

# Hippe spiritualiteit maakt ons tot ego-goden: in de zoektocht naar ons zelf is geen plek voor anderen

Coen Simon

Filosoof. Van hem verscheen recent 'Waarom we ons-zelf zoeken maar niet vinden. Zelfhulp voor denkers, tobbers en narcisten' (Prometheus)

Toen ik twee jaar geleden met spier- en gewrichtspijnen, rugklachten, kortademigheid en vermoeidheid bij mijn huisarts kwam, was de reactie van achter haar bureau en zonder een vinger aan mijn pols te hebben gehouden: „Goed, dat waren je lichamelijke klachten, maar hoe is het geestelijk met je?” Ik begon te stamelen dat ik me in tijden niet zo gelukkig had gevoeld. Ik sportte veel en met veel plezier, ik had het roken opgegeven, ik had leuk werk, een fijne vrouw en een schat van een dochter. Het leken haar desondanks stress-gerelateerde klachten – en er bestond ook gelukkige stress, was ze me voor. Ze verwees me door naar een haptonoom. „Een fysiotherapeut die ook geestelijk met je aan de gang gaat”, glimlachte ze.

Ik vroeg voor de zekerheid toch maar even om een bloedonderzoek. De uitslag anderhalve week later bleek positief: een levervirus verklaarde de klachten. Opgelucht annuleerde ik alle vervolgspraken met de haptonoom.

Het lijkt misschien een onschuldig voorbeeld van de gewoon geworden psychologisering van de samenleving, maar deze op zichzelf al obscure ontwikkeling wordt versterkt door een nog diffuser en kwaadaardiger tendens: de mode van de nieuwe spiritualiteit. Ook wie er niet aan wil meedoen ontkomt niet of nauwelijks aan deze nieuwe levensbeschouwing, die door het ontbreken van ieder dogma (zowel religieus als wetenschappelijk) lastig is te omschrijven. Maar *grosso modo* komt het neer op: individuele zingeving, waarbij het individu wordt gezien als een geheel dat op een of andere manier ‘geestelijk in balans’ kan worden gehouden.

De organisatie van de jaarlijkse Maand van de Spiritualiteit – vandaag begint de tweede editie – is zich bewust van het narcistische gevaar van deze individualistische zingeving. Want als iedereen het eigen geluk nastreeft, wordt niet noodzakelijk de samenleving gelukkig. Ze koos daarom, in de hoop een discussie op gang te brengen over de zin en mogelijkheden van deze individualistische spiritualiteit, als thema voor de maand ‘Mijn betere ik’.

Voor wie er niet bekend mee is, een greep uit het aanbod van de nieuwe mode: een tiendaagse stilte-retraite in een boeddhistisch klooster, meditatie schilderijen om je onzichtbare innerlijk zichtbaar te maken, contemplatieve dansen, spiritualiteit voor kinderen (ook heilzaam voor ouders!), zingen om je ziel te horen, of ontdek de Geheime Wetten van Newton en zie hoe wetenschap en spiritualiteit verbonden blijken. Als de aanbieders van deze nieuwe spiritualiteit ergens het gevoel van kennen dan is het wel van de gave geest om te zetten in materie, in keiharde munten dus. Dit geldt vrij letterlijk voor het succes van *Eindeeloos bewustzijn* (2007) van Pim van Lommel, een nette cardioloog uit Velp: zijn aanname van de voortlevende geest na de dood zorgde voor een omzet van 100.000 verkochte exemplaren in één jaar tijd.

Hoewel het ‘vrij denken’ van de nieuwe spiritualiteit feitelijk al zo oud is als de zeventiende-eeuwse Verlichting (waarbij niet langer de kerkelijke dogma’s, maar de logica en de wetenschap als leidraad golden voor ons wereldbeeld), begon de opmars van deze nieuwe spiritualiteit in de jaren zestig. Een van de eerste Nederlanders die op deze markt commercieel succes oogste was J.P. Klautz, oprichter en hoofdredacteur van het tijdschrift *Bres*. De oud Elsevier-directeur verkocht al gauw meer dan

20.000 exemplaren per maand van het magazine. Dat was knap, maar de huidige cijfers van bijvoorbeeld het spirituele glossy *Happinez* (met 188.000 exemplaren per maand het grootste Nederlandse glossy) geven al aan dat de nieuwe spiritualiteit in de jaren zestig nog in de kinderschoenen stond.

Inmiddels is de spiritualiteit zo volwassen geworden dat het moeite kost een tijdschrift, cursus of vakantie te vinden *zonder* een stichtende invalshoek. Een wandelvakantie om echt alleen maar te wandelen vind je nog wel, maar het is opletten geblazen dat de route niet leidt tot een onbedoeld geestelijk zelfinzicht. Ook een conventionele wijnproeverij of een parfumworkshop zijn niet langer als smakelijke verstrooiing bedoeld, „de geur en smaak zijn van grote invloed op onze psyche en onze waarneming”, schrijft *Happinez*. En dat lachen gezond is, is niet meer een wijze van spreken, maar serieuze uiting van de veel bedreven lachmeditatie, niet bedoeld om samen plezier aan te beleven, maar om „energie uit je innerlijke bron naar boven” te laten komen.

Het is niets om lacherig over te doen, niet alleen omdat het grote aanbod doet vermoeden dat er ook een grote groep mensen bestaat die hun heil zoekt in deze markt, maar vooral omdat het publieke en semipublieke leven steeds meer doordrongen raakt van nieuwe spirituele uitingen. Denk aan de inmiddels vanzelfsprekende Stille Tochten samengesteld uit zeer uiteenlopende oude en nieuwe rituelen, de vele bosjes bloemen, kaarsjes en knuffels langs de provinciale wegen voor de slachtoffers van hardrijden, of de steeds eigenzinniger wordende rouwplechtigheden – ‘omdat iedere uitvaart uniek is’ (het nieuwe rouwglossy *toBE* speelt hier op in met een tweemaaljaarlijkse uitgave met een oplage van 250.000 exemplaren). En dus ook de doktersjas ontkomt niet aan de nieuwe geestelijke inslag, waardoor de diagnose ‘gelukkige stress’ zomaar voorrang kan krijgen op een banale bloedprik. Deze keuze wordt bovendien aangemoedigd doordat steeds meer zorgverzekeraars de spirituele patiënt tegemoet willen komen en zijn alternatieve geneeswijze (acupunatuur, haptonomie, chiropraxie) vergoeden. Ten slotte zien we ook dat de arbeidscultuur verspiritualiseert. Was het eerst alleen nog een grappig bedrijfsuitje waarbij je met je collega’s op blote voeten door een labyrint van gras liep, steeds vaker worden vergaderingen van ‘inspirerende’ openingen of

*Kaarsjes en knuffels of steeds eigenzinniger rouwplechtigheden omdat iedere uitvaart uniek is*

afsluitingen voorzien. Fatsoenlijke kolfrumtes zijn vaak lastiger te vinden dan reflectieve stilte-rituelen.

Het is bekend dat modes meestal afkomstig zijn van een kortstondige cultus uit de hoge cultuur die in gewijzigde vorm is afgezaakt tot de grote massa, waarna deze langzaam verdwijnt. Maar bij het fenomeen van de spiritualiteit is ook de omgekeerde beweging zichtbaar. Toen de geest eenmaal uit de fles was met de spiritualiteitscultus in de high culture van de jaren zestig is deze gaan zwerven door alle regionen van de samenleving. Hij zakte niet alleen tot de dikke onderlagen van de tv-astrologie en de gebedsgezers. De mode keerde weer terug van lage naar hoge cultuur en kwam terecht in sauna’s, dure beautysalons en cursusinstituten en werd ook daar weer een massaproduct. Zo kan het gebeuren dat nota bene een cardioloog zijn geld verdient met het leven ná de dood.

Vroeger moest iedereen hetzelfde geloven. Nu mag iedereen het allemaal zelf weten. Dat lijkt heel wat, maar individuele spiritualiteit is even betekenisloos als iedereen een eigen taal: niemand verstaat elkaar.

Dat de tijden snel veranderd zijn, blijkt onder meer uit de publieke beoordeling van iemand als Herman Wijffels (oud-Rabotopman, vertrekkelend bewindvoerder van de Wereldbank en formateur van het huidige kabinet). Eind jaren negentig werd er nog meewarig gelachen om zijn spirituele inslag. Maar wie het laatst licht zijn waarschijnlijk de *Cultural Creatives*. Het is de geestelijke groep waartoe Wijffels zich rekent en die hij omschrijft als „een categorie spirituele mensen, die vaak niet kerkelijk gebonden zijn, die bezig zijn met ecologische houdbaarheid. Zij winkelen bij Whole Foods (organische supermarktketens in Amerika) en rijden in schone auto’s”. (*Trouw*, 4 oktober jl.). De groep (in Nederland zouden er al 1,6 miljoen van rondlopen) zal wereldwijd vast nog veel aan populariteit winnen door de voorlopig nog lang niet gekeerde klimaatverandering en de kredietcrisis.

De initiatiefnemers van de Maand van de Spiritualiteit (omroepvereniging KRO, dagblad *Trouw* en uitgeverij Ten Have) staan zelf in de traditie van de oude spiritualiteit, maar haken slim aan bij de nieuwe spirituele tendens. Daar wijst ook Maarten Meester op in het licht kritische boek *Nieuwe spiritualiteit*, dat op de landelijke openingsdag van de Maand wordt gepresenteerd: „Hoewel alle drie afkomstig uit christelijke hoek, hebben [ze] er verstandig aan gedaan te kiezen voor de naam ‘Maand van de Spiritualiteit’ en niet voor de ‘Maand van de Religie’ of ‘Maand van de Godsdienst.’” Meester citeert in dit verband godsdienstpsychologe Joke van Saane: „Spiritueel is iets wat je graag wilt zijn, het is persoonlijk (...). Religie heeft daarentegen in de vorige eeuw langzaam maar zeker meer negatieve betekenissen gekregen. Religieus associeert men met negatief en met beperkingen.” Dat moet dus een van de krachten zijn van de nieuwe spiritualiteit: ze wordt door de aanhangers ervan als persoonlijk ervaren en heeft niet de beperkingen van de oude spiritualiteit.

En zolang het persoonlijk is en geen beperking heeft, is niets te gek. Het tienjaarlijkse



Illustratie Lobke van Aar

sociologisch onderzoek ‘God in Nederland (1996-2006)’ schrijft over deze groep (ongeveer 26 procent van de Nederlandse bevolking): „Ze betonen zich [...] ware spirituele omnivoren. Nieuwe spirituelen worden gekenmerkt door veel belangstelling voor zingevingsvragen, een hoge mate van religieuze individualisering, een sterke gerichtheid op zoekreligiositeit en een grote religieuze openheid.”

Ook mij wordt vaak gevraagd naar de verklaring van de populariteit van deze spirituele kant van het leven. En meestal geeft de vragensteller het antwoord er zelf al bij: de leegloop van de kerk. Hoe voor de hand liggend dat ook lijkt, dit antwoord klopt niet. Het ‘omvallen’ van de kerk verklaart natuurlijk niet de behoefte waarin de kerk eeuwenlang voorzorg. Eerst was er immers de menselijke behoefte aan ‘iets’ wat het direct zichtbare overstijgt – om de spirituele drift maar eens zo te omschrijven – daarna kwam pas de kerk. Hoewel langdurig, de kerk is niets meer dan een historisch toevallig gevolg van de menselijke behoefte aan zingeving.

Een andere vergissing is dat de leegloop van de kerk de weglopers ongelovig zou hebben gemaakt. Uit cijfers van het Centraal Bureau voor de Statistiek blijkt dat op dit moment zes op de tien Nederlanders een geloof aanhangen. Het gaat om oude geloven of levensbeschouwingen en expliciet *niet* om de spirituele shopper – om precies te zijn: 29 procent rooms-katholiek, 20 procent protestant, 5 procent moslim en nog 5 procent andere levensbeschouwingen zoals de joodse en de hindoeïstische. Het grote verschil met vroeger: niemand gaat meer naar de kerk (zo blijkt uit diezelfde CBS-cijfers). Dat is vooral wat de secularisering inhoudt: men gelooft nog wel conventioneel, maar doet dat liever thuis, onderweg naar zijn werk of waar dan ook, zolang het maar in het eigen hoofd gebeurt.

Maar de allergrootste vergissing over de ont-

kerkelijk is te denken dat de geestelijke zorg waarin de kerk lange tijd heeft kunnen voorzien, zou kunnen worden vervangen door een individuele zorg voor het zelf. Het is het impliciete en vaak ook expliciete uitgangspunt van heel veel spirituele (zelfhulp)bewegingen en van de filosofische stroming die zichzelf levenskunst noemt. Levenskunstfilosofen, spirituele coaches en consumenten zien daarmee iets cruciaals over het hoofd. Wat de kerk lange tijd te bieden had, was niet alleen een spiritueel verhaal, maar veel belangrijker: een norm.

Vóór de secularisering is niet zozeer het geloof in God zingend geweest, maar vooral het normale van het kerkelijke leven. Dan bedoel ik niet wat de kerk zelf als normaal bestempelde,

*Men gelooft nog conventioneel maar doet dat liever thuis, onderweg of waar dan ook*

maar het normale van de aanwezigheid van de kerk in alle facetten van een menselijke leven. Het hele leven heeft zich lange tijd afgespeeld tegen het decor van de kerk, ook voor wie heimelijke of openbaar God verachtte. Alle gebruiken en rituelen waren verknoppt met het kerkelijk leven. De grote kracht van de kerk was deze maatschappelijke norm.

Nu denken we individueel troost te kunnen putten uit levenskunst en spiritualiteit, die we als waren het medicijnen innemen, toegesonden op onze eigen unieke persoonlijkheid. Het lijkt zo onzinnig; vroeger moest iedereen hetzelfde geloven en nu mag iedereen zelf weten wat hij gelooft. Wat wil je nog meer? Maar een individuele spiritualiteit is even betekenisloos als ieder een eigen taal: niemand verstaat elkaar. Het geestelijke, of God zo je wilt, is een instrument dat de mens tot zijn beschikking heeft om eenheid te houden in zijn samenleving waarin

juist iedereen anders is. En dit kan zo goed werken, omdat de geest zich principieel aan het zichtbare onttrekt: we zeggen dat we het over hetzelfde hebben maar individueel zijn we vrij er een heel ander beeld bij hebben. De stilte-retraite, een populaire spirituele mode, illustreert heel mooi de innerlijke tegenstrijdigheid van deze nieuwe spiritualiteit. Op de redactionele pagina’s van het populaire spiritualiteitsglossy *Happinez* doet iemand uitzinnig verslag van een vijfdaagse stilte-retraite: „Gandeweg de wandeling lijkt het wel of mijn zintuigen beter gaan werken.” Hij is blij dat zijn wandelgenoten hem niet „lastigvallen met al zijn observaties en interpretaties van zijn realiteit (...) De ruimte die wij elkaar hiermee geven, voelt als een groot geschenk. (...) Op een diep niveau voel ik mij intens verbonden met ieder van hen.” De zeepbel van deze zingeving is evident: zolang we elkaar in stilte met rust laten, voelen we de grootste verbondenheid.

Ik heb weliswaar ook nooit in de goden van de oude spiritualiteit geloofd, maar hun verhalen zijn veel meer zingend dan die van de eigentijdse egogoden. Juist de nadruk op ‘de beperkingen van het individu’, waaraan de nieuwe spiritueel zo’n hekel heeft, relateert ieders individuele lot of noodlot. De inzet van de nieuwe spiritualiteit, jezelf te vinden, heeft een schadelijke bijwerking: ze maakt het ‘uit-balans-zijn-van-het-individu’ tot een ziektebeeld, waardoor zelfs de conventionele geneeskunde verstrikt raakt in holistische netten. „Als we zoeken vinden we altijd wel iets”, zo riep vroeger de dokter een al te onzekere patiënt tot orde. Maar met hetzelfde adagium wordt vandaag de dag de gelukkige patiënt tot een onzekere zoeker gemaakt.

Vandaag begint de landelijke *Maand van de Spiritualiteit* met een manifestatie in het Catherijneconvent in Utrecht. Meer informatie: [www.maandvandespiritualiteit.nl](http://www.maandvandespiritualiteit.nl) of [www.coensimon.nl](http://www.coensimon.nl)