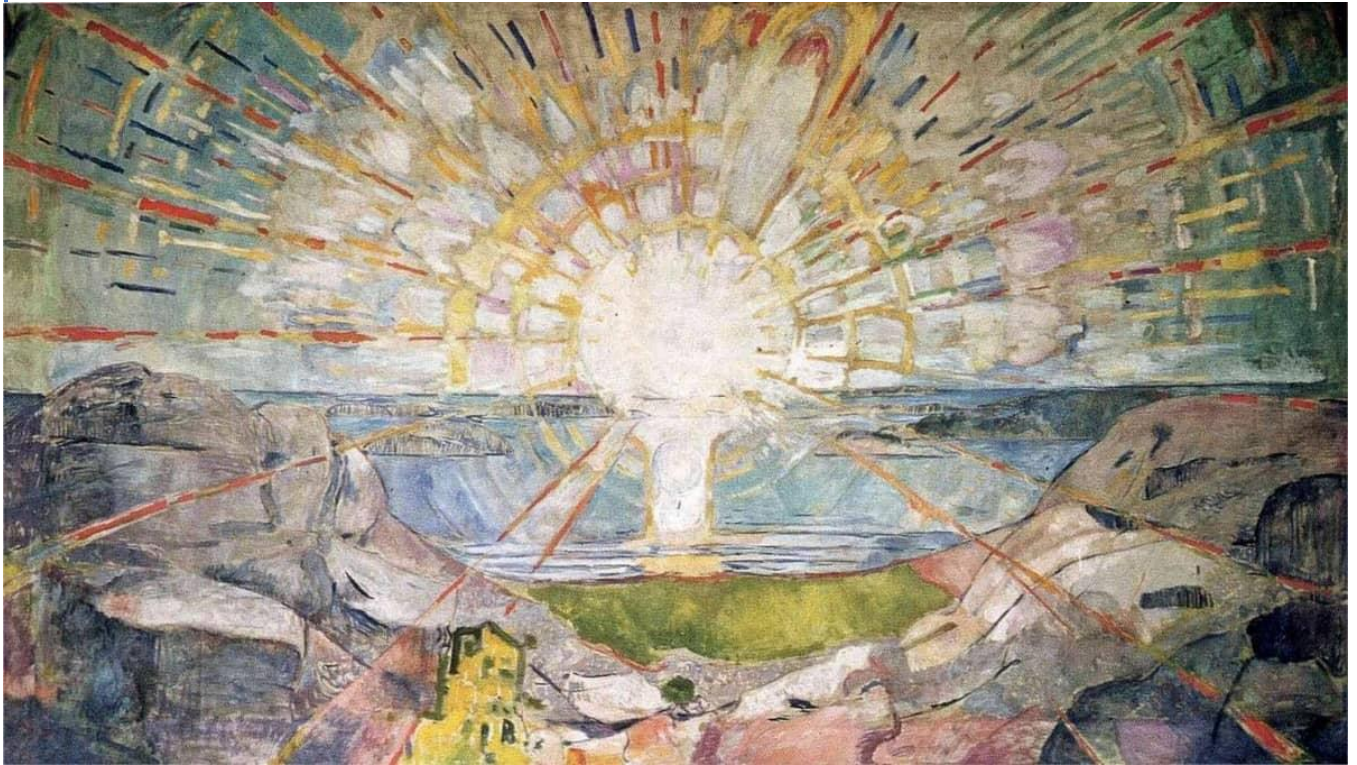


Spiritualiteit in Tijden van de Betekenis crisis

Master thesis over Spiritueel Humanisme en het werk van John Vervaeke



The Sun - Edvard Munch, 1909

Universiteit voor Humanistiek te Utrecht

Marjolein van Loenhout

marjolein.vanloenhout@student.uvh.nl

Studentnummer: 1029118

Begeleider: Fernando Suarez Muller

Tweede lezer: Laurens ten Kate

Woordenaantal: 21955

Datum: 9 februari 2024

“Degene die denkt, neemt niet waar; degene die waarneemt, denkt niet.”

- Zen gezegde

Samenvatting

Het doel van dit literatuuronderzoek was om een bijdrage te leveren tot de wetenschappelijke literatuur door het koppelen van het denken over het spiritueel humanisme met het moderne denken over de betekenis crisis. We leven in een geïndividualiseerde maatschappij waar geïstitutionaliseerde levensbeschouwingen onder druk zijn komen te staan en naar de achtergrond zijn verschoven. Daartegenover staat echter dat veel mensen zoekende zijn naar betekenis en zingeving in hun levens. Dit leidde tot de hoofdvraag: Hoe verhoudt spiritueel humanisme zich tot de huidige crisis in betekenisgeving zoals beschreven door John Vervaeke? Door vanuit verschillende perspectieven spiritualiteit te onderzoeken beoogt deze scriptie om zo tot een verdieping van het huidige idee van spiritueel humanisme te kunnen komen. De inzichten over de betekenis van spiritualiteit en humanistisch denken worden vervolgens samengebracht in een bespreking over het spiritueel humanisme. Hier wordt het werk van Leo Apostel, André Comte-Sponville en Hans Alma bestudeerd en met elkaar in verband gebracht. Deze auteurs zien spiritualiteit expliciet als een fenomeen dat losstaat van religie. Daarnaast wordt de relatie tussen humanisme en nihilisme beschreven. John Vervaeke beschrijft de huidige crisis als een ‘zombie-Apocalyps’, een opvatting die overeenkomsten vertoont met André Comte-Sponville zijn beschrijving van een ‘spirituele hongersnood’ en Jaap Van Praag zijn opvattingen over sociaal nihilisme.

Deze perspectieven over *spiritueel humanisme* worden vervolgens in relatie geplaatst tot John Vervaeke ‘s opvattingen over de huidige crisis van *betekenisgeving*.

Omdat het gedachtegoed van John Vervaeke nog volop in ontwikkeling is wordt dit aangevuld en vergeleken met het werk van andere auteurs, met als voornaamste Jaap van Praag en Charles Taylor. Tot slot worden de ideeën van Vervaeke over de betekenis crisis gebruikt om een nieuw licht te werpen op het spiritueel humanisme. Vergelijkbaar met het humanisme van Jaap van Praag, is een van John Vervaeke zijn richtingen uit de betekenis crisis het “het zoeken naar alternatieve betekenis systemen”. De conclusie is dat het werk van John Vervaeke een toevoeging kan zijn voor actueel spiritueel humanisme wat een leidraad kan vormen voor een weg uit de betekenis crisis.

Sleutelwoorden:

atheïstisch spiritueel humanisme, betekenis crisis, decentratie, flow, inclusief humanisme, mindfulness, moderniteit, nihilisme, humanisme, spiritualiteit, spiritueel humanisme

Voorwoord

Vier jaar geleden ben ik vanuit een brede interesse begonnen aan de Premaster Humanistiek. Het was een boeiende ervaring om weer een studie op te pakken en mij met regelmaat onder te dompelen in nieuwe onderwerpen. En zoals ik vier jaar geleden ben aan de Premaster Humanistiek vanuit een brede interesse, is zo ook deze thesis tot stand gekomen.

Dit omvangrijke onderwerp heeft mij meermaals uitgedaagd om focus te houden. Waar ik deze uit het oog verloor was gelukkig mijn begeleider daar om mij te helpen bij mijn onderwerp te blijven. Mijn dank gaat uit naar Fernando Suarez Muller voor zijn feedback, het delen van zijn inzichten en zijn toegankelijke begeleiding. Mijn dank gaat bij voorbaat ook uit naar Laurens ten Kate voor het lezen en beoordelen van deze thesis.

In het bijzonder wil ik mijn geweldige vriend Gilles bedanken voor al zijn luisteren, meedenken en onuitputtelijke geduld en begrip. Verder bedank ik graag mijn familie en vrienden voor hun liefde, bemoedigende woorden en geduld. Ik wil ook mijn lieve vader hier noemen wiens steun bij leven zo groot was dat ik deze nog ervaar.

Veel leesplezier gewenst,

Marjolein van Loenhout

Inhoud

Samenvatting.....	2
Voorwoord	3
Inleiding	1
1.1 Doel van mijn onderzoek.....	4
1.2 Onderzoeksvragen.....	5
1.3 Methode.....	5
1.4 Relevantie van het onderzoek.....	9
1.5 Opbouw van de thesis	11
2. Wat is spiritualiteit?	12
2.1 Groeiende interesse in spiritualiteit.....	16
3. Spiritueel humanisme	17
3.1 Humanisme.....	17
3.2 Nihilisme	22
3.1.1 Vervreemding.....	25
3.2 Spiritueel humanisme	25
3.2.1 Leo Apostel	26
3.2.2 André Compte-Sponville.....	32
3.2.3 Hans Alma.....	35
3.3 Decentralie	37
3.3 Andere opvattingen over spiritueel humanisme	38
4. Betekeniscrisis.....	40
4.1 De moderne betekenis crisis volgens John Vervaeke	40
4.2 De malaise van de moderniteit: secularisering, vervreemding en omsloten identiteit... ..	42
5. John Vervaeke en actueel spiritueel humanisme.....	48
Conclusie:.....	53
Bibliografie.....	55

Inleiding

Nihilisme wordt, sinds begin 19^{de} eeuw, toen Jacobi het woord introduceerde (Jonkers, 2005), vaak beschreven als een euvel van moderne samenlevingen. In een geglobaliseerde maatschappij waarin we dagelijks geconfronteerd worden met grote wereldproblemen zoals oorlog, klimaatverandering, honger, ziekte en geweld neemt nihilisme de betekenis aan van een houding in of een beschouwing van de wereld die een *verlammend* en *overweldigend* effect heeft op individuen. Het gevoel waarmee men hier achterblijft is een gevoel van *zinloosheid*. We leven in een geïndividualiseerde maatschappij waar geïnstitutionaliseerde levensbeschouwingen onder druk zijn komen te staan en naar de achtergrond zijn verschoven. Mede als gevolg hiervan spreekt menig filosoof over het in onze tijd bestaande tekort aan betekenisgeving. John Vervaeke (2017) spreekt zelfs van een *crisis* in betekenisgeving. André Compte-Sponville (2009), ziet naast een beweging van secularisering waarin betekenisgeving achterop gesteld raakt, het opdoemen van ‘botsende beschavingen’ en een daarmee samenhangende ‘terugkeer van het religieuze’. De ‘crisis’ van de traditionele betekenisgevende horizon die de secularisering heeft veroorzaakt, leidt tevens tot de groei van eclecticische spirituele bewegingen vanaf het eind van de 19^{de} eeuw (Hannegraaf, 2009). Het idee van het opdoemende nihilisme en van een crisis in betekenisgeving is ook een belangrijke aanjager van het Nederlands Humanisme. Jaap van Praag beschreef dit als ‘het gevaar van de geestelijke ontworteling’. In zijn woorden:

“Sinds het ongeloof niet uitsluitend meer een gevolg is van een persoonlijke keuze, tegen traditie en gangbare mening in, maar zelf een traditie, een sfeer, dreigt als een onweerstaanbare vloedgolf de sleur, de vervlakking, het nihilisme. {...} Iedere beschaving die niet in staat blijkt de massa’s met haar geestelijke idealen te bezielen, wordt met ondergang bedreigd” (Van Praag, 1947, in: Derkx, 2009, p. 32).

Verskillende humanisten in binnen- en buitenland, waaronder André Compte-Sponville en Leo Apostel, halen in hun werk de crisis in betekenisgeving aan als het grote probleem van onze tijd. Mede door deze crisis ziet het moderne humanisme zich voor een nieuwe uitdaging. Waar het humanisme in de Verlichting en tijdens het positivisme tegenover religie geplaatst werd als een bijdrage aan de seculariserende maatschappij, verschijnt tegenwoordig een humanisme dat secularisering beschouwt als een proces dat tot nihilisme en tot een zingevingscrisis bij mensen leidt.

Om het begrip nihilisme als betekenis crisis, waarover Van Praag al schreef, in de huidige tijd te positioneren, is het gedachtegoed uit het boek: *Zombies in Western Culture, A Twenty-First Century Crisis* van John Vervaeke, Christopher Mastropietro en Filip Miscevic (2017) mijn uitgangspunt. Het boek biedt namelijk een inleiding tot een zeer omvattende beschrijving de crisis in betekenisgeving die de huidige Westerse maatschappij teistert. Vervaeke omschrijft de symptomatologie van de *zombie* daarbij als illustratief voor het hedendaagse nihilisme.

De auteurs analyseren allereerst de totstandkoming en de massale culturele ontvangst (zoals in films, series en boeken) van *de zombies* als collectieve uitdrukking van de, wat zij noemen, betekenis crisis, en nemen dit als uitgangspunt voor een kritische reflectie en cultureel zelfonderzoek (Vervaeke, et al., 2017, p. 4). Zo suggereren zij dat het uiterlijk van deze *zombie* het symbool is van de betekenis crisis. Het ontstaan van deze mythe valt bovendien samen met de opkomst van het Westerse bewustzijn dat er een crisis van het wereldbeeld aan de gang is. Verder suggereren zij dat er voldoende correlaties zijn tussen de eigenschappen van de *zombie* en de kenmerken van deze crisis zelf. Zij beweren dat dit verband houdt met de domeinen van ons leven waarin we ons definiëren als *betekenisgevende* soort, namelijk: het persoonlijke, sociale, politieke en religieuze domein van het leven (Vervaeke, et al., 2017, p. 5).

Vervaeke interpreteert in zijn vergelijking de fysieke lelijkheid van de zombies als de misvorming van onze waardigheid, en hun geesteloosheid als de misvorming van onze ratio. De zombie bestaan uit een samenhang van verschillende soorten 'leegtes' die zijn wezen omvatten. Zij zien eruit als mensen maar ze zijn het niet: "ze zijn onmenselijk, in menselijke vorm" (Vervaeke, et al. 2017, pp. 15-16). Daarnaast staan zombies symbool voor een veelvoud van menselijk falen in de huidige Westerse cultuur. Bovendien hebben de beschreven kenmerken van *zombies* volgens de auteurs betrekking op een aandoening van onze maatschappij die veel complexer is dan werd verondersteld, want zombies zijn leeggezogen mensen, die niet meer in staat zijn tot rationele sturing, en die ontdaan zijn van een innerlijke ideeënwereld. Hun bestaan valt samen met hun niets-zijn. Kortom, de wereld van zombies is betekenisloos en amoreel.

Als vervolg op dit boek heeft Vervaeke een aanzienlijk aantal podcasts opgenomen, waarin hij een uitweg probeert te geven uit betekenisgeving via verschillende lijnen: a) een begrip van de moderniteit door middel van een teleologische geschiedenis van de westerse filosofie; b) een begrip van de moderniteit via een analyse van westerse en niet-westerse geloofsovertuigingen; en c) een oecumenische benadering voor meditatieve praktijken. De

inspanningen van humanisten om een spiritueel humanisme te ontwikkelen, kunnen worden verdiept door Vervaeke. Ook dit is echter veelal te halen uit zijn online werk en minder uit zijn gepubliceerde werk.

De hedendaagse betekenis van 'spiritualiteit' is soms vaag, soms geladen met vooroordelen en moeilijk te definiëren. Dit komt mede doordat het begrip toenemend wordt losgekoppeld van religieuze tradities en met name van de wortels in het Christendom. Het woord spiritualiteit was voorheen contextueel vooral gebonden aan de katholieke traditie, waarin het woord in de Oudheid ontstond, maar door de sterke opbloei die de geleefde spiritualiteit die de laatste decennia laat zien, is deze betekenis los komen te staan van de oorspronkelijke katholieke bedding (Waaijman, 2000, p. 301).

Het onderwerp *spiritualiteit* is inmiddels een belangrijk academisch domein geworden, met name in de Engelstalige wereld en het heeft in de twintigste eeuw ook het humanisme bereikt (Comte-Sponville, 2009, p. xi).

In *The Wiley Blackwell Handbook of Humanism* is speciaal een hoofdstuk van Jeaneane Fowler (2015) over spiritualiteit opgenomen. Hierin schrijft Fowler dat spiritualiteit niet moet worden opgevat als iets dat 'los staat van' of als iets dat 'aan het leven wordt toegevoegd'. Het is eerder iets dat alle menselijke activiteiten en ervaringen van binnenuit *doordringt* in plaats van er iets van buitenaf aan toe te voegen. Zogezien is spiritualiteit volgens Fowler 'een proces van transformatie en groei'. Zij trekt de conclusie dat we spiritualiteit veilig kunnen losmaken van religie, omdat zoveel mensen niets meer met religie te maken hebben en toch deze dimensie van mens-zijn in hun leven opnemen. Het is een aspect van het 'moderne zelf' geworden dat niet meer kan worden ontkend (Fowler, 2015, p. 349). Verder stelt Fowler dat, hoe meer mensen spiritualiteit in hun leven willen integreren, hoe belangrijker de gedachte van de ontwikkeling van de 'hele' mens wordt, hoe belangrijker het dus wordt om een vol persoon te worden (Fowler, 2015, p. 367). De postmoderne of laatmoderne mens ervaart dus spiritualiteit in allerlei seculiere settingen. Fowler stelt daarom dat spiritualiteit en humanisme verre van onverenigbaar zijn (Fowler, 2015, p. 367).

Suzette Van IJssel (2007) heeft in haar proefschrift over spiritualiteit en humanisme beschreven hoe spiritualiteit als term tegenwoordig betrekking heeft op een dieptedimensie in het bestaan die enerzijds spontaan kan worden ervaren en anderzijds bewust kan worden opgezocht (van IJssel, 2007, p. 52). Haar beschrijving van spiritualiteit is echter sterk aan de

ervaringsdimensie van mensen gekoppeld, en staat los van een ontologisch onderzoek die de betekenisstructuur van deze ervaringen zelf in ogenschouw neemt. Vandaar dat een onderzoek in deze inhoudelijke richting nog openstaat. Een bijdrage daartoe wil ik met mijn scriptie leveren.

Er zijn intussen allerlei theoretische pogingen gedaan om invulling te geven aan het begrip *spiritueel humanisme*. Ofwel identificeert men humanisme met atheïsme en blijft er voor spiritualiteit weinig over behalve een persoonlijke beleving van de natuur en het leven, denk aan Leo Apostel en tegenwoordig aan Comte-Sponville. Ofwel definieert men humanisme als ‘inclusief’ en verbindt men spiritualiteit vaak met de persoonlijke verbeelding, waardoor spiritualiteit een psychologiserende inhoud krijgt, denk aan Hans Alma(2018). Een echte filosofische analyse die de ontologie van spiritualiteit betreft ontbreekt hier. We zien dat Vervaeke deze laatste uitdaging juist oppakt. Zijn werk is nog in volle ontwikkeling. Zijn podcasts worden nu in de vorm van boeken gegoten, maar het is al mogelijk om de contouren van zijn aanzet duidelijk te maken. De laatste decennia wordt de term spiritualiteit eveneens steeds meer gebruikt door humanisten en in het veld van humanistische geestelijke verzorging om te verwijzen naar betekenisvolle manieren van denken, handelen en voelen die door meer dan alleen een wetenschappelijke, rationele of atheïstische visie worden aangedreven (van IJssel, 2007, p. 10). Vandaar dat een onderzoek naar de huidige filosofische ontwikkelingen rondom spiritualiteit interessant is: het kan het denken en handelen van humanisten verrijken, waarmee we al bij het doel van mijn onderzoek aankomen.

1.1 Doel van mijn onderzoek

De twee primaire kennisdoelen in dit multidisciplinair theoretische onderzoek zijn ten eerste om vanuit verschillende perspectieven spiritualiteit te onderzoeken om zo tot een verdieping van het huidige idee van spiritueel humanisme te kunnen komen. Dit houdt bovendien een mogelijke aanvulling van dit idee in. Het tweede kennisdoel van mijn onderzoek is om *spiritueel humanisme* in relatie te plaatsen tot Vervaeke ‘s opvattingen over de huidige crisis van *betekenisgeving*, die hij verbindt aan een strijd tegen *nihilisme*, zoals -onder andere- al geanticipeerd door Jaap van Praag. De symptomatologie van de *zombie* die Vervaeke geeft is illustratief voor zijn gebruik van het begrip nihilisme.

1.2 Onderzoeksvragen

De vraag van mijn onderzoek luidt daarom: Hoe verhoudt spiritueel humanisme zich tot de huidige crisis in betekenisgeving zoals beschreven door John Vervaeke? Deze vraag zou ik willen splitsen in de volgende deelvragen die ik in mijn afzonderlijke hoofdstukken wil onderzoeken.

1. Wat is spiritualiteit?
2. Wat houdt het ‘spiritueel humanisme’ in?
3. Wat is de moderne betekenis crisis volgens Vervaeke
4. Hoe kunnen de opvattingen van Vervaeke een leidraad bieden voor een actueel spiritueel humanisme?

1.3 Methode

Deze thesis omvat een literatuurstudie over de onderwerpen *spiritueel humanisme*, *nihilisme* en de *crisis in betekenisgeving*. Ik heb uiteenlopende bronnen gebruikt voor dit onderzoek. In volgende alinea's licht ik deze toe.

Voor dit hoofdstuk put ik uit verschillende bronnen om tot een definitie van, en inzicht over verschillende dimensies van spiritualiteit te komen.

Het handboek van Kees Waaijman *Spiritualiteit: vormen, grondslagen, methoden*. (2000) is een belangrijke bron om het begrip van spiritualiteit verder te definiëren. Zelf schrijft hij dat vertrouwdheid met het veelvormige verschijnsel van de geleefde spiritualiteit nodig is, wil men zinnig kunnen nadenken over vragen als: *wat is spiritualiteit?*.

Het proefschrift van Van IJssel *Daar hebben de humanisten het niet zo over* (2007) kadert de huidig gehanteerde opvatting van humanistische spiritualiteit in en helpt om zich een breed idee van de relatie tussen spiritualiteit en humanisme te vormen. Van IJssel beschrijft spiritualiteit als een fenomeen die betrekking heeft op een dieptedimensie in ons bestaan die enerzijds spontaan kan worden ervaren en anderzijds bewust kan worden opgezocht (van IJssel, 2007, p. 52). Van IJssels empirische onderzoek toont aan dat spiritualiteit voor veel humanistisch geestelijk verzorgers een belangrijke drijfveer en inspiratiebron is, maar dat zij

weinig ruimte ervaren om daarover in gesprek te gaan¹ (Schuhmann, 2018, p. 77). Van IJssel schrijft bovendien over de theoretische achtergrond van spiritualiteit, in het bijzonder over *de kosmische samenhang tussen humanisme en spiritualiteit* (p.171). Ze gaat ook in op de concrete uitingen hiervan in het werk van humanistisch geestelijk verzorgers. Zij is echter niet op zoek naar een filosofische verdieping van spiritualiteit zoals ik die hier in aanzet wil geven door gebruik te maken van het werk van Vervaeke.

Ook de opvattingen van Jeaneane Fowler (2015) helpen om zich een beeld te vormen over wat spiritueel humanisme tegenwoordig betekent. Daarnaast gebruik ik ook *De kunst van het samenleven. Een pleidooi voor een pluralistisch humanisme* van Alma (2018) om in te gaan op haar psychologisch geïnspireerde ideeën over de relatie van spiritualiteit en humanisme mede op basis van de verbeelding. Met het werk van Apostel (*Atheïstische spiritualiteit*, 2013) en van Compte-Sponville (*De geest van het atheïsme*, 2009) komen we in filosofisch vaarwater en verdiep ik mij in de zogenaamde *atheïstische spiritualiteit*. De Franse filosoof Compte-Sponville stelt in zijn boek *De geest van het Atheïsme* (2009) de vraag centraal of de atheïsten gedoemd zijn zonder spiritualiteit te leven. Volgens Compte-Sponville is het van groot belang om spiritualiteit zonder God en zonder dogma's in te vullen, want dat behoedt ons voor nihilisme en fanatisme. Apostel bespreek ik als illustratie van een atheïstische filosofie die zich voor spiritualiteit opent.

Verder is het werk van Philip Sheldrake van belang om inzicht te krijgen in de geschiedenis en moderne ontwikkelingen van spiritualiteit. In zijn boek *A brief history of spirituality* (2007) claimt hij dat mensen verlangen naar iets wat we 'spirituele vervulling' kunnen noemen (Sheldrake, 2007, p. 1). Ondanks de vele onduidelijkheden ten aanzien van het begrip 'spiritualiteit', kunnen we er volgens Sheldrake van uitgaan dat het woord verwijst naar de diepste waarden van waaruit mensen tegenwoordig proberen te leven.

In het kader van het Nederlands humanisme zijn naast Apostel ook de werken van Jaap van Praag en Hans Alma van belang. Ik zal vooral Jaap van Praag aanhalen, enerzijds omdat hij de grondlegger is van het georganiseerd humanisme in Nederland, anderzijds omdat vanuit zijn nihilismekritiek spiritueel humanisme een belangrijk en relevant onderwerp is geworden voor het hedendaagse humanisme. Uit *Grondslagen van het humanisme* (1978) zijn denkbeelden over humanisme en zijn opvattingen over de relatie van humanisme en nihilisme

¹ Met elkaar en, indien gezonden vanuit het Humanistisch verbond, met hun zendende instantie (Schuhmann, 2018, p. 77)

te destilleren. Ik wil de opvattingen over *nihilisme* vooral ook uitlichten om die te kunnen vergelijken met de opvattingen van Vervaeke over moderne zombies.

Naast Van Praag schrijft ook Compte-Sponville over de strijd die men dient aan te gaan tegen het nihilisme. Zijn bijdrage aan dit onderzoek is waardevol vanwege de link die ook hij maakt met atheïstische spiritualiteit en dit in relatie plaatst met nihilisme. Een verband dat ook Vervaeke legt.

Vervaeke past volgens mij een vernieuwende manier toe van filosofie: hij deelt zijn ideeën eerst experimenteel aan een breed publiek via diverse online-platformen zoals Spotify en Youtube, om dan later zijn inzichten te publiceren. Hij wil enerzijds de orale traditie van filosoferen van Socrates weer heractiveren, en anderzijds in lijn met Plato toch in de vorm van narratieve boeken iets op papier zetten. Voor deze nieuwe methode is nog geen naam voor gevonden. We zouden het op ‘cyberfilosofie’ kunnen houden.

Naast zijn boek over zombies heeft Vervaeke dus een 50-delige podcastserie in het leven geroepen genaamd *Awakening from the Meaning Crisis*, waarin hij zijn these van de moderne betekenis crisis uit de doeken doet. Verder biedt hij ook een podcastserie over transcendent naturalisme waarin hij een diepteonderzoek doet naar complexiteitstheorieën en cognitiewetenschap, en dit allemaal verbindt aan een Neoplatonistische metafysica: deze podcastreeks is nog niet af en is nog niet goed te gebruiken voor mijn onderzoek. In weer andere podcastseries onderzoekt Vervaeke spirituele praktijken die volgens mij ook voor geestelijke verzorgers van veel nut kunnen zijn, maar ik zal daar niet op ingaan omdat mijn onderzoek zich toelegt op een theoretische verdieping van spiritualiteit. In zijn interdisciplinaire analyse komen verschillende kenmerkende factoren ter sprake die invloed hebben op hoe wij momenteel betekenis in de wereld ervaren of hoe cognitie tot stand komt. Vervaeke doet de dieptepoging om de huidige moderne betekenis crisis te verklaren. De verklaringen die hij aanhaalt, hebben raakvlakken met de opvattingen over nihilisme van Jaap van Praag, die dankzij Vervaeke een verdieping kunnen krijgen. Om het begrip nihilisme van Van Praag opnieuw te kunnen positioneren in een onderzoek naar spiritualiteit, zal ik dus het gedachtegoed van Vervaeke als uitgangspunt nemen.

Mijn thesis begint als het ware *in media res* van de huidige betekenis crisis, die dus nog volop aan de gang is en waarvan de historische ontwikkeling nog ongewis is. In de moderne samenlevingen worden we geconfronteerd met tal van crises waaronder een betekenis crisis,

de ecologische crisis, de mentale gezondheids-crisis, de sociaaleconomische crisis. De betekenis-crisis ziet Vervaeke als spil van deze metacrisis. Vanwege de betrekking die deze crises op elkaar hebben is het volgens Vervaeke van belang om de betekenis-crisis op een diepgaande manier te onderzoeken. Zelf benoemt hij dat de podcastserie niet academisch bedoeld is maar gericht is op een breed publiek van mensen die deze vanwege een persoonlijke existentiële interesse opzoeken. Vervaeke beschouwt zijn werk overigens als een levenslang project. De complexiteit van het onderwerp verklaart ook de omvang ervan. Hij beargumenteert zijn ideeën zeer uitgebreid en gaat in detail in op hoe we tot de huidige situatie zijn gekomen. Tot een gemakkelijk antwoord komt hij nog niet. In de podcastserie over Transcendent Naturalisme die pas van start is gegaan probeert hij als antwoord op de huidige crisis een nieuwe toegang te bieden tot ideeën van Plato en het Neoplatonisme. Op korte termijn komt er een nieuw boek van hem uit dat zich vooral richt op de betekenis-crisis. Hij probeert middels uitgebreide analyses van verschillende denkers uit de mondiale geschiedenis, de betekenis-crisis te duiden waar wij ons heden ten dage in bevinden. Tevens laat hij zien hoe de bewegingen uit het verleden in deze huidige crisis resulteren.² Binnen deze thesis is echter gekozen om zijn werk – dat zich snel ontwikkelt- slechts deels te benutten. Hoewel de hoeveelheid en diversiteit van disciplines die Vervaeke aanhaalt nieuwe inzichten voor het humanisme kunnen bieden, heb ik binnen deze thesis ervoor gekozen om mij allereerst toe te leggen op het gepubliceerde werk van Vervaeke over de betekenis-crisis. Dit ook om voldoende ruimte te laten om spiritualiteit te kunnen koppelen aan de inzichten van andere auteurs.

De interdisciplinaire aanpak van de betekenis-crisis die Vervaeke gebruikt, sluit goed aan bij de opvattingen over het nihilisme van Jaap van Praag en André Compte-Sponville (2009). Deze auteurs worden dus in mijn onderzoek relevant om de huidige betekenis-crisis te illustreren. Waar de analyses van Vervaeke voor dit onderzoek onvoldoende bedding geven, vul ik zijn opvattingen aan met inzichten van Charles Taylor, *Een seculiere tijd* (2007) waarop Vervaeke zich baseert, en met inzichten van Jaap van Praag uit *Grondslagen van humanisme* (1978). Begrippen als ‘vervreemding’, ‘ontworteling’ en ‘omsloten-zelf’, die Vervaeke gebruikt maar niet uitwerkt, zal ik via Taylor en Van Praag proberen aan te vullen.

² Vervaeke, Notes and transcripts from Awakening from the Meaningcrisis, 2019. Episode 1.

1.4 Relevantie van het onderzoek

Er is een groeiende aandacht voor ‘alternatieve’ vormen van zingeving waarbij de term spiritualiteit volgens de cijfers van het SCP een significante rol lijkt te spelen (van IJssel, 2007, p. 54). Volgens het tienjaarlijkse onderzoek naar de religieuze staat in Nederland: *God in Nederland*, vormen de buitenkerkelijken – nieuwe spirituelen- met religieuze overtuigingen inmiddels een significante kerngroep van religieus geïnteresseerden. 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. Ze betonen zich daarbij ware spirituele omnivoren (Bernts, Dekker & De Hart 2007).

Binnen het humanisme is spiritualiteit echter nog steeds een buitenbeentje. Men schuwt er zelfs wat van weg. Gezien de van oudsher atheïstische, rationaliserende en wetenschappelijke benadering van het Verlichtingshumanisme, gaan humanisme en spiritualiteit ogenschijnlijk voor velen niet met elkaar samen. Nochtans worden zowel spiritualiteit als religie als belangrijke bronnen van betekenisgeving gezien. Volgens Jeaneane Fowler kunnen we weliswaar proberen om andere termen voor spiritualiteit te gebruiken, bijvoorbeeld vanuit de wens het los te trekken van religieuze culturen, maar dit verhult volgens haar alleen maar het feit dat spiritualiteit – hoewel niet bij iedereen even duidelijk zichtbaar - een biologische en psychologische menselijke ervaring is die iedereen gemeen heeft (Fowler, 2015, p. 367).

Niettemin wordt spiritualiteit vaak afgedaan als zweverig en als persoonlijke aangelegenheid. Toch is er een voorzichtig toenemende aandacht voor spiritualiteit binnen het humanisme, ook in het Humanistisch Verbond.

In zijn artikel uit 2009 in *Trouw* schrijft filosoof en atheïstische humanist Floris van den Berg bijvoorbeeld nog:

“Het Verlichtingshumanisme gaat uit van wetenschappelijk naturalisme, met als centrale elementen de ratio, het individu, atheïsme en liberalisme. Als je wilt weten hoe de wereld in elkaar zit, is de wetenschap de beste methode. Daar past geen God of spiritualiteit in. Religieuze humanisten geloven in zaken die niet te bewijzen zijn, ze hebben er geen goede argumenten voor” (van den Berg, *Trouw*, 10 maart 2009).

Het *Humanistisch Verbond* plaatste echter in augustus 2023 een kort artikel in dezelfde krant, over spiritueel humanisme waarin de huidige Robbert Bodegraven onder andere stelt dat spiritueel humanisme samengaat met het verruimen van onze menselijke vermogens. Hoewel zijn uitspraken in het teken staan van een wending in de visie van het Humanistisch Verbond naar een meer inclusief humanisme en dus meer aandacht heeft voor de relatie tussen humanisme en spiritualiteit, gaat deze opvatting vooralsnog niet veel verder dan uitspraken als “een naar buiten gerichte verkenning” van “menselijke ervaringen” (Bodegraven, 2023).

Zoals eerder is aangegeven, is een van de kennisdoelen van deze thesis om de opvattingen van humanistische spiritualiteit te verruimen of aan te vullen. Volgens Peter Sheldrake (2007) is het niet voldoende om spiritualiteit te zien als een ‘verkenning’. Mensen verlangen volgens hem naar iets wat men *spirituele vervulling* kan noemen (Sheldrake, 2007, p. 1). Ondanks de onduidelijkheid rondom het begrip ‘spiritualiteit’, kunnen we er volgens hem wel van uitgaan dat het woord de achtergrond vormt van de diepste waarden en betekenissen van waaruit veel mensen leven. En verder, ‘spiritualiteit’ impliceert ook een soort visie op de menselijke geest en op *iets* wat de geest helpt zich volledig te ontwikkelen (Sheldrake, 2007, pp. 1-2).

Dat er een toegenomen democratisering van spiritualiteit is, is terug te zien in de populariteit van boeken die vroeger tot de sectie geheimleer, mysterie of esoterie behoorden. Volgens een artikel in *Trouw* (dec 2023), zijn er inmiddels spirituele bestsellers (Dros, 2023). Vervaeke stelt zelfs dat we ons midden in een *mindfulness-revolutie* bevinden. Een van de manieren waarop mensen volgens hem reageren op de betekenis crisis is door een intense interesse, zowel existentieel alsook wetenschappelijk, in de fenomenen van mindfulness. Hij gelooft dat het cultiveren van mindfulness, en het verdiepen van ons zelfbewustzijn, manieren zijn om tot wijsheid en zelftranscendentie te komen waardoor we meer betekenis in ons leven kunnen vinden (Vervaeke, 2019b).

Een mogelijke verklaring voor de huidige populariteit van spiritualiteit, is dat het een reactie is op het consumptisme dat ons leven de afgelopen 50 jaar heeft gedomineerd. Verder is de opkomst van spiritualiteit een weerspiegeling van het feit dat traditionele externe bronnen van autoriteit, zoals politici, de kerkelijke publieke leiding, minder vertrouwd worden dan vroeger (Sheldrake, 2015).

De wetenschappelijke relevantie van mijn onderzoek is door het samenbrengen van literatuur over spiritualiteit en humanisme, toegespitst op nihilisme in de huidige tijd, een nieuw

perspectief op het onderwerp te introduceren en daarmee aan bestaande literatuur bij te dragen. We worden in de huidige tijd, naast de betekenis crisis, tegenwoordig geconfronteerd met een ecologische-, mentale gezondheids- en sociaaleconomische crisis. Omdat de betekenis crisis als de spil van deze metacrisis wordt beschouwd, is het volgens Vervaeke van belang om de deze op een diepgaande manier te onderzoeken.

1.5 Opbouw van de thesis

Mijn thesis bestaat uit vijf hoofdstukken met een thematische opbouw. In hoofdstuk twee behandel ik, na de inleiding, de verschillende opvattingen over en definities van spiritualiteit. Deze zorgen voor meer duiding voor hoofdstuk drie, waarin ik een antwoord zoek op de vragen: wat houdt het spiritueel humanisme in? Ik bespreek de traditioneel atheïstische opvatting van humanisme en de pogingen om zich te openen voor spiritualiteit. Ik ga ook kort in op het inclusief-psychologiserend humanisme van Alma. Om een antwoord te geven op de bovengenoemde vraag ga ik eerst in op humanisme en nihilisme. In het vierde hoofdstuk bespreek ik Vervaeke's ideeën over de moderne betekenis crisis. Ik breng zijn ideeën vervolgens in verband met onder andere Taylor en Van Praag. Hoofdstuk vijf gaat verder in op Vervaeke's opvattingen over spiritualiteit in de huidige tijd en combineert informatie uit de voorgaande hoofdstukken om te zien welke gevolgen de ideeën van Vervaeke (en in zijn kielzog Taylor en Van Praag) hebben voor de eerdergenoemde opvattingen over spiritueel humanisme.

2. Wat is spiritualiteit?

Er is in de loop der jaren veel en vanuit verschillende disciplines geschreven over spiritualiteit. In de zoektocht naar een antwoord op de vraag wat spiritualiteit is, kwam ik een veelvoud aan betekenissen, opvattingen en dimensies tegen. Waar sommige auteurs ingaan op de betekenis van de term spiritualiteit, gaan andere in op de functie, de ervaringen of de dimensies in het menselijke bestaan. Deze verschillende inzichten zullen een bijdrage leveren om in het volgende hoofdstuk een antwoord te geven op de vraag: *wat houdt het spiritueel humanisme in?* Dit hoofdstuk begint met een schets van de context rond spiritualiteit en vervolgt met een aantal definities van de term.

De term spiritualiteit wordt vaak zodanig gebruikt, dat het een specifiek werkelijkheidsgebied aanduidt dat voor iedere auteur een gewenste configuratie aan het licht brengt. De lezer kan zo in de door hem of haar gewenste denkhouding worden gebracht. De analyse van de term spiritualiteit functioneert daardoor al meteen als een eerste ontsluiting van het werkelijkheidsgebied van spiritualiteit (Waaijman, 2000, p. 313). Het is de pluriformiteit aan contexten die de term spiritualiteit moeilijk te definiëren maakt (van IJssel, 2007, p. 46). Het begrijpen van het woord *spiritualiteit* voorziet echter in de behoefte aan een wetenschappelijke term voor het geestelijke leven. Daarin gaat het zowel over het in kaart brengen van mogelijke *praxis* van het geestelijke leven, als de reflectie daarop (van IJssel, 2007, p. 47).

Kees Waaijman heeft in zijn naslagwerk *Spiritualiteit. Vormen, grondslagen, methoden* (2000) een diepte-onderzoek gedaan naar spiritualiteit. Hoewel Waaijman bijna uitsluitend put uit de joods-christelijke tradities, hanteert hij spiritualiteit als een onmiskenbaar mondiaal begrip dat van toepassing is op praktijken uit allerlei tijden en culturen (Waaijman, 2000, p. 306). Daarnaast stelt hij dat de verschillende beschrijvingen van spiritualiteit vaak niet verder gaan dan die van persoonlijke belevingen.

Om te komen tot een definitie, begint Waaijman met een omschrijving van de complexiteit van het fenomeen. Hij geeft in zijn fenomenologische analyse maar liefst 54 voorbeelden van verschillende *vormen*³ van spiritualiteit die de eidetische variatie vormt van het fenomeen spiritualiteit (Waaijman, 2000, p. 11). Om tot een definitie te komen hanteert hij dus de eidetische methode, die in de fenomenologie van Edmund Husserl ontwikkeld is. Hier wordt

³ Gestalten, bewegingen, units (Waaijman, 2000, p. 13)

een voorbeeld als een vorm gezien, die een verbijzondering is van de algemene regel. Het kennen schrijdt voort van het zintuiglijke kennen van voorbeelden (*nosse*), naar het verstandelijke inzien van regels (*intelligere*) (Waaijman, 2000, p. 13). Waaijman beschrijft op basis hiervan het werkelijkheidsgebied van spiritualiteit als een God-mens-betrekking waarin een *omvormingsproces* gemoeid is.

Als discipline van de christelijke leer stond ‘spiritualiteit’ binnen de traditionele theologie onder de dominantie van dogmatiek en moraal, die zij diende te internaliseren. De laatste decennia is deze verhouding echter veranderd en is spiritualiteit ook losgeraakt van de theologische inkadering om binnen de wetenschap een zelfstandige niet-theologische discipline te worden (Waaijman, 2000, pp. 308-309). Door de sterke opkomst van geleefde spiritualiteit de laatste decennia, raakte de betekenis los uit de oorspronkelijke religieuze bedding, en werd vager en moeilijker te definiëren (Waaijman, 2000, p. 313).

Waaijman definieert spiritualiteit vooral als ‘de verhouding van de mens tot het absolute’ en iets dat ‘de kern van het menselijke bestaan raakt’ (Waaijman, 2000, p. 1). Verder is spiritualiteit volgens hem ook ‘gewoon’ de aanduiding voor een bepaald levensgevoel, evenals een algemene houding die geen directe associatie met afgeronde visies of (religieuze) institutionele kaders heeft. De term spiritualiteit bezit in deze zin geen directe associatie meer met geïnstitutionaliseerde kaders. Hierdoor kan spiritualiteit de grenzen van een particuliere groep ver overschrijden (Waaijman, 2000, p. 313).

Philip Sheldrake haalt het woord spiritualiteit uit elkaar, waarbij hij beschrijft dat *spiritus* (geest) of spiritueel (geestelijk), niet het tegenovergestelde is van fysiek of het materiele, maar dat ‘spiritus’ eigenlijk het tegenovergestelde is van ‘vlees’ in de zin van het tegenovergestelde van God – van *de geest* van God. Het contrast was oorspronkelijk niet bedoeld om het verschil aan te duiden tussen lichaam en ziel, maar tussen twee manieren van in het leven staan. Een spiritueel persoon was simpelweg iemand waarin de geest van God leefde, of die onder invloed van de geest van God verkeerde. We kunnen spiritualiteit definiëren door het te associëren met religieuze tradities zoals het christendom. In de christelijke context verwijst spiritualiteit naar de manier waarop onze fundamentele waarden, levensstijlen en spirituele praktijken, bepaalde opvattingen weerspiegelen over God, de menselijke identiteit en de materiële wereld als de context voor menselijke transformatie. Volgens hem verlangen mensen naar iets wat we ‘spirituele vervulling’ zouden kunnen noemen (Sheldrake, 2007, p. 2). Volgens Sheldrake is spiritualiteit het ware hart van alle religies en grote filosofen, evenals

van de ethische systemen van alle samenlevingen. In zijn holistische visie gelooft hij dat spiritualiteit deel uitmaakt van het leven als geheel en dat men zich steeds meer ziet als deel van het geheel. Bovendien is het niet enkel een individueel of innerlijk proces maar heeft het een sterk sociale component. Met andere woorden, gaat spiritualiteit volgens Sheldrake over een aspiratie en impliceert dus altijd een visie op de menselijke geest en wat deze zal helpen om zijn volledige potentieel te bereiken. Tevens ziet Sheldrake spiritualiteit als de bron van waarden en autoriteit, waarbij uiteindelijk alle autoriteit van binnenuit komt, in tegenstelling tot de institutionele autoriteitssystemen die van buitenaf komen (Sheldrake, 2007, pp. 1-2).

Zoals ook Sheldrake spiritualiteit ziet als een menselijke eigenschap, hanteert Fowler (2015) het standpunt dat spiritualiteit een fundamenteel onderdeel is van het mens-zijn en intrinsiek is aan ons menselijk bewustzijn.

Hoewel de meeste niet-westerse culturen het woord spiritualiteit eigenlijk niet gebruiken, is de term tegenwoordig ook in die gebieden doorgedrongen (van IJssel, 2007, p. 39). Anders gezegd is de term spiritualiteit in zekere zin een ‘onbelast’ woord (van IJssel, 2007, p. 46).⁴ En het laat zich niet laat vastpinnen binnen bestaande kaders. Waaijman beschouwt dit als een belangrijk aspect van de aantrekkingskracht van spiritualiteit; het past bij het geheimzinnige, bij het niet (be)grijpbare ervan. Daarnaast stelt Waaijman dat spiritualiteit – net als mystiek, religiositeit, geloofsbeleving en religieuze ervaring – verwijst naar een nog niet-garticuleerde levensbeschouwing, die buiten de institutionele kaders om functioneert (Waaijman, 1992, geciteerd in Van IJssel, p. 46).

Spiritualiteit kan gaan om oefeningen of praktijken zoals meditatie, yoga, stilte retraites maar er zijn veel andere praktijken te bedenken die onder spiritualiteit vallen. Deze praktijken worden in de populaire cultuur vaak opgevat als zweverig, esoterisch en ‘niet van deze wereld’, alsook geassocieerd met creativiteit, ongebondenheid en originaliteit (van IJssel, 2007, pp. 39-40). Spiritualiteit reikt echter verder dan dat. Het vereist een soort toewijding aan zowel het psychische als het fysieke leven, aan de algemene levenspraktijk. In deze opvatting houdt het dus een zelf-reflectief leven in, met een verlangen naar een vorm van perfectie en betekenis. Het is meer dan iets wat zich alleen in de geest afspeelt, en gaat verder dan het beoefenen van een bepaalde praktijk. Spiritualiteit gaat volgens Waaijman over het gevoel een richting te hebben in het leven, waarbij hij aanvult dat er met spiritualiteit ideeën

⁴ In tegenstelling tot bijvoorbeeld ‘vroomheid,’ ‘devotie’, ‘Schriftuurlijke bevinding of ‘praktijk der godzaligheid’ (Waaijman, 2000, p. 361)

gepaard gaan, die reiken naar een ultiem doel dat verder gaat dan het in-het-moment leven. Spiritualiteit is als een *zoektocht* naar een optimale relatie tussen ‘wat men waarlijk is’ en ‘alles wat is’. Het uitoefenen van toepasselijke spirituele praktijken en deelnemen aan relevante gemeenschappelijke rituelen kan deze zoektocht bevorderen (van IJssel, 2007, p. 85). In deze zin heeft spiritualiteit vooral te maken met ervaringen van transcendentie of ultieme werkelijkheid – ervaringen die op de een of andere manier afwijken van de alledaagse ervaringen van de werkelijkheid.⁵ In deze ervaringen opent zich telkens een andere werkelijkheid die kenbaar en voelbaar wordt voor het individu (van IJssel, 2007, p. 86).⁶

Een andere/aanvullende opvatting is spiritualiteit als een dimensie in het menselijke bestaan.⁷ Deze *spirituele dimensie* van het leven is de belichaamde taak om iemands meest ware zelf te realiseren in de context van een realiteit die wordt begrepen als een kosmische totaliteit. Deze dimensie is verbonden met bepaalde ervaringen die zich manifesteren in een procesmatig gebeuren en worden verbonden met bepaalde praktijken (van IJssel, 2007, p. 51). Het beoefenen van spirituele praktijken of het aannemen van bepaalde overtuigingen, is echter niet iets wat zich alleen maar aandient. Men moet er bewust een verbinding mee aangaan. Dit wordt geassocieerd met iets wat omschreven kan worden als een *spirituele levenshouding*. Spiritualiteit als levenshouding komt naar voren als een fundamentele levensoriëntatie die mede het handelen bepaalt, en een engagement met de wereld vormt die voortvloeit uit datgene wat in de spirituele ervaring gegeven is. Het gaat om een aandachtige en liefdevolle betrokkenheid op het leven en wordt vaak in één adem genoemd met het thema levenskunst (van IJssel, 2007, p. 52).

In oosterse opvattingen verwijst spiritualiteit niet naar een theïstische ingevulde religiositeit maar naar een “radicaal andere beleving van, of persoonlijke situatie in, de werkelijkheid en/of de eigen identiteit” (van IJssel, 2007, p. 39). Dit wordt tevens omschreven als ‘het in beweging zijnde’, of zoals in het Boeddhisme, ‘het zich ontwikkelende’ (van IJssel, 2007, pp. 50-51) Een andere veel gehanteerde omschrijving van spiritualiteit is: de “dieptedimensie in alle menselijke inspanningen’ (Fuller, 1996).

⁵ Transpersoonlijke ervaringen (vanuit transpersoonlijke psychologie), mystieke, numineuze, religieuze ervaringen, piekervaringen (hum, psycholoog Maslow) of optimaal menselijke ervaringen (Van IJssel, 2008, p. 86)

⁶ ‘Het ontwaken van het zelf; Underhill – ‘het besef van verlichting’; James. Waaijman; besef dat er iets fundamenteels gebeurd is

⁷ Van IJssel bouwt voor op de opvattingen van Waaijman in het kader van humanisme en spiritualiteit.

2.1 Groeiende interesse in spiritualiteit

De groeiende interesse in spiritualiteit is een opvallend aspect in de moderniteit. Aan het begin van het nieuwe millennium kwamen er bovendien duidelijke tekenen naar voren dat het woord spiritualiteit verder begon te reiken dan die van een individualistische zoektocht naar betekenis. Paradoxaal genoeg staat dit naast een afname van lidmaatschap van traditionele religies (Sheldrake, 2007, p. 1).

De toenemende interesse in spiritualiteit, reflecteert volgens Sheldrake(2017) een subjectieve verandering in de westerse cultuur. Er is een groeiende aandacht voor ‘alternatieve’ vormen van zingeving waarbij de term spiritualiteit een significante rol lijkt te spelen (van IJssel, 2007, p. 54)⁸. De nieuwe interesse in spiritualiteit zou het gevolg zijn van een aantal diepgaande sociale veranderingen in de westerse samenlevingen, die een diepe behoefte aan individuele zingeving in de hand werken (van IJssel, 2007, p. 55). In die context is spiritualiteit niet een vertoog naar waarheid, openbaringen of bijzondere ervaringen maar gaat het over een verlangen naar zin en eenheid in een brekende of gebroken samenleving (van IJssel, 2007, p. 55)

Waar Sheldrake schrijft dat spiritualiteit in de huidige samenleving neigt te focussen op individuele zelfrealisatie of op een vorm van naar-binnen-keren of naar-binnen-gerichtheid (Sheldrake, 2007), ziet van IJssel dat het denken in termen van heelheid en verbondenheid het hart vormt van hedendaagse spiritualiteit (van IJssel, 2007, p. 64).

⁸ Volgens cijfers van het SCP in een onderzoek naar religiositeit in Nederland (van IJssel, 2007, p. 54).

3. Spiritueel humanisme

Het is vanaf de jaren tachtig dat het woord spiritualiteit zijn intrede doet in het vocabulaire van humanisten, waarbij spiritualiteit verwijst naar gevoelens, houdingen en ideeën die in het verlengde liggen van wat in de beginjaren van het georganiseerde humanisme in Nederland bekend stond als *religieus humanisme* (Van IJssel, 2007, p. 171). Het woord spiritualiteit heeft voor velen echter nog een religieuze connotatie. Velen associëren het woord spiritualiteit met religie, en humanisme met atheïsme. Als het gaat over humanisme en spiritualiteit, is de link met religie, atheïsme en het zich afwenden van religie snel gemaakt. Maar hoewel veel mensen beweren niet religieus te zijn, beweren weinigen dat ze op de een of andere manier niet spiritueel zijn, of geen spirituele ervaringen hebben gehad (Fowler, 2015, p. 348). Vanuit de wens spiritualiteit los te trekken van religieuze culturen, kunnen we proberen om een alternatieve term voor spiritualiteit te gebruiken, maar dit verhult enkel het feit dat spiritualiteit – hoewel dit niet bij iedereen even duidelijk zichtbaar is – een biologische en psychologische menselijke ervaring is die iedereen gemeen heeft (Fowler, 2015, p. 367).

Zoals in het vorige hoofdstuk beschreven staat is een van de definities van spiritualiteit ‘de verhouding van de mens tot het absolute’ en iets dat ‘de kern van het menselijke bestaan raakt’ (Waaijman, 2000, p. 1). Wat er binnen het humanisme onder ‘het absolute’ kan worden verstaan en wat spirituele ervaringen en praktijken zijn binnen het staat in dit hoofdstuk centraal.

3.1 Humanisme

De beschrijving van het atheïstische en inclusieve humanisme vraagt allereerst om een beschrijving van humanisme überhaupt. Humanisme werd in 1946 door Jaap van Praag in Nederland beschreven als een niet-religieuze levensbeschouwing en als antwoord op de grote groep kerkverlaters. De opvattingen van Van Praag gingen zelf richting religieus humanisme maar hij werkte deze destijds nog niet uit. Zoals jaren later Peter Derkx beschreef, heeft iedere levensbeschouwing naast een cognitief en een moreel aspect, ook een motiverend, inspirerend of spiritueel aspect (Derkx, 1993, p. 111). Voor een nadere verdieping van het spiritueel humanisme, zal ik later op het gedachtegoed van Leo Apostel en Compton Sponville ingaan. Hier wil ik het theoretische werk van Van Praag in ogenschouw nemen.

Van Praag zette zich in voor wat hij de ‘grote en de kleine strijd’ is gaan noemen. De grote strijd was gericht op het ondersteunen en inspireren van een grote groep kerkverlaters. De kleine strijd was de emancipatiestrijd van buitenkerkelijken voor een volwaardige plaats op gebieden van de samenleving naast de kerkelijke instituties (Van Praag, 1946, in Derkx, 2009, p. 32). Van Praag vond het altijd van belang om helder te krijgen wat precies humanisme inhoudt: “als humanisme steeds weer ten tonele wordt gevoerd als een symbool van bezielde menselijkheid, het wel de moeite loont ons af te vragen wat het nu eigenlijk inhoudt.” (Van Praag, 1978, p. 16) In zijn boek *Grondslagen van het humanisme* wilde hij humanisme verduidelijken zonder het geheel vast te leggen of dogmatisch te worden. Hij benadrukte daarin ook dat er weinig vast hoeft te staan en dat de lezer altijd zelf zorgvuldig en kritisch moet blijven overwegen. De eigen keuzes dienen weloverwogen te zijn (Van Praag, 1978, p. 8).

Allereerst werd het humanisme als niet-religieuze levensbeschouwing vooropgesteld. Maar dit humanisme diende op een levensfilosofie gebaseerd te zijn die diepere perspectieven kon bieden over persoonlijke tevredenheid, maatschappelijke creativiteit en democratische samenwerking. Van Praag beschouwde het humanisme als een antwoord op de vraag hoe creativiteit en democratische gezindheid kon worden versterkt op zowel maatschappelijk als individueel vlak. De humanistische methode was gebaseerd op openheid van beschikbare kennis tot de wereld, en is ook gericht op de toepassing van deze kennis zodat mensen beter samen kunnen leven en het leven als waardevol kan worden ervaren. Humanisme verschaft zelf geen definitieve antwoorden op de fundamentele vragen die traditionele godsdiensten stelden. Het stelt slechts ‘andere’ vragen. Het is aan de mens om vorm te geven aan de wereld waarin hij leeft, met behulp van verwachtingen en ideeën die van de mens zelf komen en op een manier waaruit blijkt dat de mens zelf zijn ervaringen interpreteert en hanteert.

“De humanist is niet een christen ontdaan van zijn christelijke verwachtingen en houdingen. Hij denkt eenvoudigweg in andere termen dan die van zonde en verlossing leiden en heil. De humanist kan het bestaan van kwaad, leed en de dood niet ontkennen, maar ervaart ze als natuurlijke keerzijde van het bestaan.” (Van Praag, 1978, p. 13)

Daarnaast is een belangrijke humanistische opvatting dat het doel van het leven in het leven zelf vervat zit.

“De mens moet zin kunnen ontdekken om een bevredigend leven te kunnen leiden en dient daarvoor zelf die maatschappelijke voorwaarden te scheppen.” (Van Praag, 1978, p. 13)

Nietzsche 's motto ‘God is dood en wij hebben hem gedood’ ziet Van Praag als een wanhoopskreet en geen triomfkreet. De kern van deze uitspraak is de vraag of het leven nog wel zin heeft. God was niet alleen de Schepper die het leven op aarde en in het hiernamaals creëerde, maar ook degene die de betekenis aan het leven gaf. De vraag die hieruit ontspringt, is waar nu zin vandaan kan komen als de mens op zichzelf is teruggeworpen? (Van Praag, 1978, p. 14). De wereldlijke mens moet zelf zin aan zijn leven geven en de ware uitdaging van het humanisme is steeds weer het vinden van een antwoord op deze vraag. Hoewel dit volgens Van Praag een kwestie van persoonlijke ervaring is, kunnen humanisten wel verantwoorden waar en op welke wijze zij de zin van het leven menen te vinden, namelijk in levenservaringen die betekenis kunnen hebben zonder naar een buiten gelegen doel te verwijzen. Levenservaringen hebben een waarde in zichzelf. Vanuit hier kunnen we op zoek gaan naar een leefwijze die een samenhangend geheel vormt en op deze manier een zelf betekenis genereert. Dit moet gepaard gaan met een versterking van het zelfbewustzijn want zelfbewustzijn is een noodzakelijke voorwaarde voor zelfbestemming, die betekenis aan het leven geeft (Van Praag, 1978, p. 14).

Ontleend aan Erich Fromm (1976) haalt Van Praag aan dat ‘de egoïst’ niet te veel van zichzelf houdt maar te weinig: “Hij verwaarloost zijn eigen werkelijke waarde en probeert dit te verbloemen met valse waarden” (p. 14). Een ander belangrijke visie van Van Praags humanisme op het menselijk bestaan is de verhouding van mijn zelfbeschikking tot die van anderen. Er bestaat geen echte zelfverwerkelijking als het andere ik niet opduikt. Wanneer er vooruitgang is in de maatschappij optreedt, betekent dit een vooruitgang in de vrijheid van keuze. Deze vrijheid staat daarom in nauw verband met een idee van rechtvaardigheid die gebaseerd is op het gelijke recht op keuzemogelijkheden.⁹ In deze zin zijn verbondenheid en zelfbestemming ‘onontwarbaar’ met elkaar verweven (Van Praag, 1978, p. 15). Omdat zelfbestemming en verbondenheid de richtlijnen zijn die mensen in staat stellen om de onzekerheden van het bestaan onder ogen te zien en betekenis te vinden, is het noodzakelijk om duidelijk te maken in precies welke richting gezocht wordt naar betekenis in een wereld

⁹ Dit geldt zelfs op wereldschaal; want de mensheid is niet een som van enkelingen, volkeren en rassen, maar een eenheid van mensen, wat een gezamenlijke verantwoordelijkheid inhoudt (van Praag, 1987, p. 15).

die door volgens Van Praag geconfronteerd is met individualisering en vervreemding. Ik citeer:

“Vervreemding daagt uit tot zelfbestemming, en vereniging tot verbondenheid.” (Van Praag 1978, p. 15)

Hier ligt de taak van het nieuwe humanisme:

“{...} om, zonder aan ernst te verliezen, te worden tot een houvast voor de zoekenden en om zonder oppervlakkig te worden, een antwoord te geven in voor elke verstaanbare taal, en de normen van de gerechtigheid en waarheid, van menselijke verbondenheid en eerbied voor de medemens opnieuw te maken tot een onvervreemdbaar bezit voor allen.”(Van Praag, 1945, p. 27)

Dit betekent niet zozeer dat er volgens Van Praag universele waarden bestaan, maar wel dat er duurzame stroming van waarden zijn die een houvast kunnen geven aan het leven. Het accentueren van de menselijkheid van waarden en dit als uitgangspunt nemen voor het persoonlijke bestaan en de hervorming van de maatschappij, is zeker niet louter academisch. Ideeën hebben geen levensvatbaarheid als er niets van verwezenlijkt wordt in praktijken. De aard van de echte ‘praxis’ is juist dat ze de middelen en het doel verenigt:

“Het humanisme is overtuigd van de hachelijke positie van de mens in het bestaan waarin hij geworpen is. Het weet dat de verwerkelijking van die roeping hachelijk is, maar het gelooft in het scheppend vermogen, dat in ieder mens werkzaam is in geestelijke en zedelijke zin. Op dit scheppend vermogen, hoe dikwijls ook misleid, misvormd, miskend, baseert het ondanks alles zijn vertrouwen in de menselijke mogelijkheden en zijn eerbied voor de menselijke waardigheid. Dit geloof is voor de humanist de grote sprongen duister (zoals ook de Christen die ergens doen moet).”(Van Praag, 1945, p. 26)

De uitzonderlijkheid van de mens bestaat erin dat de aard van de mens (in onderscheid tot andere levende wezens) wezenlijk wordt bepaald door ons begripsmatig denken (Van Praag, 1978, p. 47).¹⁰

Hoewel Jaap van Praag nog niet over spiritueel humanisme schreef, schreef hij wel over humanistische religiositeit. Volgens Van Praag betreft dit de samenhang van ideeën en emoties die mensen betrekken op hun bestemming, en die betrekking heeft op iets wat buiten en boven het praktische leven van alledag staat, dus van iets dat de huidige werkelijkheid en zijn structuren te boven gaat. Men is hier gericht op de voortgaande rijping van het leven en een meer volkomen verwerkelijking van de menselijke mogelijkheden (Van Praag, 1978, p. 48). Een religieuze ervaring kan zich voordoen wanneer men de empirische werkelijkheid tussen haakjes zet en zich openstelt voor de belevingswaarde van het zijn (Van Praag, 1987, in Alma, 2018 p.145). Dit ligt op dezelfde lijn als het psychologische humanisme van Alma¹¹ waar het de fundamentele grondslag, de individuele persoonlijkheid in haar totaliteit is: “De mens weet wat geoorloofd is naarmate hij waarlijk als mens existeert en zichzelf voldoende lief heeft.” (Fromm, in Van Praag, 1978, p. 50). Ook voor Carl Rogers is zelfacceptatie de basis voor menselijke ontplooiing. Tevens drong ook Abraham Maslow aan op zelfverwerkelijking als een natuurlijk groeiproces op basis van zelfacceptatie. Pas wanneer de basisbehoeften zijn vervuld, dringen zich de hogere behoeften aan kennis en kunst op, aan scheppen en beleven, en opent de mens zich voor topervaringen die een religieuze dimensie hebben (p. 50).¹² Volgens deze gedachtengang is de ware morele problematiek van onze tijd dan ook de onverschilligheid van de mensen jegens zichzelf: “Het geweten is het appèl van ons eigenlijke ik, dat ons terugroept tot onszelf om te worden wat wij naar mogelijkheid reeds zijn.” (Van Praag, 1978, p. 50)

Hiermee kom ik aan op een centrale kwestie voor Van Praag zijn humanisme, namelijk de strijd tegen nihilisme – een onderwerp waar onder andere Compte-Sponville in relatie tot spiritualiteit over hebben geschreven en ik in de volgende paragraaf bespreek. De strijd tegen het nihilisme die Van Praag voor het humanisme centraal stelt is ook in onze huidige tijd nog steeds relevant.

¹⁰ Conceptual thought (van Praag, 1978, p. 47)

¹¹ Alma wordt verder besproken in hoofdstuk 3

¹² De basisbehoeften volgens Maslow zijn voedsel, warmte, geborgenheid en waardering. (Maslow in, van Praag, 1978, p. 50)

3.2 Nihilisme

Volgens Van Praag neigen we in onze moderne cultuur naar een leven van passief voortvegeteren, waarvan slechts de sensatie, zo nu en dan, de mens bevrijdt. Dit verschijnsel is in zijn geheel dat van massificatie. Het resultaat van die massificatie is het nihilisme (Van Praag, 1960, p. 91).

We kunnen een onderscheid maken tussen twee betekenissen die met de term nihilisme worden aangeduid; ten eerste het principiële nihilisme: de overtuiging dat geen enkele levensovertuiging algemene of duurzame houdbaarheid bezit. Dit standpunt vertegenwoordigt een hoge graad van bewustwording. En ten tweede het sociale nihilisme: een levenshouding waarin geen enkele overtuiging als waardevol erkend wordt en een typische vorm van gebrek aan bewustwording (Van Praag, 1960, p. 92)

Van Praag was met name bezorgd over het sociale nihilisme. Hij onderscheidde diverse vormen van sociaal nihilisme.

De meest duidelijke vorm van sociaal nihilisme kenmerkt zich als een levenshouding die berust op volstrekte impulsiviteit en ongebondenheid waarin men zich, zonder enige geestelijke binding, laat leiden door zijn driften. Daarbij ontbreekt vrijwel iedere moraal, ook in de zin van gemeenschapsmoraal. Men is egoïst in zo volstrekte zin, dat we het ons haast niet kunnen voorstellen. “Men gaat zich te buiten aan lekkernijen of drank; men schaft luxe voorwerpen aan zonder enig overleg of beleid; en er is geen meisje van 16 jaar die geen seksueel verkeer heeft gehad.” (Van Praag, 1960, p. 93) Deze vorm van nihilisme komt in 1960 nog betrekkelijk weinig voor in ons land. Van Praag schrijft in zijn tijd, dat een dergelijk consumentisme moeilijk in te beelden is, men zou haast denken dat het een fantasie is (Van Praag, 1960, p. 93). In de huidige tijd is dit beeld van nihilisme duidelijk te herkennen en verderop illustreer ik dat Compte-Sponville en Vervaeke dit met veel minder voorzichtigheid beschrijven.

Een tweede variant van sociaal nihilisme is een strikt conventionele levenshouding. Het betreft mensen die -uiterlijk gezien- in heel normale vormen hun leven leiden en zich houden aan de conventies. Deze conventies bevatten geen doorleefde inhoud, maar spelen zich af in een innerlijke leegte. Hier is geen sprake van een bewustzijn of intensiteit van het bestaan, maar ‘men’ doet wat ‘men’ verwacht dat juist is, ongeacht hoe vlak dit is. “Het is een oppervlakkige bestaanswijze waarbij er geen sprake is van een doordringen tot wat menselijk leven eigenlijk zou kunnen zijn.” (Van Praag, 1960, pp.93-94).

Bij de derde variant is er sprake van een levenshouding die conventioneel is maar waarbij het element ‘overtuiging’ een rol gaat spelen. Dit zijn geen overtuigingen die betrokken zijn op de hele persoon of het bestaan, maar ‘deelovertuigingen’. Deze deelovertuigingen betreffen bepaalde culturele inzichten of politieke standpunten. Deze overtuigingen hebben gemeen dat ze een bepaald deel van het menselijke bestaan raken, maar wanneer de mens wordt geconfronteerd met levensvragen schieten ze tekort. De drager van deze overtuigingen beschouwt zichzelf als een ‘bewust’ mens en realiseert zich het tekort van zijn overtuigingen niet. (Van Praag, 1960, p. 94)

Deze laatste vorm van nihilisme sluit aan bij Compte-Sponville zijn opvattingen over *nihilisme* en *barbarij*. Waar nihilisme bij Van Praag sterk verband houdt met ons geestelijk leven, is voor Compte-Sponville is het *nihilisme* vooral een moreel euvel: het omvat elk betoog dat er op uit is de moraal omver te werpen of af te schaffen, niet omdat die betrekkelijk zou zijn -, want ook wetenschap kan betrekkelijk zijn zonder dat dit een reden hoeft te zijn om ze af te wijzen-, maar omdat die schadelijk en leugenachtig zou zijn (Compte-Sponville, 2009, p. 50).

Compte-Sponville maakt onderscheid tussen gegeneraliseerd en zegevierend nihilisme dat ongodsdienstig is en fanatisme, dat geweld gebruikt om zijn geloofsovertuigingen op te leggen (p. 32).

Een geloof in ‘niets’ is hetzelfde als nihilistische barbarij. Het heeft geen programma, geen project en geen ideologie maar is gevangen in zijn driften, domheid en gebrekkige ontwikkeling. Hij is barbaar bij gebrek aan geloof en trouw en slaaf van wat hij voor vrijheid aanziet (Compte-Sponville, 2009, pp. 32-33).

Van het ontbreken van geloof is bij de barbarij van de fanatici geen sprake, integendeel. Ze zijn een en al zekerheid, geestdrift en dogmatisme. Hun wijsheid en houvast komt uit heilige geschriften en ze beweren de wijsheid in pacht te hebben (p. 33).

Wanneer we het ene fanatisme tegen het andere nihilisme af moeten zetten is de overwinning van de barbarij verzekerd (Compte-Sponville, 2009, p. 33).

“We zijn een dode, of toch stervende beschaving” zegt Compte-Sponville en het nihilisme is hierin het belangrijkste gevaar. Rijkdom is nooit genoeg geweest om een beschaving te vormen en armoede nog minder. Want hoewel handel door kan gaan, zal de interesse daaraan afnemen; men kan zich er niet voldoende meer in herkennen, kan daar niet voldoende redenen

aan ontlenen om te leven en om voor te strijden.

Hoewel de westerse beschaving een door laïcité-gekleurde beschaving is geworden – wat hij een positieve ontwikkeling acht – mag dit volgens hem geen lege huls zijn, noch een elegante vorm van geheugenverlies of verloochening, als een soort verfijnde vorm van nihilisme (Compte-Sponville, 2009, p. 35).

Onze cultuur is gedoemd om zichzelf te vernietigen wanneer we geen fundamentele relatie met ons overleven aangaan en onophoudelijke consumptie blijven nastreven. We gaan een soort geestelijke hongersnood tegemoet in een cultuur waar verder juist zoveel aan overvloed is: “We zullen verhongeren door een leeg hoofd en een lege geest.” (Compte-sponville, 2009, pp. 15-16). Hij stelt dat: ‘het ergste wat eraan zit te komen’ de vorm kan gaan aannemen van een economische, ecologische, of ideologische verschrikking. Wat we nodig hebben is nieuwe verbeeldingskracht, geestdrift, creativiteit en cultuur. Want zonder moed, werkzaamheid en inspanning zal daar niets van tot stand komen (Compte-Sponville, 2009, p. 36).

Het leven is waardevoller naarmate het zeldzamer en kwetsbaarder wordt en rechtvaardigheid en vrede des te meer noodzakelijk zijn. Moed en liefde staan voor het tegenovergestelde van nihilisme. Nihilisten zijn niet wanhopig, maar teleurgesteld. Ze vergeven de mensen en de wereld niet dat ze niet voldoen aan de door hun gestelde verwachtingen. (Compte-Sponville, 2009, pp. 35-36).

Volgens Compte-Sponville is het daarom van belang om niet alleen te hopen, maar ook te handelen. "Terwijl de dwaas huiverend genoeg neemt met hopen, is de wijze man, de man van de daad." (Compte-Sponville, 2009, pp. 56-57).

Bovenstaande varianten van nihilisme hebben gemeen dat het bewust-*zijn* van de mens ontbreekt, er is sprake van een vorm van leegte en daardoor een gebrek aan erkenning van het mens-zijn. Het sociale nihilisme is wat Van Praag zorgen baart en waar ook de zorgen van Compte-Sponville naar uitgaan. We zullen later zien dat bij Vervaeke, zoals zijn zombie-Apocalyps als aangeeft, tegenwoordig ook een soortgelijke zorg heerst die veel overeenkomsten vertoont met het genoemde nihilisme. Ik kom hier in het volgende hoofdstuk op terug.

3.1.1 Vervreemding

Jaap van Praag schrijft in zijn werk uit 1978 over vervreemding en verantwoordelijkheid. Hij stelt dat in een wereld van elektronica, automatisering en organisatie zich ongehoorde en ongekende mogelijkheden voordoen, maar dat die wereld tegelijk wordt bedreigd door overbevolking, uitputting van grondstoffen en milieubederf waardoor men zich in een vervreemde wereld geplaatst voelt. De toename van menselijke bemoeienis in het leven brengt een groeiende en vaak overweldigend gevoel van verantwoordelijkheid met zich mee (Van Praag, 1978, p. 9). Mensen zijn hun vertrouwde zekerheden met betrekking tot hun eigen omgeving en samenleving kwijt en zoeken vergeefs naar een eigen identiteit. De onzekerheid die daarbij opkomt, wordt versterkt door de toegenomen kennis van de (wetenschappelijke) mogelijkheden om in te grijpen. Tegelijk is die kennis vaak een zaak van specialisten, wat de inspraak van de enkeling weer bemoeilijkt. Dit veroorzaakt de eigenaardige tegenstelling tussen het toegenomen gevoel van verantwoordelijkheid, met daarbij een wijdverspreid gevoel van onmacht dat juist uit dit verantwoordelijkheidsgevoel voortkomt (Van Praag, 1978, p. 9).

Ondanks de toename van welvaart, bijvoorbeeld door de ontwikkeling van wetenschap en techniek, is er volgens Van Praag nauwelijks meer ruimte voor speelsheid, spontaniteit, medemenselijkheid en creativiteit. Maatschappelijke mechanismen beroven de mensen van hun relatie tot de wereld en zichzelf (p. 11). Deze ervaring hangt samen met de tegenstelling tussen verantwoordelijkheidsbesef en gevoel van onmacht (p. 11). Laatstgenoemde omschrijving sluit geheel aan, zoals we nog zullen zien, bij het standpunt van Vervaeke (2017), die eveneens beschrijft hoe vooruitgang ons juist wegdrijft van het menselijke leven en onze autonomie.

De overtuigingen van Van Praag sluiten ook aan bij tal van huidige denkstromingen zoals het ecohumanisme van Bruno Latour dat de verantwoordelijkheid van de mens voor de natuur vooropstelt (Suarez Muller, 2024). Ook op de vervreemding die volgens Harari (2016) door AI ontstaat, anticipeert Van Praag.

3.2 Spiritueel humanisme

Zowel Leo Apostel als André Comte-Sponville Voor zowel Apostel als Comte-Sponville bestaat er spiritualiteit zonder religie en zonder God en zijn het erover eens dat men over een niet-theïstische spiritualiteit kan spreken. Voor Comte-Sponville betekent atheïst zijn niet dat

'het absolute' wordt ontkend maar dat de transcendentie wordt ontkend. En dat er wordt ontkend, dat het absolute God is (Compte-Sponville, 2009, p. 134). Waar religieuze spiritualiteit afhankelijk is van iets 'anders', iets buiten het gewone zelf, blijft seculiere spiritualiteit daarentegen een uitgesproken menselijke ervaring die niet buiten de grenzen van onze rationele verklaring of wetenschappelijke en empirische analyse valt (Fowler, 2015, p. 349). In de volgende paragrafen ligt ik dit verder toe.

3.2.1 Leo Apostel

De heersende gedachte onder humanisten was dat spiritualiteit en religiositeit bij de kerk en het godsgeloof thuishoren en dat men de laatste twee niet achter zich kan laten zonder ook de eerste twee vaarwel te zeggen. Hans Alma karakteriseert Apostels opvattingen over atheïstische spiritualiteit als een poging om het humanisme opnieuw te bezielen (Alma, 2018, p. 66).

Apostel betwist dat er vanuit rationeel oogpunt iets zinnigs te zeggen is over de religieuze ervaring en hij bestrijdt dat er zonder theïsme geen spiritualiteit mogelijk zou zijn. Een atheïstische spiritualiteit kenmerkt zich volgens Apostel door 'een totale en respectvolle openheid en aandacht' en door een 'act van vertrouwen en hoop'. Geloven kan volgens hem een illusie zijn, vandaar het belang van vertrouwen, hoop en overgave. Geloven is voor Apostel een verbinding met een leefwijze die wordt gevormd door ervaringen waarvan men nooit met zekerheid kan zeggen dat zij geen illusie zijn (Smedes, 2016). Apostel beschrijft zijn opvatting over God als volgt:

“Niets {...} veronderstelt het bestaan van God (en *niets* sluit het bestaan van een God uit, in welke betekenis men dat onbepaalde woord ook gebruikt!)”. (Apostel, 2013, p. 88)

Hoewel hij geen godsídee veronderstelt, was hij wel geboeid door mystiek en beschouwde spiritualiteit als een 'noodzakelijk contact met de grote werkelijkheid' (Apostel, 2013, p. 88). Voor Apostel is spiritualiteit "een systematische houding en strategie die gebaseerd is op ervaringen die onze relatie met de diepste realiteit belichamen" (Apostel, 2013, p. 36). In de meest enge betekenis van het woord is spiritualiteit volgens hem een manier van bidden, mediteren en deelnemen aan ritueel en cultus. In de bredere betekenis is spiritualiteit de manier waarop iemand zijn ervaring met gebed en ritueel doordringt en vormgeeft in het alledaagse leven. Zo gezien verwijst zowel de enge als de brede betekenis van spiritualiteit

duidelijk naar een relatie met God in gebed, naar meditatie over openbaring en cultus. Apostel stelt echter dat het desondanks zin heeft om over een niet-theïstische spiritualiteit te spreken.

Hij beschrijft de inhoud van gebed en cultus daarom als een zich verplaatsen in het grootste geheel waartoe men denkt te behoren, en ten tweede dat men zich concentreert op de basisdoelen in dienst waarvan men het eigen leven stelt. De manier waarop de ervaring met gebed en ritueel het alledaagse leven van de mens vormgeeft, is een bredere, pragmatische betekenis van spiritualiteit (Apostel, 2013, p. 24).

In de enge betekenis van het woord ontwikkelen dus ook niet-theïsten een spiritualiteit wanneer zij een deel van de dag besteden aan dit soort *situering* en *richting*. Apostel spreekt van een globaal spiritueel leven wanneer mensen hun activiteiten dus laten beïnvloeden door wat zich ontwikkelt uit deze regelmatig terugkerende gerichtheid op het geheel (Apostel, 2013, p. 24). Niet-theïstische mensen kunnen bewust stelling nemen tegenover het geheel en hun aandacht richten op ‘laatste doelen’. Apostel benadrukt: “ze *hoeven* dat niet te doen maar ze *kunnen* dat doen.” Wanneer men een deel van de dag reserveert voor dit soort situering en richting dan ontwikkelen ook niet-theïsten een spiritualiteit in de een meer pragmatische betekenis van het woord. Wanneer men er bovenop nog eens hun activiteiten laat kleuren door datgene wat zich in deze regelmatig terugkerende bezinning op het geheel ontwikkelt, kan men spreken van een ‘globaal’ spiritueel leven (Apostel, 2013, p. 24).

Innerlijke vrijheid wordt ervaren als gevolg van een spiritueel leven, wat leidt tot emancipatie en empathie, evenals een afname of verdwijning van doodsangst (Apostel, 2013, p. 33). Bovendien benadrukt hij de waarde van spiritualiteit zonder dit als “een oplossing” voor specifieke problemen te beschouwen (Apostel, 2013, p. 34).

Uit de veelheid aan niet-theïstische spiritualiteiten kiest Apostel in *Een ander geloven. Een nieuw transcenderen* het praktijkvoorbeeld van ons een langere tijd onbeweeglijk houden, zoals bij een meditatie, en tegelijk ook op niets gericht zijn. Met name *aandacht* beschouwt Apostel als een manier om zich te positioneren in het grootste geheel (p. 28). Hij beschrijft dit als: ‘het *zijn* als zodanig’, in ‘de werkelijkheid als zodanig’. Hij legt uit dat het hierbij niet gaat over een gerichtheid op doelen maar over een zich positioneren in *het grootste geheel*. Deze situering van de mens in het grootste geheel is in wezen een zichzelf-overstijgen, ofwel ‘transcenderen’. We kunnen ons overstijgen door ons in te leven in de leefwereld van andere personen en door ons te verzinken in de diepere lagen van onszelf (Apostel, 2013, p. 28). We

kunnen onszelf ook transcenderen door contact te hebben met concrete landschappen, concrete organismen en (zelfs) door contact met mineralen en kristallen te maken, door contact met de hemel en de sterren te bewerkstelligen en ook door contact te leggen met andere culturen en andere perioden in de geschiedenis. En ook door en in zowel seksuele als niet-seksuele liefde kunnen wij onszelf transcenderen (Apostel, 2013, p. 24). De uitspraak *'blijft de aarde trouw'* van Nietzsche zou volgens Apostel de kern van iedere spiritualiteit kunnen zijn (p. 34). Alles wat onafhankelijk is van ons, en ons overstijgt terwijl het toch concreet voor ons bestaat, kan een wijze zijn op weg naar *'het Andere'* oftewel *een spirituele weg worden'* (Apostel, 2013, p. 29).

“Spiritueel ‘leven’ betekent je bewust richten op één van de vele vormen van zelf-overstijgen die mogelijk zijn, met gebruik van een van de vele technieken die mogelijk zijn en de gekozen weg of wegen over jaren en jaren volgen, ervoor zorgen dat ook in onze alledaagse bezigheden’ de atmosfeer van de wegen die we gaan en van de reizen die we maken, doorwerkt. Niet-theïstische spiritualiteit is mogelijk omdat het transcenderen zonder bovennatuur, zonder transcendentie mogelijk is.” (Apostel, 2013, p. 29)

Ook hele concrete zaken zoals technisch werk, lezen van teksten, wiskundige structuren en zelfs wetenschap en filosofie kunnen spiritualiteit mogelijk maken. Dit is op voorwaarde dat we ons object van aandacht niet gebruiken of herleiden, maar als een waarde op zich ervaren, met een eindeloze diepte. Apostel spreekt in dit geval van spiritualiteit over de *veelzijdige diepte* van alles wat bestaat (Alma, 2018, p. 144).

In de afgelopen millennia, ondergingen culturen wijzigingen, waarbij ze grondig met elkaar in contact zijn gekomen en waaruit verschillende ontwikkelingen op het gebied van democratie, wetenschap en technologieën zijn ontstaan. In de toekomst zullen er volgens Apostel veel verschillende, nu nog onbekende, spirituele tradities ontstaan waardoor bestaande spiritualiteiten nog intern grondig zullen transformeren. Bovendien zal de innerlijke diversiteit van elk van deze tradities veel groter worden en de onderlinge interpretatie van de verschillende tradities toenemen. We plaatsen ons in een traditie als we ‘iets’ aan het voortzetten zijn. Het essentiële is om te begrijpen dat wie in een traditie staat, deze steeds voor zichzelf moet herscheppen. We mogen ons dus ook niet zomaar neerleggen bij de status quo maar moeten deze bevragen, uitdagen en ons er telkens opnieuw toe verhouden. De boodschap van Apostel is: “Leven is niet herhalen en voortzetten is niet steeds hetzelfde

doen” (Apostel, 2013, p. 23). Iets voortzetten kan betekenen dat er een bepaalde fusie tussen tradities nodig is en soms zal gehechtheid aan de ene bestaande traditie betekenen dat er juist gebroken dient te worden met een andere traditie (Apostel, 2013, p. 24). Apostel beschouwt actieve of pragmatische spiritualiteit, gestoeld op de reproductie van rituelen, als een belangrijk onderdeel van godsdienst en religies voor de toekomst. Een van de belangrijkste elementen van spirituele praktijken is de focus op zelfovergave en interne zelf-overstijging (Apostel, 2013, p. 34). Religie beschouwt hij als het verzaken van onze gehechtheid aan het eigen-ik en de bereidheid om zich te wijden aan het helpen van de totaliteit. In deze betekenis zijn niet alle spirituelen religieus, maar wel alle religieuzen spiritueel. Waar religie ook een zinvraag kan beantwoorden, zal spiritualiteit echter geen oplossing zijn voor zingevingproblemen. En decentratie kan enkel gebeuren als de behoefte van het *ik* volledig wordt opgegeven.¹³ Behoeft aan ethiek en zingeving moet hiervoor tussen haakjes worden geplaatst (Apostel, 2013, p. 34).

Hoewel men de neiging heeft over spiritualiteit te communiceren vanuit een verlangen de positieve en negatieve ervaringen met elkaar te delen en bijgevolg anderen te kunnen helpen op hun weg, is het voor Apostel een belangrijk gegeven dat spiritualiteit, in welke vorm dan ook, vooral een persoonlijk activiteit moet blijven. Het gevaar hiervan is dat kennis en ervaringen die worden doorgegeven, overgenomen worden waardoor ze geen eigen ervaring meer zijn. Desondanks kan niet iedere generatie alle vormen van spiritualiteit opnieuw ontdekken en dient men tot op zekere hoogte voort te bouwen op de ervaringen van vroeger (Apostel, 2013, p. 32). Omdat, zoals we zagen, niet iedere generatie alle vormen van spiritualiteit opnieuw kan bedenken moeten tot op zekere hoogte eerdere ervaringen cumulatief worden gebruikt. Hierdoor zullen zich steeds groepen van spirituelen vormen die tradities zowel voortzetten als veranderen. Door de opkomst van de vele spirituele bewegingen en de niet-theïstische spiritualiteit, komt de vraag op wat *echte* spiritualiteit is, wanneer kunnen en mogen we iets zo noemen?

Lang bestaande traditionele, religieuze instellingen ontwikkelden verschillende criteria om ‘valse’ van ‘echte’ spiritualiteit te onderscheiden. Alle nieuwe vormen van niet-theïstische spiritualiteit zijn niet-institutioneel gebonden en dienen zich daarom door andere methoden te beschermen tegen (onvermijdelijke) afglijding (Apostel, 2013, p. 31). Deze bescherming moet volgens Apostel worden ontleend aan het wezen van spiritualiteit zelf. Onderstaande aspecten

¹³ In de volgende paragraaf ga ik verder in op wat Compte-Sponville ‘ego-overstijging’ noemt.

van spiritualiteit zijn door Apostel opgesteld en helpen *het waardevolle van het waardeloze* te onderscheiden. Hij onderscheidt hierin *magie, gnosis, spiritueel hedonisme, spirituele hoogmoed en nota*. Hieronder volgt een korte toelichting van deze punten:

Ten eerste kan spiritualiteit *niet magisch* zijn. Spiritualiteit bestaat niet vanuit het *ik* en het kan daarom ook niet gericht zijn op het vergroten van de heerschappij over het *ik* (p. 31). Ten tweede is elke poging om door spiritualiteit kennis te verwerven, die voor niet-spirituelen onbereikbaar is (*gnosis*) onverenigbaar met authentieke spiritualiteit aangezien dit duidt op inflatie van het ego en het instrumentaliseren van de overgave. Ten derde gaat spiritualiteit niet over *spiritueel hedonisme* en het gebruiken van spiritualiteit om te genieten. Hoewel spirituele vreugde bestaat, is dat enkel als ongewild en on-essentieel bijproduct. Het vierde onderscheid is *spirituele hoogmoed*. Hoewel men weliswaar geneigd is om datgene wat men intiem kent te overschatten en als superieur te stellen¹⁴, kan authentieke spiritualiteit dat niet doen vanwege de zelf-overstijging die er de kern van is (Apostel, 2013, pp. 31-32). *Nota*: is elke poging om volgens bepaalde regels een innerlijk leven te leiden (waar een spiritueel leven ook toe gerekend wordt). Men gelooft en vertrouwt erin dat men meer doet dan een therapeutische relaxatieoefening of imaginaire goocheltruc en men en hoopt erop dat men zich werkelijk meer en meer openstelt voor iets dat het eigen leven omringt en overstijgt. Zekerheid of bewijs is hierin onmogelijk; men gelooft, waarbij:

“Dit geloven ... is het zich verbinden tot een levenswijze, op basis van wat men in het verleden ten gevolge van die optie heeft *ervaren* en waarvan men *nooit* met zekerheid kan weten dat het geen illusie is.” (Apostel, 2013, p. 32)

Geïnspireerd door Apostel, schrijft Derkx (2018) dat spiritualiteit niet redt van lijden, pijn, nederlaag of vernietiging. Ze bevrijdt alleen van de innerlijke wanhoop die daarmee gepaard gaat, omdat ze de werkelijkheid doet aanvaarden zoals deze is, omdat ze is. Spiritualiteit inspireert en geeft steun en ze leidt tot een meer omvattende zorg voor de hele werkelijkheid, maar ze fundeert volgens Apostel geen ethiek noch antwoorden op zingevingsvragen. Voor de primaire of laatste doelen waarmee men zich verbindt, betekent dit dat ze ruimer en omvattender en minder egocentrisch worden (Derkx, 2018, p. 62).

Volgens Apostel zijn ‘spirituelen’ dus mensen die alles zo volledig mogelijk met hun hele persoonlijkheid tot een deel van hun levensstrategie maken, zonder possessief buiten zichzelf

¹⁴ Anders gezegd; *spirituele hoogmoed* (Apostel, 2013, p. 32).

te treden. Voor wie al het concrete diep, belangrijk en vreemd is, is niets zeer dramatisch. Spirituele mensen worden getekend door eenvoud en humor (Apostel, 2013, p. 86).

Apostel ziet spiritualiteit als een lichamelijke psychologische praktijk van omgang met zichzelf en de wereld, die verschillende vormen kan aannemen en verschillende inhouden kan hebben. Methodisch geplande oefeningen behoren daar net zo toe als passief ontvankelijke stilte (Alma, 2018, p. 144). Echter vallen voor Apostel psychotherapieën die gericht zijn op groter intern geluk of vermindering van interne pijn niet onder spiritualiteit. Spirituele *praktijken* beginnen juist waar de psychotherapeutische eindigen (p. 107). Apostel ziet het als kenmerkend voor alle vormen van spiritualiteit, dat zij niet ingrijpen op de wereld. Het streven is gericht op het veranderen van het ik, of op een transformatie van de persoon die “het bewarend een eerbiedigend zich aanpassen aan het object van de spiritualiteit” bevordert (Apostel 1998, p. 106). Waar tegenwoordig spiritualiteit ook vaak gelinkt wordt met middelengebruik zoals LSD, ayahuasca, psilocybine en cacaoceremonies, zijn in Apostels opvatting dit soort drugsextases, uitgelaten gemoedstoestanden en visionaire belevenissen nadrukkelijk het tegendeel van spiritualiteit, religie en mystiek, omdat deze het *ik* maximaliseren, en de zelfoverstijging onmogelijk maken. Voor beheersings-denken van parapsychologie occultisme astrologie of andere vormen van magie of techniek geldt volgens Apostel hetzelfde en ziet hij zelfs als de tegenpolen van spiritualiteit. (Apostel, 2013, p. 88). Deze opvatting wordt niet gedeeld met John Vervaeke die, zoals we in hoofdstuk vijf zullen zien, het gebruik van geestverruimende middelen beschouwt als een valabele methode om tot zelftranscendentie en een *flowstate* te komen. Bovendien ziet Apostel spiritualiteit niet als een oplossing voor een probleem, noch volgt het als conclusie uit wetenschappelijk en wijsgerig nadenken. Aangezien in de spiritualiteit de totale mens op het totale zijn is betrokken, en aangezien we in spiritualiteit de werkelijkheid willen en denken te bereiken en te vatten, is rationeel wetenschappelijk en wijsgerig denken over de ervaring echter nodig en kan de intellectuele component er niet in ontbreken (Apostel, 2013, pp. 34-35).

Apostel ziet mogelijkheden voor een spiritueel humanisme, mede doordat hij de humanistische grondovertuiging beschouwt als een van onbeperkte creativiteit. Door deze onbeperkte creativiteit kan de *fundamentele vreugde* – wat de kern is van de mystieke ervaring- ervaren worden (Apostel, 2013, p. 188-189). Hier wordt zowel het spanningsveld als de ruimte voor spiritueel humanisme zichtbaar. Om tot een spiritueel humanisme te komen

is authenticiteit van de eigen spirituele weg, openstaan voor afwijkende spirituele tradities en helderheid van denken, een voorwaarde (Apostel, 2013, p. 37).

3.2.2 André Compte-Sponville

Compte-Sponville gaat in zijn boek *De geest van het atheïsme* (2009) in op spiritualiteit en spiritueel leven zonder God, wat volgens hem bijzonder van belang is. Net als Van Praags standpunt over het humanisme als levensbeschouwing, is het volgens Compte-Sponville van groot belang om een spiritualiteit zonder God en zonder dogma's terug te vinden, die ons zowel voor fanatisme als voor nihilisme behoedt. Hij schenkt in het bijzonder aandacht aan moraliteit, de natuur en het universum. Zijn pan-ontologische opvatting; "het geheel van wat bestaat, bestaat noodzakelijkerwijs" (Compte-Sponville, 2009, p. 130), zal ik in deze paragraaf verder toelichten.

Mensen kunnen zonder religie, maar kunnen niet zonder gemeenschap, trouw en liefde, noch zonder spiritualiteit. Net als Underhill benadrukt Compte-Sponville (2009) dat spiritualiteit een essentieel onderdeel is van ons mens-zijn en dat ze iets is wat ons niet alleen onderscheidt, maar ook superieur maakt aan (andere) dieren. Het allerbelangrijkste is niet God, religie of atheïsme, maar een spiritueel leven. Doordat de enige waarneembare vorm van spiritualiteit in het westen eeuwenlang religie is geweest, is men religie en spiritualiteit als synoniemen gaan beschouwen. Maar hoewel religie (vaak) spiritualiteit bevat, is niet alle spiritualiteit religieus (Compte-Sponville, 2009, p. 130).

Spiritualiteit veel te belangrijk om enkel te reserveren voor geestelijken.¹⁵ Atheïsme hoeft bovendien geen castratie van de ziel te betekenen en afstand doen van religie betekent geenszins afstand doen van spiritualiteit (Compte-Sponville, 2009, p. 134).

Compte-Sponville benadrukt, net als Apostel, het belang van het doorgeven van waarden, dat niet gereserveerd is voor religies. Zijn spiritueel humanisme gaat uit van een moraliteit waarin hij zegt dat we het zonder religie kunnen stellen in de zin dat we God niet nodig hebben om waarden aan elkaar over te dragen (Compte-Sponville, 2009, p. 31). Wat er wel nodig is, is een trouw aan en overdracht van, onze bestaande waarden. We hoeven geen nieuwe waarden te bedenken maar trouw zijn aan de waarden die we hebben meegekregen en die we dienen door te geven (Compte-Sponville, 2009, p. 34). Hij noemt zichzelf een 'trouwe atheïst': hij

¹⁵ Zoals priesters, mullahs en spiritualisten (Compte-Sponville, 2009, p. 134).

gelooft in geen enkele God of bovennatuurlijke macht maar in trouw; omdat hij zich kan plaatsen in een bepaalde geschiedenis, in een gemeenschap en daar zijn (joodschristelijke) waarden herkent (p. 37).

“Een samenleving kan het goed zonder religie (in de westerse beperkte betekenis van het woord) stellen, ze zou het misschien zonder het sacrale of bovennatuurlijke kunnen stellen, maar ze kan het noch zonder eendracht, noch zonder trouw stellen.” (Compte-Sponville, 2009, p. 35)

Betreffende het bovennatuurlijke, deelt Compte-Sponville de opvattingen uit het naturalisme, immanentisme en het materialisme omdat ze iedere bovennatuurlijkheid, elke transcendentie, onstoffelijke geest en God afwijzen (p. 128). Voor hem betekent atheïst zijn overigens niet dat het absolute wordt ontkend. Het betekent dat de transcendentie, de spiritualiteit, het persoonlijk zijn ervan, wordt ontkend. En het betekent dat wordt ontkend, dat ‘het absolute’ God is, “Maar niet-God zijn, is niet niets!”(p. 134)

De natuur is het totaal van de werkelijkheid en bestaat onafhankelijk van de geest: de natuur bestaat vóór de geest die haar denkt. In deze opvatting van spiritualiteit is er geen transcendentie, omdat we ons er altijd in bevinden (p. 134). In de woorden van Compte-Sponville:

“Als alles immanent is, dan is de geest dat ook. Dat staat een geestelijk leven allerminst in de weg, het maakt het juist mogelijk. We zijn in de wereld en van de wereld: de geest maakt deel uit van de natuur.” (p. 131).

Maar waar spreken we over als we het over onze geest hebben? De geest is datgene wat kan liefhebben, of niet, wat kan herinneren, grappen kan maken, kan overdenken, etc. Belangrijk punt van Compte-Sponville is dat hij de geest niet beschouwt als een substantie, maar als een functie (p. 135).¹⁶ De geest is een handeling, in de zin van denken, willen, verbeelden. Dit handelen is onweerlegbaar, want niets anders kan weerlegd worden zonder de geest. Hoewel we oneindig kunnen nadenken, is verwijzen naar spiritualiteit als verwijzen naar onze geest te gelimiteerd. Spiritualiteit behoort in deze opvatting bovendien meer tot het domein van de ervaring dan van het denken. Compte-Sponville beschouwt de mens als “eindige wezens die

¹⁶ Voor Compte-Sponville staat dit overigens los van de discussie *waar* de geest zich in ons bevindt (p. 135).

openstaan voor de eeuwigheid en relativiserende wezens die openstaan voor het absolute” (p. 136).

Compte-Sponville definieert dit openstaan als de *geest* zelf. Als we naar metafysica kijken, betekent spiritualiteit ook het ervaren, beoefenen en ermee leven. Hier vindt hij de grens tussen religie en spiritualiteit, aangezien religie slechts een van de vele vormen is die spiritualiteit kan aannemen (Compte-Sponville, 2009, p. 136). Het ervaren van de immensiteit van de natuur kan in dat opzicht een spirituele ervaring zijn, daar ze de geest helpt om zich (gedeeltelijk) te bevrijden ‘uit de gevangenis van het *ik*’ (p. 137)

Deze spiritualiteit zonder God beschrijft hij met de term *immanensiteit*; een samenvoeging van immanentie en immensiteit.¹⁷ Het drukt uit dat we altijd omgeven zijn door het oneindige en het onbekende.

Als voorbeeld noemt hij onze sterrenhemel. Hoewel naar de sterrenhemel kijken een alledaagse en vertrouwde ervaring kan zijn, is het een potentieel aangrijpende ervaring wanneer we bereid zijn ons eraan over te geven en in onder te dompelen. Hij schrijft hierover:

“De wereld is onze plek; de hemel onze horizon; de eeuwigheid ons dagelijkse bestaan.” (Compte-Sponville, 2009, p. 135)

Hij ziet de immensiteit van het universum als een oceaan van rust die ons omhult en overstijgt: “het is alles en wij zijn bijna niets” (p. 136-137).

De beschouwing van de immensiteit maakt het ego en het egocentrisme minder sterk waardoor angsten -die bijna altijd egoïstisch of egocentrisch zijn- afnemen.

“Wat een kalme opeens, wanneer het ego terugtrekt. Er is alleen nog maar alles; er is alleen nog maar het immense *er is* van het zijn, van de natuur, van het universum. In ons zijn geen angsten meer die geruststelling behoeven.” (Compte-Sponville, 2009, p. 138-139)

Deze *onverstoorbaarheid* of *gemoedsrust* is wat de Grieken *ataraxia* noemen en de *zielsrust* of *vrede* die de Romeinen met *pax* hebben vertaald. Maar het is niet in eerste plaats een woord, noch een concept: het is een ervaring die slechts op het *ik* betrekking heeft of erin doordringt voor zover ze zich van het *ik* losmaakt. Het ervaren van de immensiteit van de

¹⁷ De term is oorspronkelijk afkomstig van de dichter Jules Laforgue (1860).

natuur kan in dat opzicht een spirituele ervaring zijn, daar ze de geest helpt om zich (gedeeltelijk) te bevrijden ‘uit de gevangenis van het *ik*’ (p. 137). Dat gevoel van onverbreekelijke eenheid met het grote Al en van deel uitmaken van het universele, wordt ook het *oceanische gevoel* genoemd. Meestal is dit ‘slechts’ een gevoel, maar het gebeurt ook dat het een aangrijpende ervaring is, zelfs een veranderde bewustzijnstoestand, waarin men zich een voelt met alles. Dit gevoel behoort overigens tot geen religie of filosofie maar is een ervaring (p. 139).

Net als Apostel, benadrukt Compte-Sponville dat spiritualiteit gaat over het bevrijden van het *ik*, niet over het redden ervan. Spiritualiteit gaat over het openstellen voor de wereld voor de anderen, voor alles.

“Het is niet zaak om het *ik* te redden, maar wel om ons ervan te bevrijden. Niet om je in je ziel op te sluiten, maar om in het universum te huizen.”(Compte-Sponville, 2009, p. 180)

3.2.3 Hans Alma

Een andere opvatting over spiritueel humanisme vinden we bij Hans Alma die, naast deze atheïstische opvattingen van Apostel en Compte-Sponville een *inclusief spiritueel humanisme* beschrijft. Wanneer we humanisme identificeren met inclusief humanisme en spiritualiteit bovendien verbinden met persoonlijke verbeelding, spreken we over een psychologisering van spiritualiteit (Alma, 2018, p.146).

Inclusief humanisme is, kortgezegd dat humanistische kerngedachten zich niet alleen ophouden binnen de lid-organisaties van de humanistische alliantie, maar ook gehuldigd worden en praktisch doorwerken binnen andere levensbeschouwelijke instellingen (Derkx, 2009, p. 59). Het kan ook verwijzen naar een ruimdenkende omgang van humanisme met de variatie aan stromingen binnen het humanisme. Inclusief humanisme betekent dus:

“Buiten de grenzen denken en handelen, uit het eigen hokje stappen, proberen zich in medemenselijke redelijkheid in de positie van de ander te verplaatsen, in principe elke ander, mondiaal, en dan vervolgens praktisch handelen in de eigen lokale situatie, binnen de

organisaties en verbanden waarin dat persoonlijke handelen verschil maakt.” (Derkx, 2008, p. 61)¹⁸

Net als Van Praag, benadrukt Alma dat hoewel de rationele vermogens van de mens belangrijk zijn binnen het humanisme, redelijkheid aan grenzen gesteld is en men niet puur door logische redenering leven en wereld geheel kan doorzien (Alma, 2018, p. 146, en Van Praag, 1978, p. 95).

Hoewel Alma zich in eerste instantie baseert op Apostels visie op atheïstische spiritualiteit, neemt zij deze niet over. Ze vindt bij Apostel veel elementen voor een humanistische spiritualiteit die goed aansluiten bij de immanent realistische positie, bij het pluralisme en bij het esthetische project dat leidend is voor haar voorstel voor een humanistisch levensbeschouwen (Alma, 2018, p. 146). Het is voor haar echter belangrijk om humanistische spiritualiteit op een positieve manier te interpreteren waarbij humanistische spiritualiteit voortkomt uit het immanente realisme in plaats van zich af te zetten tegen verschillende soorten religieuze spiritualiteit (Alma, 2018, p. 143).

Alma beschouwt spiritualiteit als een oefening voor onvoorwaardelijke aandacht, die een verbinding met de zinnige wereld mogelijk maakt, door aanvaarding van de werkelijkheid zoals ze is (De Dijn, 2014, p. 51-52 in Alma, 2018, p. 144). De term helpt humanisme als esthetisch project praktischer te maken. Spirituele praktijken zijn niet gericht op een ingrijpen in de wereld maar kunnen zich bijvoorbeeld wel richten op de sociale en politieke bevrijding van de mens (Alma, 2018, p. 145). Mensen kunnen met ontzag voor de wereld staan en besef krijgen van de eenheid van al het zijn.

Alma beschrijft de ‘spiritualiteit van het mogelijke’ als een spiritualiteit die rekening houdt met de fundamentele openheid van het bestaan en gelooft dat ons bestaan deel uitmaakt van een natuur die wordt gekenmerkt door een radicale dimensie van onbepaaldheid waardoor er ruimte is voor creativiteit.¹⁹ Elke gerealiseerde mogelijkheid geeft hierdoor vorm aan een bepaalde bestaanswijze die ook anders had kunnen zijn. De manier waarop we deze mogelijkheden benutten, bepaalt wie we worden en welke vorm ons *zelf* krijgt. Deze opvatting van spiritualiteit sluit volgens haar aan bij de gedachte van *een wereld in wording* waartoe we ons dankzij onze *verbeeldingskracht* zinvol kunnen verhouden (Alma, 2018, p.

¹⁸ Door Pinxten wordt dit ook wel ‘kosmopolitisch humanisme’ genoemd.

¹⁹ Alma ontleent deze opvatting aan Thomas Alexander, die in relatie tot John Deweys humanistische opvatting van het religieuze spreekt over *spirituality of the possible* (Alma, 2018, p. 146)

146). Een belangrijk aspect hiervan is onze aandacht voor onze omgeving. Immanent realisme vraagt van ons dat we in ons handelen en waarnemen recht doen aan deze wereld die wij ontmoeten, en gaat er vanuit dat dit een zoektocht is (p. 130).

Als mens kunnen we ons overgeleverd voelen aan een chaotisch zinloos universum en wrok koesteren omdat goddelijke voorzienigheid uitblijft of menselijke beheersing faalt. De wereld om ons heen is voortdurend in verandering en wij anticiperen op en participeren in dat proces. Dit vraagt werk aan onszelf om het leven op ons te nemen als waardevol en zin te vinden in de creatieve werking die op alle niveaus van het bestaan actief kan zijn (Alma, 2018, p. 148).²⁰ Op verschillende niveaus kan iets nieuws tevoorschijn komen dat niet te herleiden is tot wat daarvoor bestond. Bestaan is zo beschouwd bewegen, het feitelijke opent zich naar het mogelijke. Zijn is geen gelijk-blijven maar is ontwikkeling naar iets nieuws, een antwoord op een veranderlijke omgeving (Alma, 2018, pp. 147-148).

Spiritualiteit is daarin volgens Alma een praktijk van zelftransformatie die invloed heeft op ons handelen in de wereld. Een 'spiritualiteit van het mogelijke' richt zich dus transformatief-handelend op een realisatie van partnerschap in een wereld die complex is en een radicale onbepaaldheid kent. Daarin manifesteert zich onze kwetsbaarheid, want we zijn begrensd in onze vermogens en door onze eindigheid. In ons leven moeten we daarom op zoek gaan naar die dingen die decentratie teweegbrengen, activiteiten doen waarin we ons 'verliezen' en een existentieel commitment aan gaan (Alma, 2018, p. 152). Als een vorm van existentiële toewijding moeten we in ons leven daarom plaatsmaken voor spirituele oefenpraktijken (Alma, 2018, p. 149).

3.3 Decentratie

Decentratie is een terugkomend begrip in het kader van spirituele oefenpraktijken. Volgens Alma richten spirituele praktijken zich in eerste plaats op *decentratie*, op het middelpunt buiten zichzelf te leggen (Alma, 2018, p. 148). Het staat voor 'leven vanuit iets anders' en treedt dus op wanneer we ons middelpunt buiten ons plaatsen, onze concentratie op het belang van eigen persoon, groep of cultuur loslaten, wat ertoe leidt dat we ons met de 'totale realiteit' verbonden voelen. Dit heeft tot gevolg dat er innerlijke vrijheid wordt ervaren. Dit heeft zelfs tot gevolg dat empathie en emancipatie optreden, samen met een vermindering of verdwijning van doodsangst (Apostel, 2013 p. 30-33). Oftewel: leven vanuit een centrum dat we niet zelf

²⁰Connolly (2011) spreekt in dit verband over 'arts of the self' (p. 79, in Alma, 2018, p. 148)

zijn en dat ons overstijgt (Alma, 2018, p. 144). In zowel de theïstische als de niet-theïstische spiritualiteit wordt werkelijkheid bereikt buiten onszelf en door beide wordt praktisch handelen op grond van een diepere intuïtie in- en aanvoelen van die externe werkelijkheid mogelijk. Het wezen van zowel de niet-theïstische als inclusieve spiritualiteit is het zich inschakelen in het grootste geheel, en de daarbij horende decentratie (Apostel, 2013, p. 30). Decentratie vraagt dus om wachten, verstillen en een onderdompeling in het momentane ervaren, zonder de afstand van reflectie en zonder ingrijpend handelen (Alma, 2018, p. 148).

Daar voegt Apostel aan toe dat spiritualiteit niet redt van lijden, pijn, nederlaag of vernietiging. Het bevrijdt alleen van de innerlijke wanhoop die daarmee gepaard gaat, omdat ze de werkelijkheid doet aanvaarden zoals ze is. Dat er een totale werkelijkheid is waarin het eigen leven een positie krijgt, geeft het leven zin. We ervaren zin als de globale waarde van ons eigen bestaan positief is en spiritualiteit is daarbij een radicale steun in het noodzakelijk contact met de grote werkelijkheid (Apostel, 2013, pp. 33-34). De onvoorwaardelijke aandacht voor de werkelijkheid die het wezen van elke spiritualiteit is, lost de zinvraag niet op maar heft ze op. De zinvraag zelf kan slechts worden gesteld, onderzocht en opgelost door een combinatie van wereldbeeld en waardetheorie. De zin van ons bestaan kan niet alleen worden gevonden in het opgaan van ons bestaan in de totaliteit. Dus kan spiritualiteit niet het laatste en volledige antwoord op de zinvraag geven, maar evenmin is spiritualiteit en overbodige luxe (Apostel, 2013, p. 35).

3.3 Andere opvattingen over spiritueel humanisme

Naast hierboven genoemde vorm van spiritueel humanisme, wil ik kort het proefschrift van Anouk Bolsenbroek (2008) aanhalen waarin ook andere humanistische stromingen beschreven staan. Bolsenbroek ontleent deze stromingen uit het proefschrift van Van IJssel die deze opvattingen uit haar empirische onderzoek naar spiritualiteit onder humanistisch geestelijk verzorgers heeft verkregen.

Twee daarvan zijn het *existentieel spiritueel humanisme* (p.68) en het *transcendent humanisme* (p. 69). Het *existentieel spiritueel humanisme* ziet de mens als deel van een kosmisch geheel. Bij het *existentieel spiritueel humanisme* wordt via de weg naar binnen een diepgaande liefdevolle betrokkenheid ontwikkeld op alle lagen van het menszijn, ons diepste zelf, de ander en de natuur. Deze weg is voor iedereen anders en kan alleen gevonden worden

door naar de eigen innerlijke ervaring te luisteren, naar intuïties, innerlijke beelden en zinnelijke sensaties (Jorna, 2003, geciteerd in, Bolsenbroek, 2008, p. 68). Het *transcendent humanisme* betreft een beschouwingwijze waarin humanistische kernnoties worden gecombineerd met een transcendente visie op de werkelijkheid (Bolsenbroek, 2008, p. 69). Het transcendent humanisme heeft gelijkenissen met het existentieel spiritueel humanisme wat betreft levenshouding. Transcendent humanisten proberen vanuit hun diepste zelf een intensieve betrokkenheid op het bestaan te ontwikkelen en hun innerlijk leven en hun uiterlijk functioneren met elkaar in overeenstemming te brengen. Het verschil tussen de twee is dat transcendent humanisten hun ervaringen in een kader plaatsen waarbij ook niet-waarneembare werkelijkheden deel van de natuur zijn.

“Typisch voor humanisten met een transcendente visie op de werkelijkheid is dat zij uitgaan van gelijkwaardigheid tussen mensen en alle andere bewoners van wereld en kosmos, en van het hebben van een verregaande verantwoordelijkheid voor de vormgeving aan het bestaan. Dat geldt niet alleen voor het eigen leven, maar ook in belangrijke mate voor het grotere geheel: de gehele mensheid en de natuur. Hoe meer men zich ontwikkelt, hoe groter de verantwoordelijkheid die men bewust op de schouders kan nemen.” (Bolsenbroek, 2008, p. 70)

Tot slot, is de opvatting over *pragmatische spiritualiteit* het vermelden waard (Fowler, 2015, p. 367). Hier is spiritualiteit de strijd voor een voller en beter leven en is het te verbinden aan al het leven. Verder wordt spiritualiteit opgevat als een universeel fenomeen, een 'horizon van transcendentie' te midden van het leven en een middel waarmee individuen zich kunnen verenigen, ongeacht hun culturele verschillen. Hoe meer spiritualiteit er wordt gerealiseerd, hoe meer de ontwikkeling de 'hele' mens volgt en hoe voller de persoon wordt. Fowler stelt daarom, zoals we al eerder zeiden, dat spiritualiteit en humanisme verre van onverenigbaar zijn aangezien laatmoderne individuen spiritualiteit ervaren in tal van seculiere activiteiten (Fowler, 2015, p. 367).

4. Betekenis crisis

Zoals in het eerste hoofdstuk benoemd, worden we -naast de betekenis crisis - tegenwoordig geconfronteerd met een ecologische-, mentale gezondheids- en sociaaleconomische crisis. Omdat de betekenis crisis een fundamentele crisis binnen deze metacrisis is, is het van belang om die op een diepgaande manier te onderzoeken. Zoals in de methodologie vermeld, vul ik de opvattingen van John Vervaeke waar nodig aan met inzichten van Charles Taylor en Jaap van Praag. Omdat Vervaeke zijn omschrijving van de betekenis crisis veel overeenkomsten vertoont met de opvattingen van Taylor over het omsloten zelf, vervreemding en nihilisme zijn deze geïntegreerd in zijn uitwerking van de betekenis crisis. Het gedachtegoed van deze denkers laat een aantal universele denkbeelden zien. Zo tonen de opvattingen van Vervaeke over de betekenis crisis in de huidige tijd veel overeenkomsten met de strijd die Van Praag aanging tegen het nihilisme en maakt het de relevantie ervan voor het humanisme in de huidige tijd zichtbaar.

4.1 De moderne betekenis crisis volgens John Vervaeke

Het uitgangspunt van John Vervaeke, Christopher Mastropietro en Filip Miscevic is dat de huidige Westerse maatschappij een betekenis crisis doormaakt. Waar Jaap van Praag met zijn humanisme een antwoord wilde geven op het nihilisme, pakt Vervaeke zijn multidisciplinaire benadering dit verder op in de huidige tijd. Het toegenomen gevoel van verantwoordelijkheid, met daarbij een wijdverspreid gevoel van onmacht dat Van Praag (1978) beschrijft als vervreemding, zien we in terug in de beschrijving van Vervaeke in *Zombies in Western Culture*. Hierin worden de opvattingen van Taylor (1991) over de *malaise van de moderniteit* aangehaald waarbij de auteurs dit idee oppakken en zodanig verder uitwerken dat de zombie-Apocalyps als een soort vlaggendrager symbool staat voor de betekenis crisis en het nihilisme in de huidige tijd (Vervaeke, et al., 2017, p. 44). Het is nauw verbonden met het sociaal nihilisme dat door Van Praag (1960) als ‘passief voort vegeteren’ (p. 91) en dat door Compton-Sponville (2009) als ‘nihilistische barbarij’ (p. 32) wordt gekarakteriseerd.

Volgens de auteurs is “de enige hedendaagse mythe, de mythe van de zombie” en kan de crisis in betekenisgeving gezien worden als een “zombie-Apocalyps” (2017, pp. 4-5). Zoals in de inleiding van deze thesis beschreven, representeren zombies een veelheid aan menselijk falen in de huidige Westerse maatschappij en hebben de symptomen van *zombies* betrekking

op een complexe aandoening in de maatschappij.²¹ De meest gebruikte reden waarom wij iemand een zombie noemen is wanneer iemand zich niet bewust lijkt te zijn van zichzelf en de wereld waarin hij zich begeeft. Een zombie heeft geen innerlijk leven en er is geen geest aanwezig die denkt, intenties heeft of enige sturing geeft. Dit gebrek aan enige innerlijke wereld en innerlijke leven zorgt ervoor dat een zombie niet in contact kan staan met de wereld en het niet zijn eigen bestaan kan bevestigen noch de echtheid van zijn omgeving (Vervaeke, et al., 2017, p. 21) Het beeld van de zombie representeert daarin de huidige nihilistische grondslag van de moderne samenleving en sluit aan bij de opvattingen van Van Praag en Compte-Sponville.

Verder zijn essentiële kenmerken gedachteloosheid en de afwezigheid van een ziel (Vervaeke et al., p. 15). Bovendien is de wereld van zombies betekenisloos en amoreel. De fysieke lelijkheid van zombies staat voor de misvorming van waardigheid, en de geesteloosheid voor de misvorming van onze ratio. Dit raakt in het bijzonder de domeinen (het persoonlijke, sociale, politieke en religieuze) van ons leven die ons onderscheiden als betekenis-gevende soort (Vervaeke, et al., 2017, p. 5)

We kunnen onszelf volgens Vervaeke herkennen in de ‘aard’ van de zombie omdat deze consumentisme, armoede, een onstilbare honger, politieke dystopie en aantasting van het milieu omvat (p. 4).

De toenemende eenzaamheid, de hoge cijfers van zelfdoding, de afname van religieuze participatie, het verval van sociale systemen, de ideologische inmenging in het politieke discours, etc. zijn symptomen van deze honger. We zijn gedesillusioneerd over de hoekstenen van onze maatschappij zoals politiek, huwelijk, media en sommigen zijn zelfs in een ‘oorlog’ beland met de staat waarin ze wonen (Vervaeke, 2017, p. 45). Het is het spanningsveld tussen vooruitgang, verantwoordelijkheid en vervreemding waar Van Praag al over schreef.

In deze vervreemding die Vervaeke beschrijft wordt iemand geconfronteerd met fragmentatie, onzekerheid en thuisloosheid. Door het verlies aan houvast, weet men zich niet meer te situeren en loopt men het gevaar ‘de plot’ te verliezen. Als gevolg hiervan wordt iemand getroffen door een betekenis- of wereldbeeldcrisis (Walsh, 2006, in Vervaeke, et al., 2017, p. 39).

²¹ De auteurs onderbouwen deze stelling van de zombie, als uitdrukking van een collectieve *betekenis*crisis, door data over de veel voorkomendheid van zombies in films, computerspellen, series en boeken (Vervaeke, et al., 2017, p. 4).

Het is alsof we losgekoppeld zijn van onze eigen wereld en ons wereldbeeld. Door een gebrek aan zelfreflectie is er een verontrustende trend van *radicale vervreemding* die door alle domeinen van het menselijk leven gaat. Deze vervreemding verbreekt banden met onszelf, met anderen en met de overkoepelende sociale meta-narratieven (Vervaeke, et al., 2017, p. 44). Voor deze leeggezogen mensen is hun bestaan identiek aan hun niets-zijn.

In het denkbeeld van Vervaeke staan intellectuele opvattingen centraal die betrekking hebben op ons vermogen om te denken en daardoor ons bestaan te bevestigen. Met onze geest hebben wij de mogelijkheid tot zelfreflectie en -correctie, zelftranscendentie en zelfherkenning en hij gebruikt Descartes' *Cogito ergo sum* als voorbeeld (Vervaeke, 2019b). Vervaeke schrijft daarom over deze radicale vervreemding als de 'zombie-Apocalyps' omdat hij de mens, in deze staat, in deze 'bestaansvorm', uiterst ongeschikt acht om weer uit de crisis te komen.

Dit beeld van de betekenis crisis en de 'zombie-Apocalyps' waar Vervaeke over schrijft toont veel gelijkenissen met de opvatting die Van Praag beschreef als sociale nihilisme; "een oppervlakkige bestaanswijze waarbij er geen sprake is van een doordringen tot wat menselijk leven eigenlijk zou kunnen zijn" (Van Praag, 1960, pp.93-94) en door Compte-Sponville 'de barbarij' genoemd wordt; dit geloven in 'niets' en het ontbreken van moraliteit (Compte-Sponville, 2009, p. 50).

Hoewel het hedendaagse nihilisme duidelijk is te herkennen in de mythe van de zombie, is dit zeker niet de enige hedendaagse mythe.

Een ander voorbeeld dat hierop aansluit, komt bijvoorbeeld van de filosofe Donna Haraway, die al in 1985 '*Een cyborg manifest*' schreef, en in de huidige tijd nog steeds schrijft over de cyborgfilosofie. Haar werk uit 1985 is vooral bekend omdat ze toen al voorzag wat voor effect technologie zou hebben op mensen.

4.2 De malaise van de moderniteit

Als symbool voor het verliezen van een christelijk wereldbeeld, vertegenwoordigt de zombie een wereld die zichzelf niet langer kan verklaren, noch ons instructies kan geven over hoe we erin moeten leven. Dit toegenomen gevoel van verantwoordelijkheid, met daarbij een wijdverspreid gevoel van onmacht is wat Van Praag (1978) beschrijft als vervreemding en zien we in terug in de volgende beschrijving van Taylor en Vervaeke over 'de malaise van de

moderniteit'. Naast vervreemding is er door de toenemende secularisatie bovendien sprake van een gevoel van ontheemding.²²

Wat Taylor opmerkelijk vindt is dat we in de huidige tijd vaak horen dat we bedreigd worden door een verlies aan betekenis. Volgens hem is dit het gevolg van onze omsloten identiteit. Het omsloten zelf heeft zich zodanig afgesloten, dat niet alleen geesten, kosmische krachten of goden er niet in kunnen 'doordringen', maar dat überhaupt niets van betekenis meer op de voorgrond staat (Taylor, 2007, p. 416). Het gevolg is *spirituele apathie*; het onverklaarbare verlies van alle motivatie en vreugde bij wat we doen (Taylor, 2007, p. 422).²³

Secularisering en pluralisme hebben hier een belangrijk aandeel in. Als men zoals vroeger met anderen een diepgelovig leven leidt en in bepaalde praktijken gelooft, kan een godsvertrouwen de voor de hand liggende weg lijken. Die weg wordt gemakkelijker gemaakt doordat iedereen met je meegaat. Voor het tegendeel geldt hetzelfde: de rebellie tegen God of godsdienst kan een vanzelfsprekendheid worden. Het wel of niet je toevlucht nemen tot geloven, ook geloven in de wetenschap, hangt sterk af van de manier waarop dit geloof je identiteit vormgeeft. Hoe kinderlijker je gelooft hoe makkelijk je van gedachten verandert en hoe poreuzer je bent (Taylor, 2007, pp. 420-421).

Volgens Taylor betekent 'een omsloten subject zijn', dat de poreuze grens tussen binnen/denken en buiten/natuur/het fysieke is gesloten. Dit behoort volgens hem tot het ontstaan van een onttoverde wereld. Met de moderniteit ging het wereldbeeld geleidelijk over van een voorstelling van de kosmos waarin geesten en krachten verhuizen naar een mechanistisch universum (Taylor, 2007, p. 412). Volgens Taylor hebben we als mensen veel voordelen ervaren van deze overgang naar een omsloten en antropocentrische identiteit. Het heeft namelijk gezorgd voor een sterk idee van kosmische orde waardoor we de wereld konden begrijpen en rationaliseren. Er ontstond een vertrouwen in de rede en de wetenschap. Dit ging samen met een besef van vooruitgang, maar ook met het idee dat we onkwetsbaar zijn als we alles onder controle hebben. Taylors denkt dat het moderne *omsloten-zelf* in een onttoverde wereld leeft waarin de mens niet langer is blootgesteld aan de invloed van

²² Ontheemding wordt ook wel beschreven als het gemis aan een *sense of belonging* dat in verband wordt gebracht met de secularisatie (Walzer, 1987, in Vervaeke, 2017, p.45).

²³ Pre-axiaal was dit geen probleem zoals dat nu wordt gesteld, toen was het een zonde (wanneer bijvoorbeeld een monnik aan spirituele apathie leed was dat een zonde en geen vorm van twifelen aan god). In de post-axiale zienswijze werd de gedachte toegankelijk dat er 'één ding noodzakelijk' is, een hoger doel dat alle lagere doelstellingen overstijgt of deze betekenis geeft (Taylor, 2007, p. 422).

‘geesten’/krachten die onze geest kunnen begrenzen. Er ontstaat het idee dat de mens aan geen limieten meer gebonden is’.

De onrust, angst en zelfs de ontzetting die bij het premoderne poreuze zelf horen, heeft het moderne omsloten-zelf achter zich gelaten (Taylor, 2007, p. 413). Belangrijk is vooral dat het besef van controle te hebben over het eigen zelf, van een veilig en innerlijk mentaal domein, wordt versterkt wanneer we niet alleen de wereld onttoveren, maar daarnaast ook het antropocentrisme radicaliseren en ieder vertrouwen aangaande de macht van God over boord gooien (Taylor, 2007, p. 413).

De omsloten identiteit kan daardoor juist worden ervaren als een begrenzing – soms zelfs als een gevangenis – die ons blind en ongevoelig maakt voor alles wat buiten deze geordende wereld en haar instrumenteel-rationele projecten valt (p. 414). Er kan gemakkelijk een besef ontstaan dat we iets missen, dat we ergens van afgesneden zijn, dat we achter een scherm leven (p. 414). Hoewel Taylor dit metaforisch bedoelde, is het tegenwoordig ook steeds vaker letterlijk op te vatten als we aan telefoon- of computerscherm denken.

Een ander aspect dat in de huidige crisis een aandeel heeft, is dat huidige jongeren - opgroeiende in een gesecculariseerde maatschappij- niet ‘de strijd’ aan hoeven gaan met religieuze instituten, en zich daarom met een meer open en onbevangenere blik en brede oriëntatie richting onderwerpen zoals spiritualiteit lijken op te stellen (van IJssel, 2007, p. 180). Tegelijk kan deze openheid – door de vele mogelijkheden en richtingen- oriëntatie bemoeilijken. Verlies van betekenis is sinds de axiale wending een grote bedreiging voor onze Verlichting. Omdat religie lang als referentiekader diende om andere betekenisgevende systemen of levensbeschouwingen naast te plaatsen, zorgde dit voor een bepaalde begrijpelijkheid en stabiliteit in onze samenlevingen. Religieuze instellingen waren bekende ‘plaatsen’ waarin we ons thuis voelden en die zorgen voor steun, door oriëntatie in en op het leven. De jongeren waar Van IJssel naar verwijst hebben wellicht geen strijd gestreden, maar zij hebben – als gevolg van de afstand die vorige generaties namen van religie- juist een soort spiritueel analfabetisme ontwikkeld.

Er is voor niet-religieuzen een onzekerheid ontstaan over hoe om te gaan met onze keuzevrijheid, onze sociale identiteit. We zoeken nieuwe manieren om ons te navigeren in deze enorme ‘zee van mogelijkheden’. Het lijkt alsof we plotseling getroffen worden door het besef dat er niemand ‘op ons let’ (Vervaeke, 2017, p. 48). Taylor schrijft hierover dat, doordat

we deze steun missen, er in moderne samenlevingen een erg gefragmenteerde cultuur ontstaat. In westerse samenlevingen is er een algemene cultuur van 'authenticiteit' of expressief individualisme ontstaan, waarbinnen mensen worden aangemoedigd hun eigen weg te vinden, hun eigen vervulling te ontdekken, 'hun eigen gang te gaan' (Taylor, 2007, p. 411). Hoewel deze cultuur van de authenticiteit al langer bestaat, is ze -voornamelijk sinds de laatste decennia- volledig tot in de algemene cultuur doorgedrongen (p. 411). Er is bovendien een soort 'duizelingwekkend pluralisme' op het spirituele vlak ontstaan. Deze ontwikkeling van humanistische ideeën heeft een uitdijende diversiteit aan morele en spirituele keuzemogelijkheden voortgebracht over de gehele reikwijdte van de cultuur. Dit heeft secularisme zodanig veranderd dat het spirituele een nieuwe plaats in het menselijk leven kon krijgen (Taylor, 2007, p. 412). Dit stadium heeft zich tot op heden voortgezet.

Er is volgens Taylor bovendien iets verloren gegaan met het verdwijnen van transcendentie. Maar wat dit precies is, is voor iedereen anders. Deze malaise is onvermijdelijk en is de prijs die we voor de moderniteit moeten betalen. Er ontbreekt in onze daden, doelstellingen, prestaties, etc. aan gewicht, ernst, compactheid en inhoud. We missen een diepere resonantie met de wereld, en men beseft van binnen dat die er wel zou moeten zijn (Taylor, 2007, p. 421). Vervaeke zijn gedachtegoed sluit hierbij aan. Hij beschrijft hoe we wegwillen uit deze wereld waarin we ons niet thuis voelen. We verlangen naar een betekenis die deze normatieve leegte van ons uiteenvallende wereldbeeld opvult (Vervaeke, et al., 2017, p. 45).

Dit gebrek aan houvast kan de bron van een identiteitscrisis worden, zowel tijdens de adolescentie als later tijdens de midlifecrisis. Taylor geeft toe dat zijn voorbeelden van de malaise aanvechtbaar zijn. Maar volgens hem zijn er ook andere symptomen van de malaise die zijn beeld versterken. Ons leven is heel fragiel geworden: een ongeluk, een aardbeving, of een dodelijke ziekte kan ons onherroepelijk van ons levenspad wegstoten. De fragiliteit waarnaar Taylor refereert, betreft het gevoel dat ons leven als pad nog wel toegankelijk is maar de twijfel gaat over de waarde ervan (Taylor, 2007, pp. 421-422). Stilstaan bij waarom we doen wat we doen en wat de betekenis is achter onze betekenissen, is iets wat zich vaak aan ons voordoet tijdens een crisis. Een ander cruciaal kenmerk van de malaise van de immanentie is het gevoel dat al deze antwoorden breekbaar of onzeker zijn, dat er een moment kan komen waarop we niet meer ervaren dat het door ons gekozen pad overtuigend is, en we het voor onszelf en voor anderen niet meer kunnen rechtvaardigen. De betekenis ervan is fragiel net als de existentiële kwetsbaarheid waar we altijd mee leven (Taylor, 2007, pp. 421-422).

Tegelijk zoeken we naar manieren om dit gevoel van ontheemding en vervreemding niet te hoeven voelen. Dit leidt ertoe dat we veel meer tijd besteden aan onze virtuele omgevingen, hoewel ook deze leiden tot steeds meer depressie, evenals eenzaamheid. (Vervaeke, et al., 2017, p. 45). Hoewel Vervaeke zelf dit woord niet gebruikt, vertoont het fenomeen sterke overeenkomsten met psychologisch *escapisme*; de neiging om de werkelijkheid te ontvluchten. Vervaeke legt verbanden tussen dit escapisme en de flowstate, hier kom ik in hoofdstuk vijf op terug.

Kortom, voor Taylor is onze omsloten-identiteit dus zowel gevolg van secularisering en onderdeel van het huidige gevoel van gemis van levensbeschouwing/betekenisgeving. Het is een instabiele situatie die, zolang er geen richting voor een definitieve oplossing komt, instabiel blijft. Samenvattend kan gesteld worden dat we volgens Vervaeke en Taylor in een tijd leven waarin er een wijdverbreid gevoel van malaise heerst over de onttoverde wereld. Er heerst een gevoel dat de wereld vlak en leeg is. Men zoekt in allerlei vormen van spiritualiteit naar iets wat als tegenwicht kan dienen voor de betekenis, die met de onttovering van de wereld verloren is gegaan. Een groeiende categorie mensen die het traditionele christendom niet kan aanvaarden gaat tevens op zoek naar alternatieve spirituele bronnen.

Er is een duidelijke waarde verbonden is aan het doorgeven van spirituele praktijken, opvattingen en ervaringen maar wij desondanks we niet achteloos kunnen voortbouwen op de spirituele praktijken en opvattingen van onze voorgangers (Compte-Sponville, 2009). We komen daarom op een moeilijk punt aan wanneer we ‘niets’ van waarde(n) ontvangen van onze voorgangers omdat zij zich volledig hebben losgekoppeld van levensbeschouwelijke systemen. Zoals onder andere Compte-Sponville aanhaalt is moraliteit van belang voor een gemeenschap en is het doorgeven van waarden een gemeenschappelijke inspanning. Volgens Apostel zullen er in de toekomst veel verschillende, nu nog onbekende, spirituele tradities ontstaan waardoor de bestaande spiritualiteiten zich zullen transformeren. Hij veronderstelt bovendien dat de innerlijke diversiteit van de verschillende tradities zal toenemen (Apostel, 2013, p. 23). Voor de lange termijn is er desondanks nog geen beweging die in de richting gaat van een nieuw betekenis kader. Daardoor blijft er een *spiritueel onstabiele* situatie, zoals we die tegenwoordig beleven. Vooral jonge mensen hebben daar last van en ervaren een gemis aan bestendige levensdoelen. Veel mensen kiezen uiteindelijk wel een bepaalde plaats binnen het spectrum tussen geloof of ongeloof. Echter, geloof en ongeloof worden steeds op nieuwe manieren in vraag gesteld door nieuwe generaties waarbij deze afstand nemen van de

antwoorden die hun ouders hebben gegeven. De situatie als geheel blijft daardoor instabiel zolang er geen definitieve oplossing is (Taylor, 2007, p. 415).

De menselijke zoektocht naar geluk is in de geschiedenis een vaste waarde en (nog) altijd gaande in de huidige tijd. Wat er inmiddels anders is, is dat men naast de zoektocht naar geluk, ook op zoek is naar betekenis en wanneer een leven betekenisvol is. Dit blijft, ook voor het humanisme, een relevante vraag. We beginnen opnieuw te begrijpen dat *zingeving* essentieel is, in plaats van alleen maar ‘iets bijkomstig’. Het is essentieel om te overleven, voor menselijke bloei en het ervaren van welzijn (Vervaeke 2019a).

Overeenkomstig met Taylor en Van Praag, schrijft Vervaeke dat ongebonden mensen hun wereldbeeld niet langer afstemmen op georganiseerde religieuze instellingen. Als het wereldbeeld van het christendom overschaduwd wordt door secularisatie is er geen haalbare manier om deze als meta-betekenisstelsel te herwinnen. Desondanks brengt dit ‘spirituele vacuüm’ mensen niet (terug) in de richting van georganiseerde religie en steeds minder mensen identificeren zich openlijk met een georganiseerde religie (Vervaeke, 2017, p. 48). Hierdoor is het ontbreken van een zinvolle spiritualiteit nog nooit zo duidelijk geweest. Vervaeke ziet een antwoord in het zoeken naar alternatieve betekenisstelsels die op sommige vlakken – zoals symbolisch, sociaal en ritueel- vergelijkbaar zijn met religie. Het blijkt dat dergelijke systemen niet gemakkelijk opnieuw kunnen worden vervaardigd (Vervaeke, et al. 2017, p. 49). Ook in deze opvattingen zien we overeenkomsten tussen John Vervaeke en Jaap van Praag, die het humanisme ziet als antwoord op de vraag hoe creativiteit en democratische gezindheid kon worden versterkt op zowel maatschappelijk als individueel vlak.

5. John Vervaeke en spiritueel humanisme

Zoals beschreven in het vorige hoofdstuk, ziet Vervaeke een antwoord in het zoeken naar alternatieve betekenisystemen die op sommige vlakken vergelijkbaar zijn met religie (Vervaeke, et al. 2017, p. 49). Het doel van Vervaeke is om een verandering in ons wereldbeeld te beschrijven en nieuwe wegen aan te wijzen. In dit hoofdstuk beschrijf ik verschillende richtingen die hij aandraagt en hoe zijn ideeën een richting kunnen vormen voor een spiritueel humanisme.

De laatste paragraaf in dit hoofdstuk combineert informatie uit de voorgaande hoofdstukken om te zien welke gevolgen de ideeën van Vervaeke (aangevuld door Taylor en Van Praag) hebben voor de eerdergenoemde opvattingen over spiritueel humanisme.

‘Ontwaken’ is volgens Vervaeke dé weg uit de betekenis crisis. Via verschillende lijnen onderzoekt hij deze uitweg. Ten eerste vormt hij een beeld van de moderniteit door middel van een teleologische geschiedenis van de westerse filosofie. Ten tweede probeert hij de moderniteit te begrijpen via een analyse van westerse en niet-westerse geloofsovertuigingen en gebruiken en ten derde beschrijft hij een oecumenische benadering voor meditatieve praktijken. Zoals ook Jaap van Praag zijn streven was met het humanisme, tracht Vervaeke door een nieuw pad een hervorming van ons wereldbeeld aan te reiken en vult daardoor voor het humanisme het gedachtegoed van Jaap van Praag aan. Dit sluit aan bij het tweede kennisdoel van deze scriptie, namelijk om het *spiritueel humanisme* in relatie te plaatsen tot Vervaeke ‘s opvattingen over de huidige crisis van *betekenisgeving*.

Metaforen zijn daarin volgens Vervaeke een belangrijk onderdeel voor betekenisgeving omdat dit helpt bij een afstemming op de realiteit en daardoor een manier tot oriëntatie is. Onze cultuur is nog doordrongen met religieuze taal, gebruiken, symbolen, en rituelen. Kennis die (bewust en onbewust) cultureel aan ons is doorgegeven “Een van de manieren waarop onze cognitie, betekenis en veranderde bewustzijnstoestanden samenkomen, is in de manier waarop je belichaamde geest metaforen genereert om inzichtelijke verbanden te leggen.” (Vervaeke 2019a) Hem interesseert de vraag hoe we ons weer kunnen verbinden met en afstemmen op onze realiteit.

Hoewel ook Vervaeke geen direct antwoord paraat heeft voor de betekenis crisis, ziet hij wel diepe verbanden tussen zingeving, wijsheid, zelftranscendentie en veranderde

bewustzijnstoestanden.²⁴ Tot dusver zijn een aantal richtingen centraal komen te staan in zijn zoektocht naar zingeving en hervorming van ons wereldbeeld. Enerzijds ziet hij praktijken zoals mindfulness (waaronder yoga en meditatie), fysieke en mentale inspanning en geestverruimende middelen als belangrijke inspiratie. Meer filosofisch beschouwt hij daarnaast *wijsheid* en *zelftranscendentie* als centrale aspecten voor zingeving. Ik zal hier achtereenvolgens op in gaan. Wijsheid en transcendentie zijn in zijn opzicht verbonden aan de verschillende praktijken.

Om dit denkbeeld te verduidelijken of aan te vullen onderzoekt hij hedendaagse spirituele praktijken. In een tijd waarin veel mensen worstelen met existentiële vragen onderzoekt Vervaeke hoe spiritualiteit kan bijdragen aan het herstellen van betekenis. Binnen de betekenis crisis ziet hij ook dat men zoekt naar nieuwe manieren om zin te geven aan het bestaan, of om het gevoel van vervreemding en ontworteling niet te hoeven ervaren. Een van de manieren waarop mensen volgens Vervaeke reageren op de betekenis crisis is door een intense interesse, zowel existentieel als wetenschappelijk, in de fenomenen van mindfulness, die hij de *mindfulness-revolutie* noemt. Hij gelooft dat het cultiveren van mindfulness, en het verdiepen van ons zelfbewustzijn, manieren zijn om tot wijsheid en zelftranscendentie te komen waardoor we meer betekenis in ons leven kunnen vinden. (Vervaeke, 2019b). Therapie is een andere culturele praktijk die opkomt als reactie op een betekenis crisis. Veel mensen die therapie zoeken, proberen verloren vormen van *weten* en *begrijpen* terug te krijgen. Men is op zoek naar transformerende inzichten die niet alleen hun overtuigingen veranderen, maar ook hun perspectief op het leven, hoe ze met het leven en met zichzelf omgaan. Zoals eerder genoemd ziet Vervaeke een sleutelrol voor psychedelica in dit therapeutisch proces, omdat deze helpen deze verschillende vormen van ‘weten’ te reactiveren.

Om *wijsheid* te cultiveren zijn er verschillende praktijken die daarin kunnen ondersteunen. Vervaeke is geïnteresseerd in de werking, en de mogelijkheden en onmogelijkheden van onze geest. Hij probeert te begrijpen waarom – door de geschiedenis heen- mensen hun bewustzijn willen veranderen. Een begrip hierover brengt ons volgens hem dicht bij het kennen van de menselijke *geest*. Vervaeke geeft specifiek aandacht aan psychedelische ervaringen, met in het bijzonder de mystieke ervaringen die daaruit kunnen voortvloeien en transformerend kunnen zijn. Het streven naar wijsheid gaat voor hem over zich *realiseren*, in de dubbele betekenis van het woord: hij beschouwt het als *bewustwording* en *verwezenlijking*. Deze

²⁴ Vervaeke, 2019, Awakening from the Meaning Crisis. Episode 1: Introduction

transformerende ervaringen worden door mensen als “ontwaken” beschreven. Bovendien zorgt dit soort ervaringen er vaak ook voor dat mensen hun leven beter waarderen.

Deze opvatting staat in tegenstelling tot Apostel die dit niet tot spirituele ervaringen zou rekenen. Spiritualiteit is volgens Apostel ‘een noodzakelijk contact met de grote werkelijkheid’ en beschouwt het nooit als een ‘oplossing’ (p. 34). Omdat psychedelische ervaringen ons verder van ons eigen-ik brengen, beschouwt Vervaeke dit juist als een manier om tot het eerdergenoemde zich *realiseren* te komen.

Zoals blijkt uit zijn podcasts staat Vervaeke sterk onder de invloed van (neo)platonisch denken. Zijn neoplatoonse opvattingen over de *alternatieve staat van zijn* en zelftranscendentie worden duidelijk wanneer hij zelftranscendentie beschrijft als de overstijging uit de alledaagse wereld, naar de *echte* wereld.

Van Praag zag ‘de geestelijke ontworteling’ als een aanjager voor nihilisme wanneer een beschaving niet in staat is de massa's van geestelijke idealen te bezielen (Van Praag, 1947, in, Derkx, 2009, p. 32). Hoewel Vervaeke ook een ‘grote ontworteling’ beschrijft, verwijst hij naar een ander idee. Volgens Vervaeke betekent ‘de grote ontworteling’ dat wij ‘hier’ niet thuishoren. We hebben een andere relatie met de wereld -wat *de grote ontworteling* wordt genoemd-, omdat we een andere relatie hebben met *de alledaagse wereld* en het idee hebben dat we op de een of andere manier vreemden in de wereld zijn. We horen niet *hier* thuis, in de “dagelijkse wereld” maar *daar*, in de “echte wereld”.²⁵ Zelftranscendentie beschouwt Vervaeke daarom als een kernbehoefte van de mens omdat het volgens hem een kernfunctie van mens-zijn vervuld.

Waar Apostel en Alma spirituele ervaringen als *decentratie* beschreven, legt Vervaeke de nadruk op de term ‘*flowstate*’.²⁶ Vervaeke beschouwt dit als ‘de beste toestand waarin de mens kan zijn’ (Vervaeke, 2019a). De term is afkomstig uit de gedrags- en cognitieve wetenschappen. ‘Flow’ is een toestand van optimale concentratie die wordt gekenmerkt door een dusdanige absorptie in een taak dat men zich niet meer laat afleiden. Andere psychologische fenomenen die verband houden met *flow* omvatten: een gevoel van controle over de activiteit; een ervaring van tijdsvervorming; en dissociatie of dissociatieve neigingen.

²⁵ Vervaeke, 2019, Awakening from the Meaning Crisis. Episode 3: Continuous Cosmos and Modern World Grammar

²⁶ Flow wordt ook wel beschreven als hyperfocus, ‘in het moment zijn’ of ergens ‘in opgaan’ (Gold & Ciorciari, 2020, pp. 2-3).

Hierbij kan iemand het zelfbewustzijn verliezen, evenals gedachten aan alledaagse problemen. Ook kan er een gevoel van transcendentie optreden waarbij de persoon een gevoel van eenheid voelt met de activiteit (Gold & Ciorciari, 2020, pp. 2-3). Vaker in de *flowstate* verkeren verhoogt volgens Vervaeke bovendien het welzijn.

Vervaeke omschrijft de *flowstate* als verschillende vormen van 'weten'. Het is een toestand waarin iemand tijdelijk kan verkeren wanneer iemand zo opgaat in zijn taak dat er een breed gevoel van ontdekken en begrijpen bestaat. Het gevoel dat alles lijkt te kloppen, en het 'vanzelf gaat' overheerst. Transcendente, spirituele ervaringen die vergelijkbaar zijn met een *flowstate*, hebben lange tijd een religieuze connotatie gehad. Het begrip *flow* kreeg brede bekendheid door Abraham Maslow (1964) die dit beschreef als '*piekervaringen*'. Hoewel er een lange geschiedenis bestaat van deze *flowstate*, is veel van de innerlijke werking gehuld in mysterie (Gold & Ciorciari, 2020, pp. 2-3).

Sjamanen hanteren bijvoorbeeld verschillende methodes om deze *flowstate* te bereiken waaronder vasten, slaapdeprivatie en geestverruimende middelen. Volgens Vervaeke is dit een gevoel waar mensen naar op zoek zijn en wat de aantrekkingskracht van bijvoorbeeld videogames en boulderen verklaart, activiteiten waar men in uiterste concentratie is en helemaal opgaat in de activiteit. Vervaeke beschouwt dit als een haast mystieke ervaring en als een alternatieve staat van bewustzijn waarin men een verbondenheid tussen *zelf* en het hogere bewustzijn voelt. Dit is ook een belangrijk aspect voor het ervaren van zin.

Vervaeke vergelijkt soortgelijke activiteiten met de mythe van Sisyphus: je klimt en klimt om vervolgens weer opnieuw te beginnen. Hij verklaart deze (vaak herhalende) activiteiten vanuit de notie dat we altijd op zoek zijn naar het bereiken van een *flowstate*. Volgens hem is dit de enige verklaring waarom we dit doen. Hij gaat daarbij voorbij aan aspecten zoals fysieke uitdagingen, gezondheidsbevordering, verbondenheid met een gemeenschap en toegankelijkheid.

Tegelijk kan het eerdergenoemde gevoel van vervreemding (Van Praag, 1978) en ontheemding, ertoe leiden dat men wil ontsnappen uit het dagelijkse leven. Ook dit ontsnappen gebeurt in de vorm van veel tijd besteden aan virtuele omgevingen (zoals sociale media en computerspellen), geestverruimende middelen, sport, etc. Vervaeke zijn ideeën over de *flowstate* vertonen daardoor soms meer overeenkomsten met de psychologische term *escapisme*, als de psychologische neiging om te vluchten uit de dagelijkse werkelijkheid. Ook in dit opzicht verschilt Vervaeke van Apostel. Volgens Apostel, zijn 'spirituelen',

mensen die alles zo volledig mogelijk met hun hele persoonlijkheid tot een deel van hun levensstrategie maken, zonder possessief buiten zichzelf te treden. Want, zo schrijft hij:

“Voor wie al het concrete diep, belangrijk en vreemd is, is niets zeer dramatisch. Spirituele mensen worden getekend door eenvoud en humor.”
(Apostel, 2013, p. 86)

Bovendien is voor Apostel kenmerkend voor alle vormen van spiritualiteit dat zij niet ingrijpen in de wereld.²⁷ Het streven is gericht op het veranderen van het *ik*, of een transformatie van de persoon die ‘de wereld bewarend een eerbiedigend zich aanpassen aan het object van de spiritualiteit’ bevordert (Apostel 1998, p. 106 in Alma, 2018, p. 144-145).

Waar op het eerste gezicht de termen *decentratie* van Apostel en *flowstate* van Vervaeke gelijkenissen lijken te vertonen, zijn er echter duidelijke verschillen. Bij decentratie wordt men opgenomen in het geheel en de meer omvangrijke gerichtheid van de hele werkelijkheid. Het betekent ‘leven vanuit iets anders’. Paradoxaal genoeg betekent het middelpunt buiten ons leggen, dat we ons meer thuis gaan voelen in de wereld (Alma, 2018, p. 149). Decentratie treedt op wanneer we ons middelpunt buiten ons plaatsen en onze concentratie op het belang van eigen persoon loslaten. Dit leidt ertoe dat we ons verbonden voelen met de ‘totale realiteit’. Het gevolg hiervan is de ervaring van innerlijke vrijheid (Alma en Apostel). De flowstate is een ervaring tussen het zelf en een hoger bewustzijn waarbij iemand het zelfbewustzijn kan verliezen. Het is een opgaan in het moment, in een activiteit. Decentratie is meer gericht op verbondenheid met een groter geheel.

²⁷ Zoals we bij technisch en magisch handelen wel beogen (Alma, 2018, p. 144)

Conclusie:

In deze conclusie kom ik terug op de hoofdvraag: *Hoe verhoudt spiritueel humanisme zich tot de huidige crisis in betekenisgeving zoals beschreven door John Vervaeke?*

Het doel van dit onderzoek was vanuit verschillende perspectieven spiritualiteit te onderzoeken om zo tot een verdieping van het huidige idee van spiritueel humanisme te komen en *spiritueel humanisme* in relatie te plaatsen tot Vervaeke's opvattingen over de huidige crisis van *betekenisgeving*. De opvattingen van Vervaeke tonen aan hoe relevant het gedachtegoed van Van Praag nog steeds is. Daarnaast laten ze zien dat de strijd die Van Praag aanging tegen het nihilisme in de huidige tijd nog relevant is voor het humanisme en dat de thema's die hij aanhaalt filosofisch universeel zijn. Zowel Van Praag als Vervaeke signaleerden en problematiseerden een vorm van nihilisme, ontheemding en vervreemding.

We kunnen concluderen dat spiritueel humanisme een vorm van inclusief humanisme is dat erkent dat spiritualiteit een menselijke behoefte is. Zonder het vervullen van deze behoefte voelen we ons leeg en vervreemd en stelt het zelfs – zoals bij Vervaeke's zijn 'zombie-Apocalyps'- ons mens-zijn in vraag.

Samenvattend kunnen we spiritueel humanisme opvatten als een manier om in contact te staan met onszelf, de wereld, of het grotere en omdat dát bijdraagt aan het ervaren van zin, kunnen we stellen dat spiritualiteit voor humanisme een belangrijk aspect is in de strijd tegen het nihilisme. Spiritualiteit is bovendien een essentieel onderdeel van ons mens-zijn. Er kan een spiritualiteit bestaan zonder hogere macht of transcendentie. Een spiritueel humanisme vraagt ook om een handelen en een zich openstellen voor 'het mogelijke' (Alma, 2018, 147). De betekenis-crisis staat voor een leegte, een ontworteling en een gedachteloosheid waarin men los van zichzelf en de wereld is gekomen.

In tegenstelling tot nihilisme staat spiritualiteit voor *vervulling*. Alma beschouwt spirituele oefenpraktijken daarin als een vorm van existentiële toewijding en 'een praktijk van zelftransformatie' die invloed heeft op ons handelen in de wereld. Compte-Sponville schrijft daarover dat spiritualiteit niet alleen gaat over 'hopen' maar ook handelen. Spiritualiteit geeft daarmee agentschap terug aan de mens, waar daarvan juist in deze 'zombie-Apocalyps' een tekort aan is.

Bij Apostel ligt de nadruk op een onvoorwaardelijke aandacht voor de werkelijkheid door praktijken die situering en richting geven in de wereld. Compte-Sponville beschouwt

spiritualiteit voornamelijk als het delen van waarden en het ervaren van de immensiteit van de natuur. We kunnen spiritueel humanisme zo beschouwen als een manier om in contact te komen met de wereld en het grotere geheel of dat wat ons overstijgt. Omdat het ons helpt zin te ervaren, kunnen we zeggen dat spiritualiteit voor humanisme bovendien een belangrijk onderdeel is van de strijd tegen nihilisme. Het is dus duidelijk hoe belangrijk het is om een fundamentele relatie aan te gaan met ons overleven, omdat we anders gedoemd zijn onszelf te vernietigen.

Zoals Vervaeke wil aantonen ligt er een (nieuwe) taak voor het humanisme als het gaat over het integreren van spiritualiteit met het humanisme. De huidige spirituele ontwikkelingen in de moderne maatschappij maken het zoeken van de mens zichtbaar. De mens, op zoek naar manieren om de malaise niet te voelen, en op zoek naar verschillende praktijken en bronnen om uit te putten.

Meerdere auteurs benadrukken het menselijke verlangen naar visie, naar zin, naar contact met iets buiten zichzelf. Andere auteurs benadrukken dan weer decentratie als een antwoord op die vraag naar zin die van Praag al stelde: waarvandaan dient men die zin te halen als hij op zichzelf wordt teruggeworpen? (van Praag, 1978, p. 14).

Dit onderzoek is deels gebaseerd op het werk van John Vervaeke dat nog volop in ontwikkeling is. Ik ben mij ervan bewust dat het werk van John Vervaeke veelomvattender is dan hier aan bod is gekomen. Gezien de snelle ontwikkelingen en toename in omvang van het werk van Vervaeke, is het interessant om in de toekomst, vanuit zijn werk nog specifiek in te gaan op spiritualiteit in de huidige tijd. Dit toekomstig onderzoek zou zich kunnen richten op de opvattingen uit het nieuwe boek van Vervaeke over 'Awakening from the Meaning Crisis', en op hoe dit geplaatst kan worden binnen het hedendaagse spiritueel humanisme. De verdere uitwerkingen van zijn filosofische en praktische invulling van spiritualiteit kunnen het humanisme van Van Praag aanvullen.

Bibliografie

- Alexander, T. M. (2013). The spirituality of the possible in John Dewey's: A common faith. In T. M. Alexander, *The human eros. Eco-ontology and the aesthetics of existence* (pp. 352-). New York: Fordham University Press.
- Alma, H. (2018). *De kunst van het samenleven. Een pleidooi voor een pluralistisch humanisme*. Brussel: VUBPRESS.
- Anbeek, C., & de Jong, A. (2013). *De berg van de ziel*. Utrecht: Ten Have.
- Apostel, L. (2013). *Atheïstische spiritualiteit*. Brussel: Academic & Scientific publishers.
- Baan-Hofman, L. (2022, oktober 18). We zijn allemaal cyborg`. *FILOSOFIE magazine*.
- Bodegraven, R. (2023, augustus 19). *Spiritualiteit, rijmt dat wel met humanisme?* Retrieved from [www.humanistischverbond.nl](https://www.humanistischverbond.nl/inspiratie-voor-het-leven/spiritualiteit-rijmt-dat-wel-met-humanisme/): <https://www.humanistischverbond.nl/inspiratie-voor-het-leven/spiritualiteit-rijmt-dat-wel-met-humanisme/>
- Bolsenbroek, A. (2008, augustus). Humanistische stromingen. Ontwikkelingslijnen en perspectieven. *Doctoraal scriptie Universiteit voor Humanistiek*, pp. 5-81.
- Camus, A. (1942). *The Myth of Sisyphus and other essays* . New York: Knopf Doubleday Publishing Group.
- Comte-Sponville, A. (2009). *De geest van het atheïsme : inleiding tot een spiritualiteit zonder God* . Amsterdam: Atlas.
- Copson, A., & Grayling, A. (2015). *The Wiley Blackwell Handbook of Humanism*. West Sussex: John Wiley & Sons, Ltd.
- Derkx, P. (2008, December). Inclusief humanisme. *Tijdschrift Geestelijke Verzorging*, 59-64.
- Derkx, P. (2009). *J.P. van Praag. Om de geestelijke weerbaarheid van humanisten*. Breda: Uitgeverij Papieren Tijger.
- Derkx, P. (2018, mei). Het blijft mensenwerk. Een humanistische visie op spirituele dimensies van goed ouder worden. *Waardenwerk*, pp. 56-76.

- Dros, L. (2023, december 11). Opmars zelfhulpboeken niet te stuiten. 'Je kunt de dominee en de psycholoog gewoon links laten liggen'. *Trouw*.
- Duijndam, J. (2019, Voorjaar). Humanisme, Humaniteit, en Harari. *Waardenwerk*, pp. 26-35.
- Fowler, J. (2015). Spirituality. In A. Copson, & A. Grayling, *The Wiley Blackwell Handbook of Humanism* (pp. 347-374). Oxford: Wiley Blackwell .
- Fromm, E. (1947). *Man for Himself: An Inquiry Into the Psychology of Ethics*. New York: Open Road Integrated Media.
- Gold, J., & Ciorciari, J. (2020, September 9). A Review on the Role of the Neuroscience of Flow. *Behavioral Sciences*, pp. 1-18. doi:doi:10.3390/bs10090137
- Jonkers, P. (2005). Humanisme en nihilisme, Jacobi's tegenspreken van de subjectiviteitsfilosofie. In J. Duyndam, M. Poorthuis, & T. de Wit, *Humanisme en religie* (pp. 47-65). Delft: Eburon.
- Schuhmann, C. (2018, mei). Spiritualiteit en humanisme/humanistisch geestelijke verzorging. *Waardenwerk*, pp. 55-58.
- Sheldrake, P. (2007). *A brief history of spirituality*. Oxford: Blackwell publishing Ltd.
- Sheldrake, P. (2015, December 7). Spirituality: A Very Short Introduction | Philip Sheldrake. Oxford: Oxford Academic (Oxford University Press). Retrieved from https://www.youtube.com/watch?v=cAx_eE1SpNQ
- Smedes, T. A. (2016). *God, iets of niets? De postseculiere maatschappij tussen 'geloof en 'ongeloof'*. . Amsterdam: Amsterdam University Press B.V.
- Taylor, C. (2007). *Een seculiere tijd*. Rotterdam: Lemniscaat.
- ten Kate, L. (2015). Sacraliteit en seculariteit. Over de complexe relatie tussen humanisme en religie. In G. Coene, & M. van den Bossche, *Vrij(heid) van religie* (pp. 45-85). Brussel: VUBPRESS.

- Underhill, E. (1912). *Mysticism, a study of the nature and development of man's spiritual consciousness*. New York: Dutton and Company.
- van IJssel, S. (2007). *Daar hebben humanisten het niet zo over. Over de rol van spiritualiteit in het leven en werk van humanistisch geestelijk raadslieden*. Delft: Eburon.
- van Moer, W. (2013). Secular Humanism, Spirituality and Mourning Rituals: A Transformational Journey without God. In W. van Moer, D. A. Çelik, & J. L. Hochheimer, *Spirituality in the 21 st Century: Journeys beyond Entrenched Boundaries* (pp. 67-77). Oxford: Inter-Disciplinary Press.
- van Praag, J. (1945). Geloof in de mens. In P. Derkx, *J.P. van Praag* (pp. 25-29). Breda: Uitgeverij Papieren Tijger.
- van Praag, J. (1947). Autonoom Humanisme. In P. Derkx, *J.P. van Praag. Om de geestelijke weerbaarheid van humanisten*. (pp. 29-40). Breda: Stichting Uitgeverij Papieren Tijger.
- van Praag, J. (1960). Nihilisme. In P. Derkx, *J.P. van Praag. Om de geestelijke weerbaarheid van humanisten* (pp. 91-98). Breda: Uitgeverij Papieren Tijger.
- van Praag, J. (1978). *Grondslagen van humanisme. Inleiding tot een humanistische levens- en denkwereld*. Amsterdam: Boom.
- van Praag, J. P. (2009). Nihilisme. In P. Derkx, *J.P. van Praag* (pp. 91-98). Breda: Uitgeverij Papieren Tijger.
- Vervaeke, J. (2019a). *Episode 2: Flow, Metaphor, and the Axial Revolution. Notes and Transcripts for Awakening from the Meaning Crisis*. (C. King, J. Declan, & B. Chua, Eds.) Retrieved 2023-2024, from www.meaningcrisis.co:
<https://www.meaningcrisis.co/all-transcripts/>
- Vervaeke, J., Mastropietro, C., & Miscovic, F. (2017). *Zombies in Western Culture. A Twenty-First Century Crisis*. Cambridge, UK: Open Boom Publishers.

Waaijman, K. (2000). *Spiritualiteit. Vormen, grondslagen, methoden*. Kampen: Kok.