

Genade op de massagetafel



Elke maandag is er een morgengebed in de kapel van het Centrum voor Christelijke Spiritualiteit. | beeld Jeroen Jumelet

01 juni 2016, 03:00

Eline Kuijper



De geur van citrusolie en warme, knedende handen. Redacteur Eline Kuijper laat zich masseren. Gods liefde kunnen we met al onze zintuigen ervaren, vindt Tjitske Volkerink. In haar Centrum voor Christelijke Spiritualiteit in Hilversum geeft ze onder meer massages.

kerkelijke erkenning

Sinds een paar maanden is het Centrum voor Christelijke Spiritualiteit officieel als project erkend door de Protestantse Gemeente in Hilversum. De volgende stap is dat het een pioniersplek van de Protestantse Kerk wordt. Dat de grootste kerk van Nederland haar centrum ziet en erkent, is voor Tjitske een belangrijke mijlpaal. Na jaren van vooral veel praten over geloof en zoeken naar hoe ze het geloof zich eigen kon maken, nam ze een risico door zich als ondernemer in te schrijven bij de Kamer van Koophandel en zo de spirituele markt te veroveren met het evangelie. Financieel staat het centrum op eigen benen.

Tjitske Volkerink

De meeste mensen zullen Tjitske Volkerink kennen van haar werk bij Groot Nieuws Radio. Daar presenteerde ze vier jaar lang onder meer het programma *Heilige Huisjes*. Voor die tijd werkte ze bij de Evangelische Omroep. Eerst als secretaresse bij het programma *2Vandaag*, later als producer, redacteur/itemregisseur voor EO Metterdaad. Inmiddels werkt ze weer bij de EO, als presentator van het radioprogramma *De Muzikale Fruitmand*. Tjitske groeide op in de Gereformeerde Kerken vrijgemaakt en is nu lid bij de internationale kerk Thousand Hills in Hilversum. Ze volgde bij de Protestantse Kerk in Nederland cursussen meditatie en bij de jezuïeten geestelijke oefeningen in de ignatiaanse spiritualiteit.

de kosten

Een ontspanningsmassage kost de eerste keer € 24,95 voor een halfuur, en € 49,95 voor een uur. Daarna zijn ze duurder, namelijk € 49 voor een halfuur en € 90 voor een uur. Het is ook mogelijk om een strippenkaart te nemen, dan kosten drie massages € 119 of € 239. Een workshop ontspanningsmassage voor partners kost € 35 per stel. Een volledige massagecursus voor echtparen kost € 249.

‘Ga lekker liggen en probeer niets te zeggen’, zegt Tjitske Volkerink terwijl ze haar handen insmeert met olie. Naast de massagetafel staat een stoomapparaat dat de geur van citrusolie verspreidt. Op de achtergrond klinkt rustgevende muziek. De eerste aanraking is even fris, maar al strelend en knedend warmen haar handen snel op. De stress vanwege de verkeersdrukke van vanmorgen, de komende deadlines en een overvol weekend zakt langzaam weg.

Volkerink geeft ontspanningsmassages in het Centrum voor Christelijke Spiritualiteit, dat ze anderhalf jaar geleden samen met haar compagnon Lieneke Griffioen in Hilversum heeft opgezet. ‘Het lichaam is heel belangrijk in het contact met God. Dat is in de kerk een ondergeschoven kindje. Ik vergelijk een massage weleens met zalving. In de kerk duurt dat misschien een paar minuten, ik heb iemand wel dertig minuten tot een uur onder mijn handen. Ik zorg dat ik zelf ook ontspannen ben, zodat ik een open kanaal kan zijn voor de Heilige Geest. Als mensen erom vragen, bid ik ook weleens hardop tijdens het masseren.’

Er zijn genoeg mensen die behoefte hebben aan een massage, weet ze. ‘Ik geef bijvoorbeeld workshops aan echtparen, om hun te leren echt contact te maken, met liefde en aandacht. En ik masseer singles, die niet regelmatig lang aangeraakt worden.’

Stilte, ontspanning en aanraking zijn voor Tjitske manieren om het geloof in praktijk te brengen en te laten landen in je hart. ‘Een goede

ontspanningsmassage is gewoon heel lekker. En dan maakt het verschil wie hem geeft. Het spirituele aan een massage is dat als je je openstelt om te ontvangen, je iets ervaart van de liefde van God. Dat kan al heel snel in een massage. Ik werk daar graag aan mee door te bidden voor iemand die ik masseer. Het is een middel om God heel dichtbij te ervaren. Mensen ervaren het bij mij als veilig, omdat ze weten voor welke Geest ik me openstel.'

Een massage is voor haar een manier om de waarden van het geloof, weten dat je geliefd bent en dat er genade is, in praktijk te brengen. 'Nee, in de Bijbel lees ik niets over massages, maar wel dat God een God is van relaties. En Hij heeft het lichaam gemaakt. Dit is hoe het lichaam werkt, aanraking is nodig om als mens tot je recht te komen. Juist dat kun je niet alleen doen. Dat vind ik zo mooi eraan.'

ontvangen

Behalve dat het voor iedereen goed is om aangeraakt te worden, hebben massages wat Volkerink betreft wel degelijk met geloof te maken. Is het geloof niet uit het horen? 'Ja, het geloof wordt je aangeboden met woorden, maar wat dan? Hoe kun je die woorden je eigen maken? Wat hebben mensen nodig om die woorden vrucht te laten dragen in hun leven? Je hoofd is maar tien procent van wie je bent, je lichaam negentig. Als ik Jezus uitnodig bij een meditatie, of tijdens een massage, dan mag ik erop vertrouwen dat het zijn Geest is die door me heen werkt. De Heilige Geest werkt op veel manieren, ook door mensen heen. Soms geeft Hij een onrustig gevoel, omdat je een andere kant op moet in je leven. Maar er is ook veel onrust die mensen weghoudt bij God die vrede wil geven.'

Dat leven vanuit geloof gaat om het liefhebben van God en je naaste, erkent Tjitske. 'Maar om te kunnen geven aan anderen is het belangrijk dat je eerst zelf leert ontvangen. Anders ga je geven uit jezelf en dan put je uit een leeglopend vat. We willen allemaal het goede doen, maar hoe ontvangen we de kracht van de Heilige Geest om van daaruit te geven?'

Of de rust die je ervaart op een massagetafel van God komt, is voor haar een kwestie van vertrouwen. 'Dat is hetzelfde als een lied zingen in de kerk. Als je daar iets bij voelt, mag je weten dat het de Heilige Geest is. Ja, het kan ook je eigen emotie zijn, daar gaan mensen verschillend mee om.'

Aan het begin van een massage vraagt Tjitske altijd even hoe het gaat. 'Dat maakt mensen bewust van hun eigen gevoel. Waar zit het vast, welke angst of boosheid zit er in de weg? Ik wil werken vanuit acceptatie, genade, zo je wilt. Ik wil ruimte maken waar die gevoelens er mogen zijn. We leggen de lat voor onszelf en elkaar vaak heel hoog: dit is het leven met God, als je dat niet haalt moet je je zonden belijden en het opnieuw proberen. Van Victor van Heusden, de oprichter van retraitecentrum De Spil, en de benedictijnse schrijver Anselm Grün leerde ik dat God juist afdaald naar ons. Hij zoekt ons in de modder van ons leven. Daar mogen we Hem ontvangen en van daaruit helpt Hij ons omhoog. Dat is wat anders dan zelf heel hard proberen het goed te doen.'

nekspieren

Liggend op de massagetafel zit er inderdaad weinig anders op dan gewoon te ontvangen. Tjitske kan nekspieren zo bewerken dat het gevoel helemaal doortrekt naar de onderrug. Wangen, voorhoofd en oren pakt ze ook mee. Het kriebelt. 'Moet je vandaag nog representatief zijn?', vraag ze lachend. Make-up blijft echt onmogelijk zitten met die olie.

Behalve massages, geeft Tjitske ook stiltewandelingen, begeleidt ze mensen die meer rust en tijd voor meditatie in hun leven willen en geeft ze oefeningen in mediterend Bijbellesen. Iedere maandagochtend houdt ze een morgengebed in de kapel, waarbij gasten mogen aanschuiven. 'Dat is echt de basis van het centrum', zegt ze. 'Ook als er niemand op afkomt, houd ik de liturgie.'

Vanmorgen zijn er vijf gasten gekomen. Vier vrouwen en een man zitten verspreid door de kapel, een verdieping onder de massageruimte. Tjitske zit helemaal achterin op een krukje, met haar benen onder haar lichaam gevouwen. Ze leest uit Psalm 80. 'Toon uw lichtend gelaat en wij zijn gered.' Een van de gasten zit met opengeslagen handen, een ander met het hoofd voorovergebogen. Voor in de kapel brandt een kaars, daarachter hangt een houten kruis. Op wat gestommel in de naastgelegen ruimte na, is het stil. 'Ik nodig je uit een gebed uit te spreken tot God.' Even blijft het stil, maar dan klinken her en der mompelend gebeden. Na de voorbede draait Tjitske vanaf haar laptop een vreedelied. 'Peace be with you', klinkt het vanuit de draagbare speaker. Nog even blijven de gasten in de rust van de kapel, totdat het tijd is voor de koffie in de voorkamer, waar Tjitske de kopjes alvast volschenkt.

Aldrik Dijkstra (40) vindt het heerlijk om zijn week te beginnen met het morgengebed. Hij is opgegroeid in de Gereformeerde Kerken vrijgemaakt, maar gaat nu naar een internationale gemeente. 'Als je bij ons in de kerk binnenkomt, is het altijd een bak met kabaal. In de kerk word ik opgebouwd, de muziek neem ik voor lief. Om tot rust te komen heb ik deze stille plek nodig.' Rolina Grasmeijer (51) vindt dat heel herkenbaar. Zij gaat naar dezelfde kerk en is in de Nederlands Gereformeerde Kerk opgegroeid. 'Thuis heb ik ook een stiltedagboek, maar in de praktijk komt daar weinig van terecht. Ik vind het heel wonderlijk hoe de stilte werkt. De laatste dagen had ik wat zorgen over onze zoon. De tekst van vanmorgen hielp me enorm om hem aan God over te dragen. Waarom bedenk ik dat zelf niet als ik thuis ben? Dan ben je al zó lang christen ...'

paranormaal tijdschrift

Hoewel alle bezoekers van het morgengebed vandaag kerkgangers zijn, heeft Tjitske haar pijlen ook gericht op de spirituele zoekers. Die bereikt ze vooral met cursussen en stiltewandelingen. 'Ik wil een kraampje zijn op het marktplein van spiritualiteit. Er zijn zo veel mensen die echte rust zoeken. Als dat is wat het geloof te bieden heeft, de genade en liefde van Jezus Christus, dan wil ik dat aan hen laten zien. Veel mensen hebben vervelende ervaringen met de kerk en kunnen geen preek meer horen. Ik wil hun iets aanbieden dat wel werkt.'

Vanuit deze niet-kerkelijke hoek krijgt het centrum belangstelling. 'Ik zit soms aan tafel met allerlei mensen uit de spirituele wereld. Die zijn vaak verbaasd. "Zijn jullie ook spiritueel?", vragen ze dan. Een paranormaal tijdschrift benaderde mij voor een interview. Ik heb heel lang met die hoofdredacteur zitten praten. En we gaan op een spirituele beurs staan. Daar willen we de liefde van Jezus laten zien. Juist de zoekers die daar komen, staan daarvoor open.'

kritische reacties

Uit de kerkelijke hoek leidt het woord spiritualiteit juist tot kritische reacties. 'Veel christenen vragen: "Spiritualiteit, is dat wel van ons?" Ze associëren het meer met boeddhisme of yoga. Maar wij kennen de Heilige Geest: Spiritus Sanctus. Spiritus, dat woord zegt genoeg. Ik maak het onderscheid tussen theologie, dat is de kennis van God, en spiritualiteit, dat is hoe ik mij als mens tot Hem verhoud en door Hem gevormd word. Het geestelijk leven, zo kun je het ook noemen. Voor mij is Filippenzen 4 een belangrijke tekst: de vrede van God, die ons verstand te boven gaat, zal ons hart en onze gedachten in Jezus Christus bewaren. Hoe kun je die gedachten, die alsmaar door je hoofd blijven razen, nu tot rust brengen en die vrede ervaren? Wat ik hier doe, is een toepassing van die tekst.'

Aan het einde van de massage is een gevoel van vrede inderdaad wat blijft hangen. Vergelijkbaar met het weldadige gevoel van een lange boswandeling. Of dat van God komt? Hij is in ieder geval degene die zowel het bos als de handen van de masseuse geschapen heeft. ■



Copyright © 2016 Nederlands Dagblad, gerealiseerd door [Liones](#)