

Trouw 27-10-2007

Liever spiritueel dan religieus

KOERT VAN DER VELDE

Vandaag begint de Maand van de Spiritualiteit. Zitten we midden in een spirituele revolutie? Of wordt spiritualiteit onterecht geïdentificeerd met new age? Is de veronderstelde tegenstelling tussen 'kerkelijken' en 'spirituelen' niet clichématig?

Volgens de vooraanstaande religiesocioloog Paul Heelas is in de westerse wereld een spirituele revolutie gaande. Mensen noemen zich tegenwoordig liever spiritueel dan religieus, stelt hij, en de twee zijn volgens hem radicaal verschillend. Het gebruik van het woord spiritualiteit duidt volgens hem op 'een fundamentele verandering in de manier waarop mensen in het leven staan'. Heelas wil geen harde uitspraken doen over de reikwijdte van de spirituele revolutie, maar meldt wel dat 'volgens sommigen' de invloed ervan groter zal blijken dan de protestantse reformatie van de zestiende eeuw.

Wat verstaat Heelas eigenlijk onder spiritualiteit? Hij noemt spiritueel wat hij vroeger new age noemde – zaken als astrologie, tarot, sjamanisme, esoterie, ritueel rond 'chakra's' en 'aura's', methoden om met jezelf bezig te zijn. Hiermee sluit hij aan bij de tijdgeest: nog maar weinigen noemen zich new agers. Auralezers, astrologen en sjamanen heten tegenwoordig 'spiritueel'. Typ 'spiritualiteit' in op Google en de engelen en aura's vliegen je om de oren.

De religieuze beweging die eerst vooral bekend stond onder de naam new age is in enkele decennia van naam veranderd. Het woord new age is steeds meer bezoedeld geraakt door winstbejag en gekkigheid. Zoals door de excentrieke Bhagwan, die op het hoogtepunt van zijn macht 96 Rolls Royces bezat. Het deed gelovigen uitwijken naar de nieuwe naam.

Maar het woord spiritualiteit is veel ouder dan new age. En het is dan ook niet terecht dat men deze heel specifieke uitingsvorm van hedendaagse religiositeit is gaan identificeren met het veel bredere verschijnsel van spiritualiteit.

De Nederlandse kenner van spiritualiteit Kees Waaijman spreekt van een 'godmenselijk betrekkingengebeuren' en 'een gelaagd omvormingsproces'. De katholieke hoogleraar drukt zich op een theologische manier uit. Maar zijn omschrijving is toch ook heel scherp. Ze heeft twee componenten: religieuze beleving en ontwikkeling. Spiritualiteit is dus daar waar mensen zich op religieus of levensbeschouwelijk gebied ontwikkelen en waar de motor van dat proces de beleving is.

Spiritualiteit is zo bezien op een veel bredere verzameling religieuze praktijken van toepassing dan speciaal op new age. Weliswaar zal er hier en daar spiritualiteit in new age te vinden zijn. Maar veel new age is oppervlakkig. De naam spiritualiteit verhult dat.

Dat heeft iets vals. Mensen die zich tegenwoordig spiritueel noemen, willen er vaak maar mee zeggen dat hun religieuze leven niets met 'de kerk', dogma's en religie te maken heeft.

Onzin natuurlijk. Ook new age-spirituelen organiseren zich in gebouwen, rond tijdschriften en leraren, met het bijbehorende conformisme. Juist onder new agers tref je een onbevangen omarming van de meest onwaarschijnlijke zaken aan. Vele onzekere geloofsvoorstellingen, van het bestaan van een energetisch lichaam dat incarneert, tot het magische jaar 2012, worden door velen stellig voor waar gehouden.

Dit gebeurt niet met een ruitelijke erkenning dat men gelooft, maar met een dubieus beroep op wetenschap, vaak 'nieuwe' of 'randwetenschap' genoemd.

Of met een beroep op 'het gevoel'. Het gevoel is echter geen betrouwbaar instrument om over de onzichtbare werkelijkheid te oordelen, weten christelijke theologen al eeuwen.

Maar new agers houden niet van onzekerheid. Wie zich openstelt voor ontzuenderende feiten 'blijft te veel in zijn hoofd zitten', zeggen ze. New agers vinden het moeilijk om te geloven zoals veel christenen dat tegenwoordig doen, en dus toe te geven dat waarop ze hopen onzeker is, en dus een kwestie van geloof.

Mensen die zich spiritueel noemen, hameren er daarom op dat ze 'met beide voeten op de grond

staan', 'aards' of 'geaard' zijn. „Geen gezweef”, zei orakel Corina in Trouw. „Wat je neerlegt, bèn je ook. Toeval bestaat niet.”

Zogenaamde spirituelen proberen altijd 'positief' te blijven. Want kritiek hebben, is niet goed voor je, houdt je af van je ware zelf – het einddoel in het new age-geloof. Je creëert je eigen werkelijkheid, dus geldt voor critici: wat je zegt ben je zelf. 'Spiritualiteit' is iets individueels; een eigen visie, een eigen weg, een zelf geformuleerd doel – binnen de marges van het esoterische wereldbeeld, dat wel.

Precies in het individualistische zit het verschil met de traditionele gelovigen van kerk en dogma, zegt Heelas. Traditionele gelovigen leven als liefdevolle vader, plichtsgetrouwe werknemer of carrièremaker. Ze zijn de rol die ze spelen. Hun levensbeschouwing benadrukt een externe bron van waarheid waaraan ze zich moeten aanpassen. Spirituele mensen daarentegen stellen hun eigen beleving centraal. Niet hun plaats in de samenleving, maar hun ervaring van het leven vinden ze werkelijk belangrijk. De waarheid ligt diep in henzelf, geloven ze. New age biedt instrumenten om in contact te komen met het 'diepste zelf' en zo de eigen ervaring en zelfs de hele wereld te veranderen.

Het tegenover elkaar stellen van christenen die plichtsgetrouw een externe waarheid volgen, en zogenaamd spirituele new agers die zichzelf beschouwen als in laatste instantie zelf verantwoordelijk voor hun keuzes, is een cliché. Een cliché dat veel tegenwoordige 'religieuze' oftewel kerkelijke religiositeit slechter uitbeeldt dan het pretentieuze new age-geloof dat spiritualiteit voorwendt.

Trouw 15-11-2008

God is weg uit de spiritualiteit

Koert van der Velde

Uit een enquête in opdracht van Trouw blijkt dat de meeste Nederlanders op spiritueel gebied dik tevreden met zichzelf zijn. Velen van hen hebben geen behoefte aan een traditionele God.

Spiritualiteit wordt vooral geput uit het eigen ik en uit de directe omgeving.

Zelfontplooiing leeft bij de Nederlanders. Bijna veertig procent zegt het belangrijk te vinden zichzelf te ontplooien, hetzelfde aantal vindt dit 'een beetje belangrijk'. Hoe jonger en hoger opgeleid de respondenten, des te belangrijker ze dit vinden. Dat blijkt uit een enquête onder 2276 Nederlanders door Synovate Interview NSS, in opdracht van Trouw. In het kader van het 'betere ik', het thema van de maand van de spiritualiteit, beantwoorden zij open vragen.

Op de vraag wat mensen doen om 'zich bewust te worden van hun 'diepere zelf' wordt geantwoord met zaken als 'reflectie', 'praten' of 'nadenken'. Velen antwoorden met 'niets' of 'niet veel'. „Bijna niemand volgt een systeem om zichzelf te verbeteren. Een enkeling noemt meditatie of yoga. Ze lijken iets gekozen te hebben wat bij hen past, wat goed voelt. Niet de verwachting meer bewust te worden maar het verlangen je goed te voelen, klinkt in de antwoorden door.” Uit de enquête kun je volgens godsdienstpsycholoog Joke van Saane van de Vrije Universiteit in Amsterdam, die de resultaten analyseerde, niet opmaken dat de 'zelfspiritualiteit' in opkomst is.

Uit de antwoorden blijkt bovendien dat de secularisatie in Nederland veel verder is voortgeschreden dan uit enquêtes blijkt. God en andere religieuze begrippen komen bijna niet voor.

Zelfverwerkelijking is volgens wetenschappers hét thema dat mensen tegenwoordig religieus of spiritueel uitwerken. Maar traditionele religieuze methoden of termen blijken nauwelijks nog in gebruik. Op de vraag wat de ondervraagden beschouwen als de belangrijkste eigenschap van hun ideale zelf, noemt grofweg de helft zaken die met anderen te maken hebben, zoals 'openstaan voor anderen', 'eerlijkheid' en 'sociaal zijn'. De andere helft noemt zaken die betrekking hebben op henzelf, zoals 'balans', 'zelfvertrouwen' en 'onafhankelijkheid'.

Het zijn allemaal manieren die 'dicht bij de mensen zelf blijven', zegt Van Saane. „Ze doen wat voor henzelf goed voelt en oriënteren zich niet op wat anderen zeggen dat goed is.” Verwijzingen

naar 'het hogere' zijn bijna helemaal afwezig – maximaal zeven procent gaf op een open vraag een religieus of spiritueel antwoord. „Als mensen naar de belangrijkste eigenschap van hun ontplooiende, ideale zelf wordt gevraagd, zeggen ze niets meer over God en ook niet over een goddelijk zelf, maar noemen ze zaken als 'eerlijkheid en behulpzaamheid'. Twee procent zegt iets religieus.

Minder dan een derde zei tot een bepaalde religieuze stroming te horen. Hun antwoorden verschillen niet veel van die van de grote meerderheid. Ook kerkelijken vermijden dus religieuze taal. Grote enquêtes, zoals 'God in Nederland' in 2006, telden bijna 40 procent kerkelijken, en het aantal mensen dat zich als gelovig mens ziet, werd nog hoger ingeschat: meer dan 60 procent. Vijftig jaar geleden had het overzicht er volstrekt anders uitgezien, zegt Van Saane. Niet alleen hadden mensen het verbeteren van zichzelf minder belangrijk gevonden, bovendien hadden ze dit toen meestal in religieuze termen uitgedrukt.

Opvallend is dat er nauwelijks verschillen tussen mannen en vrouwen zijn te meten. „Terwijl onderzoek naar religiositeit altijd verschillen meet. Het is voor mannen gewoner geworden om over zelfontplooiing na te denken en te praten, helemaal nu dat los staat van religie.”

Bijna alle mensen die zelfontplooiing belangrijk of 'een beetje belangrijk' zeggen te vinden, zien vooruitgang. Hoe jonger en hoe hoger opgeleid ze zijn, des te meer vooruitgang ze zien.

Daarin zijn ze volgens Van Saane te optimistisch. „Ze worden helemaal niet beter, altruïstischer of toleranter. Verbetering is in geen enkel onderzoek gemeten. Mensen zijn geneigd te positief over zichzelf te denken. Ze nemen aan dat zij de uitzondering zijn.” Psychologisch gezien is dit niet vreemd, zegt Van Saane. „Het is niet fijn of gemakkelijk om eerlijk tegenover jezelf te zijn. Het is niet gek dat je die voor jezelf wilt versluieren.”

Veel mensen hebben een hoog ideaalbeeld, maar kunnen daar niet aan voldoen. Dit wordt, te oordelen op grond van de antwoorden, echter bijna niet onderkend: bijna niemand heeft zelfkritiek. „Tegelijkertijd stellen velen wel dat ze het belangrijk vinden eerlijk tegenover zichzelf te zijn. Maar dat lukt ze dus helemaal niet.”

„De well-being stroomt van de onderzoeksresultaten”, zegt Van Saane. „Men voelt zich goed, tot op het zelfgenoegzame af.” De Nederlandse bevolking is dik tevreden met zichzelf, en steekt de kop in het zand.” De economische crisis doet daar niets aan af.

De afwezigheid van verwijzingen naar traditionele religie vindt Van Saane psychologisch gezien toch ook een gemis. Voor goed zelfinzicht heb je een externe instantie nodig, zegt ze. „Dat wordt in deze geïndividualiseerde cultuur nauwelijks nog geaccepteerd. De mensen hebben daardoor onterecht het idee dat het met ze opschiet. Maar het schiet helemaal niet op. Orthodox christendom is altijd heel sterk geweest in het constateren dat het helemaal niet opschiet. Je blijft er afhankelijk van de goddelijke genade.” Ook andere religies cultiveren dit besef van het eigen tekort schieten. Wie zichzelf wil verbeteren, zou daaraan dus veel harder moeten werken dan de meeste mensen denken. „Het verantwoordelijkheidsgevoel daarvoor ontbreekt”, aldus Van Saane.

Opvallend is dat bij laagopgeleiden het ongeloof in zelfrealisatie het grootst is. Dertig procent gelooft er niet in, tegenover zestien procent van de hoogopgeleiden. Van Saane: „Daar leeft het inzicht meer dat mensen nooit verder komen dan zichzelf. Wie in een multiculturele achterstandswijk goed om zich heen kijkt, ziet dat denken, lezen en zelfreflectie niet genoeg zijn om bijvoorbeeld tolerantie te bevorderen.”

Trouw vroeg ook of mensen diep in zichzelf een kern vermoeden die de weg wijst in het proces van zelfontplooiing. Het is een typisch new age of spiritueel te noemen vraag, die 'een god in het binnenste van jezelf' veronderstelt. Bijna 20 procent vermoedt zoiets volmondig – ruim 14 procent van de laagopgeleiden en bijna een kwart van de hoogopgeleiden. Bijna 40 procent vermoedt dit soms.

De daaropvolgende open vraag wat mensen eraan doen om zich hiervan bewust te worden, geeft weer een eindeloze rij met 'niets'-antwoorden te zien. De meeste anderen zeggen 'na te denken', te lezen of te luisteren. Alleen een enkeling mediteert of bidt. Als men het antwoord zelf moet verzinnen, geeft men veel minder vaak een religieus antwoord dan als ze alleen maar 'ja', 'soms' of 'nee' hoeven zeggen.

„Veel mensen vermoeden wel een diepere kern”, constateert Van Saane, maar hebben geen

middelen om hiermee om te gaan. En dat vinden ze niet erg.”