

GEZOCHT: DUURZAME SPIRITUALITEIT

Jos Douma

Verschenen in: Opbouw. Opinieblad voor de Nederlands Gereformeerde Kerken, jaargang 56 nr. 1, 7 januari 2012, blz. 10-11.



Een tijdje geleden (eind september 2011) uitte James Kennedy in een debat over kerk zijn in de stad deze wens:

Ik wil graag een kerk die mij ascese leert. Dat mis ik.

Hij verdedigde toen ook deze stelling:

Laat stedelijke christenen in deze tijd het model van de monnik of de non volgen, en laten de stadskerken lijken op kloosters.

Maar wat moet ik me daar nu precies bij voorstellen? Kloosters, monniken en nonnen raken bij mij in elk geval het verlangen aan om een gedisciplineerde, intieme en hartstochtelijke geloofsrelatie te hebben met de Heer. Maar hoe doe je dat vandaag de dag? Ik zie om me heen wel een vurig verlangen naar spiritualiteit, naar rust en stilte en verdieping, maar ik merk tegelijk ook een verlamme verlegenheid op. Er wordt wel veel gedroomd en gewenst, maar het lijkt er op dat er maar weinig daadwerkelijk wordt gedaan. Een 'gebedsleven' hebben is een uitdrukking die klassiek aandoet en lijkt te verwijzen naar een wereld diestee verder achter ons ligt. En als ik wel eens vraag naar de praktijk van gedisciplineerd Bijbellezen, dan vallen de gesprekken eigenlijk altijd stil, op wat verlegen gemompel over dat het eigenlijk meer zou moeten gebeuren na.

Weggeërodeerd

Al met al signaleer ik – ondanks zoiets als een 'Maand van de spiritualiteit' en ondank het gegeven dat de Europese lucht zwanger lijkt te zijn van spiritualiteit en ondanks het door vele christenen verwoorde verlangen naar een leven dichterbij God – dat er eigenlijk vooral sprake is van een crisis in de spiritualiteit. De kerken weten er eigenlijk geen weg mee. Er wordt gepreikt en 'gepraised', maar dat ligt niet ingebed in een duurzame spiritualiteit en draagt ook niet bij aan zo'n duurzame spiritualiteit.

Want zo versta ik de wens van Kennedy. Het is eerder een soort noodkreet: 'Kerk, help me om een duurzame spiritualiteit te beoefenen! Geef me praktische en uitvoerbare spirituele praktijken die ik in mijn dagelijkse leven kan toepassen om mijn leven elk moment te leven met de Heer.' Misschien wordt het tijd dat kerken eerlijk onder ogen gaan zien dat het gebedsleven en het bijbellezen van velen is weggeërodeerd en dat er niet echt iets voor in de plaats is gekomen.

Naakte spiritualiteit

Wie op zoek is naar oude en nieuwe vormen voor een duurzame spiritualiteit kan zich laten inspireren door Brian McLaren. Deze veelgelezen en veelgeprezen auteur publiceerde in het voorjaar van 2011 zijn boek 'Naked

Spirituality. A Life With God in Twelve Simple Words'. Dit boek is geschreven vanuit de gedachte dat het christendom in een crisis verkeert. Dat geldt niet alleen theologisch (ook daarover schreef McLaren boeken), maar ook spiritueel.

Veel christenen, stelt McLaren, hebben het gevoel dat de traditionele spirituele vormen en praktijken niet meer werken: het zijn irrelevante, lege rituelen geworden. En ook blijkt steeds meer dat dogmatische correctheid, institutionele participatie en religieus conformisme niet meer toereikend zijn voor het vitaal houden van een levende omgang met de Heer. Velen zijn wel op zoek naar een meer spiritueel leven, maar de kerk blijkt hier nauwelijks hulp te bieden. Die hulp wordt uiteindelijk ook niet gevonden in de geforceerde en gehypedede spiritualiteit die kenmerkend is voor veel evangelisch en charismatisch christendom.

Zondagse-kleren-religie

Brian McLaren voert daarom een pleidooi voor een naakte spiritualiteit: een spiritualiteit die tot op de kern is uitgekleeft, een spiritualiteit waarin de mens naakt voor God komt te staan. Daarvoor is het nodig om de status-symbolen van de publieke godsdienstigheid weg te strippen (de 'zondagse-kleren-versie van de georganiseerde religie') en aandacht te geven aan het welzijn van de ziel, slechts omhuld door de naakte menselijke huid. Zo gaat McLaren op zoek naar de verborgen schat van spiritualiteit die verscholen ligt onder en achter aangeklede buitenkant-religie. Deze naakte spiritualiteit krijgt vorm in wat McLaren 'simple, doable, durable practices':

You need a life centered on simple, doable, durable practices that will help you begin and sustain a

naked encounter with the holy mystery and pure loving presence that people commonly call God. (blz. 3)

By practices, we mean doable habits or rhythms that transform us, rewiring our brains, restoring our inner ecology, renovating our inner architecture, expanding our capacities. We mean actions within our power that help us become capable of things currently beyond our power. (blz. 21)

Twaalf eenvoudige woorden

McLaren biedt in zijn boek een basis-curriculum voor een spiritueel novitiat aan. Dit curriculum krijgt gezicht in twaalf eenvoudige woorden die te vergelijken zijn met bijvoorbeeld de warming-up oefeningen van een sporter of een musicus. Dit zijn de twaalf eenvoudige woorden (door mij vertaald naar het Nederlands):

1. Hier
2. Dank
3. O
4. Sorry
5. Help
6. Alstublieft
7. Wanneer
8. Nee
9. Waarom
10. Zie
11. Ja
12. [...] (stilte)

Hier

Het eerste van die twaalf woorden werk ik hier iets verder uit om te illustreren hoe deze 'naakte' spiritualiteit werkt. 'Hier.' Dat is het eerste woord. Geen lange zinnen en lappen tekst dus, maar één enkel eenvoudig woord. 'Hier.' Dat woordje wordt het aangrijpingspunt

voor het beoefenen van de tegenwoordigheid van God. Je hoeft niet naar een kerk te gaan, een bijzondere spirituele ervaring te zoeken of een lange tekst uit de Bijbel te lezen om jezelf er bewust van te worden dat God aanwezig is.

De geestelijke oefening die McLaren vanuit dit eenvoudige woord beschrijft noemt hij: wakker worden voor de aanwezigheid van God. En daarmee krijgt het woord 'hier' ook direct een spirituele betekenis. Het gaat er niet om exact aan te wijzen waar God is, alsof wij hem kunnen vangen, vast leggen, fixeren, definiëren. Het woord 'hier' is vooral aanduiding van de plaats waar we zelf zijn en van de keuze om ons in het hier en nu verlangend open te stellen voor Gods allesoverstijgende tegenwoordigheid.

Dunne plaatsen

Brian McLaren wijst in dit verband ook op de 'thin spaces' of 'thin places' die een belangrijk aspect vormen van de Keltische spiritualiteit. Een dunne ruimte of een dunne plaats is daar waar hemel en aarde elkaar raken, waar de grens tussen het zichtbare en het onzichtbare flinterdun is of zelfs wegvalt. En dunne plaats is dus de ruimte of de ontmoeting waar je verwonderd fluistert: 'Hij is hier'. Een dunne plaats is daar waar je Gods tegenwoordigheid ervaart, gezocht of ongezocht.

De spirituele oefening die wordt opgeroepen door het woord 'hier' wordt ook heel concreet gemaakt. 'Hier' creëert een ruimte voor de ziel, waar en wanneer dan ook, zodat je gaat bidden:

Hier ben ik, Heer.

(Waar ben je? Fysiek? Emotioneel? Persoonlijk? Sociaal? Spiritueel?)

En u bent hier, Heer.

(Beschrijf hoe je God op dit moment ziet, ervaart. Welke naam geef je God, welk beeld is op dit moment belangrijk?)

Samen zijn we hier.

(Hoe zou je je samen-zijn met God omschrijven?)

Deze eenvoudige, uitvoerbare, duurzame oefening rond het woord 'hier' biedt heel concrete handvatten om het leven met de Heer te verrijken. En dat geldt ook voor de andere eenvoudige woorden die McLaren aanreikt. Zou in deze eenvoud niet een aanknopingspunt kunnen liggen voor christenen die op zoek zijn naar een nieuwe spiritualiteit, waarin eenvoud, ascese en discipline een belangrijke rol spelen?

Ascese

Na deze eerste kennismaking met de aanzet van Brian McLaren voor een naakte spiritualiteit, keren we nu terug naar de oorspronkelijke vraag van James Kennedy: 'Welke kerk leert mij ascese?' Onder ascese versta ik eenvoudige en gedisciplineerde oefeningen die verdieping van spiritualiteit beogen. De christelijke traditie heeft, met name in de monastieke stroom, hier heel veel ervaring mee. Bekende vormen van ascese zijn: vasten, bidden, geestelijke lezing (lectio divina), gehoorzaamheid, kuisheid, armoede en zelfverloochening. Al deze vormen hebben gemeenschappelijk dat ze een bepaalde mate van discipline veronderstellen.

Wellicht dat precies op dat punt vandaag de dag de verlegenheid het grootst is. Discipline vraagt namelijk om zelfbeheersing terwijl we leven in een cultuur van zelf-expressie: we moeten doen en zeggen wat goed voelt, wat bij ons past. We hebben grote waardering voor de discipline van topsporters en beroepsmusici die een leven van zelfbeheersing leiden waardoor ze in

staat zijn tot grote sportieve c.q. muzikale prestaties. Maar als het gaat om groei in spiritualiteit lijkt het er vaak op dat christenen geloven dat hun dat vanzelf komt aanwaaien. Maar het Nieuwe Testament is er volstrekt helder over: groei in spiritualiteit zonder vormen van discipline bestaat niet.

Kopje koffie

Het wordt de hoogste tijd dat de kerk dit serieuzer gaat nemen. Het lijkt er wel eens op dat we met elkaar denken dat we bijvoorbeeld vriendelijker en geduldiger worden (uitingen van groei in spiritualiteit) door regelmatig een preek over deze boeiende thema's aan te horen. Maar dan lijken we op iemand die naar een sportschool gaat en daar, zittend aan een tafeltje en nippend aan een kopje koffie, geïnteresseerd toekijkt hoe anderen werken aan hun fysieke conditie. En als het kopje koffie op is en we weer naar huis gaan, denken we dat ook onze fysieke conditie vooruit is gegaan. Dat is een groot misverstand dat wellicht enigszins komisch aan doet maar toch niet ver verwijderd is van hoe we met elkaar in de praktijk aankijken tegen spirituele groei. Groei in spiritualiteit kan niet zonder gedisciplineerde praktische oefeningen, ascese dus.

En dan wel het liefst vormen van ascese die zich midden in de alledaagse werkelijkheid laten beoefenen. Daarin is enig realisme ook van belang. Verreweg de meeste christenen in onze westerse samenleving leiden een bestaan dat overvol zit. Dat is niet goed. Maar het is wel zo. Het is de uitdaging voor de kerk in het westen om in die context hulp te bieden bij het beoefenen van een duurzame spiritualiteit, een volhardende en vol te houden spiritualiteit die gekenmerkt wordt door praktische spirituele oefeningen die te

combineren zijn met het dagelijkse leven.

Kerk als trainingscentrum

Tegelijk zullen deze oefeningen wel aangeleerd moeten worden. Dat lukt niet door in bijvoorbeeld preken alleen maar te zeggen dat we meer moeten bidden. Preken die de beoefening van spiritualiteit willen stimuleren kunnen eigenlijk niet zonder follow up in een praktische workshop waarin je kunt oefenen. De kerk die de mensen ascese leert zal veel meer een trainingscentrum moeten durven zijn, een soort sportschool waar mensen elkaar mee naartoe nemen om samen praktisch te oefenen op een manier die direct vrucht kan dragen in de dagelijkse praktijk.

Waar denk ik dan aan? Ik zie een kerk voor me die een cursus van vijf avonden aanbiedt over het thema 'Hoe word ik vriendelijker?' Voor 'vriendelijker' kan ook worden ingevuld: vergevingsgezinder, vreugdevoller, vredelievender. Ik zie een kerk voor me waar in de huiskringen gedisciplineerd tijd wordt besteed aan meditatieve omgang met de Schriften (lectio divina). Ik zie een kerk voor me waar in kerkdiensten veel meer ruimte is voor stilte (er wordt veel te veel gepraat in de meeste kerkdiensten). Ik zie een kerk voor me die centrale elementen uit de monastieke traditie (zoals armoede, kuisheid, gehoorzaamheid, dienstbaarheid, zelfverloochening) weet te integreren in de kern van haar identiteit.

Er is nog een lange weg te gaan.