

Vrijdagkerk

als 'soulfilling ministry'

Een onderzoek naar de vervulling van spirituele behoeften van mensen in de laat-moderne samenleving door het monastiek-missionaire initiatief Vrijdagkerk te Zwolle

Augustus 2019

Auteur: Marjan Hop

Opdrachtgever: Jos Douma

Begeleider: Dirk de Bree

Here in this holy place
Beyond the veil
Your awesome presence
Bids us silent now
In holy fear we stand
Feeling the breath
Of Your Spirit blowing here

Cleansed by the precious blood
Now we draw near
In full assurance
Of Your perfect love
Boldly we come before
Your throne of grace
For Your Spirit calls us here

Dear Lord I want to hear
Your gentle voice
Let other voices
Cease their worrying
And in their stillness
Open my eyes
To Your lovely smiling face

(Graham Kendrick – Here in this holy place)

Samenvatting

Dit is een onderzoek naar Vrijdagkerk, een monastiek missionair initiatief vanuit de Plantagekerk Zwolle. Elke vrijdag is de kerk geopend voor ieder die dat wil. Hiermee wil de kerk een rustpunt bieden in het drukke leven van vandaag en gelegenheid bieden voor bezinning en ontmoeting aan iedereen die daarnaar zoekt. De aangeboden onderdelen zijn geïnspireerd door het kloosterleven. Men wil graag aansluiten bij de behoeften van bezoekers met als verlangen om hen in ontmoeting met Jezus te brengen. Zo is de volgende onderzoeksvraag ontstaan:

Op welke wijze sluiten de monastieke elementen van Vrijdagkerk aan bij de (spirituele) behoeften van de bezoekers en welke consequenties heeft dit voor het aanbod van Vrijdagkerk?

Om deze vraag te beantwoorden zijn diverse onderzoeksmethoden gebruikt: observatieonderzoek, contextonderzoek, literatuuronderzoek naar maatschappelijke ontwikkelingen en monastieke spiritualiteit, diepte-interviews naar de behoeften en ervaringen van bezoekers. Vervolgens is hieruit een conclusie getrokken.

Uit dit onderzoek blijkt dat deze tijd zich kenmerkt door het wegvallen van kaders en de hedendaagse mens is aangewezen op zichzelf om het leven tot een succes te maken. Men ervaart vrijheid maar ook gemis aan rust en stabiliteit. De vraag is hoe men komt tot vervulling van het verlangen en houvast? Monastieke spiritualiteit reikt vormen aan om tot aandacht te komen die helpt om rust, vrede te vinden in een ontmoeting met God, bij Hem te zijn. Bezoekers verlangen gevuld te worden, in verbondenheid met anderen. Het gaat erom eerst de weg naar binnen te maken om vervolgens de weg naar buiten te kunnen gaan.

Inhoudsopgave

Samenvatting.....	3
Hoofdstuk 1 Inleiding	6
1.1 Aanleiding onderzoek.....	6
1.2 Probleemstelling.....	7
1.3 Kernbegrippen.....	7
1.4 Opbouw onderzoeksrapport	7
Hoofdstuk 2 Vrijdagkerk.....	9
2.1 Inleiding	9
2.2 Ontstaan	9
2.3 Plantagekerk.....	9
2.4 Bijbels motto Plantagekerk	10
2.5 Visie Vrijdagkerk.....	10
2.6 Initiatief in de binnenstad	11
2.7 Team.....	11
2.8 Doelgroep of bezoekers	11
2.9 Onderdelen.....	12
2.10 Open voor de samenleving.....	14
Hoofdstuk 3 Kenschets van de hedendaagse cultuur en spiritualiteit.....	15
3.1 Wegvallende grenzen en individualisme.....	15
3.2 Geloven in deze tijd	17
3.3 Secularisatie en verlangen.....	19
3.4 Is er perspectief?	20
Hoofdstuk 4 Monastieke spiritualiteit.....	21
4.1 Kenmerken en kern van de monastieke spiritualiteit	21
4.1.1 Een oude traditie	21
4.1.2 Kenmerken van monastieke spiritualiteit	21
4.1.3 De kern van monastieke spiritualiteit	21
4.1.4 Het monastieke leven en de Reformatie.....	23
4.1.5 Toch bestaansrecht voor de monastieke traditie	23
4.2 Het belang van contemplatie voor de moderne tijd	24
4.2.1 Komen tot onszelf, onze vervreemding helen	24
4.2.2 Wat voegt de contemplatieve traditie toe?	25
4.2.3 Ervaringen opgedaan in een contemplatief leven	26

4.2.4 Het belang van de introverte weg in onze extraverte tijd en cultuur	26
4.3 Monastiek en missionair	26
4.3.1 De missionaire kracht van de monastiek	27
4.3.2 Focus op doxologie	28
4.3.3 Een huis voor de ziel.....	28
4.3.4 Training van verlangen	29
4.3.5 Lectio divina als missionair instrument	30
4.4 Kern, vorm en effect van de monastieke spiritualiteit.....	31
Hoofdstuk 5 Onderzoeksresultaten	32
5.1 Verantwoording onderzoeksmethode	32
5.2 Verantwoording vragenlijst.....	33
5.3 Analyse resultaten.....	34
5.3.1 Achtergrond bezoekers	34
5.3.2 Resultaten naar elementen van vrijdagkerk	35
5.3.3 Resultaten naar kernwoorden uit de literatuur	38
5.3.4 Enkele andere resultaten	41
Hoofdstuk 6: Conclusies en aanbevelingen.....	42
6.1 Inleiding	42
6.2 Antwoorden op deelvragen.....	42
6.3 Conclusie	43
6.4 Aanbevelingen.....	44
Nawoord.....	47
Bibliografie	48
Bijlage 1: Vragenlijst met toelichting.....	50
Bijlage 2: Uitgebreide beschrijving van kern, vorm en effect van de monastieke spiritualiteit	52

Hoofdstuk 1 Inleiding

1.1 Aanleiding onderzoek

“Het is opvallend hoeveel belangstelling er vandaag is voor het kloosterleven. Veel mensen – gelovig of niet gelovig – bezoeken kloosters en gaan daar zelfs op retraite. Meer mensen zetten die stap niet maar laten zich wel inspireren door boeken van bijvoorbeeld Anselm Grün en Wil Derkse die de eeuwenoude spiritualiteit van Benedictus vertalen naar vandaag. En nog meer mensen voelen zich erg aangesproken als het gaat om eenvoud, terug naar de kern, nieuwe ritmes in je leven vinden, rust en stilte. Wat kan de kerk daarmee?” (Douma, blog 3-2-2016)

Deze vraag lag aan de basis van de monastieke inspiratiedag die op 18 februari 2016 in Zwolle heeft plaatsgevonden. Die dag had een plaats in een bredere beweging waarin nieuwe kloosters en retraitecentra worden gesticht, maar ook nieuwe monastieke en spirituele plekken worden gecreëerd, waar mensen weer op adem kunnen komen. Een klein jaar later, in januari 2017, opende Vrijdagkerk haar deuren. Als onderdeel van de gemeente Plantagekerk te Zwolle is deze kerkplek ontstaan die dicht bij de traditionele vorm van kerkzijn ligt, maar toch een nieuwe uitingsvorm is. Vrijdagkerk laat zich nadrukkelijk inspireren door de spiritualiteit van het kloosterleven. Hoewel Vrijdagkerk in haar huidige vorm in 2017 is begonnen, bestaat één van de onderdelen, de lunchpauzedienst (LPD) al 25 jaar.

De initiatiefnemers geloven dat er meer potentie zit in Vrijdagkerk. De Plantagekerk ligt aan de rand van het centrum van de stad Zwolle en Vrijdagkerk kan mogelijk een ‘kerkplek’ (een term van Henk de Roest, zie paragraaf 4.3.3) zijn voor mensen in Zwolle of omgeving. Het aantal bezoekers is bescheiden. De monastieke elementen kunnen mogelijk worden verdiept en uitgebreid oftewel geoptimaliseerd. Er is een missionair verlangen dat met deze monastieke vorm van gemeentezijn meer mensen in contact komen met Jezus. Daarom is onderzoek nodig waarbij gekeken wordt naar de huidige situatie, met name door de huidige bezoekers naar hun beleving te vragen.

De aanleiding om met de opdrachtgever in contact te komen is mijn eigen interesse in de monastieke spiritualiteit en de vraag hoe monastieke elementen vorm kunnen krijgen in het gemeentelven. In het najaar van 2017 heb ik twee weken meegeholpen als vrijwilliger bij een pelgrimsherberg die ligt langs de route naar Santiago de Compostella. Hun doel is om spirituele reizigers in contact te brengen met het evangelie van Jezus Christus. Het team en de vrijwilligers vormen samen een (geloofs)gemeenschap die de gasten gastvrij ontvangen en daar doorheen delen van de liefde van Jezus (www.oasistrails.org).

Jos Douma houdt zichzelf al jaren bezig met monastieke spiritualiteit en vraagt zich af hoe dit geïntegreerd kan worden binnen het gemeentelven. Vandaar dat ik met hem in contact ben gekomen. Dit onderzoek probeert een beeld te geven van wat er nu gebeurt in Vrijdagkerk en het verschaft inzicht in hoe de bezoekers Vrijdagkerk ervaren en hoe optimaal kan worden aangesloten op de behoeften van bezoekers. Beschreven wordt daarom ook welke maatschappelijke en culturele ontwikkelingen een rol kunnen spelen in de spirituele behoeften die mensen hebben. Vervolgens wordt gekeken naar wat monastieke spiritualiteit te bieden heeft aan elementen en hoe die mogelijk een antwoord kunnen geven op de behoeften van bezoekers.

1.2 Probleemstelling

Het doel van dit afstudeeronderzoek is dan ook om te komen tot aanbevelingen om de monastieke elementen van Vrijdagkerk optimaal te laten aansluiten op de spirituele behoeften van de bezoekers met als doel om mensen te laten proeven aan Vrijdagkerk waardoor zij kunnen komen tot een ontmoeting met Jezus (missionair verlangen).

Om deze doelstelling te bereiken is de volgende hoofdvraag geformuleerd:

Op welke wijze sluiten de monastieke elementen van Vrijdagkerk aan bij de (spirituele) behoeften van de bezoekers en welke consequenties heeft dit voor het aanbod van Vrijdagkerk?

Om deze hoofdvraag te beantwoorden zijn er vijf deelvragen opgesteld:

1. **Wat is Vrijdagkerk en waar staat het voor?**
2. **Over welke monastieke elementen beschikt Vrijdagkerk en waarom juist deze?**
3. **Welke maatschappelijke en culturele ontwikkelingen kunnen worden onderscheiden met het oog op de (spirituele) behoeften van bezoekers?**
4. **Hoe kan het gebruik van monastieke elementen binnen Vrijdagkerk vanuit theologische literatuur worden verwoord?**
5. **Welke (spirituele) behoeften hebben de bezoekers van Vrijdagkerk en wat vinden zij daar?**

1.3 Kernbegrippen

In de hoofdvraag bevinden zich enkele begrippen die om een nadere definitie vragen, zodat ze bruikbaar worden voor dit onderzoek.

Monastieke elementen: het betreft hier uitwerkingen van onderdelen van de monastieke spiritualiteit (die in hoofdstuk 4 wordt beschreven). Voor deze term is gekozen vanuit het praktijkonderzoek van Trommel en Den Toom naar de waarde van praktijken binnen de PKN die zich bezighouden met monastiek (Den Toom & Trommel, 2017, pp. 9-10, 30). Overigens zijn niet alle elementen binnen Vrijdagkerk puur monastiek te noemen. Maar de genoemde elementen zijn wel allemaal terug te vinden in de monastieke traditie.

Bezoekers: mensen die één of meerdere onderdelen van Vrijdagkerk bezoeken of hebben bezocht.

1.4 Opbouw onderzoeksrapport

Om bovengenoemde vragen te kunnen beantwoorden is er literatuur- en veldonderzoek nodig. De eerste vier deelvragen worden met name beantwoord door middel van literatuuronderzoek. De laatste vraag wordt beantwoord door veldonderzoek. Overigens is voor een antwoord op de eerste deelvraag tevens een stukje veldonderzoek gedaan.

Allereerst is het belangrijk om Vrijdagkerk nader te bekijken. Zij is namelijk het 'object' van dit onderzoek. Wat houdt Vrijdagkerk in? Hoe is het ontstaan? Wat gebeurt daar? Hiervoor is de website

van de Plantagekerk geraadpleegd en zijn er gesprekken geweest met vier betrokkenen van het team van Vrijdagkerk. Vervolgens wordt er gekeken over welke monastieke elementen Vrijdagkerk beschikt en waarom juist deze een plek hebben gekregen. Om Vrijdagkerk beter te leren kennen, is hiernaar onderzoek gedaan mede door middel van participerende observatie. Deze onderwerpen komen in *hoofdstuk 2* aan de orde. De inhoud van dit hoofdstuk betreft daarmee de eerste twee deelvragen. De volgende deelvragen worden in de daarop volgende hoofdstukken behandeld.

Vervolgens is het van belang om te kijken naar de bredere context waarbinnen Vrijdagkerk een plek heeft, namelijk de hedendaagse maatschappij en cultuur. In *hoofdstuk 3* wordt dan ook een kenschets gegeven van hedendaagse culturele ontwikkelingen. Wat zien we in deze tijd gebeuren en welke behoeften liggen hier mogelijk onder?

Vervolgens wordt in *hoofdstuk 4* beschreven wat monastieke spiritualiteit inhoudt, waarbinnen ook monastieke elementen hun plek hebben en wordt ingegaan op een eventuele missionaire spits van deze spiritualiteit.

In *hoofdstuk 5* wordt verslag gedaan van het veldonderzoek onder de bezoekers van Vrijdagkerk waarin de beleving van bezoekers wordt gepeild. Er is gekozen om tien bezoekers van Vrijdagkerk te interviewen om zodoende hun spirituele behoeften op het spoor te komen en te ontdekken wat zij hier vinden.

Tot slot staat in *hoofdstuk 6* de beantwoording van de deelvragen en de hoofdvraag centraal en de daaruit voortkomende aanbevelingen.

Hoofdstuk 2 Vrijdagkerk

2.1 Inleiding

In het tweede hoofdstuk van dit onderzoeksrapport staat Vrijdagkerk, als onderwerp van dit onderzoek, centraal. Er wordt eerst gekeken naar het ontstaan van Vrijdagkerk, een initiatief in de binnenstad van Zwolle. Vervolgens wordt beschreven dat Vrijdagkerk staat in de context van de kerkelijke gemeente van de Plantagekerk: waar staat de Plantagekerk voor en wat is het Bijbelse motto dat men heeft geformuleerd? Er wordt ingezoomd op het team dat betrokken is bij Vrijdagkerk en de doelgroep of bezoekers die komen naar Vrijdagkerk. Tot slot volgt er een omschrijving van de onderdelen van Vrijdagkerk. De informatie is overwegend verkregen van de website van de Plantagekerk (z.d.), de webpagina's over Vrijdagkerk en vanuit gesprekken die met initiatiefnemers zijn geweest. De informatie over de onderdelen van Vrijdagkerk is mede verkregen vanuit 'participerende observatie'.

2.2 Ontstaan

Als onderdeel van de gemeente Plantagekerk in Zwolle is een nieuwe vorm van gemeentezijn ontstaan in de vorm van Vrijdagkerk. Dit initiatief is in januari 2017 gestart. De Plantagekerk is elke vrijdag geopend voor iedere Zwollenaar, van 8.30 uur 's morgens tot 14.00 uur 's middags. Hiermee wil de kerk een rustpunt bieden in het drukke leven vandaag de dag. Bezoekers kunnen hier terecht voor stilte, gebed, Bijbellesen, tijd voor overdenking of om gewoon even te zitten. Er is ruimte om een kaarsje te branden, koffie te drinken of gezelschap en elkaar te ontmoeten. Op deze manier biedt het kerkgebouw gelegenheid voor bezinning en ontmoeting aan iedereen die daarnaar zoekt, op een andere manier dan op zondag gebruikelijk is.

Hoewel Vrijdagkerk in zijn huidige vorm sinds januari 2017 functioneert, bestaat één van de onderdelen van Vrijdagkerk, namelijk de Lunchpauzedienst, al vijftwintig jaar. Omdat dit onderdeel al zo lang bestaat op de vrijdag was het een vanzelfsprekende keuze om de kerkopenstelling voor stilte en bezinning hierbij aan te laten sluiten.

Vanaf maart 2013 (zie website Zwolle zoekt de stilte, z.d.) is al eerder gestart met het openstellen van de kerk voor mensen die de stilte zochten, wilden overdenken of alleen voor Gods aangezicht wilden zijn. De kerk werd toen opengesteld van 8:00 – 9:30 uur. In de eerste maanden kwamen er tussen de één en dertien bezoekers. Toen er na verloop van tijd nog maar heel weinig mensen kwamen, is deze openstelling beëindigd in februari 2014. De openstelling van de kerk tussen 12:00 tot 13:30 uur is vanwege de Lunchpauzedienst wel blijven bestaan.

2.3 Plantagekerk

De Plantagekerk maakt deel uit van het kerkverband van de Gereformeerde Kerken Vrijgemaakt (GKV) in Nederland. Zij verlangen ernaar om op een betekenisvolle manier aanwezig te zijn in en voor de samenleving. Dit doen ze samen met veel andere christenen in Zwolle. Er zijn goede banden met de Nederlands Gereformeerde Kerken en de Christelijke Gereformeerde Kerk in Zwolle.

De geloofsgemeenschap bestaat uit 1050 leden die in en rond het centrum van Zwolle wonen. Het betreft een jonge gemeente met zo'n 75 studenten, veel jonge gezinnen en veel kinderen. De gemiddelde leeftijd is 27 jaar. Destijds waren de gereformeerd vrijgemaakte kerken op grondgebied

ingedeeld. In Zwolle centrum staat bijvoorbeeld geen bejaardentehuis. Wel is het een wijk met veel studentenwoningen, starterswoningen. Sinds 2013 is Jos Douma als predikant verbonden aan deze gemeente (z.d.).

2.4 Bijbels motto Plantagekerk

In januari 2017 hebben ze zich als kerkenraad en gemeente verbonden aan een Bijbels motto: *“Samen volledig toe groeien naar Christus die alles in allen is.”*

Dit motto vormt hun ijkpunt en komt voort uit twee Bijbelteksten die voor hen een belangrijke inspiratiebron zijn geweest tijdens hun zoektocht naar de vraag hoe ze vandaag gemeente van Christus willen zijn. Efeziërs 4:15 *“Dan zullen we, door ons aan de waarheid te houden en elkaar lief te hebben, samen volledig toe groeien naar hem die het hoofd is: Christus.”* En Kolossenzen 3:11 *“Dan is er geen sprake meer van Grieken of joden, besnedenen of onbesnedenen, barbaren, Skythen, slaven of vrijen, maar dan is Christus alles in allen.”*

In Johannes 10:10 staat ook een uitspraak van Jezus die zij als een belangrijke inspiratiebron voor hun kerkzijn ervaren: *‘Ik ben gekomen om hun het leven te geven in al zijn volheid.’* Daarmee zeggen ze graag: “dat is het goede leven, het leven zoals God dat heeft bedoeld, het leven dat gekleurd wordt door geloof, hoop en liefde. Dat goede leven daarvan willen we genieten en tegelijk voelen we telkens opnieuw: dat vraagt oefening” (z.d.). Sinds een aantal jaren werken ze niet meer met beleidsstukken en gemeenteprojecten om te voorkomen dat het te activistisch wordt.

2.5 Visie Vrijdagkerk

Het initiatief voor Vrijdagkerk komt van de predikant Jos Douma en de koster Jan-Willem Hamhuis. Zij wilden het kerkgebouw op een andere manier dan de gebruikelijke zondagse manier aanbieden als een plek van bezinning voor iedereen die op zoek is naar een moment van stilte. Vrijdagkerk laat zich nadrukkelijk inspireren door de spiritualiteit van het kloosterleven. Kloosters staan al eeuwen lang bekend als plekken van rust en bezinning. Douma deelt met Pieter de Boer (destijds van Cluster Mission) de inspiratie vanuit de monastieke spiritualiteit.

De Plantagekerk wil graag een open kerk zijn, open naar de samenleving en naar de stad Zwolle, open voor iedereen die zoekt naar zin en bezinning, stilte en inspiratie. Ze wil een kerk zijn waar ontmoeting en verbinding centraal staan. Dit initiatief past binnen de visie van deze gemeente die een praktische dagelijkse oefenplaats wil zijn voor het goede leven in de Zwolse samenleving.

Op deze manier zijn ze gewoon begonnen.

Douma houdt zich al langer bezig met monastieke spiritualiteit. In 1995 heeft hij voor het eerst kennis gemaakt met *lectio divina*, toen hij bezig was met zijn afstudeerscriptie over meditatie en preekvoorbereiding. Zo is hij zijn hele werkzame leven al bezig met *lectio divina*. Op een gegeven moment beseftte hij dat hij dit alleen op allerlei plekken buiten zijn gemeente deed. Graag wilde hij het ook integreren in het gemeenteleven in de Plantagekerk. “En dan begin je gewoon. Vrijdagkerk is als een vuurtje begonnen.” (persoonlijke communicatie, 17 maart 2018). Er is dan ook geen uitgewerkte visie op papier. Het is een kwestie van beginnen, gaandeweg leren en dingen aanpassen indien nodig. Douma is met deze manier van werken in aanraking gekomen en geïnspireerd door het boekje *“Ontketen Vernieuwing!”* van Arend Ardon (2015).

2.6 Initiatief in de binnenstad

In de Binnenstad van Zwolle, waar de Plantagekerk ligt, doen weinig kerkgebouwen nog dienst als kerk. Naast de Plantagekerk is er de Waalse kerk die één keer per twee weken Franstalige diensten heeft. Er is de Onze Lieve Vrouwe Basiliek met de Peperbus, waar wekelijks een eucharistieviering is. De Broerenkerk is een boekenwinkel geworden en de Bethlehemkerk is nu een restaurant. In de Grote kerk op de markt worden geen diensten meer gehouden en is een soort academiehuis geworden dat met name beschikbaar is voor events en concerten. Het Dominicanenklooster heeft een groot onderwijsaanbod. Douma ziet perspectief in een soort driehoek in de stad van Plantagekerk, Dominicanenklooster en Grote Kerk. Samen kunnen ze drie 'spelers' in de binnenstad van Zwolle vormen met elk hun eigen invulling (persoonlijke communicatie, 17 maart 2018).

Toen Hamhuis koster werd eind 2016 mocht wat hem betreft de kerk wel weer open op vrijdag. Hij is dan toch al aanwezig. "Ik wil meer met de kerk doen. We hebben zo'n prachtig mooi gebouw in de stad. Daar kunnen we toch veel meer mee doen? Dus laten we die kerk gewoon openzetten en de mensen hartelijk welkom heten." Ook vindt hij het belangrijk om het gebouw multifunctioneel in te zetten. Het gebouw kan worden gehuurd voor concerten, vergaderingen, festiviteiten. Hij is bijvoorbeeld benaderd om als het kerkgebouw mee te laten doen met *Zwolle Unlimited*. Een weekend lang zijn er dan theatervoorstellingen op bijzondere plekken. "In de Plantagekerk zullen er dan op zaterdagmiddag en zondagmiddag verschillende voorstellingen plaatsvinden. Mensen komen dan binnen die hier normaal gesproken nooit komen. Dan kunnen ze het eens van binnen zien. En wat dat dan voor een effect heeft. Tja, dat weet je niet" (persoonlijke communicatie, 2 april 2019).

2.7 Team

Het team rondom Vrijdagkerk bestaat uit Jos Douma (predikant), Martine Veling (Cluster Mission), Jan Willem Hamhuis (koster) en Pieter de Boer (Cluster Communicatie). Zij hebben jaarlijks overleg. Op de vrijdag zelf is de koster vrijwel altijd aanwezig als gastheer. Verder zijn er een aantal vrijwilligers vanuit de Plantagekerk die meedraaien in een rooster om als gastheer/gastvrouw aanwezig te zijn. Ook helpen enkele bezoekers, die al enige tijd komen, mee als vrijwilliger.

2.8 Doelgroep of bezoekers

Iedereen die op zoek is naar rust, stilte of bezinning is van harte welkom. Er is geen specifieke doelgroep geformuleerd. Het aantal bezoekers is ook niet leidend voor de evaluaties. Men is blij met de mensen die komen, zelfs al zijn het er maar weinig. In het verleden is er bij het starten van de Lunchpauzedienst wel gefocust op de doelgroep die in hun lunchpauze hier een broodje kon eten en de dienst kon meepikken. In de praktijk is deze doelgroep nooit bereikt. In de loop der tijd heeft zich een vaste, trouwe groep bezoekers gevormd. Een groot deel van deze bezoekers komt ook naar de Aanloop op donderdagavond om te eten. Een deel van deze bezoekers staat aan de rand van de samenleving. Ook zijn er betrokken kerkleden van de GKV in Zwolle-Zuid, die al vanaf het begin betrokken zijn bij de Lunchpauzedienst. Zo af en toe schuiven er eens nieuwe mensen aan. Bij de LPD en de Lunch zijn de bezoekers voor het merendeel ouder dan 50 jaar. De meesten hebben geen betaald werk of zijn met pensioen. Het aantal mannen en vrouwen is gelijk.

De bezoekers die een 'stilte-moment' zoeken, komen spontaan binnen. De enkelingen die in de loop der tijd vaker zijn geweest, combineerden dit met het naar school brengen van de kinderen, of

stopten even terwijl zij onderweg naar het werk waren. Sommigen hadden (tijdelijk) geen werk, waardoor het mogelijk was om te komen.

De bezoekers bij *lectio divina* komen op een vrije dag of hebben (tijdelijk) geen betaald werk. De keren dat ik aanwezig was, waren de meeste bezoekers ongeveer tussen de 40 en 65 jaar. Soms zijn er ook dertigers bij. Hier kom je meer vrouwen dan mannen tegen.

2.9 Onderdelen

Vrijdagkerk bestaat uit *vijf* onderdelen. De kerk is geopend op vrijdagen van 8:30 tot 14:00 's middags. Achtereenvolgens is er Ruimte voor stilte tussen 8:30-10:00 uur (daarbinnen een kwartier 'de Bijbel open' om 8:45 uur), *Lectio divina* van 10:15-11:00 uur, Tijd voor ontmoeting van 10:00-12:00 uur, Lunchpauzedienst (LPD) tussen 12:45 uur-13:15 uur en Lunchen van 13:15-14:00 uur.

In het praktijkonderzoek van Trommel en Den Toom naar de waarde van praktijken binnen de PKN die zich bezighouden met monastiek onderscheiden zij de volgende monastieke elementen: (kaars)licht van Christus, monastieke liederen, pelgrimage, leven in gemeenschap, afleggen van gelofte, ruimte voor stilte, maatschappelijke betrokkenheid, getijden gebed, *lectio divina* en retraite. (Den Toom & Trommel, 2017, pp. 30-32). Binnen Vrijdagkerk komen de elementen van kaarslicht, (enkele) monastieke liederen, gemeenschap, ruimte voor stilte en *lectio divina* voor.

Er is geen speciale reden waarom gekozen is voor specifiek deze monastieke elementen. Dit zijn 'haalbare' praktijken die pasten binnen het concept van Vrijdagkerk. De keuze voor deze elementen is redelijk pragmatisch geweest, aldus Douma. Ze hebben een monastieke kleur gegeven aan de paar praktijken die ze in Vrijdagkerk een plek hebben gegeven. Niet alle onderdelen zijn dus per se monastiek gekleurd. Bij onderstaande beschrijvingen wordt weergegeven wat is waargenomen tijdens participerende observatie.

- Ruimte voor stilte (8:30- 10:00 uur) (08:45- 9:00 uur de Bijbel open)

In eerste instantie was de kerk vanaf 8:00 uur open zodat mensen gewoon naar binnen kunnen lopen om even in de kerk te zitten of een kaarsje aan te steken, te lezen of te bidden. In de praktijk bleek het lastig om mensen te vinden die op dat tijdstip de kerkdeuren konden openen. Er kwamen dat eerste half uur ook maar heel weinig mensen. Vandaar dat in het overleg van maart 2019 is besloten om de kerk vanaf 8:30 uur te openen. Dan is de koster er sowieso al om de kerk te openen. Het moment 'de Bijbel open' waarin elke vrijdag psalmen werden gelezen, is nu vervallen, omdat er weinig animo voor was. Misschien dat het op den duur weer wordt opgenomen.

Als je bij de kerk aankomt, is het eerste wat opvalt het grote bord 'OPEN' aan de geopende kerkdeur. In de hal van de kerk liggen papieren met uitleg over Vrijdagkerk en dat iedereen van harte welkom is. Men kan vervolgens direct de kerkzaal binnenlopen. Bij binnenkomst staat een tafel waarop een kaarsje gebrand kan worden. Het is een ruime kerkzaal met stoelen en banken. De kansel staat in het midden. Daarvoor staat een (avondmaals)tafel met daarop een wijnbeker en brood, een kruis en een Paaskaars. De liturgieborden van weleer geven nu een korte Bijbeltekst weer die af en toe wisselt. Op het moment van mijn bezoek stond er: "*Laat mij in de morgen uw liefde horen, in u stel ik mijn vertrouwen*" (Ps 143:8). De kerkzaal heeft grote hoge ramen, waardoor het een lichte kerkzaal is. Het zonlicht schijnt naar binnen. Deze ruimte doet aangenaam aan. Je kunt gewoon een plekje zoeken in de kerkzaal, zonder dat je per se wordt opgemerkt. Dat is ook prettig, mocht iemand gewoon even ongezien een moment binnen willen zijn.

Tot voor kort (1-4-2019) was er van 8:45-9:00 uur het moment 'de Bijbel open'. Aangezien dit toch langere tijd onderdeel van de 'ruimte voor stilte' was, wordt het onder dit kopje besproken. Men was dan, inclusief degene die het leidde, regelmatig met z'n tweeën of drieën (of soms zelfs alleen). Allereerst werd de kaars aangestoken. De bijbehorende tekst hierbij was '*Als Uw woorden opengaan, is er licht*' (Psalm 119: 130a). Vervolgens werden drie Psalmen gelezen. Na elke Psalmlezing is het even stil. Daarna was er ruimte om te delen wat je raakte. Tenslotte werd samen hardop de woorden van het gebed van de dag gebeden. Dit rooster met Psalmen en gebeden werd aangereikt op stencils. Dit lezen van de psalmen komt voort uit de monastieke traditie waarbij alle psalmen gedurende twee weken worden gelezen. Tevens helpt dit om focus te houden en niet kriskras in de Bijbel te gaan lezen.

- **Lectio divina (LD) (10:15-11:15 uur)**

Aansluitend aan de tijd van rust en stilte, is er *lectio divina*-samenzijn in de consistorie van de kerk. Dan wordt er tijd genomen om in de stilte te luisteren naar een Bijbelwoord op de manier van *lectio divina*. Hierover wordt in paragraaf 4.3.5 meer verteld. Kort gezegd is het een biddend lezen van de Bijbel, verlangend naar een ontmoeting met de Heer. Het aantal bezoekers ligt gemiddeld op vier personen. Meestal zijn er tussen de twee en tien bezoekers. Het wordt per keer door één persoon geleid, onder andere door Douma en De Boer. Meestal komen de deelnemers aan *lectio divina* daarvoor al samen in de kelder ruimte voor een kopje koffie. Dat maakt dat alvast even kan worden geland en contact gemaakt kan worden. Als *lectio divina* begint, legt de leider eerst uit wat men kan verwachten gedurende het vijftientig minuten samenzijn. Ook krijgt iedereen een papiertje uitgereikt met daarop de Bijbeltekst die overdacht wordt. Dit bevat ook een korte uitleg van *lectio divina*. Vervolgens wordt de Bijbeltekst twee of drie keer voorgelezen. Daarna wordt de stilte 'ingeluid' door een gonggeluid of bijvoorbeeld het Taizé-lied '*Behüte mich Gott*'. Daarna volgt twintig minuten stilte, waarin men de tekst op zich kan laten inwerken. Aan het einde van de twintig minuten wordt de stilte beëindigd door opnieuw het muziekstuk of een gonggeluid. Daarna is er ruimte om met elkaar delen waarin men is geraakt tijdens deze tijd van stilte (*collatio*). Het is daarbij niet de bedoeling om op elkaar te reageren of te discussiëren. Na afloop is er weer gelegenheid om elkaar in de kelder te ontmoeten en onder het genot van een kopje koffie/thee verder te praten. De consistorie van de kerk ligt aan de voorkant van de kerk en is door de ramen een lichte ruimte. Soms vang je iets van de straatgeluiden op terwijl je in de stilte bent. Mocht men daardoor even afgeleid worden, kan dat worden opgevat als een uitnodiging om weer terug te gaan naar de tekst.

- **Tijd voor ontmoeting (10:00-12:00 uur)**

Er is ruimte om elkaar te ontmoeten in de sfeervolle ontmoetingsruimte in de kelder van de Plantagekerk. De ruimte is dan een inloopkerk waar mensen elkaar zien en aandacht kunnen geven. Onder het genot van een kop koffie is er ruimte voor ontmoeting en gezelschap.

Onder de Plantagekerk is tijdens verbouwing in 1992 een kelder gebouwd, waardoor er een mooie ruimte is ontstaan met diverse zalen, een keuken en een sfeervolle ruimte om elkaar te ontmoeten. Het ziet er gezellig uit met diverse zitjes met banken en tafels en stoelen. Er is een boekenkast waar je boeken uit kunt lenen. Als je via de trap naar beneden kom je vrijwel meteen de ruimte binnen met een mooie ruime bar. Degene die eigenlijk altijd aanwezig is, is de koster Jan Willem Hamhuis. Hij is hét vaste gezicht op de vrijdag. Daarnaast is er altijd een vrijwilliger die meedraait volgens een rooster. Zij kennen de mensen die komen aardig goed. Dit moment van ontmoeting is ook een soort schakelpunt op de vrijdag. Degenen die nog napraten naar aanleiding van *lectio divina* zijn soms nog

aanwezig en vanaf 12:00 uur komen er ook weer nieuwe mensen die juist aansluiten voor de Lunchpauzedienst (en de Lunch).

- Lunchpauzedienst (LPD) (12:45-13:15 uur)

Dit is een viering in de kerkzaal die ongeveer een half uur duurt en bestaat uit liederen, gebeden en een korte overdenking.

Zoals al aangegeven bestaat de LPD al vijftientwintig jaar. Sommige mensen die hier komen, doen al mee vanaf het begin. Een paar oudere kerkleden van de GKV Zwolle-Zuid zijn al jaren als vrijwilliger betrokken bij de LPD. Veel bezoekers komen hier al jaren. Anderen zijn recenter aangehaakt. De groep mensen die komt, kent elkaar wel grotendeels. Het is een redelijk vaste groep. Onlangs was er ook een groep leerlingen uit de Oekraïne. Ook is er wel eens een wandelaar/pelgrim bij de dienst geweest. Soms komen mensen spontaan de kerk binnen wandelen als toerist. Meestal zijn er rond de twintig bezoekers in de dienst.

Vanaf 12:00 uur komen de mensen binnen. In de kelder staat koffie, thee en koek klaar. Van te voren ligt de liturgie klaar in de ontmoetingsruimte beneden. De dienst bevat meestal drie of vier liederen. Dit wordt muzikaal begeleid door piano en fluit. Er is een groep van zo'n acht tot tien voorgangers/predikanten die ingeroosterd worden om voor te gaan in deze diensten. De voorganger staat niet op de kansel maar op het podium, waardoor hij dicht bij de mensen staat. Tegen het einde van de dienst is er ook ruimte voor voorbede. Op dat moment vraagt de voorganger of er nog gebedspunten zijn. Dit is een persoonlijk moment. Bezoekers mogen dan hun gebedspunt noemen en daar wordt dankbaar gebruik van gemaakt. Deze gebedspunten worden opgeschreven, zodat de voorganger deze tijdens het gebed kan noemen. Een deel van de bezoekers staat aan de rand van de samenleving.

- Lunch (13:15-14:00 uur)

Als de viering is afgelopen, is er in de soosruimte opnieuw tijd voor ontmoeting en gesprek. Broodjes en soep staan dan klaar. Het samen eten werkt verbindend.

Niet iedereen die naar de LPD komt, gaat ook mee lunchen. Sommigen komen alleen voor de dienst. Anderen komen nog even een kopje koffie drinken. De dienstdoende voorganger doet sowieso mee met de lunch. Er is dan ruimte om nog even te praten met elkaar. De groep die komt lunchen of koffie drinken, bestaat uit vijftien tot twintig personen.

2.10 Open voor de samenleving

In dit hoofdstuk is uiteengezet hoe Vrijdagkerk is ontstaan en wat het inhoudt. Tevens zijn de vijf onderdelen van Vrijdagkerk de revue gepasseerd. Dit initiatief wil niet op zichzelf staan, maar verbonden zijn met en gericht zijn op het geheel van de samenleving. Daarom is het van belang dat in het volgende hoofdstuk eerst breder wordt uitgezoomd naar de context van de hedendaagse samenleving. Welke maatschappelijke ontwikkelingen zien we daar en welke aanknopingspunten zijn er vanuit de cultuur die kunnen wijzen op onderliggende behoeften bij mensen om initiatieven zoals Vrijdagkerk te bezoeken?

Hoofdstuk 3 Kenschets van de hedendaagse cultuur en spiritualiteit

De bezoekers en de doelgroep van Vrijdagkerk leven in een maatschappelijke en culturele context. Als we willen weten of een initiatief als Vrijdagkerk zinvol en missionair is, is het van belang om die context te bezien. Daarover gaat het in dit hoofdstuk. Er wordt een kenschets gegeven van wat er speelt in de hedendaagse cultuur en spiritualiteit; welke ontwikkelingen kunnen hierin worden onderscheiden? En wat heeft dit mogelijk te maken met wat mensen nodig hebben en zoeken? Achtereenvolgens wordt gekeken naar het punt van wegvallende grenzen, individualisme en wat dit voor een uitwerking heeft op de mens en zijn omgeving. Vervolgens wordt meer specifiek gekeken naar 'gelooven in deze tijd' en hoe houvast gevonden kan worden. Ook wordt ingegaan op de mens als zoeker. Tot slot wordt de ontwikkeling van secularisatie besproken en wat dit met verlangen te maken heeft.

3.1 Wegvallende grenzen en individualisme

Grenzen vallen weg

Ons bestaan is gekenmerkt door grenzen en onze identiteit ontstaat door grenzen te stellen en grenzen te aanvaarden. Grenzen kunnen worden ervaren als beperkend, maar hebben ook een positieve ontlastende functie. De samenleving waarin we leven kenmerkt zich echter door veranderde en snel veranderende grenzen (Dillen en Gärtner, 2015, pp. 23-24).

De afbraak van grenzen geldt ook voor het domein van kerk en geloof. In de laatste halve eeuw is de geloofsbeleving van mensen in rap tempo ingrijpend veranderd. Tot de jaren zestig leefde men in een betrekkelijk gesloten wereld waarin kerk en geloof een grote mate van vanzelfsprekendheid hadden op grond van vaste beginselen. Vervolgens brak een periode aan waarin de kerk sterk veranderde en als gevolg van secularisatie verloor de samenleving haar christelijke karakter (Heitink, 2007, p. 301).

Permanente verandering

De laatste jaren maakt onze cultuur een ontwikkeling door naar een nieuwe tijd die ook wel laatmodern (niet zozeer postmodern) wordt genoemd omdat de moderne tijd wordt geradicaliseerd en gedynamiseerd: alles gaat radicaler en sneller dan voorheen. Er is niet langer afwisseling van rust en verandering, maar het leven wordt nu gekarakteriseerd door permanente verandering. Er is geen punt meer aan te wijzen van waaruit iemand het overzicht nog heeft, want er is sprake van een polycentrische wereld. Niets is meer vanzelfsprekend te noemen, want voor bijna alles en iedereen zijn er wel alternatieven. Dit betekent dat er ongekende vrijheden zijn ontstaan. Maar het gemis aan rust en stabiliteit heeft ook zijn nadelen (Dillen en Gärtner, 2015, pp. 23-25).

Individualisering

De culturele ontwikkelingen kunnen onder de noemer van het individualisme worden gebracht. De dynamiek van individualisering neemt alleen maar toe. Factoren als hogere gemiddelde levensduur, toegenomen algemene welvaart, hoger opleidingsniveau en de sociale en fysieke veiligheid geven meer ruimte aan het individu en zijn of haar keuze van de invulling van het leven. Ook diverse sociale ontwikkelingen zoals het verdwijnen van tradities, de globalisering, het pluralisme en de digitalisering van communicatie hebben grote impact op ons bestaan (Dillen & Gärtner, 2015, pp. 25-26). Mensen

horen niet meer bij bepaalde klassen of zuilen en er is geen sprake meer van onbetwist gezag. “Na het vervagen van deze horizontale en verticale structuren blijft het individu in de laatmoderne tijd over als archimedisches punt” (Dillen & Gärtner, 2015, p. 27). Het individu wordt zelf centraal gesteld en niet de groep waar hij bij hoort.

Ieder wordt gezien als producent van zijn eigen leven en niet meer als product van de omstandigheden. Dit betekent aan de ene kant lust en vrijheid, maar aan de andere kant ook last en verplichting. Het individu is veel mobieler geworden en voelt zich door onder andere de elektronische media in meer werelden tegelijk thuis. Ondanks die voortdurende dwang om te kiezen, moet men voldoen aan de impliciete norm om een succesvol leven te leiden. Iedereen moet zelf bepalen wie hij of zij is in onoverzichtelijke sociale omstandigheden. Een hedendaags mens moet permanent op zichzelf reflecteren (men moet zich steeds verantwoorden en de eigen positie ter discussie stellen) en moet permanent groeien in autonomie en individualiteit.

En dat kan een hele opgave zijn. Want niet alleen voor het geheel van de samenleving, ook voor ieder individu is gaan gelden: er is een bewustwording en een relativisering van de eigen grenzen. De geïndividualiseerde werkelijkheid blijkt ook gesegmenteerd te zijn. De leefwereld biedt zoveel mogelijkheden dat het onoverzichtelijk wordt en weinig betrouwbaar (Dillen & Gärtner, 2015, pp. 25-32).

De omgekeerde beweging wordt gevonden in het bezweren van de onrust door holistische eenheidsvisies die beloven de feitelijke segmentatie van de geïndividualiseerde werkelijkheid te verzoenen. Zie het populisme in de politiek en het fundamentalisme binnen de religie. Daar wordt de feitelijke pluraliteit gereduceerd tot een paar eenvoudige antwoorden (Dillen & Gärtner, 2015, p. 28).

Patchwork identiteit

Zoals reeds opgemerkt zijn grenzen belangrijk voor de vorming van de identiteit. Maar grenzen zijn weggefallen. Doordat het bestaan steeds complexer wordt, begeven mensen zich in verschillende werelden. Hierin worden telkens andere dingen van hen verwacht, waardoor het individu snel moet kunnen schakelen tussen de diverse rollen die hij heeft. Dat roept de vraag op: wie ben je dan eigenlijk? Het maakt dat onze identiteit eigenlijk een soort *patchwork* is met allerlei losse eindjes. Hiermee is het leven een project geworden waar mensen permanent mee bezig zijn.

Vloeibare gemeenschap

Het proces van individualisering betekent niet het einde van socialiteit en gemeenschap. Bezig zijn met het levensproject doet een mens niet alleen. De oriëntatie op de ander is niet verdwenen, maar dit maatschappelijke engagement is niet per se meer verbonden met een permanent lidmaatschap van een partij, organisatie, vakbond of kerk. Het gebeurt in informele netwerken die zich inzetten voor een bepaald doel dat mensen na aan het hart ligt. Individuen verbinden zich meer met anderen die dezelfde levensstijl of interesses hebben. Deze gemeenschappen liggen dus niet meer vast en je kunt kiezen waar je bij wilt horen. Gemeenschap is daardoor minder verplichtend en robuust, maar ze wordt meer vloeibaar en tijdelijk. Gemeenschapsvorming is dus ook een taak die toebehoort aan de enkeling. Hierdoor zien we dat de ontlastende functie van een gemeenschap, dat je als vanzelfsprekend ergens bij hoort en waarop je terug kunt vallen als er crises is, door keuzevrijheid van het individu verwaterd (Dillen & Gärtner, 2015, pp. 30-32).

Economisering van de samenleving

De geïndividualiseerde samenleving wordt gekenmerkt door functionele differentiatie. Er zijn verschillende autonome sectoren die elk een eigen organisatie en logica hebben. In de laatmoderniteit is daarbij de economie dominant geworden. Geld speelt een sleutelrol. Alles wordt uitgedrukt in opbrengst en kosten. Het gaat dan om prestatie en tegenprestatie. Het betekent ook denken in termen van voordeel, bruikbaarheid en efficiency. Het is belangrijk om strategisch om te gaan met mensen en hierbij slim om te gaan met je tijd, kennis, aandacht en connecties. Zodra het effect is bereikt, kan het contact worden afgebroken. Alles wordt getoetst op zijn waarde. Datzelfde geldt ook voor de omgang met religie en spiritualiteit. Iedereen moet ondernemer worden van zijn eigen bestaan daar een succes van maken. Als er dan problemen zijn, moet je die zelf oplossen. Dit vraagt veel van mensen en je overvraagt degenen die zich niet kunnen redden. Deze mensen zijn 'waardeloos', dat wil zeggen: ze hebben niets te bieden wat voor anderen een toegevoegde waarde heeft (Dillen & Gärtner, 2015, pp. 37-39).

Bezoekers van Vrijdagkerk en hun levensproject

In hoeverre doordringen deze ontwikkelingen in de cultuur en maatschappij ook de levens van de bezoekers van Vrijdagkerk? Voelen zij dat hun eigen individu in het middelpunt van hun bestaan staat, dat zij zelf hun levensproject moeten vormgeven en dat dit tegelijk niet gemakkelijk is omdat kaders zijn weggevallen, gemeenschappen vloeibaar zijn en alle aspecten van het bestaan onder invloed staan van de economisering? Of vinden zij nog voldoende houvast?

3.2 Geloven in deze tijd

Soloreligiositeit

Heitink noemt in *Een kerk met karakter* (2007) hoe mensen in het algemeen, maar ook gelovigen in het bijzonder, de ontwikkelingen van de afgelopen decennia ervaren. We nemen zijn beschrijving op, mede als een samenvatting van het bovenstaande, gericht op gelovigen in deze tijd.

In de eerste plaats hebben veel mensen dit moderne levensgevoel als *bevrijdend* verwelkomd, want ze werden niet langer door anderen bepaald en werden onafhankelijk met eigen vrije keuzes. In de tweede plaats maakt deze tijd ook *onzeker*, omdat de kaders zijn weggevallen. Wie weet dan wat goed is? Het is niet gemakkelijk om zelf zin aan het leven te geven en het is zelfs vermoeiend. Je bent op jezelf teruggeworpen. Doordat de zekerheid is verdwenen, leven mensen in een permanente staat van twijfel. In de derde plaats is de moderne mens dan ook *kwetsbaar*. Het proces van bewustwording en zelfverwerkelijking kan een mens overvragen. Angst is ook een factor in het moderne levensgevoel. De mens die zelf het leven aan moet kunnen, gaat ook veel verdringen, wat weer kan leiden tot schuldgevoelens en depressies. In de vierde plaats is de postmoderne of laatmoderne mens in veel opzichten volstrekt geïndividualiseerd en *gefragmenteerd*. Mensen lijden aan deze verbrokkeling van het leven en gaan op zoek naar diepere waarden, naar zingeving, naar God. Er is een nieuw subjectief waarheidsbegrip ontstaan waarbij je voortdurend moet reflecteren op jezelf, om met jezelf in het reine te komen en om voor jezelf klaar te komen met de dingen van het leven. Vastgestelde geloofswaarheden passen niet meer en van alles pikt men een graantje mee. Je kunt dit ook wel een soort scharrelgeloof noemen waarbij iedereen vrij mag rondstappen en niet meer in hetzelfde hok zit. Er is een pluraliteit aan ervaringen en belevingen, ook geloofsbeleving. Wanneer ieder zijn eigen waarheid moet vinden of construeren, de grote verhalen zijn weggevallen

en ieder zijn eigen levensverhaal aan elkaar breit, dan ligt soloreligiositeit voor de hand. Geloofscommunicatie is dan ook slecht mogelijk (Heitink, 2007, pp. 309-315).

Houvast voor gelovigen in deze tijd?

Heitink onderzoekt de vraag waar hedendaagse gelovigen dan nog houvast kunnen vinden, en gaat daarvoor te rade bij de katholieke theoloog Anton Houtepen. Deze onderscheidt in zijn boek *God, een open vraag* (1997, pp. 126-152) vier 'leefvormen' als basisemoties van de huidige mens, waarmee we ons met andere mensen verbinden, maar waarmee we ook ons geloof tot uitdrukking kunnen brengen. Het zijn: Verlangen, vertrouwen, verzet en vergeving. Dit zijn volgens Heitink typerende woorden om een gelovig zinsverband te ontwikkelen in deze tijd (Heitink 2007, p. 316).

Bij de leefvorm 'verlangen' gaat het om het verlangen naar een andere wereld, waarin de gebrokenheid er niet meer is en elk mens tot Gods recht mag komen. Dit uit zich in het zoeken naar sporen van God in deze wereld, in idealen en dromen. "Het verlangen naar heil en heling, genade en bevrijding, vervulling en verlossing, vormt de hunkering die de viering van de liturgie, het gebed, het tasten en zoeken naar woorden van hoop doortrekt" (Heitink, 2007, p. 316). 'Vertrouwen' is de basis voor de omgang met elkaar. Dat doe je in goed vertrouwen. Geloven vraagt ook om een vertrouwensbasis, zodat gesproken woorden als betrouwbaar worden ervaren. Dan kun je van elkaar leren en groeit er godsvertrouwen en zelfvertrouwen. De ontmenselijking, de chaos onrecht, lijden, schuld en dood, roepen 'verzet' op als derde leefvorm. Wie hoopt op een andere wereld kan zich niet meer neerleggen bij het onrecht. Uit verzet komen de voorbede, de profetie, het protest en de actiegroep voort. Bij 'vergeving' als vierde leefvorm, denken we aan beëindigen van de keten van kwaad met kwaad vergelden. Het gaat erom dat God ons aanvaardt zoals we zijn, waardoor we anderen ook onvoorwaardelijk mogen aanvaarden. Vergeven betekent de schuld niet uit de weg gaan maar eerlijk toelaten en zoeken naar een andere manier van omgaan met elkaar (Heitink, 2007, pp. 316-317).

Mensen zijn zoekers

Heitink stelt in zijn boek *Golfslag van de tijd: Europa's niet te stillen verlangen naar God* (2011) dat je niet zomaar kunt spreken van gelovigen en ongelovigen alsof ze twee vastomlijnde groepen zijn die tegenover elkaar staan. Het is eerder een scala van posities en overtuigingen die elkaar kunnen in- en uitsluiten. Tussen de twee uiterste posities van orthodoxe gelovigen enerzijds en overtuigde atheïsten anderzijds bewegen zich gelovige zoekers, cultuurchristenen, religieuze mensen van verschillende inspiratie, 'ietsisten', soloreligieuzen, agnosten, humanisten en anderen voor wie nog een nieuwe naam gevonden zal worden. Heitink betoogt dat mensen zoekers zijn. Dat zijn ze volgens hem altijd al geweest, alleen vroeger viel dat in de begrensde samenleving niet altijd zo op. Maar sinds de samenleving is geïndividualiseerd en muren tussen mensen en groepen zijn weggevallen, is er een grote publieke ruimte ontstaan, waarin gelovigen en niet gelovigen elkaar ontmoeten en in toenemende mate elkaar bevragen op wat de ander ten diepste beweegt.

Hoewel kerk en geloof aan betekenis verliezen, krijgt Heitink wel de indruk dat er sprake is van een toenemende nieuwsgierigheid naar iemand anders gedachtengoed. Hij bespeurt "een zoeken naar diepere waarden vanuit het besef dat consumentisme en materialisme niet langer bevredigen en een diepe leegte achterlaten in de harten van mensen" (Heitink, 2011, pp. 27-28). Daarbij stelt Heitink dat *verlangen* een existentieel begrip is, waarbij volgens hem duidelijk moet zijn dat geloof niet alle verlangens vervult. Spreken over verlangen betekent ook spreken over onvervulde verlangens. (Heitink, 2011, p. 24). Heitink verwijst naar de Psalm dichters, die wel beter wisten. Hun gebed is in

veel gevallen een klacht en zelfs een aanklacht. Denk aan de dichter van Psalm 42, wiens ziel ‘dorst naar God’: ‘Tranen zijn mijn brood’ (vs. 4), ‘weemoed vervult mijn ziel’ (vs. 5), ‘mijn ziel is bedroefd’ (vs. 7), ‘al uw golven slaan zwaar over mij heen’ (vs. 8), ‘waarom vergeet u mij?’ (vs. 10). “Bij *‘Europa’s niet te stillen verlangen naar God’* denk ik dus zowel aan de vreugde van een vervuld, als aan de pijn van een onvervuld verlangen. Wat blijft in beide gevallen is het verlangen zelf” (Heitink, 2011, p. 24).

Bezoekers van Vrijdagkerk en hun geloof

Merken bezoekers van Vrijdagkerk hoe de culturele ontwikkelingen hun geloof raken? Hebben zij bevrijding ervaren, maar ook onzekerheid? Voelen zij dat hun bestaan kwetsbaar is geworden? Zien zij mogelijkheden om hun geloof vanuit verlangen, vertrouwen, verzet en vergeving vorm te geven? En voelen zij, in de huidige tijd meer dan vroeger, dat zij zoekers zijn en dat het (al dan niet vervulde) verlangen een belangrijke kracht in hun leven is?

3.3 Secularisatie en verlangen

Het verlangen van mensen speelt ook in een boek van Herman Paul, *De slag om het hart* (2018⁴), een grote rol. Hij heeft geleerd van de kerkvader Augustinus (Paul, 2018, p. 32) dat een mensenleven richting wordt gegeven door complexe, tegenstrijdige en vaak nauwelijks bewuste verlangens. Deze verlangens kunnen worden verwoord in de metafoor van het ‘hart’ (2018, p. 7). Paul is daarom niet geïnteresseerd in secularisatie als de uiterlijke zijde van afnemend kerkbezoek, maar wil kijken naar dat ‘hart’, naar mensenlevens die heen en weer worden getrokken tussen dienst aan God en de zuigkracht van de huidige tijd (2018, p. 45). Secularisatie is dan geen kwestie van niet in God geloven, maar een leven waarin andere verlangens dan die naar God op de eerste plaats zijn gekomen (2018, p. 19). Het gaat, met andere woorden, om de oriëntatie van het hart. Om het theologisch te zeggen: de eschatologische gerichtheid op Gods nieuwe *aioon* maakt plaats voor een oriëntatie op het hier en nu (2018, p. 43). Het menselijk verlangen wordt dermate getriggerd door wat *hoc interim saeculum* te bieden heeft dat het in deze ‘tussentijd’ naar vervulling op zoek gaat, daarbij vergetend dat het hart van een schepsel pas bij zijn Schepper tot rust komt (2018, p. 33).

Juist in een wereld zonder zekerheden, in een leven tussen de fragmenten, is het niet vreemd dat verlangens alle richtingen op gaan (2018, p. 65). De verschillende beelden van verlangens komen vaak samen in één leven en het is de kunst ze te combineren (2018, p. 54). Paul merkt op dat dit geldt voor zowel buitenkerkelijken als trouwe kerkgangers (2018, p. 8). Ook christenen zijn gevoelig voor wat Paul noemt het syncretisme van het zogenaamde ‘moralistisch therapeutisch deïsme’ (MTD), een eclectisch samengaan van christelijke ideeën, humanistische psychologie en liberale publieke moraal, moderne vormen van zelfontplooiing. Paul geeft een aardige omschrijving van MTD: het is een geloof “in een god die de wereld heeft geschapen en in stand houdt. Deze god wil dat mensen goed en aardig voor elkaar zijn. Het doel van het leven is namelijk ‘to be happy and to feel good about oneself’. Als mensen daar hun best voor doen en hun naaste niet vergeten, komen ze na hun dood in de hemel. De god van MTD, tot slot, heeft geen actieve rol in het leven, behalve als er problemen zijn: dan wordt hij aangeroepen als een Wegenwacht, die liefst direct ter plaatse moet zijn” (Paul, 2018, p. 36).

Ook is het goed mogelijk dat kerkelijke christenen offeren op meer dan één altaar en dus feitelijk polytheïst zijn: zij geloven in God maar bijvoorbeeld ook in consumeren (2018, pp. 38-39).

Over wat voor verlangens kan het gaan? Door welke beloften worden we verleid? Paul noemt: succes (de oermythe van het kapitalisme: een krantenjongen die miljonair wordt) (2018, p. 8), geluk (belichaamd door de stralende jonge moeder in de babywinkelfolder en door de zakenman die zijn schaapjes op het droge heeft) (2018, p. 9), (sociale) status, onbezorgd leven (2018, p. 33), veiligheid, comfort, uitdaging, zingeving (2018, p. 10). Binnen het christendom: een rijk gevulde kerk (2018, p. 33). Het zijn vooral beelden en verhalen die onze verlangens prikkelen. Paul merkt op dat het verlangen naar (materiële) welvaart een diepere laag heeft: de onderliggende behoefte aan waardering, erkenning en zelfontplooiing (2018, pp. 48-49). Ook hier moet een andere factor genoemd worden, namelijk dat mensen leven in angst door onzekerheid en gebrek aan houvast. Men zoekt zekerheid dan vooral in het voorlaatste (Paul, 2018, pp. 65-66).

Maar daar kan het niet gevonden worden. Paul stelt, vanuit Augustinus, dat hoe meer verlangens van mensen seculariseren, des te rustelozener hun hart wordt. Het moderne consumentisme associeert rust met saaiheid en verlangt naar uitdaging en ambitie; maar het is nooit vervuld, het zoekt steeds opnieuw naar uitdaging. Het is permanente rusteloosheid. Je denkt: dan stop ik, dan is het genoeg; maar dat blijkt altijd onwaar... (Paul, 2018, p. 45).

Bezoekers van Vrijdagkerk en hun verlangen

Kunnen we in de woorden van de bezoekers van Vrijdagkerk proeven dat hun hart, als geheel van vele en diverse verlangens, bloot staat aan de verleiding om gevuld te worden met wat hier en nu wordt aangeboden? Blijkt het feit dat het hart alleen rust vindt bij God bij gelovigen en zoekers in onze tijd inderdaad moeilijker te grijpen of te ontvangen?

3.4 Is er perspectief?

De huidige tijd wordt gekarakteriseerd door het wegvallen van kaders. De mens is teruggeworpen op zijn eigen individualiteit. Hij moet zijn eigen levensproject tot een succes maken. De vraag voor de moderne mens is: hoe vind ik houvast (en ik moet dat zelf vinden en mij daartoe in verbanden begeven, maar mij niet vastleggen), hoe kom ik tot vertrouwen, en: waarmee vervul ik mijn verlangen?

Kan de christelijke traditie in deze situatie handvatten aanreiken? In het volgende hoofdstuk onderzoeken we wat de monastieke en contemplatieve traditie te bieden heeft aan de hedendaagse mens.

Uit dit hoofdstuk worden de volgende thema's meegenomen naar de weergave en analyse van de onderzoeksresultaten:

- *individualisatie en eigen levensproject maken,*
- *fragmentatie,*
- *wegvallende grenzen,*
- *zoeken naar houvast,*
- *economisering van de samenleving,*
- *secularisatie van verlangen.*

Hoofdstuk 4 Monastieke spiritualiteit

4.1 Kenmerken en kern van de monastieke spiritualiteit

4.1.1 Een oude traditie

De monastieke traditie is al heel oud. Het woord '*monastiek*' is afkomstig van het Griekse *monachos* dat 'eenzaam' en *monos* dat 'alleen' betekent. Ons woord *monnik* verwijst naar het contemplatieve leven van gebed en meditatie van de eerste monniken, de eremieten (kluizenaars) in de Egyptische en Syrische woestijn. Vanaf het moment dat monniken zich merendeels terugtrekken in de beslotenheid van een klooster, is de betekenis van het woord monastiek verschoven van 'alleen levend' naar het meer algemene 'betrekking hebbend op het kloosterleven' (Israël, 2015, p. 4). Welke kenmerken heeft deze monastieke traditie en spiritualiteit?

4.1.2 Kenmerken van monastieke spiritualiteit

De deur van de Duomo in Milaan bevatte voorheen een kunstwerk dat een monnik uitbeeldde. De habijt symboliseerde de roeping tot een unieke uitdrukking van christelijk leven. De knielende houding wees erop dat een monnik iemand is die bidt en die leest en studeert ten behoeve van geestelijke groei en onderricht dat de kerk ten goede komt. De schrijfstift in zijn hand suggereert dat hij een manuscript kopieert; monniken bidden niet alleen, zij werken ook (*ora et labora*). Het kruis op de muur duidt op zowel de bron van het leven van een monnik (het sterven, de begrafenis en de opstanding van Jezus Christus) als het doel (*telos*) van zijn leven (sterven aan zichzelf in volledige overeenstemming met de Zoon van God door dagelijks zijn kruis op zich te nemen). De ascese neemt het leven niet weg, maar geeft juist leven (Peters, 2018, 1-2).

Dit kunstwerk toont een aantal wezenlijke kenmerken van het bestaan van een monnik. In een studie waarin zij monastiek pionieren verkent, schrijft Rosaliene Israël: "Hoewel de vormgeving van het monastieke leven kan verschillen, zijn er ook kenmerken die meestal overeenkomen: ze horen bij een gemeenschap of orde, ze houden zich dagelijks bezig met gebed en bezinning en ze binden zich aan de klassieke monastieke geloften van armoede (geen eigen bezit), kuisheid (celibaat) en gehoorzaamheid aan de leiding en de regel van hun gemeenschap" (Israël, 2015, p. 4). Jos Douma zet in een blog een aantal kernwoorden op een rij: "Monastiek heeft dus te maken met leven, eenvoud, verlangen, stil worden, de Heer ontmoeten, gemeenschap. En ook met waarden als gastvrijheid, aandachtigheid, verbondenheid en eenzaamheid" (Douma, blog 3-2-2016).

4.1.3 De kern van monastieke spiritualiteit

Greg Peters stelt in zijn boek *The Monkhhood of All Believers* (2018) dat de genoemde elementen niet per se 'monastiek' zijn maar gewoon goede christelijke gebruiken. Zie Jezus die de stilte opzoekt wanneer Hij de menigte en zijn leerlingen achterlaat om te bidden (Luk 5:16). En het boek Handelingen toont de ideale christelijke kerk als één waarin de leden een hechte gemeenschap met elkaar vormen en samenkomen om te mediteren en zich te wijden aan het onderwijs van de apostelen. En christenen hebben geleerd dat nederigheid een voorwaarde is voor heiligheid en zuiver geestelijk leven, omdat het onder de deugden juist zo christologisch is (Peters, 2018, p. 179). De stelling van Peters luidt: alle monniken zijn christenen en alle christenen zijn monniken. Maar wat is

hiervan het wezen? Hoewel vaak de uiterlijke vormen en met name het gebruik van ascese de aandacht trekt, zegt Peters dat het vooral gaat om één gerichtheid of doelbewust zijn (*'single-mindedness'*), om de enkelvoudige focus en niet afgeleid te worden door materiële overwegingen. Hij verwijst naar Handelingen 2 en 4 waar gelovigen materiële bronnen deelden en geestelijke praktijken gezamenlijk uitoefenden. Men moest verenigd zijn om tot het ene doel te komen: vereniging met God. Dit zien we ook in de vroegere monastiek. Een *monachos* zal zichzelf apart zetten om eenvoudig en alleen (*'simply and singly'*) te leven. Kortom, "a monk is single-minded" (Peters, 2018, p. 42). Wie monnik is wordt geestelijk gevormd om doelbewust (*single-minded*) te leven, gefocust op God, levend vanuit de volheid van de doopgelofte als priesters in het Koninkrijk van God. Wie monnik is leeft in de volheid van het christelijke leven zoals dat beschreven staat in de Bijbel en zoals het in de geschiedenis ontwikkeld is. Het betekende geestelijke vorming serieus nemen, hopen op een einde in "zalige gemeenschap" met God (Peters, 2018, p. 154).

De kern van monastiek ligt volgens Peters niet zozeer in de gemeenschappelijke vorm van het institutionele kloosterleven, maar is meer gerelateerd aan het innerlijk wezen en de gezindheid van een christen. Iemand die God doelbewust zoekt, kan dit van binnenuit doen terwijl hij of zij een actief leven leidt dat wordt onderbroken door seizoenen van contemplatie (Peters, 2018, p. 62).

De focus op geestelijke vooruitgang en vereniging met God is het doel van de monastieke traditie in de loop van de geschiedenis: "The goal of monastic life ... is to be united to God by Grace, to be 'divinized,' all of it fervor is directed toward cleansing his heart of the passions and making it a bright throne and chamber where the Holy Trinity might dwell" (Peters, 2018, p. 181, citaat van metropoliet Cyprianus van Oropos en Fili, *Monastic Life*, pp. 18-19). De ware zoektocht, waarin iemands gehele wezen is betrokken, is niet naar iets, maar naar iemand: de zoektocht naar God – dat is het begin en het einde van monastiek. Uitwendige praktijken zijn slechts hulpmiddelen tot het grotere doel van vereniging met God (Peters, 2018, pp. 181-182). Geïstitutioniseerd monastiek leven en geïnternaliseerd monastiek leven zijn twee kanten van dezelfde medaille en die medaille is het gedoopte christelijke leven. Beide zijn noodzakelijk en beide geven eer aan God (Peters, 2018, p. 183).

Ook in hoe Waaijman (2001) de Benedictijnse spiritualiteit beschrijft, vinden we de kern van het monastieke leven. De monnikengemeenschap wordt gezien als een school van waarachtig God zoeken. Gods aanwezigheid is ervaarbaar in de vredige en beschermende sfeer die de plaats en de gemeenschap ademen. Gods aanwezigheid wordt met name ervaren in de liturgie, die ten uitvoer wordt gebracht in Gods aanwezigheid, vol ontzag voor God, in de persoon van de abt, die de rol als Christus vervult en zo fungeert als tussenpersoon tussen God en mens, en in zieke mensen, jongeren en gasten. De geestelijke oefeningen zijn erop gericht om Gods aanwezigheid te proeven en om dat te leren is allereerst het gemeenschapsleven nodig. Door het gemeenschapsleven wordt zelfbetrokkenheid naar buiten gebogen, waardoor men respect voor de ander oefent en de ziel naar God toekeert. De geestelijke oefeningen volgens de Regel van Benedictus, die onder meer bestaan uit vasten, waken, *lectio divina* en gebed, "zijn gericht op de zuiverheid van hart, die ontvankelijk is voor Gods aanwezigheid" (Waaijman, 2001, p. 176). Deze zuiverheid van het hart heeft twee dimensies. Naar God toe is de ziel vervuld met ontzag, wat men leert door stilte en gebed, in gehoorzaamheid en Bijbel lezen. Naar de mens toe is ze nederig en tegelijk vervuld van een diepe vrede en vreugde. Al deze geestelijke oefeningen komen samen in de liefde, de liefde tot God en de liefde tussen de broeders (Waaijman, 2001, p. 175-176).

4.1.4 *Het monastieke leven en de Reformatie*

Luther vond het grootste bezwaar van monastieke geloften dat het impliceerde dat het evangelie niet voor *alle* gelovigen bestemd was en dat het twee klassen van christelijke discipelen creëerde. Hij concludeerde dat Gods geboden en aansporingen voor iedereen op gelijke wijze golden en dat het daarom ging om een priesterschap van alle gelovigen (Peters, 2018, pp. 84-85). Ten tijde van de Reformatie vond men het levende midden juist in 'de rechtvaardiging door het geloof in Jezus Christus', met de heiliging van het dagelijkse leven als keerzijde. Er werd toen gebroken met het monnikenleven en de vroomheid werd in het midden geplaatst van het alledaagse leven. Daar werd ruimte gemaakt voor de 'binnenkamer' (Mat 6:6), het morgen- en avondgebed, het Bijbellezende en het bidden bij de maaltijd, de huiselijke godsdienstoefening. Op deze manier werd het leven gewijd en werd er tijd en ruimte gemaakt voor de stille omgang met God. Deze vorm van contemplatie werd vanuit de methodistische traditie aangevuld met het dagelijks houden van 'stille tijd'. Eén van de kenmerken van het Calvinisme is deze gerichtheid op het dagelijkse leven. De geloofsgemeenschap werd gedragen door de vroomheid van de gemeenteleden in hun dagelijkse werk. Goed je werk doen betekent dan goede werken doen. Doordeweeks was het kerkgebouw gesloten, omdat de dagelijkse godsdienstoefening juist plaatsvond in het gezin, als het huisgezin van God (Heitink, 2007, p. 300). Het monastieke leven was door protestanten vaak verguisd, maar Peters merkt op dat die afkeuring het protestantse leven en haar praktijk ook weer heeft uitgehold. In plaats daarvan kwamen er andere vormen van geestelijke opbouw, zoals christelijke kampen en conferenties, parakerkelijke organisaties en gemeenschappen met pseudo-monastieke bedoelingen (2018, pp. 180-181).

4.1.5 *Toch bestaansrecht voor de monastieke traditie*

Tot in de middeleeuwen bleven het monastieke leven en het contemplatieve leven identiek. "Door een zekere afzondering van de wereldse beslommingen, door een ordening van de tijd en de werkzaamheden, door ascetische oefeningen, gebed, liturgie en stilte wordt een ruimte uitgespaard waar contemplatie gebeuren kan" (Waaijman, 2001, p. 342). Bij dit laatste knoopt Peters aan wanneer hij toch pleit voor bestaansrecht voor de monastieke traditie. Sommigen zijn geroepen, niet tot een ander leven, maar tot een intens 'single-minded' leven als christen. Deze mensen hebben structuren nodig om te leven vanuit deze roeping. Daarom zijn kloosters en de institutionele monastiek nodig (Peters, 2018, p. 177). De geïnstitutionaliseerde monastiek zorgt voor degenen die de gave en roeping hebben om ingesloten monniken te zijn zodat zij "kunnen verlangen naar (bezorgd kunnen zijn over) de dingen van de Heer" (Peters, 2018, p. 182-183).

Deze opmerking van Peters over het creëren van voorwaarden om te komen tot het doel, namelijk vereniging met God en dus doelbewust ['single-minded'] christelijk leven, namelijk door een vorm van ascese, is een interessant punt betreffende de verinnerlijkte spiritualiteit. Anders gezegd: om te komen tot een goed leven en tot vereniging met God, moet een mens doelbewust en gefocust zijn. En daarvoor zijn 'seizoenen' van contemplatie nodig, waar ascese – opgevat als ruimte, stilte, structuur, liturgie – een belangrijke mogelijkheid creërende voorwaarde is.

McHugh (2017) pleit ervoor te leven in een ritme en met een leefregel. Dit is van belang omdat het niet alleen om de "geest" gaat, maar om de hele persoon, die in een ritme wordt meegenomen. Een leefregel is volgens McHugh een manier om onze levens te ordenen zodat Gods gaven optimaal kunnen worden omarmd en ons bewustzijn van zijn aanwezigheid in onze alledaagse activiteiten kunnen worden bevorderd. Uiteraard is van belang dat ieder mens zichzelf afvraagt waar men

energie van krijgt en waarin rust wordt gevonden. Alleen-zijn is een mogelijkheid, maar bijvoorbeeld ook een gesprek met de juiste persoon of een activiteit die met passie kan worden gedaan (McHugh, 2017, pp. 83-87).

Kan de moderne mens voor zijn ziel en het geheel van zijn leven baat hebben bij monastieke spiritualiteit en contemplatie?

4.2 Het belang van contemplatie voor de moderne tijd

4.2.1 *Komen tot onszelf, onze vervreemding helen*

In hoofdstuk 3 is beschreven hoe gelovigen in de huidige tijd zich enerzijds bevrijd, maar anderzijds ook onzeker, kwetsbaar en gefragmenteerd voelen. Heitink (2007) voert pleidooi voor een spirituele weg zodat deze mensen tot zichzelf kunnen komen. Dit laatste is een verwijzing naar de gelijkenis van de verloren zoon, die op de vlucht voor God, zijn broer en zichzelf. “Toen kwam hij tot zichzelf”, Lucas 15. Heitink leest hierin de situatie van moderne mensen. In onze tijd met allerlei prikkels die op ons afkomen en met overvolle agenda’s, beseffen meer en meer mensen dat ze aan zichzelf voorbij leven en te weinig aandacht hebben voor wat echt belangrijk is. Vragen zoals: Waarvoor leef ik? Hoe kan ik zin en betekenis geven aan mijn leven? Wat geeft moed en wat geeft me hoop? Daarmee bedoelt Heitink “het ene nodige” (Luk 10:42) waar Maria aan de voeten van Jezus zat om naar Hem te luisteren. De Westerse mens is de weg naar buiten gegaan en heeft de wereld veroverd. Maar naar buiten toe zijn we ook buiten onszelf geraakt. We zijn wel rijker, maar niet gelukkiger geworden. We hebben volgens Heitink geloof, hoop en liefde nodig. “Dat brengt ons op een andere weg, de weg naar binnen, de weg van contemplatie, meditatie en overgave” (Heitink, 2007, p. 318). Dat is de weg van ‘verlangen, vertrouwen, verzet en vergeving’ (Houtepen, 1997, zie ook vorig hoofdstuk).

Wat houdt die weg van contemplatie in? Het begrip is afgeleid van *con* (met, samen) en *templum* (tempel, heilige ruimte). “Het is een zich begeven in een gewijde ruimte om daarbinnen iets van het goddelijke waar te nemen, te schouwen” (Heitink, 2007, pp. 298-299). Dit ‘schouwen’ “is een wijze van kennen die betrekking heeft op ‘heel de mens’, die met alle zintuigen en emoties openstaat voor het geheim van het leven dat ons begrijpen... te boven gaat” (Heitink, 2007, p. 299). Volgens Heitink is Godskennis een manier van kennen, die voortkomt uit een zich gekend weten (met verwijzing naar Psalm 139 en 1 Korintiërs 13: 12) (Heitink, 2007, p. 299).

De contemplatieve stroming is juist in onze tijd van belang, omdat we hierdoor goddelijke rust kunnen ervaren die onze vervreemding heelt. Deze treffende uitdrukking is van Richard Foster in zijn boek *“Eén Bron, zes stromen: Op zoek naar evenwicht vanuit de grote geloofstradities van de kerk”* (2007, p. 65). Hij behandelt verschillende stromingen die diverse dimensies van het geestelijke leven aanduiden, waarbij het in de contemplatieve stroming gaat om “een leven met liefdevolle aandacht voor God” (2007, p. 65). De contemplatieve beweging kan ons de weg wijzen naar een vertrouwelijkheid met God, waarin tegemoet wordt gekomen aan ons menselijk verlangen naar een vollere beleving van Gods aanwezigheid (Foster, 2007, p. 37). “Het contemplatieve leven is de vaste blik van de ziel op God die van ons houdt”. (Foster, 2007, p. 57). “Mooi van ziel” is volgens Foster een treffende manier om de contemplatieve beweging te beschrijven (2007, p. 57).

Een andere manier om te zeggen dat contemplatie onze vervreemding kan helen, is dat het integratie bevordert. In een tijd waarin het leven fragmenteert is dat van waarde. “In contemplation

we seek to draw together the divided fragments of our existence and present them to God who, in turn, finds us, restores us, and draws the pieces together.” (McHugh, 2017, pp. 77-78). In contemplatie wordt God gezocht als de rode draad in onze ongelijksoortige ervaringen, gedachten en omstandigheden. (McHugh, 2017, p. 78).

4.2.2 Wat voegt de contemplatieve traditie toe?

Aangezien onze vervreemding – een ervaring die in onze tijd en cultuur van wegvallende grenzen en moeite om het levensproject te realiseren – geheeld wordt door goddelijke rust, moet die aanwezigheid van God wel kunnen worden gevonden. Foster benadrukt nog eens dat de contemplatieve traditie het gebed niet alleen als belangrijk en goed beschouwt, maar als elementair en essentieel. Het gaat niet om de activiteit van het bidden, maar om een bewustzijn van God. Als voorbeeld hiervan noemt Foster broeder Laurentius, een eenvoudige kloosterbroeder, die een leven van ononderbroken omgang met God ontdekte: “...en ik ben er alleen maar op uit om mij steeds in Zijn heilige tegenwoordigheid te houden. Ik blijf daarin door een eenvoudige aandacht en een algemene liefdevolle blik op God... een onderhoud dat stil en zonder woorden plaatsvindt tussen de ziel en God, dat als het ware steeds doorgaat” (Foster 2007, p. 60, zie Broeder Laurentius, 2007, p. 47).

Een belangrijk element wat het verblijven bij God een christen geeft, is het aanwakkeren van het vuur van onze liefde, liefde voor God met heel je hart. “Zonder liefde vanuit het hart heb je niets. Het contemplatieve leven roept ons altijd terug naar ons startpunt, dwingt ons altijd terug naar de wortels, herinnert ons altijd aan ons fundament. Het blijft tot ons zeggen: ‘Heb Jezus lief, telkens weer opnieuw’” (Foster, 2007, p. 59). In onze tijd en cultuur waar verbinding en gemeenschap moeizaam zijn, is dit aanwakkeren van liefde een belangrijke helende factor.

De contemplatieve traditie wijst verder op een belangrijke manier hoe de omgang met God gevonden kan worden. Er moet namelijk ruimte zijn om God te zoeken. Dat is waarom nadruk wordt gelegd op de eenzaamheid van ons leven met God. Zeker is christelijke gemeenschap van belang, maar groeien in genade kan niet zonder een dosis eenzaamheid. “Dit is een rotsachtige, woestijnachtige spiritualiteit. We worden opgeroepen om het desolate, dorre landschap van de ziel te verkennen – het landschap dat de meeste mensen angstvallig vermijden” (Foster, 2007, p. 60). McHugh stelt dat het voor contemplatie belangrijk is om alleen te zijn, omdat op die wijze ruimte kan worden gecreëerd voor de aanwezigheid van een Ander, de stem van Degene die deze wereld ons mensen tot aanzijn heeft geroepen. Je gaat niet alleen weg van iets (de drukke leefwereld van uiterlijke prikkels) maar in alleen-zijn beweeg je *naar* iets, naar een ontmoeting met God die geestelijke vernieuwing voortbrengt. “When we seek him in solitude we avail ourselves of resurrection power, finding restoration that supersedes any refreshment we can find in mere privacy” (McHugh, 2017, p. 79). Het doel van alleen-zijn is ontmoeting. Het bijproduct van ontmoeting is transformatie (McHugh, 2017, p. 79).

De contemplatieve traditie maakt ervaring van Gods aanwezigheid mogelijk omdat het laat zien dat geloof niet bestaat uit alleen rationele overwegingen. Mensen zijn geneigd zich daaraan vast te houden, uit angst om een objectiviteit en onafhankelijkheid te verliezen. In de contemplatie laten we God dichtbij komen. (Foster, 2007, p. 59). McHugh benadrukt het feit dat het contemplatieve leven een spiritualiteit van luisteren omarmt. Bij dit luisteren worden alle zintuigen ingeschakeld. Zo kan in een diepe stilte meer worden bereikt dan met alleen woorden mogelijk is. “Words take us to the threshold, but only silence is able to enter the mystery” (McHugh, 2017, p. 77). McHugh citeert

Richard Rohr die opmerkt dat in contemplatie wordt afgerekend met valse stemmen (boze, angstige of negatieve gedachten), opdat men zich vervolgens identificeert met de ware Stem. Contemplatief gebed opent ons voor “het neerdalen van de tegenwoordigheid”. Dit roept het beeld op van de duif die de Heilige Geest symboliseert, die op Jezus neerdaalde toen Hij opkwam uit de rivier de Jordaen. De hemelse stem verklaarde toen: “Jij bent mijn Zoon”, en alle concurrerende identiteiten vloeiden weg (McHugh, 2017, p. 78).

4.2.3 Ervaringen opgedaan in een contemplatief leven

Foster beschrijft een aantal kenmerken en ervaringen die mensen opdoen als ze zich gaan richten op contemplatief leven (2007, pp. 57-59). Het is interessant om dit bij de interviews in het achterhoofd te houden: hebben bezoekers van Vrijdagkerk ook dergelijke ervaringen? Foster heeft het over de troostende en omarmende *liefde*, die niet langer als verdienste maar als geschenk wordt ervaren (2007, p. 57). Verder noemt hij *vrede* “die alle verstand te boven gaat” (Fil. 4: 7) en *verrukking*, te omschrijven als vriendschap, diepe blijdschap plezier en speelsheid. “God lacht in onze ziel en onze ziel lacht terug naar God” (2007, p. 58). Het tegenovergestelde van verrukking is *leegte*, zie de hierboven beschreven ook noodzakelijke eenzaamheid als een metgezel waarin we leren om alleen te zijn met God. “Terwijl verrukking een feest is, is leegte een vasten en beide zijn nodig om de ziel te doen groeien” (2007, p. 58). Foster noemt ten slotte nog de ervaring van louterend en zuiverend *vuur* dat onze haat, zonden, hoogmoed en hardnekkigheid verbrandt om ruimte te maken voor groei en bloei, het ontvangen van wijsheid, “een kennen en binnenstromen van God zelf” (2007, p. 58), en de ervaring van *verandering* van hart en wil, geest, hartstochten en verbeelding – een verandering van de persoonlijkheid naar het beeld van Christus.

4.2.4 Het belang van de introverte weg in onze extraverte tijd en cultuur

Contemplatie heeft een introvert karakter en het is in onze tijd en cultuur, die extravert is en de weg naar binnen en naar God moeilijk kan vinden, belangrijk om daaraan aandacht te besteden. Jos Douma wijst terecht aan dat in de christelijke spiritualiteit twee bewegingen van de Geest zijn te onderscheiden: de uit-bundige richting van de charismatische beweging én de in-bundige richting van de contemplatie (Douma, blog 23-2-2018). Bovendien kunnen introverten (een niet te veronachtzamen gedeelte van de mensheid) zich slecht vinden in extraverte vormen en beleven het geloof beter op introverte wijze. Over het introverte karakter van contemplatie schrijft Adam McHugh in zijn boek *“Introverts in the church; finding our place in an extroverted culture”* (2017). Contemplatie spreekt mensen aan die voelen dat hun hart het uitschreeuwt naar focus en diepgang die het moderne leven niet biedt (McHugh, 2017, p. 76). Maar de indruk is sterk dat het geheel van de extraverte cultuur baat heeft bij momenten van introversie en contemplatie.

4.3 Monastiek en missionair

De monastieke spiritualiteit kan een belangrijke bijdrage leveren aan het welzijn van de ziel in de moderne tijd. Vrijdagkerk wil zich hiervoor inzetten, niet alleen voor kerkmensen, maar juist voor alle zielen. Vrijdagkerk mag op deze wijze onderdeel zijn van de missionaire gemeente, dat wil zeggen: de gemeente die zich laat meenemen in de missie van God om alle volkeren te zegenen. Omdat de missionaire gemeente een plaats is waar het evangelie klinkt (en wordt bezongen in de lof op God)

én wordt geleefd in liefdevol omzien naar de naaste en op die wijze uitstraling heeft, is zij een plaats van hoop. Deze paragraaf verkent de missionaire potentie van de monastieke spiritualiteit.

4.3.1 De missionaire kracht van de monastiek

De vraag naar missionaire potentie vinden we ook sterk bij Jos Douma. In een blog (2015) schrijft hij dat het er soms op lijkt dat het missionaire verlangen zich met name naar 'buiten' richt terwijl het monastieke verlangen zich juist naar 'binnen' keert. Douma vraagt zich af of dit beeld wel klopt. Kan het monastieke verlangen niet juist aanknopingspunten bieden voor missionaire presentie? Het element van de monnik spreekt hem met name aan omdat hij gelooft dat de kerk vandaag in deze spirituele tijd met haar spirituele zoekers, relevant kan zijn door de trekken van een klooster aan te nemen. Kerkmensen en spirituele zoekers trekken massaal naar kloosters en andere monastieke oorden, op zoek naar wat ze in de kerk niet zo vaak vinden: "rust, stilte, bezinning, verinnerlijking, intieme gemeenschap, eenvoud, meditatief leven" (Douma, 2015). Mensen die zich laten raken door tekenen van het koninkrijk van God als eenvoud, stilte, gebed, aandachtigheid, innerlijkheid, rust, vergeving, kunnen van diepgaande betekenis zijn voor hun directe omgeving en voor de samenleving. (Douma, blog 19-4-2015)

Douma was aangesproken door een verwoording in de proloog van een cisterciënzer kloosterdocument (*Ratio Institutionis*): "Het doel van de monastieke weg is een groeiende omvorming van de persoon tot gelijkenis met Christus door de werking van Gods Geest". De monastieke spiritualiteit biedt volgens hem veel inspiratie voor het diepe discipelschap dat nodig is om op een betekenisvolle manier missionair present te zijn in de samenleving. Veel kerkelijke aandacht voor missionair zijn en voor discipelschap is toch gauw weer activistisch en programmatisch en daardoor misschien gekenmerkt door gebrek aan 'ziel', aldus Douma. "Zou het monastieke onderscheid tussen enerzijds het 'actieve leven' en anderzijds het 'contemplatieve leven' ons niet kunnen leren dat we vandaag de dag misschien vooral nood hebben aan die contemplatieve dimensie?" (Douma, blog 9-6-2015). Douma suggereert dat kerkmensen moe kunnen zijn van het activisme. "We willen weer contact krijgen met onze diepste verlangens, niet weer ingeschakeld worden voor een missionair event. We willen wat meer rust en stilte en niet opnieuw een prikkelbombardement. We willen wat minder van onszelf en wat meer van de Heer. En de Heer, die fluistert. Daar moet je een beetje stil voor worden. En dat moet je oefenen" (Douma, blog 3-2-2016). En misschien ligt juist daar wel de behoefte van heel veel zoekers die we met ons missionair zijn willen bereiken, aldus Douma (blog 3-2-2016).

In een lezing spreekt Douma over het in de praktijk brengen van de missie van Gods Koninkrijk: goed doen door Jezus te kennen, op Jezus te lijken en op de manier van Jezus relaties aan te gaan. Dat heeft verlossende kracht. "Want dit is het waar mensen ten diepste naar op zoek zijn: verbondenheid, gezien worden, gekend worden, onvoorwaardelijk aanvaard worden in hoe je op dat moment bent" (Douma, 2010, p. 11). De titel van de lezing is het beeld dat Douma hierin zeer aanspreekt: *de hemelse omhelzing*. Typerend is ook het verhaal waarmee hij deze lezing begint: over een man die bij een beeld van de gekruisigde Christus ging zitten, een half uur lang, en niets deed. Op de vraag wat hij daar eigenlijk deed, antwoordde hij: Hij kijkt naar mij, en ik kijk naar hem, en dat is genoeg (Douma, 2010, p. 1).

4.3.2 Focus op doxologie

In zijn boek *“Vreemdelingen en Priesters”* (2015) noemt Stefan Paas dat kerken de kloosterkaart mogen trekken, waarmee hij heil ziet in een zogenaamde ‘intensieve cultuur’ zoals die ook bij kloosters te vinden zijn (Paas, 2015, p. 77), en waarvan de kern doxologie is. Paas gelooft dat in deze tijd missionaire methoden om de wereld te ‘veroveren’ of te ‘transformeren’ niet vruchtbaar zijn (Paas, 2015, p. 118). Paas pleit daarom o.a. voor het versterken van spiritualiteit, en de kern van een missionaire spiritualiteit omschrijft hij als: “Christenen ademen Gods liefde in en uit: aanbidding en zending zijn twee kanten van dezelfde medaille” (Paas, 2015, p. 122). Wat de kerk in deze tijd te doen staat is belangeloze naastenliefde én God aanbidden en eren in alles wat we doen. “Voor de kerk betekent dit een vernieuwde aandacht voor de liturgie, voor sacramenten en de gemeenschap” (Paas, 2015, p. 123). We horen hierin het belang van aandacht voor de binnenkant van het geloof, Gods liefde inademen, voorafgaande aan en gepaard gaande met de beweging van liefde naar buiten, Gods liefde uitademen.

Paas spoort de kerk aan om priester te zijn: “als een heilig koninkrijk van priesters vertegenwoordigt de kerk God bij de mensen en de mensen bij God” (Paas, 2015, p. 190). De beweging om namens de mensheid voor God te verschijnen betekent naar het idee van Paas dat het hart van gemeentezijn gevonden wordt in de doxologie, de lofprijzing. Eredienst en liturgie is de meest zichtbare, gestructureerde en openbare gestalte van het priesterschap van de kerk (Paas, 2015, p. 191). “Volgens de eerste brief van Petrus bestaat de kerk niet om de wereld te veranderen of om steeds groter te groeien. ‘De kerk is er om de grote daden (of ‘deugden’) van God te verkondigen’ (2:9)” (Paas, 2015, p. 235).

In deze woorden van Paas valt te beluisteren dat het kerk-zijn niet een bepaald extern effect moet hebben, maar dat zij zich richt op haar kern: de aanbidding van God, de ontmoeting met God. Die elementen kunnen ook in de monastieke en contemplatieve traditie worden gevonden. De plaats van ontmoeting moet gecreëerd worden en daarvoor blijken monastieke vormen geschikt.

4.3.3 Een huis voor de ziel

Henk de Roest beschrijft in zijn boek *“Een huis voor de ziel”* (2010) de overtuiging dat eerst een gezamenlijke weg naar binnen nodig is om de weg naar buiten te kunnen gaan. Een kerk dient de weg naar binnen te maken om weer in contact te komen met haar eigen bronnen. Want het kan niet zonder bezieling, zielzorg, spiritualiteit. “Er is een gezamenlijke, innerlijke concentratie nodig. Concentratie betekent hier letterlijk ‘samen zijn rond het centrum’” (De Roest, 2010, p. 17). Het gaat God namelijk bovenal om zielen en dan is het nodig om als kerk te leven vanuit ‘de eerste liefde’ (1 Joh 4:19) en dat samen te ervaren en te communiceren, zodat daar in woord en daad op verschillende plekken uiting aan wordt gegeven (De Roest, 2010, pp. 12-13).

Kerkmensen kunnen alleen doorgeven wat ze zelf ontvangen hebben. De Roest pleit ervoor om prioriteit te geven aan de ontwikkeling van de spiritualiteit van kerkmensen. “Wanneer mensen in die ruimte worden binnengeleid en in de geheimen van genade en ontferming, vergeving en opstanding, ziel en God worden ingewijd, kunnen ze als ingewijden naar buiten gaan” (De Roest, 2010, p. 18).

De kerk mag een plek zijn om de ziel te bewaren. Met andere woorden een plek om geraakt te worden door de ander, door de Ander. Die ruimte is de kerkplek, waarbij een receptieve grondhouding nodig is: het vermogen om aangesproken te of geraakt te worden (De Roest, 2010, pp. 15-16). De sterkste spiritualiteit komt volgens hem op “in een meditatieve, lyrisch-zingende,

luisterende, poëtische, schilderende en telkens opnieuw ontdekkende omgang met de geschriften van Tenach en Evangelie, Oude en Nieuwe Testament en in het samen vieren van de maaltijd van de liefde” (De Roest, 2010, p. 13). De Roest roept kerken op om te doen aan ‘*soulfilling ministry*’ (De Roest, 2010, p. 14). Deze kerkplekken zijn dan huizen voor de ziel. Een initiatief als Vrijdagkerk kan worden beschouwd als zo’n kerkplek. De nadruk hoeft volgens De Roest bij een kerkplek niet te liggen op management of het opbouwen van een bestendige organisatie, want dan loopt zij het risico haar innerlijke kern te verwaarlozen. Belangrijk is de vraag wat betekenisvol is op een bepaald moment. (De Roest, 2010, p. 27). Het mag pril en kwetsbaar, open experimenteel, tentatief, intens, groeiend in aantal mensen dat meedoet en weer krimpend, uitdijend en indikkend, stollend en vloeibaar. De innerlijke kern blijft uiteraard belangrijk: het is een plaats waar mensen elkaar ontmoeten en zich met elkaar verbonden weten en met de Bijbel. De verbinding kan dan qua intensiteit wel verschillen, maar Jezus vormt in al deze verbindingen de ‘onherleidbare inspiratie’ van de kerk (De Roest, 2010, pp. 18-19). Voor wat betreft de identiteit van deze kerkelijke huizen voor de ziel zal volgens De Roest de focus liggen op de openheid voor de Bijbel, de hierin naar voren komende persoon van Jezus Christus en de wetenschap van Gods bezig zijn met de wereld in geschiedenis, heden en toekomst. Deze kerkplekken staan met elkaar in verbinding door Jezus zelf. Hij is het meest specifieke van de kerk. In alle hedendaagse vormen van kerk-zijn gaat het dan ook elke keer om de mogelijkheid van een bezielende ontmoeting met Jezus Christus (De Roest, 2010, pp. 109-110).

4.3.4 Training van verlangen

Herman Paul schrijft in zijn boek “*De slag om het hart*” (2018) over een belangrijk kenmerk van deze tijd: secularisatie (zie hoofdstuk 3). Hij zegt met Augustinus dat mensen worden gedreven door hun verlangens. In deze tijd merken we dat er aan ons getrokken wordt om onze verlangens te vervullen in het *saeculum*, in deze tussentijd. Dit is niet iets wat alleen bij niet-gelovigen speelt, maar juist ook bij kerkmensen. Daarom raken ook zoveel mensen van het geloof af. Het verlangen naar God is vervangen door allerlei andere verlangens naar geluk, welvaart, gezondheid. Wat kan er nu voor zorgen dat ons verlangen weer meer op God wordt gericht? Daar vindt immers ons hart rust volgens Augustinus. We moeten ons in onze ijver niet laten bedwelmen door een streven naar controle dat haaks staat op de christelijke belijdenis dat alleen God *in control* is. We mogen juist leren leven in vertrouwen op God die zich in Christus laat kennen (Paul, 2018, pp. 90-91). Wij mensen komen tot onze bestemming als wij bij Hem houvast zoeken. Het gaat er niet om wat mensen hebben, doen of denken, maar op wie zij vertrouwen (Paul, 2018, pp. 65-67). Het komt erop aan God te leren vertrouwen en op dat doel is christelijke karaktervorming gericht. Karaktervorming is een ‘training of desire’. (Paul, 2018, p. 88) Gelovigen moeten hierdoor afleren hun verlangens op namaakgoden te stellen en hun wil aanleren hun verlangens te richten op Hem in wie het menselijke verlangen tot rust komt – aldus Augustinus (Paul, 2018, p. 85). Christenen leren wat het inhoudt om christen te zijn door te participeren in de gemeente (Paul, 2018, p. 88).

De belangrijkste plaats om karakter te oefenen is volgens Paul het klooster. Daar gaat het om geestelijke oefeningen, met hun poging tot zuivering van het verlangen, het belang van discipline, in gehoorzaamheid aan de abt, een liturgie die mensen vormt in de taal van de kerk en een heiligenkalender die voorbeelden aanreikt van levens dicht bij Christus. Verder is het levensritme dat door de getijden wordt gemarkeerd, iets wat het klooster tot een andere plek maakt. De

kloosterlingen onderbreken hun werkende leven op geregelde tijden om hun hoop op God in woord en lied te belijden (Paul, 2018, pp. 89-90).

Naast het klooster noemt Paul de kerk in het algemeen, als oefenplaats waar mensen elkaar, door te bidden, te lezen en te vieren, helpen zien dat hun verlangen uiteindelijk alleen door God gestild kan worden. (Paul, 2018, p. 20). Want geestelijke groei is geen kwestie van wil, maar van verlangen dat gewekt, gevoed en onderhouden moet worden (Paul, 2018, pp. 70-71, met verwijzing naar Rowan Williams). “Woord en sacrament, lied en gebed, kerkelijke architectuur en liturgische kalenders roepen de mens een *sursum corda* (‘het hart omhoog’) toe” (Paul, 2018, p. 12). Daarom noemt Paul de liturgie en in het bijzonder het zingen van de Psalmen als een belangrijk element. De liturgie biedt gemeenschappelijke en fysieke rituelen die onze verlangens vormen (Paul, 2018, p. 102). En daarvoor hebben vooral de Psalmen het vermogen. Zij staan vol van verlangen naar God. We zingen een Psalm niet uit maar in (Paul, 2018, p. 58). Juist het zingen van de Psalmen brengt de affecten die in het psalter besloten liggen – het verlangen van de psalmdichter naar ‘de levende God’ (Ps. 42: 3) – op zo’n manier in beweging, dat ons eigen hart kan gaan meetrillen. Muziek stelt de verlangens die in het psalter besloten liggen present in het hier en nu (Paul, 2018, pp. 109-110).

4.3.5 *Lectio divina als missionair instrument*

Douma is met name geraakt door en enthousiast over *lectio divina*. Hij is ervan overtuigd dat deze manier van lezen een grote bijdrage kan leveren aan hernieuwde omgang met woorden van God (Douma, *Verlangen naar het goede leven*, 2016, p. 72). Dit is dan ook een belangrijk bestanddeel van Vrijdagkerk. Ik licht dat er nu nog even uit. *Lectio divina* is Bijbellezen met het oog op ontmoeting met God in het hier en nu. Het is een vorm van contemplatief Bijbellezen, waarbij het niet gaat om het vergroten van inzicht in en het verrijken van je kennis over de tekst, maar waarin de tekst wordt benaderd als een woord dat in het hier en nu beluisterd wil worden als Gods eigen stem op dit moment (Douma, blog 6-3-2019).

Enerzijds is een sfeer van aandachtigheid nodig en moet je omringd zijn door stilte en rust, willen de gelezen woorden echt binnen kunnen komen. (Douma, 2016, *Verlangen naar het goede leven*, p. 72) Anderzijds levert *lectio divina* ook rust, focus en de dimensie van het hart op (Douma, 2017, 14). Het is Bijbellezen met je hart (Douma, 2016, p. 73).

Voor *lectio divina* is het belangrijk om langzaam, liefdevol en luisterend te leren lezen. De kern van *lectio divina* bestaat uit vier stappen: *lectio* (lezen), *meditatio* (overdenken; het gelezene persoonlijk maken, verstand en gevoel met elkaar verbinden), *oratio* (bidden; het overdenken gaat over in dialoog) en *contemplatio* (aanschouwen; voorbij de woorden tot rust komen in de Gods genadige aanwezigheid, die gekleurd wordt door wat er net is gebeurd in lezing, overdenking en gebed). Naast deze vier woorden plaats Douma nog vier anderen. *Contemplatio* kan de indruk wekken dat *lectio divina* altijd een ervaring van schoonheid, vreugde en rust is. Maar er kan ook aanvechting komen, *tentatio*. Gods woorden kunnen tegenspreken, scherp zijn, haaks staan op je leven en roepen om bekering. *Lectio silentio* is nodig, want alleen in de ruimte van de stilte komen woorden tot klinken. Bij de *meditatio* gaat het om het voor jezelf overdenken van de woorden van God, en het is goed als dit wordt aangevuld met gezamenlijke overdenking in de *collatio*. En ten slotte heeft het gebed als aanvulling nodig dat je in actie komt, de *actio*. Een ander passend woord is: *incarnatio*, vleeswording (Douma, 2016, pp. 75-81).

Een hart vol vrede, dat is vooral de ervaring die het beoefenen van *lectio divina* op het oog heeft. Dat we ontdekken 'dat God aanwezig is, dat Hij spreekt, dat wij ook tot Hem mogen spreken, en dat we eenvoudigweg tot rust mogen komen bij Hem' (Douma, 2016, p. 77).

Douma is aangesproken door een uitdrukking van een Belgische monnik, Benoit Standaert, dat we mogen leren om in de Jezus-ruimte te zijn. Douma pleit voor een contemplatieve christologie. Daarbij gaat het om de ontmoeting met Jezus. Die ontmoeting gebeurt in de Jezus-ruimte, en die ruimte kan toegesloten zijn, maar kan ook geopend worden door bijvoorbeeld *lectio divina* (Bernardus & Douma, 2017, pp. 15-16).

Contemplatio heeft betrekking op de werkelijkheid die in Psalm 27 wordt uitgedrukt: het zoeken en ervaren van de aanwezigheid van God, het zien en het aanschouwen van zijn lieflijkheid, het wonen in zijn nabijheid. Verder noemt Douma in zijn bespreking van contemplatie elementen die we al eerder tegenkwamen: het gaat om Gods aanwezigheid die wordt ervaren, om aandachtigheid tot en in die ervaring, om transformatie. Dat laatste is dan weer de parel die Douma ontdekte in het cisterciënzer document: wij veranderen naar het beeld van God langs de weg van de contemplatie: het aandachtig aanwezig zijn in Gods aandachtige aanwezigheid die vol is van zijn glorie. En dat is beslist missionair, want zo worden kerken en mensen die aandachtige aanwezigheid cultiveren steeds meer een plek van Gods liefdevolle tegenwoordigheid in een wereld die hongert en dorst naar het leven in al zijn volheid (Douma, blog 6-3-2019).

4.4 Kern, vorm en effect van de monastieke spiritualiteit

De monastieke spiritualiteit kan worden weergegeven door kern, vormen en effecten te beschrijven. Vormen zijn nodig om te komen tot de beleving van de kern (de inhoud). En zodra je bij de kern komt, levert dat een aantal effecten op. Deze drie kernwoorden nemen we mee naar het veldonderzoek onder bezoekers van Vrijdagkerk.

Als *kern* kan worden genoemd: God ontmoeten en in Zijn aanwezigheid verkeren. Om tot deze ervaring te komen zijn bepaalde *vormen* noodzakelijk of behulpzaam. Als eerste is te noemen: de liturgie als geheel. Contact met God wordt gezocht in Schrift en gebed, maar om hiervoor ontvankelijk te zijn is aandacht nodig. Om tot aandacht te komen en deze vast te houden kent de monastieke traditie eenvoud, ruimte, structuur en stilte. Een tweede element waardoor de mens in Gods aanwezigheid komt is de onderlinge gemeenschap: het gemeenschapsleven trekt de ziel naar God en in de ander wordt Christus ontmoet. De ontmoeting met God heeft ten slotte *effect*. Dit kan omschreven worden met de volgende: vrede en rust wordt ervaren, liefde wordt aangewakkerd, niet alleen het verstand, maar vooral het hart wordt geraakt, door gebed komt men tot bewustzijn van God, een persoonlijke geschiedenis met God wordt opgebouwd, en ten slotte kan integratie worden gevonden en transformeert de persoon tot gelijkenis met Christus.

Het bovenstaande houden we in gedachten en in het veldonderzoek bezien we hoe de drie volgende kernwoorden al of niet herkend worden door de bezoekers van Vrijdagkerk:

- *de kern*; een ontmoeting met God en in Zijn aanwezigheid zijn,
- *vormen* (om tot de kern te komen); aandacht / focus, plaats of ruimte, structuur/ritme, liturgie en gemeenschap, stilte.
- *effecten van een ontmoeting met God*; Vrede, hart wordt geraakt, integratie, transformatie.

Hoofdstuk 5 Onderzoekresultaten

In dit hoofdstuk wordt geprobeerd een antwoord te vinden op deelvraag vier van dit onderzoek: *Welke (spirituele) behoeften hebben de bezoekers van Vrijdagkerk, wat vinden zij daar?*

5.1 Verantwoording onderzoeksmethode

Er is gekozen om een kwalitatief onderzoek te verrichten, om zodoende de behoeften van de bezoekers te peilen. Om tot een antwoord te komen op deze vragen, is een veldonderzoek gedaan onder de bezoekers.

Onderzoekspopulatie en respons

Aangezien Vrijdagkerk bestaat uit vijf onderdelen, te weten: stilte (en psalmen lezen), ontmoeting, *lectio divina*, lunchpauzedienst en lunch, is er voor gekozen om per onderdeel twee mensen te interviewen. In totaal zijn er dus tien bezoekers geïnterviewd. Op een populatie van zo'n veertig bezoekers van Vrijdagkerk die soms of met regelmaat komen, is dat een respons van 25%.

Bij deze tien bezoekers zijn half gestructureerde diepte-interviews afgenomen aan de hand van een vragenlijst die ingedeeld was naar aanleiding van thema's. Deze thema's komen voort uit het literatuuronderzoek. (In de volgende paragraaf wordt een toelichting gegeven op hoe deze vragenlijst tot stand is gekomen.) Dit structureerde het interview terwijl er op die manier ook ruimte was voor de eigen inbreng van bezoekers.

Aangezien Vrijdagkerk niet een heel groot aantal bezoekers heeft, zijn de meeste bezoekers wel bekend bij de opdrachtgever of de koster. Aan hen is om namen gevraagd van mensen die benaderd konden worden als vertegenwoordigers voor de verschillende onderdelen. Tegelijk is tijdens de 'participerende observatierondes' ook contact gelegd met diverse bezoekers. Het belangrijkste was dat de geïnterviewden de vragen konden beantwoorden als bezoeker en niet als medewerker/vrijwilliger van Vrijdagkerk. Vandaar dat de voorkeur lag op het vinden van geïnterviewden die 'slechts' bezoeker waren. Het eerste onderdeel 'stilte' kent maar enkele bezoekers die zich in deze categorie bevinden. Met name is geprobeerd om mensen van verschillende leeftijd te interviewen, maar de praktijk wees uit dat de populatie in dit opzicht niet erg gevarieerd was. Er zijn meer vrouwen geïnterviewd dan mannen, aangezien er ook meer vrouwelijke bezoekers zijn. Meerdere bezoekers zijn lid van de Plantagekerk. Soms is er toch gekozen om een ander te interviewen dan die aangedragen werden, om juist ook meer mensen te spreken van buiten de Plantagekerk. Tijdens de interviews zijn geluidsopnames gemaakt die na afloop woordelijk zijn getranscribeerd in een verslag.¹ De interviews zijn geanalyseerd door fragmenten uit de interviews te coderen. Als leidraad is hiervoor gebruik gemaakt van de thematische analyse beschreven door Verhoeven in haar boek 'Wat is onderzoek?' (2018⁶, pp. 317-319).

De onderzoekspopulatie bestaat uit de bezoekers van Vrijdagkerk die de verschillende onderdelen bezoeken. We gaan uit van een totale populatie van zo'n 40 bezoekers van Vrijdagkerk die soms of met enige regelmaat komen. Hiervan hebben tien bezoekers meegedaan aan de interviews. Hiermee komt de respons uit op 25%.

¹ Deze interviews zijn i.v.m. privacy niet opgenomen in de bijlagen, maar op te vragen bij mij.

Betrouwbaarheid en validiteit

Het is lastig om een precieze inschatting te maken van de betrouwbaarheid van dit praktijkonderzoek. In dit onderzoek wordt namelijk de ervaring/beleving van de bezoekers van Vrijdagkerk onderzocht. Hierdoor is het lastig om het materiaal met elkaar te vergelijken. De ervaring/beleving van deze bezoekers (of andere bezoekers) kan op een ander moment in de tijd anders zijn. Tevens werd het onderzoek door één persoon uitgevoerd. Hierdoor zijn de uitkomsten mogelijk beïnvloed door mijn mening als onderzoeker. Om te komen tot een zo hoog mogelijke betrouwbaarheid is er voor gekozen om opname apparatuur te gebruiken en de interviews woordelijk uit te werken. Verder is geprobeerd om bij de uitnodiging van de interviews helder uiteen te zetten wat het doel is van het interview en wat de vraagstelling is van het onderzoek. Voordat het interview begon, werd nog eens uitgelegd wat de bedoeling was van het interview (dit gedeelte is niet opgenomen). Tevens werd geprobeerd om de respondent zich op zijn of haar gemak te laten voelen. Er zou ook een proefinterview plaatsvinden. Dit kon echter door omstandigheden niet doorgaan. Enkele vragen van het interview zijn echter ook al uitgetest in gesprekken die hebben plaatsgevonden met de initiatiefnemers.

5.2 Verantwoording vragenlijst

Bij het samenstellen van de vragenlijst is er allereerst gekeken naar wat er aan thema's opgekomen is vanuit de literatuur. Vanuit hoofdstuk 3, dat gaat over de maatschappelijke en culturele ontwikkelingen die onderscheiden kunnen worden, zijn dit de volgende thema's:

- *individualisatie en eigen levensproject maken,*
- *fragmentatie,*
- *wegvallende grenzen,*
- *zoeken naar houvast,*
- *economisering van de samenleving,*
- *secularisatie van verlangen.*

Vanuit hoofdstuk 4 dat gaat over monastieke spiritualiteit / elementen en hoe dit theologisch kan worden verwoord, gaat het om de volgende thema's:

- *de kern; een ontmoeting met God en in Zijn aanwezigheid zijn,*
- *vormen (om tot de kern te komen); aandacht / focus, plaats of ruimte, structuur/ritme, liturgie en gemeenschap, stilte.*
- *effecten van een ontmoeting met God; Vrede, hart wordt geraakt, integratie, transformatie.*

Bij het samenstellen van de vragenlijst heb ik ervoor gekozen om de bovenstaande thema's niet expliciet te benoemen, omdat dit te technisch zou lijken voor de geïnterviewden. Daarom is ervoor gekozen om andere vragen te stellen, maar wel met deze thema's in het achterhoofd, zodat hierop kon worden doorgevraagd.

Er is gevraagd naar de frequentie van bezoek en de keuze van de onderdelen, naar de al of niet christelijke achtergrond en eventueel betrokkenheid bij een kerk, naar de dagelijkse levensomstandigheden (werk en gezin). Vervolgens is ingegaan op de motivatie om naar Vrijdagkerk komen en juist de onderdelen te bezoeken die men bezoekt, wat men zoekt, wat er aanspreekt en wat men beleeft, of men voorbeelden kan geven van wat men bij Vrijdagkerk heeft ervaren, wat zij hebben geleerd. Er is gevraagd hoe zij zelf vormgeven aan hun geloof, wat nodig is om het geloof te voeden, hoe zij in hun dagelijkse leven omgaan met wat zij bij Vrijdagkerk hebben ontvangen en of

het verschil gemerkt. De vraag is gesteld of de geïnterviewden introvert of extravert zijn, of zij iets hebben met het kloosterleven. Gevraagd is naar de beleving van deze plek, ruimte, of ze zich thuis voelen, of zij hier geraakt of gevuld kunnen worden. Ten slotte is gevraagd naar het tijdstip waarop de elementen van Vrijdagkerk plaatsvinden en of zij nog iets zouden willen toevoegen aan Vrijdagkerk.

In bijlage 1 vindt u de vragenlijst.

5.3 Analyse resultaten

In deze paragraaf wordt stilgestaan bij de belangrijkste resultaten uit de interviews. Eerst volgt een beschrijving van de achtergrond van de bezoekers. Vervolgens worden we de reacties van de bezoekers verwerkt naar elementen van Vrijdagkerk: Stiltemoment, *Lectio divina*, Ontmoeting, Lunchpauzedienst, Lunch. Daarna wordt aan de hand van de thema's die vanuit het literatuuronderzoek naar voren zijn gekomen (zie hierboven), de resultaten van de interviews benoemd. En ten slotte worden nog enkele andere belangwekkende zaken benoemd die in de antwoorden werden aangegeven.

Niet alle elementen van Vrijdagkerk zijn expliciet monastiek maar meer algemeen christelijk te noemen. Toch heb ik het goed geacht om deze onderdelen, zoals de LPD, mee te nemen in deze analyse.

5.3.1 Achtergrond bezoekers

De gemiddelde leeftijd van de respondenten is bijna 57 jaar. Onder de geïnterviewden waren twee dertigers, één veertiger, twee vijftigers, drie zestigers en twee zeventigers. Dit is wel representatief voor de bezoekers die in het algemeen komen. Hierbij zijn de jongste drie personen bij het stiltemoment en *lectio divina* te vinden. Hieronder staat een tabel waarin een overzicht wordt gegeven van de respondenten met hun corresponderende leeftijden, afgerond op tientallen. Dit is afgezet tegen de verschillende momenten die ze meestal bezoeken. De jongere respondenten bezoeken meer het begin van de vrijdag. De tweede helft van de vrijdag wordt meer door oudere respondenten bezocht.

Onderdelen → Respondenten ↓	Stiltemoment (incl. psalmen Lezen)	Ontmoeting	<i>Lectio divina</i>	Ontmoeting	Lunchpauze- Dienst	Lunch (of koffie)
30 Resp. 2	X					
30 Resp. 4	X					
40 Resp. 9		X	X	X		
50 Resp. 8		X	X	X		
60 Resp. 3		X	X	X		
60 Resp. 7			X	X	X	L
60 Resp. 1				X	X	L
70 Resp. 10				X	X	K
70 Resp. 6					X	K
50 Resp. 5					X	(K)

Qua geloofsachtergrond zijn drie respondenten actieve leden van de Plantagekerk, één is lid van de Nederlands Gereformeerde Kerk, één is betrokken bij een 'woon- en geloofsgemeenschap', twee zijn lid bij de VEZ (Vrije Evangelisatie Zwolle), één is lid bij de PKN maar bezoekt diensten elders, één bezoekt wel diensten op diverse plekken en één noemt zichzelf geen christen, maar wel religieus.

Vijf respondenten zijn opgegroeid met kerk en geloof, vier respondenten zijn op latere leeftijd met geloof in aanraking gekomen en één respondent noemt zichzelf niet per se christen.

Twee respondenten hebben een Rooms Katholieke achtergrond en zijn afgehaakt na het vormsel.

De jongste vier respondenten hebben een gezin met kinderen. Drie andere respondenten zijn getrouwd. De overige drie zijn alleenstaand (of gescheiden of weduwe), waarvan één van de zonder vaste woon- of verblijfplaats.

Werk: één respondent werkt fulltime, vier werken parttime waarvan één onbetaald werk verricht. Eén respondent ontvangt geen inkomen en vier respondenten zijn met pensioen.

5.3.2 Resultaten naar elementen van vrijdagkerk

Stilte en rust

Een respondent geeft aan dat hij voor het stiltemoment komt om zelf stil en rustig te worden; rust en stilte te midden van de hectiek van het leven. “Gewoon stil worden, rustig worden, bidden Bijbellezen, bidden” (pers. comm 23-4-19). Hier op deze plek is het mogelijk om aandacht voor God te hebben. Dit lukt elders niet of lastig. Het verrijkt het geloofsleven en de relatie met God. Een moment jezelf stil zetten waar normaal gesproken geen tijd voor is. Tijd aan God geven in een moment van stilte en rust.

Een andere respondent die het stiltemoment bezocht (met name om het moment van psalmen lezen) gaf aan ‘even rust en stilstaan’ te ervaren. Echt alleen stiltemoment zou haar niet trekken. Het is juist de combinatie met het samen kunnen delen, wat haar raakt. Doordeweeks komt het er niet van om stil te worden. “Zo’n moment helpt om echt even tot rust te komen en écht even los te laten, want het hoofd blijft altijd bezig” (pers. comm. 25-4-19). Ook letterlijk stilstaan. Het geeft rust als bodem voor de dag. De respondent geeft aan dat ze erachter is gekomen dat dit werkt om tot rust te komen. Een soortgelijke ervaring had de eerstgenoemde respondent die aangaf dat hij iets zocht als aanvulling, invulling van zijn geloofsleven. Hij heeft het gewoon geprobeerd en toen bleek dat het goed beviel. Een andere respondent die ook de stilte destijds wel bezocht heeft, gaf aan dat het een plek was om even adem te komen halen. “Echt even stilte. Even aarden om de rest van de dag door te komen” (pers. comm. 3-5-19). Even tien minuten, een kwartiertje zitten in de stilte. Nu vindt ze die stilte bij *lectio divina*.

Lectio Divina

Lectio divina was helemaal nieuw voor twee respondenten. De andere twee respondenten gaven aan dat ze beseften dat ze deze manier van lezen al eens hadden geleerd of zichzelf hadden aangeleerd. Je hoeft dan even niets. Een respondent geeft aan dat ze rust en inzicht vindt. Ze vindt het fijn om in alle rust met tekst bezig te zijn en op je in te laten werken. Twee respondenten verwoorden het zo dat ze hier God ontmoeten of dat ze hopen iets van hem te mogen leren. Een ander verwoordt het als volgt: “*Lectio* is gewoon puur het Woord, maar meer met diepgang” (pers. comm. 23-4-19). Drie respondenten vinden het mooi en leerzaam om in het moment van delen daarna van een ander te horen wat heeft geraakt. Eén van hen zei: “Door wat de ander heeft aangesproken, komt er weer een boodschap voor mij. Je leert van elkaar, de tekst krijgt meer inhoud, de tekst wordt er voller van. Heel kostbaar” (pers. comm. 24-4-19). Door twee respondenten wordt aangegeven dat het prettig is dat je er geen mening over hoeft te hebben of over hoeft na te praten (‘napraten’ is iets anders dan ‘delen’). De respondent die kwam voor het stiltemoment met psalmen lezen, gaf iets soortgelijks

aan: “Het is een andere manier van Bijbellezen. Zo ontdek je nieuwe dingen. De teksten komen anders binnen dan bij Bijbelstudie, daar is vaak discussie. Hier gaat het meer om dat het er mag zijn en wat het betekent voor je” (pers. comm. 25-4-19). De vierde respondent vond *lectio divina* het meest verdiepend van de onderdelen die bezocht werden. Dat je aan één woord of zin tijd kan besteden. Deze respondent vond het met name fijn dat er ruimte is om zélf wat te delen van eigen gedachtengoed.

Verder wordt gezegd dat de rust, de korte duur en de stilte meerwaarde heeft. Ritme en structuur helpen om niet snel afgeleid te worden. Door herhaling krijgt het veel meer impact. Sommigen noemden dat dit een nieuwe vorm is en daarom interessant om te proberen. Soms wordt het ook wel als lastig ervaren om zich te concentreren; de oefening is daarom wel eens moeilijk.

Alle vier respondenten geven aan dat ze de combinatie van *lectio divina* en de ontmoeting met andere geloofsgenoten waarderen.

Twee respondenten komen naar *lectio divina* om voor zichzelf iets te halen, voeding te ontvangen. Zij worden hierdoor toegerust, omdat ze een taak in de gemeente hebben waarin ze veel uitdelen aan anderen. Daarom is het essentieel voor hen dat ze zelf gevoed worden.

Onderling delen is kwetsbaar, zo reageren sommigen, want als je zegt wat je heeft aangesproken, geef je jezelf toch bloot aan elkaar. Maar dit wordt wel als een veilige plek ervaren, wat ruimte geeft om te durven delen.

Ontmoeting

Van de zes respondenten die dit moment bezoeken, komen er vier die dit moment van ontmoeting meemaken vóór of na *lectio divina*. Twee respondenten bezoeken ‘de ontmoeting’ voordat ze de Lunchpauzedienst (LPD) en/of lunch meemaken (zie het bovenstaande schema) Maar doordat je allemaal contact hebt gehad met God, geeft dat verbinding met elkaar. “Je staat naast elkaar en toch heb je die verbondenheid en daarin ervaar ik God ook wel” (pers. comm. 3-5-19). Je hebt even oog voor elkaar, niet per se hele gesprekken. “Nieuwe mensen ontmoeten is sowieso leuk,” zegt een respondent. Af en toe een goed gesprek naar aanleiding van wat je beleefd hebt bij *lectio divina*. Met sommigen krijg je een beetje een band. Eén respondent is wel geraakt door het levensverhaal van een bezoeker die dak- en thuisloos is.

Je leert wat mensen kennen. Dat zijn soms hele leuke ontmoetingen. Eén van deze respondenten is lid van de Plantagekerk. Vier van de vijf andere respondenten benoemen allemaal de koster als een goede gastheer, dat hij daar is, dat hij daar staat, dat hij je ziet. Prettig, ontspannen en positief. Er is een prettige sfeer. Alle vijf waarderen ze de gastvrijheid. Voor één van de respondenten is dit met name ook het zich aanvaard weten, dat er interesse wordt getoond en dat er een plekje is. Een ander die het tweede deel van de vrijdag bezoekt, zegt dat ze het liever niet te dichtbij laat komen. Ze komt liever om tips uit te wisselen; een praatje maken kan ook, maar liever praat ze niet over problemen. Ze heeft namelijk de indruk dat er vaak mensen komen die problemen hebben. Tegelijk geeft ze ook aan het contact met anderen te ervaren als iets wat haar raakt. Een andere respondent die voor het tweede deel van de vrijdag komt wordt al blij bij binnenkomst. Dat je zo verwelkomd wordt en dan de mensen, dat raakt haar. Voelt zich op haar gemak. Een gevoel van “Je hoort bij elkaar, een gevoel van saamhorigheid” (pers. comm. 23-4-19).

Sommigen geven aan dat zij het mooi vinden dat de Plantagekerk een open kerk is. Vrijdagkerk is voor iedereen. “Dan fiets ik daar ’s avonds wel eens langs en dan denk ik: “Goed bezig, kerk”” (pers. comm. 1-5-19).

Anderen waarderen de laagdrempeligheid om zomaar binnen te kunnen wandelen. Het is “een gemeenschapsplek waar mensen kunnen aan komen waaier” (pers. comm. 24-4-19).

Lunchpauzedienst (LPD)

Voor meerdere respondenten is Vrijdagkerk belangrijk geworden, een moment om naar uit te kijken. Fijn om je plaats daar in te nemen, deel uit te maken van een gemeenschap.

Sommigen waarderen het feit dat de liturgie op papier staat, zodat zij kunnen bijschrijven en dit mee kunnen nemen naar huis om dingen na te kijken. Een andere respondent gebruikt het materiaal graag om thuis te studeren.

Een andere respondent noemt als reden om te komen: horen wat de spreker vertelt, en daarnaast elkaar beter leren kennen. Je zou kunnen zeggen: Woord en gemeenschap.

Door drie respondenten wordt genoemd dat ze het plezierig vinden dat er afwisseling is van voorgangers en zij dus verschillende personen kunnen horen.

Het bidden tijdens de dienst wordt door vier respondenten genoemd als een onderdeel dat hen erg raakt. De manier waarop mensen gebedspunten mogen aanreiken is prettig en maakt dat de sfeer ontspannen is en niet zo plechtig. Deze mogelijkheid wordt gewaardeerd. Iemand noemde dat ze voor zichzelf niet zo vaak iets vraagt, want daarvoor bidt ze thuis wel. Tegelijk noemt ze een aangedragen gebedspunt voor een familielid dat wonderlijk is verhoord.

Door vier van de respondenten wordt genoemd dat er altijd wel iets is wat raakt tijdens de dienst. Dat kan zijn een lied, een woord of een tekst. Iemand noemde: “Al is het maar één woord, dan is het al genoeg voor me. Ik kom nooit teleurgesteld thuis. Ik ga er altijd blijer uit dan dat ik naar binnen ga” (pers. comm. 25-4). Drie van de vier respondenten noemden dat ze het feit waardeerden dat de LPD één geheel is. De preek wordt ook wel genoemd. Diepgang wordt belangrijk ervaren. Verder benoemen twee personen de psalmen als waardevol.

Alle vijf de respondenten die naar de LPD komen, komen bewust voor de dienst (en elkaar). Rust en stilte hebben ze thuis genoeg.

Twee van de vijf respondenten gaven aan dat ze puur voor de dienst komen en niet voor de gemeenschap. Toch blijkt uit hun verhaal dat ze toch wel een band hebben met elkaar. Je hoort toch een beetje bij elkaar. De andere drie geven aan voor de inhoud en een stukje gemeenschap, contact te komen. Eén van de respondenten maakt muziek tijdens de dienst, dat is écht haar plek. Als ze dat niet had gedaan, was ze waarschijnlijk al eerder afgehaakt.

Lunch

Eigenlijk zijn er twee respondenten die écht met de lunch meedoen. De anderen drinken soms een kopje koffie of maken even een kort praatje met iemand. Eén van de respondenten komt voor contact met de mensen maar ook uit praktisch oogpunt: gezien zijn financiële situatie is het belangrijk dat hij voeding krijgt. Het gaat hem dus om letterlijke en figuurlijke voeding.

Iemand zegt over de lunch dat zij niet zo’n kringmens is, waardoor ze bijna niet meedoen met de lunch. Soms even kort contact na de dienst. Niet zozeer omdat ze daar behoefte aan heeft, maar uit respect, want het zijn ook christenen. Een andere respondent geeft aan dat ze de lunch nog fijner vindt als ze staat ingedeeld om mee te helpen met koffieschenken. Fijn om dan even te zorgen voor de mensen. Je komt namelijk net uit de dienst waar je de zegen hebt ontvangen, dan is het mooi om daarvan uit te delen.

Wat bij een respondent bijzonder heeft geraakt, is het moment dat één van de voorgangers tijdens de lunch ineens zei dat hij helemaal het gebedspunt van deze respondent was vergeten in de LPD

mee te nemen. Hij stelde voor om dit nu alsnog te doen. Toen baden ze alsnog met elkaar voor haar familielid. Dat was indrukwekkend en heel mooi “Dan ervaar je eenheid en de eenvoud ook , de saamhorigheid. Opnieuw is het één geheel, spontaan, dat het bidden ook kan of je nu in de kerkzaal bent of hier in de kelder aan het eten” (pers. comm. 23-4-19).

Iemand benoemt dat ze na de dienst soms alleen nog even een praatje maakt, om tips uit te wisselen.

5.3.3 Resultaten naar kernwoorden uit de literatuur

In deze subparagraaf worden eerst de thema's uit het hoofdstuk over monastieke spiritualiteit behandeld en daarna de thema's vanuit de hedendaagse cultuur, omdat over het eerstgenoemde veel meer gesproken is.

Kern

Eén van de conclusies van hoofdstuk 4 was dat het doel van de monastieke spiritualiteit is om te komen tot een ontmoeting met God en in zijn aanwezigheid te zijn. Dit kan door de vaste blik gericht te houden op God. Maar vaker gaat het om het horen van Gods levende woord. Eigenlijk proef ik bij alle respondenten (behalve één) dat ze hopen op een ontmoeting met God of contact met God. De meesten verwoorden het echter anders. Ze hopen dat er iets zal zijn wat raakt of aanspreekt, een lied, een woord. Vaak gebeurt dat ook wel. De respondent die zichzelf niet per se christelijk noemt, zegt het als volgt: “Het is gebaseerd op religie en gezien mijn religieuze instelling sluit het daar bij aan... iets wat aansluit en mijn religieuze gevoel ondersteunt” (pers. comm. 1-5-19)

Het belang van vormen (om tot de kern te komen)

We zagen dat het, om tot de kern te kunnen komen van een ontmoeting met Jezus/God of in zijn nabijheid te zijn, van belang is om hiervoor ontvankelijk te zijn. Daarvoor is aandacht nodig en focus. Dit hoorde ik bij veel respondenten terugkomen doordat ze aangaven ‘met verwachting’ te komen. Een ander verwoordt het als volgt: “Een moment jezelf parkeren, waar andere dagen buiten de routine om geen ruimte voor is”. “Het gaat echt om het moment van stilte en het tot rust komen en die tijd aan God geven” (pers. comm. 23-4-19). Deze reacties belichten enkele kernwoorden van monastieke spiritualiteit uit hoofdstuk 4. Het gaat om tot *stilte* te kunnen komen om vervolgens innerlijk tot rust te komen, waardoor er ruimte ontstaat om te horen met open hart. Ook *structuur* blijkt een belangrijk punt dat werd genoemd. Dit werd ook door anderen genoemd: het past in het weekritme. Het geeft een stok achter de deur, want thuis is er zoveel wat kan afleiden. Verder wordt gezegd dat de rust, de korte tijdsduur en de stilte meerwaarde heeft. Het is voor één respondent een leerweg om tot rust te komen en vervolgens een tekst op zich te laten inwerken en dan kijken wat er met haar gebeurt.

Plaats / Ruimte

Een respondent geeft aan dat hij ervaart dat het op deze plek mogelijk is om aandacht voor God te hebben. Dit lukt elders niet of is lastig. Daarbij helpt het om naar deze plaats te gaan. Sommigen noemen het een veilige plek om te zijn omdat God hier is. Anderen ervaren het als veilige plek om te kunnen delen met anderen. De kerkzaal is mooi ingericht en licht. Sommigen noemden als voordeel dat het écht een kerkgebouw is en niet een zaal of ‘nieuwbouw kerk’. Er is ruimte, stilte en weg van het lawaai van de buitenwereld. Respondenten geven aan zich hier prettig te voelen of thuis te

voelen. De meesten geven aan dat dit een plek is waar ze gevuld of geraakt worden. Eén respondent gaf expliciet aan dat het belangrijk voor haar is hoe ze een plek of ruimte ervaart (uitzicht, licht, sfeer).

Gemeenschap

Vanuit het literatuuronderzoek bleek gemeenschap (naast liturgie) nodig te zijn om te komen tot de kern. Op verschillende manieren heb ik gehoord dat de meeste respondenten dit een belangrijk aspect vinden. Eén respondent die het stiltemoment zoekt, zegt als enige dat hij juist die tijd in de kerk wil benutten om alleen te zijn en stil te worden om te lezen en bidden, een moment met God te hebben. Het punt van gemeenschap zoekt hij juist op zondag als hij met zijn gezin naar de kerk gaat. Een andere respondent geeft aan met name voor de preek te komen in de dienst. De anderen zeggen allemaal in meer of mindere mate dat ze komen voor stilte of LD én de ontmoeting met anderen. Ze komen voor de dienst en ervaren dat het fijn is om samen te zijn of om elkaar weer te zien. Ook al zoekt men niet per se contact, dan is er nog een gevoel van bij elkaar horen, elkaar herkennen, gelijkgestemden te ontmoeten. Anderen noemen het als saamhorig. Bij LD geven alle bezoekers aan dat ze het prettig vinden om te delen met anderen na de stilte met de tekst. Dit wordt ook wel *'collatio'* genoemd. Daarin kan er ook een nieuwe boodschap komen, door wat de ander deelt.

Onder het element van 'gemeenschap' rekenen we ook 'gastvrijheid'. De respondenten die juist komen van buiten de Plantagekerk ervaren dit als belangrijk punt. Op de kerkdeur hangt een bord met 'OPEN'. Laagdrempelig is een woord dat vele malen terugkwam. De koster (die er wekelijks is) speelt een belangrijke rol in het gevoel welkom te zijn. Men wordt gezien en herkend. Ook kinderen zijn welkom. Dit alles heeft ook te maken met een genadevolle, verwelkomende gemeenschap. Opvallend is dat de groep die de LPD bezoekt echt een vaste groep mensen is, waardoor mensen zich onderdeel van een gemeenschap voelen. Voor een paar van de respondenten is deze 'kerk' meer kerk dan de kerk waar ze officieel ingeschreven staan.

De respondenten van de ochtend (stilte en LD) hebben naast Vrijdagkerk nog een andere kerkplek waar ze komen, maar ze waarderen het samenzijn in een kleine groep.

Effecten (van de ontmoeting met God)

De literatuur gaf aan dat mensen, zodra zij bij de kern komen en een ontmoeting met God hebben of in zijn aanwezigheid zijn, dit effect heeft. Mensen ervaren iets; dat ze geraakt worden (door God). Alle respondenten gaven punten aan waarin ze geraakt waren. Dit gebeurt niet elke keer als ze er zijn. Maar toch ervaart ieder het als goed om geweest te zijn. Met name respondenten die voor het tweede deel van de ochtend kwamen, gaven aan dat er altijd wel iets is wat aanspreekt in de dienst (de liturgie); een lied, een tekst, iets wat de voorganger zegt.

Een respondent merkte op dat ze zich schoongewassen voelde door God. Dit kwam doordat ze buiten hoorde dat de vuilniswagen langskwam, waardoor ze voelde dat die kon meenemen waar ze op dat moment mee worstelde. "Een woord kan zomaar binnen komen, wat richting geeft of wat rechtzet of wat je bemoedigt of de weg van Hem laat zien. Heel vaak in het réchtzetten, voelen, het moet andersom" (pers. comm. 24-4-19). Dit zijn treffende reacties van hoe God ook transformerend werkt, het veranderd worden naar het beeld van Christus.

Over de zegen zegt iemand expliciet: "Die zegen van Jezus en God gaat mee en dus de vrede van God. Vanuit die zegen ga je dan delen. Dan is het Jezus die bij je is en die je dan helpt met de mensen. Dat is één geheel" (pers. comm. 23-4-19). De vrede van God die ervaren wordt en vervolgens weer uitgedeeld. Het geeft rust en bodem voor de dag.

Eén respondent die zich niet per se christelijk noemt, geeft expliciet aan dat het belangrijk voor hem is om zich hier gekend en aanvaard te weten.

Individualisatie en eigen levensproject maken, fragmentatie, wegvallende grenzen, zoeken naar houvast

Deze punten heb ik niet veel terug gehoord in de interviews. De vijf respondenten die naar de LPD komen geven aan dat ze in hun eigen leven voldoende ruimte hebben voor rust en stilte. Daarom zoeken ze hier niet specifiek de rust en stilte, maar komen ze bewust voor de dienst, de liturgie dus (en elkaar). In de dienst zeggen velen van hen dat ze het geheel zo mooi vinden. Dus niet per se één stukje. Dit punt van één geheel, het hoort bij elkaar, verbinding en samen, wijst wellicht op een verlangen naar integratie en verbinding als tegenstelling van fragmentatie.

De vier respondenten (met een gezin) die in de ochtend komen voor stilte of *lectio divina* herkennen wel de drukte van het leven, van werk, gezin, hobby's, sociale contacten, kerk. Eén van hen benoemt de gejaagdheid van het leven. Het gemakkelijk afgeleid worden. De rust en stilte te midden van de hectiek van het leven is dan prettig. De hectiek wordt door twee respondenten wel herkend in de levens van mensen om hen heen die bijvoorbeeld geen gezin hebben, of bij mensen die voor hun carrière gaan en denken dat het leven maakbaar is. In die zin kunnen we misschien wel stellen dat ze bij het stiltemoment of *lectio divina* een punt van houvast zoeken, te weten een rustpunt, of ruimte om even te ontsnappen aan wat er allemaal speelt; even het hoofd rust gunnen en aansluiten bij de structuur die Vrijdagkerk biedt.

Secularisatie van verlangen

Hierover heb ik ook niet veel terug gehoord in de interviews. Aan de ene kant kan het zo zijn dat deze bezoekers juist tijd en ruimte vrij maken om naar een aparte plek te gaan om daar God te ontmoeten om zich te laten vullen met Hem. Aan de andere kant kunnen we misschien wel zeggen dat de levens van de respondenten met een gezin juist behoorlijk gevuld zijn. Thuis komt het er moeilijker van om stil te worden voor God, door wat er allemaal nog gedaan moet worden en allerlei afleiding. Doordeweeks is daar geen tijd voor of er wordt geen tijd voor gemaakt. Ze ervaren het als prettig en waardevol om het stiltemoment of *lectio divina* te bezoeken.

Tijdens een interview ging het over de uitspraak 'onrustig is ons hart tot het rust vindt in u'. Een respondent reageerde toen: "Sluit wel mooi aan op waar we het over hebben gehad. *Alleen bij God vindt ons hart rust, worden onze verlangens vervuld*. Dat is echt zo, maar het rotte is dat ik het altijd weer probeer te vinden op aarde. Herkenbaar. Kon ik het maar gewoon zo bij God laten." (pers. comm. 25-4-19).

Economisering van de samenleving

Eén van de respondenten merkte op: "Het meeste raakt de houding van degene die dienst doet. Ze delen gewoon vanuit hun natuurlijke zijn of het nu één man of zestig man of honderd man is" (pers. comm. 1-5-19). De authenticiteit van de voorgangers spreekt aan omdat zij gewoon dóen omdat het goed is om te doen. Een andere respondent verwoordde het zo dat "als er twee of drie in mijn naam aanwezig zijn, dan ben Ik in hun midden. En dat is de sleutel tot geloof; het heeft niet te maken met heel véél" (pers. comm. 3-5-19). Een ander waardeert de bereidheid van de voorgangers om iedere keer opnieuw een bijdrage te leveren.

Een andere respondent die met name het ochtendprogramma bezoekt, komt af en toe naar de LPD en Lunch. Zij benoemde het volgende: "Je kunt zo Jezus ontmoeten in die mensen. Het imperfecte,

daar kan ik zo van genieten. Hier houdt God van. Daar kan ik heel veel van leren” (pers. comm. 3-5-19). Twee initiators van Vrijdagkerk die ik had gesproken, zeiden overigens iets van gelijke strekking. Dit zijn vier reacties van respondenten die aangeven te waarderen dat er aandacht is voor het kleine. Hier herken je de tegenstelling tot economisch denken in de samenleving, waar het altijd groter of beter moet.

5.3.4 Enkele andere resultaten

Aanvullingen / toevoegen aan Vrijdagkerk?

De meeste bezoekers geven aan tevreden te zijn met het aanbod waarvoor ze komen en geen dingen hierin te missen of aan te vullen. Men geeft nadrukkelijk aan erg te waarderen wat er wordt aangeboden. Meerdere respondenten gaven aan het erg belangrijk en waardevol te vinden dat het kerkgebouw gewoon open is. Dat mag ook wel vaker, ook wel elke dag. Tegelijk beseft men ook dat dit praktisch misschien niet zomaar te regelen is.

Opvallend: één bezoeker van het stiltemoment kan Vrijdagkerk nu niet meer bezoeken vanwege een nieuwe baan. Een andere bezoeker van *lectio divina*, komt nu ook nog sporadisch in verband met gewijzigde werkdagen. Vrijdag blijft toch een doordeweekse dag, waarop veel potentiële bezoekers aan het werk zijn. Iemand suggereert dat op een kort moment in het begin van de avond wellicht een gebedsmoment of een *lectio divina* kan worden gehouden.

Het viel op dat de respondenten in de interviews met name het onderdeel benoemen waar ze naar toe komen, zoals ‘de *lectio*’ of de Lunchpauzedienst of gewoon de naam van de kerk, de Plantagekerk. De naam Vrijdagkerk die ik hanteerde in de vragen wordt wel herkend, maar niemand gebruikt deze naam uit zichzelf.

Iemand gaf expliciet aan het lezen van de psalmen, dat wegens te weinig belangstelling is gestopt, wel zeer te waarderen.

Geïnspireerd door kloosterleven

De vier jongste bezoekers (zie schema) die dus de stilte en *lectio divina* bezoeken, zijn niet gekomen omdat ze aangesproken worden door het kloosterleven of monastieke termen (zoals *lectio divina*, contemplatie etc.). Twee van hen gaven aan dat deze termen op hen wat vervreemdend over komen. Tegelijk waarderen ze de stiltemoment en *lectio divina*, de rust en de ruimte als positief. Ze realiseren zich dat dit eigenlijk ‘gewoon’ is. Het gaat hen niet om de benaming, maar om wat er gebeurt. Ze kunnen zich voorstellen dat het anderen mogelijk kan weerhouden om te komen als expliciet wordt gecommuniceerd dat het met de kloostertraditie te maken heeft. Twee andere respondenten waren ermee bekend vanuit hun katholieke opvoeding, waardoor het herkenning gaf. Andere respondenten waren er óf niet echt mee bekend, óf het maakte niet uit, óf zij vonden het wel mooi.

Introvert / extravert

Aangezien uit de literatuur bleek dat monastieke spiritualiteit wat meer met de introverte beleving van het geloof te maken heeft en de introverte ofwel in-bundige werking van de Geest, maakte het benieuwd of de stilte onderdelen van de ochtend dan meer introverte dan extraverte mensen zou trekken. Van de zes bezoekers van stilte en *lectio divina* zijn er zeker drie die zichzelf extravert noemen. Vrijdagkerk lijkt daardoor wel diverse persoonlijkheden aan te spreken.

Hoofdstuk 6: Conclusies en aanbevelingen

6.1 Inleiding

In de vorige hoofdstukken hebt u kunnen lezen over Vrijdagkerk, wat ermee beoogd wordt, wat er gebeurt en welke monastieke elementen het bevat. Vervolgens is er een kenschets van de hedendaagse cultuur gegeven om duidelijk te maken met welke ontwikkelingen in de maatschappij we te maken hebben met het oog op de spirituele behoeften van de mensen. De monastieke spiritualiteit is nader onderzocht om te ontdekken welke waardevolle elementen, waarden, praktijken en/of oefeningen er zijn, die kunnen aansluiten bij de huidige tijd waarin we leven. Vervolgens is beschreven wat de behoeften zijn van de bezoekers van Vrijdagkerk en in hoeverre deze behoeften worden vervuld. In dit hoofdstuk wordt de onderzoeksvraag beantwoord. Allereerst de deelvragen.

6.2 Antwoorden op deelvragen

1. Wat is Vrijdagkerk en waar staat het voor?

Vrijdagkerk is een missionair initiatief van de Plantagekerk dat, geïnspireerd door de monastieke traditie, rust en bezinning wil aanbieden aan iedere Zwollenaar. Zij wil graag een gastvrije kerkplek zijn en staat open voor iedereen. Het beoogt een kerkplek te zijn die dicht tegen de traditionele vorm van kerk-zijn aan ligt. Men wil hiermee graag voorzien in een plek waar gezorgd wordt 'de innerlijke mens' te weten de ziel. Een plek waar onze verlangens gevuld kunnen worden door een ontmoeting met anderen rondom het centrum. Dat centrum en die bron is Jezus Christus en dat gunt men iedereen.

2. Over welke monastieke elementen beschikt Vrijdagkerk en waarom juist deze?

Vrijdagkerk biedt vijf onderdelen aan elke vrijdag van 8:30 uur tot 14:00 uur. Dan is de kerkzaal open. Een aantal activiteiten, aan het begin van de dag, is vanuit de monastieke traditie vormgegeven: Stiltemoment (inclusief Psalmlezen) en *Lectio divina*. Deze onderdelen richten zich wat meer naar binnen toe, contemplatief. Bij de andere onderdelen, die al langer bestaan: Ontmoeting, Lunchpauzedienst en Lunch, staat het gemeenschapsaspect meer op de voorgrond. Al deze onderdelen maken nu samen deel uit van het geheel van Vrijdagkerk. Rode draad is de ontmoeting: met God en met elkaar. Binnen Vrijdagkerk komen de elementen van kaarslicht, (enkele) monastieke liederen, gemeenschap, ruimte voor stilte en *lectio divina* voor. De keuze voor de onderdelen van Vrijdagkerk is redelijk pragmatisch geweest. Niet alle onderdelen zijn dus puur monastiek gekleurd.

3. Welke maatschappelijke en culturele ontwikkelingen kunnen worden onderscheiden met het oog op de (spirituele) behoeften van bezoekers?

De hedendaagse mens leeft in een tijd van individualisering en is verantwoordelijk om zijn eigen leven tot een succes te maken. Het leven wordt getoetst op waarde, opbrengst en optimale prestatie. Dit geeft druk. Het is een tijd van wegvallende grenzen en kaders, waardoor een ongekende vrijheid is ontstaan en tegelijk lijkt er een gemis aan rust en stabiliteit doordat we leven in een tijd van constante veranderingen. Het leven is sterk gefragmenteerd en verbrokken. Men is op zoek naar houvast, een steunpunt. Tegelijk is de maatschappij geseculariseerd. Dat wil zeggen: men

verlangt naar rust, geluk en volheid en zoekt deze verlangens te vervullen in het hier en nu. En dit lijkt het verlangen naar de goede toekomst van God te verdringen. Men heeft geen anker meer en raakt op drift.

4. Hoe kan het gebruik van monastieke elementen binnen Vrijdagkerk vanuit theologische literatuur worden verwoord?

Monastieke elementen hebben binnen de monastieke spiritualiteit als doel om het leven met God te beoefenen. Het gaat allemaal om de kern van een ontmoeting met God en in Zijn aanwezigheid te zijn. Bepaalde vormen zijn nodig om tot die kern te komen. Allereerst is dat gerichte aandacht en focus, plaats of ruimte, structuur en ritme, liturgie en gemeenschap, stilte. Zodra je bij de kern komt, heeft dat effect. Door een ontmoeting met God kan vrede en rust worden ervaren, kan men zich gekend en geliefd weten, kan het hart worden geraakt, kan de ziel worden gevuld. Dit leidt tot heelheid integratie en verandert van binnenuit naar het beeld van Christus, transformatie. Als je bij de bron van leven komt en je verlangen laat vullen door Zijn liefdevolle aanwezigheid, dan word je daardoor veranderd. Dit heeft effect op hoe we naar buiten treden. De monastieke elementen helpen om de aandacht op God te richten én van daaruit de beweging van binnen naar buiten te maken. Zo participeren mensen in de missie van God en kunnen we als gezegende mensen tot zegen zijn.

5. Welke (spirituele) behoeften hebben de bezoekers van Vrijdagkerk en wat vinden zij daar?

Vele behoeften werden op verschillende manieren verwoord. Opvallend is dat bezoekers vaak de 'vormen' benoemen waarvoor ze komen. Ze komen voor rust of stilte, of hebben de geboden structuur nodig. Ze komen voor de dienst (de liturgie) en/of om de mensen te ontmoeten (gemeenschap) en zo verbondenheid te ervaren. Een verwelkomende gemeenschap wordt belangrijk gevonden. Wat ervaart men, wat raakt mensen? De bezoekers hebben het over vrede, over een woord dat meegaat, over rust. Sommigen weten zich gekend, geliefd en aanvaard. Opvallend is dat behoeften niet altijd in termen van God worden verwoord (maar vaker in ervaringstermen als verlangen naar rust, stilte, voeding, enz.), maar de ervaringen wel. Om hiertoe te komen is de plek of ruimte belangrijk. Mensen hebben behoefte aan een plek waar ze God/ Jezus kunnen ontmoeten: een Jezus-ruimte.

6.3 Conclusie

De hoofdvraag luidt:

Op welke wijze sluiten de monastieke elementen van Vrijdagkerk aan bij de (spirituele) behoeften van de bezoekers en welke consequenties heeft dit voor het aanbod van Vrijdagkerk?

In deze paragraaf wordt een antwoord gegeven op de eerste vraag (de tweede vraag komt bij de aanbevelingen aan bod). We constateren onder de bezoekers dat de monastieke elementen over het algemeen aansluiten bij hun spirituele behoeften, omdat (a) zij komen tot de kern: ontmoeting met God, verblijven in zijn aanwezigheid, (b) de vormen van liturgie (Schrift en gebed, vormen om de aandacht te richten: stilte, ruimte, structuur) en gemeenschap hiertoe behulpzaam zijn, en (c) zij

ervaringen vertellen die we op grond van de literatuur kunnen verwachten, vrede, liefde, verbonden zijn – een stukje integratie en heelheid.

- a. Het is dus belangrijk om te constateren dat bezoekers zich merendeels kunnen vinden in wat gevat wordt onder de *'kern'*: men ervaart een ontmoeting met God, men is in zijn aanwezigheid. De bezoekers benoemen hierover verschillende punten; ze komen tot een Godsontmoeting, ze horen Gods levende woord in het hier en nu (door lied, tekst, preek, Schrift, etc.), anderen noemen dat zij zich gekend weten en aanvaard zijn – 'er is een plekje voor mij'. Er kan dus gezegd worden dat Vrijdagkerk tijdens die verschillende momenten van de diverse onderdelen tot een 'Jezus-ruimte' (Benoit Standaert) wordt; er kan een *bezielende* ontmoeting met Jezus plaatsvinden. Zo vinden we ons in de 'hemelse omhelzing' die juist in deze tijd zo nodig lijkt. Zo wordt de fragmentatie overwonnen, komen mensen tot heelheid en vinden zij houvast, doordat ze zelf ook vastgehouden worden. Vanuit Johannes 10: 10, een tekst die voor de Plantagekerk een belangrijke inspiratiebron is, zou gezegd kunnen worden dat in de 'overvolheid' van het leven juist Jezus volheid schenkt.
- b. De monastieke *'vormen'* die gehanteerd worden zijn behulpzaam om tot deze kern te komen. Wanneer we kijken naar de huidige maatschappelijke ontwikkelingen dan bieden de monastieke elementen die Vrijdagkerk aanbiedt de mensen een structuur waarin zij gemakkelijk meekomen. Behulpzame ingrediënten zijn de afgebakende tijd, de veilige en prettige ruimte om te verblijven en de verwelkomende gemeenschap. Mensen kunnen aansluiten bij het aangeboden ritme hoeven niet zelf allerlei dingen te construeren of in te brengen. Bovendien biedt het eenvoud, het is 'klein' in de zin van 'niet pretentius'. Deze vormen helpen om aandacht en focus te houden, om 'single-minded' te zijn. Zo kan men zich richten op 'het ene nodige', is er aandacht om een ontmoeting met God te hebben, door zijn Woord, in de stilte, door te zingen, door de preek, maar dus ook door de ontmoeting met elkaar, de gemeenschap. Met name de bezoekers die kwamen voor de Lunchpauzedienst, de Lunch en/of de Ontmoeting gaven aan dat deze elementen één geheel zijn, ze horen bij elkaar.
- c. Bezoekers benoemden ook het *'effect'* hoewel dit natuurlijk niet heel erg eenduidig naar voren is gekomen. Ze werden in het hart geraakt, gevoed, ervoeren vrede. Ook merkten ze dat ze rechtgezet werden, merkten hoe het anders moest; transformatie, in zekere zin. Een diepere laag werd geraakt, waardoor men zich gedragen wist. Bezoekers verlangen ernaar om gevuld en gevoed te worden en de meesten geven aan hier gevuld of geraakt te worden. Je kunt zeker zeggen dat Vrijdagkerk een *'soulfilling ministry'* is.

6.4 Aanbevelingen

In deze paragraaf wordt ingegaan op de consequentie van het onderzoek voor het aanbod van vrijdagkerk, het tweede deel van de hoofdvraag. Hierbij is een aantal aanbevelingen geformuleerd.

Aanbevelingen ten aanzien van de monastieke elementen

1. Uit de literatuur blijkt dat Psalmen kunnen helpen bij het 'inzingen' van verlangen. In dat opzicht is het jammer dat juist het 'Psalmen lezen moment' voornamelijk is gestopt vanwege praktische redenen. De Psalmen staan vol van verlangen naar de levende God en door het 'inzingen' van de Psalmen kan ons eigen hart meedoen in die beweging. De combinatie van psalmen en muziek maakt dat in het hier en nu verbinding kan worden gelegd met de verlangens die in de psalmen klinken. Daarom zou ik willen aanbevelen om in ieder geval tijdens de Lunchpauzedienst een

psalm te zingen. Mogelijk kan het moment op een andere manier gestalte krijgen. Als een alternatieve vorm zou ook bij *lectio divina* een Psalm kunnen 'klinken': de Psalm kan dan eerst worden gelezen en vervolgens ten gehore worden gebracht in een muzikale vorm.

2. Het is raadzaam om rekening te houden met het taalgebruik. De klassieke termen en Latijnse woorden bieden een verwijzing naar de rijke eeuwenoude traditie van de kerk. Het zijn de schouders waarop wij mogen staan. Als we willen kijken naar nieuwe kerkplekken, kunnen we niet zonder de wortels van het verleden. Tegelijkertijd gaven de wat jongere bezoekers aan niet per se iets met het kloosterleven te hebben. Zij vroegen zich af of die termen en woorden wellicht mensen konden afschrikken om te komen, terwijl zij Vrijdagkerk juist erg waardevol vinden en het ook anderen gunnen.
3. Meerdere bezoekers geven aan praktisch ingesteld te zijn en geraakt te worden door wat zich aandient in het alledaagse leven. Ik zou willen aanbevelen om deze notie mee te nemen in de keuze van de teksten of in de lunchpauzedienst. Tegelijk wil ik hiermee niet beweren dat dit nu nog niet gebeurt. Hierop aansluitend waren er ook meerderen die aangaven geraakt te worden door de natuur. Dit biedt wellicht mogelijkheden om een *lectio divina* wandeling te doen of stiltewandeling.
4. In de toelichting op de *lectio divina* die Jos Douma overhandigt aan de bezoekers lijkt het mij een waardevolle toevoeging als ook de vier andere woorden worden vermeld, waarbij het vooral gaat om de *collatio* en de *actio/incarnatio*. De *collatio* vindt al plaats, maar het zou misschien goed zijn ook de *actio* duidelijk te benoemen.
5. In PR en communicatie is het wellicht raadzaam om ook aan te haken bij het monastieke element pelgrimage. Niet zozeer om zelf routes te beleggen maar meer om aan te sluiten bij de pelgrimsroute waar Zwolle aan ligt. De twee noordelijke aanlooproutes (vanuit Friesland en Groningen) naar het bedevaartsoord Santiago de Compostella, komen samen in Hasselt en lopen vervolgens door Zwolle heen. Hiermee kan het ook een vindplaats worden voor pelgrims onderweg.
6. De vrijdag is een gewone werkdag en daarom voor veel potentiële bezoekers niet handig. Op zondagmiddag of zaterdag zijn meer mensen vrij om te komen. Dit wil ik toch ter overweging meegeven. Daarnaast bied je jezelf weinig ruimte door het te labelen als vrijdag(kerk). Een andere naam biedt ook mogelijkheden om vormen bijvoorbeeld uit te smeren over de week of zelfs op andere plekken. En de naam Vrijdagkerk blijkt nog niet zo ingeburgerd te zijn bij de bezoekers. Ik wil daarom aanraden om nog eens na te denken over deze naam.

Oefenplek voor gemeenteleden

7. Net zoals de Plantagekerk een oefenplaats is en een plek van hoop, mag ook Vrijdagkerk dit zijn. Degenen die meedoen leren door te participeren en het zou mooi zijn als gemeenteleden mee zouden doen in Vrijdagkerk. Enerzijds verbindt dit Vrijdagkerk met de gemeente Plantagekerk, anderzijds geeft het gemeenteleden van de Plantagekerk de mogelijkheid om het geloof handen en voeten te geven en zelf veel te ontvangen.

Aanbevelingen ten aanzien van keuzemoment

8. Het lijkt mij belangrijk om te komen tot een keuzemoment. De volgende aanbevelingen hebben hier ook mee te maken. Blijft Vrijdagkerk wat ze nu is? Gewoon doorgaan zoals het nu is en (terecht) blij zijn met wie er komt of gaat Vrijdagkerk toch actiever aan de slag? Dit is een spanningsveld omdat hiermee een stap gevraagd wordt en dit ook een tijdsinvestering is.

- a. Wil je meer mensen bereiken vanuit een missionair verlangen, dan is het aan te raden om wel na te denken over een doelgroep die je zou willen bereiken, strategie. Anders loop je misschien ook kansen mis.
- b. Vrijdagkerk staat voor iedereen open die rust of stilte zoekt. In de praktijk komen er veel bezoekers die gelovig zijn of elders een geloofsgemeenschap bezoeken. Probeer daarom meer 'zinzoekers' op te sporen in de stad. Waar komen zij zoal samen? Een directere link met het Dominicaner Klooster zou daarom aan te bevelen zijn. Ga met elkaar in gesprek, trek met elkaar op en werk samen daar waar mogelijk. De Plantagekerk is met Vrijdagkerk niet de enige 'speler' in de stad Zwolle is. Gesprek met het Dominicanenklooster en wellicht ook de Grote Kerk lijkt mij daarom raadzaam. Dit kan misschien tot nieuwe ideeën leiden. Missionair aanwezig zijn, gaat ook over elkaar opzoeken, samen zoeken. Het is in die zin ook één geheel over de kerkmuren heen.
- c. Als je samen met het huidige kernteam of met nog enkele anderen een team hebt gevormd dat zich geroepen weet om zich verder om Vrijdagkerk te bekommeren, dan is het ook belangrijk om als team te functioneren. Ik wil aanbevelen om regelmatig samen te komen, met elkaar te delen en te bidden, buurt/contextonderzoek te doen, vragen stellen als: waar zijn sporen van God zichtbaar in onze wijk of stad? Welke vragen leven er bij de mensen? Wat kan onze bijdrage zijn? Dit is ongetwijfeld een leerzaam proces, waardoor ontdekt kan worden waartoe God de Plantagekerk of Vrijdagkerk roept juist op deze plek.
- d. Volgend op dit buurt/contextonderzoek lijkt het mij goed om elkaar de vraag te stellen: waar willen we naar toe en waarom doen we dit? Er hoeft geen lange beleidsnota geschreven te worden, maar visievorming is wel nuttig.
- e. Laat je als team inspireren en begeleiden. Voor meer informatie over soortgelijke plekken die zich laten inspireren door monastieke inspiratie verwijs ik graag door naar het verslag van Trommel en Den Toom "Waardevol monastiek". Zij hebben meerdere PKN pioniersplekken bezocht en hiervan verslag gedaan. In aansluiting hierop wil ik hierbij noemen dat ondersteuning en begeleiding aan te vragen is bij Deputaten Ondersteuning (GKV) Contactpersoon is Gienke Boersma do@gkv.nl. Vanuit de PKN wordt begeleiding geboden door Erik Verwoerd: e.verwoerd@protestantsekerk.nl.

Ten slotte

Ik geloof dat de monastieke spiritualiteit van waarde is voor de moderne mens en dat Vrijdagkerk een heel waardevol initiatief in deze richting is. De aanbevelingen willen een stimulans zijn om met en vanuit de missionaire gemeente te komen tot een nog meer gefocust en voor alle mensen van onze tijd toegankelijk 'soulfilling ministry'.

Nawoord

Aan het einde van dit onderzoeksrapport wil ik kort terugkijken op deze periode van afstuderen binnen Vrijdagkerk. Het is een hele reis geweest waarin ik veel heb mogen leren en ontdekken. Ik heb er met plezier aan gewerkt en er waren ook momenten waar ik me doorheen heb geworsteld.

Dit had ik niet alleen kunnen doen. Daarom wil ik hierbij ook graag een aantal mensen bedanken. Allereerst bedank ik mijn begeleider Dirk de Bree voor de begeleiding, adviezen en bemoediging en voor zijn opbouwende feedback. Ook wil ik mijn opdrachtgever van Vrijdagkerk, Jos Douma bedanken voor de ruimte die ik heb gekregen om het onderzoek uit te voeren, zijn positieve aansporingen en expertise. De koster van de Plantagekerk Jan-Willem Hamhuis wil ik bedanken voor zijn gastvrijheid en behulpzaamheid. Ook wil ik de bezoekers van Vrijdagkerk bedanken die ik mocht interviewen, voor hun openheid en geschonken vertrouwen.

Tenslotte wil ik mijn man Henrico ter Beek bedanken voor de ruimte en de aanmoediging die hij mij de afgelopen jaren heeft gegeven om deze studie af te ronden.

Op de titelpagina van dit onderzoeksrapport staat de liedtekst van het lied *Here in this holy place* van Graham Kendrick. Dit lied kende ik in het Nederlands (Opwekking 245), maar in het Engels verwoordt het nog beter de ervaring van het komen in Gods aanwezigheid.

Ik hoop dat Vrijdagkerk aan de hand van dit onderzoek door mag gaan een plek te bieden aan mensen onderweg op zoek naar Rust, Ruimte, Regelmaat, waar *soulfilling ministry* plaatsvindt, waar men tot een bezielende ontmoeting met Jezus mag komen.

Bibliografie

- Ardon, A. (2015). *Ontketen vernieuwing!* Amsterdam: Business Contact.
- Bernardus, D., & Douma, J. (2017). *Lezen voor je leven: Aan de slag met Lectio Divina*. Heeswijk Dinther: Berne Media.
- Beumer, J. (2005). *De spiritualiteit van het gewone leven: Over veerkracht*. Kampen: Ten Have.
- Broeder Laurentius. (2007). *Besef van Gods tegenwoordigheid (2e druk)*. Hoornaar: Gideon.
- Cain, S. (2012). *Stil: De kracht van introvert zijn in een wereld die niet ophoudt met kletsen*. Amsterdam: De Arbeiderspers.
- De Roest, H. (2010). *Een huis voor de ziel: Gedachten over de kerk voor binnen en buiten (2e druk)*. Zoetermeer: Meinema.
- De Wachter, D. (2013). *Borderline times: Het einde van de normaliteit (19e druk)*. Leuven: Lannoo Campus.
- Dekker, G. (2010). *Heeft de kerk zichzelf overleefd?: Beschouwingen over de rol van de kerk in de moderne samenleving*. Zoetermeer: Meinema.
- Derkse, W. (2003). *Een levensregel voor beginners: Bededictijnse spiritualiteit voor het dagelijkse leven*. Tiel: Lannoo.
- Dillen, A., & Gärtner, S. (2015). *Praktische theologie: Verkenningen aan de grens*. Tiel: LannooCampus.
- Douma, J. (2010, 04 17). *De hemelse omhelzing: De gunst van het geestelijke leven in de 21e eeuw, lezing bij het 25-jarig bestaan van de Evangelische Theologische Academie (geraadpleegd op 22-3-2019)*. Opgehaald van Jos Douma.nl: <http://www.josdouma.nl/index.html?/nieuweinspiratie/spiritualiteit.html>
- Douma, J. (2015, 04 19). *Als kerken sluiten en kloosters open gaan (geraadpleegd op 16-03-2019)*. Opgehaald van Léven in de kerk: <http://www.levenindekerk.nl/2015/04/13/als-kerken-sluiten-en-kloosters-open-gaan/>
- Douma, J. (2015, 06 09). *Is monastiek het nieuwe missionair? (geraadpleegd op 16-3-2019)*. Opgehaald van Léven in de kerk: <http://www.levenindekerk.nl/2015/06/09/is-monastiek-het-nieuwe-missionair/>
- Douma, J. (2016, 02 03). *Terug naar de kern die in kloosters misschien.... bewaard dan in kerken (geraadpleegd op: 16-3-2019)*. Opgehaald van Léven in de kerk: <http://www.levenindekerk.nl/2016/02/03/terug-naar-de-kern-die-in-kloosters-misschien-beter-is-en-wordt-bewaard-dan-in-kerken/>
- Douma, J. (2016, 02 03). *Terug naar de kern..., geraadpleegd op 16-03-2019*. Opgehaald van Léven in de kerk: <http://www.levenindekerk.nl/2016/02/03/terug-naar-de-kern-die-in-kloosters-misschien-beter-is-en-wordt-bewaard-dan-in-kerken/>
- Douma, J. (2016). *Verlangen naar het goede leven: Samen lezen, samen delen, samen eten*. Zoetermeer: Boekencentrum.
- Douma, J. (2018, 02 23). *Charismatische of contemplatieve vernieuwing van de kerk... Geraadpleegd op 16-3-2019*. Opgehaald van Léven in de kerk: <http://www.levenindekerk.nl/2018/02/23/charismatische-of-contemplatieve-vernieuwing-van-de-kerk-welke-van-de-twee/>
- Douma, J. (2019, 03 06). *Aandachtig aanwezig zijn in Gods aandachtige aanwezigheid. Over: contemplatief bijbellezen (geraadpleegd op 16-3-2019)*. Opgehaald van Léven in de kerk: <http://www.levenindekerk.nl/2019/03/06/aandachtig-aanwezig-zijn-in-gods-aandachtige-aanwezigheid-over-contemplatief-bijbellezen/>

- Douma, J. (2019, 3 16). *Zwolle zoekt de stilte* wordpress. Opgehaald van Zwolle zoekt de stilte: <https://zwollezoektdestilte.wordpress.com/>
- Foster, R. (2007). *Eén bron, zes stromen: Op zoek naar evenwicht vanuit de grote geloofstradities van de kerk*. Houten: Ekklesia.
- Halík, T. (2017). *Ik wil dat jij bent: Over de God van liefde*. Utrecht: Boekencentrum.
- Heitink, G. (2007). *Een kerk met karakter: Tijd voor heroriëntatie*. Kampen: Kok.
- Heitink, G. (2011). *Golfslag van de tijd, Europa's niet te stillen verlangen naar God*. Utrecht: Kok.
- Hendriks, J. (2008). *Verlangen en vertrouwen, het hart van gemeenteopbouw*. Kampen: Kok.
- Houtepen, A. (1997). *God een open vraag: Theologische perspectieven in een cultuur van agnosme*. Zoetermeer: Meinema.
- Israël, R. (2015). *Monastiek Pionieren, een verkenning*. Utrecht: Afdeling missionaire presentie, PKN.
- Keller, T. J. (2014). *Centrum Kerk*. Franeker: Van Wijnen.
- Lapré, J. (2018). *Stoppen met moeten: Op weg van stress naar stilte*. Heerenveen: Ark Media.
- Leene, A. (2017). *Flirten met Rome: Protestanten naderen katholieken*. Amsterdam: Buijten & Schipperheijn Motief.
- McHugh, A. S. (2017). *Introverts in the church: Finding our place in an extroverted culture (2nd edition)*. Downers Grove: InterVarsityPress.
- Newbigin, L. (1989). *The Gospel in a Pluralist Society (2014)*. Grand Rapids: Eerdmans.
- Noort, G., Paas, S., & e.a. (2008). *Als een kerk opnieuw begint*. Zoetermeer: Boekencentrum.
- Osmer, R. R. (2008). *Practical Theology: An Introduction*. Grand Rapids: Eerdmans.
- Paas, S. (2015). *Vreemdelingen en Priesters*. Zoetermeer: Boekencentrum.
- Peters, G. (2018). *The monkhood of all believers*. Grand Rapids: Baker Publishing Group.
- Quartier, T. (2016). *Kiemcellen: Van klooster naar wereld*. Heeswijk-Dinther: Berne Media.
- Quartier, T. (2017). *Anders leven: Onderweg naar hedendaagse monastieke spiritualiteit (3e herziene druk)*. Heeswijk-Dinther: Berne Media.
- Reinders, M. (2016). *Heilig Vuur, een pioniersreis voor beginners*. Arnhem: Protestantse Kerk Amsterdam en V.O.F. Vindingrijk.
- Stoppels, S. (2013). *Oefenruimte, gemeente en parochie als gemeenschap van leerlingen*. Zoetermeer: Boekencentrum.
- Studiebijbel HSV*. (2014). Heerenveen: Royal Jongbloed.
- Thomas, G. (2010). *Jouw spiritualiteit: Geloven zoals je bent*. Amsterdam: Buijten & Schipperheijn Motief.
- Trommel, C., & Den Toom, M. (2017). *Waardevol Monastiek (Bachelor scriptie)*. Christelijke Hogeschool Ede.
- Troost, P. (2014). *Mindful met Jezus: Inwezig leven (3e druk)*. Utrecht: Kok.
- Van den Akker, N., & Nissen, P. (2009). *Wegen en dwarswegen*. Amsterdam: Boom.
- Verhoeven, N. (2014). *Wat is onderzoek?: Praktijkboek voor methoden en technieken (5e druk)*. Den Haag: Boom Lemma.
- Verhoeven, N. (2018). *Wat is onderzoek?: Praktijkboek voor methoden en technieken (6e druk)*. Amsterdam: Boom.
- Vrijdagkerk - Plantagekerk Zwolle*. (2019, 03 16). Opgehaald van Website van Plantagekerk Zwolle: <https://plantagekerkzwolle.nl/vrijdagkerk/>
- Waaijman, K. (2001). *Spiritualiteit, vormen, grondslagen, methoden (2e druk)*. Kampen: Kok.
- Williams, R. (2018). *Wat is heilig?: Christendom voor mensen van vandaag*. Heeswijk: Berne Media.
- Wright, C. J. (2011). *De Bijbelse missie, Gods opdacht voor zijn kinderen*. Barneveld: De Vuurbaak.

Bijlage 1: Vragenlijst met toelichting

Bij het samenstellen van de vragenlijst is er allereerst gekeken naar wat er aan thema's opgekomen is vanuit de literatuur. Vanuit hoofdstuk 3, dat gaat over de maatschappelijke en culturele ontwikkelingen die onderscheiden kunnen worden, zijn dit de volgende thema's:

- *individualisatie en eigen levensproject maken,*
- *fragmentatie,*
- *wegvallende grenzen,*
- *zoeken naar houvast,*
- *economisering van de samenleving,*
- *secularisatie van verlangen.*

Vanuit hoofdstuk 4 dat gaat over monastieke spiritualiteit / elementen en hoe dit theologisch kan worden verwoord, gaat het om de volgende thema's:

- *de kern; een ontmoeting met God en in Zijn aanwezigheid zijn,*
- *vormen (om tot de kern te komen); aandacht /focus, plaats/ruimte, structuur/ritme, liturgie en gemeenschap, stilte.*
- *effecten van een ontmoeting met God; gekend en geliefd weten, vrede, hart wordt geraakt, integratie, transformatie,*

Bij het samenstellen van de vragenlijst is ervoor gekozen om de bovenstaande thema's niet expliciet te benoemen, omdat dit te technisch zou lijken voor de geïnterviewden. Daarom is ervoor gekozen om andere vragen te stellen, maar wel met deze thema's in het achterhoofd, zodat hierop kon worden doorgevraagd.

De onderstaande vragen heb ik als leidraad voor het gesprek genomen. Soms lijken vragen dubbelop, maar ik hield ze achter de hand als men kort antwoordde en als ik door wilde vragen.

Interviewvragen:

Korte algemene vragen naar achtergrond, gezin, werk, eventuele christelijke achtergrond.

Sinds wanneer bezoek je Vrijdagkerk?

Welke onderdelen bezoek je?

Hoe vaak kom je?

Lid van een kerk? Zo ja, van welke?

Hoe vaak bezoek je een kerkdienst?

Leeftijd? Getrouwd? Kinderen?

Waar woon je? *(komen mensen ook van buiten Zwolle of alleen uit stad?)*

Wat doe je in het dagelijks leven? fulltime? *(Welke mensen komen hier? Degenen die druk zijn en ruimte maken of mensen die juist de ruimte hebben om te komen?)*

Waarom Vrijdagkerk / motivatie

Wat is de reden dat je Vrijdagkerk bezoekt? Wat zoek je daar? *(Vraag naar behoefte, ook gaf men vaak aan hoe men hier terecht kwam)*

Wat spreekt je daarin aan? *(Doorvragen op behoefte, waarin mensen vaak ook iets over kern, vorm of effecten kunnen noemen)*

Waarom bezoek je deze elementen en niet die andere? *(Door specifiek te vragen naar wat men niet aanspreekt in de andere elementen, hoor je ook iets over behoefte)*

Wat heb je nodig om je geloof te voeden? Hoe word jij geraakt in je geloof?

Op welke manier geef jij je geloof vorm? *(deze vragen beogen iets te weten te komen over hun spiritualiteit, geloofsbeleving a.h.v. Jouw spiritualiteit, Gary Thomas)*

Ben je introvert/extravert? *(ook geloofsbeleving en boekje McHugh over Introverten in extraverte samenleving. Zou er een verband zijn tussen introversie en monastieke/contemplatieve spiritualiteit en hun behoeften, ook vanuit Douma die het heeft over in-bundige werking van de Geest)*

Vrijdagkerk wordt geïnspireerd door het kloosterleven. Wat heb jij met het kloosterleven?

Heb je wel eens een klooster bezocht? Retraite of stilte wandeling? *(is er positieve/negatieve associatie met kloosterleven en hoe verhoudt dit tot al dan niet meedoen aan onderdelen Vrijdagkerk)*

Wat ervaren bij Vrijdagkerk? (Doel: wat vinden zij daar? Komt men tot een ontmoeting met God?)

Kun je een voorbeeld geven wat je hier heeft geraakt?

Wat doet dat met jou?

Hoe gaat deze ervaring met je mee?

Wat heb je hier ervaren van God?

Wat heb je hier geleerd (over jezelf)?

Vragen over de plek/ruimte als mogelijk huis voor de ziel, n.a.v. De Roest e.a.

Wat vind je hier bij Vrijdagkerk, t.o.v. de kerk waar je heen gaat?

In hoeverre voelt dit als een plek waar je je thuis voelt?

Wat neem je mee van hier als je weer naar huis/werk gaat?

In hoeverre ervaar je dit als een plek waar je geraakt wordt door een ander/de Ander?

Ervaar je dit als een plek waar je gevuld wordt? Kun je daar iets meer over vertellen?

Vragen n.a.v. cultuur (meer voor achter de hand)

Als we naar de huidige tijd kijken, dan zien we dat er veel mensen druk zijn, gehaast. De houvast is weg en moet zelf worden aangebracht. Herken je dit in je eigen leven? Hoe helpt Vrijdagkerk hierin?

Wat zou je nog willen toevoegen/ aanvullen aan Vrijdagkerk? Iets wat mist?

Hoe is het tijdstip voor jou? *(vragen naar behoefte structuur/ritme)*

Hoe ervaar je het verschil tussen voordat je hier kwam naar Vrijdagkerk en nu je hier daadwerkelijk aan mee doet? *(Deze vraag later toegevoegd, toen iemand dit aangaf n.a.v. de volgende vraag)*

Is er nog iets dat je wilt toevoegen? Is er nog iets dat ik niet heb gevraagd, wat je toch belangrijk vindt om nog te noemen? *(vanuit boek: Wat is Onderzoek?)*

Bijlage 2: Uitgebreide beschrijving van kern, vorm en effect van de monastieke spiritualiteit

Deze bijlage bevat een uitgebreide samenvatting van wat in hoofdstuk 4 is beschreven over kern, vorm en effect van de monastieke spiritualiteit.

Kern

Er is een grote overeenstemming te constateren als het gaat om de kern van de monastieke spiritualiteit: *God ontmoeten en in Zijn aanwezigheid verkeren*. Om het met de woorden van metropoliet Cyprianus van Oropos en Fili te zeggen, die geciteerd worden door Peters: “The goal of monastic life ... is *to be united to God by Grace*, to be ‘divinized’, all of it fervor is directed toward cleansing his heart of the passions and making it a bright throne and chamber where the Holy Trinity might dwell.” Of om het te zeggen met hoe Douma contemplatio beschrijft: dat heeft betrekking op de werkelijkheid die in Psalm 27 wordt uitgedrukt: *het zoeken en ervaren van de aanwezigheid van God, het zien en het aanschouwen van zijn lieflijkheid, het wonen in zijn nabijheid*. Douma verwoordt de monastieke en contemplatieve ervaring met een term van Benoît Standaert: *in de Jezus-ruimte zijn*, en benoemt de kern dan ook met de woorden: *een bezielende ontmoeting met Jezus Christus*.

De kern wordt soms in termen van ‘zien’ verwoord: *de ziel houdt een vaste blik op God* (die van ons houdt). Vaker nog gaat het om ‘horen’: het doel is *om Gods levende woord hier en nu te horen*, om de valse stemmen tot zwijgen te brengen en *de ware Stem te verstaan*.

In het algemeen wordt gezegd: een verlangen om te komen tot ‘de kern’. Dat verstaan we dus als de ervaring van Gods aanwezigheid, de ontmoeting met Hem. De Roest heeft het over (samen zijn rondom) ‘het centrum’. In zijn woorden – waarbij Douma aanhaakt – is dat centrum de levende persoon van Jezus Christus; vandaar dat Douma als doel (telos, in dit geval van lectio divina, dus één van de vormen) kan benoemen: een bezielende ontmoeting met Jezus Christus.

Vormen die noodzakelijk of behulpzaam zijn om te komen tot de kern

Hierbij noemen we als hoofdcategorieën: *liturgie* en *gemeenschap*. Onder liturgie kunnen we verstaan het geheel van: de Schrift (lectio divina), gebed, stilte, structuur en ruimte. Hieronder werken we deze woorden uit.

Als eerste noemen we dat inhoudelijk contact met God wordt gezocht door de *Bijbel* te laten klinken (waarbij belangrijk is het zingen van de Psalmen, zie Paul: hierdoor zingen we verlangen naar God in) en door *gebed*. Om vervolgens hiervoor ontvankelijk te zijn, is nodig: *aandacht*, focus, single-minded zijn, doelbewust zijn, zich richten op “het ene nodige”. Innerlijke concentratie, aandacht voor innerlijkheid is nodig. Om aandacht te krijgen en te houden is nodig:

- *eenvoud* en soberheid, waarmee afleiding op afstand wordt gehouden. Hiertoe werkt ook armoede mee. Je moet je leeg maken en het hart moet worden gereinigd (om een troon en een kamer toe te bereiden waar de Heilige Drie-eenheid kan wonen)
- een bepaalde *plaats* of *ruimte*, letterlijk en figuurlijk ruimte maken, afzondering (niet alleen om ergens weg te zijn – het lawaai, de andere stemmen, de chaos, de ruis, de afleiding – maar om ergens naar toe te gaan, beter: naar iemand toe te gaan. Hierbij hoort ook wat De Roest noemt: een thuis voor de ziel creëren. Hieronder noemen we ook: een veilige, beschermde plaats.

- *structuur*. Daarvoor wordt genoemd: ordening van de tijd, ritme (levensritme), getijden en leefregel (regel om naar te leven – bijvoorbeeld de benedictijner leefregel). Om te blijven in de structuur en het ritme is een mate van discipline noodzakelijk.
- *stilte*, uiterlijk, om te komen tot innerlijke rust en daardoor open oren, een open hart. Luisteren, ontvankelijkheid (gehoorzaamheid, zie ook discipline)

Ten slotte is *gemeenschap* een belangrijke factor in de monastieke traditie. We rekenen hieronder ook de waarde van *ontmoeting*, samenzijn, enzovoort. Zie hoe Douma schrijft over de collatio: het gehoorde woord gezamenlijk overdenken. Zie ook hoe Waaijman over de benedictijner spiritualiteit zegt dat door het gemeenschapsleven de zelfbetrokkenheid naar buiten wordt gebogen, men respect voor de ander oefent en zo de ziel naar God toe keert.

Tot 'gemeenschap' rekenen we ook de *gastvrijheid* die de monastieke traditie kenmerkt. In zieke, kwetsbare mensen, jongeren en gasten wordt door de monniken Gods aanwezigheid gezien. We horen hierin iets van welkom, genade en onvoorwaardelijke aanvaarding.

Effecten van de ontmoeting met God

Belangrijk is dat een enkele keer wordt genoemd wat er in die ontmoeting met en de aanwezigheid van God wordt ervaren: *zich gekend weten, zich door God geliefd weten*. Andere belangrijke effecten die in de ontmoeting en aanwezigheid bij God kunnen worden opgedaan, zijn:

- *Vrede*. Goddelijke *rust* ervaren die onze vervreemding heelt.
- Het vuur van *liefde* tot God en mensen wordt aangewakkerd.
- Niet alleen het verstand (dat blijft namelijk een instrument van beheersing), maar vooral *het hart* wordt geraakt.
- Het *gebed* wordt bevorderd en daarmee *bewustzijn van God*. Zie broeder Laurentius: jezelf houden in de heilige tegenwoordigheid van God.
- Je bouwt *een persoonlijke geschiedenis met God* op: Hij is jouw God, jij bent van Hem. Je weet je gekend en geliefd.
- *Integratie*: God wordt de rode draad in je leven. Dit is een belangrijk factor in de moderne tijd waarin grenzen wegvallen, het leven gefragmenteerd raakt en mensen hun eigen levensproject moeten runnen, met alle moeite die daarmee gepaard gaat.
- *Transformatie*: zie de woorden van Douma: groeiende omvorming van de persoon tot gelijkenis met Christus door de werking van de Geest.