

Deel 1: een gave voor harmonie

Het leven is een wonder, althans ik vind het een wonder, het gaat mijn verstand te boven en kan mijn gemoed tot tranens toe vullen. Dat laatste is er een beetje over, maar een pas geboren baby of een prachtige zonsondergang, of hemelse muziek – ook dat is indirect leven – dat doet iets met een mens. Ik had het geluk te mogen studeren, ben nogal wetenschappelijk aangelegd en heb voldoende noties van natuurkunde en biologie om achterover geblazen te zijn van de oorsprong en evolutie van 'leven', van hoe de wereld en het leven in elkaar zitten. Het is ongelooflijk verbazend hoe atomen en elektronen op ingenieuze wijze ons leven vorm geven. Die kennis en de hogervermelde gemoedservaringen/emoties zijn, al dan niet samen, de toegangspoorten tot mijn spiritualiteit, mijn wijze om mijn leven vorm te geven.

In het begin was er een big bang en die big bang veroorzaakte én de tijd én het heelal. Wanneer de tijd begint bij de creatie van het heelal, kan je nooit weten wat er vóór de big bang was of wat/wie die veroorzaakt heeft. Er was geen vóór. Het idee dat er iets moet geweest zijn en niet niets, is dus zinloos en er een hele filosofie op bouwen is als een bouwsel op los zand. De big bang gebeurde 13,8 miljard jaar geleden en bij die bang dijde het heelal razendsnel uit, quasi onmiddellijk vertraagde de uitdijning om massa te vormen en zo uiteindelijk leven mogelijk te maken. Sedert 5 miljard jaar is de uitdijning weer versneld, het waarom blijft een mysterie. In dat ganse proces is de juiste snelheid van uitdijning en de juiste temperatuur van afkoeling van uiterst belang om later leven mogelijk te maken. Een onooglijk kleine afwijking van de temperatuur op cruciale momenten in de uitdijning en er was van ons leven op aarde geen sprake geweest. Zo zijn er honderden parameters in de evolutie die door een 'gelukkig toeval' een bepaalde waarde hebben waardoor later leven kon ontstaan uit sterrenstof.

De ontzagwekkende complexiteit van het leven op aarde berust op een onvoorstelbaar groot aantal toevalligheden die de loop van de kosmologische en biologische evolutie hebben beïnvloed. Aan de hand van de wetten van de kwantumfysica zijn heel recent gezagsvolle kwantumfysici en evolutiebiologen tot de vaststelling gekomen dat hoger vernoemd 'gelukkig toeval' eigenlijk geen toeval is en niets te maken heeft met een schepper of met een aarde die van buitenaf zou bestuurd worden. Het heelal is een soort plastische zelforganiserende entiteit waarin allerlei patronen als vanzelf verschijnen. Die zelfcreatie is wetenschappelijk te verklaren, waarbij de zogenaamde toevalligheden beantwoorden aan de wetten van de kwantummechanica. We hebben geen schepper nodig om het leven te verklaren, het wonderbare leven is een voortdurende creatieve schepping van zichzelf. Het leven is eeuwige zelschepper. Dit begrip is zo abstract dat sommige mensen het woord

'God' willen blijven gebruiken – en waarom niet. Iedereen zoekt zijn eigen weg om zijn spiritueel bewustzijn te ontdekken naargelang zijn (godsvrucht en) bewustzijnsontwikkeling.

Over kwantumfysica.

Kwantumfysica is de natuurkunde van de kleinste deeltjes, de elektronen en atomen, en die gedragen zich absurd. Wat ze doen, gaat volledig tegen onze intuïtie in. Vroeger dacht men dat de kwantumwetten enkel voor die kleinste deeltjes golden, maar meer en meer ontdekt men dat de klassieke natuurwetten van onze leefwereld slechts een statistische weerspiegeling zijn van een enorm groot aantal kleine deeltjes. En ook wij bestaan uit elektronen en atomen en ondergaan dus die absurde werking. Vele processen die leven mogelijk maken, reageren volgens de principes van de deeltjesnatuurkunde. Klassieke voorbeelden zijn de bladgroensynthese en het magnetisch kompas van trekvogels. Aan de hand van de kwantumfysica hebben kosmologen ontdekt dat leven een zelforganiserende creatie is.

De kwantumfysica leert ons ook dat je niet langer van zekerheden kunt spreken, maar in de plaats daarvan, moet je het hebben over mogelijkheden en waarschijnlijkheden. Dat verstoort ons klassiek denken. Er zit veel klassieke logica in de bewering dat er ook vóór de big bang iets moet geweest zijn. Maar dat kan je niet hard maken volgens de deeltjesfysica, hoe absurd het ook klinkt voor ons menselijk denken. Op dingen waar je niets over kunt weten, bouw je het liefst geen filosofie.

Ook wij zijn een gelukkig toeval. Wij zijn deel van dit Leven, ieder van ons is een onooglijk klein deeltje van het grote geheel. Maar zonder ons als individu is het geheel niet af. Allemaal zijn we deel van het wonderbaarlijke Leven. Zoals alle andere elementen van de natuur worden we geconcipieerd als prachtige schepsels van het wondere Leven. We helpen het Leven scheppen, we dragen bij tot de schepping door ons 'er zijn'. Onze persoon is niet langer het belangrijkste, de evolutie van het geheel primeert. Als we naar die evolutie kijken, stellen we vast dat die niet gebeurt volgens wat wij als individu 'rechtvaardig' vinden. De natuur is wonderbaar en de evolutie is een complex gegeven maar strookt niet met onze aardse ideeën over rechtvaardigheid en perfectie. Wanneer mensen een natuurlijke dood sterven, hebben ze niet allemaal dezelfde leeftijd. We krijgen niet allemaal hetzelfde lichaam en dezelfde mogelijkheden. We leven niet allemaal in een vriendelijke omgeving of in een tijdsgewricht waar vrede heerst. Mensen zijn 'slechts' een onderdeelje van een fantastische natuur en evolueren met vallen en opstaan. Evolueren vraagt offers, keuzes maken, wroeten én genieten.

We zijn het gewoon om causaal te denken. Oorzaak en gevolg. Maar het leven zelf is niet causaal. Niet alle embryo's groeien uit tot levensvatbare baby's, wat heel erg is voor wie het meemaakt, maar wat terzelfdertijd bijdraagt aan die wonderbare natuur.

Daarom zijn we nooit 'slechts' een deeltje, maar dragen we altijd bij, onder één of andere vorm, tot een groter magnifiek geheel. Al blijft het gevoelsmatig moeilijk om zo de wereld te bekijken. Maar het kan niet anders.

Als mensen ondergaan we niet alleen de evolutie, we hebben er in beperkte mate ook iets aan te zeggen. We ondergaan onze omgeving en beïnvloeden ze. We beïnvloeden ze door de natuurlijke evolutie uit evenwicht te brengen en dat doen we alleen al gewoon door te leven. Eén van de prachtige zaken aan het leven is de dynamiek tussen tegengestelden. Chinezen noemen die yin en yang en in het ideale geval houden ze elkaar in evenwicht. De natuur is soepel en plastisch en herstelt voortdurend zichzelf, tenzij ze te ver uit evenwicht

gebracht wordt. Dan krijgen we problemen, waarvan de klimaatproblematiek momenteel het meest in het oog springt. Op het lichamelijke vlak functioneren we door evenwichten te verstoren en kunnen we ziek worden. Als het niet te erg is, volgt een spontane genezing. Als het iets erger wordt, hebben we gelukkig onze geneeskundige kennis, maar ook die heeft zijn limieten. Op het mentale vlak is er een fluctuerende dynamiek en mogen we, zoals hierboven vermeld, de begrippen rechtvaardigheid en 'gelijke kansen' in ons functioneren vergeten. Door ons gedrag verstoren we de evenwichten die ons in balans moeten houden. Maar ook de mensen rondom ons kunnen ons uit evenwicht brengen door ons de duivel aan te doen. We moeten sterk staan in het leven om in vrede te overleven.

Wat ons hier bijzonder interesseert is het evenwicht tussen de egocentrische en de altruïstische reflex. Met beide reflexen in perfect evenwicht zijn we ontworpen. Met ons egocentrisch gedrag overleven we in een niet altijd vriendelijke omgeving en dat hebben we nodig. Egocentrisme is niet per sé slecht. Harmonisch samenleven is het gevolg van ons altruïstisch gedrag en we kunnen niet zonder. Yin en yang. In onze cultuur ondergaan we willens nillens de overstimulering van de egocentrische neiging en dit van de wieg tot het graf en dat verhindert een juiste balans tussen geven en nemen. Een juiste balans tussen een gezond ego opbouwen en het weer overstijgen. Om die balans te vinden en dus ons ego te temperen zijn er meerdere methodes zoals humor, zelfrelativering en de dialoog tussen mensen, maar één van de meest efficiënte methodes blijft volgens mij nog altijd het gebruik maken van religiositeit, ons religieuze talent. Daarom hebben we religie zo hard nodig. In essentie is mijn spiritualiteit de weg gaan om het evenwicht te hervinden tussen aandacht voor mezelf en aandacht voor de ander, maar niet zomaar. Om dit evenwicht te vinden, doe ik beroep op een innerlijke kracht die eigen is aan iedere mens en die kracht noemen we religiositeit. Je kan die kracht opwekken en door oefening stimuleren, door allerlei zaken die alle religies door de eeuwen heen toegepast hebben. Gebed, meditatie, rituelen, gezang, discussie en allerlei gebeurtenissen die verwondering veroorzaken.

Bij mediterende Boeddhistische monniken heeft men tijdens de meditatie hun hersenen gescand en gezien dat hersendeeltjes onderdrukt worden die verantwoordelijk zijn voor de scherpe afbakening tussen onze persoon, ons zelf, enerzijds en de omgeving anderzijds. Zo vervaagt de grens tussen ons en de omgeving. Dat wat het bewustzijn binnenkomt op dat ogenblik ervaren we dan als een deel van onszelf. In zijn meest doorgedreven vorm komt er een ik-beleving van totale eenheid met dat wat het bewustzijn binnenkomt. Maar dit laatste komt zelden voor. Hoe effectiever we omgaan met het stimuleren van religiositeit, hoe meer we ons vereenzelvigen met de andere en hoe groter het mededogen wordt, de spontane aandacht voor de ander.

De wijze waarop we dit realiseren, de wijze waarop we die weg gaan, noemen we spiritualiteit en vele wegen leiden naar 'Rome'. Zowel de Franciscaanse als de Benedictijnse spiritualiteit, de katholieke als de protestantse, de islamitische als de christelijke spiritualiteit, jouw spiritualiteit of de mijne, allen leiden ze naar het herstel van het evenwicht tussen overleven en samenleven, allen helpen ze op de weg naar een gelukkig leven.

*Dit is het verhaal van spiritualiteit anno 2023. Maar het is meer dan alleen een uit de duim gezogen verhaal. Het is wetenschappelijk verantwoord en steunt terzelfdertijd op de ervaring van religies wereldwijd.
Op de website van Ginkgogroep vind je ondersteunende teksten.*

Deel 2: spiritualiteit en bewustzijn
in ontwikkeling

