

Bert Altena opent de Zin-in-Zondag-bijeenkomst van vanmorgen en heet iedereen welkom. Vanmorgen zal Hans Alma vertellen over 'Het verlangen naar zin, de zoektocht naar resonantie in de wereld'.

Daarna gaan we in gesprek met haar.

Egbert Hovenkamp leest het gedicht voor van Simon Vinkenoog: Alles of niets.

Hans Alma is wetenschapper, verbonden als hoogleraar Geestelijke Zorg en Religieus-Humanistische Zingeving aan de VU in Amsterdam. Hiervoor had ze een gasthoogleraarschap Hedendaags Humanisme in Brussel. Daarnaast heeft zij een coachingspraktijk waar zij als docent en trainer universiteiten en organisaties helpt de bronnen van energie, wijsheid en creativiteit te ontdekken. Centraal aandachtspunt: De rol van verbeeldingskracht en kunst in het zoeken naar zin.

Wij mensen zoeken naar zin, om met de uitdagingen van deze tijd om te gaan. 'Zin' is iets anders dan 'Betekenis' of "Betekenisbeleving'.

*Verlangen naar zin gaat verder dan cognitieve activiteit van betekenisverlening*

Om dat wat ons overkomt te duiden en te beoordelen, en welke keuzes daaruit voortvloeien zijn cognitieve processen waardoor wij de wereld als zinvol ervaren.

*Onze vroegste lichamelijke ervaringen met de wereld – gekleurd door relaties.*

Verlangen naar zin gaat dieper dan een cognitieve activiteit en is geworteld in vroegkinderlijke ervaringen als warmte, voeding, koestering, die een beleving van acceptatie en waardering, van 'de wereld is goed voor mij' laten ontstaan.

*De wereld als een goede plaats. Omgaan met onze omgeving. Ruimte-lijn.*

Deze vroegkinderlijke ervaringen zetten zich in ons vast en blijven in ons doorwerken hoe we de wereld tegemoet treden.

Het verlangen naar zin vindt daar zijn oorsprong, we willen de wereld om ons heen tot een plek maken waar het goed is om te zijn en waar wij ons prettig in voelen. Dit is de ruimte-dimensie van het verlangen naar zin en dit komt onder meer tot uitdrukking in onze manier van kleden, onze voedselbereiding, onze relaties met mensen, dieren en dingen.

*Verleden, heden en toekomst. Goed (samen)leven. Tijdslijn.*

Onze ervaringen uit het verleden geven kleuring aan de idealen, beelden en dromen, wat we voor de toekomst willen. Vanuit het verleden is er over het heden heen een gerichtheid op goed leven in de toekomst. Ook dit is een belangrijke dimensie in het verlangen naar zin.

Levensbeschouwelijke tradities kunnen religieus en niet-religieus (bv Humanisme) zijn. Vanuit die tradities maken we ons een voorstelling hoe de wereld óók zou kunnen zijn, wat goed leven en goed samenleven betekent. Die beelden zijn zowel begrenzend, bepalen onze normen en waarden, geven richtlijnen voor ons handelen, maar zijn ook grens-ontsluitend. Ze verruimen onze blik, laten zien wat er zou kunnen zijn.

*Verhalen, symbolen en rituelen. Begrenzend en grens-ontsluitend.*

Voor veel mensen zijn (levensbeschouwelijke) tradities verouderd, niet meer van deze tijd, beklemmend, iets waarvan je je wilt bevrijden.

*Individuele zoektocht naar zin. Onzekerheid en taalverlies.*

Veel mensen zijn individueel en op een persoonlijke manier op zoek in hun verlangen naar zin. Dat is bevrijdend, maar geeft naast ruimte ook onzekerheid of we wel op de goede weg zijn. Bovendien ervaren we diverse visies en vormen van goed leven waarin we ons eigen standpunt moeten bepalen

en omdat we onze zoektocht zonder deelgenoot afleggen verliezen we taal en begrip om onze ondervindingen te delen. En volgens filosoof Zygmunt Bauman verliezen we datgene voor waar we geen taal voor hebben uit ons bewustzijn.

*Zygmunt Bauman: verlies van existentiële en morele gevoeligheid.*

Ons gericht zijn op goed leven en goed samenleven in levensbeschouwelijke zin dreigt uit onze seculiere samenleving, waar de publieke ruimte neutraal wordt ingericht, te verdwijnen. De levensbeschouwing en religie zijn nu privé domein en dat brengt naast levensbeschouwelijke armoede en een groeiende rem om met elkaar over goed leven in gesprek te gaan met zich mee. En daarmee het (on)vermogen om daarin met elkaar samen te werken en te realiseren.

Hans Alma onderzoekt in haar boek of en hoe we toch toegang kunnen vinden tot de rijkdom van levensbeschouwelijke tradities en verhalen. Sterke verhalen – de grote verhalen – die een alomvattende verklaring geven en de kracht hebben om ons boven onszelf en onze eigen behoeftes uit te doen stijgen. Wat kunnen we met elkaar realiseren als goed leven?

Het verhaal van de Simoerg: De samenspraak van de vogels van Farid ud-Din Attar (soefi-dichter).

In het verhaal gaan alle vogels van de wereld op zoek naar een leider die richting kan geven aan het leven. Ze komen er niet uit tot de Hopvogel hen over een koning vertelt die zowel dichtbij als ver weg is: de Simoerg. Zij kunnen de Simoerg alleen vinden door op een gevaarlijke risicovolle reis te gaan en hun vertrouwde plek te verlaten. Uiteindelijk vertrekken de vogels en er komen na een reis vol ontberingen en verlies een kleine groep overlevers aan bij het paleis van de Simoerg. De Simoerg is nergens te vinden. Maar als ze dicht bij elkaar over het meer in de binnentuin vliegen zien ze dat hun weerschijn in het water een gestalte vormt: de Simoerg. Onlosmakelijk verwickeld in het grote geheel maar toch in ieders unieke eigenheid.

<https://sites.google.com/site/standosnisu/home/de-samenspra-spzjeuivvxi>

*Metafoor voor een spirituele reis op zoek naar Goddelijke liefde.*

Het verhaal is een beeld voor een maatschappelijk symbool voor het zoeken naar een 'pluralistisch wij'.

*Metafoor voor een 'pluralistisch wij'.*

(Pluralistisch: respect en verdraagzaamheid tegenover andere opvattingen en praktijken)

Nieuwe vormen van gemeenschap waarin we ons samen kunnen inzetten om om te gaan met de problemen van deze tijd zoals de klimaatopwarming.

William Connolly schreef in zijn boek 'Facing the planetary' (2017) over 'entangled humanism' (verstrengeld Humanisme). Hij heeft kritiek op het westerse standpunt om met kennis de wereld te beheersen, te controleren en naar zijn eigen hand te zetten. Onze wereld is veel meer een 'wereld in wording'.

*'Wereld in wording'. Veranderingen buiten onze controle.*

Mensen hebben geen grip op hoe de wereld verandert ook al dragen wij zelf bij aan die veranderingsprocessen die nu boven onze macht gaan. Connolly zegt dat de mensheid van paradigma (zienswijze) moet veranderen en komen tot een partnerschap en samenwerken met andere bestaansvormen.

*Wederkerige afhankelijkheid en zorg, in plaats van controle, dominantie en manipulatie.*

We leven en zijn verstrengeld in wederkerige afhankelijkheidsrelaties met andere bestaansvormen op klein en groot niveau. We zullen ons gedrag moeten aanpassen, en onze menselijke kwaliteiten en verantwoordelijkheden inzetten om iets ten goede te betekenen. Connolly denkt vooral aan onze creativiteit en verbeeldingskracht.

*Kwaliteit en verantwoordelijkheid (verbeeldingskracht en creativiteit).*

Wij mensen, maar ook dieren, planten en dingen, hebben unieke kwaliteiten die respect verdienen, bewaard moeten blijven en duurzaam te worden behandeld. Hiermee kunnen we een omslag maken als we met elkaar samenwerken.

*Bouwen van nieuwe vormen van gemeenschap.*

Als we voor concrete problemen oplossingen zoeken die recht doen aan de unieke kwaliteiten van elke bestaansvorm, komen tot veranderend duurzaam handelen tot behoud van leven, dat is een pluralistisch wij.

*Bouwen van nieuwe vormen van gemeenschap (pluralistisch wij).*

Vormen van gemeenschap die over allerlei verschillen van geloofsovertuiging en etniciteit heen kunnen gaan en bepaalde zorg delen en zich ervoor willen inzetten kunnen gevoed worden door een spiritualiteit die niet gebonden is aan maar wel inspiratie haalt uit een levensbeschouwelijke traditie. In die gemeenschap kunnen we elkaar respecteren en inspireren.

Hans Alma bedacht hier op 'de spiritualiteit van het mogelijke': een gemeenschappelijk streven naar goed leven en goed samenleven met erkenning van de fundamentele openheid van ons bestaan in een wereld die voortdurend verandert en die we niet in onze grip hebben.

In afwezigheid van zekerheden als een goed einde of afloop voelen wij ons kwetsbaar maar we kunnen vanuit hoop en vertrouwen dat we elkaar zullen bijstaan in onze zoektocht naar manieren van goed leven en goed samenleven. We worden gevoed door verhalen uit oude tradities met eeuwenoude ervaring.

Hoe kunnen we elkaar bijstaan in het leven vanuit hoop en vertrouwen?

*Aandacht: intensivering van ervaring.*

Onze prestatiegerichte functionele maatschappij is doordrenkt van: wat is nuttig voor mij, wat kan ik gebruiken, wat moet ik vermijden: mijn persoonlijke behoefte.

Dat is iets heel anders dan aandachtig kijken om werkelijk recht te doen aan – de unieke kwaliteiten van - de ander (mens, dier, plant, ding). De ander heeft recht op een bestaan dat onafhankelijk is van mijn persoonlijke behoefte. Dat is werkelijke aandacht: waarnemen van de wereld om ons heen.

*Compassie: prioriteit van de ander in haar kwetsbaarheid én mogelijkheden.*

We moeten de moed opbrengen om elkaar in onze kwetsbaarheid, pijn en lijden te zien, daar niet voor weg te lopen, te proberen om elkaar in onze kracht te zetten zonder in een helper-slachtoffer-situatie te schieten. Het gaat om 'empowerment': innerlijke kracht ontwikkelen die leidt tot handelen, inzet voor het leven, welzijn van de planeet groter en overstijgend aan onze eigen behoefte.

*Handelen dat heling brengt vanuit innerlijke kracht.*

Zorg: een handelen gericht op heling, heel-wording van onszelf en van de ander. In samen zoeken en vormgeven naar goed leven op deze planeet. Zorg is een basishouding die onze samenleving vormgeeft. Een transformeren zorg gericht op heling en heiliging.

Die aandacht, compassie en zorg zijn alleen mogelijk door verbeelding.

*Verbeelding als werkzame kracht.*

Verbeelding helpt in de gegeven situatie om nieuwe mogelijkheden te zien om elkaar in onze kracht te zetten en tot transformerend handelen te komen.

We kunnen onze verbeeldingskracht oefenen en trainen om invulling te geven aan de spiritualiteit van het mogelijke.

*Het gegevene in het licht van het mogelijke.*

Wij mensen kunnen nieuwe mogelijkheden en alternatieven zien, we kunnen daar concrete voorstellingen van maken.

*Voorstellingen maken van mogelijkheden.*

Een concrete voorstelling nodigt uit tot handelen en helpt ons ons in het perspectief en gezichtspunt van een ander te verplaatsen.

*Wisselen van perspectief en (kritisch) reflecteren.*

Met onze verbeelding kunnen we kritisch reflecteren op onze voorstelling en die voorstelling vanuit de positie van onszelf en de ander te zien.

Onze verbeelding heeft twee vormen:

- Het ons verplaatsen in het perspectief van de ander. De verbeelding werkt door in onze aandacht, compassie en empathie.
- Het creatief onderzoeken van de situatie op nieuwe mogelijkheden.

Zo werkt de verbeelding door in onze zorg, in ons transformerend handelen om de verandering te realiseren.

Hans Alma heeft in haar boek een verbeeldingscyclus ontwikkeld waarin 6 stappen onderscheiden worden:

Aandacht, associatie, experiment, anticipatie, expressie, reflectie.

- Aandachtig kijken om nieuwe mogelijkheden te zien.
- Associatie: wat neem ik mee aan ervaringen, kennis, levenservaring. En hoe kan ik dat gebruiken om in deze situatie iets nieuws te kunnen zien?
- Experiment: experimenteren met nieuwe ideeën in dialoog met anderen, een gezamenlijk zoeken naar nieuwe mogelijkheden.
- Anticipatie: nieuwe handelingsmogelijkheden na de experimenten, de verwachting dat we met elkaar een verandering kunnen realiseren.
- Expressie: de verandering moet in woorden, daden en vormen tot expressie worden gebracht.
- Reflectie: in dialoog met de ander de voorgestelde verandering toetsen aan ieders belang en daarna realiseren.

En zo leidt reflectie weer tot aandacht.

Ons verlangen naar zin en zoeken naar een goed leven kent geen vaststaand einde, het is een levenslang leerproces.

*Persoonlijke verheldering.*

In de verbeeldingscyclus kunnen we de spiritualiteit van het mogelijke oefenen en ontwikkelen. Het kan persoonlijke waarden, idealen en doelen verhelderen.

*Verhelderen en realiseren van gedeelde waarden en doelen.*

In een groep kunnen gedeelde waarden en handelingsmogelijkheden worden verhelderd, verdiept en gerealiseerd, maar ook nieuwe inzichten kunnen komen.

*Intensivering van ervaring (spiritualiteit).*

*Ruimte voor verrassing en verwondering.*

Ruimte om vertrouwde en routinematige manieren kunnen worden doorbroken zodat nieuwe manieren van kijken en ervaren ontstaan.

*Inzetten van verbeelding om aandacht, compassie en zorg te realiseren.*

Dit is van groot belang voor grote ecologische vragen van deze tijd.

Het gaat om een verlangen naar zin vanuit een lichamelijke en persoonlijke ervaring zich uitstrekt en ontwikkelt tot een spiritualiteit van het mogelijke, waarmee wij van uit onze eigen unieke eigenheid kunnen bijdragen aan een groter geheel dat op zoek is naar het goede voor onszelf en voor anderen.

En dan zijn we weer terug bij de Simoerg – bij de vogels die deel uitmaken van een groter geheel.

Zo sluit Hans Alma haar lezing af.

In de link hieronder staat een artikel uit Trouw van Hans Alma:

<https://www.trouw.nl/nieuws/zin-is-geen-rozig-sausje-maar-een-diepe-menselijke-behoefte~b02f3950/>

Kees Richters zingt het lied: De eerste, de beste, de bloei is uit.

Bert Altena heet Hans Alma welkom via Zoom. Er is nu gelegenheid om vragen te stellen.

- De zoektocht naar zin heeft met taal (benoemen van begrippen, delen met anderen) te maken maar ook met rituelen. Welke plek hebben rituelen in de spiritualiteit van het mogelijke?

H.A.: het gaat om uitdrukkingsvormen als taal, (beeldende) kunst, omgeving vormgeven met verhalen en rituelen die (weer) tot ons kunnen spreken. Rituelen versterken taal. Rituelen hebben een verbindende kracht.

- Zit er ook een spanning in de verbeeldingscyclus tussen het maakbare en de ruimte krijgen voor het ontvankelijke?

H.A.: die verbeeldingscyclus kan goed werken in organisaties waarin je staat voor een gezamenlijke uitdaging, om in het proces zelf dat wat je gemeenschappelijk hebt kunt ontwikkelen in de organisatie.

- De grote oude religieuze tradities zijn de schatkamers van de gezamenlijke verbeelding wanneer we ze de ruimte geven. In het Humanisme zoekt ze ook ruimte voor de religieuze dimensie en het ons verbinden met een groter geheel en uit te doen stijgen boven onze persoonlijke behoeftes.

- 'ik ben niet gelovig maar ik kan mij geen leven zonder geloven voorstellen'.

Geloven is voor mij geen identiteitsverklaring maar iets wat er is en kleur geeft aan mijn handelen. Edel Maex (Belgische Zenleraar) zegt: ik ben geen Boeddhist maar ik laat mij inspireren door het Boeddhisme. Ik (H.A.) laat mij inspireren door verhalen en rituelen uit de christelijke en andere tradities

Egbert Hovenkamp draagt een gedicht voor dat hij ter plekke heeft gemaakt: 'Het verlangen zingt zich alle dagen zin'.

Bert Altena bedankt een ieder voor zijn aanwezigheid.

De volgende bijeenkomst is zondag 6 juni.