

JACQUES JANSSEN

DE PSYCHOLOGIE VAN DE RELIGIEUZE ERVARING EEN VOORLOPIGE ANALYSE VAN 109 INTERVIEWS

Van oudsher had de wetenschappelijke psychologie grote belangstelling voor religie in het algemeen en voor de religieuze ervaring in het bijzonder. Grondleggers als William James en Sigmund Freud lieten die interesse op zeer uiteenlopende wijze blijken. Beiden huldigden een agnostisch standpunt – ze beschouwden zichzelf als *'religiös unmusikalisch'*, om met Max Weber te spreken. Vanuit dat gegeven bestreed Freud de religie als een ongewenste vorm van *wishful thinking* terwijl William James de onvermijdelijkheid ervan erkende en met name de religieuze ervaring als menselijk gegeven serieus nam. Zijn *Gifford Lectures*, gegeven in 1901 en 1902, vormen onder de titel *The Varieties of Religious Experience* een boek dat nog steeds vertaald en verkocht wordt. Het is de *classic* bij uitstek van de godsdienstpsychologie¹.

James definieert religie als 'de gevoelens, handelingen en ervaringen van individuele mensen in hun eenzaamheid, in zoverre zij zichzelf beschouwen in relatie te staan tot wat zij verder ook mogen beschouwen als het goddelijke'. Zelf was hij presbyteriaans (calvinistisch) van herkomst en studeerde aanvankelijk voor predikant. Zijn religie-van-huis-uit benadrukt de persoonlijke verantwoordelijkheid en zijn definitie lijkt er rechtstreeks uit voort te vloeien. Zijn wetenschappelijke toevoeging schuilt in het pragmatisme: religie is *whatever* de mens eronder verstaat.

Zowel James als Freud probeerde door te dringen tot de diepere lagen van het menselijk bewustzijn, maar dat edele streven verliet de psychologie van de twintigste eeuw aanvankelijk geheel. Wat zich in de

hersenen en het bewustzijn afspeelt, kon slechts speculatief worden benaderd en zo raakten James én Freud op een zijspoor als bespiegelende, filosofiserende psychologen. Freud had daarbij nog het voordeel dat zijn visie op religie – als irreëel, kinderlijk en ongewenst² – op instemming kon rekenen van de academische psychologie. Zijn advies ‘Gebruik je verstand en wees realistisch’ werd onder psychologen alom aanvaard als leidend beginsel voor menselijke volwassenheid en geestelijke gezondheid.

Als psychologisch studieobject gold de homo sapiens als een verstandig wezen dat optimale keuzes nastreeft en methodologisch werd de aandacht toegespitst op het menselijk gedrag. Dat is immers, in tegenstelling tot het bewustzijn, wél waarneembaar en meetbaar bovendien. In zogeheten stimulus-responsexperimenten werd de menselijke hersenpan als *black box* tussen haakjes gezet. We mogen het succes van deze onderneming niet onderschatten. Juist in de beperking en vanuit het onvermogen ontwikkelde de psychologie haar kracht en groeide ze in de naoorlogse jaren uit tot een belangrijke en bruikbare wetenschap. Het ezelsbruggetje van het behaviorisme werd een stevige overspanning die kennis en inzicht opleverde. Mensen konden met succes een behandeling ondergaan via gedragsbeïnvloeding.

De prijs die betaald werd voor dit succes was een volstrekt blinde vlek voor alles wat zweemde naar niet rationeel gemotiveerde, emotionele of anderszins merkwaardige verschijnselen. Ik herinner me bijvoorbeeld een onderzoek naar de mogelijk subliminale, onderbewuste effecten van popmuziek uit 1985³. Wat was er aan de hand? Judas Priest, een nogal zwartgallige, ‘zwaarmetalen’ en in dat opzicht niet al te opvallende groep, zou door een boodschap (*‘do it’*) op een elpee twee Amerikaanse jongeren hebben aangezet tot zelfmoord. Nu is het oproepen tot zelfmoord volgens de Amerikaanse wet toegestaan; de vrijheid van meningsuiting, zoals verwoord in het *First Amendment* van de Amerikaanse constitutie, is heilig. De aanklacht luidde dat een geheime boodschap, alleen hoorbaar als de plaat achterstevoren gedraaid werd, de jongeren had aangezet tot hun daad. Dat is niet toegestaan en de rechter wilde natuurlijk weten of de psychologie een dergelijke boodschap tot de meetbare verschijnselen rekent.

Het antwoord van de psychologen was helder: wat een onzin, natuurlijk niet. Dergelijke gedachten waren hooguit hersenspinsels en verzin-sels, *intellectual bubbles*. Religieuze ervaringen, magische en mystieke verschijnselen werden met hetzelfde gemak afgedaan als hallucinatie, fantasie en hysterie. De subcultuur van de jaren zestig die uit recalci-trantie en gesteund door een geleidelijk groeiend aanbod psychedelica op zoek ging naar onderbewuste zaken en die bijvoorbeeld in de persoon van psychologieprofessor Timothy Leary (*‘Turn on, tune in, drop*

out') wetenschappelijke allure nastreefde, werd nauwelijks serieus genomen. De psychologie bestudeerde de gewone mens: een redelijk wezen dat op zoek is naar voordeel en *survival*. Wat daar buiten viel, mocht pathologisch en ongewenst heten.

Vermoedelijk zou *Religieuze belevenissen. Gesprekken over het ervaren van God*, een recente bundel met oorspronkelijk in het dagblad *Trouw* gepubliceerde interviews waar mensen ten overstaan van redacteur Koert van der Velde hun religieuze ervaringen vertolken, destijds dus hebben gegolden als een losgeslagen fantasie van geflipte intellectuelen die literatuur, kunst en werkelijkheid door elkaar halen. Judas Priest werd dankzij een verstandig psychologisch advies en een dito rechter vrijgesproken en van alle blaam gezuiverd. Ik was het en ben het met die conclusie eens. Wel zijn de vanzelfsprekendheid en de onmiddellijke instemming verdwenen waarmee ik het betreffende artikel in 1985 las.

EMOTIONELE RATIONALITEIT

Uit alle experimenten blijkt dat de mens-als-kleine-wetenschapper die hypothesetoetsend door het leven gaat op zoek naar de verstandigste oplossing, niet bestaat. In het beste geval zijn mensen slechte wetenschappers: hun ideeën zijn krom en onlogisch, hun hypothesen deugen niet, hun *samples* zijn allesbehalve aselekt, hun experimenten voldoen niet aan de wetenschappelijke standaard en hun conclusies raken kant noch wal. Ze zoeken ongetwijfeld hun voordeel, maar de manier waarop is niet die van de wetenschap: logica en empirie zijn pregnant afwezig⁴.

Het echec van de rationele benadering blijkt met name uit het psychologische onderzoek naar kiesgedrag. Aanvankelijk werden rationele modellen gehanteerd, ontleend aan de economie en vandaag de dag onder (godsdiens)tociologen nog steeds in zwang onder het kopje *rational choice theory*. Dat dergelijke modellen onhoudbaar zijn, heeft Antonio Damasio overtuigend aangetoond⁵. In vele gevallen zijn de keuzealternatieven zo omvangrijk dat een puur rationele keuze onmogelijk is, al was het maar omdat ons werkgeheugen ontoereikend is. Daar komt bij dat de machine te lang moet nadenken; ik herinner me Olivetti rekenmachines uit de jaren zestig minutenlang stampen en ratelen bij complexe berekeningen. 'Te lang' betekent met name zo lang dat het aantal keuzen tijdens het proces verandert of irrelevant wordt omdat de proefpersoon verouderd c.q. van honger of dorst omkomt.

De mens kan pas kiezen als hij het aantal alternatieven aanmerkelijk reduceert en dat gebeurt snel, vanuit de onderbuik. Op zoek naar een partner reduceren wij het aantal kandidaten vrijwel direct: te lang, te klein, te dik, te dun, te dom, te slim... Uit ervaring beschikken wij over

voorgeprogrammeerde, lichamelijk verankerde voorkeuren die het aantal alternatieven zodanig reduceren dat een verstandige keuze mogelijk wordt. De rationaliteit van ons handelen is emotioneel verankerd. Dat emotie de basis is voor de ratio was al gebleken uit onderzoek naar de gevolgen van hersenbeschadigingen. Befaamd is het geval van Phineas Gage, de mijnwerker die in 1848 prefrontaal een stang door zijn hersenen kreeg, en die na vrij korte tijd moeiteloos scheen verder te functioneren totdat bleek dat hij belangrijke beslissingen inzake geld en relaties onverhoeds, overhaast en onverstandig nam. Met zijn rationele vermogens leek niets aan de hand want hij scoorde naar behoren op psychologische schalen waarin het morele oordeel gemeten wordt. Hij was dus rationeel in staat tot een moreel gefundeerd oordeel, maar zijn emotionele basis was verstoord en daarmee de grondslag van zijn moreel gedrag.

Bij het gegeven dat een rationele keuze onmogelijk is zonder emotionele onderbouwing, voegt zich vandaag de dag de stelling dat de vrije keuze uitgesloten is. Deze gedachte is oud, maar wordt in hedendaags neuropsychologisch onderzoek opnieuw en steviger dan ooit verankerd. De befaamde neuropsycholoog Peter Hagoort stelt: 'Veel mensen hebben het idee dat er in ons brein een centrale dirigent actief zou zijn. Maar uit allerlei experimenten blijkt dat een centraal bewustzijn, van waaruit je alles overziend, bewust en in vrijheid je beslissingen neemt, niet bestaat.'⁶ Het wordt nog lastiger. Ap Dijksterhuis heeft met zijn medewerkers aangetoond dat expliciete afweging bij belangrijke beslissingen tot minder tevredenheid leidt⁷. Bij kleine aankopen – in de Bijenkorf, hij gebruikt het voorbeeld van ovenhandschoenen – is het mogelijk de voor- en nadelen van de alternatieven op een rij te zetten. Bij grote aankopen, een bankstel bij IKEA bijvoorbeeld, is dit niet aan te bevelen. Het is verstandig een tijdje rond te lopen met de aangeboden alternatieven in het achterhoofd zonder er expliciet aan te denken. De beste keuze komt niet tot stand uit een snelle prefrontale winst- en verliesrekening, maar via onbewuste incubatie, vanuit '*deliberation without attention*'.

En daar staan we dan, in een samenleving van ontelbare mogelijkheden, terwijl de rationele keuze niet haalbaar is, onze keuze überhaupt niet vrij is en de bewuste, beredeneerde keuze vaak tot teleurstelling leidt. Blijkbaar is kiezen onvermijdelijk een kwestie van delen⁸. Ook al hebben we het idee dat we rationeel, vrij en in het volle bewustzijn tot keuzen komen, we blijken steeds weer opgenomen te worden in halfbewuste lichamelijke, historische en culturele processen die ons onze vrijheid afpakken, maar die daarmee het leven mogelijk maken. Zonder lichamelijke, historische en culturele inkadering loopt het leven uit op niets. Juist in onze beperking ligt onze kracht.

BUITEN ZICHZELF

Met religieuze ervaringen zoals die door Koert van der Velde opgetekend zijn, heeft de huidige psychologie niet zoveel moeite. Ze horen erbij en niemand betwist het realiteitsgehalte ervan⁹. Zelfs de bijna-doodervaring, aanvankelijk wat lacherig weggewuifd, lijkt gestoeld op een aantoonbare ervaring. De klassieke gedragspsycholoog zal de bijna-doodervaring serieus nemen, gegeven het feit dat mensen na dergelijke ervaringen vaak abrupt en drastisch van levensstijl en levensdoel veranderen. Maar het doorslaggevend bewijs voor de bijna-doodervaring vloeit voort uit een tweede grote ontwikkeling binnen de wetenschap: sinds enkele jaren is het mogelijk hersenprocessen exact te meten. Er twinkelen lichtjes in de *black box*. Nader hersenonderzoek lijkt belangrijk en zou de biologische basis voor de bijna-doodervaring verder kunnen preciseren. Voor een verschijnsel als uittreding is de hersenfysiologie al ongeveer bekend: door stimulering van de *gyrus angularis* (het hersengebied op de grens van de temporale kwab en pariëtale kwab)¹⁰ maar ook via suggestie in *virtual-reality* experimenten¹¹ ontwikkelen mensen het fysiologisch aantoonbare gevoel buiten zichzelf te treden. Vroeger werd het gezien als een té gekke ervaring die om geestelijke bijstand smeekte, vandaag de dag kijken we er niet meer van op en het is wachten op de kermisattractie die je voor een tientje buiten jezelf doet treden.

De vraag is of we daarmee ook maar een millimeter opgeschoten zijn in de verklaring van religieuze verschijnselen. Ik geef een ander voorbeeld om het probleem scherp te stellen. De afgelopen jaren heb ik me met name beziggehouden met de zogeheten *Terror Management Theory* (TMT), een sociaalpsychologische benadering van het verschijnsel religie die overigens teruggaat op de *Pensées* van Pascal¹². Religie wordt gezien als een succesvolle manier om de doodsangst die bij elke mens (latent) aanwezig is, te onderdrukken. Dat gebeurt al heel direct door het bij religies dominante geloof in een leven na de dood. Maar de psychologie, ook de TMT, zoekt bij voorkeur functionele verklaringen. Religie is psychologisch gezien vooral effectief omdat ze de mensen een zinvolle plek in een zinvolle wereld geeft. Diverse experimenten hebben dit vervolgens aangetoond.

Een fraai experiment vind ik nog steeds dat van (christelijke) proefpersonen die met behulp van aangereikt gereedschap een kruisbeeld moeten ophangen, wat alleen kan door met het kruisbeeld zelf een spijker in de muur te slaan¹³. Wat blijkt? Als mensen *geprimed* zijn met doodsangst, duurt het langer voordat ze deze ontterende handeling plegen. De redenering is dat doodsangst het defensiemechanisme 'religie' activeert en dat daardoor het plegen van een sacrilegium moeilijker wordt. Ingenieur, wellicht té ingenieur, maar de kern van het probleem is mijns in-

ziens dat vanuit de TMT niet alleen elke religie maar ook elke antireligie of non-religie begrepen kan worden, zolang de mens zoekende blijft naar een zinvolle plek in een zinvolle wereld.

Met name de overtuigde atheïst past perfect in dit plaatje. Welk een *selfesteem* levert het niet op, welk een zinvolle plek onder de zon wanneer men ten volle beseft dat het leven eindig is, daar genoeg mee neemt en niet als een drenzerig kind, zoals de gemiddelde gelovige, blijft deurzeuren over een leven na de dood. Wie bijvoorbeeld het boek van Harm Visser leest, *Leven zonder God: elf interviews over ongeloof*, verbaast zich over de mate waarin de elf geïnterviewden het met zichzelf getroffen hebben¹⁴. Het is inderdaad, zoals Wolter Seuntjes al opmerkte, een *feelgood* boek voor ongelovigen¹⁵, die zich onbeschroomd slimmer, objectiever, weetgieriger en toleranter achten dan gelovige mensen. En daarmee precies passen in de verklaring die de TMT geeft voor religieus gedrag.

TRADITIE EN CULTUUR

Het is de tragiek van de godsdienstpsychologie dat elke verklaring die zij vindt voor religieus gedrag ook opgaat voor niet-religieus gedrag en zeker voor antireligieus gedrag. Zolang de godsdienstpsychologie vooral een beschrijvende wetenschap is – en dat is ze nog steeds in hoge mate¹⁶ – kan ze eindeloos en ongestraft uitweiden over verschillen tussen gelovigen en ongelovigen, tussen katholieken en protestanten, tussen moslims en boeddhisten. En dat levert altijd wel iets op. Mijn ervaring is dat naarmate de godsdienstpsychologie via klassieke experimenten te werk gaat en de concepten minder direct gerelateerd zijn aan tradities en gewoonten, elk onderscheid als sneeuw voor de zon verdwijnt. Wat religie is zal de psychologie nooit kunnen verhelderen. Zij zal blijven steken in diverse interessante, slechts noodzakelijke voorwaarden voor religie zonder haar ooit volledig te kunnen verklaren. Ze kan aantonen dat emotie een dragende kracht is, dat religie zin geeft en mensen door het leven draagt, maar zolang dat allemaal ook zonder religie kan, en daar ziet het toch echt naar uit, is elke afdoende verklaring onhaalbaar.

Nu is er niets mis met pogingen om vanuit de psychologie beter zicht te krijgen op wat religie is of zou kunnen zijn. De zogeheten *New cognitive science of religion* heeft uitdrukkelijk de vraag naar wat religie behelst weer op tafel gelegd¹⁷. Ze heeft er interessante hypothesen over ontwikkeld die wij momenteel in Nijmegen aan een nader onderzoek onderwerpen¹⁸. Ik verwacht geen specifieke verklaring, maar ik sta open voor elk resultaat. Zo werkt dat nu eenmaal in de wetenschap. Waar ik echter absoluut niet in geloof is de benadering zoals die bijvoorbeeld gevolgd is door de Arnhemse cardioloog Pim van Lommel die faam verwierf

met een artikel over bijna-doodervaringen in *The Lancet*, een gerenomeerd medisch tijdschrift¹⁹. Hij zoekt de verklaring voor de belevenis tijdens een bijna-doodervaring in een eindeloos, tijdeloos en nonlokaal bewustzijn, dat los van hersenprocessen bestaat. Daarmee gaat hij mijns inziens een brug te ver en werpt hypothesen op die de wetenschap te boven gaan. Wat iemand beleeft tijdens een bijna-doodervaring is altijd een belevenis binnen deze wereld. Wij kunnen niet om het hoekje kijken, althans wetenschappers hebben daar niets te zoeken.

De bijna-doodervaring lijkt me reëel en interessant en rijp voor nader onderzoek, maar de inhoud van de ervaring verwijst per definitie naar reeds aanwezige beelden en kennis zoals die vanuit boeken, mogelijk Het Boek, en de verdere cultuur beschikbaar is. De bekende Belgische godsdienstpsycholoog Antoon Vergote heeft het scherp gezegd in een beschouwing over visioenen. Visioenen zijn aan dromen verwante fenomenen, zo betoogt hij. De gevoels- en wensgeladenheid ervan geeft ze een bijzonder statuut van werkelijkheidsbeleving maar ze hebben geen betrekking op waarneembare feiten. 'Ik ben er van overtuigd', zo vervolgt Vergote, 'dat men in visioenen niets verneemt dat men niet reeds in het geheugen draagt. [...] Visioenen openbaren nooit iets nieuws'²⁰.

Dat geldt ook voor de religieuze ervaring. Ze kent een fysiologisch fundament dat inmiddels onbetwist is, maar dat in zichzelf geen verklaring biedt voor de *religieuze* beleving. Die kan er alleen in bestaan dat op de wolk van emotie en ervaring beelden ontstaan die reeds beschikbaar zijn vanuit traditie en cultuur. Jan van der Lans heeft dit ook experimenteel aangetoond²¹. Alleen wie een religie heeft, kan van daaruit interpreteren. Het lijkt een open deur, maar de klaarblijkelijk bestaande behoefte aan een volledige, biologische verklaring voor religie doet velen vandaag de dag de ogen sluiten voor de culturele factor. Levingston heeft daar zeer recent expliciet op gewezen, met een verwijzing naar Van der Lans' onderzoek²².

DE CONCRETE ERVARINGEN

Ik heb een kleine, voorlopige analyse gemaakt van de 109 door Koert van der Velde geboekstaafde interviews over religieuze ervaring²³. Het doel waarvoor ze zijn verzameld, spoort niet in alle opzichten met de wetenschappelijke standaarden. Het gaat ook om gestileerde samenvattingen van veel langere gesprekken. Bovendien betreft het een select, ouder gezelschap (gemiddeld boven de vijftig jaar, schat ik) van kennelijk christelijke komaf, onder wie veel dominees, kunstenaars en intellectuelen. Zij spreken niet alleen van religieuze ervaringen maar reflecteren daar ook over, dekken zich in ten aanzien van familie en buiten-

staanders en vragen zich werkelijk van alles af. Het is daarbij zeer de vraag of ze het achterste van hun tong hebben laten zien.

Er past dus een *caveat*. Toch heb ik resultaten geboekt die een verdere bestudering rechtvaardigen. Na enig heen en weer lezen kwam ik tot een drietal categorieën waarin ik de teksten heb samengevat: de aanleiding tot de ervaring, de zintuiglijke beleving ervan en de interpretatie ervan.

Wat de aanleiding betreft, maak ik allereerst onderscheid in de context. Deze wordt steeds weer, door bijna iedereen, in termen van tijd en plaats uitgedrukt. Het gaat daarbij zowel om religieuze contexten als om profane. Ik begin met de religieuze context. Het gaat dan om plaatsen zoals *klooster, retraite, Lourdes, kathedraal, Russisch-orthodoxe kerk, moskee, Rome, processie* et cetera, en de religieuze tijdstippen behelzen *Kerstmis, de complete Goede Week, bedevaart, preek* et cetera. Tijd en plaats worden geardeerd met woorden en muziek, *liederen, de bijbel, gebed*. Bezie ik vervolgens de profane context, dan betreft het plaatsen zoals *natuur, housefeest, hoge berg, wandeling, Vogezes, Kievitsnest, house warming, ziekenhuis, bed* enzovoort. Geen enkele plek lijkt uitgesloten, al voert de natuur de bovenaan. Als tijdstippen worden genoemd *vakantie, weekend, nacht, zonsopkomst* en ook dan domineert de natuur.

De context zoals hier beschreven kan voldoende aanleiding geven voor de religieuze ervaring. Maar in samenhang daarmee of los daarvan kunnen ook specifieke gebeurtenissen de ervaring triggeren. Het valt op dat het bijna steeds negatieve gebeurtenissen betreft rond ongeluk, ziekte en dood. Slechts een enkele keer wordt een goede relatie vermeld. En het verschijnsel geboorte, dat velen toch van nabij moeten hebben meegemaakt, wordt nooit genoemd. Merkwaardig. Als ik althans ooit uit mijn dak ben gegaan, dan was het wel bij de geboorte van mijn kinderen en kleinkinderen. Blijkbaar is zo'n beleving te voorspelbaar en te algemeen om aanleiding te kunnen zijn voor een religieuze ervaring.

Wat het meeste opvalt in bijna alle ervaringen is dat tijdstip en plaats exact bekend zijn. Sommigen vermelden de leeftijd die ze hadden op het *moment suprême*, anderen het jaartal, weer anderen spreken over zoveel jaar geleden en zeer velen noemen een exacte datum. In bijna alle gevallen zou die in een nader gesprek te reconstrueren zijn. Er is sprake van een exact bepaald 'punt des tijds'. De plaats kan zo op een TomTom worden ingevoerd en we kunnen er per ommegaande naartoe. Dat betekent dat de religieuze ervaring geen gebruikelijke ervaring is die men nu eenmaal in de kerk, op bepaalde momenten in het kerkelijk jaar of op het strand bij zonsondergang en bij existentiële problemen ervaart, maar dat dat louter in enkele gevallen of slechts in één geval gebeurd is. Zeer

weinigen reppen van een serie. Het gaat blijkbaar om uitzonderlijke, gedateerde ervaringen.

Als ik overga naar de beschrijving van de zintuiglijke, emotionele ervaring als zodanig frappeert allereerst, en dat is misschien wel het meest opmerkelijke resultaat, dat die ervaring zich onvoorbereid, onverhoeds, plotsklaps, als een donderslag bij heldere hemel opdringt. Nu zou je kunnen zeggen dat wie gaat zitten bidden in een kerk wel enig risico neemt op dit punt en niet gek moet opkijken als dergelijk gedrag tot een religieuze ervaring leidt. Maar uit het voorgaande weten we dat een dergelijke ervaring doorgaans niet optreedt, niet in de kerk, evenmin op het strand. In de tussentijd weten we dus drie dingen: het gaat om uitzonderlijke, gedateerde, onverwachte ervaringen.

Ik sluit overigens niet uit dat het plotse, onverwachte karakter van de religieuze ervaring iets te maken heeft met de overwegend christelijke achtergrond van de ondervraagden. Volgens de christelijke traditie is de religieuze ervaring een godsgeschenk dat men niet kan afdwingen. Er bestaat geen methode en geen trainingstraject. Psychologische experimenten naar de religieuze ervaring zijn in de regel gebaseerd op ervaringen van boeddhistische monniken²⁴. Die worden ingevlogen, gaan zitten en melden korte tijd later een religieuze ervaring die dan gescand wordt. Een onderzoeker die christelijke nonnen onderzocht²⁵ werd er echter van meet af aan door hen op gewezen dat een religieuze ervaring slechts zelden optreedt en dat de kans dat dat binnen het experiment zou gebeuren klein was. Zelfs zeer ervaren kloosterlingen gaan door perioden van grote dorheid en Johannes van het Kruis spreekt niet zonder reden van 'de donkere nacht'. In de mystieke geschriften van het bevindelijk protestantisme, recentelijk zo in de belangstelling door Jan Siebelinks roman *Knielen op een bed violen*, spreekt men van 'het punt des tijds', waarmee aangegeven wordt dat religieuze ervaringen slechts bij uitzondering voorkomen, en bovendien op een exact aan te geven moment²⁶. Ik suggereer dus, maar dat is stof voor discussie, dat de christelijke achtergrond hier, ook voor degenen die inmiddels een andere overtuiging aanhangen, een rol speelt.

In de beschrijving van deze uitzonderlijke, gedateerde, onverwachte ervaringen is een drietal klassieke zintuigen werkzaam: het gezicht, het gehoor en, zij het veel minder, de reuk. Men ziet licht en personen, hoort klanken en stemmen, er geurt wierook. De smaak en tastzin blijven onvermeld. Het vaakst wordt verwezen naar de minder bekende zintuigen zoals die sinds de laatste jaren beschreven zijn. Ik doel met name op balans en lichaamsbewustzijn²⁷. Zeer velen reppen op die punten van een verstoring van een gebruikelijk dominerend evenwicht. Ik noem nu alle termen op: *doorbraak, bewustzijn in één klap geopend, boven alles uit-*

getild, loslaten en transformeren, zweven, er breekt iets open, opgetild worden, uittreden (5x), droom, weg zijn, verlies van tijdsbesef, vervreemding, visioen, bewustzijnsverruiming.

We weten nu dus al vier dingen: het gaat om uitzonderlijke, geda-
teerde, onverwachte ervaringen, waarin het emotionele evenwicht van
het dagelijks bestaan wordt doorbroken.

Ten slotte de kwestie van de interpretatie van dit alles. Wat heeft het te
betekenen en wat doen we ermee? Ik onderscheid twee categorieën: de
niet expliciet religieuze interpretaties en de expliciet religieuze inter-
pretaties. Wat dit onderscheid behelst, wordt uit de voorbeelden duide-
lijk. Ik noem om te beginnen zoveel mogelijk niet expliciet religieuze
interpretaties, in willekeurige volgorde: *geluksgevoel, vreugde/geluk, liefde,
vrede, harmonie, moeder spreekt, gevoel van thuiskomst, contact, gevoel van
vrijheid, troost, zekerheid, genade, bevestiging, leven is lijden, leven heeft bedoe-
ling, antwoord, eenheidsbesef, eenheidsbewustwording, verwondering, aange-
sproken voelen, rust en verdieping, indringend mooi, nederig en mild gemaakt,
er is meer dan wij kunnen zien, besef dat het om respect gaat, om naastenliefde,
het houdt na de dood niet op, energie, overgave, leren relativiseren, ik ben niet
verlaten...* Vervolgens vallen er expliciet religieuze interpretaties op te
sommen: *God bestaat, God is liefde, het einde der tijden nadert, Gods aanwezig-
heid, een knipoog van God, genade, gnosis, intenser geloof, in de mens is God
aanwezig, ik voel Christus' aanwezigheid, de hemel staat op een kier.* Vaak
worden deze expliciet religieuze interpretaties vermengd met niet expli-
ciet religieuze interpretaties.

Ik concludeer hier twee dingen uit. Ten eerste komen religieuze inter-
pretaties alleen naar voren als ze reeds beschikbaar zijn (ik attendeerde
daar al op in de verwijzing naar Vergote en Van der Lans). Ten tweede
overheerst het goede gevoel in zowel de expliciet religieuze als in de
niet expliciet religieuze interpretaties. De ervaring heeft een opwekkend,
galvaniserend effect.

BESLUIT

Uiteindelijk zijn we vijf dingen te weten gekomen op grond van de ge-
gevens die Koert van der Velde in samenwerking met het dagblad *Trouw*
bundelde in *Religieuze belevenissen*: het gaat om uitzonderlijke, geda-
teerde, onverwachte ervaringen, waarin het emotionele evenwicht van
het dagelijks bestaan wordt doorbroken en waaruit kracht wordt geput
het leven met hernieuwde moed aan te gaan.

Met deze definitie kom ik dicht in de buurt van William James' visie
op de religieuze ervaring. In de kern vat hij die samen als het goede
gevoel dat ontstaat na een crisis. Mijn conclusies rijmen eveneens met

Émile Durkheims bevindingen, met name waar die benadrukt dat religie primair een kracht is die mensen leven geeft, en niet zozeer een geheel van opvattingen en voorschriften²⁸. Maar wat heb ik met dit alles nu gezegd over wat religie is? Veel en weinig, misschien wel niets. Wellicht ben ik enkele noodzakelijke voorwaarden voor de religieuze ervaring op het spoor. In ieder geval kan ik de religieuze ervaring nu beter onderscheiden van andere vormen van religiositeit, zoals gebed en kerkbezoek. Anderzijds lijken er overeenkomsten te bestaan tussen bijvoorbeeld de religieuze ervaring en de esthetische ervaring. Henri Brémond wees daar al op in zijn befaamde studies van het religieuze sentiment in Frankrijk²⁹ en Jan van der Lans³⁰ besloot zijn godsdienstwetenschappelijke carrière met een verhandeling waarin de esthetische ervaring centraal staat. Ook lijken er overeenkomsten te bestaan tussen bekeringservaringen, bijna-doodervaringen en de religieuze ervaring. In alle gevallen gaat het om processen die een grote verandering bewerkstelligen in iemands levensloop en levensvisie. Wellicht zijn we een psychologisch mechanisme op het spoor dat veel mensen op uiteenlopende wijzen aan den lijve ervaren, zij het dat nadere studie geboden is: de kern van de ervaring, met name de evenwichtsverstoring, is nog slechts aangestipt vanuit het narratief van de respondenten. Maar het is een begin.

Wat religie is, weet ik nog steeds niet³¹. En dat had ik kunnen weten: een psycholoog beschikt nu eenmaal niet over de middelen op dit punt definitieve uitspraken te doen. William James wist het al en verwijst ernaar in de ondertitel van zijn boek: de psychologische studie van de religie leert ons in het beste geval iets over de menselijke natuur³². Godsdienstpsychologen bestuderen God niet, maar de mens. James loste de zaak pragmatisch op. Het gaat bij religie, stelde hij, om het goddelijke, dat wil zeggen datgene dat de mensen het goddelijke *noemen*. Sommigen, en dat is hún interpretatie, spreken van een religieuze ervaring en putten uit tradities die daar woorden en betekenissen voor bieden. Anderen doen een beroep op weer andere narratieven. Het is hun beider goed recht en beroepshalve ga ik er niet over. In de psychologische studie over de liefde ontbreekt nu eenmaal de naam van de geliefde. Die moet, die kan, die mág iedereen zelf invullen; op eigen kracht en verantwoordelijkheid, gesteund door opvoeding en traditie.

[1] William James, *The Varieties of Religious Experience: A Study in Human Nature*, Random House, New York, 1929, oorspronkelijke uitgave 1902. Er bestaan verschillende vertalingen in het Nederlands.

[2] Zie bijvoorbeeld: Sigmund Freud, 'Die Zukunft einer Illusion', *Gesammelte Werke* XIV, Imago Publishing, Londen, 1948, blz. 321-380.

[3] J.R. Vokey & J.D. Read, 'Subliminal messages: Between the devil and the media', *American Psychologist* 40, 1985, blz. 1231-1239.

- [4] Zie bijvoorbeeld Richard Nisbett & Lee Ross, *Human Inference: Strategies and Shortcomings of Social Judgment*, Englewood Cliffs, New York, 1980.
- [5] Antonio Damasio, *Descartes' Error: Emotion, Reason and the Human Brain*, Putnam, New York, 1994. Vertaald als: *De vergissing van Descartes. Gevoel, verstand en het menselijk brein*, Wereldbibliotheek, Amsterdam, 1995.
- [6] Zie P. Hagoort: http://www.ru.nl/hersenen/vrije_wil
- [7] A. Dijksterhuis, M. Bos, L. Nordgren & R. van Baaren, 'On Making the Right Choice: The Deliberation-Without-Attention-Effect', *Science*, vol. 311, no. 5763, 2006, blz. 1005-1007.
- [8] Zie ook: Jacques Janssen, *Religie in Nederland: kiezen of delen?*, KSGV, Tilburg, 2007.
- [9] Het gemak waarmee men vandaag de dag buitenissigheden accepteert en met name de biologische en hersenfysiologische verklaringen ervan voor zoete koek slikt, vereist wel enige aandacht. Zie voor een kleine bloemlezing: Jacques Janssen en Sarah Bänziger, 'Hoop doet leven. Brein en beleving in een religieuze context' in: Jacques Janssen en Joos van Vugt (red.), *Brein en bewustzijn*, Damon, Budel, 2006, blz. 37-65.
- [10] Olaf Blanke, Stéphanie Ortigue, Theodor Landis & Margitta Seeck, 'Stimulating illusory own-body perceptions', *Nature*, 2002, blz. 269; Olaf Blanke, Theodor Landis, Laurent Spinelli & Margitta Seeck, 'Out-of-body experience and autoscapy of neurological origin', *Brain*, 2004, 127, blz. 243-258.
- [11] Bigna Lenggenhager, Tej Tadi, Thomas Metzinger & Olaf Blanke, 'Video Ergo Sum: Manipulating Bodily Self-Consciousness', *Science*, 317, 2007, blz. 1096.
- [12] De Terror Management Theory is een vorm van existentiële psychologie die doorgaans wordt teruggevoerd op de bekende studie van Berger en Luckmann, *The Construction of Reality* (1966), en het al even befaamde boek *The Denial of Death* (1973) van Ernest Becker. Wie de *Pensées* van Pascal leest, treft de complete theorie daar al in volle glorie aan.
- [13] J. Greenberg, L. Simon, J. Porteus, T. Pyszczynski & S. Solomon, 'Evidence of terror management function of cultural icons: the effects of mortality salience on the appropriate use of cherished cultural symbols', *Personality and Social Psychology Bulletin*, 21, 1995, blz. 1221-1228.
- [14] Harm Visser, *Leven zonder God. Elf interviews over ongeloof*, Veen, Amsterdam, 2003.
- [15] Zie Wolter Seuntjens: <http://www.stelling.nl/kleintje/387/Geloof.htm>
- [16] De discussie over het experiment in de godsdienstpsychologie is al van oude datum. Zie Theodore Flournoy, 'Les principes de la psychologie religieuse', *Archives de psychologie*, 1903, blz. 5-28. Daniel Batson en Jean Pierre Deconchy hebben de discussie enkele jaren geleden opnieuw aangezwengeld (*ASSR*, 1978, blz. 169 e.v.). Hun pleidooi voor een meer experimentele aanpak lijkt mij overtuigend, maar al te veel navolging vindt het niet.
- [17] Zie bijvoorbeeld: Pascal Boyer, *Religion Explained: The Human Instincts That Fashion Gods, Spirits And Ancestors*, Londen, Heineman, 2001. Vertaald als: *Godsdienst verklaard: de oorsprong van ons godsdienstig denken*, De Bezige Bij, Amsterdam, 2002.
- [18] Voor de eerste resultaten zie: Karin Steenstra, *A cognitive approach to religion. The memorability of counterintuitive representations*, doctoraalscriptie Radboud Universiteit Nijmegen, 2005.
- [19] P. van Lommel, R. van Wees, V. Meyers & I. Elfferich, 'Near-death experience in survivors of cardiac arrest. A prospective study in the Netherlands', *The Lancet*, 2001, blz. 2039-2045. Inmiddels is er een omvangrijk boek (*Eindeloos bewustzijn, een wetenschappelijke visie op de bijna-doodervaring*, Ten Have, Kampen 2007) verschenen van de hand van Van Lommel waarin hij zijn bevindingen en zijn opmerkelijke hypothesen in veel krassere bewoordingen uiteenzet. In Nederland is de belangstelling overweldigend en opvallend onkritisch. Heeft iedereen het recht een mening te hebben en hypothesen op te werpen, het probleem zit in Van Lommels suggestie dat zijn majeure conclusies wetenschappelijk onderbouwd zijn. Daar is werkelijk geen sprake van.

- [20] Antoon Vergote, 'Psychologische interpretatie van visioenen', in R. Stuip & C. Vellekoop, *Visioenen*, HES, Utrecht, 1986, blz. 226-241. Citaat blz. 231.
- [21] Jan van der Lans, *Religieuze ervaring en meditatie*, Dissertatie. Benschop en Thissen, Nijmegen, 1978.
- [22] Kenneth Livingston, 'Religious practice, brain and belief', *Journal of Cognition and Culture*, 5, 2005, blz. 75-117.
- [23] Koert van der Velde, *Religieuze belevenissen. Gesprekken over het ervaren van God*, Van Gennep, Amsterdam, 2007.
- [24] Zie bijvoorbeeld A. Newberg, E. d'Aquili & V. Rause, *Why God won't go away. Brain Science and the Biology of Belief*, New York, Ballantine Books, 2001. Vertaald als: *Waarom God niet verdwijnt – de neurologie van de religie*, Utrecht, Het Spectrum, 2002.
- [25] Mario Beauregard & Vincent Paquette, 'Neural correlates of a mystical experience in Carmelite nuns', *Neuroscience Letters* 405, 2006, blz. 186-190.
- [26] Voor nadere informatie: Lodewijk Dros & Nico Sjoer, *Als een eenzame mus. Leven en volgelingen van J.P. Pauwe*, De Groot Goudriaan, Kampen, 2005, blz. 65.
- [27] Ik ben er mij van bewust dat deze omschrijving zeer globaal is en gebaseerd op het narratief van de geïnterviewden. Een nader psychologisch onderzoek naar de precieze aard van de evenwichtsverstoring lijkt me van cruciaal belang.
- [28] Emile Durkheim, *Les formes élémentaires de la vie religieuse. Le système totémique en Australie*, Alcan, Parijs, 1912.
- [29] Henri Bremond, *Histoire littéraire du sentiment religieux en France depuis la fin des querres de religion jusqu'à nos jours*. I-XI, Bloud en Gay, Parijs, 1916-1936. Zie ook: Henri Brémond, *Prière et Poésie*, Grasset, Parijs, 1926.
- [30] Jan van der Lans, *Kernervaring, esthetische emotie en religieuze betekenisgeving*, Afscheidscollege Katholieke Universiteit Nijmegen, 1198.
- [31] Het is vermeldenswaard dat Brémonds analyse (noot 29) hem in 1933 bij zijn overlijden en het verschijnen van deel XI van zijn levenswerk het verwijt van Claudel opleverde dat hij de '*activité religieuse*' en met name het gebed herleidt tot '*dispositions naturelles en nous inées*'. Claudel acht dat een belediging aan de katholieken die met protestanten, islamieten en zelfs '*les meilleurs entre les pains*' op één hoop worden gegooid (Paul Claudel, 'L'abbé Brémond et la prière', in *Études: revue catholique d'intérêt général*, 1965 [1933], blz. 168-174). Brémonds conclusie komt overeen met onze bevindingen die voortvloeien uit psychologische studies van het gebed. Ook hier levert de godsdienstpsychologische studie inzicht op in de menselijke natuur. Zie met name: Jacques Janssen en Sarah Bänziger, 'Praying as a universalising variable', *Archiv für Religionspsychologie*, 25, blz. 100-112.
- [32] De titel: *The Varieties of Religious Experience*; de ondertitel: *A Study in Human Nature*.