**C7. The Four Levels**

**Level 4: spiritualiteit**

Spiritualiteit is vanouds een katholiek begrip en betekent zoiets als 'geestelijk leven'. Voor protestanten heeft het begrip een katholieke klank en wordt geassocieerd met kloosters en katholieke gebruiken. *Spiritualiteit staat voor een persoonlijke zoektocht naar zin en doel in het leven, al dan niet verbonden met religie.*  Het omvat een verbinding met zelfgekozen en/of religieuze overtuigingen, waarden en praktijken die betekenis geven aan het leven, waarbij ze individuen motiveren om het beste in zichzelf te bereiken.

Spiritualiteit is in de loop van de jaren negentig van de vorige eeuw een modieus, wijd verbreid en van zijn religieuze roots losgemaakt begrip geworden onder invloed van de new age beweging. Het begrip is 'vermarkt' en doet het goed in bladen als Happinez en bij duizenden cursussen en workshops die in het land gegeven worden.

 'Voor mij ben je een door en door spiritueel mens,' zei een dominee tijdens een cursus eens tegen me. Ik moest me er even voor zetten om dit te begrijpen en te accepteren, merkte ik (''doe maar gewoon,'' fluistert mijn schaduw. Of: ''pas op: ze willen je bekeren!''). De dominee bedoelde: je bent actief met vragen rond zingeving. Mijn ervaring in het klooster van Lamadjura kan ik oprecht benoemen als een spirituele ervaring, want het had alles te maken met mijn persoonlijke zoektocht, mijn behoefte aan zingeving van dit/mijn leven hier op deze aardbol. Natuurlijk is de bovenstaande definitie van spiritualiteit breed gekozen, maar dat helpt om me erin te herkennen en de kracht ervan te zien. Ik wil en kan de spiritualiteit om me heen niet ontkennen, ook al ben ik niet gelovig en behoor ik tot de 70% van de Nederlanders die zich niet kerkelijk noemt en de 50% die zich niet spiritueel noemt en enig gezond wantrouwen heeft tegen de new age beweging.

Dat er 50% zich niet spiritueel noemende Nederlanders zijn, ontleen ik aan een onderzoek van de KRO naar nieuwe doelgroepen. Zo'n kwart van de bevolking noemt zich sterk spiritueel, zonder dat al deze mensen aan een kerk te verbonden zijn. De meerderheid daarvan is vrouw, alhoewel het verschil met de mannen niet zo groot is als we vaak denken (slechts 5%). Hoe hoger opgeleid des te spiritueler we ons noemen. Naarmate we ouder worden is de belangstelling voor spiritualiteit groter. Enfin, dat er meer dan voldoende publiek voor spiritualiteit bestaat moge uit deze onderzoeksbevindingen duidelijk worden. De vragen uit de enquête, die onder het rapport liggen, luiden als volgt.

Hebt u de laatste maand:

1. Voor uzelf gebeden of gemediteerd?
2. Een diepgaand gesprek over de zin van het leven gevoerd?
3. Een kerkelijke viering of gebedsbijeenkomst gevolgd?
4. Een tv-programma bekeken over spiritualiteit, godsdienst of zinvol leven?
5. Op een rustige plek stil gestaan bij wat u doet?
6. Een tijdschrift of boek gelezen over spiritualiteit, godsdienst of zinvol leven?

De vragen moeten eenvoudig met 'ja' of 'nee' beantwoord worden.

De eerste drie vragen worden vooral hoog gescoord door spirituele religieuze mensen terwijl de tweede drie vragen vooral gescoord worden door niet-gelovigen die spiritueel geïnteresseerd zijn.

(Jeroen Hendriksen 2016, Rimpelingen, autobiografisch schrijven voor kankerpatiënten, Oosterbeek, Kontrast)