

betrokken is bij het dorpsleven en het Heilige buiten de kerk erkent, dan kan ze een nieuwe rol vinden.

Twee opmerkingen ter afsluiting. Ten eerste maakt de auteur een scherp onderscheid tussen dorpskerk en dorpsgemeenschap, maar in een dorpsgemeenschap lopen al veel mensen rond met dubbele petten en meerdere functies, anders gezegd: veel van de aanbevelingen worden nu al in de praktijk gebracht. Veel dorpsbewoners, kerkelijk of niet, zijn vaak al op meerdere manieren betrokken bij de leefbaarheid – en bij hun kerkje. De tweede, daarmee verbonden opmerking: als de twee besproken voorbeelden nu al in hoge mate de aanbevelingen doen die Gelderloos aanbeveelt, zien we dat dan in de cijfers over kerkbezoek en lidmaatschap terug? In het boek wordt voortdurend gesproken over ‘mogelijkheden’ en ‘kansen’, maar worden die ook gerealiseerd? Het is natuurlijk typisch voor een theologisch werk om positief naar de toekomst te kijken, maar de socioloog wil daar graag wat concreets tegenover hebben. Anders verdwijnen de dorpskerken en hun kerkgemeenschappen alsnog, en daarmee het zoeken naar de sporen van God.

Eric Sengers
(Amsterdam)

Van Elk, Michiel, *Extase* (2017), *Over de godhelm en andere religieuze experimenten*, Amsterdam: Boom, pp. 207, ISBN 9789024408566, € 20,-.

Onderzoek en publicaties rond breinzaken is al jaren *booming*. Veel boeken vinden hun weg naar het brede publiek, denk aan Dick Swaabs *Wij zijn ons brein* of aan het recentere boek dat daar grote vraagtekens bij zet *Je brein de baas* van de Groningse hoogleraar André Aleman.

Met *Extase, over de godhelm en andere religieuze ervaringen* is er nu een populairwetenschappelijk boek bijgekomen dat over de relatie brein en religie gaat. In dit boek bespreekt Michiel van Elk tal van experimenten die te maken hebben met religiositeit. Van Elk (1980) lijkt daar de aangewezen persoon voor: hij studeerde filosofie, biologie en godsdienstpsychologie en promoveerde in de cognitieve neurowetenschappen. Momenteel werkt hij als UD aan de Universiteit van Amsterdam en is daar hoofd van het *Religion, Cognition & Behaviour Lab* van de UvA.

In tien hoofdstukken voert Van Elk de lezer op een heel prettig leesbare en lichtvoetige toon langs allerlei ervaringen en experimenten. Het gaat van hallucinaties, *floating*, Gods stem verstaan, profetie, tongentaal, ritens uit Midden- en Zuid-Amerika waar stimulerende middelen een rol spelen, bijna-doodervaringen naar gevoelens van ontzag. Bij elk type probeert Van Elk de mensen die die ervaringen hebben gehad recht te doen in eerlijke beschrijvingen en presenteert daarbij tegelijkertijd resultaten van experimenten waarbij die ervaringen werden opgewekt. Wat het boek mede zo leesbaar en lichtvoetig

maakt, is dat Van Elk zelf vaak meedeed aan experimenten en seances en steeds met zijn persoonlijke ervaringen een hoofdstuk begint.

Het doel van het boek lijkt helder: “Uiteindelijk hoop ik met dit boek één ding duidelijk te maken: religieuze en spirituele ervaringen zijn belangrijk en geven zin en betekenis aan ons leven” (p. 11). In een tijd waarin veel populairwetenschappelijk werk vooral draait om – à la Dick Swaab en Dawkins – de mensheid te laten zien dat we niet veel meer zijn dan materie en dat religie vooral schadelijk of iets achterlijks is, is dat een verfrissende stellingname. Van Elk geeft zelf ook aan dat veel neurowetenschappers een al dan niet verborgen agenda lijken te hebben om aan te tonen dat God (met hoofdletter, CV) een illusie is. Maar alle lof voor de auteur: hij gaat met een open blik op zoek naar ervaringen.

Ter illustratie van de werk- en denkwijze bespreek ik experimenten rond de godhelm. Dat experiment komt het vaakst ter sprake in zijn boek en spreekt tot de verbeelding. In de jaren 1980 was de Canadese wetenschapper Persing al begonnen met de godhelm. Iemand krijgt een helm op het hoofd. In die helm is een elektromagnetisch veld aanwezig dat de temporaalkwab moet stimuleren. Dit is dezelfde kwab die ook actief is bij intense mystieke ervaringen. Het blijkt inderdaad dat veel proefpersonen bijzondere ervaringen hebben als ze die helm op doen.

Van Elk en zijn team deden een soortgelijk experiment op Lowlands – in de hoop ook het effect van alcohol en drugs te kunnen meten. Zij vertelden de proefpersonen dat de godhelm vaak bijzondere en religieuze ervaringen gaf. Vervolgens kregen de mensen een kwartier lang een blinddoek om en een brommerhelm op die met allerlei draden aan computers verbonden was. Echter, de helm wekte niets op en registreerde ook niks. De uitkomsten: de helft van de deelnemers heeft niets ervaren, de andere helft heeft wel vreemde ervaringen gehad (p. 104). Sommige deelnemers vonden dat ze zwaar werden en versmolten met de tafel en stoel, of juist licht werden en wegzweefden, ze hoorden stemmen en muziek, anderen hadden hele emotionele herbelevingen. Velen hadden ook het idee dat iemand heel dicht bij hen was.

In het algemeen geldt dat mensen die dergelijke ervaringen hebben, of mensen die Gods stem kunnen verstaan of ontvankelijk zijn voor gevoelens van verwondering en ontzag, hoog scoren op de ‘Tellegen Absorptieschaal’. Dit is een vragenlijst om te kijken in hoeverre mensen gevoelig zijn voor suggestie. Of die gevoeligheid ook materieel in het brein zit, is niet helemaal helder. Wel is het zo dat een ‘klap voor je kop’ kan leiden tot een idee van uittreding en dat verstoring van bepaalde hersengedeelten in godsdienstwaanzin kan resulteren.

Dat mensen vatbaar zijn voor suggestie, speelt een hoofdrol in het boek van Van Elk. Telkens weer laat hij zien dat mensen die daarvoor gevoelig zijn, ook eerder of meer religieuze ervaringen hebben.

Wat de inhoud van die suggestie is, heeft te maken met je eigen geschiedenis en context. Centraal bij Van Elk staat het ‘voorspellende verklaringsmodel’ (p. 22). Dit model gaat ervan uit dat wat we waarnemen sterk bepaald wordt door eerdere overtuigingen en opvattingen. Overigens, hij heeft hier veel aandacht voor de sociale context. De omgeving bepaalt naar zijn idee voor een groot deel wat we verwachten. Een pluspunt als een neuropsycholoog veel oog heeft voor de sociale context en niet alleen het brein en de ervaringen van het individu.

Het voorspellende verklaringsmodel betekent concreet dat gelovigen een god kunnen horen of ervaren omdat ze dat verwachten (hallucinaties en visioenen). Het is natuurlijk niet zo gek dat religieuzen veel vaker religieuze beelden zien dan anderen, immers ze verwachten die ook (p. 37). Religieuze ervaringen kunnen worden versterkt doordat in de omgeving de signalen niet helder zijn. Denk aan een godhelm met blinddoek of sjamanen die in het donker rituelen uitvoeren met stimulerende middelen. Wat er dan gebeurt of gedacht wordt, wordt sneller vertaald in religieuze termen. Mensen kunnen bewust of onbewust een sfeer creëren waarin men meer ontvankelijk is voor mystieke ervaringen.

Daarnaast zijn er allerlei manieren om bijvoorbeeld direct God te ervaren. Wat daarbij helpt is om de controle uit handen geven; iets wat je kunt trainen. Zo kan Van Elk nog steeds in tongentaal spreken hoewel hij niet meer gelooft in de God van zijn pinksterjeugd. En belangrijk is het ‘doen alsof’ God er is. Geloven is volgens hem ook niet iets dat vanzelf gaat: “Het vraagt een actieve inspanning van de gelovige om in God te blijven gelovigen en om te ervaren dat God écht bestaat. Geloven is hard werken: om Gods stem te leren verstaan moet je moeite doen om je aandacht te richten op de juiste details” (p. 71).

Door de nieuwsgierige houding van de auteur en de aanstekelijk manier van beschrijven, is het niet moeilijk hier nog over allerlei interessante weetjes en experimenten te vertellen. Maar wie dat wil weten, moet vooral het boek zelf lezen.

Naast alle lof uit deze recensie, is er ook kritiek mogelijk. Een belangrijke vraag is wat Van Elk onder ‘religieuze ervaringen’ verstaat. Hij presenteert wel een hele bonte verzameling ervaringen als religieus: hallucinatie, bijna-doodervaringen, gevoelens van aanwezigheid. Wellicht is dat terecht, maar nergens wordt duidelijk wat hij met religieus bedoelt. Het maakt het boek voor god-gelovigen wat minder aansprekend. De grote hoeveelheid aan verschillende ervaringen vind ik zelf wat te veel van het goede. Hoewel in de laatste vier hoofdstukken wel deels nieuwe ervaringen worden beschreven, is het nut ervan toch gering omdat de verklaringen goedeels hetzelfde blijven.

Een derde kritiekpunt is het doel van het boek. De auteur noemt zelf dat hij wil aantonen dat spirituele ervaringen belangrijk zijn voor mensen. Nu komt dat wel aan bod, maar slechts zijdelings. Het punt dat Van Elk maakt – en heel goed doet – is dat religieuze ervaringen fascinerend zijn, dat er mogelijke neuropsychologische verklaringen zijn voor spirituele ervaringen en dat er ook nog veel vragen overblijven.

Tot slot, wat zijn nu de implicaties van de stellingname van Van Elk. Door stevig in te zetten op het voorspellende verklaringsmodel lijkt hij te suggereren dat er geen transcendentie is. Althans: je kunt bijna alle religieuze ervaringen immanent verklaren. In het boek geeft hij aan die optie wel open te willen houden, hoewel hij ook stelt: “Zelf ben ik ervan overtuigd dat religie zelfs een hele nuttige illusie is.”

Al met al een mooi, inzicht gevend en uitstekend leesbaar boek voor iedereen die meer wil weten over de relatie tussen brein en bijzondere ervaringen.

Cors Visser

(ForumC)