

SATSANG

DE ULTIEME OVERDRACHT

Gedurende meer dan vijftientig jaar heb ik als spiritueel geïnteresseerde allerlei boeiende vormen van onderricht meegemaakt - onderricht vanuit het zenboeddhisme, jnana-yoga, zijnsoriëntatie en het werk van Tony Parsons. Interessant bij al deze benaderingen is hoe de rol leerling-leraar wordt neergezet, en welke overdrachtsmechanismen er boven kunnen komen drijven.

TEKST FOKKE SLOOTSTRA

Ik wil hier vooral ingaan op het satsangmodel. Eerst bespreek ik wat overdracht en tegenoverdracht nu precies zijn, en vervolgens leg ik de vraag neer in hoeverre we de in het Oosten ontwikkelde vormen van spiritualiteit en onderricht zomaar naar het Westen kunnen verplaatsen. Het Westen heeft immers een totaal andere cultuur, sociale geschiedenis en ontwikkeling.

Positieve en negatieve overdracht

De term overdracht komt uit de psychoanalyse.* Ruim gedefinieerd spreken we van overdracht als iemand een persoon, een groep of een visie/leer niet benadert vanuit het volkomen nieuwe van het Nu, maar als een variatie op zijn of haar verleden. Overdracht kan bewust of onbewust zijn. We kunnen in de gaten hebben dat er overdracht speelt, maar het kan ook zijn dat we het absoluut niet in de gaten hebben en ervan overtuigd zijn dat we de waarheid zien of ervaren! We spreken van positieve overdracht als we de hoop koesteren dat we nu eindelijk gezien, gehoord of erkend worden. Positieve overdracht kan leiden tot gedachten en uitspraken als "Dit is het helemaal, hij/zij of deze leer is geweldig", "Dit is waar ik altijd naar heb gezocht", maar soms ook tot heftige seksuele verlangens en gevoelens van liefde en verliefdheid. Van negatieve overdracht spreken we als we merken dat we ook nu weer, net als in het verleden, niet gezien, erkend of gehoord worden. Negatieve overdracht kan leiden tot irritatie, kwaadheid, haat, razernij, weg willen uit het contact enzovoorts. De leraar of de leer kunnen we dan gaan ervaren als een afwijzende ouder uit ons verleden. Zo kunnen we ons jarenlang bij een spirituele stroming of leraar aansluiten terwijl we regel-

matig in de positieve overdracht vertoeven. Dit kan echter opeens, voor de omstanders vaak uit het niets, omslaan in negatieve overdracht. Bij de persoon zelf is er dan iets getriggerd. Overdracht is eigenlijk een gekleurde bril op hebben. Met positieve overdracht zien we voornamelijk positieve aspecten, met negatieve overdracht kleuren we vooral de negatieve aspecten. Zo was ik jarenlang fervent zenaanhanger. Ik ging van retraite naar retraite en beleefde er prachtige ervaringen, tot ik erachter kwam dat de lerares en de zensvisie voor mij vormen van positieve overdracht waren. Tijdens die retraites kreeg ik namelijk de warmte, erkenning en liefde die ik vroeger thuis zo gemist had en nog steeds aan het zoeken was!

Satsang en overdracht

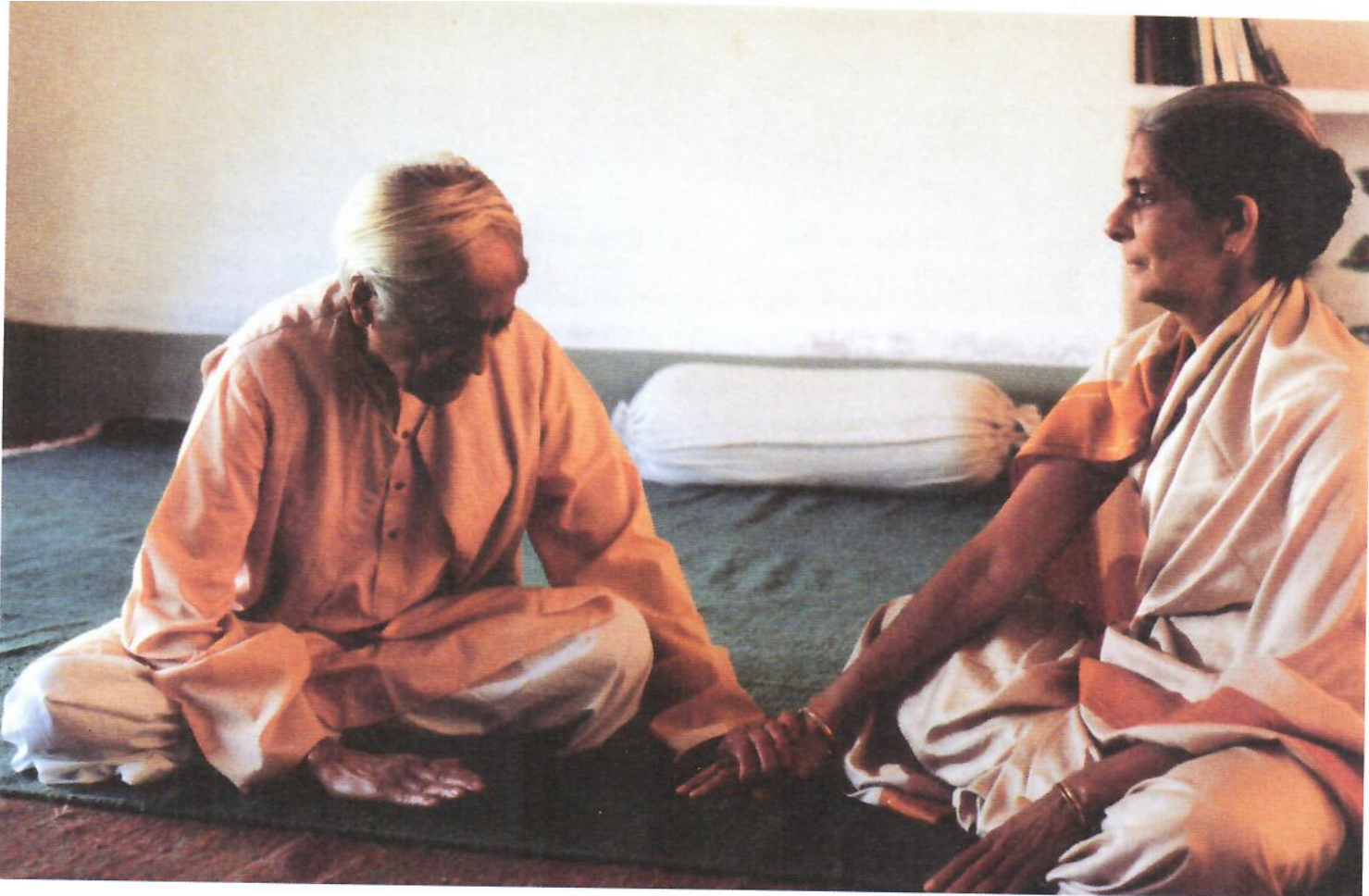
In het traditionele satsangmodel, zoals ik dat een aantal keren ervaren heb, is er sprake van een leraar of goeroe, en leerlingen of studenten. Interessant is dat hier gelijk al onderscheid gemaakt wordt tussen de leraar, die meestal verlicht is, en de leerling, die dat (nog) niet is en ernaar op zoek is. Door dit verschil in positie (sommige leraren zitten ook daadwerkelijk hoger dan de omstanders) is juist dit satsangmodel naar mijn mening een grote bron van overdracht. Voor je het weet projecteer je, bewust of onbewust, als leerling of zoeker een ideaal ouderbeeld op de leraar. Hij of zij kan je eindelijk geven wat je al vanaf je kindertijd ontbeert (zie mijn bovenstaande zenvoorbeeld). Wat die leraar kan geven kan variëren van verlichting, liefde, warmte en aandacht tot erkenning en waardering. Dit geldt trouwens niet alleen voor de leraar, maar bijvoorbeeld ook voor de andere satsangdeelnemers of de bijbehorende

Fokke Slootstra heeft in Drouwen een therapeutisch centrum, De Verwondering, voor innerlijke rust.

Na veertien jaar mensen te hebben begeleid in de combinatie therapie en spiritualiteit, leidt hij sinds drie jaar mensen op die 'Tools for life'-therapie willen geven.

Fokke publiceerde eerder artikelen over de spirituele bypass, relaties en non-duale therapie.





visie. Eindelijk een familie waar je helemaal bij hoort. Bij de een kan deze positieve overdracht jaren duren (zie bijvoorbeeld het eerder in InZicht gepubliceerde artikel van André van der Braak over zijn tijd bij Andrew Cohen), bij de ander korter. Het is trouwens ook de vraag of je er echt naar wilt kijken. Mijn ervaring is dat we heel vaak in overdracht schieten, maar dit ook weer heel handig ontkennen of onder het tapijt vegen. Ook is mijn ervaring dat bij traditionele spirituele stromingen als zen, jnana-yoga en advaita in de stroming zelf én bij de leraar geen kennis en inzicht aanwezig zijn over alle overdrachtmechanismen die kunnen spelen. Het concept van de overdracht is specifiek ontdekt en uitgewerkt in de psychoanalyse van het Westen en wordt ook in de huidige meer humanistische vormen van psychotherapie onderkend en gebruikt om cliënten duidelijk te maken wanneer en waarom ze in overdrachtssituaties terecht komen. Alles maar gelijk betitelen als overdracht kan overigens net zo goed een valkuil zijn. Als iemand tijdens een satsang een kritische vraag stelt, is dat prima en hoeft er geen sprake te zijn van overdracht.

Overdracht als zegen

Ben je bereid om naar je overdrachtmechanismen te kijken, zowel de positieve als negatieve, dan is dit echt een zegen. Het maakt je namelijk gelijk duidelijk waar en bij wie je nog niet volwassen reageert. Dat kan vele deurtjes in je bewustzijn openen, en je zult het ook steeds vaker bij jezelf herkennen en erkennen. Overdracht zien als zegen is een aspect van spirituele groei dat mijzelf aardig wat tijd heeft gekost. Het ego heeft namelijk de neiging om het te ontkennen ("Dat heb ik nou toch wel achter de rug") of het

te veroordelen. Het is echt een kunst om hier liefdevol mee om te leren gaan. We verkeren vaak veel meer in overdracht dan we doorhebben, en het is een ontzuiterend proces te ontdekken waar het speelt en waar het raakt aan je verleden. Voor degene op wie de overdracht geprojecteerd wordt, kan het ook lastig zijn de soms heftige gevoelens van liefde (positieve overdracht) of van diepe haat (negatieve overdracht) die naar hem of haar toe spelen op de juiste wijze te hanteren en te begeleiden. Maar als je er samen naar wilt kijken, is overdracht een prachtige kans om persoonlijk en spiritueel te groeien! Er kan ook sprake zijn van een leraar die in de overdracht schiet naar een leerling of groep toe. We spreken dan van tegenoverdracht. In het boek 'Na het feest komt de afwas' van J. Kornfield staan hier talrijke voorbeelden van. Zelf maakte ik tijdens een retraite mee dat de leraar op een gegeven moment geen satsang meer wilde geven. Hij vertikte het om nog langer een soort superpapa/-mama voor iedereen te spelen! Tja, hoe vreemd kan het lopen. Kennis hebben van overdracht en ermee kunnen werken lijkt me voor elke spirituele leraar en visie essentieel, en is een belangrijke aanvulling op het spirituele gedachtegoed uit het Oosten. ←

* In de traditionele psychoanalyse werd de therapeutische situatie zo ingericht dat de cliënt alle ruimte kreeg om beelden van belangrijke figuren uit zijn of haar jeugd 'over te dragen' op de therapeut. De therapeut deed dit door zelf letterlijk en figuurlijk zo onzichtbaar mogelijk te zijn voor de cliënt. Als een soort leeg projectiescherm kon alles zich gaan ontladen wat lading had of onaf was in de psyche van de cliënt.