

4 Hedendaagse spiritualiteit in het werk

Technieken en trainingen op het gebied van 'werk en spiritualiteit'

— Eelco van den Dool

De laatste jaren bloeit er in bedrijven een gevarieerde spirituele praktijk op: meditatie-trainingen, stiltekamers, gebedsgroepen, neurolingvistisch programmeren, bedrijfsopstellingen, coaching op levensloop- en loopbaanvraagstukken, sensitivitytrainingen en 'passie in je werk'. De link tussen werk, zelfontplooiing, het transcendentale en zingeving wordt hierin expliciet gelegd. In deze bijdrage wil ik allereerst de kenmerken van hedendaagse spiritualiteit bespreken. Daarna zal ik aan de hand van drie voorbeelden (bedrijfsopstellingen, de 'bedrijfsreading' en de 'inspiratievilla' van een energieleverancier) de hedendaagse spirituele praktijk in bedrijven kenschetsen. Ten slotte laat ik zien dat deze sensitiviteit voor zingeving de christelijke traditie veel kansen biedt.

De aandacht voor spiritualiteit in de persoonlijke ontwikkeling op het werk en de loopbaan zien als potentiële bron van zingeving, past in een aantal hedendaagse ontwikkelingen.

Allereerst is de aandacht voor spiritualiteit in de persoonlijke ontwikkeling op het werk misschien wel noodzakelijk wanneer we bedenken dat (betaald) werk en arbeidsrelaties steeds dominanter worden. Familie- en gezinsrelaties bijvoorbeeld worden in toenemende mate rondom arbeidsrelaties georganiseerd. Dat vraagt om een herwaardering van werk en organisatie.

Veel mensen geven tegenwoordig hun religie, identiteit en zingeving zelf vorm in plaats van zich daarvoor aan te sluiten bij de traditionele, geïnstitutionaliseerde religies. In Nederland noemt ongeveer een kwart van de bevolking zich verbonden met de christelijke traditie, noemt ongeveer 10 procent zich moslim(a) en acht ongeveer 25 procent zich spiritueel ongebonden of een 'spirituele zoeker'.

Spirituele, persoonlijke ontwikkeling op het werk biedt de mogelijkheid om eigen keuzes te maken op een levensterrein dat in toenemende mate aan betekenis wint. Naarmate het opleidingsniveau van de beroepsbevolking toeneemt, mag ook verwacht worden dat de eisen aan en verwachtingen van werk en organisatie toenemen. Spiritualiteit in werk is, in termen van de behoeftehiërarchie van Maslow, een nieuw behoefteniveau waar hoger opgeleide en welvarende mensen op een gegeven moment aankomen.

Spiritualiteit in relatie tot persoonlijke ontwikkeling op het werk wordt ook wel gezien en ingezet als tegenwicht voor werkdruk en stress. Dat roept gelijk de waarschuwing op dat spiritualiteit geen trucje mag of kan zijn en, in het ergste geval, als manipulatiemiddel kan worden ingezet: een manipulatieve spiritualiteit zal spirituele technieken en methoden gebruiken om medewerkers tot optimale prestaties aan te zetten of te helpen de nadelen van een optimale inzet voor het bedrijf te compenseren.

Kenmerken van hedendaagse spiritualiteit

Het is niet gemakkelijk een startpunt te kiezen voor de hedendaagse spiritualiteit. In de jaren tachtig van de vorige eeuw komt de term 'new age' in zwang. Een containerbegrip voor alles wat de westerse cultuur grofweg vanaf de jaren zestig aan spiritualiteit (her)ontdekt en eventueel geïmporteerd heeft. Omdat de term 'new age' nogal onbepaald is en voor sommige christenen op voorhand zelfs een negatieve klank heeft, is het, denk ik, beter om van 'hedendaagse spiritualiteit' te spreken. Van IJssel geeft een mooie opsomming van wat de hedendaagse spiritualiteit kan omvatten: alchemie, astronomie, boeddhisme, christelijke symboliek, chakra's, scheppingsmythen, genezing door kristallen of kruiden, godinnenmythen, droomwerk, aardemysterie, feng shui, de heilige graal, kabbala, meditatie, mystiek, natuurlijke magie, pendelen, profeteren, psychosynthese, sjamanisme, soefisme, taoïsme, aboriginal traditie, visualisatie en zen. Geen volledige opsomming, uiteraard. Wie een blad als *Happinez* of *Zens* leest, zal snel nieuwe vormen van spiritualiteit aan dit lijstje kunnen toevoegen. Zonder alle vormen van hedendaagse spiritualiteit over één kam te willen scheren, kunnen we deze spiritualiteiten aan een aantal kenmerken herkennen, ontleend aan Van IJssel.

1. Ervaringsgericht

Hedendaagse spiritualiteit neemt als uitgangspunt en werkterrein de persoonlijke ervaring. Ze probeert de gevoeligheid voor de eigen beleving, het persoonlijk voelen en het innerlijk leven te vergroten en te ontwikkelen. De ervaring ziet men als een aanvulling op de ratio. Soms is er sprake van een uiterst kritische benadering van het intellect.

2. Subjectieve autoriteit

In het verlengde van de ervaringsgerichtheid ligt de zelfbeschikking en de autonomie om zelf te beslissen welke ideeën en praktijken je aanhangt of uitoefent. Een beroep op traditie of op een autoriteit van buiten is op dit punt niet doorslaggevend. Keuzes op het gebied van spiritualiteit worden gebaseerd op de eigen verlangens, wensen en ervaringen: 'Only accept what rings true to your own Inner Self' (uitspraak van Sir Gerorge Trevelyan, icoon van de vroege, Britse, newagebeweging). Overigens hoeft deze zelfbepaling niet 'automatisch' te leiden tot een egoïstische levenshouding. Veel hedendaagse spiritualiteit benadrukt in allerlei toonaarden de verbondenheid met anderen.

3. Waarheidsrelativerend en eclectisch

Hedendaagse spiritualiteit kenmerkt zich door het ontbreken van een absolute waarheidsclaim. Ze is te typeren als syncretistisch, interreligieus, transconfessioneel en verdraagzaam. Het is bepaald niet onmogelijk om uit verschillende tradities te putten. Dat levert een grote diversiteit op. In die diversiteit probeert men een gemeenschappelijke, spirituele kern te zien.

4. Bricolage

Vanuit de waarheidsrelativerende en eclecticische houding stelt de hedendaagse spirituele zoeker het eigen, persoonlijke en bij hem of haar passende geheel van spirituele 'producten' samen. Dit mag eigentijds lijken, maar sommige onderzoekers wijzen erop dat dit altijd al gebeurde, alleen gebeurde het voorheen binnen de kaders van bijvoorbeeld de christelijke traditie. Die traditionele kaders ontbreken tegenwoordig, waardoor de keuzeruimte veel groter is geworden.

5. Holisme en eenheid

Kenmerkend voor hedendaagse spiritualiteit is de hang naar holisme en een verwerping van het dualisme. De tegenstellingen tussen bijvoorbeeld geest en lichaam, transcendent en immanent, god en mens, goed en kwaad en religie en wetenschap worden 'vervangen' door een holistisch paradigma waarin scheidingen en tegenstellingen verdwijnen en waarin de onderlinge verbondenheid van alles met alles centraal staat.

6. Sacralisering van het zelf

'We zijn geen mensen met een spirituele ervaring, maar spirituele wezens met een menselijke ervaring.' Deze uitspraak, doorgaans toegeschreven aan Teilhard de Chardin, geeft de overtuiging weer dat de bron van heiligheid niet buiten de mens maar in de mens zelf ligt. We kunnen contact maken met het hogere, het diepere of goddelijke zelf door wezenlijk met onszelf in contact te komen.

7. Psychologisering

In de hedendaagse spiritualiteit leeft de sterke overtuiging dat mensen zelf verantwoordelijk zijn voor de situatie waarin zij leven en dat ze hun leven/situatie ook zelf kunnen veranderen. Je manier van denken bepaalt je realiteit. Een mens trekt aan wat hij zelf wil of misschien nodig heeft. Dat heeft ook tot een ontwikkeling van de psychosomatiek geleid: de verwevenheid van psychische en lichamelijke ziekte of gezondheid.

8. Evolutionair

Een sterke gerichtheid op (persoonlijke) groei en verandering is kenmerkend voor hedendaagse spiritualiteit. Reïncarnatie wint aan populariteit en het leven als een leerschool zien is niet ongebruikelijk. Maar niet alleen als individu ontwikkelen we ons. Ook sociale, politieke, ecologische en wetenschappelijke transformaties leiden ons naar een nieuw tijdperk.

9. Pragmatisch

Het bricolagekarakter van hedendaagse spiritualiteit, gecombineerd met de gerichtheid op persoonlijke groei en ontwikkeling, geeft spiritualiteit al snel de functie of plaats van een middel om gelukkiger van te worden of om (al dan niet

snel en gemakkelijk) persoonlijke problemen mee op te lossen of te verlichten; dit vaak tot afschuw van 'echte' beoefenaars van een bepaalde spiritualiteit.

10. Cultuurkritisch

Hoewel de bovengenoemde kenmerken zouden kunnen doen vermoeden dat hedendaagse spiritualiteit vooral 'navelstaren' is, blijkt uit onderzoek dat hedendaagse spirituele zoekers meer dan gemiddeld sociaal en politiek geëngageerd en bijvoorbeeld meer actie- en offerbereid zijn dan de gemiddelde kerkganger of niet-religieus geïnteresseerde.

Het zou overigens interessant zijn om de gevarieerde, christelijke kaart eens naast deze tien kenmerken van hedendaagse spiritualiteit te leggen. Het voert te ver om dat in dit artikel te doen, maar ik vermoed, zonder daarover gelijk een positief of negatief waardeoordeel te willen uitspreken, dat het hedendaagse christendom in al zijn verscheidenheid aan een flink aantal van deze tien kenmerken voldoet. Een dergelijke analyse kan helpen om als christendom positie te bepalen ten opzichte van hedendaagse spiritualiteit.

In het vervolg van dit artikel zullen we drie spirituele praktijken nader bekijken: bedrijfsopstellingen, de bedrijfsreading en de 'inspiratievilla' van energiebedrijf Nuon. Deze drie zijn niet zozeer geselecteerd omdat ze bijvoorbeeld representatief zijn voor de hedendaagse spirituele praktijk in het bedrijfsleven, maar meer omdat ze redelijk goed gedocumenteerd zijn, waardoor ze zich lenen voor een beknopte analyse als deze.

Bedrijfsopstellingen

'Laatst kwam er een vrouw bij me die mededirecteur is van een middelgroot bedrijf. Het lag nogal ingewikkeld. Ze was een van de vier directeuren, maar stond tevens op de loonlijst. Ik vroeg haar, met schoenen als representanten, de drie directeuren in de ruimte neer te zetten en ten slotte een schoen voor haarzelf toe te voegen. Toen ze zag waar die schoen ten opzichte van de rest stond, schrok ze zich rot. Ineens werd duidelijk hoe ongezond haar positie was. Ze was al twee jaar aan het piekeren hoe ze verder moest, maar was nu pas in staat knopen door te hakken.'

(trainer Bedrijfsopstellingen Bouke de Boer, in het blad *Ode*, nr. 50, oktober 2002)

Bedrijfsopstellingen zijn een variant van de familieopstellingen, een therapievorm die ontwikkeld is door de Duitse therapeut Bert Hellinger. Een bepaald persoon, bijvoorbeeld een medewerker van een afdeling, laat anderen (en soms dus schoenen) uit een sociaal systeem (bijvoorbeeld diens afdeling) zich in een ruimte zo opstellen dat de verborgen dynamiek in de relaties zichtbaar wordt. De mensen die in de opstelling bijvoorbeeld collega's representeren, zijn niet de collega's zelf maar de andere deelnemers aan de therapie. Door de representanten te onderwerpen over hoe zij de opstelling ervaren, ontstaat inzicht in de relaties en de attitudes van degenen die de therapiedeelnemers representeren. Dat inzicht is niet

alleen cognitief, maar gaat verder of dieper. Het leidt uiteindelijk tot inzicht op een dieper niveau: op zielsniveau.

Hoe het precies werkt dat feitelijk niet-betrokkenen, de representanten, de opsteller echt inzicht kunnen geven in zijn situatie, is niet duidelijk; dat geven de trainers/therapeuten zelf toe. 'Maar het werkt wel', voegen ze eraan toe. Vastgelopen afdelingen, conflicten in een directie en zelfs een problematisch productassortiment laten zich met een bedrijfsopstelling doorgronden.

Achter de bedrijfsopstellingen zit een systematische visie op bedrijven, een organische manier van kijken naar organisaties. Iedereen heeft een goede plek nodig om te kunnen functioneren. Een evenwichtige balans van geven en nemen leidt tot groei en ontwikkeling, ledere persoon, medewerker of oprichter, en ook ieder idee of product krijgt de erkenning die hij/het verdiend heeft voor de bijdrage aan het bestaan van de organisatie.

De man achter de opstellingen, Bert Hellinger, en zijn radicale opvattingen over schuld, ziekte, lijden en lot zijn niet onomstreden. Zo meent Hellinger bijvoorbeeld dat een ziekte een plaatsvervangende boetedoening voor een ander (familied) kan zijn.

Het gebruik van de bedrijfsopstellingen heeft een aantal kenmerken die typisch zijn voor de hedendaagse spiritualiteit.

We zien de ervaringsgerichtheid terug in het feit dat bedrijfsopstellingen als uitgangspunt en werkterrein de ervaringen van de case-inbrenger, de representanten en de trainer/therapeut nemen. Hun ervaring en hun beleving bepaalt wat er gebeurt tijdens een opstelling.

Centraal in de bedrijfsopstelling staat de verbinding tussen individu en diens context, bijvoorbeeld familie, collega's, familie- of bedrijfsgeschiedenis: holisme. Die verbondenheid speelt op een nog niet verklaarde manier een rol in het gedrag en in de beleving van mensen. Morele beoordeling van wat er zich voordoet is minder aan de orde. Belangrijker zijn de vragen: hoe ga je ermee om en wat doet het met je?

Daarmee komen twee andere kenmerken van hedendaagse spiritualiteit in zicht. De psychologisering en het pragmatische karakter. Als gelukkig en gezond of ongelukkig en ziek mens in een organisatie trek je je lot zelf aan en kun je er zelf ook wat aan doen. Een bedrijfsopstelling kan daarbij een praktisch middel zijn. Dat de 'motor' achter dit hulpmiddel een ongreepbaar 'wissende Feld' is, is van minder belang, want het werkt, aldus de bedrijfsopstellers.

Bedrijfsreading

Ook de bedrijfsreading neemt als uitgangspunt het intuïtieve vermogen van een *reader* om energieën te kunnen waarnemen. In deze opvatting of ervaring trilt of vibreert alles. Deze vibraties leveren een energie(stroom of -veld) of een aura op die als het ware 'gelezen' kan worden. Wie deze energieën kan waarnemen en lezen, kan ook zien waar er 'flow' is en waar er blokkades zijn en de energie niet

goed stroomt. Een flow of een blokkade kan op fysiek, emotioneel, mentaal en spiritueel niveau optreden. Zowel individuen als teams en organisaties kunnen last hebben van blokkades. Als blokkades worden doorbroken, kunnen ze profiteren van een hernieuwde flow van energie.

De readings en het vermogen om dit soort energieën te lezen zijn gebaseerd op een idee dat in allerlei variaties en benamingen voorkomt. De mens heeft niet alleen een fysiek lichaam, maar ook een etherisch en een astraal lichaam. Het etherische lichaam strekt zich uit tot ongeveer tien centimeter om het fysieke lichaam heen. Het is de energie die als een goddelijke levenskracht voortdurend door ons heen stroomt.

Ons astrale lichaam strekt zich uit tot ongeveer een meter van ons fysieke lichaam. De term 'astraal' verwijst naar de sterren en de planeten. Die hebben, zoals horoscopen en sterrenbeelden dat idee verwoorden, via het astrale lichaam invloed op bijvoorbeeld het karakter van mensen. Wanneer astrale lichamen met elkaar in contact komen, als mensen bijvoorbeeld dicht bij elkaar in de buurt zijn, gaan de energievelden van de astrale lichamen als het ware met elkaar in gesprek. Op dit niveau treden er onderlinge sympathieën of antipathieën op. Het astrale lichaam straalt (en kleurt) ook de geestelijke en emotionele toestand van iemand uit.

Het astrale en etherische lichaam samen worden ook wel 'aura' genoemd.

De verschillende lichamen kunnen los van elkaar functioneren. Het astrale lichaam gaat bijvoorbeeld tijdens de slaap naar de geestelijke wereld waar ook onze dromen vandaan komen. Vandaar dat deze mensvisie nauw verbonden is met reïncarnatie en karma.

Deze mensvisie wordt wel eens als een soort geheim (esoterisch) gepresenteerd. Niet iedereen kan dan ook (zonder meer) deze energieën lezen. Soms wordt deze als een bijzondere gave voorgesteld, soms als een intuïtie die we in de westerse cultuur verloren zijn en soms als een vaardigheid die men zich in een training eigen kan maken.

Ook in de bedrijfsreading zien we een aantal kenmerken die typisch zijn voor de hedendaagse spiritualiteit.

Het interreligieuze en eclectische karakter komt bij de bedrijfsreading goed naar voren. Het gedachtegoed erachter is een mengeling van ideeën uit verschillende levensbeschouwelijke tradities, variërend van onder andere hindoeïsme en (esoterisch) christendom tot en met natuurwetenschappelijke elementen. Opvallend is de moeite die men soms neemt om in die religieuze en spirituele diversiteit en overeenkomsten een gemeenschappelijke kern te zien. Opvallend is ook de waardering die men heeft voor de 'oude wijsheden' uit de verschillende tradities. De ervaringsgerichtheid zien we ook bij de bedrijfsreading terugkomen. De energieën, die de een wel en de ander niet kan waarnemen, vormen de basis voor de bedrijfsdiagnose. En ook hier zien we een poging om de eenheid tussen het zichtbare en het onzichtbare onder woorden te brengen en enigszins 'in de vingers' te krijgen: holisme. Psychologie en spiritualiteit gaan hier hand in hand, want de spirituele diagnose gaat vaak gepaard met een psychologisch advies, bijvoorbeeld

in de vorm van een coachingstraject.

Zeker wanneer reïncarnatie in beeld komt, kan deze spiritualiteit sterk gericht raken op geestelijke ontwikkeling. Het leven kan men vanuit dit type spiritualiteit gaan zien als een leerschool waarin onze ziel een bepaalde leeropdracht moet vervullen om tot een hoger ontwikkelingsniveau te komen. Die leerschool tijdens het leven kan, volgens de opvatting van sommigen, vanuit de geestelijke wereld zorgvuldig voor iemand worden gepland en 'georganiseerd'.

Inspiratievilla Nuon

Begin 2008 opent energiemaatschappij Nuon in Amsterdam de Inspiratievilla. Medewerkers van Nuon kunnen in de Inspiratievilla allerlei trainingen volgen (yogacursussen, aandachtstrainingen (mindfulness)), zich laten masseren of coachen en brainstormsessies houden. Nuon ziet de villa als een logisch vervolg op de fitnessprogramma's voor de medewerkers. Na de bedrijfsfitness en de fysiotherapie is er nu ook 'fitness voor de geest'. Ook ziet Nuon dit initiatief als aanvulling op de bestaande coaching en loopbaanbegeleiding.

De eerste, prille ervaringen zijn positief. De medewerkers, die de aandachtstraining achter de rug hebben, vertellen dat ze meer energie hebben en minder last van stress.

Dat een groter bedrijf een dergelijk initiatief neemt, is uniek. We kunnen er een aantal kenmerken van de hedendaagse spiritualiteit goed in terugzien.

Allereerst stellen het bedrijf en de medewerkers zelf hun spirituele boodschappenlijstje samen. Nuon vult als het ware de schappen van de Inspiratievilla met een voor de medewerkers aantrekkelijk assortiment. De medewerkers kiezen op basis van hun behoeften een cursus, begeleidingstraject of een behandeling: het bricolagekarakter van hedendaagse spiritualiteit.

Aanvankelijk aarzelde Nuon wel even toen medewerkers met plannen voor de Inspiratievilla kwamen. Was dit niet te 'zweverig'? Maar als het resultaat is dat het geestelijk welzijn van medewerkers beter wordt – minder stress, meer creativiteit en misschien zelfs meer productiviteit – waarom zou een verstandig bedrijf dit avontuur dan niet eens aangaan? zo redeneerde men. Een pragmatische aanpak die kenmerkend is.

Een cultuurkritisch element kunnen we in deze villa ook wel zien. Zijn bedrijven immers niet te veel op harde feiten en prestaties gericht? Is het niet eens goed dat er ruimte komt voor zogenoemd 'softere' of 'zweverige' zaken, ter compensatie van de efficiëntiedrang, de bureaucratie en de winstgerichtheid? Dat een organisatie haar nek uitsteekt om dit te doen en daar ook nog middelen in investeert, kunnen we bijna als een daad van verzet zien.

Christendom en hedendaagse spiritualiteit in het bedrijf

Het is niet moeilijk om bijvoorbeeld vanuit een christelijk referentiekader kritisch te zijn over hedendaagse spiritualiteit. En er is ook niet veel voor nodig om als wetenschappelijk opgeleid mens veel elementen uit de hedendaagse spiritualiteit af te doen als onwetenschappelijke onzin.

Toch lijkt me dat geen productieve houding. Het is goed dat we ons realiseren dat hedendaagse spiritualiteit gebaseerd is op ervaringen die mensen zelf hebben opgedaan en dat die ervaringen voor hen als waar, belangrijk en richtinggevend gelden. Die ervaringswerkelijkheid onttrekt zich gemakkelijk aan een kritische, wetenschappelijke benadering. Ook laat die werkelijkheid niet veel ruimte voor een andere interpretatie van ervaringen, bijvoorbeeld vanuit een christelijk perspectief. Een zorgvuldige, respectvolle (interreligieuze) dialoog, waarin alle gesprekspartners elkaar uiterst serieus nemen, is het begin van een benadering waar ik meer heil van verwacht.

De interesse in en sensitiviteit voor spiritualiteit kunnen we het beste positief waarderen en niet denigrerend als, bijvoorbeeld, 'ietsisme' diskwalificeren. Als ik aan de Inspiratievilla van de Nuon denk, wil ik daar graag het begin zien van een organisatie die wil zijn als een gemeenschap waarin plek is voor zinvolle, diepe relaties. Dan wil ik in Nuon graag een werkgever zien die werkelijk aandacht heeft voor het welzijn van zijn medewerkers en voor zingevingsvraagstukken en waar, gerelateerd aan het werk, het gesprek over geloof en spiritualiteit op gang komt. Naast alle vormen en praktijken van hedendaagse spiritualiteit kunnen vertegenwoordigers van de christelijke traditie daar ook een plek veroveren. De Vries wijst erop dat een dergelijke dialoog niet automatisch iets hoeft af te doen aan de missionaire gedrevenheid van de deelnemers aan de dialoog.

Wat productief is, is een moedige en creatieve actualisering van de christelijke traditie naar de werksituatie. Een actualisering of vertaalslag die aansluit op de thema's waar de werknemers en werkgever van vandaag de dag mee zitten. Een beetje zoals Paulus in Athene aan het werk ging ...

Literatuur:

- Bras, K., Spiritualiteit op het werk – inspiratie of manipulatie?, in: *Trouw*, 11 maart 2006.
 Vries, M. de, Dialoog doet niets af aan missionaire drive, in: *Nederlands Dagblad*, 4 juli 2009.
 IJssel, S. van, *Daar hebben humanisten het niet zo over, over de rol van spiritualiteit in het leven en werk humanistisch geestelijk raadslieden*, Delft: Eburon 2007.