

# Meditatie en subjectieve betekenisgeving

## Meditatie als rituele vorm binnen nieuwe christelijke spiritualiteit

*Peter Versteeg*

### 1. Inleiding

Een kenmerk van rituelen binnen en buiten de hedendaagse kerkelijke context is de toenemende nadruk op subjectieve betekenisgeving en intense persoonlijke ervaringen. Rituelen worden op een schijnbaar ongebonden wijze ingezet om aan een behoefte tot zelfexpressie te voldoen, als voertuigen van unieke individuele ervaringen.<sup>1</sup> Vormen van nieuwe religiositeit zijn in veel opzichten koplopers in deze tendens tot religieuze individualisering. Een voorbeeld is de evangelicale beweging waarin vooral de spontaniteit van religieuze handelingen benadrukt wordt, tot uiting komend in muzikale en lichamelijke expressie, extase en gebed met handoplegging. Evangelicalen ontkennen vaak de rituele dimensie, in de betekenis van niet-spontaan en formeel, van deze praktijken; gelovige expressie valt in deze context samen met de spontane uitingen van de Heilige Geest. In wezen zien we hier een zelfde accentuering van religieuze subjectiviteit, namelijk de onderschikking van het ritueel aan persoonlijke behoeften en motivaties.<sup>2</sup> Ook de zogenoemde alternatieve spiritualiteit wordt gekenmerkt door de nadruk op subjectiviteit, hoewel hierin ritualiteit vaak een veel prominentere plaats heeft.<sup>3</sup> Religieuze ritualiteit buiten de kerken is echter een nog tamelijk onbekend terrein van onderzoek. Interessant in dit verband is met name wat in centra voor christelijke spiritualiteit plaatsvindt, omdat deze centra zich bewegen tussen de christelijke traditie en het alternatieve zingevingscircuit. Meer uitgesproken ‘marktgericht’ in vergelijking met de kerken,

<sup>1</sup> P. POST: De synthese in de huidige liturgiewetenschap. Proeve van positionering van *De weg van de liturgie*, in *Jaarboek voor liturgie-onderzoek* 14 (1998) 141-172, p. 171.

<sup>2</sup> Zie R. SCHOUTEN: Rituals of renewal. The Toronto Blessing as a ritual change of contemporary Christianity, *Journal of Ritual Studies* 17 (2003) 25-34; P. VERSTEEG: Transcultural Christian routes: the ‘non-religious’ experience of God in a Dutch Vineyard church, in H. KRABBENDAM & D. RUBIN (reds.): *Religion in America* (Amsterdam, ter perse).

<sup>3</sup> Evangelicalisme en alternatieve spiritualiteit kunnen beschouwd worden als twee uitersten van nieuwe religiositeit, waarin individuele ervaring de dominante factor is voor betekenisgeving. Zie hierover A. VAN HARSKAMP: *Het nieuw-religieuze verlangen* (Kampen 2000); zie voor een recente studie van alternatieve spiritualiteit in Nederland S. AUIPERS & A. VAN OTTERLOO: *New Age. Een godsdiensthistorische en sociologische benadering* (Kampen 2000).

kennen spirituele centra een spanning tussen enerzijds het werken vanuit christelijke worteling en anderzijds het inspelen op de religieuze behoeften van de individuele 'consument'.

In het hiernavolgende wil ik de aandacht vestigen op de plaats en betekenis van rituelen in christelijke spirituele centra.<sup>4</sup> Het is aannemelijk dat in dit tussengebied sprake zal zijn van bovengenoemde tendens tot rituele subjectiviteit. Een belangrijke vraag is hoe dit zich verhoudt tot het christelijke karakter van visie en methode binnen deze centra. Om deze casus te beschrijven, kies ik meditatie als voorbeeld, omdat deze beschouwd kan worden als een van de centrale werkvormen binnen spirituele centra.

Ik vervolg mijn betoog met een introductie van nieuwe christelijke spiritualiteit en de plaats van ritualiteit daarin. Vervolgens wordt de aandacht gericht op meditatie, waarbij ik gebruik maak van gegevens uit veldwerk binnen een meditatiegroep in het Amsterdamse Ignatiushuis, alsmede data uit interviews met deelnemers aan deze groep. Ik wil afsluiten door te kijken naar meditatie als rituele vorm en de betekenis die deze heeft voor deelnemers.

## 2. Nieuwe christelijke spiritualiteit

De opkomst van nieuwe christelijke spiritualiteit kan beschouwd worden als een opvallende verandering binnen het Nederlandse religieuze landschap van de laatste decennia. Als onderdeel van de zogenoemde 'spirituele revolutie' en als zodanig verwant aan alternatieve spiritualiteit, tekent dit verschijnsel een verschuiving van religie en geloven als overgeleverde en institutioneel begrensde vormen van zingeving, naar een vorm van zingeving die individueel beleefd wordt en gevoed wordt door wat mensen persoonlijk drijft.<sup>5</sup> Mensen zoeken in spiritualiteit een mogelijkheid om zichzelf uit te drukken en zij doen dat in termen van ervaring, namelijk het persoonlijke, het individueel eigene waarmee mensen zichzelf als zinzoekende mens willen legitimeren. Daarmee vormt hedendaagse spiritualiteit, zeker ook in haar christelijke vormen, een antithese van 'traditionele' religiositeit.

Nieuwe christelijke spiritualiteit is wellicht niet nieuw waar deze uitgaat van een herinterpretatie van bestaande spirituele tradities binnen het christendom,

<sup>4</sup> Ik heb participierend onderzoek verricht in een aantal christelijke spirituele centra en christelijke spirituele ondernemingen in Nederland in het kader van het postdoc onderzoeksproject 'Nieuwe christelijke spiritualiteit: veranderende religieuze ervaring van kerkelijken, randkerkelijken en buitenkerkelijken in Nederland'. Dit onderzoek maakt deel uit van het onderzoeksprogramma 'Tussen secularisatie en religionisering', afdeling Sociale en Culturele Antropologie, Vrije Universiteit Amsterdam.

<sup>5</sup> P. HIEBELAS: The spiritual revolution: from 'religion' to 'spirituality', in L. WOODHEAD, P. FLETCHER, H. KAWANAMI & D. SMITH (reds.): *Religions in the modern world. Traditions and transformations* (London/New York 2002) 357-377.

maar ze is wel nieuw waar ze doelbewust vanuit verschillende levensbeschouwelijke tradities een spirituele praxis samenstelt, zonder daarin beperkt te worden door traditionele begrenzingen.<sup>6</sup> Hoewel geenszins een volledig randkerkelijk fenomeen is het interessant, dat deze vorm van christelijke religiositeit vooral buiten de kerken georganiseerd is in veelal onafhankelijke spirituele centra. Opvallend is ook dat de meeste christelijke spirituele centra een katholieke oorsprong hebben en vaak gelieerd zijn (geweest) aan katholieke religieuze orden. Tegenover naar schatting vijftien tot twintig centra met een katholieke achtergrond, is het protestantse aanbod kleiner.<sup>7</sup> Vanuit een kerkelijk perspectief gezien gaat het hier om 'marginaliteit om de parochie', maar dit is zeker niet de wijze waarop de meeste spirituele centra zichzelf zien.<sup>8</sup> Integendeel, centra ontlenen hun bestaansrecht aan een eigen deeltraditie, een eigen aanbod en een eigen levensbeschouwelijke profilering, waarbij men zich weinig spiegelt aan bestaande kerkelijke repertoires. Er is in die zin wel sprake van marginaliteit, hoewel de feitelijke posities van spirituele centra ten opzichte van de kerk verschillend kunnen zijn. Sommige hebben een zekere betrokkenheid op de lokale en landelijke kerk, terwijl andere vrijwel geen relatie tot het kerkelijke circuit onderhouden. Door het relatief ongebonden karakter van christelijke spirituele centra zijn zij te beschouwen als laboratoria van zingeving.

Spirituele centra nemen dus een betrekkelijk onafhankelijke positie in als aanbieders van zingeving. Dit betekent ook dat het spirituele aanbod oecumenisch en veelkleurig is waarbij de grenzen van de traditie worden afgetast en vaak overschreden. Er is sprake van een herinterpretatie van de eigen traditie op een relativerende en inclusivistische manier. In sommige gevallen leidt dit tot de vorming van een interreligieuze spiritualiteit waarbij niet langer het christelijke of katholieke karakter van spiritualiteit wordt benadrukt.<sup>9</sup> Inclusivisme leidt soms tot wat we wel mystiek relativisme kunnen noemen, waarbij spiritualiteit op zichzelf gepresenteerd wordt als de toegang tot een universele religieuze waarheid. Juist in de religieuze ervaring zou het verschil tussen de godsdiensten verdwijnen.<sup>10</sup> In de meeste centra wordt echter de eigen specifieke invalshoek

<sup>6</sup> Een christelijke spirituele trainer maakte bezwaar tegen de aanduiding 'nieuw' omdat zij vond dat dit tekort deed aan het overgeleverde (traditionele) karakter van deze vorm van spiritualiteit. Ik zie dit vooral als een strategie om de authenticiteit van het aanbod te bewaren.

<sup>7</sup> Een protestants voorbeeld is 'De Spil' te Giessenburg, een retraitecentrum met oecumenische en evangelicale invloeden. Een ander voorbeeld is 'Leeftocht voor onderweg', een spiritueel activiteitenennetwerk rond enkele doopsgezinde broederschapshuizen.

<sup>8</sup> P. POST, J. PEPPER & R. NAUTA: Om de parochie: het interculturerende perspectief van rituele marginaliteit. Verkenning van een onderzoeksperspectief, in *Jaarboek voor liturgie-onderzoek* 14 (1998) 113-140, p. 125-126.

<sup>9</sup> Bijv. het Han Fortmancentrum in Nijmegen.

<sup>10</sup> Zie over deze relativistische houding als kenmerk van *New Age* P. HELLAS: *The New Age movement. The celebration of the self and the sacralization of modernity* (Oxford 1996) 27-28;

van spiritualiteit benadrukt en als uitgangspunt en maatstaf gebruikt om het aanbod mee samen te stellen, hoewel dit ook een legitimerende functie heeft om de keuze voor verschillende levensbeschouwelijke invloeden te verantwoorden. De profilering van een spiritueel centrum als 'christelijk', 'franciscaans', of 'georiënteerd op de katholieke traditie' is tevens een manier waarop centra zich onderscheiden ten opzichte van meer uitgesproken alternatieve centra. Een aantal christelijke spirituele centra staat op de activiteitenagenda van het alternatief-spirituele maandblad *Koördanser*, waaruit blijkt dat deze organisaties er terdege rekening mee houden dat zij aantrekkelijk kunnen zijn voor een brede, in spiritualiteit geïnteresseerde doelgroep.

Spirituele centra bieden een ruim aanbod van cursussen en activiteiten op het gebied van spiritualiteit. Deelnemers betalen voor cursussen, hoewel een aantal centra ook gratis activiteiten aanbiedt. Daarnaast kent een aantal centra momenten van viering, waarvoor echter soms ook betaald moet worden. De band tussen deelnemer en centrum is dus betrekkelijk los en vrijblijvend, hoewel er meestal wel sprake is van een vaste groep bezoekers. In sommige gevallen, bijvoorbeeld wanneer een centrum ook de mogelijkheid biedt tot het bijwonen van vieringen en getijdendiensten, kan er een kleine gemeenschap van meelevende bezoekers ontstaan.<sup>11</sup> Tevens kan er sterke verwantschap bestaan tussen centra en religieuze gemeenschappen, zoals bij het zelfstandige spirituele centrum Abdijhuis te Heeswijk-Dinther en de nabijgelegen Abdij van Berne.

Het aanbod van spirituele centra richt zich hoofdzakelijk op een aantal globale thema's, zoals persoonlijke ontwikkeling, meditatie en lichamelijke beweging. Daarnaast hebben sommige centra eigen specialismen ontwikkeld.<sup>12</sup> Een zekere trendgevoeligheid is zeker niet vreemd binnen deze zingevingssector en men probeert oog te hebben voor 'wat in de lucht hangt', zoals een stafmedewerker van een centrum het uitdrukte. Oftewel, men wil zicht hebben op datgene wat op spiritueel gebied goed in de markt ligt. Cursussen met een meer specifiek christelijke thematiek zijn niet altijd het meest prominent binnen het aanbod van spirituele centra. Vaak hebben laatstgenoemde cursussen betrekking op mystiek of kunst en richten zij zich veel minder op het geloofsgesprek of geloofsoverdracht. Omdat men zich meer of minder expliciet richt op spiritueel geïnteresseerden met verschillende levensbeschouwelijke achtergronden, wordt de specifiek christelijke invalshoek vaak vermeden. Mystiek en kunst worden

zie in dit verband ook een interessant artikel over katholieke Zenbeoefenaars: C. ANBEK: De wereld van Zen, in J. DE RAAT, G. ACKERMANS & P. NISSIN (reds.): *De verleiding van het vreemde: katholieke eigenzinnigheid in de twintigste eeuw* (Hilversum 2002) 176-199.

<sup>11</sup> Een voorbeeld is De Tichel in de Amsterdamse Jordaan dat in de hoedanigheid van kapucijner klooster ook op bescheiden schaal cursussen aanbiedt op het gebied van spiritualiteit. Daarnaast is De Tichel ook een parochiekerk.

<sup>12</sup> Zo legt het Abdijhuis te Heeswijk-Dinther een accent op het gebied van relatie- en verwerkingsgroepen.

daarentegen als minder problematisch gezien omdat beide thema's in bredere zin in de belangstelling staan onder het potentiële publiek van spirituele centra.

Globaal kunnen binnen het veld van christelijke spirituele centra verschillende levensbeschouwelijke repertoires onderscheiden worden die in cursussen naar voren kunnen komen of als inspiratie dienen: kerkelijk-liturgisch, niet-christelijk religieus, therapeutisch en literair-kunstzinnig.<sup>13</sup> Inhoudelijk is nieuwe christelijke spiritualiteit nog het best te karakteriseren als 'spiritualiteit van beneden', een vorm van spiritualiteit waarin het innerlijke leven van het individu met al zijn trauma's en verlangens het ontmoetingspunt is voor het heilige.<sup>14</sup> Zin wordt hierin niet aangereikt vanuit een bovengestelde autoriteit of transcendente ander maar wordt ontdekt van binnen, in het gevoelsleven en via de zintuigen, waarbij het individu zijn of haar eigen morele centrum en autoriteit is. Het 'diepste zelf' van het individu is in betekenisgevende zin grenzeloos en fungeert als uitgangspunt en criterium om verschillende vormen van betekenisgeving met elkaar te verbinden die ten dienste staan van zelfontdekking, zelfverwerking en godsontmoeting.

Spirituele centra kennen in hun aanbod ruime aandacht voor rituele vormen. Dit komt het sterkst naar voren in de verschillende werkvormen die in de cursussen worden angewend, zoals meditatie en lichamelijke beweging. Binnen cursussen worden deze werkvormen vaak met elkaar gecombineerd.<sup>15</sup> In rituele zin kenmerken deze werkvormen zich door een sterk op beleving gericht en lichamenlijk karakter. Daarmee zijn zij ook vaak doelmatig, namelijk gericht op het verkrijgen van een bepaalde ervaring. Het lichaamsgerichte karakter van deze werkvormen stimuleert bovendien een onmiddellijke betekenis van de handelingen.<sup>16</sup> Om deze vormen nader te kunnen bekijken, richten we nu onze

<sup>13</sup> In veel mindere mate zijn soms vormen van esoterisch christendom te onderscheiden, m.n. bij deelnemers. Esoterisch christendom heeft o.a. aandacht voor reïncarnatie, engelen en contact met overledenen. Sommige centra erkennen wel de allegorische waarde van deze stroming, maar zijn huiverig voor een te letterlijke interpretatie daarvan.

<sup>14</sup> Zie o.a. A. GRÜN & M. DUFNER: *Spiritualiteit van beneden* (Kampen 1998). Het werk van Grün geniet een toenemende populariteit in een brede kring van spiritueel geïnteresseerden, recent bijv. in kringen van de psychosynthese. Een opvallend aspect van Grüns werk is de sterke psychologisering van het geloof, waarmee het duidelijk aansluit bij een heersend 'therapeutisch ethos' in grote delen van de samenleving.

<sup>15</sup> Bijv. in de workshop Het Zonnelied, waarin stilte- en klankmeditatie, dans en creativiteit in combinatie gebruikt worden. Zie voor een beschrijving hiervan M. DE LANGE & H. SEVENHIOVEN: 'Geen mens is waardig u te noemen'. Een workshop rond schepping, adem, klank en muziek, in *Herademing* 34 (2001) 19-27. Deze cursus vormt een vast onderdeel van het programma van het Amsterdamse centrum La Verna.

<sup>16</sup> De antropoloog Jackson geeft kritiek op semiotische benaderingen die lichamenlijk ervaring en expressie ondergeschikt maken aan een bovenpersoonlijk symbolisch systeem. Zie M. JACKSON: *Paths toward a clearing. Radical empiricism and ethnographic inquiry* (Bloomington 1989) 122.

aandacht op een meditatiegroep binnen het Ignatiushuis, een christelijk spiritueel centrum in de binnenstad van Amsterdam.

### 3. Het Ignatiushuis

Het Ignatiushuis werd in 1985 opgericht door de Nederlandse jezuïeten als een trainingscentrum voor pastoraat, diaconaat en catechese, gericht op parochianen uit de Amsterdamse regio. Deze doelstelling bleek echter niet haalbaar, omdat de doelgroep weinig bereidheid toonde om deze trainingen buiten de eigen parochie te gaan volgen. Wel bleken andere, levensbeschouwelijk meer diverse bezoekersgroepen geïnteresseerd te zijn in het aanbod en zodoende ontstond een nieuwe profilering van het centrum in relatie tot nieuwe doelgroepen. In de loop der tijd werden met name senioren, vrouwen en jongeren als doelgroepen gedefinieerd en er ontwikkelde zich een aanbod dat op deze groepen was toegesneden. Sinds 1993 verzorgde het Ignatiushuis meer dan 900 cursussen, lezingen en trainingen, waaraan ongeveer 4400 bezoekers deelnamen.<sup>17</sup> Naast het aanbieden van cursussen functioneerde het Ignatiushuis ook lange tijd als een religieuze gemeenschap waarin wekelijkse meditatieve vieringen en met een zekere regelmaat eucharistievieringen hun plaats hadden. Cursussen voor geloofsopvoeding voor jonge ouders werden gegeven, kinderen werden gedoopt en ontvingen catechese. De bijbel, voor met name oudere katholieken een gesloten boek, nam een centrale plaats in binnen het programma en mensen werden gestimuleerd om zelf de bijbel te gaan bestuderen. Het Ignatiushuis vervulde een duidelijke pastorale en vormende rol voor bezoekers en sommigen beschouwden het zelfs als een alternatief voor de kerk. Deze situatie veranderde echter in 2000 toen het centrum verhuisde van de locatie Hobbemakade naar de Beulingstraat in het centrum van Amsterdam. Een aantal activiteiten werd afgebouwd, waaronder de vieringen en de cursussen geloofsopvoeding en volgens enkele (voormalige) stafmedewerkers was dit de belangrijkste reden waarom een groot deel van de jongere bezoekers wegbleef. Met deze verandering in aanbod had het Ignatiushuis definitief de stap gemaakt naar de ontwikkeling van een spiritueel centrum gericht op geïnteresseerde ‘consumenten’.<sup>18</sup>

Uitgangspunt voor het Ignatiushuis is de oecumenisch-christelijke traditie, in het bijzonder de katholieke en jezuïtische traditie. Het programma kent enkele centrale thema’s: gebed en meditatie, mystiek en spiritualiteit, psychologie en bijbel. Cursussen rond de bijbel, vaak met een ‘bevrijdend’ en emancipatorisch karakter, zijn typerend voor het Ignatiushuis en worden op die manier niet

<sup>17</sup> Van de jaren 1985 tot 1993 waren geen cijfers beschikbaar.

<sup>18</sup> Overigens een opvallend verschil met het franciscaanse centrum La Verna, dat dit jaar (2003) zijn eerste lustrum vierde. La Verna heeft zich van meet af aan expliciet gericht op individuele religieuze zoekers, vooral buiten de kring van katholieken.

gevonden in andere christelijke spirituele centra waar men heeft ondervonden dat bijbelcursussen op te weinig belangstelling kunnen rekenen. Het Ignatius-huis weet hier kennelijk wel een doelgroep voor te interesseren. Ook andere vormen van geloofsgesprek krijgen aandacht in het Ignatiushuis, zoals in de jongerengespreeksgroep 'Ik geloof, geloof ik'.

#### 4. De meditatiegroep

De meditatiegroep in het Ignatiushuis bestaat vanaf de oprichting van het centrum. Oorspronkelijk werd de groep geleid door jezuïeten, maar sinds 1997, dus nog betrekkelijk recent, is er een begin gemaakt om deelnemers te trainen in het leiden van meditatiebijeenkomsten. Nu worden de sessies begeleid door een roulerende groep van ongeveer 6 begeleiders, waaronder twee jezuïeten.

De groep komt wekelijks samen op dinsdagochtend in de kapel van het Ignatiushuis. Er is een redelijk constante groep van ongeveer vijftien deelnemers die wekelijks of tweewekelijks de bijeenkomst bezoekt. In een bepaalde periode piekte het aantal bezoekers naar gemiddeld twintig. De groep is open en kent geen lidmaatschap; mensen zijn vrij om op hun eigen voorwaarden deel te nemen. Tevens is het een gratis bijeenkomst; alleen voor de koffie en thee na afloop wordt een kleine bijdrage gevraagd. Een tiental mensen is al meer dan tien jaar deelnemer en sommigen zijn zelfs al vanaf het begin bij deze groep betrokken. Mannen zijn met een gemiddeld aantal van vijf in de minderheid. De meeste deelnemers zijn ouder dan zestig en zijn gemiddeld hoger opgeleid. Deelnemers zijn over het algemeen (kerkelijk meelevende) katholieken of ex-katholieken.<sup>19</sup>

In de loop der jaren verbreedde het oorspronkelijke 'ignatiaanse' karakter van de groep zich, hoewel de 'ignatiaanse' methode in zekere zin nog steeds terug te vinden is als leidraad voor de bijeenkomsten. Dit is vooral zichtbaar in het object van meditatie en het meditatie doel. Zo hanteren meditatieleiders in deze groep een benadering waarin het mediteren op een tekst centraal staat. De confrontatie met een tekst heeft als doel persoonlijke reflectie en een ontmoeting met de werkelijkheid van God, wat uiteindelijk kan leiden tot het maken van een keuze. Oorspronkelijk was de tekst een Schriftgedeelte, maar binnen de groep worden veel vaker andersoortige teksten gebruikt, zoals van Dag Håmmerskjöld, Hein Stufkens en Huub Oosterhuis. In een enkel geval wordt geen tekst gebruikt, maar dient een voorwerp als object van meditatie.<sup>20</sup> De gebruikte teksten laten al zien dat meditatieleiders gebruik maken van verschillende levensbeschouwelijke bronnen die hun invloed doen gelden op vorm en in-

<sup>19</sup> Deze demografische gegevens komen redelijk overeen met de gemiddelde bezoeker van christelijke spirituele centra, hoewel de leeftijd in deze groep iets hoger lijkt te zijn.

<sup>20</sup> Tijdens een van de bijeenkomsten kregen deelnemers een kastanje uitgereikt die zij moesten gebruiken als meditatieobject.

houd van de meditatie. In de praktijk kunnen meditatiebijeenkomsten dus nogal van elkaar verschillen. Zo leggen sommige meditatieleiders meer nadruk op stilte terwijl anderen meer directief aanwijzingen geven en aansturen op een transformerende ervaring. Een enkele keer heeft de meditatie het karakter van een contemplatieve preek naar aanleiding van een bijbelgedeelte. Hoewel er in de meditaties geen eenduidige boodschap wordt overgedragen, zijn er verschillende thema's die steeds terugkeren, zoals vrede, heilheid, verlangen en verandering. De inhoud van de meditaties is duidelijk religieus in de zin dat er een verbinding wordt gelegd tussen de individuele deelnemers en de 'andere' werkelijkheid.

## 5. De structuur van de meditatiebijeenkomst

De meditatiebijeenkomst kent een vaste structuur. De groep begint om 10.00 uur, maar voor die tijd kunnen deelnemers al de kapel betreden. Vanaf ongeveer tien minuten voor het begin wordt er muziek gedraaid als voorbereiding op de meditatie. Deze muziek wordt uitgekozen door de meditatieleiders en kan variëren van Russisch Orthodoxe kerkmuziek tot en met New Age-achtige synthesizerklanken. Sommige meditatieleiders prefereren stilte als voorbereiding. Binnenkomende deelnemers nemen plaats op een stoel of op een van de meditatiekrukjes en sluiten hun ogen. De stoelen en krukjes staan opgesteld in een cirkel. In het midden van de kapel ligt een open bijbel, vergezeld van een vaas met bloemen en een brandende kaars. Soms worden andere voorwerpen toegevoegd, zoals herfstbladeren of waxinelichtjes. De kapel is een lichtgekleurde ruimte met bogen aan de linker- en rechterkant en een koepel van glas-in-lood ramen met bijbelse symbolen. Tegenover de ingang hangt een opvallend houten kunstwerk in gele en oranje kleuren. Vanwege de ovale vorm wordt het vaak 'het ei' genoemd, maar de eigenlijke naam is *Hawkmoon*. Geïnspireerd door Noord-Amerikaanse, Indiaanse symboliek, representeert het kunstwerk 'kosmisch bewustzijn'. Feitelijk neemt dit voorwerp de plaats in van een devotieobject, zoals dit in de meeste kapellen te vinden is. Het lijkt in deze omgeving echter geen enkele devotionele functie te vervullen en bezoekers staan tamelijk onverschillig tegenover de mogelijke betekenis van het symbool. In tegenstelling tot het crucifix lijkt het geen 'sterk' symbool te zijn, hoewel het juist in zijn relatieve betekenisloosheid wel belangrijk kan zijn voor de mogelijkheid tot betekenisgeving binnen deze ruimte.<sup>21</sup>

De meditatie wordt begonnen met een verwelcoming en het doen van lichaams oefeningen. Deze oefeningen hebben als doel om het lichaam losser te maken. Sommige meditatieleiders zien dit vooral als een manier om 'het li-

<sup>21</sup> Het kunstwerk op zich stuitte op weinig bezwaren van bezoekers, maar wel maakten sommigen bezwaar dat in de kapel – een plek van gebed en inkeer – geen devotionele symbolen zoals crucifix of kruis aanwezig waren.



chaam erbij te betrekken', andere meditatieleiders gebruiken de oefeningen meer holistisch en wijzen op de intrinsieke spirituele betekenis die bepaalde lichaamsbewegingen volgens hen hebben. Omhoog heffen van de handen kan dus voor de één een fysieke oefening zijn en voor de ander 'het begroeten van de hemel'. Hoewel hier sprake is van aan yoga verwante vormen van lichaamswerk, worden de oefeningen zelden op deze manier geduid.<sup>22</sup>

Na ongeveer vijf minuten worden de lichaamsoefeningen afgesloten. Wanneer de deelnemers met gesloten ogen zitten, noemt de meditatieleider het thema en wordt de tekst voorgelezen. Dan volgt een ontspanningsoefening waarbij de aandacht op de ademhaling gericht wordt. Het is de bedoeling dat de ademhaling regelmatig wordt en als het ware door het hele lichaam 'gestuurd' wordt, waarbij afzonderlijke lichaamsdelen ontspannen worden. Evenals de lichaamsoefening kan ook de ontspanningsoefening een meer religieuze betekenis krijgen, door bijvoorbeeld aandachtige ademhaling voor te stellen als eenwording met alles. Geleidelijk vloeit de ontspanningsoefening over in de meditatie. Tijdens de meditatie spreekt de meditatieleider op een rustige toon waarbij hij of zij aspecten uit de tekst benadrukt. Deze aspecten worden in een vragende vorm gesteld. Regelmatig wordt hierbij gebruik gemaakt van het visualiseren van voorstellingen of situaties uit het dagelijks leven. Deze fase duurt ongeveer vijf minuten waarna er een kwartier tot twintig minuten stilte volgt. Aan het einde van de meditatie herhaalt de leider enkele kernpunten, om als laatste de tekst nog een keer geheel voor te lezen. De meditatie wordt afgesloten met het voorlezen van een gebed of een gedicht.

Vervolgens krijgen de deelnemers de gelegenheid om met anderen te delen wat deze meditatie persoonlijk heeft opgeroepen. Hiervan wordt echter meestal weinig gebruik gemaakt. Na het moment van delen wordt de bijeenkomst afgesloten en gaan de deelnemers koffie of thee drinken in de tegenoverliggende ruimte.

## 6. Casus

Om een indruk te geven van wat er gebeurt tijdens een meditatie en welke betekenissen deze vorm van meditatie kunnen genereren, geef ik hieronder een beschrijving van een bijeenkomst.<sup>23</sup>

<sup>22</sup> Expliciete duiding gebeurt wel in de cursussen lichaamswerk waarin door oefeningen geest, ziel, lichaam en kosmos holistisch met elkaar verbonden worden. Het Ignatius-huis kent op dit moment veel aandacht voor *dru yoga*, een vorm van yoga die bekend is geworden door de Britse guru Mansukh Patel. Yoga en lichaamswerk behoren overigens tot de *core business* van het alternatieve circuit. Zie AUPERS & OTTERLOO: *New Age* 81-83.

<sup>23</sup> De bijeenkomst vond plaats op 18 december 2001.

Omdat de groep vandaag nogal groot is, stelt de meditatieleider voor geen lichaams oefeningen te doen in de ruimte, maar in plaats daarvan de oefeningen op onze zitplaats te doen. We beginnen met ontspanning. De leider vraagt ons om onze zorgen weg te laten stromen – uit te ademen – naar de aarde. “Er stroomt een riviertje van je kruin naar je stuitje ... alle spanning stroomt weg naar beneden.” Ze vraagt ons de aandacht te richten op onze ademhaling en vooral te letten op het moment na de uitademing. “Dit is het moment van ‘stilte’, ‘niets’”, becoming commentariert ze. “Iemand heeft dit eens het moment van eenheid genoemd.”

Vervolgens gaan we strekken in combinatie met het in- en uitademen. We doen een balansoefening waarbij we onze armen beurtelings omhoog heffen en laten zakken – linkerarm omhoog, rechterarm beneden en op de uitademing wisselen. Na dit enige tijd gedaan te hebben vervolgt de meditatieleider: “Wees je ervan bewust dat je nu in contact staat met de hemel en de aarde.”

Het thema is deze ochtend ‘het kennen van je verlangen’ en de leider benadrukt hoe belangrijk het is om zicht te krijgen op datgene wat wij ten diepste verlangen. Ze leest een onbekende tekst voor getiteld ‘God van mijn verlangen’. Omdat het bijna kerst is wordt de aandacht op de komende feestdagen gericht. “De afgelopen maanden waren een tijd van disharmonie en negativiteit, maar temidden daarvan ben ik toch bezig geweest met me voorbereiden op kerst.” Ze benadrukt de tijd voor kerst als een tijd van verlangen en verwachting. Langzaam schakelt zij over op een meer meditatieve toon en ze stelt een vraag: “Wat is ons verlangen?” Met tussenpozen van vijftien tot dertig seconden gaat zij hierop door: “Wat is ons ideaal? ... Willen we Christus ontmoeten? ... De wijzen zagen een ster waardoor zij zich lieten leiden ... Hebben wij tekens waardoor we ons laten leiden? ... Heb jij een verlangen naar de ontmoeting met Christus? ... Misschien heb je naar kerst toegeleefd, misschien ook niet ... Dat kan, dat mag, dat is zo ... Richt je op de vraag hoe jij je wilt voorbereiden op kerst ... Wat is je verlangen? ...” Na een korte stilte leest zij de tekst nog een keer voor. Dan volgt een langere periode van stilte, waarna zij de meditatie afsluit. “Sluit de meditatie voor jezelf af en kom rustig op je eigen wijze weer terug in de kring.”

De meditatieleider nodigt de groep uit om te delen: “Heeft iemand iets wat hij of zij met de groep wil delen?” Het is even stil terwijl de groep afwacht. De vrouw naast de meditatieleider zegt dat ze het een ‘fijne meditatie’ vond. Een andere vrouw sluit aan: “Ik heb een mooie kerstwens gedaan. De hele meditatie speelde de kerstwens van de Boeddhistische Omroepstichting door mijn hoofd: ‘Laat er vrede zijn voor alle levende zielen die op aarde bewegen.’ Door mijn wens draag ik ook een heel klein beetje bij aan iets groots.” Wanneer er verder geen reacties komen richt de meditatieleider de aandacht op de grote kaars die naast de waxinelichtjes in het midden is opgesteld. Het is een exemplaar van de *World Peace Flame* van Mansukh Patel. Ze vertelt iets over de *World Peace Flame* en vervolgens deelt ze aan iedereen kleine kaarsjes uit die ze aansteekt aan de grote kaars. “Als je dit kaarsje opsteekt, richt dan je aandacht op de vrede. Je kunt dit kaarsje ook weer doorgeven door er een ander kaarsje mee

aan te steken. Zo geven we elkaar de vrede door.” Wanneer iedereen een brandend kaarsje heeft, stelt de meditatieleider spontaan voor om ‘een Onze Vader’ te bidden. Zonder aarzeling stemt de groep hiermee in en als vanzelf komen de woorden. Als laatste meldt de meditatieleider nog de oproep van een predikant om op kerstavond met elkaar voor de vrede te bidden.

## 7. Korte interpretatie

Na 11 september 2001 speelde het thema vrede een belangrijke rol in de meditatiegroep.<sup>24</sup> De opmerkingen van de meditatieleider over een “tijd van disharmonie en negativiteit” moeten dan ook op deze manier begrepen worden. Tegelijkertijd speelt zij daarmee ook in op gevoelens van disharmonie en negativiteit die bij leden van deze groep leven. Daarmee richt zij de aandacht op advent als een tijd van hoop en verwachting. De focus in de meditatie verschuift daarmee naar het persoonlijke leven, waarin de meditatieleider mensen wil uitdagen om hun verlangen onder woorden te brengen. Verlangen kan beschouwd worden als een kernwoord binnen hedendaagse spiritualiteit, niet in de laatste plaats in het christelijke segment daarvan. Verlangen duidt op het ontdekken van wie een mens werkelijk is; wat een mens ten diepste verlangt, is een afspiegeling van zijn of haar ware aard. Hierin speelt ook de gedachte dat mensen op allerlei manieren geblokkeerd worden en geen contact kunnen maken met hun verlangen. Het onderscheid ego en zelf komt in dit verband naar voren, waarbij ego staat voor een geconditioneerde representatie in de buitenwereld, terwijl het zelf de ware en bedoelde kern van het zelf is welke echter onder de beheersing van ego leeft. Door met het verlangen in contact te komen, worden de banden van ego afgeschud en komt het zelf tot bloei. Vanuit dit perspectief gezien, is meditatie een verlossingsmethode met als doel het bevrijden van menselijk potentieel.<sup>25</sup> We zouden ook kunnen spreken van een methode tot ‘menswording’ en zo moet de ‘ontmoeting met Christus’ dan ook gelezen worden: de mens zoals zij bedoeld is komt aan het licht. Door Christus kan wat ons ten diepste beweegt openbaar worden.

Het is duidelijk dat de meditatieleider weet dat de deelnemers op verschillende manieren met de aankomende kerst bezig zijn. De mogelijkheid dat deelnemers niet of nauwelijks met kerst bezig zijn, wordt ook benoemd; mensen kunnen ook op een andere manier met hun verlangen contact maken. In het door-

<sup>24</sup> Los van de meditatiegroep werden in het Ignatius huis ook vredesmeditatiebijeenkomsten georganiseerd n.a.v. de aanslagen op 11 september 2001.

<sup>25</sup> Een zelfde soort onderscheid tussen ‘waar zelf’ en ‘onwaar zelf’ komt naar voren in cursussen Enneagram, een typologische methode waarin mensen hun persoonstype kunnen ontdekken. Cursisten leren hoe hun type bekneld wordt door een niet-eigen type en hoe het eigen type maximaal ontwikkeld kan worden. Het Enneagram is in een aantal christelijke spirituele centra een vast onderdeel van het programma.

zelf' te kunnen kijken. Ook voor deze groep deelnemers geldt dat het betekenisgevende individu centraal staat en dat betekenis wordt ontdekt in het zelf, in relatie tot de ruimte van stilte en aandacht.

De doelmatigheid van meditatie is dus problematisch. Mediteren in deze groep heeft een doel, maar dit doel is verschillend voor de deelnemers. Enerzijds is mediteren een methode om tot een bepaalde ervaring te komen, anderzijds kan mediteren als doel op zich genomen worden. In het eerste geval gaat het om de ervaring van godsontmoeting of zelfreflectie en in relatie daarmee een bezinning op het eigen handelen. In het tweede geval vallen reflectie en transcendentie samen met het mediteren op zich.

Ook op een andere manier speelt doelmatigheid een rol. Meditatieleiders verwachten min of meer dat een intense ervaring plaatsvindt en dat mensen daarover kunnen vertellen. Zij zien de matige publieke reflexiviteit van deze groep dan ook als een probleem. Een van de meditatieleiders moedigde dan ook de groep aan om meer met elkaar te delen "want het bestaat niet dat u hier al jaren zit en dat u nooit iets aan de meditatie beleeft."<sup>29</sup> Maar deze opmerking gaat voorbij aan het feit dat de vorm van deze meditatie niet automatisch een ervaring oplevert die ook publiekelijk gedeeld kan worden. Dat zou ook niet mogelijk zijn gezien de verschillende achtergronden van de deelnemers. Men deelt weinig met elkaar omdat men letterlijk weinig met elkaar deelt, iets wat tegelijkertijd het open karakter van deze groep bepaalt. Het lijkt dan ook alsof de meditatieleiders een beeld van deze groep hebben als een religieuze gemeenschap waarin collectieve betekenissen kunnen worden overgedragen. Dit 'kerkelijke' model verdraagt zich echter niet met de realiteit van een open en inclusieve meditatiegroep die qua vorm uitnodigt tot een meer ongedwongen en subjectieve betekenisgeving. Deelnemers die weinig boodschap hebben aan een religieus vertoog zullen bovendien hun beleving niet zomaar in deze termen kunnen verwoorden. Daarnaast is het de vraag in hoeverre meditatie daadwerkelijk ervaringen oproept die verwoord kunnen worden.<sup>30</sup> De deelnemers die meditatie als doel op zich zien, lijken vooral dit te bedoelen.<sup>31</sup>

<sup>29</sup> Dit was een van de pogingen die werd gedaan om meer respons los te krijgen van de deelnemers. In het seizoen 2002-2003 leidde dit uiteindelijk tot een belangrijke verandering in het bestaan van deze meditatiegroep. De bijeenkomsten worden nu georganiseerd onder de noemer 'contemplatieve dialoog', waarbij naast meditatie het met elkaar spreken over ervaringen meer centraal staat. Een niet onbelangrijk detail is dat voor deelname in deze groep een bescheiden bijdrage wordt gevraagd.

<sup>30</sup> Dit is uiteraard niet voorbehouden aan deze vorm van meditatie. De betekenis van rituele vormen in relatie tot beleving is een fundamenteel vraagstuk in Ritual Studies.

<sup>31</sup> Er is natuurlijk ook een duidelijk verschil tussen de meditatieleider als specialist die een zekere verbaliteit moet hebben en zich goed moet voorbereiden om een groep te kunnen begeleiden en de deelnemers van wie dit niet verwacht wordt of kan worden. Overigens wordt reflexiviteit in veel spirituele cursusettings verwacht en hoog gewaardeerd.

Echter ook de vorm van meditatie kan vervloeien tot deze gereduceerd is tot een essentie van 'onverdeelde aandacht'. Zo zijn sommige deelnemers fervente wandelaars en ontdekten zij in meditatie een zelfde ervaring die hen in wandelen overkwam. Op deze manier kan de handeling van meditatie, als een stil zitten in aandacht al dan niet in reflectie op een tekst, relatief worden en komt de meditatieve attitude en daarmee de ervaring van aandacht centraal te staan. Feitelijk kunnen alle handelingen die met aandacht gedaan worden als meditatief beleefd worden. Tijdens meditatiebijeenkomsten en in gesprekken met deelnemers wordt dit vervloeiende aspect van meditatie ook zo benoemd. Interessant is dat daarmee mediteren doorwerkt in het dagelijks leven; het wordt een houding waarmee het leven geordend en op een meer aandachtige manier geleefd kan worden. Bovendien versterkt deze attitude het individuele karakter van meditatie. Tegelijkertijd biedt ze daarmee nog steeds een mogelijkheid tot (religieuze) betekenisgeving.

## 9. Ter afsluiting

Uit deze casus blijkt dat meditatie een rituele vorm is die gericht is op intense, aandachtige ervaring. Meditatie vormt een open ruimte waarin mensen in de gelegenheid zijn om zelf betekenissen toe te kennen aan ervaringen. De motivatie waarmee mensen deelnemen is daarmee wel bepalend voor de aard van betekenissen. Dat de meditatie in deze groep een sterk religieuze inhoud heeft, betekent nog niet dat het mediteren vanzelfsprekend een religieuze betekenis heeft voor deelnemers. Daarnaast is duidelijk dat betekenissen zelf grotendeels onuitgesproken blijven en moeilijk te verwoorden zijn. Het non-verbale karakter van ervaring verdraagt zich moeilijk met de impliciete verwachting van meditatieleiders dat de inhoud van een meditatie leidt tot een persoonlijke verandering die bovendien publiekelijk gedeeld moet kunnen worden. Interessant is dat juist het open en toegankelijke karakter van deze groep deze spanning veroorzaakt. Daarmee onderstreept deze groep de vrijheid van hedendaagse individuen om vanuit hun persoonlijke ervaring betekenis te geven.

### Summary

Present-day ritual forms inside as well as outside church contexts are characterized by an increasing emphasis on the production of subjective meaning and intense personal experiences. This is in particular the case in forms of new religiosity. These forms of rituality outside the churches are still relatively unknown territory for Ritual Studies, especially as far as Christian spirituality outside the churches is concerned, for example Christian spiritual centres.

Christian spiritual centres operate as independent providers of spirituality, focusing on a market of individual religious seekers. Most Christian spiritual centres have a Roman-Catholic background and are often affiliated with a religious order or congregation. The respective religious traditions of spiritual centres have been reinterpreted in a relativistic

and inclusive way, which leads to an ecumenical attitude in which there is room for the exploration of various worldviews and religious practices. Spiritual centres offer programs that are devoted to the development of individual spirituality and may include courses and meetings, surrounding themes such as mysticism, art and religion, dance and movement. Ritual forms, such as meditation, are often central in the activities of spiritual centres. Ritual forms are seen as goal-oriented techniques aimed at personal transformation and experience.

The case in this paper is a meditation group at the Ignatiushuis in Amsterdam, a spiritual centre founded by Jesuits. This weekly meditation meeting comprises fifteen regular members, most of them women between 55 and 70. Six of them take turns in leading the meditations. Most participants are (ex-)Roman-Catholics. Originating in 'Ignatian meditation', a reflexive method of meditation is used in which a text is the central object of meditation. Besides text meditation, a period of fifteen to twenty minutes of silence is part of the meeting.

Although meditation meetings have certain themes linked to a certain text, a collective construction of meaning is virtually absent in the meetings. Participants rather shape their own meanings using the words and symbols from the meditation. Others, in particular those who feel uncomfortable with religious symbols, find the silent period most important. Thus, in this case meditation forms a hermeneutic space where participants can relate symbols and silence to personal reflection and experience. In this respect, it is the form of meditation rather than its verbal content that is important. This means that meditation as a ritual form enables people to construct personal meaning, regardless of a collectively shared symbolic framework.

Peter Versteeg is als postdoc verbonden aan de Afdeling Sociale en Culturele Antropologie van de VU, en werkt aan een onderzoek naar rituele veranderingen in protestantse kerken. Correspondentieadres: De Boelelaan 1081c, 1081 HV Amsterdam. [pga.versteeg@fsw.vu.nl](mailto:pga.versteeg@fsw.vu.nl)