

# Zweef met me mee

De spiri-sector draaide overuren in 2020. Want in tijden van onzekerheid richten mensen zich sneller tot het onverklaarbare. Waarom eigenlijk? En waarom stort de een zich er vol in en is het voor de ander een ver-van-mijn-bedshow?

tekst **Mariska Vermeulen**

Toen ik laatst aan mijn vriend vroeg hoe laat hij eigenlijk geboren is, keek hij me vragend aan: waarom ik dat precies wilde weten. 'Nou, zodat ik in mijn horoscoop-app kan kijken hoe *compatible* we eigenlijk zijn,' zei ik. 'Maar we zijn al anderhalf jaar samen, dus eh... dat weet je toch al wel?' antwoordde hij. Goed, ook al kan ik uit dit gesprek niet direct opmaken dat wij bijzonder *compatible* zijn, ik weet wel beter. Want volgens astrologie-app The Pattern (ik heb hem natuurlijk uiteindelijk de noodzakelijke info ontfutseld) hebben we een *rare & exceptional* connectie, omdat 'onze zielen in dezelfde richting reizen en we elkaars grootste potentie activeren'. Ik bedoel maar. Nu is zo'n app – hoe serieus van toon ook – voor mij meer een gebbetje en maakt het sowieso maar een klein onderdeel van spiritualiteit uit. Maar aan de meer dan één miljoen downloads van deze app te zien, is de aantrekkingskracht enorm. Wat heet: als ik kijk naar de volle yogalessen waarin we allemaal vol enthousiasme ohm-en en chanten, mijn mailbox die volstroomt met persberichten van boeken over manen, horoscopen en edelstenen of de lange wachtlijsten als ik een keer een spirituele sessie van het een of ander wil boeken, is de interesse in spiritualiteit al lange tijd aan een enorme opmars bezig.

Voordat ik me wend tot een hoogleraar spiritualiteit en een professionele heks (ja, echt) om deze 'nieuwe New Age' te verklaren, ga ik eerst op zelfonderzoek uit. Want zoals ze in spirituele kringen graag zeggen: *the truth resides within*. Waar om stel ik als nuchtere, kritische vrouw eigenlijk vertrouwen in het 'onverklaarbare'? Het antwoord is tweeledig. Aan de ene kant geeft spiritualiteit een rustig en zacht tegengeluid aan een wereld die maar schreeuwt en doorraast. Als ik op zaterdagavond alle apparaten uitzet om gewoon te 'zijn', maak ik even contact met iets diepers dan de ups en downs van het dagelijkse leven. Alsof je de pauzeknop indrukt en verbinding maakt met jezelf en de wereld om je heen. (Wie mij tien jaar geleden had verteld dat ik dit bloedserieus zou opschrijven, had ik overigens keihard uitgelachen.) Aan de andere kant laat ik me als een 'spiritueel shopper' graag verrassen door dan weer een tarotlezer, dan weer een numeroloog. Op momenten dat mijn basis wankel voelt, is het fijn als iemand anders claimt de antwoorden wél te hebben. Of nou ja, de inzichten en handvatten waardoor je zelf vol goede moed kunt verdergaan. Spiritualiteit als een soort sneltherapie dus. En toegegeven: met name astrologie is soms ook gewoon vermaak. Het hilarische Instagram-account @lookupthestarsastro met rijtjes als '*Reasons*

*not to dump Aquarius'* of '*Scorpio on dating apps*' is gewoon om te gieren. Want het klopt natuurlijk altijd precies – vind ik dan, hè.

## Waar is dat anker?

Eigenlijk ben ik wel benieuwd wat de wetenschap zegt over iets 'ongrijpbaars' als spiritualiteit. Sharda Nandram is hoogleraar Hindoe-spiritualiteit en samenleving aan de Vrije Universiteit Amsterdam en hoofddocent aan Nyenrode Business Universiteit, waar ze de leerstoel business spiritualiteit mede vormgaf. Wat is spiritualiteit eigenlijk? Nandram: 'Het vermogen om je te verbinden met het bestaan dat voorbijgaat aan datgene wat we kunnen zien. Ik zie het dus als een vaardigheid die mensen actief kunnen ontwikkelen. Zeker in tijden van crisis gaan mensen op zoek naar dat anker. We zoeken ook antwoorden bij

## Vergis je niet: ook in de wetenschap gaat het vaak over dingen die je niet kunt zien

de wetenschap of religie, maar ook daarbij is onzekerheid het vertrekpunt. De wetenschap is altijd *work in progress* en daar komt dus geen eind aan, en het geloof heeft een oneindige *struggle* met bewijzen dat God echt bestaat. Dus waar moet je anders op leunen dan op dat anker in jezelf? Nu we in tijden van de pandemie worden teruggeworpen op onszelf – de medische wetenschap heeft de antwoorden immers ook nog niet – wordt dat proces versneld. De buitenwereld is vluchtig, onzeker en ambigu: het ene land meent dat een complete lockdown wel werkt, het andere stelt van niet. Maar waar we wel zeker van zijn, is dat we bestaan en een bewustzijn hebben. Spiritualiteit is het vermogen om verbinding te maken met die diepere, existentiële ik. Dat gaat inderdaad verder dan wat we met de zintuigen kunnen zien of via theorieën kunnen verklaren, maar vergis je niet: ook in de wetenschap gaat het vaak over dat wat je niet kunt zien met het blote oog, zoals atomen. Hoe je overigens die connectie met die diepere ik maakt, kies je zelf. ▶

Sommigen gaan wandelen, anderen experimenteren met hun ademhaling of gebruiken tools als handlezen.’

## Helpende hand

Waar Nandram zich al jaren buigt over de honderden geschriften van de Hindoe-spiritualiteit zoeken anderen het weer heel ergens anders in. Iemand die bijvoorbeeld handlezen, tarot en numerologie inzet is Joyce van Nispen, een professionele heks. In haar nuchtere boek *Heksen, handboek voor een magisch leven* lees je hoe je hier thuis zelf mee aan de slag kunt gaan. Wie daarbij wel een helpende hand (*pun intended*) kan gebruiken, kan bij Van Nispen terecht voor bijvoorbeeld een handlezing: ‘In je vingerpatronen staat wat je talenten zijn en wat je moeilijk vindt. Bewust of onbewust weet je dit al, alleen komt wat je aan de buitenwereld laat zien niet altijd overeen met hoe je je vanbinnen voelt. Op het moment dat ik je die handvatten geef, kun je teruggaan naar jezelf: wat zijn jouw waarden? Waar word je blij van? Hoe je daar verder invulling aan gaat geven, is volledig aan jou, dat is je vrije wil. Daarom zeg ik ook liever dat spiritualiteit vertrouwen geeft in plaats van hoop, want hoop plaats je buiten jezelf. Sterker nog: die zelfverantwoording vinden mensen het allermoeilijkst.’ Dus iedereen die ‘het staat nou eenmaal in de sterren/mijn handen/ <vul zelf maar in> geschreven’ als excuus wil gebruiken: die vlieger gaat niet op.

Ziet Van Nispen de interesse in spiritualiteit ook al jaren toenemen? ‘Zolang de mens bestaat, is spiritualiteit onderdeel van ons leven. We leven momenteel alleen in een wereld die draait om materie. Je werkt hard om je huis, spullen en reizen te kunnen betalen, totdat je denkt: waar doe ik het nou eigenlijk voor? Waar word ik nou écht blij van? Vroeger gebeurde dat tijdens een midlifecrisis, nu zie je dat millennials zich al afvragen of er niet meer is dan opstaan, werken – als ze al een baan kunnen vinden – en weer slapen. Bij dit soort levensvragen kan spiritualiteit om de hoek komen kijken. Spiritualiteit staat voor mij dan ook voor zingeving en jezelf leren kennen. Voor weten dat je niet alleen een lichaam en een geest bent, maar ook een ziel, hoe hard de maatschappij de afgelopen eeuw ook bezig is geweest vooral die geest te ontwikkelen. En die ziel zou je je essentie kunnen noemen.’

Ook Nandram ziet de vlucht die spiritualiteit heeft genomen als een resultaat van onze drukke, hectische maatschappij: ‘Het leven is organisatorisch vele malen makkelijker geworden door alle technologieën die we tot onze beschikking hebben, maar

we vergeten dat altijd maar bereikbaar zijn ook een bepaalde verplichting met zich meebrengt. We kunnen ons bijna niet meer voorstellen dat een dag echt maar 24 uur heeft. Dat maakt dat mensen onzeker en onrustig worden en een steeds grotere druk voelen om te presteren. Maar we zijn geen machines en kunnen dat ook niet worden. Vanuit die onrust voelen steeds meer mensen: ik ben meer dan een lichaam dat werkt, ik heb een diepere ik. Spiritualiteit ontstaat natuurlijk in mensen; die gaan dan vanzelf op zoek naar dat anker in zichzelf.’

## Zwevers en ontkeners

Toch gaat niet iedereen daarnaar op zoek: waar de een spiritualiteit bewierookt, doet een ander het af als zweverig gedoe. Waarom? Van Nispen: ‘Ik denk dat het gaat om angst, dat mensen het eng vinden ergens geen controle meer over te hebben. Als je dingen niet goed kunt verklaren, is het handiger om te doen alsof ze er niet zijn en ze als zweverig weg te zetten.’

Nandram voegt daaraan toe: ‘We leven in een tijd waarin we alles willen duiden. Vroeger had niemand het over dementie of burn-out, nu wordt alles gelabeld. Spiritualiteit wordt alleen nog maar in bepaalde kringen als zodanig geduid. Ondernemers vertellen weleens dat ze hun spirituele kant liever niet naar buiten brengen, omdat ze bang zijn dan niet serieus genomen te worden. Weer een ander kán het niet duiden – dat is ook heel moeilijk – en wil er daarom niet over praten. Als ik aan heel serieuze ondernemers vraag hoe ze aan inspiratie komen, merk ik dat ze spiritualiteit liever ‘intuïtie’ noemen. Maar dat is echt een ander fenomeen. Dat is snel en impulsief in plaats van diep, existentieel en een leidraad waarom je doet wat je doet. Eigenlijk gaat spiritualiteit om durf, om toegeven dat je die diepere werkelijkheid ziet en begrijpt dat we allemaal met elkaar verbonden zijn. Iedereen die bezig is met vragen als: wie ben ik, wat zie ik om mij heen, wat is de reden van alles wat ik om mij heen zie, is met spiritualiteit bezig. Dat zijn veel meer mensen dan de mensen die ja zouden zeggen als je ze direct zou vragen of ze hiermee bezig zijn.’

Dus of je jezelf nou de allernuchterste persoon op aarde vindt of niet: als jij je afvraagt wie je bent en wat het nut van alles nou is, dan ben je gewoon hartstikke spiritueel bezig. Daar hoeft je echt geen kaarsen of wierookstokjes voor aan te steken. •

**Mariska Vermeulen (39)** is journalist en schrijft over persoonlijke ontwikkeling, vrouwenempowerment en maatschappelijke trends. Relaxen doet ze het liefst in een *downward facing dog*.