

Viering 'Spiritualiteit van de zintuigen'

Ann Van Canegem

11 maart 2007

Welkom in de wereld van de zintuigen. We verwelkomen jullie graag in geuren en kleuren, met mooie dingen en woorden die zinnenstrelend zijn.

In de wereld van vandaag spreken reclame en media voortdurend onze zintuigen aan. Vele wellnesscentra verrijzen. Tijdschriften staan bol van informatie over allerlei kuren en methoden om te ontstressen. Onze zintuigen worden aangesproken via aroma- en kleuretherapieën, massages, baden, enz. Het gevaar is reëel dat men bij dit alles te veel bij de uiterlijke dingen blijft hangen en weinig of niet naar de diepte van de ziel gaat. Een simpele maar liefdevolle aanraking kan nochtans soms meer effect hebben dan een massage.

We zijn in de vasten, een tijd van onthechten en versoberen. Vasten maakt de zintuigen open. Te veel consumeren verdooft ons. Versoberen is dan ook nodig en zinvol. Een gezonde onthechting kan ons weer sterker verbinden met onze zintuigen, ons openen voor dieper voelen, verder kijken, werkelijk luisteren, intenser ruiken en fijner proeven. Misschien kan deze tijd daartoe een uitnodiging zijn voor elk van ons.

Vanuit deze oproep stellen we ons in het licht van het goddelijke, dat hier en nu, altijd en overal, in alles en allen aanwezig is. We openen ons voor een stukje evangelietekst.

Hij vertrok weer uit de omgeving van Tyrus en ging via Sidon naar het meer van Galilea, dwars door het gebied van Dekapolis. Daar werd iemand bij hem gebracht die doof was en gebrekkig sprak, en men smeekte hem om deze man de hand op te leggen. Hij nam de man apart, weg van de menigte, stak zijn vingers in diens oren en raakte met speeksel zijn tong aan. Hij sloeg zijn blik op naar de hemel, zuchtte diep en zei tegen hem: "Effata!" Dat betekent: ga open. Meteen gingen zijn oren open, zijn tong kwam los en hij kon normaal spreken. Hij beval de omstanders aan niemand te vertellen wat er gebeurd was; maar hoe strenger hij het hun verbood, hoe meer ze het rondvertelden. (Marcus 7, 31-36)

Wanneer we de verhalen lezen waarin Jezus mensen geneest, dan valt het op dat hij daarbij meestal de mensen aanraakt en dat die aanraking helend en genezend is en mensen weer bij zichzelf brengt. De verhalen van Jezus' omgang met mensen zijn heel zintuiglijk. Jezus ziet mensen écht en luistert werkelijk naar hun woorden en naar hun hart. Hij raakt mensen aan en raakt hen daarmee ook in het hart en de ziel. Een ontmoeting met hem is een heelmakende ervaring.

In de bijbeltekst van vandaag over de genezing van de doofstomme geeft Jezus een bevel aan de zintuigen van de man: effata, ga open. Dit duidt aan dat Jezus belang hecht aan de zintuigen en bekommerd is wanneer er iets mis mee gaat. Met het openen van de oren en de mond van de man geeft Jezus hem zijn taal terug en tevens het vermogen om de taal die de wereld spreekt en fluistert weer te kunnen horen. Het is een prachtig geschenk van Jezus, want doof en stom zijn, vernauwt de communicatie en verengt het beleven. Het sluit een mens af, want zintuigen zijn verbindend en communicatief.

Jezus raakt de tong van de man aan met zijn eigen speeksel. Een zeer intiem gebaar. Daarmee raakt hij ook het vermogen tot proeven aan. Opnieuw een teken waarmee hij de waarde van de zintuigen erkent en ze heelt wanneer ze falen. Zo verbindt Jezus de mens opnieuw met zijn vermogen om de wereld te kennen en op een unieke manier te beleven.

Vanuit de kerk is er eeuwenlang een heel andere benadering van de zintuigen geweest. Ze werden vaak in een zondig daglicht gesteld. Men ging uit van de stelling dat sensualiteit niet kan samengaan met spiritualiteit. Van in den beginne nochtans heeft God de mens middenin een prachtige tuin gezet die een feest is voor de zintuigen: de aarde met al zijn geuren, kleuren en levende wezens.

Wanneer we het heelal en de aarde bewonderen, voelen we ons verbonden met 'het Al'. Religie *IS* verbonden zijn. Het beleven van het schone geeft ons vleugels en vervult ons met een groot respect voor al wat is. In het aanschouwen van schoonheid met al onze zintuigen wordt de poort naar onze ziel geopend en daarmee het venster op God. Het diepe mysterie dat wij God noemen, is wel degelijk zintuiglijk waarneembaar. Als onze zintuigen zich openen voor de wereld, is het eerste wat ze ontmoeten de tegenwoordigheid van onze ziel. Wanneer we daarmee verbonden zijn, worden onze lichamelijke gewaarwordingen en onze kwaliteiten versterkt. Een lichte bries kan voelen als een liefdevolle streling en bij een kort oogcontact met een vreemde kan je een glimp opvangen van de genade van liefde die eeuwig is.

Onze zintuigen verbinden ons nauw met het goddelijke in en rondom ons. Te lang hebben we geloofd dat het goddelijke enkel buiten ons is. God manifesteert zich echter ook binnenin ons. Precies daardoor kunnen wij onszelf beleven als een deel van het grote geheel en weten wij ons verbonden met al wat leeft.

Onze zintuigen zijn de poorten waarlangs de geestelijke wereld binnenkomt. Het zijn contactpunten, wegen die ons ten diepste thuis kunnen brengen, gidsen die ons diep in de innerlijke wereld van ons hart voeren. Daarom mogen we spreken van 'de spiritualiteit van onze zintuigen'.

Leonardo da Vinci zegt: "Je ervaringen zijn een bron van wijsheid als je weet hoe je moet kijken." Hoe meer we onze zintuigen op scherp zetten, hoe intenser we de wereld beleven. Via het ruiken, voelen, zien, horen en smaken worden we gewaar, voelen we dat we leven. Het zijn kanalen waarlangs veel informatie tot ons komt. Het zijn sleutels die de deuren naar onze ervaringen openen. Kennis komt in grote mate van onze zintuigen. Ook dingen die niet goed voelen, slecht ruiken, vies smaken, pijn doen, worden we gewaar via onze zintuigen. Ervaringen via onze zintuigen zijn intens. Onze zintuigen zijn grote poriën waarlangs we de wereld binnenlaten.

In het moment waarop we onze zintuigen scherp stellen, is eeuwigheid voelbaar. We vangen een glimp op van de oneindigheid, de eeuwigheid. William Blake zegt het zo: "Als de poorten van onze waarneming helder zouden zijn, dan zou alles eruitzien zoals het werkelijk is: oneindig."

In die beleving is er geen tijd meer. Er is alleen maar *NU*. De tijd staat stil. We zijn in 'een flow': zodanig opgenomen door de ervaringen via onze zintuigen dat er alleen nog een bewust *ZIJN* is. Daar bestaat een mooi woord voor: genieten.

In het boeddhisme spreekt men van zintuigen of gevoelsorganen die de hele beleving van de wereld door de mens omvatten. Deze term 'gevoelsorganen' zegt veel over wat zintuigen zijn: antennetjes die de wereld voelen en vertalen.

Wij kennen ook het zesde zintuig: de intuïtie, een soort waarschuwingssignaal. Het situeert zich voorbij het zintuiglijke. Het is naar binnen gericht. Het spreekt tot ons in de stilte van onze binnenwereld. Wanneer we mediteren of in rust zijn, krijgt de stem van dat zintuig de kans om gehoord en gevoeld te worden. Het lijkt zich te situeren in onze buik en het doet ons voelen wanneer iets of iemand goed voelt of niet. Dat extra zintuig laat ons ook aanvoelen wanneer iemand in nood verkeert. Dat gebeurt vooral met mensen met wie we diep verbonden zijn.

Het zesde zintuig laat ons voelen dat er meer is onder de zon dan hetgeen uiterlijk waarneembaar is. Dankzij dat zintuig worden we een andere wereld gewaar die versluierd is, maar waar we af en toe een glimp van kunnen opvangen en ontvangen.

Het is een uitdaging voor de mens om dat zintuig au sérieux te nemen. In een wereld waarin we bewijzen willen voor alles, is de subtiliteit waarmee dat zintuig zich manifesteert geen evidentie. We gaan gauw twijfelen aan ons gevoel en aan onszelf.

Kinderen zijn bij uitstek zintuiglijk. Zintuiglijkheid is de weg waarlangs zij de wereld verkennen en leren kennen. Ze stoppen alles in hun mond om te proeven en te voelen; ze betasten het; ze ruiken eraan en ze rammelen ermee om te horen of er geluid in zit. Hun zintuigen zijn onlosmakelijk verbonden met het ontdekken en definiëren van hun leefwereld.

Wij zijn dat kind in ons een beetje verloren. Het is op de achtergrond geraakt door zoveel dingen die ons inpalmen, waarmee we druk doende zijn. Van het kind kunnen we leren om ons compleet onder te dompelen in wat we aan het doen zijn, in het hier-en-nu-moment. Zo krijgt het leven meer smaak.

Fijngevoeligheid vindt zijn voedingsbodem in zintuiglijkheid. Het bevrijdt ons van de dominantie van het hoofd. We zitten te vaak in het denken, in het cognitieve, waardoor het voelen op de achtergrond geraakt en we van de waardevolle informatie vanuit onze buik, vanuit ons zesde zintuig verstoken blijven. Met onze zintuigen komen we los van het denken.

Door het aanspreken van de hele mens kan er een geaarde spiritualiteit ontstaan, een spiritualiteit van hemel en aarde, van evenwicht. Via de zintuigen zijn we eigenlijk in staat de hemel op aarde te beleven. Zij maken ons leven tot een intense ervaring, een sensueel feest.

Seksualiteit is binnen de kerk al even moeilijk als sensualiteit en het is behept met een zondig predikaat. Dat getuigt van een diep wantrouwen jegens het lichaam. Toch zijn we zo geschapen dat er een verlangen naar vereniging met de andere in elke mens ligt. Ons lichaam is een sacrament, een zichtbaar teken van de genade van God, een heilige toegang tot de wereld van de ziel. Het verdient daarom respect, koestering en een begrepen worden in zijn spiritualiteit, zijn sensualiteit en zijn seksualiteit.

Het lichaam is een heilige tempel, het is vol van vitale goddelijkheid. Het geeft aan dat het zinnelijke in de diepste zin heilig is. De mens werd ontworpen met heerlijke voertuigen, die mee zin geven aan zijn bestaan en hem op een unieke manier de wereld, zichzelf en de anderen laat ervaren.

In onze seksualiteit varen we volkomen op onze zintuigen. Wanneer iemand jou met liefde aanraakt, streelt, kust, knuffelt, geeft dat een heerlijk, helend gevoel. Het gevoel dat je er mag zijn, dat je het waard bent aangeraakt te worden. Je wordt gezien, bemind, aanvaard. Wanneer mensen elkaar aanraken en strelen louter uit begeerte, dan ontbreekt er een dieper gevoel van vervulling. Liefde is de voorwaarde. Liefde spreekt doorheen de zintuigen. Liefdevol aangeraakt worden is helend. Puur voedsel voor de ziel en het hart!

Graag wil ik eindigen met dit prachtige citaat van Elisabeth Millar.

“Laten we wijs genoeg zijn om te midden van de eisen en afleidingen van ons dagelijks leven steeds een moment stil te staan om de ons omringende schoonheid écht te zien, het geluid van vogelzang te horen, een perzik te proeven, de rozen te ruiken en onze geliefde aan te raken.”