

## Paden naar de ziel

Het Apostolisch Genootschap heeft voor de komende jaren als thema gekozen 'Sleutels voor de ziel' [1]. Zoals daar vermeld is de ziel al meer dan 2500 jaar onderwerp van gesprek. In deze dialoogbijdrage van de rubriek Verdieping vat ik verschillende opvattingen en ervaringen van inzenders samen. Nieuwe reacties zijn welkom en kunnen in overleg in de tekst worden geïntegreerd.

**Samengesteld door Rob Tijdeman**

### 1. Wat is de ziel?

In de meer dan 2500 jaar dat er over de ziel gesproken is, zijn er velerlei eigenschappen aan de ziel toegekend. Wim Beverloo schrijft daarover:

*In de geschiedenis van ons mensbeeld komt steeds weer een mythe naar voren die verhaalt dat aan het sterfelijke lichaam en verstand een edeler, onsterfelijk element is verbonden, eigenlijk geketend, dat 'ziel' wordt genoemd. Die ziel zou naar haar aard in een andere, hoogstaande wereld, de 'hemel', thuishoren, waar zij vooraf aan ons bestaan ook vertoefde en waar zij na ons overlijden hopelijk naar zou terugkeren. Zolang ons wereldbeeld beperkt bleef tot een in één klap van zes dagen geschapen 'aarde', met daaroverheen een hemelsblauw 'uitspansel', kon de hemel vermoed worden aan de bovenkant van het uitspansel. De mythe verhaalt ook nog van een derde wereld, de 'hel', een akelig oord waarnaar die zielen voor eeuwig werden verbannen die tijdens hun aardse bestaan het lichaam onvoldoende van 'zonden' en het verstand van 'slechtheid' hadden kunnen weerhouden. Logischerwijze werd de hel vermoed aan de onderzijde van de aarde. Ook als we de mythe niet meer letterlijk kunnen rijmen met ons hedendaagse wereldbeeld, kunnen we het idee handhaven dat er iets in ons is dat eigenlijk niet in ons platvloerse dagelijkse bestaan thuishoort. Dat iets zou nog altijd onze ziel zijn. Met de inzichten van vandaag kunnen we niet in overeenstemming brengen dat er gewaarwordingen, gedachten en strevingen zouden kunnen bestaan zonder de stoffelijke basis daarvoor, ons brein. Ook alles wat we aan de ziel zouden toeschrijven sterft met ons lichaam. De vraag blijft dan of het zin heeft om een afdeling 'ziel' in ons af te palen.*

Wim Beverloo doet nog een poging:

*We kunnen nog nagaan of we iets tegenkomen dat we 'ziel' kunnen noemen als we proberen te beschrijven hoe we ons een oordeel vormen en op grond daarvan gaan handelen. Het proces begint met een 'gewaarwording', onze zintuigen nemen iets waar, we horen of lezen een bericht, of ons brein dat even niet iets anders te doen heeft bezorgt ons een 'inval'. Meestal volgt er een onmiddellijke reactie van een primitief, volgens zeer eenvoudige, razendsnel uitvoerbare regels werkend, deel van ons brein. Dat is een soort van hersenen dat ook voorkomt en werkt bij zeer primitieve dieren. De betreffende hersenen sturen terstond spieren aan die ons lichaam vrijwel altijd doelmatig doen reageren op de gewaarwording.*

*Stel bijvoorbeeld dat we als voetganger bezig zijn om een straat over te steken en dan ineens een auto op ons af zien komen die ons zou kunnen aanrijden, we denken dan niet lang na en springen opzij. Door dit soort snelle automatische reacties wordt menigmaal ons leven gered, maar in een enkel geval zullen we achteraf bedenken dat we beter anders hadden kunnen reageren. Alleen de tijd voor goed nadenken ontbrak. Bij mensen komt nog een ander soort hersenen voor dat onder andere wordt gebruikt om de aanvankelijke gewaarwording te analyseren en er een zinvolle reactie op te verzinnen. Het begint meestal met een niet erg bedachtzame waardering of de gewaarwording ons aangenaam treft of niet. Dat levert een voorlopig oordeel op, maar we moeten dan wel verder denken. Waarom treft de gewaarwording ons aangenaam of juist niet? Waar zou het gewaargeworden verschijnsel door veroorzaakt kunnen zijn? Wat zouden de gevolgen van het*

*verschijnsel kunnen zijn? Kan ik maatregelen verzinnen die het verschijnsel, de oorzaken en de gevolgen beïnvloeden en zou die invloed gunstig zijn? Ben ik in staat om de handelingen die ik bedenk ook uit te voeren? Heb ik iets dergelijks al eens eerder meegemaakt en hoe hebben mijn reacties toen uitgepakt? Ken ik betrouwbare beschrijvingen van hoe anderen een gelijkend probleem hebben aangepakt en hoe dat afliep? Moet ik samenwerking met anderen zoeken? Kortom wij hebben een ingewikkeld soort hersenen ter beschikking waarmee we tot een weloverwogen oordeel over zaken kunnen komen en doelmatige reeksen van handelingen kunnen bedenken en uitvoeren. Alleen die hersenen hebben altijd even tijd nodig om hun werk te doen. In het geval van de op ons afstormende auto zouden ze te laat de juiste gevolgtrekking maken dat opzij springen de beste optie is. Er zijn dus inderdaad twee soorten denkorgaan in ons werkzaam, een primitieve, enigszins gebrekkige, automatische, maar snelwerkende soort en een meer ingewikkelde, degelijke, maar traag werkende soort. Maar zou je nu van de ene soort zeggen dat is de ziel en van de andere dus dat is de geest? Nee toch?*

We zouden de ene soort hersenen het onbewuste en het andere soort hersenen het bewuste kunnen noemen. Wim Vlaardingerbroek heeft naar aanleiding van het boek 'Het slimme onbewuste' van Ap Dijksterhuis [2] een boeiend artikel met dezelfde titel geschreven. U vindt het als nevenpublicatie in deze rubriek [3].

Het is echter lastig om het woord 'ziel' te negeren. Het komt in uitdrukkingen voor als 'lichaam, ziel en geest', 'met hart en ziel', 'met de ziel onder de arm', 'muziek is de inkt waarmee de ziel schrijft'. Bovendien komt het woord in tientallen van onze liederen voor, in samenstellingen zoals zielservaring, zielsgebied, zielsverlangen, zielshunkering, zielenstrijd, zielennood, zielsgenot, zielenpijn, zielsmomenten en zielendorst, en in uitdrukkingen zoals 'mijn ziel is nu tot rust gekomen', 'mijn duurgekochte ziel', 'u reinigt en verheft de ziel', 'je ziel vertelt ons van 't geheim, 'valt een lichtstraal in m'n ziel', 'geen onheil zal uw ziel overkomen', 'wordt m'n ziel gevoed', 'nieuwe kracht m'n ziel doorstroomt', 'ontwaakt in m'n ziel een onzegbare drang', 'houd idealen vast in je ziel', 'in het diepste van m'n ziel, daar vond u mij', 'meren van je ziel'. Helaas is in het klein apostolisch woordenboek 'Bewogen woorden' geen hoofdstuk aan de ziel gewijd.

Ik denk dat we met 'ziel' een deel van het onbewuste aanduiden. Het gaat er bij 'ziel' bijvoorbeeld niet om hoe we op onverwachte situaties reageren, maar om wat ten grondslag ligt aan ons gevoel, aan hoe we situaties ervaren, aan ons zelfbewustzijn en ons zelfrespect.

Overigens kun je begrippen als bewustzijn en onderbewustzijn, of lichaam, ziel en geest, niet scheiden. Het zijn aanduidingen van deelgebieden die in elkaar overlopen. Het is een persoonlijke keus of je gebieden wilt onderscheiden en welke begrippen je daarbij gebruikt. Ik vind het grootste wonder niet hoe zo'n onderdeel functioneert, maar hoe door de wisselwerking tussen de verschillende delen je een volledig mens wordt.

Rinus Vlaardingerbroek, de broer van Wim, schrijft over het onbewuste en de ziel:

*Het onbewuste bevat het geheel aan meegekregen gaven en de opgedane ervaringen van een mens die we ons niet bewust zijn [3]. Het kan de opgeslagen informatie (herinneringen) combineren en ons van verrassende conclusies bewust maken. Het bevat bij de geboorte meegekregen gaven (mogelijkheden), bijv. om een taal te leren of nog oudere mogelijkheden uit de periode voordat er mensen waren, maar al wel wezens met hersenen. Als een kind niet met taal in aanraking komt, wordt de mogelijkheid om een taal te leren geen werkelijkheid. Dat geldt ook voor andere aanleg, zoals bijv. muzikaliteit en medemenselijkheid.*

*Het onbewuste herbergt ook onze ervaringen, opgedaan tijdens ons leven. Een kind dat liefde kende in zijn jeugd heeft meer kans om later liefde te kunnen schenken. Anderzijds, een slechte jeugd maakt de kans op een moeilijk tot slecht leven groter. Het zijn niet alleen de mooie ervaringen die in het onbewuste blijven hangen en ons leven beïnvloeden. Traumatische ervaringen blijven langdurig dominant en een*

*slechte jeugd heeft ook blijvende invloed. We hebben er dan ook weinig over te zeggen wat het onbewuste binnenkomt, dat gebeurt in hoge mate autonoom. Zelfs bij een 'bewuste' waarneming neemt het onbewuste veel meer informatie op van de zintuigen dan waarvan we ons bewust zijn. Je ziet een mens en je krijgt een gevoel van vertrouwen of een gevoel van onbehagen, zonder te weten waarom. Dat schrijven wij aan onze 'ziel' toe.*

*Het is gunstig dat bijv. een kind in een gedefinieerde, goede omgeving opgroeit. Ook kun je zelf een goede omgeving opzoeken en een slechte vermijden. Het evenwicht tussen goede en slechte ervaringen in het onderbewuste geheugen schuift dan naar een overschot aan mooie ervaringen. Dat vind men dan terug in hoe een mens reageert. Daar kan aan gewerkt worden en dat noemen wij 'zielsverzorging'. Het is een langdurig proces. Je bent meestal niet met één gesprek klaar. Ook voorbeeldgedrag vult iemands onbewuste geheugen. Het onbewuste neemt altijd waarnemingen en indrukken op. Bij ingrijpende ervaringen noemen we dat 'zielservaringen'.*

*Gaan we het onbewuste van de andere kant bekijken namelijk naar dat wat wij er bewust van ervaren, dan kunnen wij denken aan de spontane reacties bij allerlei situaties. Die zijn dan meestal niet rationeel in ons bewustzijn overdacht. Dan zijn we afhankelijk van hoe ons onbewuste geheugen herinneringen heeft gecombineerd. Zelfs bij een vermeend 'bewuste' keuze blijkt het onbewuste er met zijn snelle werking op vooruit te lopen. Het bewuste gaat dan met de eer strijken. Het onbewuste omvat veel meer informatie dan het bewuste en bovendien is die informatie sneller beschikbaar. We kennen allemaal het eureka effect als we onverwacht de oplossing van een probleem zien. Dit danken we aan het onbewuste geheugen met zijn geweldige hoeveelheid informatie en combinatievermogen. Bij een gevonden oplossing hoor je vaak: "dat heb ik niet bedacht, maar het schoot me te binnen".*

Veel eigenschappen van het onbewuste, zoals hierboven beschreven, worden ook genoemd als we over de ziel spreken. Dat klopt met de opvatting dat de ziel een deel van het onbewuste is.

## **2. Sleutels tot de ziel**

De introductie van het meerjarenthema [1] roept vragen op. Wim Beverloo schrijft:

*In de inleiding tot het project 'Sleutels tot de ziel' wordt een column van Jean Jacques Suurmond vermeld, waarin hij een proefje beschrijft. Opmerkelijk is een zin aan het begin van zijn verhaal: "Tegenwoordig moet je als theoloog de meest elementaire dingen uitleggen". Dat zou wel eens kunnen betekenen dat hij uitgaat van het voor hem als theoloog vaststaande 'feit' dat de mens een ziel heeft en dat hij dat voortdurend wil bevestigen. Tijdens een workshop voor 'behandelaars' geeft hij die mensen vijf minuten de tijd om op een vel A4 met de hand op te schrijven wie ze volgens zichzelf zijn. Op de vraag of daar nu werkelijk alles staat wat ze zijn volgt uiteraard een ontkenning, want wie zal er willen toegeven dat haar of zijn persoonlijkheid zo weinig om het lijf heeft dat zij in vijf minuten tijd op een blad A4 volledig kan worden beschreven? Voor de rotsvaste gelovige in de ziel is het dan zeer verleidelijk om te verkondigen: "Welkom bij de ziel".*

Zelf sluit ik me bij br. J.D. van Someren [4] aan dat 'Sleutels tot de ziel' doet vermoeden dat de ziel zelf op slot zit of ergens achter een gesloten deur of in een kluis zit. Bovendien suggereert het dat je door het slot te openen automatisch toegang tot de ziel krijgt. De term lijkt afkomstig uit het arsenaal van de maakbare mens en gaat voorbij aan zijn natuur. Soms wordt mijn ziel gekwetst terwijl ik zelfs me van tevoren ingedekt had. Op andere momenten wordt mijn ziel niet geraakt, hoewel aan alle voorwaarden lijkt te zijn voldaan. Mijn ziel is geen kluis die je kan bewust kan openen en sluiten. Ik kan me ergens voor openstellen of voor indekken, maar dan nog is het afwachten of mijn ziel geraakt wordt. Rinus Vlaardingerbroek schrijft daarover:

*Bij een overkoepelend begrip als sleutels tot de ziel is het wel duidelijk dat je de ziel niet zomaar even opent en van inhoud verandert, maar dat je aan beïnvloeding (opvoeding, zielsverzorging) denkt.*

Als we de termen beschouwen die op de website genoemd worden,

verlangend, vereenvoudigen, verstillen, verwonderen, verbinden, danken, loslaten, vertrouwen, verbeelden, vertragen, verzoenen, opnieuw beginnen,

dan wordt dit onderstreept. Wim Beverloo schrijft daarover:

*Nog iets over de 'sleutelwoorden' die bij het project horen. Het zijn allemaal woorden die een aangenaam begingevoel opwekken, eigenlijk een beetje zoetsappige woorden. Tijdens een gespreksavond in onze gemeenschap over 'Sleutels tot de ziel' bleken ze toch goed te werken als onderwerp voor een diepgaande gedachtewisseling. In feite heb ik niet gemerkt dat er in die gesprekken iets als een 'ziel' werd ontsloten. Wel werd ontdekt dat er op verschillende, soms verrassende manieren over bepaalde begrippen kon worden gedacht en ook dat mensen soms diepingrijpende ervaringen hebben. Om een verhelderend denkproces in gang te zetten zou je misschien ook minder zachtmoedige woorden als 'ergernis', 'verontwaardiging', 'ironie', 'satire' kunnen gebruiken. Als ik me niet zou storen aan een waargenomen gebrek aan menswaardigheid in de wereld, een ergernis, waarom zou ik dan aan een meer menswaardige wereld willen werken? Als ik niet verontwaardigd zou worden door berichten over wreedheid uit een zelfzuchtige mentaliteit, waarom zou ik dan mijn eigen zelfzucht in bedwang houden? Als ik ironie zou afwijzen, hoe zou ik dan voorkomen dat ik mezelf te ernstig neem? Zou satire niet een uitstekend middel zijn om mij tot correctie van mijn dwaasheid te bewegen?*

*Ik heb van deze avond genoten. Overigens weet ik niet of het nu mijn 'geest' of mijn 'ziel' was die het genot heeft ervaren. Eigenlijk wil ik dat ook helemaal niet uitzoeken, want ik ben erop gesteld niet meer dan één innerlijk te hebben, zonder binnengrenzen.*

Zelf zou ik de ziel liever vergelijken met een meer in een bos dat van alle kanten te bereiken is, maar waarvoor je wel vaak door struikgewas moet gaan. In principe kun je het met geweld van alle kanten bereiken, maar met sommige gebieden wil je het graag verbinden omdat die goed zijn voor je ziel en voor andere wil je het juist afschermen, omdat die een slechte invloed hebben. In de richting van gebieden die ergernis, woede en haat oproepen zul je dicht struikgewas met doornen en brandnetels laten groeien, naar de gebieden die je welzijn bevorderen zul je paden banen. Je hebt immers geen controle over je ziel, maar je kunt je ziel wel bewust beïnvloeden. Dat doe je door naar vrienden te gaan, naar muziek die je mooi vindt te luisteren, door naar de eredienst te gaan, door met je hobby's bezig te zijn, door lekker te eten en drinken, enz. De opgesomde sleutelwoorden zijn dan ook paden om vanuit zekere situaties de toegang tot je ziel te vergemakkelijken. Ik denk dat in ons genootschap meer aandacht geschonken zou moeten worden aan manieren om de ziel te beschermen tegen ongewenste invloeden, want daar gaat het, juist bij apostolischen, nogal eens mis. We zijn geoefend in het aanleggen van paden naar de ziel, maar vergeten daarbij vaak dat wegen naar de ziel niet alleen mogelijkheden openen, maar ook de kwetsbaarheid ervan vergroten. Wellicht is het daarom een goede suggestie om in de lijn van de tekst van Wim Beverloo een of meer gespreksavonden te organiseren over hoe goed om te gaan met

ergernis, verontwaardiging, satire, wreedheid, geldnood, genegeerd worden, verwaarlozing, haat, verwijten, verlies, woede, berouw, bedrog en ruzie.

## Referenties

1. [www.apgen.nl/sleutelstotdeziel](http://www.apgen.nl/sleutelstotdeziel)
2. Ap Dijksterhuis, Het slimme Onbewuste, Prometheus 2007.
3. Wim Vlaardingebroek, [www.apgen.nl/wie-zijn-we/verdieping](http://www.apgen.nl/wie-zijn-we/verdieping) , artikel 12.3.b.
4. J.D. van Someren, Wat is de ziel?. De Stroom, Het Apostolisch Genootschap, 2012, nr. 4, blz. 31.