

Christelijke spiritualiteit etappe 3 Bad Nieuweschans - Blijham Camino Westerwolde Noord.

GRONINGEN – Religie kan heilzaam werken in de huidige cultuur, waarin mensen op allerlei manieren willen uitblinken. Tot die conclusie komt godsdienstpsycholoog Hanneke Schaap-Jonker. Ze hield dinsdagavond in Groningen een publiekslezing in het kader van de Maand van de spiritualiteit over het thema "Ik geloof in mezelf: religie en spiritualiteit in een uitblinkcultuur".

De uitblinkcultuur, zoals Schaap deze noemt, is er een waarin mensen moeten presteren, zichzelf waar willen maken. Jezelf goed presenteren, er mooi of krachtig uit willen zien. En natuurlijk op sociale media zoals Facebook en Twitter een bepaald ideaalbeeld van jezelf neerzetten. „Het bijzondere is dat het draait om het ideaal dat je jezelf stelt. Dat ideale-ik, daar wil je naartoe werken om goed genoeg te zijn in eigen oog. Je wilt trots op jezelf zijn”, aldus Schaap.

De godsdienstpsychologe signaleert dat mensen voortdurend aan zichzelf werken om te voldoen aan de eisen van hun ik-ideaal die zij zichzelf opleggen. „Dat gebeurt niet zozeer om zich voor anderen te bewijzen, maar om zich naar zichzelf toe te bewijzen en te voldoen aan de doelen die ze zichzelf stellen. Competitie met anderen is niet gericht op die ander, maar een gelegenheid om de eigen mogelijkheden te verkennen en zichzelf te overtreffen.”

Het bezig zijn met jezelf zoals je wilt zijn is niet per definitie negatief, meent Schaap. „Het vormt een onderdeel van de normale ontwikkeling. Verder is het functioneel in de huidige sociaal-maatschappelijke en economische context.”

Mensen moeten volgens Schaap leren om relaties aan te gaan met anderen en om verbonden te zijn met de wereld om ons heen, maar ook zelf iemand worden en hun eigen-ik te ontwikkelen. „Het is de kunst om deze twee taken in balans te houden en zowel verbonden te zijn met anderen alsook zelfstandig, autonoom te functioneren.”

De huidige cultuur maakt dat niet makkelijk, aldus de docent aan de Faculteit Godgeleerdheid en godsdienstwetenschap van de Rijksuniversiteit Groningen. „De gerichtheid op het ideale zelf zit zo sterk verweven in onze cultuur, dat baby's en kleine kinderen daarmee al geconfronteerd worden. Ze worden behandeld als prinsjes en prinsesjes.”

Veel mensen lukt het niet om te voldoen aan de eisen van anderen, of de eisen die ze aan zichzelf stellen, aldus Schaap. „Dan schiet je tekort in eigen oog, voel je je waardeloos en leeg. De gerichtheid op het zelf wordt dan een rechtszitting met jezelf: in de leegte van de depressie voer je een verlamdend en genadeloos proces met jezelf, waarbij je tegelijk aanklager en beklaagde bent, maar ook de rollen speelt van zowel advocaat als rechter.”

Religie en spiritualiteit kunnen in een uitblinkcultuur de behoeften, gevoelens en overtuigingen van mensen kanaliseren. Dat kan in de vorm van het verheerlijken van je eigen-ik, maar ook wanneer een gereformeerde spiritualiteit een middel is om het eigen zelfgevoel in stand te houden, „bijvoorbeeld wanneer mensen 'uitblinken' in leerstelligheid of bevinding. Ook hier kan een leegte gecompenseerd worden, wanneer in het godsdienstige domein bereikt kan worden wat in het alledaagse leven niet lukt.”



Pelgrimeren
in Groningen

Religie en spiritualiteit kunnen ook samenhangen met de uitblinkcultuur waar ze deze versterken. „Tendensen die al aanwezig zijn in de individuele psyche en de cultuur worden bekrachtigd door religieuze overtuigingen of geloofsopvattingen.”

Religie kan binnen een uitblinkcultuur anderzijds begrenzend werken, aldus Schaap. „De notie dat niet jij centraal staat, maar de God die je geschapen heeft, en dat je leeft om die God te eren, remt de gerichtheid op het ideale zelf en de drang om uit te blinken.” Bovendien kunnen mensen worden behoed voor doorschieten omdat ze beseffen zich eenmaal voor God te moeten verantwoorden, meent Schaap.

De godsdienstpsychologe stelt dat religie uiteindelijk een heilzame werking kan hebben binnen een uitblinkcultuur. „Je bent niet alleen op de wereld, maar in gemeenschap met de mensen om je heen leef je voor het aangezicht van God. Een God die als Schepper je bedoeld heeft in je eigen uniciteit, dat wel – maar die tegelijk weet dat je slechts mens bent, stoffelijk, gevormd uit het stof van de aarde. Om die reden verwacht God geen goddelijke prestaties. Integendeel, het als God willen zijn is hoogmoed en overmoed bij uitstek.”

Het aanvaard worden door God is volgens Schaap niet afhankelijk van eigen prestaties, „maar gebeurt op grond van Gods liefde en genade. Bij falen en tekort schieten is vergeving en verzoening mogelijk. Er kan een nieuwe start gemaakt worden. Dit geloof heeft dan ook een bevrijdende dimensie. Aanvaarding door God kan de basis zijn voor aanvaarding van jezelf.”

Meer achtergrondinformatie is te vinden op de website van de Rijksuniversiteit Groningen.

Verwerkingsvragen.

1. Herken je je in het werken aan je ideale zelf of herken je het in je omgeving.
2. Op welke wijze kan geloof volgens jou als demper werken aan ons ideale zelf.