkomst met het label 'boodschappen vanuit een andere werkelijkheid ontvangen'. Misschien zijn de belevingen waarin iets als een teken wordt geïnterpreteerd ten diepste te karakteriseren als een religieuze vervoering in het contact met een diepere of overstijgende werkelijkheid.

1 Koert van der Velde, *Religieuze belevenissen. Gesprekken over het ervaren van God*, Amsterdam: Van Gennep, 2007. Het citaat over de kandidaten staat in de inleiding, p. 14.

2 Zie de pagina's 27 (2x), 55, 66, 252 (2x). De paginanummers hier en in de volgende noten zijn van de eerste bladzijde van het interview, maar bedoeld is het hele interview. Met de paginanummers achter de citaten in het artikel zelf verwijs ik naar de pagina waar het citaat vandaan komt.

3 58, 139, 273, 309.

4 114, 188, 246, 312.

5 27, 66, 84, 125, 160, 209, 237.

6 Zie nog op p. 66: 'En toen gebeurde het…'; op p. 125-126 de toevalligheden rond het Bach-koraal 'O Mensch, bewein' dein' Sünde groß; diverse elementen in het verhaal op p. 160; en op p. 238: 'Later zat ik bij nabestaanden…'.

7 44, 78, 186.

8 'Plotseling zag ik een enorme lichtzee (...) Het was inmiddels helemaal licht geworden en ik voelde me warm van binnen, ondanks de ochtendkou' (63/64).

9 29, 44, 99, 133, 160, 203, 228, 333.

10 A. Vergote, 'Psychologische interpretatie van visioenen', in: R.E.V. Stuip en C. Vellekoop (red.), *Visioenen*, 1986, 226.

11 27, 69, 81, 231, 258, 270.

12 105, 148, 262.

13 Peter Dinzelbacher, *Wörterbuch der Mystik*, Stuttgart 1989, s.v. 'Erscheinung'.

14 123.

15 De term verstandelijk visioen is van Thomas van Aquino. Ter onderscheiding van het visioen van de verbeelding spreekt hij over het intellectuele visioen, dat boven de beelden en de zintuiglijkheid uitgaat (*Summa Theologiae*, II–II, q. 171-174). Terwijl ze de betekenis niet kan verklaren, is de term en zijn inhoud bekend bij Teresa van Avila: 'Het overkomt de ziel, Jezus Christus de Heer bij zich te voelen, zonder aan het ontvangen van die gunst gedacht te hebben. Nooit meende ze deze te verdienen. Ze ziet Hem echter niet, noch met de ogen van het lichaam, noch met die van de ziel. Dit wordt een verstandelijk visioen genoemd. Waarom weet ik niet' (*Innerlijke burcht*, VI,8,2).

16 114, 125, 142, 145, 175, 191, 213, 219, 246, 258, 321.

17 246, 330.

18 35, 237, 255, 267, 297.

19 24, 32, 53, 58, 61, 75, 87, 111, 154, 172, 183, 186, 191, 200, 222, 240, 261, 273, 279, 288, 327.

20 87, 90, 136, 148, 151, 180, 186, 243, 264, 276, 279, 318.

21 194, 203, 288, 303.

22 21, 38, 42, 53, 93, 111, 117, 186, 270.

23 42, 63, 102, 120, 186, 294.

24 17, 21, 38, 50, 63, 72, 96, 102, 123, 125, 130, 133, 169, 216, 228, 258, 285, 297, 309.

25 Vergelijk de ondertitel van Han Fortmanns *Als ziende de Onzienlijke*: 'Een cultuurpsychologische studie over de religieuze waarneming'.

26 'Het was zo spannend, dat ik betwijfel of ik het overleefd zou hebben als het langer had geduurd' – p.130.