

Een moment van bezinning

Sinds 1964 werken er humanistisch geestelijk verzorgers bij Defensie. Op dit moment is de humanistische dienst, naast de protestantse en de rooms-katholieke, uitgegroeid tot één van de drie grote diensten. De geestelijk verzorgers werken op verschillende locaties en bij diverse eenheden in Nederland en daarbuiten, ook tijdens uitzendingen. Het is vooral tijdens deze uitzendingen en tijdens oefeningen dat geestelijk verzorgers bezinningsmomenten organiseren.

Mijn eerste bezinningsmoment hield ik ruim elf jaar geleden tijdens een uitzending naar Banja Luka, Bosnië.

Als geestelijk verzorger was ik tijdens die uitzending aan een eenheid verbonden waarmee ik ook de voorbereidingen had meegemaakt. Voor ruim een half jaar was ik ‘hun’ GV’er. Het verzorgen van de bezinningsmomenten is dan slechts een bescheiden maar niet onbelangrijk deel van de werkzaamheden die je uitvoert.

Als geestelijk verzorger maak je deel uit van de eenheid waarbij je werkt. Dat betreft ook aspecten van de dagelijkse routine: je sluit aan bij de ochtendbriefing, het appèl, je drinkt samen koffie, eet samen, ontspant in dezelfde ruimte als iedereen. Daarnaast zoek je, afgezien van je individuele begeleidingsgesprekken, expliciet contact met de verschillende ‘werelden’

waarbinnen mensen leven: je loopt mee met een patrouille, je gaat een dag mee met de genie, je bezoekt de verschillende werkplekken op het kamp en soms ook daarbuiten en ontmoet zo de mensen in hun eigen leefwereld. Daardoor zit je als GV’er ook in dezelfde fase van de uitzending en maak je de praktische, mentale en emotionele ontwikkeling van ‘op uitzending zijn’ ook zelf door. Daarbij sluit ik als geestelijk verzorger ook in de bezinningsmomenten graag aan. Mijn eerste bezinning ging over het thema ‘Waarom bezinnen?’

‘Een bezinning is een moment om stil te staan. Letterlijk stil staan: tot rust komen of de rust nemen om stil te zijn. Maar het is ook ‘ergens bij stilstaan’, actief: jezelf een vraag durven stellen. Je afvragen wat het betekent om op uitzen- ►

ding te zijn. Waar we zijn en wat we doen. En misschien vooral waarom we dat doen.'
(Bosnië, 2002)

In deze bezinning heb ik stilgestaan bij de functie van een bezinning in de context van een uitzending. Dit onderwerp was zowel voor mijzelf als voor de mensen met wie ik aan het begin van een half jaar leven en werken in Bosnië stond, een logisch onderwerp. Ik ging iets doen wat nieuw voor mij was, zowel de uitzending zelf als het verzorgen van bezinningen. Ik wilde graag delen wat mijn motivatie was en vooral helderheid scheppen over wat mensen van mij tijdens deze momenten van bezinning kunnen verwachten.

Het organiseren en inhoud geven van een bezinning was nieuw voor mij en om die reden ook spannend. Aan de Universiteit voor Humanistiek was ik opgeleid in het spreken bij een uitvaart, had ik groepsdynamica gehad en was ik getraind in vormingswerk, maar een bezinning houden is echt iets anders. Ik was zoeken naar de juiste invulling en de juiste vorm.

Structuur

In de loop van de tijd heeft het bezinningsmoment voor mij een min of meer vaste structuur gekregen. Dit is voor mijzelf een prettige kapstok bij het vormgeven van de bezinning. Ook voor de mensen die een bezinning bezoeken, wordt het in de loop van een uitzending een herkenbaar kader.

Bij binnenkomst klinkt op de achtergrond rustige muziek. Omdat een bezinning vaak in

een ruimte plaatsvindt die ook andere functies heeft, verdient de aankleding van die ruimte aandacht. Ik zorg altijd dat de rustige sfeer wordt ondersteund door een ordelijke ruimte, stoelen netjes opgesteld, andere meubelstukken aan de kant, liefst uit het zicht. Een tafel met daarop een kleed, kaarsen en soms een boeket. De verlichting aangepast. Het zijn soms de details die maken dat de sfeer in een ruimte past bij een bezinnend moment.

Dan begint de eigenlijke bezinning: ik heet mensen welkom, introduceer het thema en laat muziek horen waarvan de tekst aansluit bij het thema of de sfeer van een bezinning ondersteunt. Ik brand een of meer kaarsen, bied mensen de gelegenheid zelf een kaars te branden en draai opnieuw muziek. Dan deel ik mijn gedachten met de groep rond het gekozen thema. De overweging vormt het hart van de bezinning. Hierin wordt het thema besproken en van meerdere kanten belicht. Ik kom daar later nog op terug.

Vervolgens lees ik een bijpassend gedicht of verhaal, laat ik voor de derde keer muziek horen en kom tot een afsluiting. Ergens in de overdenking betrek ik de aanwezigen expliciet bij de inhoud, door bijvoorbeeld een vraag te stellen waarover ik mensen aan het woord laat. Vaak is dat kort; soms ontstaat er een wat uitgebreider gesprek.

Door deze vaste structuur, maar ook door een aantal elementen uit de bezinning krijgt het moment ontegenzeggelijk een ritueel karakter. Ik sluit daarmee aan bij het pleidooi dat Moonen & Tuinman eerder in dit tijdschrift hielden

voor meer rituelen binnen de praktijk van de humanistisch geestelijke verzorging, omdat rituelen de zinervaring van mensen ondersteunen en versterken (2009).

Primitieve omstandigheden

Bedenk wel dat een moment van bezinning bij Defensie onder zeer uiteenlopende omstandigheden kan plaatsvinden. Vaak is de locatie een ruimte op het vaste kamp met stoelen, licht en andere faciliteiten. Soms zijn de omstandigheden primitief en moet je het doen met de middelen die voorhanden zijn.

Ik herinner mij een kerstavond op een patrouillebasis in Uruzgan (Afghanistan) waar ik, met slechts de spullen uit mijn rugtas, in een tent een bezinning heb gehouden. Er was slechts een versierde kerstboom in de tent die dienst deed als ontspanningsruimte, met van pallets gefabriceerde bankjes en tafeltjes. De enige spullen die ik bij me had voor de bezinning waren boxjes om de muziek van mijn iPod te versterken. De woorden die ik wilde spreken had ik puntsgewijs aangetekend in mijn opschrijfboekje. Dat werd een bijeenkomst met een bijzondere intieme sfeer die aansloot bij het overheersende gevoel: we zijn ver van huis onder primitieve omstandigheden, maar maken er met elkaar het beste van.

Deze bezinning mondde uit in een gesprek over wat Kerst voor iedereen afzonderlijk betekende en hoe het is om juist die periode van huis te zijn. Het gesprek ging niet alleen over het te moeten missen van de 'overdaad' die sommigen met Kerst associëren, maar vooral over de mensen in Nederland die ons dierbaar zijn. Het was uitzonderlijk dat dit gesprek zo

lang voortduurde met de hele groep, dat gebeurt onder andere omstandigheden niet snel.

Iedereen is welkom

De geestelijke verzorging bij Defensie is zo georganiseerd dat je werkt bij een eigen eenheid of tijdens uitzendingen de enige geestelijk verzorger bent op die locatie. Ik probeer daarom in mijn bezinning niemand buiten te sluiten, iedereen is welkom: humanist, agnost, ietsist, maar ook mensen die thuis naar de kerk zouden gaan. Ik wil iedereen die omstandigheden bieden waarbij hij zich thuis voelt en kan bezinnen. Ieder mens heeft volgens mij de behoefte om te reflecteren, stil te staan bij de zaken die belangrijk zijn in het leven. Die reflectie probeer ik in een bezinning te faciliteren.

Dat is iets anders dan 'algemene' geestelijke zorg. Ik geloof niet dat 'algemene' geestelijke verzorging bestaat. Ik ben humanist en zal vanuit die achtergrond een bezinning vormgeven. Dat betekent onder meer dat ik expliciet ruimte laat voor verschil. Voor mij is menselijke waardigheid en het besef dat wij gelijk in menselijke waardigheid zijn ondanks onze verschillen, een fundamenteel humanistisch uitgangspunt. Als ik vraag om 'een moment stilte om je af te vragen wat het thema voor jou persoonlijk betekent, of om te bidden als je dat wenst', dan probeer ik oprecht de ander in zijn overtuiging te respecteren.

Omdat we territoriaal georganiseerd zijn, waarbij slechts één geestelijk verzorger bij een eenheid is geplaatst, verwacht ik ook dat andere geestelijk verzorgers eenzelfde openheid aan de dag leggen in hun bijeenkomsten en niet uitsluitend 'voor eigen parochie preken'. Van de ►

meeste collega's bij Defensie weet ik dat zij daar op zeer zorgvuldige wijze mee omgaan.

Ervaring van zin

Kaarsen branden, een moment van stilte, een overdenking en muziek. Hoewel er over het algemeen sprake is van wederzijds respect, heb ik ook wel eens een collega horen zeggen dat humanisten op deze wijze 'kerkje spelen' en dus niet oprecht zouden zijn. En tijdens een uitzending waar ook een confessionele collega aanwezig was en ik wilde overleggen over een verdeling van de momenten van bezinning, kreeg ik te horen: 'niet op *mijn* zondagmorgen!'

Ik schrok van een dergelijke reactie, omdat ik ze niet had verwacht. Voor mij is het verzorgen van een bezinning geen spel, noch een wijze van zending bedrij-

ven. In mijn beleving is het een menselijke behoefte om soms stil

te staan. Stilstaan bij de dingen die we doen en meemaken, stilstaan bij wie of wat ons raakt en wat belangrijk is in ons leven, stilstaan bij wie we zijn en hoe we willen leven.

Die behoefte aan reflectie komt voort uit de algemeen menselijke behoefte om een zinvol leven te leiden. Volgens Frankl 'wordt de mens niet alleen gedreven door het lustprincipe (Freud) of door een machtsstreven (Adler), maar eerst en vooral door de wil een zinvol leven te leiden. Deze wil is naar zijn mening zo fundamenteel, dat beide andere strevingen gezien moeten worden als *'derivates of the original will to meaning'* (Frankl 1973, 17)' (Mooren 2010, 199-200). Mooren benoemt vervolgens een viertal bronnen van zin: het handelen, de

ervaring, gemeenschap en zingevingskaders. Expliciet de aandacht vestigen op wat we doen, hoe we dat ervaren, hoe we ons verhouden tot anderen en stilstaan bij de betekenis en de zin die we daar aan geven, zoals (humanistisch) geestelijk verzorgers doen tijdens een bezinning, kan dus bijdragen aan de ervaring van zin.

Humanistisch uitgangspunt

Dat iedereen welkom is bij de door mij verzorgde momenten van bezinning is niet het enige humanistische kenmerk en ook niet exclusief humanistisch. De inhoud van de bezinning is ongetwijfeld ook anders dan een dienst door een confessionele collega. Ik zal niet voorgaan in gebed. Er klinkt bij mij geen psalm of kerkelijk lied. Ik zal geen bijbellezing houden hoewel

ik soms wel uit de Bijbel citeer (zoals ik ook uit andere bronnen citeer). En ik zal in

mijn overdenkingen en teksten, bij de muziek die ik kies en de gedichten die ik voordraag, altijd uitgaan van de mens en van menselijke vermogens om de wereld en onszelf te leren kennen en te begrijpen.

Dit sluit aan bij een ander humanistisch uitgangspunt, namelijk dat de mogelijkheid en daarmee de uitdaging die het leven ons biedt is 'te worden wie we in potentie kunnen zijn'. Of in de woorden van de grondlegger van het levensbeschouwelijk humanisme in Nederland, Jaap van Praag: 'de aanleg die de mens als zodanig kenmerkt, zo volledig mogelijk tot ontplooiing te brengen' (Van Praag 1953, 31). Daartoe moeten we het leven niet gelaten laten passeren, maar onszelf vragen durven stellen,

ons laten uitdagen en scholen, kritisch naar onszelf durven kijken en durven twijfelen en tot nieuwe inzichten komen waarbij we oude denkbeelden achter ons moeten laten – onderzoek alles en behoudt het goede.

Thema's

Ook uit de themakeuze valt natuurlijk af te lezen dat het een humanistische bezinning betreft. 'Durf te kiezen!' als thema of 'Wie ben ik?' sluiten aan bij humanistische waarden van zelfbeschikking en zelfontplooiing.

Maar een groot aantal thema's krijgen pas in hun uitwerking een specifieke invulling. De manier waarop ik tegen 'Vrijheid' aankijk of tegen 'Geluk', verschilt mogelijk van het perspectief van een ander. Wat mijn visie humanistisch maakt, is dat ik dergelijke thema's altijd benader vanuit verschillende gezichtspunten en dat ik mijn standpunt altijd *voorlopig* inneem en daarbij opensta voor tegenargumenten en voortschrijdend inzicht. Het humanisme erkent namelijk de menselijke oorsprong van onze ideeën, van onze moraal en van onze gedachten over mens en wereld. En onder erkenning van onze menselijke feilbaarheid kent het humanisme dus geen absolute uitgangspunten (dogmatiek).

Toch ben ik als humanist en met mijn humanistische opvattingen en denkbeelden wel in beeld. Ik laat in mijn bezinningen zien waar ik sta in relatie tot het thema. Dat kan ook niet anders, naar mijn idee, maar roept wel een zekere spanning op. De spanning tussen de voorlopigheid van mijn opvattingen aan de ene kant en aan de andere kant de overtuiging dat ik goede argumenten heb voor wat ik denk.

Gemeenschap

De gemeenschap waarbinnen ik mijn bezinningen verzorg wordt sterk gekleurd door de context van Defensie. Militairen kennen een grote onderlinge loyaliteit en een sterke beroepsidentiteit. Zeker in de voorbereiding op en tijdens een uitzending is er een hoge mate van saamhorigheid en onderlinge verbondenheid. Daar moet je je als geestelijk verzorger bewust van zijn en je toe verhouden. Soms móet je iets met de scherpe randen van dit gegeven – zo belangrijk als de groep is, zo pijnlijk is het wanneer je daar net buiten valt. Vaak sluit je bij de verbondenheid aan, omdat je je bewust bent van de functie die een dergelijke onderlinge loyaliteit heeft: de militair is in het uiterste geval afhankelijk van zijn groep om te overleven.

Tegelijk is de gemeenschap een belangrijke bron van zin. Mooren (2010) beschrijft (de ervaring van) gemeenschap als een belangrijke bron van zin die doorlopend meespeelt in de humanistisch geestelijke verzorging, ook bij het organiseren van bijeenkomsten. 'Verschillende schrijvers relateren zingeving aan de behoefte opgenomen te zijn in sociale verbanden', schrijft Mooren en verwijst naar Baumeister die spreekt van een *'need to belong'* en McAdams, die *communion* beschouwt als een van de twee belangrijke motivationele disposities bij mensen' (Mooren 2010, 203-204). Vanuit die wetenschap worden onderwerpen als groepsvorming, (beroeps)identiteit, in- en uitsluiting, maar ook relaties met familie bijvoorbeeld, in gesprekken en tijdens bezinningen regelmatig gethematiseerd. ➤



Pieter Henket 'Rise', Hollywood, 2009

Het is dan ook niet voor niets dat de dienst humanistisch geestelijke verzorging bij Defensie het houden van bezinningsmomenten tijdens oefeningen en uitzendingen ziet als belangrijke mogelijkheid om de ervaring van zin van militairen te ondersteunen. Het is om die reden dat zij dit tot een van de kerntaken van de geestelijke verzorging rekent. <

Literatuur

Mooren, J.H.M. & I.N. Tuinman (2009). Eigenheid en verbondenheid. Over humanisme en rituelen. In: *Handelingen. Tijdschrift voor Praktische Theologie*, 2009/4, 26-37.
Mooren, J.H.M. (2010). Zinvol leven en de praktijk van het humanistisch raadswerk. In: H. Alma & A. Smaling (eds.). *Waarvoor je leeft. Studies naar humanistische bron-*

nen van zin. Amsterdam: Humanistic University Press/ SWP, 199-208.
Praag, J.P. van (1953). *Geestelijke verzorging op humanistische grondslag*. Utrecht: Humanistisch Verbond.

Norbert (drs. N.D.) de Kooter is afgestudeerd aan de Universiteit voor Humanistiek (Geestelijke Begeleiding) en werkt sinds 1999 als humanistisch geestelijk verzorger bij Defensie. Op dit moment vervult hij de functie van stafmedewerker inhoudelijk beleid van de dienst.
[e-mailadres]