

INHOUD

Inleiding	7
Deel I Zin	13
Deel II Zoeken	43
Deel III Vinden	113
Deel IV De weg	153

INLEIDING

Op 5 januari 2020 was de laatste mis in de katholieke Sint-Antonius van Paduakerk in Winssen, een piepklein dorpje ten zuiden van de Waal in het Rivierenland. De kerk werd in 1938 gebouwd in de traditionele stijl van de Delftse School. Het gebouw is een rijksmonument en staat momenteel leeg, wachtend op een nieuwe bestemming.

Wat is er bijzonder aan dit kerkgebouw, in dit kleine dorp? Aan de kerk zelf niet veel, maar wel aan het proces waarin dit gebouw zich bevindt, en waarin het niet alleen staat. Een proces dat zich niet alleen in het kleine Winssen maar in heel Nederland razendsnel aan het voltrekken is: het sluiten, slopen of herbestemmen van kerkgebouwen. Lange tijd waren ontkerkelijking en kerksluiting fenomenen die zich in de grote boze stad afspeelden. De afgelopen tien jaar gaat ook het platteland hier volop in mee. Heel Nederland gaat erin mee. Het proces stopt ook niet. In juni 2021 volgde de sluiting van de kerk in Ewijk, een dorp verderop in het Rivierenland. En ook na Ewijk zal het verdergaan.

De Rijksdienst voor het Cultureel Erfgoed heeft berekend dat één op de vier Nederlandse gebedshuizen niet langer wordt gebruikt voor religieuze doeleinden. Van de 7110 kerken, synagogen, moskeeën en tempels in Nederland zijn er 1530 herbestemd en 295 staan op het punt een nieuwe functie te krijgen. Van de 1530 gebedshuizen die al herbestemd zijn, is een kwart rooms-katholiek en 70 procent van protestantse oorsprong.

Dat laat meteen zien in welke hoek de klappen vallen, al deden de kerken in Winssen en Ewijk al wat vermoeden.

Ruim 1300 jaar na de aankomst van Britse missionarissen verdwijnt het christendom uit grote delen van Nederland. Het christendom verandert en krimpt niet alleen, het verdwijnt in veel streken volledig. Nederland ontkerkelijkt niet alleen, Nederland ontkerstent: het ont-christent. Een fascinerend verschijnsel, dat gek genoeg maar nauwelijks aandacht trekt. De geringe aandacht is bijzonder, omdat er zoveel meer aan het verdwijnen is dan alleen markante torens.

Er komt een einde aan een religieuze infrastructuur die door onze voorouders is opgebouwd. Er komt een einde aan een religieuze praxis vol beelden, rituelen, verhalen en metaforen. Ze worden niet meer doorgegeven aan een nieuwe generatie. In het adembenemende tijdsbestek van slechts enkele decennia tijd komt er grotendeels een eind aan een cultuur- en godsdienstgeschiedenis van meer dan 1300 jaar. Een gegeven dat ook paradoxale kanten kent. Op hetzelfde moment dat wetenschappers en politici ons wijzen op de joods-christelijke wortels van onze cultuur, zijn er in grote delen van ons land geen mensen meer die kunnen vertellen wat die wortels zijn en wat ze betekenen.

De ontkerkelijking in Nederland werd lange tijd met instemming begroet. Het moest maar eens klaar zijn met de bemoeienis en de macht van het instituut kerk. Maar zijn die macht en bemoeienis niet allang gebroken en verdwenen? En zien we in het proces van ontkerstening niet ook een heel andere kant? Het proces dat zich voltrekt is namelijk niet alleen de ineenstorting van een instituut, maar ook het uiteenvallen van een gemeenschap en een sociaal-religieus kader. Zoals een parochiaan uit Winssen het verwoordde: ‘De tijd van onze kerk als

gebouw van samenkomst is voorgoed voorbij.’ Het kerkgebouw krijgt misschien een nieuwe bestemming, maar de gemeenschap door en voor wie het ooit werd gebouwd, keert niet meer terug.

Dit boek gaat niet over gebouwen, maar over mensen. Ik ga op zoek naar de gevolgen van het verdwijnen van die cultuurgeschiedenis en het uiteenvallen van die gemeenschap. Wat betekent dit proces van ontkerstening voor onze samenleving? Wat gebeurt er op het vlak van zingeving en spiritualiteit nu we letterlijk van God los zijn? Geloven we inderdaad nergens meer in? Of geloven we in andere dingen? Wat geeft ons leven zin? Is het christendom in Nederland vervangen door een zinvoller paradigma of kijken we juist in een gapend gat? Zijn we uit een ander vaatje gaan tappen of grijpen we ergens op mis? Is het kind met het badwater weggegooid?

Minstens zo interessant is de vraag naar de invloed van dit proces op de christenen die er natuurlijk nog steeds zijn. Wat doet het ontkersteningsproces in het kerkelijk landschap in Nederland op dit moment? Wat zien we daar gebeuren? Sluiten mensen zich in eigen kring op in behoudzucht of ontstaan er nieuwe vormen? Houdt het proces van ontkerstening halt bij de kerkdeur of niet?

De manier waarop tot voor kort individueel en collectief invulling werd gegeven aan zingeving en spiritualiteit ondergaat een diepgaand transformatieproces dat we nog maar nauwelijks kunnen overzien. Het aantal Nederlanders dat zegt niet te geloven of twijfelt is inmiddels groter dan het aantal gelovige Nederlanders. Dat er hoe dan ook toch iets is, is tegelijkertijd voor veel mensen zonneklaar. Voetballer Johan Crujff verwoordde het als volgt: ‘Ik geloof niet, omdat ik dus niet gelovig ben, maar ik denk wel dat er iets anders is, maar daardoor

geloof ik datgene wat ik dus denk wat er is.' Ik denk dat veel mensen zich tegenwoordig in dit moderne credo kunnen vinden. En dat is boeiend. Zingeving, geloof en ongeloof vinden nieuwe woorden en vormen. Er ontstaan nieuwe spiritualiteiten, religieus en niet-religieus.

Ik kijk in dit boek steeds vanuit twee richtingen. Als cultuurfilosoof kijk ik naar de grote transitie die zich op het vlak van zingeving en religie in Nederland voltrekt, en waar de ontkerstening een belangrijk fenomeen in is. Ik observeer en zoek naar duiding. Maar ik ben ook geestelijk begeleider. Ik help mensen en organisaties bij hun zoektocht naar zin en betekenis. Die mensen en organisaties hebben soms een lijntje met geloof en levensbeschouwing, maar soms ook helemaal niet of niet meer. En ook dan zijn er zingevingsvragen. Wat voor vragen zijn dat, en verschillen ze van elkaar? Wat zijn überhaupt de zingevingsvragen van vandaag?

De wereld van zingeving en spiritualiteit is er in de afgelopen decennia alleen maar diverser op geworden, zowel in de kerkelijke structuren als daarbuiten. Er borrelt en bruist van alles. Er verdwijnen niet alleen dingen, er ontstaat ook iets nieuws. En terwijl er nieuwe dingen worden ontdekt, worden oude dingen herontdekt en nieuw leven ingeblazen.

Ik laat in dit boek mensen aan het woord komen die vanuit hun leven of expertise iets bijzonders toevoegen aan het denken en beleven van zingeving en spiritualiteit in het Nederland van nu. Het zijn mensen van wie je dat misschien niet meteen verwacht: psychiaters, wetenschappers, een architect, een historicus. Mocht je je verder willen verdiepen in wat ze te zeggen hebben, kijk dan in de bijlage die ik heb toegevoegd. Daar geef ik je een handig overzicht van boeken, webartikelen, podcasts, documentaires en YouTubevideo's die je kunnen inspireren.

Dit boek is een vierluik. In dat vierluik gaan we langs al de spannende ontwikkelingen die ik hierboven geschetst heb. En dat niet alleen. Dit boek gaat, zoals ik al zei, niet over gebouwen maar over mensen. Ook over jou, en over wat zingeving en spiritualiteit in jouw leven van alledag kunnen betekenen. In de spiritualiteit van geestelijke begeleiding wordt het leven gezien als een geestelijke weg, als een pad waar je op loopt. In het laatste deel van dit boek geef ik je reistips voor die weg, die je kunt gebruiken voor je eigen zoektocht naar een zinvol leven. Laten we op pad gaan!

DEEL I

ZIN

Wat is zingeving?

De grote vraag aan het begin van dit boek is natuurlijk wat zingeving precies is. Via die vraag kunnen we straks gaan kijken wat er in Nederland op het vlak van zingeving in ons leven is veranderd in de afgelopen decennia. Als ik bij een kennismaking, op een verjaardag of in een presentatie vertel dat ik beroepsmatig met zingeving bezig ben, dan kan ik op oprechte interesse rekenen. Er is de afgelopen jaren steeds meer belangstelling voor zingeving, soms uit de onverwachtste hoeken. Dat was pakweg een jaar of tien geleden nog heel anders. En toch heb ik ook altijd wat uit te leggen.

Want wat is zingeving? Wat is spiritualiteit? Wat is geloof? Hoe definieer je ze? Het zijn grote begrippen die heel persoonlijk en verschillend worden ingekleurd. Ze hebben daarnaast een sterke lading en gevoeligheid. Voor je het weet is er beeldvorming aan het werk die met onze interpretatie aan de haal gaat. Er ontstaan karikaturen en vooroordelen. Bijvoorbeeld dat geloof vol dogma's zit en dat gelovigen altijd alles zeker weten. Of dat spiritualiteit vaag is en dat alleen een bepaald type mens er iets mee heeft. Of dat zingeving iets is dat alleen in je privéleven een rol speelt, en dan vooral als je met heftige problemen te maken krijgt. Als je op zoek gaat naar de zin van je leven loop je al snel tegen dat soort karikaturen en vooroordelen aan. Je omgeving kan je ze voorhouden, maar ze kunnen ook in jezelf zitten.

Op weg

Karikaturen en vooroordelen kunnen je gek genoeg soms ook op weg zetten. Door te formuleren wat iets níét is, kan er een spoor ontstaan van wat het dan wél is. We horen iets dergelijks in de geloofsbelijdenis van Johan Cruijff uit de inleiding. Ik herhaal die nog een keer: 'Ik geloof niet, omdat ik dus niet gelovig ben, maar ik denk wel dat er iets anders is, maar daardoor

geloof ik datgene wat ik dus denk wat er is.' Hij gelooft niet, maar *denkt wel dat er iets anders is*. Wat dat 'anders' is, komen we nog niet te weten, maar dat maakt hier niet uit. Zijn niet-geloven is de springplank naar het 'anders'. Ik kan de mensen bijna niet meer tellen die een gesprek over zingeving met mij starten met die ene zin, met steeds diezelfde woorden: 'Ik ben niet gelovig, maar...' Na dat woordje 'maar' volgt dan alsnog een geloofsbelijdenis. 'Ik ben niet gelovig, maar ik geloof wel dat er iets is.' 'Ik ben niet gelovig, maar ik geloof wel in de liefde.' 'Ik ben niet gelovig, maar ik voel dat er een soort overstijgende energie is.' Dat ene woordje 'maar' is vaak de brug naar een verwoording van heel persoonlijke zingeving.

Goed luisteren

Er zullen maar weinig mensen zijn die helemaal nergens in geloven. Alleen verwoorden we dat wat we geloven op een andere manier dan dat we dat dertig of vijftig jaar geleden deden. En het woord 'geloof' zelf is niet meer eenduidig en onomstreden. Veel mensen zeggen dat ze niet gelovig zijn om uit te drukken dat ze niet kerkelijk of niet religieus zijn. Maar daarmee zeggen ze niet dat ze helemaal nergens in geloven of geen diepere ervaringen of diepere lagen in zichzelf zien. Goed luisteren en niet oordelen zijn elementair om die diepere lagen te kunnen zien en te horen hoe ze verwoord worden. Voor je het weet ga je eraan voorbij.

Het verhaal van je leven

Zingeving is het zoeken naar betekenis en bestemming. Een uniek pad, dat er bij iedereen anders uitziet. Het zoeken en vinden van zin in je leven voltrekt zich door en in verhalen. 'Wie ben ik zonder de verhalen over mezelf?' zei een vrouw eens tegen me in een begeleidingsgesprek. Ik vond dat prachtig. Deze uitspraak laat zien hoe hecht de relatie is tussen onze kijk op wie we zijn en de verhalen waarmee we die kijk ver-

woorden. Ons hele leven bestaat uit verhalen. Over vroeger en nu, over waar we vandaan komen en opgegroeid zijn, over welke gebeurtenissen ons leven een beslissende wending hebben gegeven. Als ik iemand in een gesprek de vraag stel: ‘Wie ben je?’, dan antwoordt iemand met een verhaal. Ergens zijn we een verhaal, in verschillende hoofdstukken en boekdelen.

Werk in uitvoering

Het verhaal van ons leven is een werk in uitvoering. Er wordt voortdurend in gekrast en gestreept. Het wordt steeds opnieuw herschreven, aangevuld en gecorrigeerd. We zijn er zelf de schrijver van. We ordenen het verhaal van ons leven niet langs afgesproken lijnen of op een rationeel vast te stellen manier. We ordenen ons verhaal langs de lijnen van zin en betekenis die we ervaren. En die lijnen herzien we steeds weer opnieuw. We sluiten bepaalde episodes of thematieken af, of rakelen de oude weer op. Of er breken nieuwe onderwerpen door, die een passende plaats in het al bestaande verhaal zoeken. In al die gevallen zoekt een mens naar zin en betekenis, door de constructie van een verhaal met aanwijsbare en persoonlijke rode draden. Misschien herken je ze zelf ook wel in je eigen leven.

Dichter bij je eigen verhaal

Als geestelijk begeleider luister ik naar de verhalen van mensen. En dat doe ik op zo’n manier dat mensen het verhaal van hun leven zelf beter gaan horen en begrijpen. Hein Blommesteijn, een van mijn voornaamste leermeesters, definieert geestelijke begeleiding in zijn colleges precies op die manier: ‘Zo luisteren zodat mensen dichterbij hun eigen verhaal kunnen komen.’ Dat kan niet alleen op individueel niveau, maar ook in groepsverband op allerlei plekken en bij verschillende gelegenheden. Wat bezielt een team in een grote zorginstelling? Hoe communiceer je met je huisgenoten als je deel uitmaakt van een woongemeenschap die zich inzet voor minderbedeelden?

Wat drijft een leidinggevende? Geeft die leiding of wijst die richting aan? Zoals je merkt, zet ik geestelijke begeleiding op allerlei manieren in. En dat kan, omdat zingeving wezenlijk is op bijna alle gebieden van ons bestaan. We zoeken voortdurend naar zin en betekenis, bij bijna alles wat we doen. Mijn luisteren zet ik in om mensen te helpen die zin en betekenis op het spoor te komen.

Zin zoeken, zin vinden, zin geven

Zingeving heeft een definitie nodig omdat het een containerbegrip kan worden waar van alles in past of achter schuilgaat. Ook is het belangrijk om wat te zeggen over hoe zingeving werkt. Het woord ‘zingeving’ suggereert dat ik als individu aan iets zin *geef*, dat het een actief gebeuren is waar ik zelf bij aan het roer sta. Maar het is eerder een proces van bewustwording, waarin pas gaandeweg een beeld van de zin van een bepaalde gebeurtenis of ontwikkeling in je leven opdoemt. Het is een drieslag. Je zoekt de zin van iets, die dient zich via bewustwording aan in een vinden, en daarmee geef je vervolgens zin en betekenis. Je ontvangt eerst, alvorens te geven.

Hoe het werkt

Ik denk dat deze drieslag belangrijk is. Niet alleen om te snappen hoe zingeving werkt, maar ook om ervoor te waken dat ook zingeving meegaat in ons alomtegenwoordige maakbaarheidsdenken. Als er iets bij uitstek niet maakbaar is, dan is het zingeving. We kunnen ervoor openstaan, we kunnen er ruimte voor maken en ernaar zoeken. Maar de zin van ons leven *máken* we niet, we ontvangen die juist. Een zinvol leven is een cadeau, dat op geen enkele manier kan worden afgedwongen.

Waar het leven om draait

Voor psychiater Dirk De Wachter is het zo klaar als een klontje. ‘Streven naar zin en betekenis is waar het leven om draait’,

schrijft hij in zijn boek *De kunst van het ongelukkig zijn*. Ik vind ‘streven’ een mooi woord als het gaat om zingeving. Het is geen krampachtig afdwingen. Je probeert het gewoon, je doet je best om het te bereiken. Voor De Wachter is zingeving geen kers op de taart, of iets dat alleen op de moeilijke momenten in je leven om de hoek komt kijken. Uiteindelijk, zo zegt hij, gaat het in ons leven niet om het streven naar geluk, maar om het vinden van zin en betekenis. Wie naar geluk streeft, loopt onherroepelijk vast.

Nieuwe dimensie

Zoeken naar zin is altijd de moeite waard, het is de kern waar het om draait. Ik ben dat met De Wachter eens. Ik zie mensen opbloeien wanneer ze, soms zelfs voor het eerst, echt stilstaan bij wat ten diepste van waarde is in hun leven. Roel, een twintiger, schreef me ooit na afloop van een begeleidingsgesprek: ‘De afgelopen tijd ben ik bewuster bezig gegaan met mezelf, wat wil ik, wat kan ik, wat doe ik, wat voel ik... Dit is een spannend proces. Het heeft veel losgemaakt en er groeit iets in mij.’ Het mooie aan wat Roel me schreef, is dat hij vertelt dat het stilstaan bij zingevingsvragen een innerlijk groeiproces op gang kan brengen. Er komt iets in beweging, er gaat een nieuwe dimensie open. Je leven zelf verandert op zich niet, maar je beleeft het op een andere manier.

Het mooiste wat er is

Een zinvol leven is het mooiste wat er is. En dat heeft niets met geld, spullen of succes te maken. Ons leven kan soms moeilijk, frustrerend of hard zijn en door diepe dalen gaan. Maar het is ook boeiend, uitdagend, verdiepend en verrijkend. Het is waardevol om bij al die verschillende facetten stil te staan, steeds weer opnieuw, in iedere levensfase. Ieder leven is uniek, ieder leven is een wonderlijk gebeuren. Ook dat van jou en mij. Het valt me op hoe steeds meer mensen, met name jongeren, de