

SPELEN MET GRENZEN

Over contrastervaringen

Onder redactie van
Sigrid Coenradie en
Koen Holtzapffel

KokBoekencentrum Uitgevers • Utrecht



www.kokboekencentrum.nl

Ontwerp omslag: Flashworks

Omslagbeeld: © Albert Klok, *Phoenix*

Opmaak binnenwerk: Mulder van Meurs

Afbeeldingen binnenwerk: © Albert Klok

ISBN paperback 978 90 211 7064 0

ISBN e-book 978 90 211 7065 7

NUR 700

© 2018 Uitgeverij KokBoekencentrum, Utrecht

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of op enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Spelen met contrastervaringen

Christa Anbeek

Gelijk met *Spelen met grenzen* verschijnt mijn boek *Voor Joseph en zijn broer*.¹ Dit boek is een combinatie van autobiografie, filosofie en theologie. Al schrijvend en lezend zoek ik ernaar hoe ik de omkeer kan maken van bezig zijn met verlies, dood en tekort naar samen plezier scheppen in het bestaan. Welke filosofische en theologische verantwoording kan ik hiervoor geven? Ik werk de dialogische benadering van de systematische theologie verder uit die ik in mijn oratie *Aan de heidenen overgeleverd* (2013) presenteerde en daarvoor in het boek *Berg van de ziel* (2013) uitprobeerde. Nieuw is dat ik de dialogische methode als een spel introduceer. Het spel heeft als hoofdkenmerk dat wij naast onze werkelijkheid andere werkelijkheden kunnen verbeelden. Deze capaciteit tot spelen wordt door wetenschappers gezien als de basis van religie en rituelen. Als kleine introductie bij het boek *Spelen met grenzen* geef ik de basiselementen van dit dialoogspeel weer: contrastervaringen, dialogen, vriendschap, spel en spelen en de bijzondere structuur van het spel. Ten slotte schrijf ik iets over de toekomst van het spel.

Contrastervaringen

Contrastervaringen doorbreken de dagelijkse routines en zetten het bestaan op z'n kop. Het zijn ontregelende, openbrekende ervaringen die de bekende werkelijkheid overstijgen. We worden aangedaan, geraakt, meegenomen naar

iets voorbij onszelf. Deze ervaringen kunnen in het groot en in het klein plaatsvinden, en maken de kwetsbaarheid van ons bestaan voelbaar. Meestal maak ik een tweedeling – er zijn positieve contrastervaringen van eenheid, heilheid, het goede en schoonheid. Je voelt je deel van iets wat meer is dan jezelf, iets grenzeloos dient zich aan. Vreugde, verwondering, dankbaarheid dat je dit mag meemaken, er geen woorden voor hebben. Kopje-onder gaan en tegelijk gedragen worden. Een dergelijke ervaring kan je overvallen in de natuur, als je naar muziek luistert, naar kunst kijkt, een pasgeboren kind ziet, terwijl je aan het hardlopen bent ... Maar er zijn ook negatieve, bijna tegengestelde contrastervaringen. Je hebt het gevoel dat je uit elkaar valt, je wordt op jezelf teruggeworpen, hoort er niet meer bij. Deze ervaringen gaan gepaard met twijfel, onzekerheid, angst, paniek, controledwang en het verliezen van grip. Ze overvallen je op tal van manieren, en hebben vaak te maken met onrecht of verlies: verlies van een baan, een geliefde, een kind. Je raakt je vertrouwen kwijt omdat een ander je iets ergs aandoet. Of je krijgt te horen dat je niet lang meer te leven hebt.

In contrastervaringen wordt zichtbaar hoe fragiel, vluchtig en vergankelijk het leven is. Chaos en schoonheid, tragiek en verwondering wisselen elkaar af en lopen soms dwars door elkaar heen. In deze ervaringen, waarin het kwetsbare doorbreekt, wordt de bekende, vanzelfsprekende wereld doorbroken. Niets is meer zoals het was, we hebben geen woorden. Het leven zoals het zich aan ons laat zien, gaat onze controle, ons verstand, onze draagkracht en onze verontwaardiging te boven. Een onbekend gebied opent zich, verrukkelijk, verbijsterend en verwarrend.

Contrastervaringen zetten het leven op scherp. Het leven verdicht zich en iets van waarde laat zich zien – duidelijk voelbaar en tegelijkertijd ongrijpbaar en onzegbaar.

Dialogen: woorden, beelden, rituelen,
kunstzinnige expressies

Verschillende theologen en filosofen hebben over ingrijpende en ontregelende ervaringen geschreven. Friedrich Schleiermacher (1768-1834) is de eerste theoloog/filosoof die geloof niet langer ziet als het voor waar houden van proposities. Hij ziet geloof als vroom en aanbiddeend gedrag, veroorzaakt door een emotionele, onmiddellijke en intuïtieve ervaring van het goddelijke, of het heilige, of het leven zelf. De godsdiensthistoricus Rudolf Otto (1869-1937) schrijft over het dubbele gezicht van deze indringende, de mens overstijgende ervaringen: *fascinans et tremendum*. Het heilige is afschrikwekkend, vreeswekkend, huiveringwekkend, ontzagwekkend, onherbergzaam en tegelijkertijd lokkend en wonderbaarlijk. De theoloog Paul Tillich (1886-1965) ziet diep ingrijpende ervaringen van dood, verlies en vernietiging als bron van geloven. In de diepte laat iets van ultiem belang zich zien, iets wat ons vertrouwen vraagt. Hij wijst op het belang van een 'taalgemeenschap'. Zonder taal en uitwisseling blijven geloof en vertrouwen blind. De theoloog Edward Schillebeeckx (1914-2009), die vooral over negatieve contrastervaringen schreef, beklemtoont dat we op de ervaring dienen te reflecteren. Alleen dan kan de ervaring betekenisvol worden. De filosoof Charles Taylor (1931) benadrukt dat deze openbrekende ervaringen gearticuleerd dienen te worden, want taal brengt het impliciet waardevolle tot uitdrukking. De antropoloog Clifford Geertz (1926-2006) verwijst naar de rol van rituelen om nieuwe bedding en binding te kunnen vinden. Rituelen gaan uit van deze werkelijkheid en stellen tegelijkertijd een andere werkelijkheid voor ogen. Rituelen stellen ons in staat om te midden van pijn, lijden, onbegrijpelijkheden en onvermogen een nieuwe wereld te zien, te voelen, te ruiken en aan te raken.

Een nieuwe wereld, die ons met elkaar verbindt. De filosoof Hannah Arendt (1906-1975) wijst op het ‘verschijnen aan elkaar’, het na-denken en spreken over wat ons toevalt, raakt, verwart en in beweging zet. De cultuurpsychologe Hans Alma (1962) benadrukt het belang van kunst om contrastervaringen tot expressie te kunnen brengen. Wij kunnen met kleuren, beelden, woorden en muziek onze ervaringen tot uitdrukking brengen en delen, en al doende nieuwe verbanden voor onszelf en anderen ontdekken.²

Oftewel: in het tere, het broze, het fragiele, het wonderlijke, het schone, het weerloze, in verlies, chaos, onrecht, onmacht en geweld toont zich iets wat van waarde is. Iets wat om expressie vraagt. Wij worden uitgedaagd om aandachtig te voelen, ruiken, kijken en luisteren naar wat ons raakt en van slag brengt. Al sprekend, gebarend en delend kunnen ontregelende ervaringen betekenisvol worden en nieuwe handelingsperspectieven openen.

Vriendschap

In het door mij ontwikkelde dialoogspel spreken we over wat ons ontregelt, ontroert, optilt of juist onderuithaalt. Dit kan niet zomaar overal en met iedereen. Je kwetsbaarheid aan een ander laten zien, is niet gebruikelijk en ook niet gemakkelijk. We verschuilen ons liever achter onze succesverhalen. Deze dialogen vragen om andere omgangsvormen dan in het normale leven. Vriendschap kan hier helpen. We spreken en delen met elkaar *alsof* we goede vrienden zijn. Een tekst uit de boeddhistische *Pali Kanon* spreekt over de zeven kwaliteiten van een goede vriend. Een vriend geeft wat niet gemakkelijk is om te geven. Hij doet wat moeilijk is om te doen. Hij blijft geduldig, ook bij heftige gesprekken en woorden die pijn doen. Hij deelt zijn geheimen met je en bewaart de jouwe zorgvuldig. Als het ongeluk je treft, laat hij je niet in

de steek. En als je somber bent en het niet meer weet, kijkt hij niet op je neer.³

Vrienden zijn speciaal en uniek. Niemand heeft twee precies dezelfde vrienden. Dat ze zo verschillend zijn, maakt vrienden juist zo leuk. Vrienden hoeven niet dezelfde culturele achtergrond of hetzelfde geloof te hebben. Dat maakt ze interessant. Een vriend is iemand die heel andere verhalen kan vertellen, omdat hij door andere werelden gereisd heeft. Een vriend benader je met respect, zelfs als hij onbegrijpelijk anders denkt dan jezelf. Van een vriend kun je leren. Vriendschap is intiem, je wordt gekend en gezien door een vriend, zoals maar weinigen je kennen en zien. Een goede vriend voelt veilig, je kunt op hem terugvallen. Echte vriendschap is een goede basis voor een onbekend gezamenlijk avontuur waar mogelijk risico's aan kleven. Als het goed is, kun je met vrienden huilen, maar ook spelen en lachen. Een vriend laat je soms weer los, niet omdat hij geen vriend meer is, maar omdat het leven verschillende wegen voor jou en je vriend in petto heeft. Aan een goede vriend bewaar je kostbare herinneringen.

Spel en spelen

Op een zonnige voorjaarsmiddag haalde ik mijn kleinzoon op van het kinderdagverblijf. Hij was nog maar vijf maanden oud en lag in de wagen buiten rustig te slapen. Andere dreumesen scharrelden over het pleintje heen en weer. In een hoek op een stuk zand stond een hut van gebogen wilgentenen, aan de bovenkant door een touw bij elkaar gebonden. Door het zonnige voorjaarsweer waren de takken aan de bovenkant uitgelopen, wat de hut met een vrolijk groen bladerdak tooide. 'Wat hebben jullie een mooie hut,' zei ik tegen de drie peuters die in de hut zaten.

*'Het is een vliegtuig', riep een van hen.
'We vliegen naar de maan!' riep een ander.*

In *The Philosophical Baby* legt de Amerikaanse psychologe en filosofo Alison Gopnik (1955) uit hoe het voorstellen van andere mogelijke werelden dan de feitelijke wereld de basis is voor verandering. Meer dan andere schepselen zijn mensen in staat om nieuwe mogelijkheden te verbeelden en deze ook te creëren, en zo onze omgeving te veranderen. Om die vermogens te verklaren, bestudeerde Gopnik jonge kinderen.

Baby's leren hun omgeving kennen door te observeren. Zij schenken aandacht aan al het nieuwe en onverwachte en doen zo tal van ervaringen op. Maar kleine kinderen zijn ook actief, ze experimenteren. Als ze drie maanden oud zijn, laten ze bijvoorbeeld al een mobiele bewegen door er met een handje tegenaan te slaan.

Niet alleen leren kinderen hoe de werkelijkheid is, zij fantaseren ook hoe de dingen anders zouden kunnen zijn. Zelfs jonge kinderen creëren volgens Gopnik al fictie, net als schrijvers en lezers. Kinderen zoeken actief naar feiten en gebeurtenissen die tegen de werkelijkheid ingaan. Als ze twee of drie zijn, besteden ze een groot deel van de tijd die ze wakker zijn aan fantasiefiguren. Loop maar eens een kinderdagverblijf binnen, raadt ze aan. Je zult omgeven worden door kleine prinsessen in jurken en superhelden in overalls, die je beleefd niet-bestaande thee aanbieden en je waarschuwen voor niet-bestaande monsters. Kinderen hebben geen reden om meer waarde te hechten aan de echte wereld dan aan hun fantasiewerelden.

Die nieuwe, mogelijke werelden noemen filosofen 'counterfactuals', oftewel dromen, voorstellingen, hypothesen en fantasieën. Volgens antropologen vormen ze de basis voor inwijdingsrituelen, verhalen, mystieke ervaringen, gemeen-

schapszin en toekomstvisioenen. De antropoloog André Droogers (1941) omschrijft spel als het menselijk vermogen om in volle ernst tegelijkertijd twee ordeningen van de werkelijkheid te hanteren. Naast deze werkelijkheid, of er dwars doorheen, wordt een andere werkelijkheid gecreëerd met eigen regels en wetmatigheden. Religies spelen ook met ordeningen. Naast de werkelijkheid die voorhanden is, verbeelden ze een gewenste, ideale werkelijkheid.

Ook de socioloog Robert Bellah (1927-2013) schrijft in zijn imposante studie *Religion in Human Evolution* over het verband tussen spelen en religie. Religie en ritueel komen voort uit spelen. Daarmee is het spel veel ouder. Dieren hebben geen religie, maar zij spelen wel. Hij noemt vijf kenmerken van het spelen bij dieren. In de eerste plaats staat het los van de functionele context van overleven. Spel schept een alternatieve werkelijkheid naast de alledaagse waar *survival* centraal staat. Spel dient geen ander doel dan het spelen zelf. Het gebruikt gedragingen uit het gewone leven, zoals vechten en worstelen, maar zonder het doel dat het desbetreffende gedrag normaal heeft. Nog een kenmerk van spel is dat het wordt herhaald. En ten slotte, spel begint pas als het dier goed gevoed is, gezond en vrij van stress, ontspannen.

Dieren spelen door te bewegen, ze spelen met een object of ze spelen met anderen. Koeien huppelen van vreugde in de wei en een kat speelt met een bolletje wol. Religie en rituelen hebben volgens Bellah hun wortels in het samen spelen. Dat vraagt om een gedeeld doel en gedeelde aandacht die zich richten op een werkelijkheid die anders is dan de feitelijke.

Het dialoogspel heeft het fundamentele menselijke vermogen tot spelen en veranderen als basis. Contrastervaringen, ontregelende en openbrekende gebeurtenissen die ons vertrouwde wereldbeeld op z'n grondvesten doen schudden en stukbreken, vormen het uitgangspunt. De kwetsbaarheid,

fragiliteit, onbetrouwbaarheid, maar ook de wonderbaarlijke schoonheid van onze wereld, de anderen en onszelf, treffen ons en dagen ons uit. Wij brengen tot expressie wat ons raakt en wat dit met ons doet. Naast de feitelijkheid van hoe het is, spreken we over *hoe het zou kunnen zijn*. Dromen, met onze ogen dicht voorstellingen maken van een andere werkelijkheid, lichter, kleuriger, eerlijker. Onze dromen aan elkaar vertellen. Proberen om die gedroomde werelden gestalte te geven en zo de wereld veranderen.

Het doel van het dialoogspeel is te midden van kwetsbaarheid een gedroomde werkelijkheid voor te stellen en ons erdoor te laten inspireren voor ons handelen. Om mee te kunnen spelen, is het vooral van belang dat je er zin in hebt en tijd kunt vrijmaken. Het spel gaat over de feitelijke wereld, maar *is* niet de echte wereld. Het vormt een verpozing, een pauze, een ruimte om op adem te komen en anderen te leren kennen. Het spel schept verbinding en samenhang. Als het goed is, geeft het spel ook nieuwe moed voor in de echte wereld, maar garantie daarop is er niet. De kans is groot dat je het daarvoor telkens opnieuw moet spelen.

Een bijzondere structurering

Het dialoogspeel heeft acht thema's, die ik heb ontleend aan de *loci* van de christelijke systematische theologie. Deze context is voor het spelen van het spel niet van belang. De klassieke thema's, die ook terug te vinden zijn in andere religies en levensbeschouwelijke filosofieën, zijn terugvertaald naar achterliggende menselijke ervaringen en inzichten. In het boek *Berg van de ziel*, dat ik samen met Ada de Jong schreef, experimenteerde ik voor het eerst met deze klassieke themastructuur. Ada de Jong verloor bij een bergongeluk haar man en drie kinderen. Twee jaar later begon onze zwerftocht aan de hand van de vraag: Hoe vind je een weg als alles van waar-

de is verdwenen? Ons pad slingerde langs de negen klassieke thema's: Wat liet zich zien als van ultiem belang in jouw contrastervaring? Wat is jouw plek te midden van alles wat er is? Wie zijn wij als mens? Welke rol spelen protest en overgave? Wie is hierin voor jou een voorbeeld? Wat geeft troost? Wat nieuwe moed? Welke verantwoordelijkheid hebben we ten opzichte van elkaar als we ervan doordrongen zijn hoe kwetsbaar we zijn? Van welke toekomst droom je?

In mijn oratie *Aan de heidenen overgeleverd* geef ik een wetenschappelijke onderbouwing voor deze benadering. Ik pleit voor een interlevensbeschouwelijke theologie die bestaat uit het systematisch onderzoeken van ontregelende en openbrekende ervaringen. Wat wordt zichtbaar op existentieel, spiritueel en moreel gebied als wij ervaringen van kwetsbaarheid, fragiliteit en aanraakbaarheid als bron van theologie nemen? Hoe krijgen wij grond onder de voeten? Hoe overstijgen wij ons lot en verbinden wij ons met wat zich als van ultiem belang toont? Welke wijsheidsbronnen zijn hier van levensbelang?

Toekomst

In de afgelopen jaren heb ik veel geoeftend met het dialoogmodel. Ik werkte het gespreksmodel dat ik in *Berg van de ziel* met Ada de Jong uitprobeerde en in mijn oratie onderbouwde, uit tot een logboek voor acht bijeenkomsten, met concrete voorbereidingsopdrachten en voor na elke bijeenkomst reflectievragen. Dit logboek werd gebruikt bij de colleges aan de Universiteit voor Humanistiek en aan het Remonstrants Seminarium. Kritische reflecties van studenten hielpen mij jaar na jaar verder. Uiteindelijk ligt er een logboek dat in de afgelopen jaren in verschillende groepen is getest. Elke groep heeft minimaal vijf keer met het logboek gewerkt, maar sommige groepen hebben alle acht bijeenkomsten doorlopen. Als

nadeel van het logboek geldt echter dat de taal voor sommigen te ingewikkeld is. Hierdoor kunnen veel mensen die wel met hun contrastervaringen willen spelen, toch niet meedoen. Op dit moment werken twee docenten van de Hoge School van de Kunsten in Utrecht aan het ombouwen van het logboek. Zij maken er een soort spel van dat je in kleine groepen kunt spelen. In het voorjaar van 2019 verschijnt het.