

INSPIRATIEREIS: VORMGEVEN IN EEN RESONANTIERUIMTE

Vindplaats zingeving



Keynote inspiratiedag Zin

BEATRIJS HOFLAND, GEESTELIJK VERZORGER



De weerklink van compassie: vormgeven in een resonantieruimte

Inhoud

Inhoud

1. Inleidend: inspiratievevolle resonantieruimte	2
Stappen	5
2. Het mysterie benaderen via inspiratie, compassie en resonantie	5
2.1 Inspiratie: het begin van beweging	5
Inspiratie als existentiële openheid	6
Inspiratie als relationeel fenomeen	6
2.2 Compassie: zien met het hart.....	6
2.3 Resonantie: wanneer alles gaat meetrillen	7
3. Dialectische verhouding tussen resonantie, compassie en design thinking.....	8
3.1 Resonantie en compassie	8
4. Vormgeven in een resonantieruimte.....	9
4.1 Geleefde werkelijkheid	9
4.2.Compassie, resonantie en designthinking	9
5. De onmaakbaarheid van het bestaan.....	11
6. In beweging komen: handelingsperspectieven en blik op de toekomst.....	13
Bronnen	16
Websites	17

1. Inleidend: inspiratievevolle resonantieruimte

De mens is als een huis met zeven kamers. Zeven kamers die staan voor je dagelijks leven. Stel je het zo voor: iedere dag van je leven verblijf je korter of langer in een van deze kamers. Er is een kamer van werk en leren. Een kamer van ontspanning en een kamer van dromen. Een kamer van bezinning, één van creatief zijn, spelen en een kamer van (ver)zorgen en tot slot één van communiceren. In al deze kamers verblijven we. Gedurende een dag, een week, een jaar, een leven. Resonantieruimte, dat is het kenmerkende woord voor wat je in deze kamers hopelijk aantreft.

We betreden niet alle kamers even vaak. Maar soms zou dat wel wenselijk zijn. Want in een wereld die steeds complexer en sneller lijkt te worden, groeit de behoefte aan betekenisvolle verbinding. Verbinding met onszelf, met anderen, en met de wereld om ons heen (Hofland, 2021b). Ik ervaar in mijn werkpraktijk als geestelijk verzorger een diep verlangen en misschien wel noodzaak om recht te doen aan dat wat je opmerkt aan zinloosheid, vervreemding, afwezigheid van resonantie. Om als geïnspireerd en inspirerend mens iedere ontmoeting opnieuw vorm te geven. Om recht te doen aan ogenschijnlijk simpele vragen:

- Op welke plek voel jij je thuis?
- Op welke manier maak jij je omgeving een stukje mooier?

Voorzichtig ben ik gaan zoeken naar voorlopige antwoorden die weerklinken met de diepe wens om de ander werkelijk nabij te kunnen zijn. En vandaag neem ik jullie mee op deze zoektocht.

Mijn eerste vindplaats is de resonantietheorie, zoals uitgewerkt door Duits socioloog Hartmut Rosa. Dit is een filosofisch- sociologische benadering die uitlegt hoe mensen zich op een zinvolle manier kunnen verbinden met de wereld. Volgens Rosa is resonantie een fundamentele menselijke ervaring waarin er sprake is van een wederzijdse aanraking tussen mens en wereld – waarbij iets je raakt, en jij ook terug kunt antwoorden. Dit staat tegenover wat hij vervreemding noemt, waarin mensen de wereld als kil, stil of onverschillig ervaren (Rosa, 2019).

Een tweede vindplaats vond ik bij schrijvers en meditatie beoefenaars in compassie en zelf-compassie. In het kort: compassie is het herkennen van andermans lijden én de wil om dat lijden te verlichten. Karen Armstrong, schrijver van onder meer: *Twelve Steps to a Compassionate Life* (2011) en initiatiefnemer van het Handvest voor Compassie (Charter for Compassion), benadrukt dat compassie geen vaag gevoel is, maar een daadkrachtige levenshouding. Compassie begint bij zelfcompassie en vraagt om bewuste keuzes in denken en doen.

Compassie is daarmee een krachtige weg naar verbinding, gerechtigheid en vrede in de wereld.

“Compassion is not an option. It is the key to our survival.” (Armstrong, 2011).

Hierin weerklinkt heel duidelijk een moreel appèl aan ons als zorgverleners: waar je het lijden opmerkt, dien je te zoeken naar wegen om dit te verlichten. Natuurlijk kan dit ook door het ‘op je handen blijven zitten’, het uithouden, verstillen, vertragen. De wereld van de trage vragen is ons als geestelijk verzorger zeer bekend. Dat betekent echter niet dat we in de wereld van trage antwoorden hoeven te blijven. Het wordt pas’ helder wanneer het precies is, en pas echt deelbaar wanneer het concreet is’, naar de woorden van Martin Walton, emeritus hoogleraar geestelijke verzorging en pastoraat. Geestelijke verzorging is een praktijk die belichaamd is – ze raakt niet alleen het innerlijke, zoals geest en ziel, maar spreekt ook het lichaam, de zintuigen, lichaamstaal en relaties van mensen aan, aldus Walton. En, zoals hij benadrukt: ‘onderzoek het geestelijke, maar blijf bij het concrete’ (SmalCWalton, 2021).

Dat brengt me naar de derde vindplaats in onze zoektocht: die van de concrete vormgeving en in het bijzonder de methode van design thinking (Höber, 2024). Design thinking is een hands-on methode om vernieuwende oplossingen te ontwikkelen met de mens als uitgangspunt (<https://www.iph.nl/evaluatiwijzer/innovatiemethode-design-thinking/>). In plaats van te focussen op het probleem, draait het om het vinden van bruikbare oplossingen. Je vertrekt vanuit het perspectief van de eindgebruiker om het vraagstuk helder te formuleren, en genereert vervolgens zo veel mogelijk ideeën – idealiter samen met alle betrokken partijen, zoals organisaties of individuen die iets met het vraagstuk te maken hebben. De meest kansrijke ideeën worden uitgewerkt tot een prototype, dat direct in de praktijk getest wordt. Die test geeft waardevolle feedback: je ziet meteen wat werkt en wat niet, waardoor je snel verbeteringen kunt aanbrengen. Dankzij deze korte terugkoppeling blijf je niet hangen in theorieën of overwegingen aan het begin, maar beweeg je al doende steeds dichterbij een werkbare oplossing.

De methode Design Thinking kent 5 fasen.

1. Inleven met empathie
2. Probleem definiëren
3. Ideeën bedenken
4. Prototypes bouwen
5. Testen

Nu we hebben verkend dat er langs de route van onze inspiratiereis drie vindplaatsen zijn: die van resonantie, compassie en design thinking, komt als vanzelf de volgende vraag op. Hoe verhouden deze begrippen zich tot elkaar? En, nu komen we bij het doel van onze reis, een antwoord zoeken op onder meer deze vraag:

Op welke manier kan inzicht in de verhouding tussen compassie, resonantie en design thinking een denkkader voor geïnspireerde geestelijke verzorging bieden?

Hoewel deze concepten op het eerste gezicht uit verschillende domeinen lijken te komen – van filosofie en psychologie tot technologie en kunst – zal ik de gedachte uitwerken dat ze samen een krachtig raamwerk vormen voor mensgericht denken en handelen. Een denkkader dat uiteindelijk een compassievolle werkpraktijk betekent waarin de ontmoeting met de ander op meerdere lagen voelbaar en tastbaar wordt. We kunnen dat echter niet zonder conceptualisering die zowel de multidisciplinariteit van deze begrippen erkent als een inspirerend licht werpt op wat ze kunnen betekenen voor het eigene van de werkpraktijk van geestelijke verzorging.

Voor een dergelijk vakoverstijgend begrip van ontmoeting met de ander gaan we te rade bij Ehrhard Weiher, bij leven geestelijk verzorger in de universiteitskliniek van Mainz en schrijver van diverse werken over spiritualiteit in de zorg. Dankzij hem heeft het begrip ‘alledaagse spiritualiteit’ handen en voeten gekregen en wordt nog steeds overal het ‘luisteren in lagen’ gebruikt om de palliatieve zorgpraktijk concreet in te vullen, zoals in de richtlijn spiritualiteit en zingeving in de palliatieve fase (*Zingeving en Spiritualiteit in de Palliatieve Fase*, z.d.). Zijn onsterfelijke woorden: *Bahnhofsfragen bedürfen Bahnhofsantworten*, zijn voor mij een leidraad geworden, maar wat dat betekent, wordt hopelijk duidelijk aan het eind van deze voordracht. Dus blijf vooral aandachtig luisteren!

Weiher zegt over ontmoetingen en spiritualiteit in het bijzonder dat in iedere ontmoeting spiritualiteit aanwezig is. (Weiher, 2009, 2024). Weiher beschrijft spiritualiteit als elke ervaring – positief of negatief – waarin een mens zich verbonden voelt met wat hij aanduidt als het ‘geheimenis’. Dit geheim moet niet worden opgevat als iets dat geheim moet blijven, maar als een symbool voor het ongrijpbare aspect van het leven, dat tegelijkertijd diep waardevol en inspirerend is om mee te leven. Hij maakt een onderscheid tussen alledaagse spiritualiteit, die zichtbaar wordt in hoe mensen betekenis geven aan dagelijkse gebeurtenissen en daarin iets van het ‘heilige’ ervaren, en geloofsspiritualiteit, waarin iemand zich verbonden weet met het ‘Geheimenis van het leven – als heilig geheimenis’. Voor mensen die in zorgberoepen werken, betekent dit dat zij voortdurend in aanraking komen met het mysterie van iemands leven, diens lot en bestaan – en dat zij hierdoor geraakt worden (Weiher, 2009 en 2024).

En met name met dit concept: het geheimenis van het leven, hopen we een toegangsweg te vinden en te komen tot een antwoord op het vraagstuk hoe we als compassievolle, geïnspireerde geestelijk verzorgers in beweging komen en het geheimenis van het leven aanraken. Dit doen we middels het verkennen van de volgende vraag:

Op welke wijze kunnen de begrippen compassie en resonantie onze inspiratie als geestelijk verzorger voeden met het oog op het aanraken van het 'geheimenis van het leven' van de ander en onszelf? En in hoeverre kan design thinking hier een positieve bijdrage aan leveren?

Ons doel is uit te komen bij een werkend en werkbaar handelingsperspectief om geïnspireerd, elke dag opnieuw, de verbinding met de ander te kunnen leggen.

Stappen

Om hier antwoorden op te vinden, zullen we de concepten van inspiratie, resonantie en compassie nader toelichten en bevragen op hun eigen kwaliteiten.

Vervolgens onderzoeken we de dialectische verhouding tussen deze begrippen in het licht van het werk van geestelijk verzorgers, gekoppeld aan de methode van design thinking. Geen inspiratiereis zonder struikelstenen, dus in de voorlaatste stap komen de mogelijk problematische elementen in deze verhouding aan bod. De geleefde werkelijkheid botst soms met het verlangen om werkelijke ontmoeting tot stand te kunnen brengen. Omdat compassie en resonantie beiden deze rauwere kant van het bestaan erkennen, is het vanzelfsprekend dat we in onze zoektocht ons ook hier toe verhouden. Tot slot hopen we te komen tot een voorlopig antwoord op onze onderzoeksvraag en bieden daarmee hopelijk een handelingsperspectief waar geestelijk verzorgers weer mee verder kunnen.

2. Het mysterie benaderen via inspiratie, compassie en resonantie

2.1 Inspiratie: het begin van beweging

Inspiratie is de vonk die ons aanzet tot actie, creatie of verandering. Het is geen tastbaar fenomeen, maar eerder een innerlijke beweging, een openheid voor het nieuwe. Inspiratie ontstaat vaak in contact met iets groters dan onszelf: een ontmoeting, een kunstwerk, een verhaal, een idee. In creatieve processen fungeert inspiratie als de eerste drijfveer – het moment waarop een ontwerp begint te leven.

Inspiratie als existentiële openheid

Waar geestelijke verzorging zich kenmerkt door nabijheid zonder oordeel, ontstaat er ruimte voor wat Paul Tillich 'ultimate concern' noemt: het aanspreken van de diepste laag van het mens-zijn. Inspiratie kan in dit licht worden verstaan als een vorm van existentiële openheid – een ontvankelijkheid voor betekenis die zich aandient, eerder dan wordt geproduceerd. Deze inspiratie is geen instrumenteel gegeven, maar een ervaring van resonantie met dat wat groter is dan het ik: de ander, het verhaal, het moment. Als professional kom ik steeds weer in aanraking met de unieke innerlijke wereld van een mens. Wanneer het om diepe levenskwesaties gaat, kunnen zulke ervaringen aangrijpend zijn de betrokkenen in het contact. Maar veel vaker gebeuren ze op een niet zo spectaculaire manier en hebben meer het karakter van alledaagsheid, die verwijst naar een groter 'geheimenis'. Je betreedt soms als het ware heilige grond (Weiher, 2009).

Inspiratie als relationeel fenomeen

Inspiratie binnen geestelijke verzorging is dus een relationeel fenomeen. Het ontstaat niet uitsluitend intern, maar in de tussenruimte: in de dialoog, de blik, de gezamenlijke stilte. In die zin is inspiratie niet alleen iets dat de geestelijk verzorger ontvangt, maar ook iets dat tot stand komt in het veld van de ontmoeting. Dat is ook iets wat in de presentiebenadering de nadruk krijgt (Baart, 2006). Deze spreekt over liefdevolle aandacht voor wat mensen eigenlijk vragen, voor wat echt belangrijk is voor hen. Het gaat om erkenning van hun waardigheid als mens; om een menslievende bejegening die onvoorwaardelijk is. Juist in deze relationele dynamiek schuilt de kracht van geestelijke verzorging als praktijk van nabijheid en betekenisgeving (Baart, 2006). En dat is waar vanuit inspiratie, het pad naar compassie begint.

2.2 Compassie: zien met het hart

Waar inspiratie vaak een persoonlijke impuls is, nodigt compassie ons uit om de ander werkelijk te zien. Compassie is het is het vermogen om je in te leven in de pijn, vreugde en worstelingen van een ander zonder jezelf te verliezen. In het tijdperk van individualisering en digitale communicatie is compassie misschien wel één van de meest revolutionaire krachten. Compassie als houding van presentie. Dit houdt in dat de geestelijk verzorger zich in alle openheid en met volledige aandacht toewendt tot de ander, zonder de behoefte om te oordelen of onmiddellijk te interveniëren. Deze houding veronderstelt het vermogen om lijden te herkennen en te erkennen, zonder het te willen beheersen. Compassie manifesteert zich hier als een ethische kwaliteit: de bereidheid om het ongemak van de ander te verdragen en werkelijk nabij te blijven.

Als zodanig vormt compassie een dragende kracht in het begeleiden van mensen in kwetsbare levensfasen, en een essentiële component van de ethiek en identiteit van de geestelijk verzorger.

Compassie kent ook een belangrijke tweede component: *compassie is gevoelig zijn voor lijden bij jezelf én bij anderen en je actief inzetten om dat lijden te verlichten en te voorkomen*, aldus Paul Gilbert, grondlegger van Compassion Focused Therapy (Gilbert, 2013). Compassie gaat dus ook om het handelen, al bestaat dat soms uit op je handen blijven zitten. Raken en geraakt worden, zien en gezien worden. Bewogen worden. Daar waar alles resoneert. Dat brengt ons op het idee van resonantie.

2.3 Resonantie: wanneer alles gaat meetrillen

Resonantie is oorspronkelijk een concept uit de natuurkunde dat beschrijft hoe trillingen overspringen van het ene object naar het andere. In menselijke relaties en creatieprocessen krijgt resonantie een diepere betekenis: het is dat moment waarop iets of iemand je raakt – op een manier die je niet altijd kunt verklaren, maar die je wel verandert. Hartmut Rosa, Duits socioloog, heeft dit concept nader uitgewerkt (Rosa, 2019, Wils, 201). Rosa stelt resonantie tegenover het begrip vervreemding. We leven in een versnellende tijd en onze relaties tot onze omgeving worden almaar instrumenteler en stommer en daardoor vervreemdender. Daaraast wordt onze seculiere tijd gekenmerkt door een drievoudige versnelling: technologische versnelling, versnelling van het sociale leven, en van het leven zelf. De vervreemding waartoe dit leidt wordt niet opgelost door “onthaasting”, hoe zinvol het ook kan zijn om pas op de plaats te maken op velerlei fronten. Die vervreemding kunnen we bestrijden en verkleinen door onze verhouding met onze omgeving resonanter te laten worden. Als een relatie aan beide kanten verandering teweegbrengt, spreekt Rosa van resonantie. Dat type relatie noemt hij een antwoordrelatie.

We herkennen resonantie als muziek ons ontroert, als een gesprek je dichter bij elkaar brengt, als we met ons engagement iets teweeg kunnen brengen of bijvoorbeeld als ons lichaam tevreden voelt na inspanning. Resonantie is het gevolg van oprechte interactie. Wanneer een product, dienst of idee ‘resoneert’ met mensen, voelt het betekenisvol. Het appelleert aan iets in henzelf. Resonantie is dus een kwaliteitskenmerk van goede ontwerpen, kunstwerken, gesprekken en samenwerkingen. Het is een signaal dat er iets op een fundamenteel niveau klopt. *Design thinking* streeft naar dit soort resonantie: het ontwikkelen van oplossingen die niet alleen functioneel zijn, maar ook gevoelsmatig juist aanvoelen.

3. Dialectische verhouding tussen resonantie, compassie en design thinking

3.1 Resonantie en compassie

De resonantietheorie van Hartmut Rosa en compassie hebben sterke raakvlakken, ook al komen ze uit verschillende denkkaders. Beide hebben te maken met echte verbinding, aandacht en openheid. Resonantie is een relationeel gebeuren, net als compassie. Resonantie ontstaat als er een levendig, tweezijdig antwoord ontstaat tussen mens en wereld. Er is dan geen controle, maar ontvankelijkheid. Compassie is ook een open, afgestemde houding: je laat je raken door het lijden van de ander (of jezelf), en er ontstaat een verlangen om daar liefdevol op te reageren. Beide zijn dus relationeel, responsief en gevoelig voor de ander.

Daarnaast breekt compassie met de illusie van controle — net als resonantie. Volgens Rosa leven we in een maatschappij die gericht is op versnelling en beheersing: alles moet sneller, efficiënter, planbaar zijn. Compassie staat daar haaks op. Je kunt compassie niet afdwingen of optimaliseren. Ze ontstaat in momenten van vertraging, echte aanwezigheid en kwetsbaarheid. Compassie is een daad van innerlijke afstemming, net als resonantie. Resonantie vereist ontvankelijkheid — een kern van compassie. Resonantie vraagt om het vermogen je te laten raken. Dat is precies wat compassie ook is: geraakt worden door het lijden van de ander, en daar met zachtheid op reageren. Compassie opent ons voor het kwetsbare en menselijke — precies waar resonantie mogelijk wordt.

Tot slot: resonantie en compassie werken beide als tegenkracht in een vervreemdende wereld. Rosa spreekt van "wereldvervreemding" door technocratie, versnelling, efficiëntie. Compassie, zoals ook bij mindfulness of zelfcompassie, biedt een tegenbeweging: het vertraagt, verbindt, heelt, en maakt menselijkheid voelbaar. Compassie is een concrete vorm van resonantie in de relatie met de ander of jezelf. Waar Rosa theoretisch beschrijft hoe echte verbinding met de wereld mogelijk is, laat compassie zien hoe dat er in de praktijk uit kan zien — vooral bij pijn, lijden en kwetsbaarheid.

4. Vormgeven in een resonantieruimte

4.1 Geleefde werkelijkheid

Een sprekend voorbeeld van design thinking in relatie tot geestelijke verzorging, resonantie en compassie vormt het ontwerp in 2021 van een serie materialen door mijzelf en een collega, Luis Kaserer. Deze zijn gericht op het kunnen afscheid nemen van naasten in de door bezoekersbeperkende maatregelen geteisterde coronatijd. Wij ontwierpen toen een handleiding, een infographic en een serie korte filmpjes gericht op het volgen van een stappenplan om een waardig afscheid van een stervende te kunnen nemen. Een weergave hiervan is opgenomen in de bundel *Met lichaam en geest: De rituele competentie van geestelijk verzorgers* van Sjaak Körver en anderen in 2021.

Een ander voorbeeld is het ontwikkelen van een digitale stilteruimte voor een algemeen ziekenhuis. Met mijn collega geestelijk verzorgers hadden we opgemerkt dat veel patiënten de behoefte hadden om een kaarsje te branden in de stilteruimte. Maar niet iedereen was mobiel genoeg om dit zelf te kunnen doen. Vanuit deze observatie ontstond het verlangen om een online ruimte in te richten, die hetzelfde te bieden zou hebben als een fysieke stilteruimte. En zo ontstond een goed gevulde site met meditatieruimte, de mogelijkheid een kaarsje te branden, tekst te lezen en kunst te zien. 'Een plek waar het lawaai van het leven niet zo raakt. Een plek om te verblijven bij jezelf of een ander, die het nu moeilijk heeft. Een plek om op adem te komen', dat werd het Bravis Rustpunt. Dit voorbeeld heeft sindsdien veel navolging gekregen en vormde voor mijn professionele ontwikkeling een belangrijke stap naar meer creatieve vormgeving.

Een laatste voorbeeld betreft het ontwerp van een 'aanwijskaart levensvragen'. In gesprek met een cliënt met afasie bleken de bestaande aanwijskaarten niet voldoende om ook levensvragen te adresseren. Ik peilde deze ervaring bij collega's en logopedisten en kwam tot de conclusie dat het ontwerpen van zo'n kaart een aanvulling zou kunnen betekenen in de gesprekstoets met mensen met een spraakbeperking. Een eenvoudig ontwerp is vervolgens gepubliceerd en gedeeld en is een groot succes geworden in termen van verspreiding en gebruik. Een artikel hierover is in 2020 verschenen in een editie van Pallium (Hofland, 2020).

4.2. Compassie, resonantie en designthinking

Hoe verbinden compassie en resonantie zich tot slot met designthinking? Design thinking is een mensgerichte benadering voor het oplossen van problemen, en compassie is essentieel om de behoeften, emoties en context van gebruikers echt te begrijpen. Compassie helpt ontwerpers zich in te leven in de situatie van de gebruiker, zonder oordeel, met oprechte belangstelling voor hun ervaring. Met compassie kijken ontwerpers verder dan oppervlakkige problemen en ontdekken ze de onderliggende behoeften, frustraties en verlangens.

Het lijden wordt herkend en benoemd. Daarnaast motiveert compassie ontwerpers om oplossingen te creëren die echt helpen, in plaats van enkel functioneel of winstgedreven te zijn. Vanuit de schijnbare alledaagsheid wordt soms op deze wijze geraakt aan de dieper gelegen, heilige kern (Weiher, 2009).

Design thinking streeft naar het soort resonantie dat Rosa beschrijft: het ontwikkelen van oplossingen die niet alleen functioneel zijn, maar ook gevoelsmatig juist aanvoelen.

Tot slot bevordert bevorderen zowel compassie als resonantie respect, luisteren en open communicatie in de samenwerking — allemaal essentieel in een design thinking-traject.

Wat design thinking bijzonder maakt, is dat het een brug slaat tussen inspiratie, compassie en resonantie. De methode begint met het begrijpen van en inleven in de context (compassie), zoekt naar creatieve impulsen (inspiratie), en evalueert voortdurend of de oplossing werkelijk iets raakt bij de doelgroep (resonantie).

In voorlopig antwoord op onze hoofdvraag, hoe de begrippen compassie en resonantie zich verhouden tot onze werkwijze als geestelijk verzorger met het oog op het aanraken van het ‘geheimenis van het leven’ van de ander en onszelf, moge uit bovenstaande wat duidelijker zijn geworden. Dit is de plaats om ook de vervolgvraag, wat de bijdrage van design thinking hieraan is, te verkennen.

Design thinking en geestelijke verzorging kunnen elkaar op krachtige wijze aanvullen.. Beide hebben mensgerichtheid als uitgangspunt. Design thinking begint met empathie: het diep begrijpen van de behoeften, emoties en context van mensen. Geestelijke verzorging draait om precies dat: luisteren, aanwezig zijn, de ander écht zien en begeleiden bij zingevingsvragen. Het ‘geheimenis aanraken’ wellicht, in de woorden van Weiher (2009). Beide disciplines starten dus bij de mens en zijn of haar ervaring, pijn, hoop en zoektocht. Daarnaast wordt in design thinking gebruik gemaakt interviews en observatie om inzicht te krijgen in wat mensen drijft of belemmert. Dit vraagt om een goede empathische luisterhouding. Deze is welbekend in de geestelijke verzorging, waar spirituele en existentiële gespreksvoering wordt toegepast om tot de kern van het lijden, verlangen of geloof te komen.

Bovendien is er zowel binnen design thinking als geestelijke verzorging ruimte voor complexiteit. In design thinking wordt onzekerheid niet uit de weg gegaan. Het proces is iteratief: je experimenteert, leert, en stelt bij. Geestelijke verzorging vermijdt geen moeilijke thema's zoals dood, schuld of verlies, maar verkent deze juist open en zonder oordeel. Ook dit is een iteratief proces, waarbij voortdurende afstemming op de ander een vereiste is. Tenslotte, omdat design thinking de mens en niet de methode centraal stelt, wordt deze vorm vaak ingezet bij het ontwerpen van zorgprocessen of omgevingen waarin zingeving een rol speelt. En zingeving of zinverlies vormen natuurlijk de ‘heilige grond’ van de geestelijke verzorging, daar raken ze elkaar.

5. De onmaakbaarheid van het bestaan

Geen inspiratiereis zonder struikelstenen. In een ideale, resonantie en compassievolle wereld, bevinden we ons, als we mensen willen ontmoeten, echt ontmoeten, direct in een resonantieruimte waar van holle echo's geen sprake meer is. Waarin alles wat wordt gezegd niet in een soort geheimtaal, maar in een duidelijk overdraagbare verstaanbare taal wordt gedeeld.

Maar de geleefde werkelijkheid laat vaak iets anders zien. En hoeveel sterke en mooie ontwerpen we ook zouden introduceren in ons werkveld, het geheimenis laat zich soms maar moeilijk ontsluiten. Bovendien, wat als we dat 'geheim' met alle macht willen concretiseren tot een ontwerp. Gaat het daarmee dan niet juist verloren? 'Mag' je wel zo dicht bij de ander komen, dat zich onthult wat soms met recht verborgen is gebleven? Wat als je ontwerpen weliswaar de kern van de ander raken, maar die kern had onaangetast moeten blijven? Dit zijn moreel beladen vraagstukken waar we als zorgverleners ons toe dienen te verhouden.

Daarnaast doet zich het probleem voor dat net zoals in Weiher's gedachten dat het geheimenis zich alleen symbolisch laat begrijpen, is ook resonantie een moeilijk te vangen, 'unverfügbar' begrip. Evenals inspiratie overigens. Inspiratie laat zich niet plannen of commanderen, houdt zich niet aan hiërarchie, en duikt op als je het niet verwacht. Inspiratie verschijnt in het Ondertussen, vaak juist als je met iets anders bezig bent. In die zin is inspiratie niet te managen.

We signaleren dus twee hindernissen. De eerste betreft de wenselijkheid van het aanraken van het geheim des levens. De tweede de on- controleerbaarheid van het in een resonante, compassievolle relatie treden met de ander. Die niet-maakbaarheid is er in de kern niet voor niets. Mogen we deze heilige grond betreden? En is het eigenlijk wel mogelijk om een essay te schrijven over het bestendigen van resonante relaties als het zoiets ongrijpbaars is? En als derde, hiermee samenhangend probleem: Heeft designthinking dan wel potentie? Dit is immers gestoeld op de maakbaarheidsgedachte die zich maar moeizaam verhoudt met de praktijk van geestelijke verzorging.

Voor een antwoord op het eerste vraagstuk kijken we naar Weiher. Hij zegt: als mensen in alledaagse ontmoetingen iets van hun spiritualiteit laten zien, doen ze dat veel vaker op een impliciete wijze, verweven in levensverhalen dan expliciet, uitdrukkelijk gecultiveerde, gestructureerde en benoembare spiritualiteit. Die levensverhalen van mensen moeten symbolisch worden begrepen. Dat wil zeggen dat ze het belang vertegenwoordigen dat een mens voor zichzelf, voor anderen, in de wereld en eventueel voor het Heilige (het hoogste dat voor hem bestaat) waardeert. Hij stelt: het doel van het onderzoeken van toegangswegen naar het 'geheimnis van het leven', is de ontmoeting met het mysterie van het leven tot stand te brengen. Deze ontmoeting kan ook een spirituele ervaring mogelijk maken in een situatie van lijden en verdriet.

We horen hierin ook een moreel appèl om iets te doen om lijden te verlichten. En met Weiher zou ik willen betogen, dat dit exact hetgeen is wat wij als geestelijk verzorgers dienen te doen: de toegangswegen ontsluiten.. En ook precies datgene is, waarop we mogen hopen als we ons bezighouden met inspiratie, compassie en resonantie in ons werk van geestelijk verzorger. Met inachtneming van het heilige, het weet hebben van de heilige grond die je hiermee betreedt.

Als we middels designthinking deze toegangswegen kunnen onderzoeken en wellicht zelfs ontsluiten, komen we daarmee al voor een deel tegemoet aan deze missie. Dat was en is mijn verlangen: op praktische, toegankelijke wijze de alledaagse spiritualiteit beleven. Het handen en voeten geven van alles wat jou beweegt en bewogen doet zijn. Niet geïnspireerd op je (meditatie)matje blijven zitten, maar vormgeven als daad van compassie! Je handelingsrepertoire uitbreiden, door middel van design thinking als *good practice*. Persoonlijk kan ik zeggen dat creatieve vormgeving in afstemming met de ander, met mijn omgeving en met mijn innerlijke bronnen, niet alleen een mijn beroep van geestelijk verzorger vele malen gelaagder en vervullender maakt, maar dat het ook deel van mijn zielsmissie is geworden om dit uit te dragen.

We stellen dus vast dat het wenselijk is om deze wegen te gaan. De tweede vraag naar de uitvoerbaarheid, de fysieke mogelijkheid om deze heilige grond voor te bereiden, te betreden is daarmee nog niet beantwoord. Voor het vraagstuk van de mogelijkheid van geïnspireerde, compassievolle, resonante relaties gaan we nogmaals te rade bij Rosa. Resonantie is dus onverfügar, maar kun je het leren? Ja, zegt Rosa, en hij analyseert hoe het werkt. Rosa noemt het onverfügbare 'positieve onbeschikbaarheid'. Met de juiste houding ontsluit het zich. Resonantie is de ideale luisterhouding. Je maakt als het ware compassievol contact met je bronnen, maar gaat eerst op zoek naar wat met jou resoneert. Je kunt dus wel degelijk omstandigheden creëren die de resonantie en daarmee inspiratie tot bloei laten komen. In ons vak zijn we vaak daarmee bezig: niet alleen in de ontmoeting resonantieruimte hopen te vinden, maar juist ook in het creëren van de juiste omstandigheden in een 'web van zorg'. Een prachtig praktijkvoorbeeld hiervoor is het Zinvolle Zorgweb (ZZweb) van Nico van de Leer, (Van der Leer, 2023) de vertaling van gedegen theorie in zowel training als heel concrete hulpmiddelen die erop gericht zijn om met elkaar in gesprek te komen en wezenlijke vragen te stellen. Vanuit een samenwerking met anderen bedoeld om 'elkaar te stimuleren en te inspireren om aandacht voor zingeving integraal deel te laten zijn van de zorgverlening' (Van de Leer et al., 2025).

6. In beweging komen: handelingsperspectieven en blik op de toekomst

Wat betekent dit alles nu voor de alledaagse praktijk van geestelijke verzorging? Zijn de begrippen compassie en resonantie in combinatie met design thinking helpend genoeg gebleken om ons doel te bereiken namelijk: uitkomen bij een werkend en werkbaar handelingsperspectief om geïnspireerd, elke dag opnieuw, de wezenlijke verbinding met de ander te kunnen leggen?

Op basis van het voorgaande zou ik willen concluderen: het vormgeven van je inspiratie is een daad van compassie. In compassie gaat het immers ook altijd om de tweede component, het handelen. Het is in deze resonante relatie tussen mens en wereld waar de ervaring van zin, van betekenis en van compassie ontstaat. Zien, bewogen worden en in beweging komen wordt dan een realiteit, zo klinkt immers het motto van de mooie plek waar we vandaag verblijven.

Inspiratie, compassie, resonantie en design thinking zijn geen losse begrippen gebleken, maar onderdelen van een mensgerichte manier van in de wereld staan en een dialectische wijze van geïnspireerd, compassievolle verbindingen aangaan in je werkpraktijk. Ze nodigen ons uit om met een open hart en een creatieve geest te kijken naar de uitdagingen van onze tijd. Ze bieden een weg naar de myserie van het leven. En in dat opzicht vormen ze de Bahnhofsantworte die op Bahnhofsfrage dienen te weerklinken: dat zijn passende antwoorden, afgestemd op de situatie. Niet alles is spiritualiteit, maar wetend hebbende van de innerlijke kern, het geheimenis van de mens, is concrete vormgeving soms een heel passend antwoord.

Ik wil besluiten met drie stellingen:

- 1. Inspiratie is compassie in uitvoering*
- 2. In dit dialectische proces van het in de wereld brengen van geïnspireerd zijn als geestelijk verzorger, creëren we een resonantieruimte waar de compassie vrijelijk kan stromen.*
- 3. Wanneer compassie en resonantie elkaar raken en compassie in een resonantieruimte weerklinkt, kan het middels concrete vormgeving langs de stappen van design thinking tot leven komen.*

Wanneer we deze krachten combineren, ontstaat er niet alleen innovatie – maar ook verbinding en een voorzichtig ‘aanraken van het geheimenis des levens’. En misschien is dat wel de meest waardevolle vorm van compassie die we ons kunnen wensen.

Tot slot hoop ik dat we middels bovenstaande gedachteoefening, met woorden en gebaren, met gevoel en doordenking de ontmoeting met het mysterie van het leven een beetje weten te openen, dat mysterie dat in de woorden van Weiher: 'Het bestaan in de wereld zien als een mysterie [betekent weten dat] elk leven niet alleen zijn beperkingen en eindigheid heeft, maar ook de positieve belofte dat het zinvol is om dit leven binnen te gaan en jezelf eraan toe te vertrouwen, ook al weet je niet wat er zal gebeuren'. (Weiher, 2019).

In de hoop en het vertrouwen dat we ervaren dat ieder mens iets onbereikbaars en onuitputtelijks in zich draagt, dat ons tot in de kern definieert en dat we dit 'geheim van het leven' vanuit onze gedeelde menselijkheid in alledaagsheid dag na dag mogen ervaren. Oosterhout, mei 2025

Ergens
tussen een gedachte en een ademhaling
gebeurt het.
Een vonk.
Een fluistering.
Een wat-als.
Een niet-te-verklaren "ja!"
nog vóór je weet hebt van het hoe en wat
Dat is inspiratie.

Ze komt niet op afspraak.
Ze komt binnen door een raam dat je
vergat te sluiten.
Of via een blik,
een klank op het juiste moment,
een gedicht op de muur dat je dag
openbreekt
Ze zegt:
"Durf te dromen."
"Durf te beginnen."
"Durf te verdwalen."
Maar dromen alleen zijn leeg
als je vergeet te kijken
— écht kijken

Strong front en soft back
Van naast iemand staan
en zeggen:
"Ik weet niet precies hoe het voelt...
maar ik wil het begrijpen."
Compassie is luisteren
vertragen, aanvoelen.
is medemenselijkheid:
hé mooi mens. Jij ook hier?
Zonder compassie
bouw je dingen die schitteren
maar niet echt stralen.

Dus...
als alles gaat meetrillen,
als hoofd, hart en handen
eindelijk samenwerken,
dan heb je geen perfect idee nodig.
Dan heb je iets beters:
Een idee dat leeft. voelt.
verbindt.

En misschien,
heel misschien,
is dat precies wat deze wereld nodig
heeft:

Niet méér ideeën,
maar meer ideeën die
compassievol, geïnspireerd,
opgemerkt en mysterieus
radicaal rakelings robuust royaal
recht en raak zijn!

En dán...
als inspiratie ademt,
en compassie luistert...
dan resoneert het heelal mee.
Dat onzichtbare
dat voelbaar is.
Dat niet uitleggen hoeft,
want het spreekt zélf.
Een ontwerp dat antwoordt.
Een woord dat zindert.
Een idee dat landt voor je
voeten
alsof het daar al jaren lag.
Je voelt het in je borstkas.
In de stilte na de zin.
In die blik van: "Ja. Dít."
En als je dat wil vangen –
die vonk,
die zachtheid,
die trilling –
het verlangen om te scheppen

Een uitnodiging om opnieuw te
kijken,
opnieuw te vragen,
opnieuw te maken. Opnieuw.
Opnieuw
Begin bij de mens,
niet bij de oplossing.
Luister,
probeer,
faal,
leer.
Test, teken,
verfrommel, herschrijf,
leg neer,
pak op,
en laat het groeien.
Want echt creëren...
is geen rechte lijn.

beatrijs hofland

Bronnen

- Armstrong, K. (2011). *Twelve Steps to a Compassionate Life*. Random House.
- Baart, A. J. (2006). *Een theorie van de presentie*. Boom Lemma Uitgevers.
- Van Den Brink, E., Koster, F., C Norton, V. (2018). *A Practical Guide to Mindfulness-Based Compassionate Living: Living with Heart*. Routledge.
- Dewulf, D. (2018). *Zelfcompassie in training en therapie: een bron van veerkracht en geluk*.
- Gilbert, P., C Choden, K. (2015). *Mindful compassion: Using the Power of Mindfulness and Compassion to Transform Our Lives*. Robinson.
- Hofland, B. M. (2015). *Zeven kamers- praktijk voor je ziel*. Brave new books.
- Hofland, B. (2020). Aanwijskaart Levensvragen. *Pallium*, 22(5), 18–19.
- Hofland, B. M. (2021a). *Nieuwe nabijheid: Zingeving in coronatijd*. Bookscout.
- Hofland, B.M., Afscheid nemen bijzondere situaties (59-65) in: Körver, J., Olsman, E., C Rosie, S. (Eds.) (2021b). *Met lichaam en geest: De rituele competentie van geestelijk verzorgers*. Eburon.
- Kabat-Zinn, J. (2013). *Full Catastrophe Living (Revised Edition): Using the Wisdom of Your Body and Mind to Face Stress, Pain, and Illness*. Bantam.
- Lijster, Thijs, Robin Celikates and Hartmut Rosa. 2019. "Beyond the Echo-Chamber: An Interview With Hartmut Rosa on Resonance and Alienation". *Krisis / Journal for Contemporary Philosophy* 39 (1):64-78
- Neff, K., C Germer, C. (2018). *The Mindful Self-Compassion Workbook: A Proven Way to Accept Yourself, Build Inner Strength, and Thrive*. Guilford Publications.
- Nussbaum, M. (2001). *Upheavals of Thought: The Intelligence of Emotions*. Cambridge University Press.
- Rosa, H. (2019). *Resonance : a Sociology of Our Relationship to the World*. Polity Press.
- Van den Brink, E., C Koster, F. (2015). *Mindfulness-Based compassionate living*. Routledge.
- Van der Leer, N.A., (2020). *Zinvolle zorg in het verpleeghuis: een onderzoek naar de samenhang tussen zorg en zin en de rol van de geestelijk verzorger* (dissertatie). KokBoekencentrum.

Van der Leer, N. , Fruneaux-van Amerongen, N., C Huizing, W. (2025). Zinvolle zorg in de praktijk: hoe dan?: Over het implementeren en borgen van de aandacht voor zingeving. *Tijdschrift Geestelijke Verzorging* | Jaargang 27 | Nr 11c, 46–55.

Weiher, E. (2009). *Das Geheimnis des Lebens berühren. Spiritualität bei Krankheit, Sterben, Tod: Eine Grammatik für Helfende*. W. Kohlhammer Verlag.

Weiher, E. (2024). Warum Spiritual Care eine Ressource für Gesundheitsfachkräfte ist. In: Büssing, A., Giebel, A., Roser, T. (eds) *Spiritual Care & Existential Care interprofessionell*. Springer, Berlin, Heidelberg

Wils, J.-P. (2019). *Resonanz im interdisziplinären Gespräch mit Hartmut Rosa* (1. Auflage). Nomos.

Websites

Annet Smal C Martin Walton. (z.d.). Tijdschrift Geestelijke Verzorging. In *Tijdschrift Geestelijke Verzorging: Vol. jaargang 23* (Nummer nr 100). <https://vgvz.nl/wp-content/uploads/2021/11/TGV-100-P61-66-Walton.pdf>

Boom Management. (2022, 5 december). *Inspiratie en resonantie - Boom Management*. <https://boommanagement.nl/artikel/inspiratie-en-resonantie/>

Bravis Stiltecentrum. (z.d.). *Bravis rustpunt - Bravis stiltecentrum*. <https://bravistrustpunt.nl/>

Design Thinking in de zorg. (2024, 15 oktober). Vilans_Nl. <https://www.vilans.nl/wat-doen-we/projecten/design-thinking-in-de-zorg>

Geheimnis des Lebens – Erhard Weiher – Spiritualität und Spiritual Care: Themen, Konzepte und Methoden. (z.d.). <http://www.erhardweiher.de/geheimnis>

Höber, L. (2024, 6 mei). *Design Thinking: How it works [Theory, Practice & Examples]*. Teamazing. <https://www.teamazing.com/design-thinking/>

Innovatiemethode Design Thinking - Institute for Positive Health. (2021, 3 juni). Institute For Positive Health. <https://www.iph.nl/evaluatielijzer/innovatiemethode-design-thinking/>

KloosterhotelZIN. (2025, 3 februari). *Jouw bijeenkomst bij Kloosterhotel ZIN? - ZIN. ZIN*. <https://kloosterhotelzin.nl/>

Lean Six Sigma Groep. (2024, 3 januari). *Wat is Design Thinking?* <https://leansixsigmagroep.nl/lean-agile-en-six-sigma/design-thinking/>

Van Ekris, K. (2024). Kill the vibe: Over mytho-sensitiviteit en betoverings-ongevoelige prediking. In *Company Of Preachers IZB-Areopagus Juni 2024*.

<https://www.pthu.nl/media/downloads/2024-kill-the-vibe.-lezing-hartmut-rosa-groningen-6-en-7-juni-2024.pdf>

https://research.uvh.nl/ws/portalfiles/portal/29275507/Masterthesis_Wouter_Ram_De_trillende_draad_tussen_mens_en_wereld.pdf

Vindplaatszingeving. (z.d.). *Vindplaatszingeving*. <https://vindplaatszingeving.nl/>

Zingeving en spiritualiteit in de palliatieve fase. (z.d.). Richtlijnen Palliatieve Zorg. <https://palliaweb.nl/richtlijnen-palliatieve-zorg/richtlijn/zingeving-en-spiritualiteit>