

Mededelingenblad van het  
Humanistisch Verbond  
Afdeling 't Gooi, Vecht, Almere  
**Nummer 3 | September 2025**

# Humaniscoop



## **Nieuwe cursussen**

'Praktische levenskunst',  
'Goed leven, goede  
dood' en 'Kennismaken  
met humanisme'

**Kwartaalquote** Peris Shaban:  
*'De filosofie van mijn ouders en  
de kern van hun boodschap is ook:  
je moet zelf je leven opbouwen.'*



## **In gesprek met**

Peris Shaban: 'Tussen  
twee werelden'



## **Uitgelicht**

Dante Alighieri  
1256-1321



## **Filosofisch café**

Nieuw jaarthema:  
'Tijdgeest'

# Programma najaar 2025

<b>Vrijdag 19 september 15.00-17.00 uur</b>	
<b>Bijeenkomst</b> Herfstbijeenkomst	
De Kapel, Hilversum	6
<b>Maandag 29 september 14.00-16.00 uur</b>	
<b>Bijeenkomst</b> Filosofisch café 30ML: Thema 'Tijdgeest'	4
<b>Vrijdag 3, 17, 21 oktober e.v. 19.30 uur</b>	
<b>Cursus</b> Praktische levenskunst	7
<b>Maandag 6 oktober e.v. 14.00-16.00 uur</b>	
<b>Woensdag 8 oktober e.v. 14.00-16.00 uur</b>	
<b>Cursus</b> Gespreksgroep: 'Verhalen rond Marco Polo'	22
<b>Zaterdag 18 oktober 10.00-16.00 uur</b>	
<b>Cursus</b> Goed leven, goede dood	8
<b>Dinsdag 28 oktober 19.00-21.30 uur</b>	
<b>Cursus</b> Kennismaken met humanisme	9
<b>Zaterdag 1 november 10.30-16.00 uur</b>	
<b>Cursus</b> Verdieping 'Aktieve hoop'	10
<b>Dinsdag 4 en donderdag 6 november 11.00 uur</b>	
<b>Rondleiding</b> Singer Laren	11
<b>Donderdag 20 november 18.30 uur</b>	
<b>Bijeenkomst</b> 20e-dag-eettafel bij El Verano, Bussum	23
<b>Maandag 24 november 14.00-16.00 uur</b>	
<b>Bijeenkomst</b> Filosofisch café 30ML: Thema 'Tijdgeest'	4

Alle activiteiten zijn ook toegankelijk voor niet-leden van het Humanistisch Verbond  
Neem dus gerust iemand mee!

## Verder in dit nummer

<b>In gesprek met ...</b> Peris Shaban	12
<b>Uitgelicht</b> Dante Alighieri	18
<b>En dan nog even dit...</b> Over 'Woke'	24
<b>Column 'Wat mij bezig houdt'</b> Greta Bentum	25
Boekgroepen	26

Leden die willen deelnemen aan een activiteit, maar daarvoor financieel niet in staat zijn, kunnen een beroep doen op het bestuur voor een tegemoetkoming. U kunt hiervoor mailen naar: [tegrijpstra@gmail.com](mailto:tegrijpstra@gmail.com)

# Ten geleide

We zijn met velen...

Soms voel ik me zo machteloos bij alle negatieve berichten die de publiciteit vullen. Maar dan put ik toch hoop uit berichten die soms niet de pers halen.

Misschien behoort u bij de humanisten die in 1983 meededen aan de massabetoging tegen de stationering van kernwapens in Nederland, die met 550000 deelnemers in Den Haag werd gehouden. Kan zo iets nog?

President Orbán van Hongarije verbood elke demonstratie van lhbtbi-ers in Boedapest. Bovendien wordt literatuur daarover in de boekhandels en scholen verboden. Maar mensen lieten zich niet intimideren; de demonstratie van liefde, verzet en hoop ging door en trok meer dan 200.000 deelnemers, waaronder Europese en Nederlandse politici onder het motto 'ze hebben geen macht over ons'.

In Israël lijkt Netanyahu tegen alle protesten in Gaza en de Westbank te vernietigen. Toch hebben meer dan 1.000 rabbijnen Israël ervan beschuldigd "honger als wapen te gebruiken" met een ernstige morele crisis. En zijn er grote demonstraties in Tel Aviv.

En dan nog: Dolle mina bestaat en trekt met meer dan 1000 mensen door Rotterdam om zich te verzetten tegen femicide.

Ze zijn er nog, tekens van hoop!

*Ties Grijpstra*

Zo meldt u zich aan voor een activiteit of cursus:

1. eerst even aanmelden via de mail: [gooialmere@regio.humanistischverbond.nl](mailto:gooialmere@regio.humanistischverbond.nl) of eventueel telefonisch: 06 – 10 83 21 98
2. u krijgt dan een bevestiging, dat er plaats is
3. na de bevestiging kunt u betalen: NL 31 TRIO 0198 3781 57  
t.n.v. Humanistisch Verbond, Gooi Vecht Almere  
Onder vermelding van de cursus/activiteit

Anmelding voor cursussen van het landelijk bureau doet u via de website. Zie de QR code bij de desbetreffende cursus.

## Filosofisch café

## Jaarthema: 'Tijdgeest'



**Wanneer** Maandag 29 september, 24 november, 23 februari en 20 april, van 14.00-16.00 uur

**Waar** Koffiebar 30ML Coffee&food  
's Gravelandseweg 14, 1211 BS Hilversum

**Kosten** € 5 betalen tijdens de bijeenkomst

### Aanmelding en/of informatie

E-mail: [gooialmere@regio.humanistischverbond.nl](mailto:gooialmere@regio.humanistischverbond.nl)

Het filosofisch café biedt de gelegenheid om samen met anderen in gesprek te gaan, dieper na te denken over fundamentele vragen over de wereld en het leven. Het gaat niet om het vinden van kant-en-klare antwoorden, maar om elkaar te stimuleren in het kritisch denken en het verdiepen van begrip.

Door naar elkaar te luisteren worden verschillende perspectieven verkend en in een dialoog besproken.

### Het jaarthema dat centraal staat is **Tijdgeest**

Het is een breed thema, daarom heeft elke bijeenkomst een subthema. U moet zich voor elke bijeenkomst apart aanmelden.

#### Maandag 29 september

Subthema **Snelheid**

#### Maandag 24 november

Subthema **Veelvoudigheid**

Welke krachten domineren in dit tijdperk de geschiedenis?

Hoe verhouden wij ons hiertoe?

Waar zijn we naar op zoek in deze tijd?

### Vloeibare wereld

De Pools-Britse socioloog en filosoof Zygmunt Bauman (1925- 2017) sprak over de dwalende mens die zich niet meer thuis voelt in de – zoals hij zegt – vloeibare wereld.

Ons land is vloeibaar geworden, de wereld ook, maar zo ook relaties.



Er zijn geen zekerheden meer, ze zijn ongrijpbaar als water. We zoeken wanhopig naar nieuwe vormen van samenleven.

Kunnen we nog aanspraak maken op een waarheid of overheerst de gevoelswaarheid?

Is er een overeenkomst tussen waarheid en werkelijkheid?

Moeten we gewoon ons gezonde verstand gebruiken? Maar wat is gezond verstand?

De twijfel aan de wereld wordt versterkt doordat alternatieve feiten de plaats innemen van feiten.

Het gevolg van die verwarring is dat we de gedeelde werkelijkheid wantrouwen.

### Vier bijeenkomsten

In vier bijeenkomsten gaan we al filosoferend trachten het ongrijpbare verschijnsel van 'de werkelijkheid' te doorgronden.

## Herfstviering

### Vrijdag 19 september

*De zomer ligt achter ons.  
Op 21 september zijn de dag en  
de nacht even lang, in balans.  
We gaan ons voorbereiden op  
de rusttijd van de natuur.*

De overgang van zomer naar winter brengt veel veranderingen met zich mee.

In de natuur is dat zeker merkbaar, maar hoe zit het met veranderingen in de mens tijdens deze overgang?

De herfst roept vragen op over loslaten, vergankelijkheid en de relatie tussen de natuur en de mens. Met elkaar gaan we hierover in gesprek op een informele manier met een hapje en een drankje.

#### Meenemen:

We vinden het leuk als u iets meeneemt wat voor u betekenis heeft in de herfst:

- Een voorwerp, foto, kunstartikel, etc.

Doet u mee? Meld u dan aan! Iedereen is welkom.

**Wanneer** Vrijdag 19 september 15.00-17.00 uur

**Waar** De Kapel  
's Gravelandseweg 144, 1217 GA Hilversum

**Kosten** € 7,50 of € 10 (niet-leden)

#### Betaling

NL 31 TRIO 0198 3781 57  
t.n.v. Humanistisch Verbond, Gooi Vecht Almere  
onder vermelding van 'Herfstviering'.

#### Aanmelding (noodzakelijk)

E-mail:  
gooialmere@regio.humanistischverbond.nl  
of 06-10832198

**Wanneer** Vrijdag 3, 17, 31 oktober en 7, 21, 28 november, 19.30 uur

**Waar** De Kapel  
's Gravelandseweg 144, 1217 GA Hilversum

**Docent** Annette van der Elst



#### Aanmelding (noodzakelijk)

Aanmelding voor deze cursus van het landelijk bureau doet u via de website.

<https://gooi-vecht-almere.humanistischverbond.nl/events/cursus-praktische-levenskunst-hilversum/>

Levenskunst, in het algemeen, betekent het bewust en actief vormgeven van jouw leven. Vanuit een richting die jij zélf kiest. Dat klinkt prachtig, maar is natuurlijk gemakkelijker gezegd dan gedaan. Het kan heel behulpzaam zijn met anderen stil te staan bij thema's in het leven – en hoe jij hier mee om wilt gaan. Dat doen we in deze cursus.

In zes interactieve bijeenkomsten leer je in sneltreinvaart een aantal belangrijke onderdelen van de filosofie van de levenskunst én hoe je die kunt toepassen in de praktijk: via handvatten en vaardigheden die jou helpen om je eigen leven vorm te geven.



denk zelf, maar denk niet alleen

## Cursus Goed leven, goede dood



**Wanneer** Zaterdag 18 oktober, 10.00-16.00 uur

**Waar** De Kapel  
's Gravelandseweg 144, 1217 GA Hilversum

**Docent** Saskia Markx-Dassel



**Aanmelding (noodzakelijk)**

Aanmelding voor deze cursus van het landelijk bureau doet u via de website.

<https://gooi-vecht-almere.humanistischverbond.nl/events/goed-leven-goede-dood-hilversum/>

Wat is voor jou een goede dood? En wat betekent een goed leven voor jou? Op deze verdiepingstag ga je op zoek naar jouw omgang met de dood. En door de dood in de ogen te kijken krijg je ook scherper waar je blij van wordt. Waar je het allemaal voor doet. Je onderzoekt de gevoelens die de dood ongemakkelijk maken. En je oefent hoe je het gesprek over de dood aan kan gaan.

Je leert jezelf kennen als het gaat om vragen met betrekking tot de dood, hoe je erin staat, en wat je wel en niet wilt. En hoe je het gesprek met een ander hierover voert. We gebruiken de inzichten van verschillende filosofen maar de belangrijkste bron van wijsheid zijn de andere deelnemers en jijzelf.

## Cursus Kennismaken met humanisme

**Wanneer** Dinsdag 28 oktober 19.00-21.30 uur

**Waar** Buurtcentrum Parkwijk  
Haagbeukweg 42, 1326 CP Almere

**Docent** Prosper de Roos



**Aanmelding (noodzakelijk)**

Aanmelding voor deze cursus van het landelijk bureau doet u via de website.

<https://gooi-vecht-almere.humanistischverbond.nl/events/kennismaken-met-humanisme-almere/>

In 2,5 uur leer je de beginselen van het humanisme kennen en hoe je ze in je eigen leven kunt toepassen. Welke wijsheden van humanistische inspiratiebronnen zoals Erasmus, Spinoza, Arendt en Manschot kan jij inzetten bij het maken van kleine en grotere keuzes?

In gesprek met elkaar onderzoek je wat het humanisme voor jou kan betekenen. Je krijgt inzicht in je eigen praktische wijsheid en wat jij belangrijk vindt. Zo komt de humanistische traditie tot leven en beoefen je een belangrijk aspect van het humanisme: de dialoog.

## Volg het HV op Instagram

Het HV post met enige regelmaat interessante en prikkelende berichten. Soms een quote om op te reflecteren, dan weer een boeiend filmpje of krantenartikel. Te volgen op: [@humanistischverbond](https://www.instagram.com/humanistischverbond)



## Verdiepingsdag

### Aktieve hoop (volgeboekt)

**Wanneer** Zaterdag 1 november, 10.30-16.00 uur

**Waar** De Kapel  
's Gravelandseweg 144, 1217 GA Hilversum

**Docent** Hilde van 't Klooster

**Een vegetarisch lunch** wordt daarbij aangeboden, dieetwensen melden bij de afdeling 't Gooi.

In onze zorgen over het klimaat is het belangrijk om hoopvol te blijven. Maar hoe doe je dat?

Op deze dag staan jouw klimaatzorgen centraal, je onderzoekt wat er voor jou toe doet en waar jij hoop uit haalt.

*'Het leverde mij veel inzichten op waarvan één in het bijzonder: om te kunnen veranderen, moest ik eerst de situatie onder ogen durven te komen. Juist dat blijkt erg moeilijk.'*

Reactie van een deelnemer

'Aktieve hoop' is gebaseerd op het gedachtegoed van de klimaatactivist Joanna Macy.

Ze weet de mensen wereldwijd te inspireren. Zij gelooft in een grote ommekeer die begint bij verandering van jezelf. Daar is een nieuwe kijk op het leven voor nodig. Een leven van verwevenheid, afhankelijkheid en zorg voor alle wezens. Van ego naar eco.



#### Meer informatie

<https://www.humanistischverbond.nl/ecohumanisme/wie-is-joanna-macy/>



#### Aanmelden

via de landelijke website:  
<https://gooi-vecht-almere.humanistischverbond.nl/events/actieve-hoop-hilversum/>

## Rondleiding Singer Laren: '1913, de grote kunst- explosie'

**Wanneer** Dinsdag 4 november 11.00 uur óf  
Donderdag 6 november 11.00 uur

**Waar** Singer Laren  
Oude Drift 1, 1251 BS Laren

**Kosten** Entree met museumkaart gratis, anders  
€ 17, rondleiding € 8 (leden), € 11 (niet-leden)

#### Betaling

NL 31 TRIO 0198 3781 57

t.n.v. Humanistisch Verbond, Gooi Vecht Almere  
onder vermelding van 'Singer' en de datum.

#### Aanmelding (noodzakelijk) en/of informatie

E-mail: [gooialmere@regio.humanistischverbond.nl](mailto:gooialmere@regio.humanistischverbond.nl)

Feest, vrijheid en explosies van kleur en vorm vullen vanaf 16 september 2025 de zalen van Singer Laren. De tentoonstelling 1913. De grote kunstexplosie laat het werk van Nederlandse modernisten zien te midden van dat van hun Europese tijdgenoten. In 1913 lijkt de kunstwereld te dansen op de vulkaan vlak voordat de vrede in Europa in vlammen opgaat.



Amedeo Modigliani, *Le Grande Buste Rouge*, 1913

In de periode 1910-1913 raken Nederlandse kunstenaars en critici steeds meer vertrouwd met moderne stromingen als het Franse kubisme, Italiaanse futurisme en Duitse expressionisme. Tentoonstellingen van deze avant-gardekunst bij kunstenaarsverenigingen en galeries leiden tot brede discussies in de pers. In 1913 bereikt deze uitwisseling een hoogtepunt: de tentoonstelling focust op de Nederlandse schilderkunst uit 1913 en op de kunstwerken die dat jaar op toonaangevende (inter)nationale exposities te zien zijn. Singer Laren plaatst deze werken in een bredere context door ze te combineren met werken van onder anderen Wassily Kandinsky, Amedeo Modigliani, August Macke, Henri Le Fauconnier, Jules Schmalzigaug en Robert Delaunay.



## Tussen twee werelden: het levensverhaal van Peris Shaban

Een gesprek over identiteit, keuzes en  
geestelijke weerbaarheid

De 29-jarige Peris Shaban heeft in haar leven al veel gereisd, zowel een lange reis naar buiten als een lange reis naar binnen. Ze neemt ons mee op haar reis en vertelt.

‘Ik ben geboren in Koerdistan. Toen ik 3 jaar was ben ik met mijn ouders en mijn broer gevlucht en hier naartoe gekomen. Later hebben we er nog een broertje bij gekregen. Als kind stond ik weinig stil bij wat het betekende om opeens in een ander land te wonen. Voor mij was dat destijds gewoon een feit.

Op de opleiding Humanistiek kregen we les over identiteit, over verlieservaringen en over morele desoriëntatie. Ik ben toen veel meer gaan stilstaan bij wat mijn vluchtverleden en biculturele identiteit voor mij betekenen. Ik ben me gaan afvragen: wat doet dat met een mens, wat heeft het vluchten met mij gedaan, wat heeft het met ons gezin gedaan? Ben ik eigenlijk de enige die hiermee worstelt? Ik begon steeds meer die innerlijke zoektocht aan te gaan. Het was een soort verantwoordelijkheid

naar mijzelf omdat ik mij ongelukkig voelde. Ik heb in mijn levensverhaal ontdekt dat ik veel van mijn kracht en kwetsbaarheid kan ontleen aan hoe wij er als gezin doorheen zijn gekomen, die postmigratie periode. Denk aan een drang om te overleven, te groeien en stabiliteit te creëren en anderzijds momenten van ontwrichting in ons gezin. Het heeft mijn 5 jaar oudere broer heel veel gedaan, met name omdat hij het vluchten actiever heeft meegemaakt. Hij heeft er PTSS aan overgehouden. Op mij had het een ander effect. Ik probeerde naar mijn kunnen de normale stroom te volgen in Nederland. Dat lukte aardig omdat ik goed was in focussen op wat ik

*‘De filosofie van mijn ouders en de kern van hun boodschap is ook: je moet zelf je leven opbouwen. Ik sta daarachter.’*

interessant vond. Maar zonder dat veel mensen het wisten, worstelde ik veel met mijzelf. Ik vond mijn uitweg in educatie en werk. Voor mij was het een ‘gouden ticket’, een freepass die ik altijd kon gebruiken om lang en laat buiten te blijven zonder vragen te krijgen van mijn ouders. Buitenshuis kon ik de vrije wereld ontdekken zoals elk ander. Ik kon mij vrij bewegen en nieuwe rolmodellen ontmoeten. Toch heb ik juist van mijn familie geleerd dat zelfontwikkeling ook ontzettend belangrijk

is. Misschien omdat zij een realiteit hebben gekend waarin het 'ik' ondergeschikt was ten opzichte van de behoeftes van de gemeenschap. Ja, zo zijn die zaadjes van het humanisme onbedoeld thuis al geplant. Tegelijkertijd, omdat het zo goed ging, werd ik vanzelf het succeskind in het gezin en kwam er ook een bepaalde druk bij kijken. Doordat het goed ging met mij, ging het ook goed met mijn familie. Was er voor mij nog wel ruimte om fouten te maken als we zo verstrengeld waren met elkaar? Dit spanningsveld kon wel eens verstikkend zijn, zeker als je nog jong bent en de wereld ligt aan je voeten. Ik zeg altijd dat ik in twee werelden leef, niet tussen. Als ik de ene bubbel uitstap, stap ik de andere alweer in. En die vrije ruimte... die ervaar ik wanneer ik alleen ben én een fijne verbinding heb met een ander."

### Leven tussen culturen

"Ik denk dat ik een lange weg heb bewandeld in relatie tot mijn biculturele identiteit. Ik heb periodes gekend waarin ik mij heb gedistantieerd van mijn Koerdische afkomst en soms van de Nederlandse identiteit. De polarisatie die ik in de samenleving voelde, was ook aanwezig in mijzelf. Constructen die voor sommige mensen vanzelfsprekend zijn, waren in mijn ogen ingewikkeld en onderhevig aan tegenstrijdige normen en waarden. Ik heb mij afgevraagd wat vrouw-zijn betekent, wat een goed leven inhoudt, bij wie ik wil horen, welk gedrag nu van mij wordt verwacht en geaccepteerd en hoe ik daar zelf in sta. Telkens voelde ik: wat moeilijk eigenlijk, ik voel van beide kanten een soort druk om op een bepaalde manier te zijn, een definitief antwoord te hebben. Als ik naar mijzelf luister, wil ik een gouden midden bepalen en een authentiek leven leiden. Maar kan dat wel als je innerlijke ruimte gevuld is met meerstemmigheid? Ik word nog steeds geconfronteerd met deze vragen tijdens alledaagse momenten; culturele feesten, partnerkeuze, op mijzelf wonen, etcetera. Hoe ouder ik word hoe meer ik denk: misschien kan ik niet altijd een goede middenweg vinden, maar ik kan wel een soort grenswandelaar worden. Ik loop in en uit bepaalde systemen of leefwerelden en probeer recht te doen aan de culturele identiteit die op dat moment het meest resoneert. In mijn werk als geestelijk verzorger beweeg ik ook als een grenswandelaar. Ik hoor bij het systeem maar beweeg mij er ook los van. Ik stap in en uit de wereld van de bewoners, team van behandelaren, mijn eigen vakgroep, en andere lagen binnen de organisatie. Ik hoor erbij, en onttrek mij telkens weer zodat ik nooit helemaal verstrengeld raak met één groep, houding of rol."

*"Heb je nu de balans gevonden in de twee culturen?"*

"Op bepaalde vragen heb ik een antwoord gevonden. Ik woon op mezelf, iets wat niet heel normaal is voor een jonge vrouw binnen de Koerdische cultuur. En ik heb een balans gevonden van afstand en nabijheid tot mijn familie. Het is de combinatie van die betrokkenheid en warmte, alsook het leiden van mijn eigen leven. De filosofie van mijn ouders en de kern van hun boodschap is ook: Je moet zelf je leven opbouwen. Ik sta daarachter. Denk dat ik daar aardig trouw aan ben gebleven. Hoe ouder ik word, hoe meer ik beseft dat mijn culturele identiteit fluïde is en dat ik in elke context weer iets anders mijzelf ben. Maar dat vind ik een prettiger antwoord dan dat ik mijzelf tot één Peris reduceer."

*"Heeft je levensverhaal invloed gehad op je beroepskeuze?"*

"Ik ben begonnen met de studie psychologie en heb daarna de studie Humanistiek gedaan omdat ik meer diepgang zocht. Ik leefde met vragen zoals: Wat is de zin van het leven? Wat is identiteit? Wat doen ingrijpende gebeurtenissen met een mens? Wat houdt een mens staande? En ik wilde graag leren andere mensen daarbij te begeleiden. De studie Humanistiek gaf mij meer diepgang in de aard van het beestje, het mens-zijn. Het bood me ook ruimte om onderwerpen te onderzoeken die ik moeilijk te bespreken vond met familie en vrienden. Er zit veel openheid binnen humanistiek en het

*'Misschien kan ik niet altijd een goede middenweg vinden, maar ik kan wel een soort grenswandelaar zijn.'*

HV. Het mooiste hieraan vind ik dat ik dit los kan doen van bestaande dogmatische denkkaders, ook al voel ik wel de ruimte om daarnaast spiritualiteit onderdeel te laten zijn van mijn leven. Ik denk dat deze visie ook doorsijpelt in mijn manier van werken. Ik geef mensen de ruimte om het niet te weten, te vloeken en te huilen om het verdriet wat daarbij komt kijken, hysterisch te lachen om de absurditeit van het bestaan en lichtpuntjes te zoeken die ze weer op pad helpen. De aard van het beestje mag best complex zijn maar ik merk vaak dat als mensen hun gedachten in de wereld brengen en emoties de ruimte bieden, dat het héél veel kan verlichten. En voor mij... Humanistische bronnen, belangrijke denkers en onderzoekers, de activiteiten van het HV, mijn levensbeschouwing... ze bieden mij een kader om mezelf te onderzoeken en ook de werkelijkheid."

“Wat bedoel je met de werkelijkheid?”

“Ik bedoel de sociale werkelijkheid, menselijke relaties, constructen... hoe we met elkaar omgaan, wat zijn cultuurverschillen, wat wordt er verstaan onder een ‘goed leven’? Hoe mooi is het dat ieder een eigen antwoord mag formuleren, geïnspireerd door je eigen levensgeschiedenis en leven? Als ik denk aan de aard van de werkelijkheid, kom ik vanzelf ook een beetje in het spirituele terecht. Het doet me altijd denken aan de quote van Octavio Paz, schrijver en poëet: “Beyond myself, somewhere, I wait for my arrival.” “Ergens voorbij mezelf, wacht ik totdat ik bij mijzelf aankom.” Deze quote ontroert me, want het zijn juist de momenten dat ik mijzelf ontmoet, dat ik me het meest verbonden voel met het leven. Waar ik mijzelf ontmoet is het grote cadeau in het leven.”

### Wijsheid, waarden en keuzes

“Zijn er waarden uit je opvoeding die je koestert?”

“Ja, waarden als saamhorigheid, behulpzaamheid, zorgen voor elkaar... En ook zo iets als flexibiliteit; je kunnen aanpassen aan de context waarin je leeft. Bij de Koerdische cultuur hoort ook de filosofie: als jij gelukkig bent, ben ik ook gelukkig. Die emoties zijn verstrengeld en verbonden. Het kan verstikkend werken, maar het sterkt mij heel erg dat er mensen zijn waarmee ik zó verbonden ben, dat ze mijn pijn of stilte kunnen begrijpen. Mijn ouders hebben vanaf dag één hard gewerkt om een bestaan op te bouwen in dit land. En dat heeft mij ook geholpen in te zien dat als ik een goed leven wil leiden, dat aanpassingsvermogen heel belangrijk is. Wat ik ook heb meegekregen is: Het leven gaat door. Ik kom van ouders die de oorlog hebben meegemaakt en naasten daaraan zijn verloren. Om te kunnen leven móesten ze wel doorgaan. Tijdens mijn masterscriptie heb ik geleerd dat het verwerken van het trauma náást het groeiproces kan bestaan. Terwijl we leren te leven met de pijn, mogen we ook een goud randje ontdekken en doorleven met die wijsheid. Prachtig toch, die dualiteit?”

“Op je site lees ik dat je veel geleerd hebt over het menselijk brein, gedrag en geest. Heeft je dit tot een conclusie gebracht?”

“Het belangrijkste, in mijn ogen, is dat mensen veel complexer zijn dan je denkt. En omdat je niet alle delen kan zien of ontdekken, kun je maar het beste begripvol zijn naar elkaar. Maar voordat je toegang kan krijgen tot iemands innerlijke leefwereld, moet de ander zich veilig voelen bij jou. Het contact draait dus niet om mijn behoeftes, maar de begeleidingsbehoefte van de ander. In mijn privéleven ben ik ook gewoon een persoon en

werkt dat net zo voor mij. In die zin zet ik mijzelf in elk begeleidingsgesprek in als spiegel, om vervolgens te ontdekken dat de ander mij ook iets kan leren over mijzelf. We zijn meer verbonden dan je denkt.”

“Je hebt je ook verdiept in de rol van levensbeschouwing op het mentaal welzijn. Wat bedoel je hier precies mee?”

“Ja, ieder mens maakt vroeg of laat een ingrijpende gebeurtenis mee. Bijvoorbeeld een overlijden, ziekte, ongeluk of iets anders. Zo’n ervaring kan jouw basisassumpties in het leven aantasten. Die basisassumpties zijn het vertrouwen in je eigenwaarde, je opvattingen over de aard en goedheid van de wereld, de zin of betekenis van het bestaan en mogelijk ook je relatie met een spirituele bron. Wanneer een van die relaties negatief verstoord wordt kan dit een invloed hebben op je mentale welzijn, met angst, cynisme, wantrouwen of andere effecten tot gevolg. Is het ernstiger, en gaat het je dagelijks functioneren in de weg zitten, dan verwijs ik door naar een psycholoog. Dan kan het wellicht gaan om een trauma of PTSS. Maar ik denk dat in die basisassumpties ook een sleutel verborgen ligt voor het versterken van vertrouwen en verbinding in je leven.”

“Je ziet voor jezelf ook een nieuwe mogelijkheid om in Nederland de geestelijke zorg laagdrempeliger te maken onder jongvolwassenen en ouderen, ‘omwille van de geestelijke weerbaarheid van ieder mens’, zoals Jaap van Praag zou zeggen. Wat versta je onder geestelijke weerbaarheid?”

“Zoals ik al zei, het leven is weerbarstig, we maken allemaal tegenslagen mee. Daarnaast bewegen we ons allemaal in en tussen verschillende groepen van mensen (hetzij op werk, school, familie of vrienden) waarin een bepaalde norm, waarden, gedragen en gedachten worden geaccepteerd. Die vormen onze denkkaders en onze visie op een goed, rechtvaardig leven. Maar wanneer het leven moeilijk wordt, of wanneer we druk ervaren vanuit een groep mensen, kan dat een ontregelende werking op ons hebben. Dan is het ontzettend belangrijk om je staande te houden zodat je stilstaat bij je levensvragen en terug kan komen bij jezelf. Ja, ik denk dat als je zelfkennis groot is en je weet wat je helpt om weer terug te veren, je jezelf geestelijk weerbaar mag noemen. In gesprekken verken ik deze beweging op een laagdrempelige manier met de ander; door telkens één puzzelstukje op zijn plek te leggen, door humor in te zetten en inspirerende bronnen aan te bieden. Zo hoop ik een kleine bijdrage te kunnen leveren aan het versterken van de geestelijke weerbaarheid van de ander. Jij gelukkig, ik gelukkig.”

Frances Admiraal

## Dante Alighieri 1256-1321

Ieder kwartaal bespreken we een persoon of begrip uit de humanistische geschiedenis.

**Keuzes maken, we ontkomen er niet aan. Zoals Peris Shaban zoekt in haar leven naar hoe ze keuzes maakt, werd het leven van Alighieri Dante ook bepaald door de keuzes die hij maakte.**

Dante Alighieri werd in 1256 te Florence geboren. Hij was een Italiaans dichter, schrijver, moraalfilosoof en kortstondig politicus.

Zijn studie van de scholastieke filosofie in Bologna en Parijs vormde de wijsgerige en theologische basis van zijn werk.

De middeleeuwse cultuur had een sterk godsdienstig en geestelijk karakter. De filosofie van die tijd, de scholastiek, is voortgekomen uit het onderricht en de opvoeding van de geestelijkheid in de kloosterscholen. De naam zegt het al: scholastiek, leer van de school. Toen de contacten tussen de domscholen groeiden door de toenemende politieke stabiliteit, wilde men theologie en wijsbegeerte in één stelsel verenigen. Op beide terreinen moest dezelfde methode toegepast worden: dezelfde scholastiek. Men wilde aantonen dat het logisch denken van de oudheid niet in strijd was met de Bijbelse boodschap.

*‘De heetste plaatsen in de hel zijn gereserveerd voor hen die in tijden van grote crisis hun neutraliteit bewaren.’*

In zijn politiek-filosofische tractaat, *De Monarchia*, pleit Dante voor een strikte scheiding van de wereldlijke macht (die volgens hem toekomt aan de keizer) en de kerkelijke macht (die om politieke redenen toekomt aan de paus). Dante behoorde tot de burgerlijke factie die tegenover de aristocratische factie stond. Na een conflict dat werd gewonnen door de aristocraten, werd Dante levenslang verbannen uit de stad Florence.

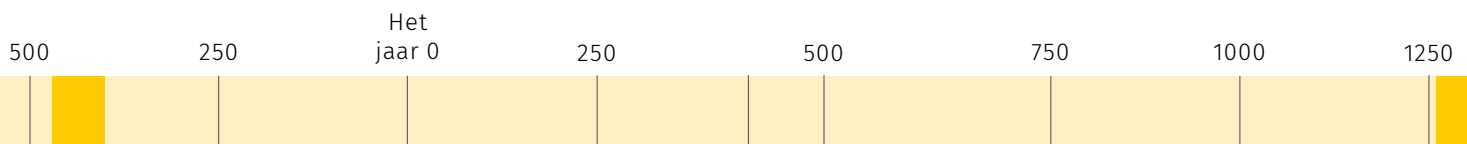


Dante met de *Divina Commedia* in de hand, (1465), Domenico di Michelino, Santa Maria del Fiore, Florence

Hij zou zijn geboortestad nooit meer terugzien. In ballingschap schreef hij zijn hoofdwerk *De goddelijke komedie* (La *Divina Commedia*), dat je kan zien als een politiek pamflet.

Het is een gedicht in drie delen over een reis door het hiernamaals, van de *Hel* (Inferno) door het *Vagevuur* (Purgatorio) naar het *Paradijs* (Paradiso) waarin familieleden, vrienden, politieke medestanders en politieke tegenstanders een plek krijgen.

Een idealistische jeugdliefde voor Beatrice en de ongelukkige afloop daarvan door de vroege dood van zijn geliefde, leverden hem de artistieke inspiratie. Het gedicht heeft een allegorische benadering, dat houdt in dat het verhaal, beeld of tekst niet alleen letterlijk moet worden begrepen, maar ook een diepere, symbolische betekenis heeft. Het is een manier om abstracte ideeën of morele lessen te illustreren door middel van concrete beelden en personages. >



Socrates

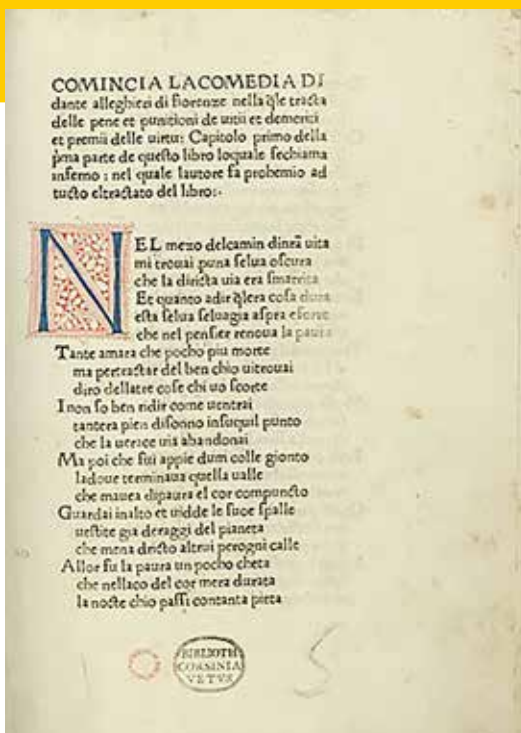
470 – 399 v. Chr.

Humaniscoop 3/2024

Dante Alighieri

1256 – 1321

Humaniscoop 3/2025



*De goddelijke komedie (La Divina Commedia).  
Eerste bladzijde van de eerste druk in april 1472  
door Johann Neumeister, gedrukt in Foligno.*

De goddelijke komedie vertelt het verhaal van de dichter die in het midden van zijn leven in een diepe crisis is beland. Zijn gidsen Vergilius en Beatrice zullen hem helpen deze impasse in zijn leven te overwinnen. Om hem zijn problemen te doen inzien nemen ze hem mee op een reis door het hiernamaals.

De reis begint met een afdaling langs de trappen en ringen van het *Inferno*, het onderaardse rijk van de hellevorst. In negen ringen ontmoet hij van boven naar beneden steeds zwaarder zondaren, wellustelingen, gierigaards, geweldenaars en leugenaars. In de donkerste afgrond de beide aartsvaders: Judas en Brutus – die de dood van Christus op hun geweten hebben.

Aan de andere kant van de aarde weer tevoorschijn gekomen, bereiken ze het Purgatorio, het *Vagevuur*. Het heeft de vorm van een steile berg met zeven omgangen, corresponderend met de zeven hoofdzonden. Aan de top bevindt zich het aardse paradijs.

In het derde rijk, *Paradiso*, het hemels Paradijs, mag Vergilius als ongedoopt heiden niet binnentreden. Hier wordt de dichter geleid door de geliefde, nu verheerlijkte Beatrice, symbool van de geopenbaarde genade.

Aan haar hand verheft hij zich boven de aarde en trekt door negen met bovenmenselijke wezens bevolkte hemelse sferen.

Aan het eind van zijn weg aanschouwt hij de goddelijke glorie, die verbonden is met de Drie-eenheid: God de Vader, God de Zoon (Jezus Christus, en God de Heilige Geest. Het is een schokkende, dan weer ontroerende beschrijving van een wereldreis.

Het door de scholastiek ontworpen wereldbeeld heeft in het werk van Dante zijn schoonste uitdrukking gevonden.

De historische bepaaldheid van Dantes politieke opvattingen wordt pas volledig duidelijk als we bedenken dat de Middeleeuwen, en met name Dantes tijd, beheerst worden door de rivaliteit tussen de geestelijke en wereldlijke macht, en in het verlengde daarvan de partijtwisten in Italië.

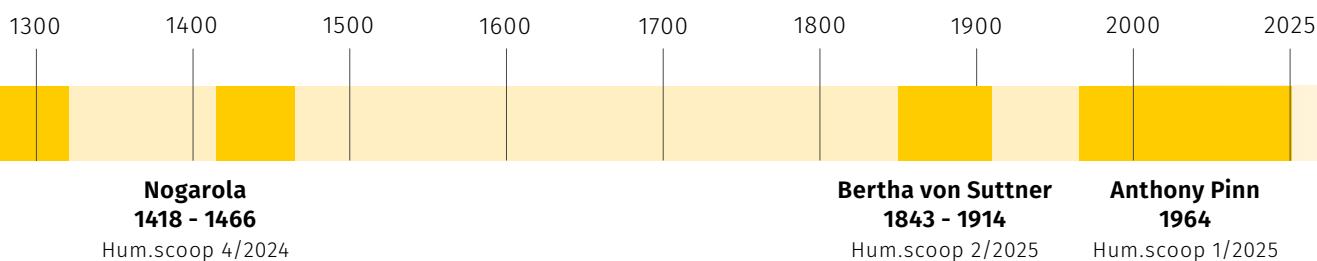
Maar Dante stijgt uit boven deze tijdgebonden twisten. Hij kiest geen partij voor één van beide kampen, maar ontwerpt een ideaal, waarin geestelijke en wereldlijke macht elk beperkt zijn tot het hun rechtens toekomstende terrein.

In zijn werk zijn het denken en voelen van deze eeuwen in een grootse schildering vereeuwigd.

*‘Naarmate een wezen meer volmaakt is, gevoelt het meer het goede en ook de smart.’*

*‘Er is geen groter verdriet dan zich in dagen van ellende, de tijden te herinneren toen men gelukkig was.’*

Alhoewel Dante geen humanist was legde hij wel de basis voor belangrijke humanistische ideeën zoals de menselijke waardigheid, het belang van individuele ervaringen, de vrije wil en de verantwoordelijkheid van het individu, en het streven naar kennis en deugd.



## Vaste gespreksgroepen

### Verhalen rond Marco Polo

Er is al een aantal jaren een vaste gespreksgroep op maandagmiddag en een vaste gespreksgroep op woensdagmiddag, 6 keer per jaar. De gesprekken hebben een filosofische insteek, we maken een pas op de plaats en scheppen ruimte voor reflectie, vrije ruimte. Er zit een opbouw in de bijeenkomsten.

Om samen te kunnen denken en een verdiepend gesprek te hebben, zijn onderzoeksvormen nodig die structuur brengen. Elk gesprek heeft een andere onderzoeksvorm rond een centraal thema. Het thema komt voort uit een verhaal waardoor we ons laten inspireren.

#### Marco Polo

Dit jaar zijn dat de verhalen die de handelaar en ontdekkingsreiziger Marco Polo (1254-1324) vertelde aan de Mongoolse heerser Koebilai Khan, bij wie hij in dienst was. Marco Polo, een echte verhalenverteller, geeft bloemrijke beschrijvingen van onbekende gebieden en steden die een beroep doen op de verbeelding. De kunst van het verbeelden sterkt het vermogen van Koebilai Khan om zich in te leven in andere levens, andere mensen en situaties.

Wil je je ook laten inspireren door deze verhalen? Dat kan, want er zijn nog enkele plaatsen over op beide middagen. Heb je een open blik, een nieuwsgierige en onbevooroordeelde houding, dan ben je van harte welkom om deel te nemen.

#### Wanneer

Maandagmiddag van 14.00-16.00	of	Woensdagmiddag van 14.00-16.00
6 oktober		8 oktober
10 november		12 november
15 december		17 december
26 januari		28 januari
9 maart		11 maart
13 april		15 april

**Waar** De Kapel  
's Gravelandseweg 144, 1217 GA Hilversum

**Kosten** € 50 (leden), € 70 (niet-leden)

#### Betaling

NL 31 TRIO 0198 3781 57  
t.n.v. Humanistisch Verbond, Gooi Vecht Almere  
onder vermelding van 'Gespreksgroep'.

**Aanmelden** Aanmelden kan via  
E-mail: [gooialmere@regio.humanistischverbond.nl](mailto:gooialmere@regio.humanistischverbond.nl)

## De 20<sup>e</sup>-dag-eettafel



**Wanneer** Donderdag 20 november. De deelnemers worden verwacht tussen 18.00 en 18.30 uur.

**Waar** Restaurant El Verano  
Herenstraat 8, 1406 PE Bussum  
Parkeren in Bussum is gratis

**Kosten** Menu € 17,50. Diner en dranken zijn voor eigen rekening.

#### Aanmelden

E-mail: [gooialmere@regio.humanistischverbond.nl](mailto:gooialmere@regio.humanistischverbond.nl)

Het Humanistisch Verbond organiseert eetavonden, voor de gezelligheid, om samen te eten en om elkaar te leren kennen. Bovendien willen we graag leuke en betaalbare restaurants ontdekken.

We doen dat als vast ritme rond de 20<sup>e</sup> dag van de oneven maanden.

Deelnemers melden zich steeds aan voor één eettafel zonder verdere verplichtingen, het gaat door bij minimaal zes personen.

**Heeft u vervoer nodig om deel te kunnen nemen aan een activiteit? Neem contact op met een bestuurslid van het HV!**

## En dan nog even dit ...

*Woke*, een woord dat we de laatste tijd veelvuldig tegenkomen.

Toch is het woord allerm minst nieuw.

Zanger Huddie William Ledbetter, beter bekend als Lead Belly, schreef in 1938 een lied over negen zwarte tieners die vals werden beschuldigd van het verkrachten van een witte vrouw. 'Scottsboro Boys' heet de song. Hierin vertelt Ledbetter dat hij de betreffende jongens en hun advocaat heeft gesproken, en raadt hij aan: "be a little careful when they go along through there, best stay woke, keep their eyes open."



*De in 1938 ten onrechte van moord beschuldigde 'Scottsboro Boys', met advocaten*

In de Amerikaanse burgerrechtenbeweging kreeg 'woke' vervolgens de betekenis van 'geïnformeerd' of 'op de hoogte' zijn. Dat ging toen nog specifiek over de raciale ongelijkheid in de Verenigde Staten. De term leidde een tijdlang een sluimerend bestaan.

Toen de Black Life Matter-beweging in 2014 ontstond, werd het woord nieuw leven in geblazen. Vervolgens kreeg het al snel een bredere betekenis en werd het gekoppeld aan allerlei vormen van sociale ongelijkheid. Aanvankelijk in positieve zin, vooral door actievoerders. Maar inmiddels heeft het bij anderen juist een negatieve connotatie en komen we krantenkoppen tegen met 'woke-terreur' of 'woke-spook'.

## Column Wat mij bezig houdt

### Greta Bentum

Een van de vele zaken die mij, Greta Bentum, bezig houden is de achteruitgang van de positie van de vrouw in de 21e eeuw. Ik ben geboren in 1949 en ben van Almelo naar Amsterdam en later naar Hilversum verhuisd. Na 40 dienstjaren bij de PTT en KPN in Amsterdam als telexoperator, lokettist, personeelsmedewerker en in Hilversum in de KPN-toren als relations officer moest ik met de VUT, ik was nog maar 59 jaar. Gelukkig vond ik snel een fijne baan op afroep bij Goodyfood, de supermarkt waar alles biologisch en fairtrade is. Een genot om er te werken en vooral om er boodschappen te doen.



Als alleenstaande sinds de negentiger jaren ben al lang in veel opzichten maar vooral ook financieel onafhankelijk. Wat ik een tijdje geleden ontdekte is dat gehuwde vrouwen tot 1956 afhankelijk waren van hun man en dus ook hun zelf verdiende geld aan de man moesten afdragen. Dankzij de moties van de onderschatte politica Corrie Tendeloo (PvdA) kwam daar, pas na haar overlijden in 1956, een einde aan in 1957.

Mijn generatie heeft alle positieve veranderingen in de 20e eeuw heel bewust meegemaakt, ook met bijvoorbeeld de anticonceptiepil en de Baas in eigen Buik beweging. We leven nu helaas in een andere realiteit, denk maar aan het religieuze fanatisme in Afghanistan waar meisjes niet eens meer naar school mogen en de wereldwijde kindhuwelijken. Maar ook aan het racistische en misogynie beleid van de nieuwe president van de USA dat langzamerhand afglijdt naar een autocratie. In minstens 13 staten is tegenwoordig abortus zelfs bij verkrachting verboden. De spreuk 'my body= my choice' is door Andrew Tate aanhangers veranderd in 'your body= my choice'.

Femicide, moord op vrouwen vaak door de (ex)partner, is na een jarenlange teruggang aan het toenemen, ook in Nederland zoals kortgeleden in Gouda. Een deel van de mannen reageert op de emancipatie van de vrouwen met het willen herpakken van de oude status en dat gebeurt vaak met geweld.

In mijn boekenkast prijkt tussen de vele feministische boeken een boekje van de Nigeriaanse schrijfster Chima-manda Ngozi Adichie 'We moeten allemaal feminist zijn'. Het is nog leuker om haar te zien op TED.com of Youtube.com in haar TED-talk van 14 april 2017.

'We should all be feminist'.

## Boekgroepen

Het Humanistisch Verbond heeft drie boekgroepen.

### Boekgroep 1

De volgende bijeenkomst van de Boekgroep 1 is woensdag 10 september om 20.00 uur, dan wordt besproken 'Oroppa' van Safae el Khannoussi.



Zij komen bijeen bij één van de deelnemers. Als u zin heeft om zich aan te sluiten, kunt u contact opnemen met: Heleen Kruijs, telefoon 035 6210127.

### Boekgroep 2

De volgende bijeenkomst van de Boekgroep 2 is op woensdag 3 september om 20.00 uur. We bespreken dan 'Kruispunt' van Jonathan Franzen.



Als u mee wilt doen, kunt u contact opnemen met tegrijpstra@gmail.com (Ties).

### Boekgroep 3

In Almere-Zeewolde bestaat een derde Boekgroep HV ABC. Zij bespreken op vrijdag 12 september 'Een koffer vol citroenen, herinneringen aan mijn moeder' van Hassnae Bouazza.



Hebt u belangstelling? Meld u bij Betsy Ooms, b.ooms.1950@kpnmail.nl of 06-21198713

Op dit moment zijn alle boekgroepen vol, u kunt zich melden als reserve.

#### Bestuur

Ties Grijpstra, voorzitter  
 Telefoon: 06 – 10 83 21 98  
 E-mail: tegrijpstra@gmail.com

Betsy Ooms, secretaris  
 Ebenezer Howardpark 40, 1326 EB Almere  
 Telefoon: 06 – 21 19 87 13  
 E-mail: betsy.voda@gmail.com

Arjen Schouten, penningmeester  
 E-mail: arjenschouten@xmsnet.nl

Leonore Meijboom  
 E-mail: lameijboom@gmail.com

Frances Admiraal  
 E-mail: francespmadmiraal@hotmail.com

Marion van der Weijden  
 E-mail: duoklavier@gmail.com

E-mail: gooialmere@regio.humanistischverbond.nl  
 IBAN: NL 31 TRIO 0198 3781 57  
 t.n.v. Humanistisch Verbond, afd. 't Gooi, Vecht, Almere

#### Landelijk Bureau

www.humanistischverbond.nl  
 Postadres: Postbus 75490, 1070 AL Amsterdam  
 Kantoor: Ambonplein 73, 1094 PW Amsterdam  
 E-mail: info@humanistischverbond.nl  
 Telefoon: (020) 521 90 00

#### Humanistische uitvaartbegeleiding

Voor humanistisch geïnspireerde uitvaartbegeleiding 7 dagen per week telefoon 0900 900 50 30 (B 0,15 p/m) of Stichting Humanistische Uitvaartbegeleiding, Ambonplein 73, Postbus 75490, 1070 AL Amsterdam.  
 Telefoon: (020) 521 90 11  
 E-mail: contact@humanistischeuitvaart.nl  
 Website: www.humanistischeuitvaart.nl

#### Humanitas 't Gooi

Kantoor: Willem Barentszweg 17a, 1212 BK Hilversum  
 Telefoon: (035) 628 60 93  
 E-mail: tgooi@humanitas.nl

#### Humaniscoop – redactieadres

Jannie de Groot | Grafische vormgeving  
 Ruitersweg 101, 1211 KV Hilversum  
 E-mail: info@janniedegroot.nl

Redactieadres: Ruitersweg 101, 1211 KV Hilversum