

Promise

Bijbels denken over gezondheid 36ste jaargang April 2021



Immanuel

Denken met God

Gods andere boek

Seksuele ethiek



Gods

Inleiding

Drieduizend jaar geleden toen in het oude Israël, ongerepte natuur zo gewoon was als zonnenschijn en regen, keek een weemoedige koning David naar de wildernis als een manier om aan zijn onrustige leven te ontsnappen: “O, had ik vleugelen als een duif, ik zou wegvliegen en een woonplaats zoeken; zie, ver zou ik heenvlieden, ik zou vernachten in de woestijn. Ik zou mij haastig een wijkplaats zoeken tegen de rukwind, tegen de storm” (Ps. 55: 6–8)(1).

Ook duizend jaar later, tijdens het leven van Jezus Christus, zien wij de wildernis als een gewild toevluchtsoord voor vrede en rust. Toen Jezus hoorde van de executie van Johannes de Doper “trok Hij Zich in een schip terug naar een eenzame plaats, alleen” (Matt. 14:13). En toen de druk van Zijn bediening groot werd, trok Jezus Zich “terug in het gebergte” om alleen te zijn (Joh. 6:15). Bij andere gelegenheden ging Hij naar afgelegen

plaatsen om te bidden (Marc. 1:35; Luc. 6:12).

Dezelfde behoefte om vrede en rust te zoeken op een ‘afgelegen plek’ is net zo gewoon in de beschaafde wereld van vandaag. Wanneer de stress van het dagelijks leven een last wordt, snakken de meesten van ons naar ontsnapping naar een plek waar de druk, ergernissen, afleidingen en angsten van het gewone leven op afstand worden gehouden.

Rust in de natuur

Meestal stellen we, net als Jezus en koning David, ons een plek ergens in de wilde natuur voor. Dit geldt voor zowel christenen als niet-christenen. Daar is een reden voor.

Net zoals het menselijke ras een intuïtief besef van eeuwigheid bezit, omdat God dat in het mensenhart plaatste (Pred. 3:11), en net zoals de mensheid intuïtief een universele morele code erkent, omdat God dat in het menselijk geweten heeft gelegd (Rom. 2: 13-15),

zo plaatste God in ons ook een besef van Zijn bestaan, dat opgewekt kan worden door contact met de natuur (Rom. 1:19–20). We zouden kunnen zeggen dat we ons bewust worden van Gods aanwezigheid door het Boek van de Natuur te ‘lezen’. De roep van de natuur is Gods stemloze oproep; het is Zijn universele onthulling aan de hele mensheid.

Het Boek van de natuur

Tijdens de late middeleeuwen gebruikten theologen de term Boek van de Natuur als een metaforische beschrijving van Gods openbaring buiten de Bijbel, en wel door de schepping. Tegenwoordig verwijzen theologen gewoonlijk naar Gods zelfonthulling in de natuur als algemene openbaring.

Zoals de term al aangeeft, wordt het ‘algemeen’ genoemd omdat de natuur als een kanaal van goddelijke openbaring beperkt is in reikwijdte en details over God. Het onthult bijvoor-



andere boek

beeld niet Gods verlossingsplan voor de mensheid, noch de diepte van de onmetelijke liefde die Hij ons biedt. Maar het onthult wel dat God bestaat, dat Hij de Schepper is van het leven en de kosmos, en dat Hij eeuwig, almachtig en soeverein is over al het leven op aarde. Dus hoewel het Boek van de Natuur een verkorte, beperkte versie is van Gods meer gedetailleerde openbaring in de Bijbel, is het geen de schepping onthult over God in perfecte harmonie en consistent met de Schrift.

Het werk van Zijn handen

Twee teksten zijn voldoende om dit aan te tonen: “De hemelen vertellen Gods eer, en het uitspansel verkondigt het werk van Zijn handen” (Ps. 19:1). “Want hetgeen van Hem niet gezien kan worden, Zijn eeuwige kracht en goddelijkheid, wordt sedert de schepping der wereld uit Zijn werken met het verstand doorzien, zodat zij geen verontschuldiging hebben” (Rom. 1:20).

Deze teksten vatten de essentie van algemene openbaring samen. Naast het vanzelfsprekende feit dat God bestaat, schilderen ze de fysieke schepping af als Zijn ontzagwekkende ‘glorie’ en kunstzinnig vakmanschap (“het werk van Zijn handen”). De schepping onthult Gods ‘eigenschappen, ‘kracht’ en ‘goddelijke natuur’. Samen vormen deze twee Schriftgedeelten een inleiding op het Boek der Natuur.

De hele kosmos en de natuurwetten maken aan alle mensen Gods spectaculaire creatieve daden, Zijn transcendent en soevereine kracht en Zijn pracht, uitgedrukt in de schoonheid van de schepping, bekend.

Gods tweede boek

Het Boek van de Natuur is dus Gods tweede ‘Boek’. Het onthult echte waarheid en kennis over God in en door de schepping. Overal waar we kijken in de natuurlijke wereld, zijn er symbolen en afbeeldingen van Gods goddelijke aard, karakter

en eeuwige waarheden: Zijn aanwezigheid, creativiteit, grootsheid, wijsheid, liefde, zorg, heerlijkheid, voorziening en eeuwige beloften aan zowel menselijk als niet-menselijk leven. Zelfs de opstanding wordt symbolisch in de natuur uitgebeeld (1 Kor. 15: 35–38). C. S. Lewis geeft voorbeelden van - en de beperkingen van - algemene openbaring:

“Alles wat God heeft gemaakt, lijkt enigszins op Hemzelf. De ruimte is als Hij in zijn grootheid: niet dat de grootheid van de ruimte dezelfde soort grootheid is als die van God, maar het is er een soort symbool van, of een vertaling ervan in niet-geestelijke termen.

Scheppingskracht

Materie is als God in het hebben van energie: hoewel, nogmaals, fysieke energie is natuurlijk iets anders dan de kracht van God. De planten-



wereld is als Hij omdat ze leeft, en Hij is de 'levende God'. Maar leven in deze biologische zin, is niet hetzelfde als leven in God: het is slechts een soort symbool of schaduw ervan.

Als we kijken naar de dieren, vinden we naast het biologische leven nog andere soorten overeenkomsten. De intense activiteit en vruchtbaarheid van bijvoorbeeld de insecten, is een eerste vage gelijkenis met de onophoudelijke activiteit en de schepping van God. Bij de hogere zoogdieren zien we het begin van instinctieve genegenheid. Dat is niet hetzelfde als de liefde die in God bestaat: maar het lijkt erop, net zoals een afbeelding die op een stuk papier is getekend, toch 'als' een landschap kan zijn" (2).

Getuigenis

Aangezien de Schrift het meeste inzicht geeft in het gebruik van 'algemene openbaring', als een getuigenis van Gods bestaan en activiteiten (Handelingen 14:

15–17), is het niet verwonderlijk dat de geïnspireerde schrijvers veel voorbeelden zouden opsommen van mensen die God ontmoetten en met God in contact kwamen op eenzame plaatsen.

Het was vaak in de woestijn waarin God Zijn trouwe volgelingen ontmoette. God gaf Mozes de tien geboden op de berg Sinai. Johannes de Doper ontving zijn opdracht om de voorloper te zijn van de Joodse Messias (Jezus) in de woestijn (Lucas 3:2), en het was in de woestijn dat hij zijn 'doop van bekering' predikte (Marcus 1:4). Jezus confronteerde en bestrafte de verleidingen van de satan in een woestijnachtige wildernis voordat hij met Zijn bediening onder de Joden begon (Matt. 4:1-11).

Hij benoemde zijn twaalf gekozen apostelen op een bergheiling (Marcus 3: 13–14), hield Zijn beroemdste preek in een bergdal (Lucas 6:17), en gaf

een paar van Zijn discipelen een glimp van zijn hemelse heerlijkheid op een 'hoge berg' (Matt. 17:1–2).

Hoe lezen we het Boek van de Natuur?

De zichtbare wereld van de natuur kan een inleiding zijn tot onzichtbare, geestelijke realiteiten die niet toegankelijk zijn voor de wetenschap en onmogelijk volledig te begrijpen zijn zonder de goddelijke hulp van de Heilige Geest.

Met andere woorden, God heeft twee realiteiten geschapen: enerzijds het onzichtbare, geestelijke rijk dat niet wordt opgemerkt door onze vijf zintuigen, en anderzijds het fysieke, zichtbare rijk dat toegankelijk is voor onze zintuigen en wetenschap. De natuur kan een brug zijn tussen de twee. De natuur is door en door fysiek; maar omdat de natuurlijke wereld het product is van Gods schepping, is ze gevuld met afbeeldingen en symbolen van geestelijke werkelijkheden.

Natuur en wetenschap

Aangezien kennis over God buiten het bereik en de grenzen van de wetenschap valt, is kennis van God, geopenbaard door het Boek der Natuur, van veel grotere waarde dan alles wat we van de wetenschap kunnen leren. Dit wil niet zeggen dat empirische wetenschap onbelangrijk is in het verkrijgen van begrip van Gods algemene openbaring in de natuur. In feite bevestigt de wetenschap het Boek van de Natuur en kan daardoor onze verwondering over de natuur, en dus God, versterken.

De natuur als gedicht

Maar om door de natuur kennis over God te verwerven – dus om het Boek der Natuur te begrijpen – moeten we de natuur meer als dichter dan als wetenschapper beschouwen. Dit betekent dat we meer moeten letten op onze gevoelens dan op feiten. Dat wil zeggen, probeer gevoeliger te zijn voor de genoegens, de verheven gedachten en indrukken, en inzicht in geestelijke realiteiten die de ongerepte natuur oproept (4). Zo kan je Gods aanwezigheid ervaren in de natuur. Kenmer-

ken en verschijnselen in de natuur zijn visuele indicatoren van bovennatuurlijke realiteiten die onze gevoelens en intuïties doordringen, onafhankelijk van normale redeneringen. In het bijzonder geven ze een direct inzicht in de realiteit van Gods bestaan en Zijn voortdurende liefdevolle hulp aan het gehele menselijke geslacht.

God aanbidden

De tijd die wordt besteed aan het overdenken van het Boek van de Natuur, kan gedachten en gevoelens opwekken die vaak sluimerend en onuitgesproken in het menselijk hart liggen, zoals het versterken van het verlangen om over God na te denken en Hem te aanbidden. De schoonheid en grootsheid van de natuur temperen een opgeblazen gevoel van eigenwaarde, beperkt de neiging tot zelfverheffing, neemt stress weg en biedt rust aan onrustige zielen.

De natuur kan een plek zijn voor fysieke en emotionele terugtrekking en vernieuwing, en een omgeving waar meer inzicht in geestelijke waarheden kan worden verkregen.

Goddelijke wijsheid

De voormalige religieuze scepticus Alister McGrath die theoloog is geworden, zegt over zijn eigen spirituele reis: "Ik [weet] nu dat de natuur werd 'beschuldigd' van de grootsheid en majesteit van God. Maar door met de natuur om te gaan, kreeg je een diepere waardering voor goddelijke wijsheid" (5).

De natuur als een apologetisch en evangeliserend contactpunt

Een van de grote zegeningen die God aan de mensheid als Zijn meest geliefde schepping heeft geschonken, is Zijn Zelfonthulling in de natuur, en het beschikbaar stellen voor elk mens die ooit heeft geleefd, ongeacht cultuur, religieuze overtuigingen of seculiere ideologieën (Rom. 1:18-20).

Het evangelie van de natuur

Daarom kan de natuur een effectief apologetisch en evangeliserend aanspreekpunt zijn. God heeft tijdens de schepping genoeg informatie over Zichzelf geopenbaard, zodat het Boek van de Natuur (algemene openbaring) oprechte geestelijke





zoekers kan inspireren om naar een dieper, vollediger begrip van God te verlangen.

Voor degenen die de realiteit van Gods bestaan, geopenbaard in de natuur, erkennen, staat een deur open voor christenen om bijbelse getuigenissen te delen van het Boek van de Natuur en zijn invloed op hun eigen geestelijke reis.

Natuuraanbidders

Er zijn miljoenen niet-christelijke buitenliefhebbers - kampeers, sporters, natuurfotografen, backpackers, vogelaars, wandelaars, milieuactivisten en 'neopagans' (natuuraanbidders). Velen van hen hopen geestelijke

vervulling in de natuur te vinden. Als een apologetisch / evangeliserend contactpunt, met de hulp van christelijke vrienden, biedt het Boek van de Natuur een legitieme manier voor mensen van welk geloof dan ook en voor niet-religieuze mensen, om de waarheid te leren kennen en kennis te vergaren over de enige ware en levende God.

Door God gemaakt

De apostel Paulus bevestigt dit in Romeinen hoofdstuk 1 en past het toe in zijn ontmoeting met de Griekse filosofen in Handelingen 17. Hij wijst er eerst op dat "God ... de wereld heeft gemaakt en al wat daarin is"

(Hand.17:24), en verzekert dan zijn toehoorders "opdat zij God zouden zoeken, of zij Hem al tastende vinden mochten, hoewel Hij niet ver is van een ieder van ons" (Hand. 17:27). Laten we eens kijken hoe dit vandaag kan gebeuren.

Aangezien vrijwel alle mensen de natuurlijke wereld waarderen en ervan genieten, kan het openen van het Boek van de Natuur voor ongelovigen een inspirerende evangelische gespreksaanzet zijn. Wijs op Gods creatieve grootheid die tot uiting komt in de ecologische harmonie van de natuur; wijs op Zijn grote liefde voor het menselijk ras wat blijkt uit de overvloedige hulpbronnen die de natuur biedt; wijs op Zijn ontwerp van de 'wilde' leefomgeving voor het welzijn en voortbestaan van dieren in het wild (Ps. 104).

En dat de enige zinnige verklaring waarom de natuur 'intuïtief' voor vrede, herstel en verhoogde spirituele gevoeligheid zorgt, is dat God het op die manier heeft geschapen. Het Boek van de Natuur kan niet-christenen die van het buitenleven houden



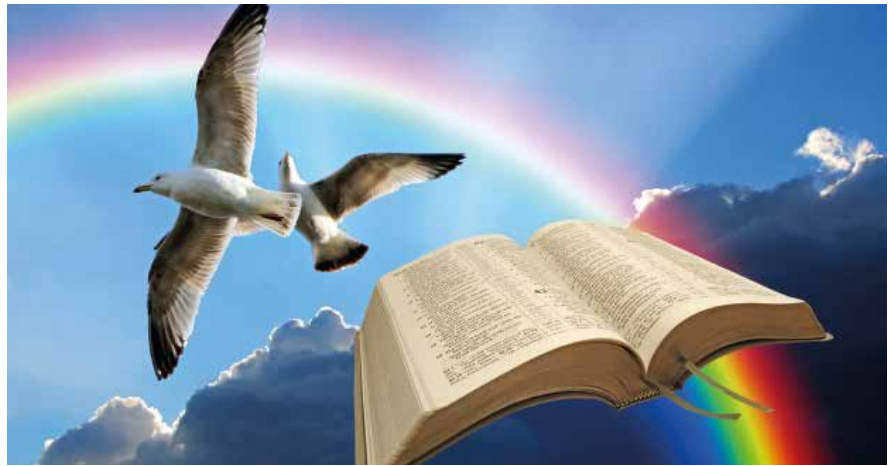
(met christenen als hun gids) aanmoedigen om een levensveranderende reis te beginnen die onvermijdelijk naar het evangelie leidt. En dit is wat God wil: dat alle mensen Hem leren kennen (1 Tim. 2:4).

Apologetisch contact

Op dezelfde manier kan het Boek van de Natuur een overtuigend apologetisch contactpunt zijn met seculiere natuurliefhebbers, aanhangers van andere religies of andere gelijkgestemde mensen die nog nooit hebben gereageerd op traditionele apologetische pogingen.

Dan Story

Dit artikel van Dan Story verscheen in de Christian Research Journal, volume 41, nummer 02 (2018). Dan Story is een christelijke apologete en auteur van zeven boeken, talrijke boekjes en tientallen artikelen. Zijn nieuwste boek is 'Will Dogs Chase Cats in Heaven? People, Pets, and Wild Animals in the Afterlife' (Zullen honden in de hemel katten achterna zitten? Mensen, huisdieren en wilde dieren in het hiernamaals).



Vertaling: Piet Guijt

Noten

1. Alle aanhalingen uit de Schrift zijn afkomstig uit de NBG.
2. S. Lewis, Mere Christianity (New York: Macmillan Publishing, 1952), 139.
3. De reikwijdte van de wetenschap is per definitie beperkt tot wat ontdekt kan worden door observatie en experimenten. Kennis over God is aan geen van beide onderworpen.
4. Ik suggereer niet dat de natuur zelf heilig is of de bron van spirituele realiteiten die verder gaan dan bijbelse openbaring.

Alle subjectieve indrukken die in de natuur worden ervaren, moeten altijd op authenticiteit worden beoordeeld door Gods vaste en objectieve openbaring in de Schrift. Anders heeft het meer te maken met het heidendom dan met het christendom.

5. Alister McGrath, The Reenchantment of Nature (New York: Doubleday / Galilee, 2003), xiv.





Denken met God

Gods gedachten verweven met onze menselijke identiteit en relaties.

Openbaring van God en onze afstemming op Hem
Denken met God... wat bedoelen we daarmee? We bedoelen zó één met God zijn dat je gedachten verweven raken met de Zijne.

Dat je gedachten als het ware rijmen met de Zijne, zó als wanneer twee mensen goed op elkaar afgestemd samen ergens over brainstormen en tot de conclusie komen, dat ze er vrijwel gelijk over denken. Met God is dit bijzonder. Hij is zó enorm groot... We kunnen met God denken, dat wil zeggen: in onderlinge afstemming samen met Hem denken, omdat God Zichzelf aan ons wil openbaren, als wij er open voor staan.

Een aspect van geestelijke vorming is onze menselijke hersenen te onderwijzen om van God te houden en om samen met Hem te denken. Voor dat laatste gebruiken we ook wel het werkwoord contempleren. Zowel liefhebben als dit contempleren zijn in de basis relationeel.

De menselijke hersenen hebben een relationeel deel, een deel dat bezig is in betrokkenheid met anderen, dat getraind en opgebouwd kan worden, juist door het oefenen van het liefhebben en denken met God. Laten we even goed kijken naar dit relationele deel van de hersenen zodat het hoe en waarom hiervan wat meer duidelijk wordt.

Het relationele deel van onze hersenen

Het relationele deel in de menselijke hersenen geeft vorm aan zowel onze identiteit als aan onze realiteit. Dit betekent voor alles wat we in relaties met anderen doen, dat we zorgvuldig om moeten gaan met elkaars grenzen, onvolkomenheden en beperkingen, en met wat er allemaal speelt bij de ander. En we zullen oog moeten hebben voor de nodige veiligheidsmaatregelen. Als we deze waarborgen in acht nemen zal dat een positief effect hebben op de ontwikkeling van onze

identiteit en ons realiteitsbewustzijn. Dan zullen we:

- a) meer relationeel bewustzijn van God hebben / minder moeite hebben Hem als persoonlijk en betrokken nabij te ervaren,
- b) meer karakterveranderingen ervaren,
- c) meer liefde ontvangen en kunnen doorgeven,
- d) ons beter kunnen afstemmen op de Geest van God, en
- e) gemakkelijker een hart-tot-hart relatie kunnen aangaan met de mensen waarvan God het bedoelde dat we die zouden liefhebben.

Het bouwen of veranderen van onze identiteit en realiteit

gebeurt precies in het diepe relationele deel van de hersenen. Daar, op dit onbewuste niveau, kunnen alleen de mensen van wie we houden met een diepe hechtingsliefde, ons hiermee helpen. Harmonieus in afstemming met anderen

denken (elkaar diep kennen) vereist deze unieke vorm van liefde, de hechtingsliefde. Is het nu ook zo, dat Jezus en de Vader deze hechtingsliefde zoeken, voordat Ze Zich openbaren?

Hechtingsliefde en Dallas Willard

Dallas Willard stelde me ooit de vraag: “Is onze redding opgebouwd rond hechtingsliefde?” Hechtingsliefde is de sterkste kracht in de menselijke hersenen en vormt de basis voor het ontwikkelen van zowel onze identiteit als ons karakter.

Na zijn vraag heb ik me acht jaar bezig gehouden met een verkenning van wat hechtingsliefde betekent voor onze omgang met God en voor geestelijke vorming. Dit is uitgemond in het schrijven van *Renovated: God, Dallas Willard and Churches that Transform* (Gerenoveerd: God, Dallas Willard en gemeenschappen die ons vernieuwen; 2020).

Het lijkt geen twijfel dat liefde bij God centraal staat. Iedereen zal het erover eens zijn dat de liefde die God vraagt niet

gereduceerd kan worden tot een emotie. Maar is het Gods bedoeling om eeuwige hechtingsrelaties met Zichzelf en met Zijn volk te smeden als Hij over liefde spreekt? God maakte hechtingsliefde een centraal element in onze hersenen.

Als we onze op hechtingsliefde gebaseerde relationele hersendelen gebruiken begrijpen we beter wat God ons duidelijk maakt over liefde. Wanneer we de woorden en situaties die in de Bijbel genoemd worden rondom liefde onderzoeken, zal naar voren komen dat die overeenkomen met de kenmerken van hechtingsliefde.

Hechtingsliefde in de menselijke hersenen

Baby's ontwikkelen hun identiteit en hersenen in respons op hechtingsrelaties. Gezonde verbindingen en hechtingstijlen ontstaan vanuit vreugdevolle interacties met leven gevende mensen. Ongezonde hechtingsrelaties ontstaan met diegenen die hen het leven onthouden of bedreigen. Hechtingsliefde zet ouders ertoe aan om een brandend gebouw in te gaan om hun kind te redden. De afwezigheid van hechtingsliefde leidt tot de

grootste gruweldaden van de mensheid. Hechtingsliefde is sterker dan ons verlangen naar het leven zelf. Zou God willen dat we op deze manier van Hem houden?

Hechtingsliefde vormt een soort permanente 'lijm'

die twee mensen met elkaar verbindt. De mens is er in zijn hersenen op voorbereid om zichzelf te verbinden, te hechten aan de bron van zijn leven. Op die manier is het dus zo, dat degene die ons voedt, ons te drinken geeft, of ons onderdak verschaft, het centrum van onze hechtingsliefde zal worden.

Het Hebreeuws gebruikt het woord *dabaq* (lijmen) om ons op te dragen ons permanent aan God te hechten (Deuteronomium 11:22). Ons door de slang te laten voeden is een foutieve hechting. Door de Baäls te vragen ons te voeden of vruchtbaarheid te geven ontstaat er een band met hen.

Degenen die zich voeden met Woorden van Leven, het Brood van de Hemel eten en Levend Water drinken en in de beschutting van de Allerhoogste wonen,



bouwen ook hechtingsliefde op. De liefde die ons aan de Bron van leven verbindt is hechtingsliefde.

Bedoelt de Bijbel hechtingsliefde als hij spreekt over Agape liefde?

In mijn boek *Renovated* ga ik gedetailleerder in op de betekenis van de Bijbelse woorden voor liefde, maar in dit artikel wil ik er toch ook iets over zeggen. Gods blijvende goedheid (chesed) kunnen we niet scheiden van Gods liefde (ahabha). Chesed betekent:

a) duurzame vriendelijkheid die b) leven gevend is. Chesed en ahabha kenmerken zowel Gods liefde als de beste menselijke liefde (Micha 6:8). Ahabha (vertaald in het Grieks als agapao in Mattheus 5:43) omvat al het nieuwtestamentische onderwijs over agape liefde.

Vergelijk bijvoorbeeld ook wat Jezus zegt in Johannes 15: we moeten in Hem blijven / aan Hem hecht verbonden blijven, om in Zijn liefde te blijven. Agape liefde is inderdaad hechtingsliefde. Het is dan ook niet

verwonderlijk dat God hechtingsliefde tot de centrale en sterkste kracht heeft gemaakt voor het ontwikkelen van de identiteit in de menselijke hersenen.

Het snelle en langzame spoor in de hersenen.

Hoe kunnen de menselijke hersenen met God denken? Daarvoor is hechtingsliefde nodig. We moeten eerst nog enkele zaken nader bekijken voordat we ons een beeld kunnen vormen over hoe hechtingsliefde ons daartoe in staat stelt. Tenslotte zullen we dan nog kijken naar hoe we langs deze weg een op Christus lijkend karakter kunnen ontwikkelen.

Het relationele hersenproces dat onze identiteit vormgeeft, verloopt diep in de rechterhersenhalft sneller dan het bewuste denken. Alles wat uitgaat van het samen denken en karakter wat gevormd wordt, werkt door middel van dit 'snelle spoor'. Deze op het 'snelle spoor' gebaseerde identiteit wordt gevormd onder invloed van degene aan wie we gehecht zijn, en bepaalt de

vaak onbewuste reacties die we 'karakter' noemen.

In interacties met anderen zorgt het relationele 'snelle spoor' voor onze directe, spontane reacties. (Noot: We hechten ons aan allerlei dingen op deze manier, ook aan dingen die niet goed voor ons zijn zoals drugs. Veel dingen die wij verslaafden onderwijzen, werken niet omdat we daarmee proberen het 'langzame spoor' het 'snelle spoor' te laten inhalen of corrigeren, wat dus niet lukt.)

Bewuste aandacht

verloopt veel langzamer, in de buitenste hersenen (de prefrontale cortex), onder invloed van de linkerhersenhalft. Dit 'langzame spoor' geeft uitleg, procedures en woorden voor onze ervaringen. Wat we begrijpen, geloven en meestal bedoelen met 'denken' functioneert via dit langzame spoor. Overtuigingen in ons langzame spoor worstelen om onze reacties te beheersen die uit het snelle spoor voortkomen. Het langzame spoor doet wat Dallas 'zonde management' noemde.

Het langzame spoor van het





Meditatie=denken over God

Contemplatie=denken met God

bewuste denken kan over God denken, het kan echter niet met God denken. Het langzame spoor kan dingen over God geloven maar is fundamenteel beperkt in het kennen van God. Het langzame spoor is wat je zou kunnen noemen de 'thuisbasis' van de meerderheid van wat we 'religie' zouden kunnen noemen.

Met God te denken verloopt via het snelle spoor, en is mogelijk door hechtingsliefde en geestelijk-emotionele afstemming op God.

Geestelijk-emotionele afstemming en de menselijke hersenen

We kunnen in onze hersenen alleen wederzijdse emotioneel-geestelijke afstemming ontwikkelen door gehechtheid aan een persoon. Het enige onderdeel in de hersenen dat in staat is, zó op een ander af te stemmen en met hem/haar te communiceren, is dat diepe relationele deel in de rechterhersenhalft, verantwoordelijk voor het 'snelle spoor'.

Baby's worden zonder dit ver-

mogen van wederzijdse afstemming geboren en ontwikkelen dit vermogen vanaf een leeftijd van ongeveer 5 maanden. Zonder een liefdevolle gehechtheid ontwikkelt het vermogen om te begrijpen wat iemand anders denkt en voelt zich niet correct (of zelfs helemaal niet).

Eenmaal ontwikkeld gebruiken de hersenen de toestand van wederzijdse afstemming om anderen te begrijpen en hun denkwijze te volgen. Door anderen zó te begrijpen en te volgen ontwikkelt zich in de baby een identiteit en karakter.

De eerste in zijn/haar denken 'sterkere', die onze hersenen tegenkomen, is gewoonlijk niet in de eerste plaats God, maar een ander mens. Daarin gaat het vaak onvolmaakt. Zo is er vaak argwaan, gevoelens van onveiligheid en bijgevolg weerstand tegen verandering, op dit diepe niveau van het 'snelle spoor'. En als we al moeite hebben ons echt diep te verbinden met degenen die we zien, hoe kunnen we dan van God houden, en ons aan Hem hechten, Die we niet gezien hebben?

Veranderingen in onze identiteit en ons karakter

hebben veiligheid nodig. Daarom bouwen de hersenen al snel een 'firewall' rond onze identiteit en ons karakter. Die firewall heeft wederzijdse afstemming op basis van hechtingsliefde nodig om zich te openen. Ze zullen geen enkele ander toestaan zijn karakter, realiteit of identiteit te veranderen, tenzij er hechtingsliefde met die persoon is.

Hechtingsliefde opent de firewall door wederzijdse afstemming, waardoor veranderingen mogelijk worden in wie we zijn en hoe we reageren. Het snelle spoor gebruikt hechtingsliefde als veiligheidscontrole voordat het ons karakter verandert. Let op: de hersenen controleren op de aanwezigheid van onze hechtingsliefde en niet zo zeer op wat we geloven over hechtingsliefde.

Als we dan met iemand zijn met wie we via hechtingsliefde verbonden zijn en die in zijn denken op dat punt 'sterker' is (meer aan kan/ meer volwassen is), kan er dan iets gaan veranderen. Door de hechtingsliefde

kunnen we dan ons op elkaar afstemmen en zo in onze hersenen een verbinding tot stand brengen met elkaar.

We kunnen dan met die persoon via het snelle spoor in 'real time' communiceren (dat gaat vaak via elkaar aankijken en/of elkaar vasthouden). Die communicatie gaat veel sneller dan het bewuste denken of spreken. De hersenen zijn voorgeprogrammeerd om te wachten op zo iemand die in zijn denken meer aan kan, en die 'zichzelf' aan ons laat zien door middel van hechtingsliefde.

Zo iemand kan ons ook introduceren bij God. We hebben dan een bruggetje om ons ook met Hem zó te verbinden, en met Hem te denken. Soms doet God het ook rechtstreeks en is Hij al vanaf het begin die 'sterkere' die ons zó intens liefheeft en ons geestelijk-emotioneel helpt. Ons vullen met herinneringen aan wat we met Hem beleefd hebben, helpt ons vaak op weg in dit 'denken met God'.

Vorming en transformatie.

Wat het bovenstaande praktisch betekent voor geestelijke vorming komt dus voort uit de nauwe band die er is tussen hechtingsliefde, toestanden van onderlinge afstemming en karakter-ontwikkeling. Via het snelle spoor in de herse-

nen zijn we in staat om in real-time ons denken af te stemmen op, of te synchroniseren met hoe een ander in zijn of haar hersenen denkt en voelt. Wanneer twee mensen met elkaar verbonden zijn door hechtingsliefde zal de op dat moment zwakste van de twee iets overnemen van de sterkte van degene die in een bepaalde situatie 'sterker' is (meer aan kan / meer volwassen is). Door het volgen van hoe iemand met 'sterkere hersenen' denkt en voelt tijdens een staat van afstemming in liefdevolle gehechtheid kan de 'zwakkere' spontaan denken en reageren zoals de 'sterkere'.

Bijvoorbeeld, als ik bang ben en me emotioneel afstem op iemand die gerust is en hij/zij wederzijds op mij, gaat het diepe relationele deel in mijn rechter hersenhelft iets overnemen van zijn/haar rustige gedachten en gevoelens over die situatie.

Afstemming

Dit gebeurt in een fractie van een seconde en meestal zonder woorden. Als deze onderlinge toestanden van afstemming vaak genoeg voorkomen, gaat de zwakste meer en meer in zijn denken en voelen in zulke situaties lijken op degene die hem zelf leven geeft. Het wordt steeds lastiger om te onderscheiden wie

wat bedenkt.

Beiden denken en reageren steeds meer hetzelfde. Dit alles geldt in interacties tussen ons en andere mensen én in interactie met God. Denken met God/Jezus is anders dan wat we gewend zijn

Het bovenstaande is dus heel iets anders dan bewuste meditatie. Meditatie vloeit voort uit het concentreren van onze aandacht op iets. Bewuste meditatie over waarheid en Gods karakter brengt echter niet automatisch een onderlinge toestand van geestelijk-emotionele afstemming voort. God hoeft zichzelf niet te openbaren om meditatie te laten functioneren.

Meditatie kan ook niet-relationeel zijn, maar wat we hier beschreven hebben en nodig hebben is contemplatie. Zoals we dat hier bedoelen is het wel relationeel. Contemplatief gebed vloeit voort uit een besef van Gods actieve aanwezigheid. Contemplatie omvat het denken met God (in real-time) met gebruikmaking van wederzijdse afstemming.

Geestelijke vorming

Ik werkte samen met Dallas aan de verdere ontwikkeling van een idee dat centraal heeft gestaan in het denken over geestelijke vorming vanaf het ontstaan van de eerste gemeenten. De vroege christenen kopieerden de geestelijke oefeningen die Jezus gebruikte. Jezus beoefende vooral de intieme relatie met Zijn hemelse Vader, ook terwijl Hij diende binnen Zijn gezin van oorsprong in Zijn eerste 30 levensjaren. Het navolgen van Jezus' gebedsleven en stille tijd met God bleek noodzakelijk, maar helaas niet genoeg.

Waarom hebben we meer nodig dan wat Jezus Zelf deed? Als mens begint onze identiteitsvorming in de baarmoeder. De groei gaat vaak al vreselijk mis tegen de tijd dat we vijf jaar zijn. We zijn niet goed ontwikkeld, en we missen ook belangrijke vaardigheden. En dat niet alleen door wat anderen niet (helemaal) goed



deden, maar ook door verkeerde reacties van onszelf. Dit in tegenstelling met Jezus, Die volwassen geworden is als een volkomen mens. Jezus' geestelijke oefeningen hoefden er alleen maar voor te zorgen dat Zijn afstemming op de Vader goed bleef functioneren. Wij hebben meer nodig.

Ultieme volwassenheid

Denk er bijvoorbeeld aan hoe Jezus zelfs in Zijn enorme lijden op het kruis voor Zijn vervolgers bad. Die ultieme volwassenheid weerspiegelt een grote relationele capaciteit in het snelle spoor van de hersenen. Om zó volwassen, zachtmoedig en liefdevol te worden in onze automatische reacties (dus in het snelle spoor in onze rechter hersenhelft) is veel oefening nodig, met God en/of anderen die ons hierin voorgaan. We hebben de relatie met God nodig, en vaak ook die met medemensen

Om een Christus gelijkvormig karakter te ontwikkelen, hebben onze hersenen gehechtheidsliefde nodig tussen ons en God, én tussen ons en anderen van Gods mensen. God heeft bedoeld dat we hechtingsliefde met Hemzelf en met anderen beoefenen. Dat zit zó: De gecombineerde ontwikkeling van onze natuurlijke



en geestelijke volwassenheid begint tijdens ons aardse leven en wordt geleerd door onze fysieke hersenen.

Beoefenen van vaardigheden

Het beoefenen van de vaardigheden en patronen van normale menselijke volwassenheid vereist een wederzijdse afstemming op en gehechtheid aan God én mensen. God gebruikt hechtingsliefde – met Hemzelf en ook die met andere mensen – om zwakke of verkeerde elementen in onze vroege vorming te corrigeren. Er zijn veel dingen die ontbreken in onze menselijke identiteit en interacties met anderen.

Dallas en ik waren het erover eens dat geestelijke volwassenheid alle natuurlijke menselijke volwassenheid omvat,

plus elementen die alleen door de Heilige Geest kunnen worden toegevoegd. Jezus ging in de eerste plaats een liefdevolle hechtingsrelatie met zijn discipelen aan. Daarnaast stelde Hij een proces van discipelschap in. Via die beide gaf Hij hen leven en liet hen groeien in liefde.

Zó herstelde Hij ook de identiteit van Zijn volgelingen. Het vormen van goede hechtingsrelaties van Hemzelf met de twaalf, en tussen hen onderling, bleek trouwens nog een moeizaam proces te zijn. Het trainen van de discipelen leek op wat Jezus persoonlijk met de Vader deed, aangevuld met vorming binnen de groep met elkaar.

Zowel menselijke als Goddelijke relaties zijn nodig

Ook de interactie met elkaar, onder Jezus' leiding, droeg bij aan hun vorming. Dit laat zien dat geestelijke vorming transformerende momenten met God combineert met vormingspraktijken met mensen. De essentie in beide is de ontwikkeling vanuit liefdevolle hechtingsrelaties. Als we ons afstemmen op God in onze omgang met anderen, beginnen ons denken, onze woorden en daden te rijmen met die van Hem, en worden we meer zoals Hij is. Zo wordt heel ons leven een stage in de school van (het internaliseren van) Zijn Liefde.

Verdere verdieping

Een hechtingsrelatie beginnen, zoals verliefd worden, kan vrij gemakkelijk zijn bij mensen die we leuk vinden. Gehechtheid in stand houden als er iets mis gaat, is de toetssteen voor emotionele volwassenheid. Wanneer iemand





ineens meer als een vijand aanvoelt dan een vriend (of ineens een hekel aan ons krijgt) ontdekken we de kracht van onze hechtingsliefde.

De ander als 'vijand'

Situaties met zo'n 'vijand' openbaren ook direct hoe diep onze gehechtheid aan God gaat. God is ook met liefde (ahabha) gehecht (chesed) aan zo iemand die we op dat moment ervaren als onze 'vijand'. Dat betekent dat als we op zo'n moment in een onderlinge verbondenheid met God zijn, onze spontane reactie op die 'vijand' liefde zal zijn.

Voor Dallas waren deze spontane reacties op 'vijanden' de maatstaf van geestelijke volwassenheid. Voor mij wordt het liefhebben van onze vijanden het test- en oefenterrein voor de gehechtheid aan God en anderen. Iedere identiteitsfout die door onze vroege ontwikkeling ontstaan is zal aan het licht komen.

Het goede nieuws is dat we het meest open staan voor transformatie nadat we iemand even meer als een vijand ervoeren, maar we er intussen samen uitkomen door onderlinge her-afstemming met elkaar, met Gods hulp. Dit onderstreept dat als onze gehechtheid aan God (of een van Gods mensen) sterk genoeg is, er mogelijkheden zijn om de relatie in een toestand van wederzijdse afstemming te blijven ondersteunen, en zo verder te groeien.

God en jij en ik

Toen Teresa van Avila de karmelietessen hervorming leidde en het begrip van contemplatief gebed ontwikkelde, drong ze erop aan dat het contemplatieve leven zich alleen kon ontwikkelen door liefdevolle gehechtheid aan anderen. Teresa bleef er ook bij dat er zonder het contemplatieve leven geen transformatie van onze gehechtheid aan anderen zou zijn. De twee stimuleren elkaar. Het spirituele leven is een tweeledig soort relationeel leven.

Geweven draden

De draden waaruit een stuk stof is geweven gaan in twee richtingen. Bij het beoefenen van sterke hechtingsrelaties met God en anderen lopen de hechtingsdraden in verschillende richtingen, maar het resultaat is één stuk stof. Draden die boven lopen wisselen elkaar constant af, maar altijd in beide richtingen. Soms is Gods draad er doorheen te zien. Op andere momenten verschijnen de draden van jouw leven in mij of de mijne in jou.

Het kled is God en jij en ik. Het ene moment ligt de ene draad voor en soms een andere. De sterkte van de stof wordt bepaald door zowel de draden die we zien als de draden die verborgen zijn. We denken met God en Gods mensen door wederzijdse afstemming en worden nieuw. Gods patronen en kleuren komen tevoorschijn als we ons hechten en met elkaar verweven

worden. Ons geestelijke leven als individu en gemeenschap (en er is minder scheiding dan we misschien denken) wordt een eeuwig weefsel van relaties.



Jim Wilder

Vertaling en bewerking:
Gerard Feller & André Roosma

‘Immanuel’ als uitgangspunt voor een levensstijl en pastoraal werk

‘Immanuel’ – inleiding en uitgangspunten

עִמָּנוּ אֱלֹהֵינוּ
‘Immanuel’
(Hebreeuws:
in Jesaja 7: 14

en Grieks: Ἐμμανουήλ in Mattheüs 1: 23) is de Bijbelse term voor Gods aanwezigheid mét ons. Gods aanwezigheid mét ons is het grootste goed wat we ons kunnen wensen. Als God mét ons is, wie kan dan nog tegen ons zijn, zegt de apostel Paulus in zijn brief aan de christenen te Rome (8:31).

De Bijbel zegt dat we er vast op mogen vertrouwen dat God mét ons is, en dat Hij graag interactie met ons heeft. En dat God altijd in staat is om ons leven te besturen en te beïnvloeden. Dit is het belangrijkste uitgangspunt van wat we wel de Immanuel levensstijl noemen, een stijl van leven die hier voortdurend van uitgaat.

Het is ook een uitgangspunt voor de Immanuel benadering voor pastoraal werk. Beide zijn dus gebaseerd op het heerlijke geloof dat God altijd bij ons is en altijd bij ons is geweest. Dat is belangrijk, want door Gods aanwezigheid mét ons te ervaren krijgt alles een andere, diepere dimensie en betekenis.

Aanwezigheid van God

Wat zou het mooi zijn, hier altijd vanuit te leven... Onze dagelijkse praktijk is echter vaak weerbarstig. We zijn ons Gods aanwezigheid niet altijd bewust, anders gezegd: we zijn niet altijd in staat om Gods aanwezigheid waar te nemen. En vaak als we al iets van Gods aanwezigheid waarnemen, herkennen we niet dat het God is.

Daardoor zijn de meeste herinneringen in ons leven onvolledig. Dat hindert ons denken

over wat er gebeurt. Wanneer we ons niet bewust zijn van Gods aanwezigheid, schieten onze interpretaties over wat we in ons leven ervaren namelijk altijd te kort. Als we niet ervaren dat God bij ons is, zullen we moeilijke situaties sneller als pijnlijk beleven en beroven ze ons zodoende vaak van onze vrede. Wanneer we wel ervaren dat God bij ons is, staan we er niet alléén in, kunnen we de moeilijke situaties veel beter aan en ervaren we het leven als minder pijnlijk.

Ons verleden laten helen

De opeenstapeling van levenservaringen en herinneringen waarin we ons niet bewust waren van Gods aanwezigheid maakt het ook in het heden moeilijker voor ons om ons nú van Gods aanwezigheid bewust te zijn en met God interactie te hebben.

Dus het is van belang, die ontbrekende stukjes in onze eerdere herinneringen te laten corrigeren, door daarin alsnog Gods aanwezigheid te zoeken en alsnog te be-leven. Wanneer we dat gedaan hebben, en ons denken over ons verleden niet meer vooral gekenmerkt wordt door moeilijkheden waarin we alleen dachten te staan, dan zullen we ook beter in staat zijn om Gods aanwezigheid in het heden waar te nemen en te herkennen wanneer het God is Die tot ons spreekt.

Ons van Gods aanwezigheid bewust worden

Een ander belangrijk uitgangspunt voor de Immanuel levensstijl en de pastorale Immanuel benadering is het geloof dat we Gods aanwezigheid waar zullen nemen (de beste interactie met God kunnen hebben) op die punten (herinneringen) waar we

de meeste tijd met God hebben doorgebracht en het meest van Zijn aanwezigheid en liefde hebben genoten.

Deze herinneringen weerspiegelen die momenten in het verleden waarop we de relatie met God in het bijzonder als heel kostbaar ervoeren. Het omgekeerde geldt ook: We zullen de meeste pijn en verwarring hebben in dié gebieden waar we in het verleden niet bewust tijd met God hebben doorgebracht of het wél wilden, maar toch Gods aanwezigheid nog niet zo beleefden.

Als gevolg hiervan kunnen we onze tijd van verkenning en genezing het beste beginnen door terug te gaan naar de momenten en herinneringen waarin we God het beste kennen (het ‘kennen’ dat we hier gebruiken is het Hebreeuwse jada’ dat een diep en hartelijk met iemand vertrouwd zijn inhoudt). Vanuit deze goede herinneringen kunnen we dan eerst weer van

Zijn aanwezigheid genieten, en vervolgens ook beter die herinneringen verkennen waarin we Gods aanwezigheid tot nu toe niet ervoeren. Zó kunnen we ook daar dan God vragen ons te laten zien hoe en waar Hij daar aanwezig was, en kan de eenzaamheid en pijn er door Hem uit gehaald worden en onze herinnering genezen.

Eerdere ervaringen met God helpen

De herinneringsmomenten waarin we een nauwe relatie met God beleefden vormen de beste basis om Gods actieve aanwezigheid opnieuw te ervaren in het heden. Zó kunnen we in de eerste plaats al volop genieten van het contact met onze hemelse Vader en met Jezus; het hoofddoel van ons leven (Joh.15; 1 Kor.1:9).



Daar komen in dit kader nog enkele praktische punten bij. Wanneer we onze verkenning van de pijnlijke en verwarrende momenten (waarin we ons eerst nog niet van Gods aanwezigheid bewust waren) beginnen door ons eerst met God te verbinden op die plekken waar we God het beste gekend hebben, biedt dat ook nog deze effecten die ons helpen in herstel:

Het pad van herstel

1. Dit is het pad met de minste verwarring, de minste vervorming en de minste weerstand.
2. Dit is het pad dat de kortste tijd in de pijn van ons vraagt omdat we onze pijn verkennen terwijl we comfortabel dicht bij God verkeren, in plaats van dat we onze zoektocht naar Gods aanwezigheid beginnen terwijl we in onze pijn zitten.
3. Omdat we beginnen met een ons bewust zijn van God, wat ons in staat stelt om met Hem interactie te hebben, kunnen we:
 - a. Gods leiding verkrijgen vanaf het begin.
 - b. Ons direct bewust zijn van de momenten in onze herinneringen waar we de verbinding met God kwijtraakten.
 - c. Een vast en veilig punt hebben waar we snel naartoe terug kunnen keren voor troost en leiding.

- d. Een incompleet proces pauzeren op een plek van troost, wanneer onze tijd even op is, in plaats van dat de begeleide persoon in zijn of haar pijn en verwarring achter blijft.
- e. Het helingsproces in een veel kortere tijd doorlopen.

‘5-streepjes momenten’

Deze plekken/momenten waarop we nabije verbinding met God ervoeren kunnen we onder andere benoemen als onze ‘5-streepjes momenten’, overeenkomstig de manier waarop mobiele telefoons een sterk signaal weergeven (omdat we dichtbij een zendmast zitten). Een ander beeld is dat we naast God zitten in een comfortabele fauteuil waar we Gods reacties op ons kunnen ervaren. In deze positie kunnen we uren van vreugde en vrede doorbrengen. Ook kunnen we daar onze pijnlijke momenten verkennen, ons daarin met Hem verbinden, en ze zó door Hem laten genezen.

Het alternatief is om op de pijnlijke stekels van onze ervaring uit het verleden te zitten waar we ons niet bewust waren van Gods aanwezigheid en dan ons leven proberen te verkennen en op te lossen terwijl we in de pijn zitten. De ervaring heeft uitgewezen dat

dit laatste gedaan kan worden, maar ongeveer vier tot zes keer zoveel tijd neemt als wanneer we in de fauteuil zitten met de goede 5-streepjes herinneringsmomenten (vergelijk het maar met een uitgebreide ingreep bij de tandarts zonder verdoving). Ook in die comfortabele fauteuil met God voel je nog steeds wel een moment iets van de pijn, maar je hoeft er niet alléén in te blijven, en dat maakt een héél groot verschil.

Immanuel pastoraat

In de Immanuel benadering voor pastoraat helpen we, als volwassen volgelingen van God, anderen het licht te vinden door hen te helpen, de beste verbinding met God te vinden. Het Immanuel proces tracht samen met God voor de confident de beste fauteuil te vinden in de herinneringen aan de tijden dat hij of zij Gods stem kon waarnemen, en gemeenschap en interactie met Hem kon hebben.

Dit is als het ware de fauteuil die we aanbieden aan hen die voor pastorale hulp bij ons komen. De confident kan zelf, ook tussen sessies van gesprek en gebed in, hier verder mee oefenen. Hoewel er geen plekken zijn waar we God volmaakt zullen horen, zal zulke voortgaande interactie hen helpen steeds meer van Gods

heilzame aanwezigheid te beleven te midden van vervormingen en verkeerde interpretaties.

Niet iedereen heeft om te beginnen al zo'n 5-streepjes herinnering met God. Veel mensen hebben alleen een soort van 'historisch gevoel' van Gods aanwezigheid in het verleden, in plaats van een ervaring van concrete interactie met God. Ze hebben geen herinneringen die hen in staat stellen om terug te keren naar de veilige interactie met God.

Waardering

Ze kunnen niet geleid worden naar de 5-streepjes locatie van een goede fauteuil. Echter, er is een tweede fauteuil beschikbaar die hen ook hun herinneringen laat verkennen zonder op de stekels van hun pijn te zitten. Deze comfortabele fauteuil wordt gevormd door waardering te hebben voor wat God geeft en voor Zijn hulp in het verleden, zelfs als we niet direct konden waarnemen dat God daar aanwezig was. Het waarderen van deze gaven van God in het verleden stelt ons in staat om Hem duidelijker te horen, zij het met iets meer moeite.

De fauteuil van waardering
Deze tweede fauteuil die 'waardering' wordt genoemd is dicht bij God, maar er zit een gordijn in ons denken tussen God en ons. God spreekt nog steeds, geeft ons gedachten, brengt dingen aan het licht, maar we kunnen vanuit deze fauteuil niet met zekerheid zeggen of het God is of ons eigen denken dat actief is.

Door op de waardering-fauteuil te zitten kan God ons wel gaan leiden om het gordijn opzij te schuiven. In het begin kan het zijn dat we vaak iemand bij ons nodig zullen hebben die ons kan helpen om te weten of we naar God luisteren of naar ons eigen denken, wanneer we in de waardering-fauteuil zitten. Sommige mensen kunnen de 5-streepjes stoel of de waardering-fauteuil heel snel vinden en er gemakkelijk blijven zonder bij wijze van spreken van die stoel af te glijden en terug in

hun pijn te schieten. Echter, wanneer mensen in hun pijn schieten, vergeet bijna iedereen om terug te gaan naar de waardering-fauteuil. Misschien wel het meest actieve deel van deze pastorale bediening is mensen helpen met het vinden van hun waardering-fauteuil en daarin te blijven zitten (dan wel zichzelf er weer in te helpen zodra ze merken dat ze er bijna uit glijden).

Interactie met God

Helaas zijn er ook velen die niet in staat zijn ook maar enige herinneringsmomenten van waardering jegens/met God en/of anderen te vinden. Ze kunnen zelfs de weg niet vinden naar de tweede stoel met het gordijn tussen hen en God. Er zijn veel oorzaken, maar we weten dat mensen klaar zijn voor innerlijke genezing wanneer ze open staan voor interactie met God zodra ze daartoe in staat zijn.

Ze hoeven feitelijk niet van te voren al in God te geloven of zelfs God aardig te vinden. Voor sommigen zal de interactie soms beginnen met het uitschreeuwen van boosheid naar God, maar het is interactie

die ze willen, zelfs als het uit pijn voortkomt en met boosheid begint. God is niet bang voor onze boosheid; Hij begrijpt de pijn die er meestal onder zit, en heet ons welkom!

Relationeel 'aan' staan

Er is in onze hersenen een deel dat we het relationele deel zullen noemen (sommigen spreken ook wel over 'relationele circuits'), dat nodig is voor interactie met anderen op hartsniveau en voor waardering. Dit deel kan 'aan' of 'uit' staan (zwart-wit gesteld voor de eenvoud hier even). Veelal zijn we taakgericht bezig en staat ons relationele hersendeel 'uit' of functioneert wat meer 'op de achtergrond'. Dit is ook hier, in het pastoraat, van belang. We weten namelijk niet zeker of iemand wel werkelijk verlangt naar interactie met God tot we ontdekken of het relationele deel van hun hersenen wel 'aan' staat.

Als ons relationele deel namelijk niet goed is afgestemd, ervaren we niet een verlangen naar onze relationele bronnen – inclusief God – en nemen ze ook niet goed waar. Voor ons zenuwstelsel is dit het equivalent van te proberen te zien met onze ogen dicht. Tot we onze ogen open



doen hebben we geen kans om te zien (een 5-streepjes moment) of waardering te voelen voor momenten van relatie met God uit het verleden.

Wat we willen is mensen leiden naar een verlangen naar diepe interactie met God en hen helpen een comfortabele fauteuil te vinden om hun pijn te verwerken. Vanwege het voorgaande begint dit dus altijd met het je ervan verzekeren dat deze mensen hun relationele hersendeel 'aan' hebben staan.

We moeten ook alert zijn om te zien of mensen gedurende het proces uit hun comfortabele stoel glijden of hun relationele hersendeel onbewust weer uitschakelen. Dit zijn taken voor de helpers die anderen hierin begeleiden.

Fysieke hersendelen

Dit is ook een belangrijk uitgangspunt: de Immanuel benadering is gebaseerd op een waarneming rond onze fysieke relationele hersendelen. Zo lang deze 'uit' staan of niet goed functioneren, kunnen we de relatie met God niet goed ervaren.

Hoewel God wel altijd tot ons kan en wil spreken en ons leven leiding wil geven, en we dat theoretisch wel weten, kunnen we ons dan zelfs Gods goedheid niet herinneren op een manier die we als 'waar' en veelzeggend aanvoelen. Het is dus van belang, mensen te helpen hun relationele hersendelen weer 'aan' te krijgen.

Vier stappen

Dit wordt vaak in vier stappen bereikt.

1. Verminder hun angst. „Vrees niet” is vaak het eerste dat God zegt. We noemen deze stap wel 'Shalom voor mijn lichaam'.
2. Erken hun nood zodat ze verder kunnen komen dan het uitzenden van noodsignalen. We noemen deze stap 'Shalom voor mijn ziel'.
3. Troost en bemoedig hen te midden van hun gevoel van verlaten te zijn door God en anderen. Ze zijn wél gezien en gekend door God en anderen!



We noemen deze stap 'Shalom voor mijn hart'.

4. Laat hen reageren met waardering naar God en anderen toe, wanneer God en/of anderen hun angst hebben doen verminderen, hun pijn gedeeld hebben, hun verdriet erkend en getroost hebben, zodat ze terug gekomen zijn in een wereld van relationele mogelijkheden.

Ze kunnen dan in de fauteuil van waardering plaatsnemen, zelfs als er in hun denken nog een gordijn zit tussen God en hen. In een uitgebreide training worden elk van deze stappen nader uitgewerkt.

Zie de twee andere artikelen in deze editie van Promise voor andere aspecten van de Immanuel benadering en de inzet elders op deze pagina's voor trainingsaanbod hierin.

Délen over Immanuel

Wanneer iemand voor het eerst of opnieuw beleefd heeft dat God écht Immanuel – God met ons – is, is het belangrijk dat hij of zij iets hiervan gaat delen met enkele anderen in zijn of haar omgeving. Dat is opbouwend voor die ander én versterkt de herinnering eraan ook weer, zodat deze in moeilijke tijden gemakkelijker op te roepen is.

Even een metafoor om de kern van het verhaal dat gedeeld

wordt uit te lichten: Hoewel alle voorbereidingen voor een huwelijk maanden van hard werken kunnen kosten, kan deze voorbereiding nooit verward worden met de eigenlijke gebeurtenis zelf. In elk Immanuel proces geldt iets dergelijks.

Daar is het moment om bij wijze van spreken de camera's te pakken en de opnamen te beginnen: het moment waarop we ons bewust worden van de aanwezigheid van God in een episode waarin die realiteit in onze ervaring tot dusver ontbrak. Om ons plaatjes te herinneren, gebruiken we een camera.

Om gebeurtenissen te herinneren, gebruiken we een verhaal. Het verhaal dat we willen vertellen is wat er gebeurde toen onze herinneringen uit het verleden aangevuld werden met de actieve aanwezigheid van God. Als we anderen vertellen over wat er veranderde toen we de aanwezigheid van God erbij konden waarnemen, helpt dat ons, ons dit 5-streepjes moment ook later weer beter te herinneren.

Gods aanwezigheid

Het verhaal vertellen over wat er veranderde toen we Gods aanwezigheid merkten, verandert ook de manier waarop we naar de toekomst kijken. Veel van onze herinneringen gaan over het verleden en zijn snel

vergeten als we geconfronteerd worden met een lastige situatie. Als we de verhalen van onze Immanuel-momenten vertellen, veranderen we de manier waarop ons denken de toekomst ziet.

Het helpt ons om weer naar God uit te zien, de volgende keer dat een soortgelijk probleem ontstaat. We krijgen er niet zo'n steun van als we voornamelijk het verhaal vertellen over hoe ons leven er uit zag vóór we het Immanuel moment beleefden. Dat verhaal maakt anderen en onszelf depressief, net als het horen over al de problemen rond de voorbereidingen voor een huwelijk.

Het Immanuel proces is dus ook gebaseerd op het geloof dat onze herinneringen het best functioneren en we het beste kunnen veranderen hoe we over de toekomst denken als we het verhaal vertellen over wat er veranderde toen we ons bewust werden van Immanuel (i.e. van Gods aanwezigheid met ons).

Om over na te denken en te bidden

- Hoe en wanneer ervaar jij de aanwezigheid van God in je leven het duidelijkste?
- Zou je meer van Zijn aanwezigheid willen be-léven?

Bijlage: Een korte geschie-

denis van het Immanuel Proces

Dr. Karl en Charlotte Lehman (USA) hebben de term "Immanuel Interventie" bedacht om te beschrijven wat er gebeurde toen hun trauma counseling van focus veranderde, van de herinnering aan het trauma zelf naar een focus op het verwijderen van blokkades die mensen ervan weerhielden om de relationele aanwezigheid van Jezus te ervaren.

Het is al lang waargenomen door mensen in een gebeds-bediening dat traumatische gebeurtenissen gemeenschappelijk hebben dat de actieve aanwezigheid van Jezus niet gevonden wordt, en dat traumas opgelost worden als mensen de actieve aanwezigheid van Jezus ervaren in gevoelens en waarnemingen die ontstaan waren doordat ze die traumatische gebeurtenissen eerder slechts onvolledig verwerkt hadden.

Life Model en THRIVE

De Lehmans pasten twee aspecten van het Life Model van Jim Wilder en de THRIVE training van Chris & Jen Coursey en Ed Khouri toe, toen ze concludeerden:

- 1) onze gehechtheid aan Jezus is geworteld in onze herinneringen aan momenten van verbondenheid met Hem, net zo als onze trauma gevoelens

wortelen in onze traumatische herinneringen.

2) de relationele hersendelen moeten goed functioneren willen we de relationele aanwezigheid van Jezus kunnen waarnemen in onze herinneringen of in onze ervaring van dit moment.

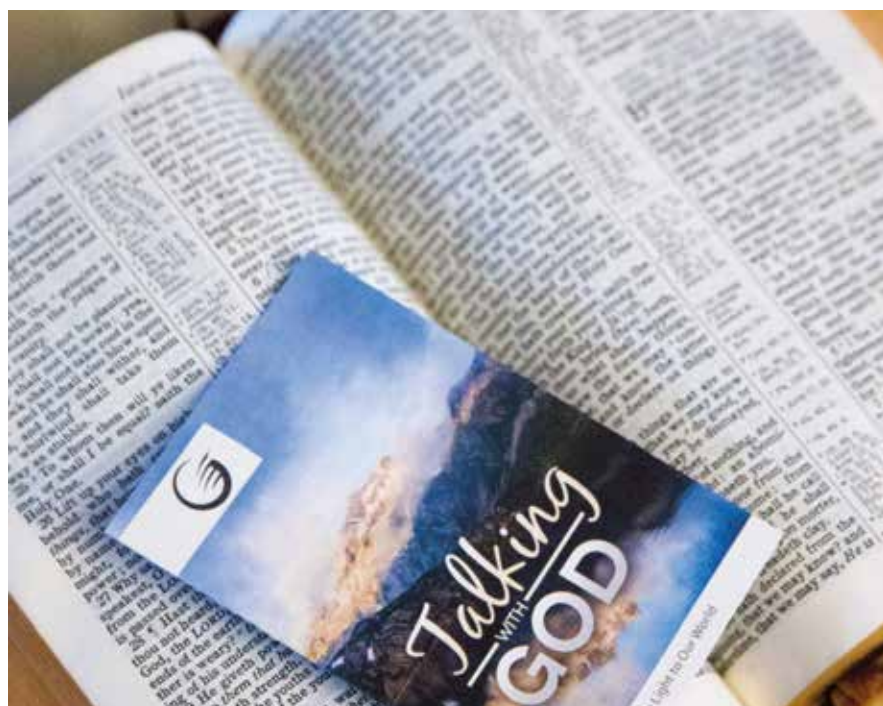
Deze twee toepassingen van bestaande kennis stelden de Lehmans in staat zich te richten op de stappen voor genezend gebed en deze te verfijnen, zowel in hun eigen praktijk als door de Life Model docenten bij Shepherd's House, zoals Jim Wilder. De Lehmans ontwikkelden een korte 'Relationele hersendelen Test' en de basale stappen die nodig zijn om de relationele hersendelen weer te laten werken. Ze hebben uitgebreide en geavanceerde lesmaterialen ontwikkeld, en dito materialen die laten zien hoe de Immanuel Interventie werkt geestelijk, praktisch en neurologisch.

Praktijk in Nederland

Tegelijkertijd had God André H. Roosma hier in Nederland erbij bepaald dat verbondenheid met (en gehechtheid aan) God, jezelf en anderen het belangrijkste element is voor emotionele genezing en geestelijke groei. In zijn pastoraat bleek het ervaren van de aanwezigheid van God bepalend voor de vooruitgang en genezing die mensen ervoeren.

Hij ontdekte dat de feesten waar toe God de Israëlieten opriep in het Eerste Testament, getuigen van in vreugde met anderen samen je herinneren en opnieuw beleven wat voor moois God deed. Ook dit bleek een essentieel element in ons geestelijk leven. Dit alles paste hij toe in het pastoraat en in het denken over geestelijke groei en geestelijke vorming.

De Amerikaanse inzichten sloten hier goed bij aan en zo ontstond de Immanuel benadering in Nederland.



André H. Roosma

19 febr.2021

“Dit artikel is geïnspireerd op de inleiding van het artikel: ‘Groepsoefeningen om het Immanuel Proces te leren’, materiaal van de Immanuel workshop in Groningen, nov.2009, gegeven door Dr. E. James Wilder. Ontwikkeld door E. James Wilder en Chris Coursey voor THRIVE Training en Ed Khouri voor Thriving Recover Your Life groepen, © 2009; met bijzondere dank aan Dr. Karl en Charlotte Lehman voor de Immanuel Interventies.”

Voor meer informatie, vragen of suggesties naar aanleiding van dit artikel kunt u contact met me opnemen via e-mail: andre.roosma@12accede.nl

Literatuur en achtergronden

E. James Wilder, Anna Kang, John & Sungshim Loppnow, Joyful Journey – Listening to Immanuel, Shepherd’s House, East Peoria IL USA, 2015; ISBN 978 1 935629 17 7.

E. James Wilder, James G. Friesen, Anne M. Bierling, Rick Koepcke, Maribeth Poole, Leven naar Gods plan, De Hoop (m.m.v. Oogst Publicaties), Dordrecht, 2004; ISBN 90 73743 19 2 (vertaling van: The Life Model - Living from the Heart Jesus Gave You - The Essentials of Christian Living, en: Bringing the Life Model to Life – The LIFE Model Study Guide for Individuals and Small Groups, Shepherd’s House, Pasadena, CA, USA, 1999 resp. 2000).

E. James Wilder, Met vreugde man zijn – groeien naar volwassenheid, Archippus, Enschede, 2007; ISBN/EAN: 978 90 9011 01 8 (vertaling van: (The Complete Guide to) Living with Men – Keep Growing and Stay Lovable, Shepherd’s House Publishing, Pasadena CA, USA, 1993/2004; ISBN 0 9674357 5 7).

Karl Lehman M.D. en Charlotte Lehman (www.kclehman.com , www.immanuel-approch.com) bieden een enorme hoeveelheid

trainingsmateriaal, van goed gedocumenteerde artikelen, tot onderwijs series op DVD, tot voorbeelden van ‘live’ sessies waarin mensen geholpen worden.

Life Model trainers van THRIVE en Thriving Recovery hebben actief met de Lehmans samengewerkt om Immanuel training methoden voor groepen te ontwikkelen. Een frequente en vrije uitwisseling van materialen en ideeën over de Immanuel Interventie, het Immanuel proces en de Immanuel levensstijl vindt nu zijn weg terug naar de kerk.

THRIVE Training (www.thrive-today.org) ziet het leren ervaren van de interactieve aanwezigheid van God als een trainbare hersenvaardigheid. Een aantal van de trainingsstappen in de oefeningen die volgen zijn gebruikt met toestemming van Chris en Jen Coursey die de THRIVE Training ontwikkelden en leiden.

In THRIVE training wordt de Immanuel levensstijl ‘Heart-sight’ (Kijken met je hart) genoemd en het is nummer 13 van de 19 essentiële relationele-breinvvaardigheden. Mensen het Immanuel Proces onderwijzen is nu een standaard onderdeel van het THRIVE vaardigheden trainingsprogramma.

De stappen die hier worden beschreven worden gebruikt als onderdeel van het ‘Gods Uur’ waarmee elke conferentie-/trainingsdag begint. Leaders die volwassen gemeenschappen willen vormen en anderen willen trainen moeten sterk overwegen om een THRIVE training te volgen.

Thriving Recover Your Life (Flo-
reren – Herstel je leven; www.thrivingrecovery.org) reikt kerken drie elementen aan waarmee ze om kunnen gaan met verslavingen en trauma. Veranderen van levens vereist multi-generatonele gemeenschap, training in relationele hersenvaardigheden en de interactieve aanwezigheid van Jezus in elke stap. Het Immanuel Proces is cruciaal voor het onderwijs aan kerken

en mensen in herstel wat betreft hoe blokkades (welke dan ook) te verwijderen die ons verhinderen om Gods aanwezigheid waar te nemen.

De trainingsstappen in de oefeningen die volgen worden gebruikt met toestemming van Ed Khouri die het gebruik daarvan ontwikkelde voor de modules Belonging (Verbondenheid) en Healing (Genezing) van Thriving Recover Your Life. Deze en andere Life Model materialen zijn te vinden via de website www.lifemodel.org – ‘Equipping people with the skills to thrive!’ (Mensen toerusten met de vaardigheden om te floreren!) en via de website <https://lifemodelworks.org/>.

De website Immanuel levensstijl (www.Immanuel-levensstijl.nl) bevat ook vertaald materiaal van hem en veel materiaal dat sterk overeenkomt met het onderwijs van Dr E. James Wilder en en van Dr Karl Lehman. (Zie ook onder www.12accede.nl/articles.html#lifemodel)

André H. Roosma van Accede! (www.12accede.nl) is ook graag bereid om gemeenten in Nederland en Vlaanderen verder te helpen op dit gebied, door trainingen, workshops, informatieavonden, et cetera.

Een aantal vertaalde artikelen van Dr E. James Wilder zijn beschikbaar op de website van stichting Promise (www.stichting-promise.nl).



Immanuel dagboek oefening ('Immanuel Journaling')

al schrijvend communiceren met God

Inleiding

In dit artikel wil ik een belangrijk hulpmiddel aanreiken voor degenen die zelf graag willen oefenen met de Immanuel levensstijl; met andere woorden: die graag willen leren meer te leven vanuit het bewustzijn dat God altijd en overal met ons is.

John & Sungshim Loppnow (www.presenceandpractice.com) hebben een aantal eenvoudige stappen afgeleid uit Exodus 3:7-8, die ons leren ons leven door Gods ogen te bekijken, en goed naar Hem te luisteren, ook wanneer we het moeilijk hebben. Ze staan ook beschreven in het boek Joyful Journey van Jim Wilder, Anna Kang en John & Sungshim Loppnow © 2015.

Genezing wordt gevonden, niet in de afwezigheid van pijn, maar in de tegenwoordigheid van Immanuel. Immanuel Journaling is ontworpen om je te helpen bij de vertrouwelijke omgang met God, Die blij is om bij je te zijn en in staat je te helpen.

Luisteren naar Immanuel

Neem eerst een moment om:

- een paar flinke teugen frisse adem te nemen,
- er helemaal te zijn voor Gods tegenwoordigheid, en
- vraag de Heilige Geest om jouw geest te gronden in de liefde van God.

Dat zal helpen, je gedachten te laten 'rijmen' met die van God. Begin dan met schrijven, volgens onderstaande stappen.

STAP EEN – Interactieve Dankbaarheid.

Denk aan iets waar je dankbaar voor bent, en begin je hart te delen met God.

Lieve God, ik ben heel dankbaar voor

Neem dan een moment om te luisteren naar Gods reactie op jouw dankbaarheid en schrijf op wat je impressie is van wat God tegen je zegt.

Geliefd kind van Mij,

STAP TWEE – Ik zie je.

Beschrijf vanuit Gods perspectief hoe Hij jou nu ziet, je situatie, je omgeving, je fysieke gewaarwordingen en wat je verder voelt

Bv. Ik zie je aan je bureau zitten. Je ademhaling is oppervlakkig en je schouders zijn gespannen....

STAP DRIE – Ik hoor je.

Bedenk dat God al je gedachten hoort, zowel de uitgesproken gedachten, als die je niet uitsprak. Schrijf vanuit Gods perspectief wat Hij je hoort zeggen tegen jezelf.

Bv. Je vraagt je af of Ik tot je zal spreken en hoe je dat ooit zult weten. Je bent ontmoedigd en moe...

Of: Je werd vol energie wakker vanmorgen. Je bent klaar om de wereld in te gaan. Het gonst vanbinnen...

STAP VIER – Ik begrijp hoe groot dit voor je is / hoe je je erover voelt.

Hoe ziet God jouw dromen, zegeningen, moeilijkheden of verwarring?

Bv. Ik wil dat je weet dat Ik me bekommer om de dingen die jou aangaan. Je verlangen om Mij te eren brengt Me grote vreugde...

Of: Ik begrijp dat je ervaart dat je vrees aangejaagd wordt. Deze situatie neemt je zo in beslag dat je het gevoel hebt dat je verdrinkt...

STAP VIJF – Ik ben blij om bij je te zijn

en behandel je zwakheden met tederheid.

Stel je voor dat God liefdevol je naam noemt en eenvoudig blij is om samen te zijn. Hoe spreekt Hij tegen je op een vriendelijke, tedere manier?

Hoe drukt God zijn verlangen uit om deel te nemen aan jouw leven?

Neem een moment om van Zijn liefdevolle tegenwoordigheid te genieten.

Jouw dromen zijn kostbaar

voor Mij. Ik vul je elke dag met leven en Ik schep vreugde in je verlangen om...]

Of: M'n dierbare < je naam >, Ik zie je ontmoediging nadat je weer van binnen gehuild hebt. De momenten dat jij gefrustreerd en moe bent, zijn de momenten dat Ik dicht bij je wil zijn... Ik vind het fijn om gewoon samen te zitten en wat te praten.

STAP ZES – Ik kan iets doen aan waar jij nu doorheen gaat.

Wat geeft God jou voor dit moment?

Bv. Ga met Me mee. Ik bied je momenten aan van verfrissing, nieuwe energie en visie...

Of: Ik zal je kracht geven. Herinner je je nog hoe bemoedigd je was nadat je je vriend/vriendin zag? Met Mij ben je niet alleen...

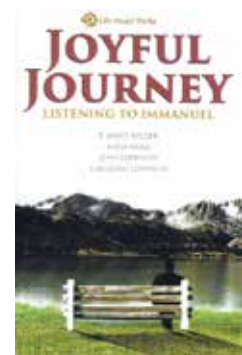
STAP ZEVEN – Lees hardop wat je hebt geschreven

(het liefst met iemand anders). Dit helpt om het beter te onthouden, zodat je er iets aan hebt wanneer je het een keer moeilijk hebt of strijd ervaart.

Literatuur

E. James Wilder, Anna Kang, John & Sungshim Loppnow, Joyful Journey – Listening to Immanuel, Shepherd's House, East Peoria IL USA, 2015; ISBN 978 1 935629 17 7.

Naar een Engels origineel van John & Sungshim Loppnow
Nederlandse vertaling en bewerking: André H. Roosma





Immanuel levensstijl biedt sinds 2009 onderwijs en toerusting voor gemeenteleden in het leven en groeien in besef van Gods aanwezigheid. Als we God meer ervaren als nabij ons, zal dat heel ons leven ten goede beïnvloeden.

Mensen zijn relationeel

Als mensen zijn we relationele wezens; we zijn geschapen om in een open verstandhouding met God en anderen te leven. We floreren ook het beste wanneer we dicht bij God leven. Er is vreugde bij Gods aangezicht, zegt de Psalmist (Psalm 16: 11).

Doordat de mens ervoor koos om God te wantrouwen, kwam er een breuk in deze mooie relatie. Door Gods genade, ons in Jezus de Messias geschonken, kunnen we echter toch weer in Gods aanwezigheid komen. En het mooie is: God wil niet anders. Het is Zijn karakter om bij ons te willen zijn. Hij is blij met ons. Wellicht niet altijd met onze daden, maar wel met elk van ons als persoon.

Immanuel – God met ons

Dat wordt onder andere uitgedrukt in de Hebreeuwse Naam Immanuel die de Bijbel wel voor Jezus gebruikt. Jezus was God Die naar ons toe kwam, hier op aarde.

Jezus zei ook letterlijk tegen Zijn volgelingen:

„En zie, Ik ben met u al de dagen tot aan de voleinding van de wereld.”

Mattheus 28:20

Jezus bestendigde daarmee wat God heel de Bijbel door belooft: dat Hij met en bij ons wil zijn (o.a. Genesis 26: 24; 28: 15; Jozua 1: 5; Jesaja 41: 10; 43: 2; Handelingen 18: 10). Hij wil

ons zegenen met Zijn aanwezigheid. Jezus Christus heeft die mogelijkheid ten volle voor ons geopend, door ons met God te verzoenen.

Groeien in ons besef van Hem

Hoe hard we Hem ook nodig hebben, als christenen ervaren we niet altijd dat God met ons is. Er is evenwel een onderscheid tussen Gods aanwezigheid als feit, en ons ervaren van die aanwezigheid van God. Als het regent of zwaar bewolkt weer is, lijkt het of de zon verdwenen is. Aan de zon is echter niets veranderd, er is alleen een wolk die ons zicht op de zon (en wellicht iets van ons ontvangen van haar stralen van licht en warmte) voor een deel beperkt. Zo is het ook met God en Zijn aanwezigheid. Of wij Hem wel of niet als nabij ervaren, zegt niet zo veel over het feit of Hij er al dan niet is. Hij is er – ook al beseffen we het niet altijd. Het goede nieuws is dat we mogen groeien in ons besef van Gods aanwezigheid. Daarover gaat het bij het onderwijs over de Immanuel levensstijl.

Genieten van God

Het is namelijk Gods bedoeling, dat we leren om dagelijks te genieten van Zijn aanwezigheid bij ons. We mogen leren te genieten van wat we zien aan gevolgen van Zijn aanwezigheid. En nog meer, om te genieten van Hem en het samen-zijn met Hem op zich.

Initiatief vanuit Accede!

Dit initiatief is begonnen vanuit Accede! –centrum voor Bijbelonderzoek, pastoraat en training, in Soest (www.12accede.nl). Dat is ca. 20 jaar geleden opgezet door André H. Roosma. André is van nature een onderzoeker.

Hij werkte dan ook 15 jaar in internationaal onderzoek en 12 jaar in innovatie. André is een veelkleurig persoon die al enkele decennia lang gegrepen is door Gods onmetelijke liefde en zorg voor mensen. Die liefde meer laten stromen is het doel.

Samenwerking

In de ontwikkeling van Immanuel levensstijl en de toepassing ervan in het pastoraat wordt o.a. samengewerkt met de mensen van stichting Prepare 4 Joy (www.prepare4joy.nl), die ten doel heeft de Thrive trainingen (zie p.19,20) ook hier in Nederland te gaan verzorgen. Daarnaast is er samenwerking met mensen op hetzelfde spoor in de VS: Dr E. James (Jim) Wilder (Shepherd's House www.lifemodel.org), Dr. Karl & Charlotte Lehman (www.immanuelapproach.net), Chris M. & Jen Coursey (www.thrivetoday.org), en Ed Khouri (www.thrivingrecovery.org).

Meer informatie - artikelen, video's en trainingsmogelijkheden - vindt u op de Immanuel levensstijl website (www.immanuel-levensstijl.nl).



Geboren, niet gemaakt.

Reflecties op het levensbegin (recensie)



Inleiding

Wat is het ontstaan van een kind toch een onuitsprekelijk groot wonder! Het schepsel mens wil de geheimen van de Schepper (anderen hebben het over 'moedertje Natuur') steeds verder ontdekken en nieuwe technieken toepassen. Dat roept wel talloze ethische vragen op.

Dit boek gaat over ongewenste kinderloosheid, onbedoelde zwangerschappen en de vraag hoe je handicaps kunt voorkomen. Het is uitgave van het Lindeboom Instituut, dat medisch-ethische thema's vanuit christelijk perspectief benadert en een update van de stand van medische zaken en ethische bezinning op het begin van het leven. De auteurs hebben als uitgangspunt dat de beschermwaardigheid van ongebooren leven voorop staat.

In-vitrogametogenese

Onvoorstelbaar wat er in de medische wetenschap is bedacht en uitgevoerd. Uit gewone menselijke cellen kunnen stamcellen gemaakt worden. Sperma, eicellen en embryo's kunnen worden ingevroren, zodat mensen op hoge leeftijd genetisch eigen kinderen kunnen krijgen, zelfs postuum. De techniek waarmee in het laboratorium zaad- en eicellen gemaakt kunnen worden (in-vitrogametogenese, IVG) belooft in theorie dat iedereen een genetisch eigen kind kan krijgen, ook als dat niet op de natuurlijke manier kan.

Vooraf het vermengen van menselijke stamcellen met dierlijke embryo's roept ethische vragen op. En hoe zit het met eiceldonatie en -adoptie, draagmoederschap, wensouders, draagmoe-

ders en juridische moeders?

Seks zonder voortplanting en voortplanting zonder seks zijn nu beide mogelijk. Er is zelfs voortplanting zonder toestemming. Van een overledene van wie nog materiaal beschikbaar is, zou postuum nageslacht verkregen kunnen worden.' (p. 220) 'Een van de meest saillante mogelijkheden zou de geboorte zijn van een kind dat genetisch van maar één persoon afkomstig is, als men erin slaagt uit de cellen van één persoon zowel zaad- als eicellen te kweken.' (p. 221) De mens blijkt in staat te zijn tot kunstmatige autogamie of zelfbevruchting.

In-vitrofertilisatie of IVF, ook wel reageerbuisbevruchting of proefbuisbevruchting genoemd, is een voortplantings-

techniek waarbij een of meer eicellen buiten het lichaam worden bevrucht met zaadcellen, waarna de ontstane embryo's in de baarmoeder teruggeplaatst worden. Rond vruchtbaarheid en onbedoelde en ongewenste zwangerschap, anticonceptie, abortus, IVF met en zonder restembryo's, embryoselectie, drie-ouderembryo, gebruik van prenataal onderzoek, gebruik van gedoneerde zaad- of eicellen en kloonembryo's lopen de meningen uiteen.

Wanneer is er sprake van een beschermwaardig menselijk leven? Volledige beschermwaardigheid: sinds het samsmelten van een eicel met een zaadcel of toenemende beschermwaardigheid als iemand een aantal zichtbare vermogens heeft ontwikkeld? (p.14-16)

Experiment met mensen

'Als basistechniek heeft IVF ervoor gezorgd dat de menselijke voorplanting steeds sterker te manipuleren is. De technische mogelijkheden daarvoor zijn spectaculair toegenomen.' ... '... iedere verandering betekent een nieuw experiment met mensen.' (p. 39)

Welke gebreken of handicaps tolereren we niet meer? Want pre-implantatieve genetische diagnostiek zou een groot aantal genetische ziekten kunnen uitbannen.

Mensverbetering

En zo doen we dus aan mensverbetering. 'Nieuw aan pogingen tot mensverbetering is dat ze zich baseren op een specifieke vorm van maakbaarheid, namelijk een opwaardering en perfectionering van mensen via technologie. De taak van de geneeskunde verschuift hier van het voorkomen, genezen en verlichten van aandoeningen naar het verbeteren van menselijke vermogens op fysiek, mentaal, creatief en moreel vlak.' (p. 225) 'Mensverbetering zal, indien succesvol, de ongelijkheid tussen mensen bevorderen en daarmee sociale spanningen versterken die sterke ongelijkheid oproept.' (p. 227)

Project: mensverbetering

'Het streven naar vervolmaking (met de nadruk op 'maken') zal ertoe leiden dat mensen steeds meer worden beschouwd als 'projecten'. Het ondermijnt de waardigheid van mensen zoals ze - 'onbewerkt' ter wereld komen.' (p.228) Vandaar de

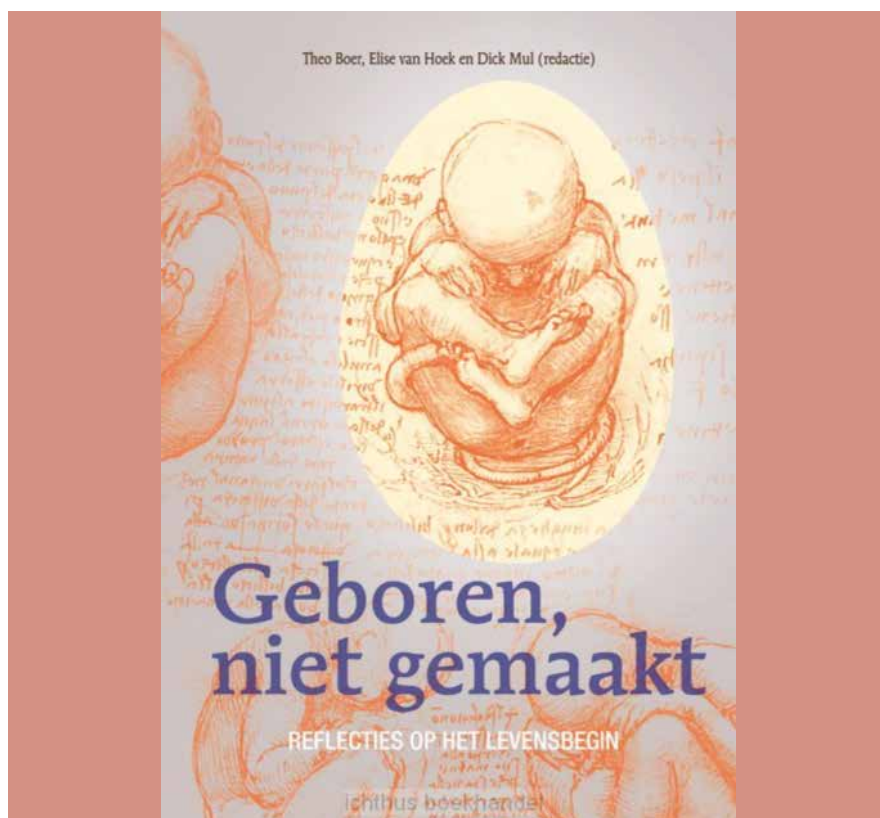
titel van dit boek: 'Geboren, niet gemaakt'

'Niemand kan een ander het recht ontnemen te worden geboren in plaats van gemaakt.' (p.184) 'Maar waar de geneeskunde onder het beslag komt van een maakbaarheidsideaal, dreigt de menselijkheid te worden verdrongen.' (p. 185)

De volgende stap

Ten aanzien van de reprognetica wordt terecht opgemerkt: 'Eén stap leidt dikwijls tot volgende stappen en het is de vraag waar deze dynamiek uiteindelijk tot staan zal komen, als zij al tot staan komt.' (p. 223) 'In Nederland is het sinds kort toegestaan dat binnen een lesbisch koppel de ene vrouw middels IVF-behandeling eicellen doneert aan haar vrouwelijke partner.' (p.98) 'Ongeacht geaardheid of samenstelling van een gezin zijn alle mogelijke vruchtbaarheidsbehandelingen toegestaan. Het welzijn en de emotionele ontwikkeling van een (ongeboren) kind staan wel altijd voorop.' (p. 99) Ik betwijfel dat. Het gaat toch veel meer om de wens van de (toekomstige) ouders?!





In hoofdstuk 10 is er aandacht voor Joodse, Rooms-Katholieke en protestantse visies. Ter aanvulling op de Joodse: in Israël wordt ook over abortus verschillend gedacht, maar dit is daar de praktijk: volgens de Israëlische wet heeft een foetus geen rechten tot het moment dat hij of zij geboren is. Dat betekent dat abortus tot het einde van de negende maand uitgevoerd mag worden en dat het kindje dus de gehele zwangerschap vogelvrij is!

Multidisciplinair

Naast een gedetailleerde inhoudsopgave, vinden we introducties van de 15 auteurs en bovendien een namen- en een woordenregister, zodat het als naslagwerk gebruikt kan worden. Dat ik hier een degelijk en gedocumenteerd boek over medische ethiek in handen heb, bewijzen wel de gemiddeld 45 eindnoten per hoofdstuk. De auteurs benaderen vragen multidisciplinair: ethisch, juridisch, medisch, sociologisch, theologisch en cultuurfilosofisch.

Nederlandse wetten worden geciteerd, medisch-technische termen worden niet geschuwd en een paar cases worden behandeld. Kortom, vooral voor (huis)artsen een actueel en waardevol boek met heldere opzet vaak met samenvattingen, ter bezinning in deze tijd waarin niets meer onmogelijk lijkt.

W.J.A. Pijnacker Hordijk



Geboren, niet gemaakt Reflecties op het levensbegin, Theo Boer, Elise van Hoek en Dick Mul (redactie) (Amsterdam: Buijten & Schipperheijn, 2020) 240 pp. €19,95

De biologische vader

Hoeveel uit al dan niet anoniem zaad verwekte kinderen zijn niet koortsachtig op zoek naar hun biologische vader? Een andere auteur weerspreekt dit: 'De kans bestaat dat de belangen van de wensouders in hoge mate boven die van het kind gaan prevaleren.' (p. 221) Dit is in tegenstelling tot abortus, waar wel inderdaad het verzoek van de vrouw het uitgangspunt. Abortus is een vermeend recht van de vrouw en haar kind is rechteloos gemaakt.

Een opvallende ontwikkeling is dat ouders een levenloos geboren kind ongeacht de leeftijd sinds 2019 in de Basisregistratie Personen kunnen laten opnemen. (pp. 19, 123, 132-134) Achteraf wordt dus erkend dat het geen 'propje slijm of groep cellen' was, maar een mens!

Een ongeborn kind heeft wel een bijzondere status, maar geen rechtssubjectiviteit en is dus niet gelijk aan een geboren mens.' (p. 133) En wanneer krijgt en heeft een mens een ziel? Een ziel is niet objectief en empirisch waarneembaar.

Wel of geen kinderwens

Sommigen willen vurig hun kinderwens in vervulling doen gaan, terwijl anderen juist willen voorkomen dat zij een kind op de wereld zetten. 'De abortuscijfers blijven vergeleken met andere landen laag en vrij constant: rond de 30.000 gevallen per jaar.' (p.70) Dat is maar relatief; je zou het eventueel bedroevend hoog kunnen noemen.

De 24-wekengrens voor een abortus met medicamenten (bij voorbeeld abortuspil) of met curettage is arbitrair, want zij is afhankelijk van ontwikkelingen in de neonatologie. (p.59) Een toenemend aantal spontaan geboren kinderen vóór 24 weken overleeft dit. (p.81) Let wel: de abortusgrens is in Nederland niet vastgesteld op 24 weken. Artikel 82a Wetboek van Strafrecht formuleert: 'Onder een ander, of een kind bij of kort na de geboorte, van het leven beroven wordt begrepen: het doden van een vrucht die naar redelijkerwijs verwacht mag worden, in staat is buiten het moederlichaam in leven te blijven.' (pp. 130, 131)

Verskillende visies



Zelfbevrediging of zelfbeheersing?

Inhoudsopgave

1. Inleiding
 2. Wat is het?
 3. Bijbelse visie op seksualiteit
 4. Wat zegt de Bijbel over zelfbevrediging?
 5. Waardoor zelfbevrediging?
 6. Problemen en gevaren
 7. Masturbatie in het huwelijk?
 8. Oplossingen
 9. Onze houding
 10. Nabeschouwing
- Literatuur

1. Inleiding

We leven in een oversekste en op lustbevrediging gerichte maatschappij. Mede door internet zijn veel mensen verslaafd geraakt aan het kijken naar pornosites en mede daardoor ook verslaafd aan masturbatie (zelfbevrediging, solo-seks). In de media is masturbatie mainstream geworden (1) en is er in toenemende mate steun voor als een vermeende gezonde bezigheid. Bovendien zijn zorgwekkende ontwikkelingen gaande, bijvoorbeeld dat op sommige scholen kinderen al vroeg wor-

den geleerd hoe te masturberen (7). Hoe ernstig het is om kinderen tot zonde te verleiden, lezen we in o.a. Matt. 18:6.

Precair onderwerp

Iedereen zal begrijpen dat het om een gevoelig en precair onderwerp gaat, maar toch is het goed om het onderwerp met de vragen en problemen die er zijn, niet te ontkennen of te verbergen, maar ze te benoemen en op een eerlijke en evenwichtige wijze te bespreken, en te zoeken naar oplossingen (12). Daarom is het voor ons als christenen des te meer noodzakelijk om een op Gods Woord gebaseerde christelijke visie op zelfbevrediging te hebben.

2. Wat is het?

Masturbatie of zelfbevrediging is het stimuleren van de eigen geslachtsdelen om seksuele opwinding te bereiken, meestal totdat er een of meer orgasmen op volgen (16). Een zgn. natte droom, een spontane zaadlozing tijdens de slaap, is wat anders dan masturbatie. De vraag is nog

wel wat de achtergrond van die droom is. We komen daar nog op terug.

3. Bijbelse visie op seksualiteit

Om te beginnen zullen we gaan kijken naar de (positieve) visie van de Bijbel over seksualiteit. Omdat we naar het beeld van God zijn geschapen, heeft ook onze seksualiteit een diepe betekenis die van invloed zal zijn op elke praktische toepassing. Door dit aspect van onze persoonlijkheid laat God een uniek licht schijnen op wat het betekent om Zijn beelddrager te zijn, en de diepte van Zijn liefde voor ons. Kort gezegd, toen God ons naar Zijn beeld schiep, schiep Hij de twee geslachten (seksen), man en vrouw (Gen. 1:27). Als beelddragers behoren mensen in een liefdevolle gemeenschap met elkaar te leven om de liefde van de Schepper te weerspiegelen (1). Dat geldt voor zowel gehuwden als ongehuwden.

Seksualiteit is relationeel

De Bijbel geeft aan dat seksuele gemeenschap voorbehouden is binnen het huwelijk. Het is ontworpen om inherent relationeel te zijn, een aspect van diepe kennis en intimiteit met iemand van het andere geslacht. In die context is het doel zich geheel aan de ander te geven door die ander vreugde te verschaffen in de intiemste daad van wederzijdse kwetsbaarheid (Hooglied; 1 Cor. 7:3-5).

Dienende liefde

Het Nieuwe Testament maakt duidelijk dat de focus van intimiteit in het huwelijk moet zijn om uit liefde de echtgenoot/echtgenote te dienen en gelukkig te maken, dus niet het eigen persoonlijke genot voorop te stellen. Op deze manier zou onze seksualiteit de algemene roep van discipelschap tot zelfverloochening en liefde voor anderen moeten weerspiegelen.

God wil ook met seksualiteit ons leren wat het betekent om naar Zijn beeld gemaakt te zijn en, nog belangrijker, wat het betekent om in relatie met Hem te zijn (1). Dat wil zeggen: om ook volkomen lief te kunnen hebben.

Vrij van zelfzucht

Meerdere passages in de Bijbel geven aan dat het christelijke leven vrij behoort te zijn van zelfzucht. We leven in de eerste plaats voor Christus en in de tweede plaats om anderen lief te hebben en tot zegen te zijn (zie Gal. 2:20; 1 Cor. 13:5; 2 Cor. 5:14-15; Fil. 2:3-4; 1 Petr. 4:1-5). Jezus zegt dat wanneer we volgens dit patroon leven, we echt leven vinden (Matt. 10:39; Marc. 8:35; Luk. 9:24 en Joh. 12:25).

Leven voor 'jezelf'

leidt er gegarandeerd toe dat het ware leven en de ware vrede ons zullen ontgaan. Dit geldt in het bijzonder voor onze seksualiteit. Ef. 4:17-20 geeft aan dat leven voor onze eigen seksuele verlangens ertoe kan leiden dat we ons van God afkeren, wat een steeds grotere verdorvenheid en seksuele onverzadigbaarheid tot gevolg heeft (1).

4. Wat zegt de Bijbel over zelfbevrediging?

Er zijn geen Bijbelteksten die masturbatie expliciet afwijzen. Soms wordt wel gewezen op de zaadverspilling door Onan (Gen. 38:9), maar dat heeft niets met masturbatie te maken, want de zonde van Onan was dat hij geen nageslacht voor zijn schoonzus wilde verwekken (14).

Overspelige gedachten

In indirecte zin zegt de Bijbel er wel veel over zoals we kunnen afleiden uit de vorige paragraaf. De Bijbel presenteert seksualiteit in het huwelijk als iets heel moois (Ef. 5:28-32). Seksuele relaties buiten het huwelijk en zelfs overspelige gedachten worden sterk afgevoerd (Matt. 5:28; Hebr. 13:4).

Als we in combinatie met de aard van christelijk discipelschap Gods bedoeling met seksualiteit begrijpen, is het zeer de vraag of masturbatie een legitieme seksuele activiteit is. Immers als we een goed begrip hebben van Gods bedoeling met seksualiteit, dan zal toch wel blijken dat de Bijbel in beginsel géén ruimte laat voor masturbatie in het leven van een christen (1).

Seksualiteit, een gave van God

Want seksualiteit is een gave

van God, gegeven en bedoeld voor het huwelijk tussen man en vrouw. Elke andere 'toepassing' (homoseksualiteit, seksuele omgang met vrienden/vriendinnen, of zelfs met dieren) en ook masturbatie is vanuit Gods Woord gezien een 'abnormaal' gebruik van seksualiteit (12).

Masturbatie schiet namelijk op twee punten tekort. Het is een solo-activiteit die niet geworteld is in een relatie. Er is geen gelegenheid om de intimiteit te verdiepen en de ander te leren kennen. Bovendien is het een momentopname van zelfzucht en egoïsme. Dit gedrag verkondigt: "Het belangrijkste op dit moment is dat ik het grootst mogelijke genot ervaar". Maar dat is radicaal in strijd met de oproep tot discipelschap (1). Paulus waarschuwt in Rom. 13:14 tegen het opwekken van begeerten en 2 Tim. 3:2-4 spreekt over zelfzuchtige mensen. Zie ook Tit. 3:3 ("verslaafd aan velerlei begeerten en zingenot").

5. Waardoor masturbatie? (1,12,13)

Er kunnen diverse redenen zijn om te masturberen. Omdat mannen visueel ingesteld zijn, kan het zien van bepaalde (reclame-)afbeeldingen en vooral het zien van pornografische afbeeldingen en films de seksu-





ele begeerte doen toenemen en daardoor masturbatie bevorderen (17,18).

Maar het betreft niet alleen mannen maar ook vrouwen, van wie 30 % regelmatig naar porno of porna (een vrouwvriendelijke vorm van porno) kijkt (11). Het is zelfs zo dat steeds meer vrouwen zelfbevrediging openlijk propageren en beoefenen. De huidige op lust gerichte cultuur meent masturbatie te kunnen rechtvaardigen door seksueel verlangen te verheffen tot een fysieke 'behoefte'.

Vanuit verveling of frustratie

Soms grijpt men door gewoonte bijna automatisch naar zelfbevrediging als men zich verveelt, zich eenzaam, teleurgesteld of niet lekker voelt. Of om spanning, frustratie of verdriet kwijt te raken, of om zichzelf te vertroetelen en om 'troost' te vinden. Maar in alle gevallen is de zelfgerichtheid, het verlangen naar bevrediging van eigen behoeften, het eigen ik de basis van de handeling.

Hoe begrijpelijk het ook is dat iemand soms of vaak masturbeert, de vraag is of het de

goede 'oplossing' is. Nee! Vergelijk het met drugs. Het werkt verslavend, dat wil zeggen dat men zelf niet meer de baas is over zijn handelen. Er is een betere oplossing!!! Daar komen we later op terug.

6. Problemen en gevaren

Zelfbevrediging leidt tot ik-gerichtheid, en omgekeerd. Er kan dus een vicieuze cirkel ontstaan. Het gevaar is dat genoegens en begeerten ons hart ertoe kunnen verleiden om in plaats van de Gever het genot te aanbidden. Echtparen moeten bedenken hoe God seksualiteit in het huwelijk bedoeld heeft en hoe zelfzucht en egoïstische verlangens schadelijk zijn voor de oproep om tot zegen van de huwelijkspartner te zijn (1).

Hoewel masturbatie zonder pornografie mogelijk is, is veel pornografie gericht op solo-seks. Het is van groot belang om in te zien dat internetporno een nieuw 'monster' is dat zelfs seculiere onderzoekers als zeer problematisch beschouwen. De vernietigende kracht van internetporno kan niet genoeg worden benadrukt (1,17,18).

Porno à-la-carte

Geprogrammeerd door een constante stroom van duizenden en steeds andere 'partners' die



online 'beschikbaar' zijn, is een niet-virtuele, dus 'echte' vrouw/man (en ook de eigen vrouw/man) kennelijk niet meer zo opwindend. Een jongeman, die worstelde met zijn prille huwelijk, beschreef zijn gebruik van internet-porno als een à-la-carte menu: "Vanavond krijg ik wat van dit en een beetje van dat". Geen enkel individueel mens kan concurreren met de totaliteit van honderden 'anderen'. En er ontstaat een voortdurende drang om nog meer stimulerende beelden te vinden (1). Dat heeft echter niets te maken met liefde, want het gaat puur om zelfzuchtige behoeftebevrediging. Men kan het niet meer in een relatie zien met die ene persoon (8).

'Hulp'middelen

Bij dit alles komt nog dat behalve porno er een overvloed beschikbaar is aan 'moderne' middelen bij het masturberen zoals allerlei soorten vibrators, dildo's, sekspoppen, etc.. Er zijn diverse bedrijven die al deze middelen verkopen en een magazine uitgeven waarin wordt verteld hoe je kunt masturberen.

Ook tv-programma's zoals 'Spuiten en slikken' geven al jaren aan de jeugd 'voorlichting' over de op lust gerichte, maar gedegenererde seksmo-



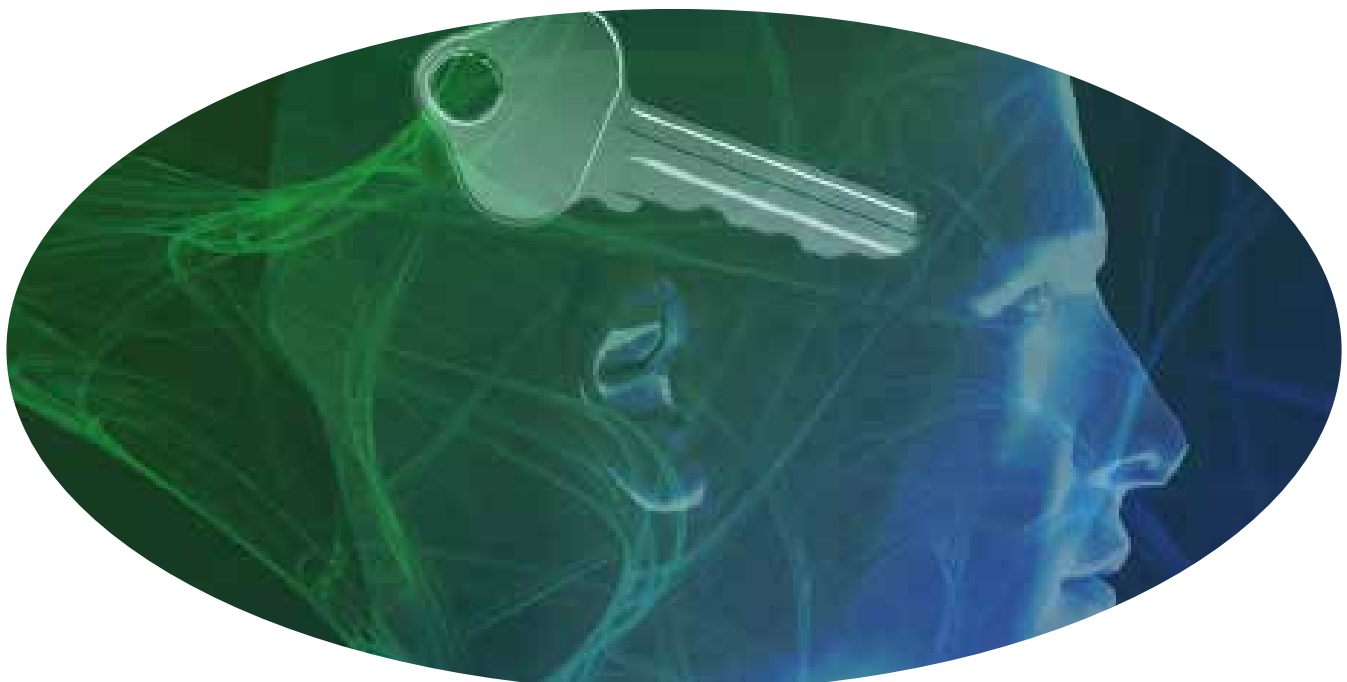
raal. Met alle problemen van dien.

Onbeheersbare verlangens

Een groot en reëel gevaar is dat masturbatie kan leiden tot verslaving, mede omdat bij het sterke lustgevoel van een orgasme dopaminen vrijkomen. De verleiding kan ontstaan dat men er een leegte mee gaat opvullen in het leven. De christelijke hulpverleningspraktijk Dichterbij Herstel ziet zelfs onder jonge christelijke vrouwen een eenzame worsteling met allerlei vormen van seksuele verlangens die onbeheersbaar zijn geworden (11).

Schaamte en schuld

Heeft iemand het nodig om zichzelf te bevredigen om even van rotgevoelens zoals stress, eenzaamheid of verdriet af te komen of in slaap te kunnen vallen, dan is men er afhankelijk van (5,12). Vaak is er na de daad sprake van een gevoel van schaamte en ook schuld, omdat men (onbewust) weet dat het niet Gods bedoeling is, en mede omdat men beseft dat men zichzelf heeft overgegeven aan iets wat sterker is dan zichzelf. In plaats van het eigenlijke probleem aan te pakken en op te lossen, zoekt men een



tijdelijke 'oplossing' in zelfbevrediging, en dat is niet handig, want men zal zich er niet blijvend beter door gaan voelen, en het zal zeker ook de problemen niet oplossen (5). Integendeel, masturbatie versterkt een op zichzelf gerichte seksualiteit, gebaseerd op het voldoen aan 'mijn behoeften'.

Maar het benadrukken van persoonlijk genot is precies het tegenovergestelde van wat God bedoelt. Hij wil dat echtparen de intieme vreugde ontdekken, zonder zelfzuchtige verwachtingen te hebben over hoe mijn partner mij zou moeten laten voelen.

Toegegeven, ook echtparen kunnen groeien in het beoefenen van een God-vererende, onzelfzuchtige seksualiteit tegenover hun echtgenoten, maar masturbatie schept verwachtingen en plaatst vrijgezellen in een moeilijker positie als ze later trouwen (1). Omdat ze verwend zijn, en zij ook in het huwelijk wellicht alleen aan zichzelf denken voor de eigen bevrediging.

Doen omdat het goed voelt?

Daarom is het bedenkelijk dat sommige seksuologen masturbatie vaak goedpraten onder

het motto "Doe het maar als het goed voelt, je mag toch genieten?" Maar de vraag is steeds: hoe, en volgens welke normen leef je?

Een innerlijke fantasiewereld - vooral wanneer het versterkt wordt door pornografie - degradeert andere mensen die geliefd zijn bij God, tot objecten voor 'mijn' persoonlijke consumptie. We behoren ons te realiseren dat er gevolgen zullen zijn voor onze relaties en interacties.

De Bijbel laat zien dat de onzichtbare geestelijke binding die optreedt in seksueel gedrag, maatschappelijke gevolgen heeft (1). Ook willen we nog erop wijzen dat een seks/pornoverslaving (al of niet door masturbatie) niet alleen kan leiden tot verwijdering tussen de huwelijkspartners, en tot overspelige gedachten, overspel, echtscheiding (met alle gevolgen voor de kinderen), maar ook tot incest, aanranding, verkrachting en prostitutie.

7. Masturbatie in het huwelijk?

Veelal wordt bij een begrip als masturbatie gedacht dat het vooral bij alleenstaanden voorkomt. Maar ook in het huwelijk kan het zich voordoen, bijvoorbeeld

beeld omdat de ene huwelijkspartner (meestal de man) meer behoefte aan seks' [vraag: maar het gaat er toch om jezelf te geven aan de ander?] heeft dan de ander. Of dat door ziekte of tijdelijke afwezigheid van een van de echtgenoten de normale seksuele gemeenschap onmogelijk is.

Voor een gezond seksleven in het huwelijk is aandacht voor elkaar vereist, waarvoor onzelfzuchtige, emotionele en geestelijke 'investeringen' nodig zijn, evenals het leren om iemand fysiek te dienen die heel anders is dan u bent. Leren elkaar vreugde te geven in een lichamelijke intimiteit is een uiterlijke manifestatie van hoe we kunnen groeien in ons emotioneel en geestelijk kennen van elkaar.

Omdat masturbatie normaliter eindigt met het bereiken van een orgasme, wordt dit ook bij de seksuele gemeenschap in het huwelijk vaak als noodzakelijk of geslaagd verondersteld. Maar niet vergeten mag worden dat een echtpaar ook intiem kan zijn en van elkaars aanwezigheid kan genieten zonder orgasme.

Zoals hierboven al aangegeven neemt masturbatie op zelfzuchtige wijze de gemakkelijke weg van





persoonlijke bevrediging, en dat gaat ten koste van de verdieping van eenheid en intimiteit (1). Zelfs masturbatie met wederzijds goedvinden is niet zoals God het heeft bedoeld. Men zou de vraag kunnen stellen: 'Ook niet als de partner fysiek of psychisch niet tot seksuele gemeenschap in staat is?'

Een enkele keer masturberen in aanwezigheid en met toestemming van de ander kan soms wel een beter alternatief zijn dan zichzelf te bevredigen zonder dat de partner er van weet (15). Het blijft daarbij wel de vraag wat de oorzaak is dat men wil masturberen en of er geen betere oplossing is (zie paragraaf 8).

Virtuele seks?

Bovenstaande geeft al een afwijzend antwoord op een zeer specifieke vraag, namelijk: "Is het voor echtparen geoorloofd om technologie te gebruiken voor 'virtuele seks' terwijl ze fysiek gescheiden zijn?" Immers dat verandert en verdraait de bedoeling van onbaatzuchtige seksualiteit fundamenteel. Het doel is om samen te zijn, fysie-

verenigd zoals je dat emotioneel en geestelijk bent.

God schiep seksuele expressie als een soort relationele lijm in het huwelijk. Alleen de echtgenoot / echtgenote kan dit geweldige genoegen bieden. Het is een uniek geschenk dat man en vrouw samenbindt, omdat wederzijds de een van de ander afhankelijk is. Het vereist een echtgenoot / echtgenote die royaal zichzelf geeft.

Zelfs als je partner ernaar verlangt dat je op afstand plezier ervaart, kun je niet ontsnappen aan de realiteit dat je alleen in de kamer bent en je uiteindelijk jezelf een plezier doet. Zelfstimulatie is per definitie gericht op jezelf, zelfs als je partner zich aan de andere kant van de telefoon of het scherm bevindt (1).

Is seksualiteit egoïsmisch?

Een vraag die heel herkenbaar is, is de vraag of niet elke vorm van seksualiteit, ook die in het huwelijk, toch ook een vorm van egoïsme is? Een moeilijke vraag waarmee velen worstelen. Dat komt omdat we in een wereld leven waarin door porno (17,

18) etc. zoveel onreinheid en egoïsme bestaat dat we ons nauwelijks kunnen voorstellen hoe seksualiteit door God bedoeld is en dat toe te passen. Seksualiteit is door God bedoeld als een uiting van liefde binnen een huwelijksrelatie. Je geeft je lichamelijk aan de ander omdat je de ander gelukkig wilt maken. Het gevolg is dat het je blij en dankbaar maakt.

Maar ook in een huwelijk kan seksualiteit verkeerd (in wellust) worden ingevuld. Immers de praktijk laat zien dat liefde en egoïsme door elkaar heen kunnen lopen. Maar dat geldt voor al ons doen en laten. Hoe zuiver zijn onze motieven? God wil door Zijn Geest ons helpen om onze motieven te zuiveren.

Gods norm ligt hoog

Iedereen zal wel inzien dat Gods 'norm' zeer hoog ligt en dat ook wij als christenen die 'norm' niet altijd of soms zelfs helemaal niet halen. We hoeven alleen maar te denken aan de wereldse zgn. 'one night stand', waarbij de seksuele gemeenschap in wezen niets anders is dan wederzijdse lustbevrediging met het lichaam



cies weet welke genade u nodig hebt ten tijde van de verleiding, en Hij wil u vervullen met Zijn Geest om uw gehoorzaamheid en standvastigheid kracht bij te zetten. De diepere realiteit is dat u niet alleen bent. Door Zijn Geest is Jezus aanwezig als hulp in uw problemen (1).

Vertrouwing

In bepaalde omstandigheden naar troost en ontspanning verlangen is op zich niet verkeerd. Maar het is beter om dat te zoeken op manieren die een diepere gemeenschap met God kunnen vergemakkelijken (zoals een wandeling in het bos, mooie muziek, genieten van gezond en voedzaam eten, door te sporten) (1). God verklaart dat Hij de "God van alle vertroosting" is (2 Cor. 1: 3-4).

Hij wil ons ontmoeten in onze droefheid, eenzaamheid en frustratie (1). Het is geen strijd tegen de zonde die we zonder Gods hulp hoeven te voeren. Bidden en Gods hulp vragen is ongetwijfeld de betere oplossing voor problemen. Laten we niet vergeten dat ons lichaam de tempel is van de Heilige Geest die in ons woont (1 Cor. 6:19).

Als u een keer in verzoeking bent gevallen, verwerp uzelf dan niet en wees niet lamgeslagen door schuldgevoelens, maar ga ermee naar God en vraag vergeving voor uw zwakte en vraag om hulp en kracht om ervan bevrijd te worden. Ook al lijkt het, zeker

in de huidige cultuur van toegeeflijkheid, gedogen en goedpraten, een harde opvoeding, toch is het beter om zo ver te komen dat u masturbatie niet meer nodig hebt, net zoals u niet meer een sigaret of een joint hoeft op te steken om te ontspannen, etc... Dan bent u geen slaaf meer van (brandende) begeerte, maar een vrij mens. En wanneer iemand in zijn denken en ook onderbewuste rein is, zal na verloop van tijd een zaadlozing door een natte droom niet meer voorkomen.

9. Onze houding

Het is van belang ervoor te zorgen dat wij degenen die worstelen met eenzaamheid en met masturbatie niet verwerpen, veroordelen of beschaamd zetten. We zouden daarom veel medeleven moeten hebben met alleenstaanden die in trouw aan Christus willen leven, en met echtparen die voor de uitdaging van verschillende niveaus van verlangen staan (1).

Als we eerlijk zijn, is het een probleem dat voor ons allemaal herkenbaar is. We behoren medeleven te tonen omdat we ons kunnen inleven, maar we mogen er nooit voor terugdeinzen om 'zonde' (in de zin van doel missen of wat in afwijking is van wat God bedoeld heeft) te noemen wat niet goed en uiteindelijk niet bevredigend is, en mensen uit

te nodigen om terug te keren naar hun eerste Liefde, Degene bij Wie altijd overvloed van vreugde is (Ps. 16:11) (1).

10. Nabeschouwing

We leven in een cultuur die onmiddellijke bevrediging aanmoedigt, en het afzien van sommige vormen van bevrediging ziet als dwaas en jezelf tekort doen (1). Maar zingenot najagen zoals het gebruik van 'vrije' seks en drugs leidt niet tot geluk maar vroeger of later tot grote ellende als gevolg van verslaving. Ook al is masturbatie niet zoals God heeft bedoeld, en is het dus 'zonde', en voelen we ons schuldig als we dit toch gedaan hebben, toch mogen we bedenken dat wij onze redding door geloof in Jezus niet door zonden hoeven te verliezen.

Anders zou het werk van de Here Jezus aan het kruis niet voldoende zijn geweest (12). We mogen onze zwakheden belijden en vragen om kracht om de overwinning te gaan leren behalen. Gods Woord roept ons op de Heilige Geest niet te bedroeven (Ef. 4:30). Want juist omdat wij als gelovigen Christus hebben leren kennen (Ef. 4:20), zal ons leven geheel anders (moeten) zijn.

Het gaat steeds om een keuze, die aan de orde is bij elke verslaving of gebondenheid. Ofwel met vallen opstaan blijven 'doormodderen' (zachte heelmesters maken stinkende wonden), of radicaal zijn en echt verlost worden. Dat lijkt hard en het is ook hard voor het vlees, maar het zal tot ware bevrijding leiden. En dat is wat God ons gunt.

Als we in dit aardse leven bepaalde noden hebben, dan mogen we weten dat deze huidige wereld niet ons echte thuis is, en dat we met onze noden altijd naar de Heer kunnen gaan. De Bijbel wijst ons voortdurend naar wat uitgaat boven onze voldoening in het heden, en spoort ons aan om al onze hoop op het komende Koninkrijk te vestigen.

We kunnen dan ondanks onbevredigde verlangens in het hier en nu toch leven omdat wij

weten dat er een dag komt dat we voor altijd intense blijdschap zullen beleven in Gods aanwezigheid (1).

Dit artikel is deels gebaseerd op een vertaling en bewerking van het artikel Masturbation and the Christian van David White (zie literatuur nr. 1), en aangevuld met informatie uit vooral Nederlandse literatuur.

Literatuur

1. David White, Masturbation and the Christian, Christian Research Journal, volume 41, nummer 5 (2018).
2. Jennifer R. Rider et al., "Ejaculatiefrequentie en risico op prostaatcancer: bijgewerkte resultaten met een extra decennium aan follow-up", European Urology 70, nr. 6 (2016): 974-82; beschikbaar op <https://www.europeanurology.com/article/S0302-2838%2816%2900377-8/fulltext>.
3. Gary Wilson, "TEDx: The Great Porn Experiment", 16 mei 2012, TED-video, 16:28, <https://www.youtube.com/watch?v=wSF82AwSDiU&v=en>.
4. Zie 1 Korintiërs 6:15. Noot van de uitgever: Verdere nuttige bronnen zijn onder meer Joe Dallas, The Game Plan: The Men's 30-Day Strategy for Attaining Sexual Integrity (Thomas Nelson, 2005); Ellen Dykas, ed., Sexual Sanity for Women: Healing from Sexual and Relational Brokenness (New Growth Press, 2013); Matt Fradd, The Porn Myth: de realiteit achter de fan-

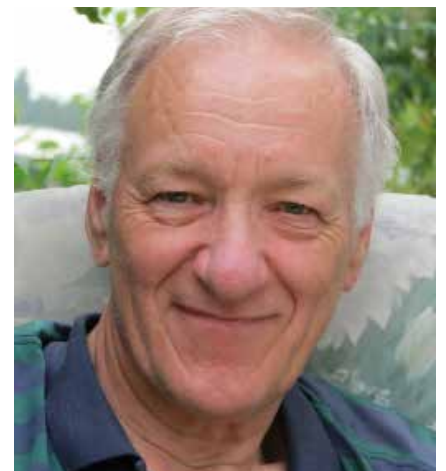
tasie van pornografie blootleggen (Ignatius Press, 2017); David White, Seksueel gezonde kinderen opvoeden (New Growth Press, 2017).

5. BEAM, Zelfbevrediging: belangrijke vragen én antwoorden! Bron: Zelfbevrediging: belangrijke vragen én antwoorden! - BEAM (eo.nl)
6. John Edens, Is masturberen, zelfbevrediging een grove zonde volgens de bijbel?? Enkele feiten over masturbatie. Bron: <https://www.youtube.com/watch?v=YUGhLEzcsPE>
7. Gezin in gevaar, Seksuele indoctrinatie in schoolboeken, een kritisch onderzoek.
8. Hendriëlle de Groot, Zelfbevrediging als christen: goed of fout? Bron: <https://cip.nl/61101-zelfbevrediging-als-christen-goed-of-fout/TxwAUQFd-V3xxOBxNFk4cchYZ>
9. Wilkin van de Kamp over zelfbevrediging. Bron: Wilkin van de Kamp over zelfbevrediging - YouTube
10. Jeffrey Schipper, Door de ziekte van mijn vrouw kunnen wij geen gemeenschap hebben. Bron: CIP-nieuws 15 januari. Bron: 'Door de ziekte van mijn vrouw kunnen wij geen gemeenschap hebben' - CIP.nl
11. Jeffrey Schipper, Seksverslaving komt ook voor onder christelijke vrouwen. CIP-nieuws. Bron: Jantine Stam: "Seksverslaving ook onder christelijke vrouwen" - CIP.nl. Zie ook: <https://www.eenzameseksualiteit.nl/>
12. Manuel Seibel, Selbstbefriedigung und der

junge Christ | www.bibelpraxis.de

13. J. Stam-van der Beek, Zelfbevrediging in een relatie. Bron: Refoweb | Zelfbevrediging in een relatie | Refoweb
14. Willem Ouweneel, Zelfbevrediging: mag dat? Bron: <https://www.youtube.com/watch?v=XA4zHI0l8ek>
15. E. Westeneng, Masturbatie in relatie. Bron: Refoweb | Masturbatie in relatie | Refoweb
16. Wikipedia, Masturbatie. Bron: Masturbatie - Wikipedia
17. W.J.A. Pijnacker Hordijk, De naakte waarheid over porno. Stichting Promise, maart 2017. Bron: PorNO, de naakte waarheid over pornografie (stichting-promise.nl)
18. William M. Struther, De effecten van porno op het mannelijk brein. Bron: De Effecten van porno op het mannelijk brein (stichting-promise.nl)

Piet Guijt, 10 februari 2021.



Goede Vrijdag

Als leerling van een rooms-katholieke lagere jongensschool in Culemborg gingen we iedere Goede Vrijdag om 3 uur 's middags naar de kerk. De priester met zijn gevolg liep dan de statieweg. De statieweg bestond aanvankelijk uit elf manshoge schilderijen waarop de lijdensweg van Jezus werd afgebeeld. Je volgde als het ware de lijdensweg die door de evangelisten beschreven werd. Later werden er nog drie 'staties' toegevoegd van gebeurtenissen die niet in de Bijbel vermeld worden.

De lijdensweg van Christus begon vanaf het gerechtsgebouw (het paleis van de Romeinse procurator Pontius Pilatus) richting de heuvel Golgotha, de plaats van Zijn terechtstelling. Bij iedere statie werd stilgestaan. Aan het begin van iedere statie bidt men: "Wij aanbidden U, Christus, en wij loven U. Omdat Gij door Uw heilig kruis de wereld hebt verlost." Aan het einde van de statie bidt men: "Ontferm U over ons, Heer, ontferm U over ons. God, wees ons zondaars genadig".

De kruisstaties zijn:

1. Jezus wordt ter dood veroordeeld. Mat.27:1; Marc.15:15; Luk.23:25; Joh.19:16
2. Jezus neemt het kruis op Zijn schouders. Joh.19:7
3. Jezus valt voor de eerste maal onder het kruis. Het evangelie verhaalt dat Jezus moeite had zijn kruis te dragen
4. Jezus ontmoet zijn bedroefde moeder. Het evangelie zegt dat Maria aanwezig was.
5. Simon van Cyrene helpt Jezus het kruis dragen. Mat.27:32; Marc.15:21; Luk.23:26
6. Veronica droogt het aanschijn van Jezus af. Niet in het evangelie
7. Jezus valt voor de tweede maal onder het kruis. Niet in het evangelie
8. Jezus troost de wenende vrouwen. Luk.23:28-31
9. Jezus valt voor de derde maal onder het kruis. Niet in het evangelie
10. Jezus wordt van zijn kleren

berooft. Mat.7:35; Marc.15:24; Luk.23:34; Joh.19:23-24

11. Jezus wordt aan het kruis genageld. Marc.15:24; Luk.23:33; Joh.19:18

12. Jezus sterft aan het kruis.

Mat.27:50; Marc.15:37;

Luk.23:46; Joh.19:30

13. Jezus wordt van het kruis genomen. Luk.23:53; Joh.19:38

14. Jezus wordt in het graf gelegd. Mat.27:59-60; Marc.15:46, Luk.23:53; Joh.19:42

Als kind was ik altijd onder de indruk van dit ritueel. Wat dat betreft kunnen de protestanten en evangelischen nog veel leren van de Joodse en rooms-katholieke gebruiken waarbij bijbelse waarden zichtbaar en tastbaar gemaakt worden. Er zijn nog maar weinig plaatsen waar je bijna lijfelijk in contact komt met het evangelie en je ermee verbonden voelt. De binnentuin over God in Voorthuizen is daar nog een mooi voorbeeld van.

Mattheus Passion.

Een ander ritueel waar ik door de jaren heen op Goede Vrijdag veel steun gevonden heb, is het luisteren naar de Mattheus Passion. Maar dan helemaal alleen, zonder andere mensen erbij. Dan volg ik de muziek en het lijdensverhaal terwijl ik God dank voor ieder detail van de lijdensweg die Hij voor ons gegaan is. Ver voor het 'Wir setzen uns mit Tränen nieder' heb ik het allang niet meer droog gehouden.

In 1985 schreef dr. Bob Smalhout, een anesthesist, een artikel in de Telegraaf over de lichamelijke pijnen die Jezus aan het kruis geleden moet hebben. Het kruisigen was geen Romeinse uitvinding schrijft hij, de Romeinen hebben het in Carthago leren kennen bij de Phoeniciërs. Ze hebben het overgenomen en 'geperfectioneerd' tot een bijna wetenschappelijk uitgedachte methode om een maximale pijn te veroorzaken en de duur van de doodstrijd te verlengen. Bij het vastnagelen aan het kruis werd met

spijkers van ruim 10 cm gebruikt. Een spijker werd me de punt in de pols geplaatst, precies op de plaats waar de onderarm overgaat in de hand, onder de duimmuis, waardoor de handwortelbeentjes werden ontwricht. Door de pols loopt een belangrijke zenuw: de nervus medianus. Deze werd altijd geraakt en veroorzaakte en bijna ondraaglijke, helse pijn.

Door de zenuw komt de duim in een onmogelijke kramp terecht zodat de duimnagel in de handpalm drukte. Smalhout beschrijft verder minutieus hoe de gekruisigde in een doodstrijd komt. U kunt het hele verslag op de website van Stichting Promise lezen. Jarenlang heb ik op Goede Vrijdag naast het lijdensverhaal in de Bijbel het verslag van Smalhout gelezen.

ds. Cees Sybrandi

Vele jaren daarvoor kreeg het lijdensverhaal voor mij pas echt betekenis. Ruim 40 jaar geleden gaf ds. Sybrandi die mij tot de Heer geleid heeft, me een gevouwen folder met daarin een vergelijkbare inhoud als van de kruisstaties. Hij zei: "Als je dit gaat lezen en overdenken moet je bij iedere plaats denken: Jezus is daar voor mij in mijn plaats gegaan. Ik had veroordeeld moeten worden, Hij is voor mij gefolterd, Hij heeft mijn plaats ingenomen. Ik had bestraft en gepijnigd moeten worden, ik had aan het kruis genageld moeten worden, maar Hij ging uit liefde voor mij in mijn plaats!" Daarna is mijn leven nooit meer hetzelfde gebleven.

Gerard Feller

Johannes 3:16 "Want alzölf heeft God de wereld gehad, dat Hij zijn eniggeboren Zoon gegeven heeft, opdat een ieder, die in Hem gelooft, niet verloren ga, maar eeuwig leven hebbe".

Pasen

Binnenkort vieren we weer Pasen. We gedenken dat Jezus opstond uit de dood!

Het graf waarin het lichaam van Jezus was neergelegd, was leeg! We kennen de verhalen in de vier evangeliën over de vrouwen die naar het graf gaan en zien dat de grafsteen is afgewenteld, en hoe zij van een engel te horen krijgen dat Jezus is opgewekt!

Wat mogen we verblijd zijn over deze buitengewone gebeurtenis, maar ook heel dankbaar, zeker als we bedenken wat er aan Pasen voorafging. Als we aan Goede Vrijdag denken en op ons laten inwerken welk onvoorstelbaar lijden Jezus heeft doorgemaakt, o.a. de geseling, de lange dikke spijkers door polsen en voeten, de helse pijn, de benauwdheid (zie het artikel over Goede Vrijdag), en dat Hij het onderging zonder dat Hij ooit iets verkeerd gedaan had, en zelfs zoveel goeds had gedaan en alleen maar heeft liefgehad en gediend!

Die dankbaarheid kan ons helpen om de Heer te volgen waar Hij ook gaat. Want ook al zijn wij met Christus gestorven (Rom. 6:8), gekruisigd (Gal. 2:20) en opgewekt (Col. 3:1) wat onze geloofsbasis is, wij weten allemaal dat we nog een hele weg te gaan hebben om vrij te komen van ziekten, verslavingen, gebondenheden en verkeerde gewoonten en/of karaktereigenschappen. Maar 50 dagen na de opstanding van Jezus, is de Heilige Geest op de Pinksterdag uitgestort! Deze Geest geeft ons de kracht om stap voor stap geestelijk te groeien tot zonen Gods (Rom. 8:14) en die in Jezus' Naam de werken gaan leren doen die Jezus deed, zoals demonen uitdrijven en zieken genezen. Een gigantische opdracht die van ons vraagt om dicht bij de Heer te leven en Hem te gehoorzamen, wat het ook kost. Het heeft Jezus Zelf immers ook alles gekost. Er is een zuchtende schepping die reikhalzend verlangt en uitziet naar het openbaar worden van die zonen Gods (Rom. 8:19).

Meer dan Overwinnaar

God heeft ons geen kalme reis beloofd maar wel een behouden aankomst. Wij mogen in moeilijke omstandigheden en bij aanvechting, net zoals Jezus in Zijn lijden aan het kruis, vooruitzien naar de vreugde die voor Hem lag (Hebr. 12:2). Daardoor kon Hij Overwinnaar zijn. En ook wij worden opgeroepen om overwinnaar te zijn (Openb. 2), en met Jezus te mogen zitten op de troon van Zijn en onze hemelse Vader (Openb. 3:21).

Aan het einde van de tijd zal er nog een Pasen plaatsvinden, namelijk de opstanding uit de dood van de rechtvaardigen (Luk. 14:14), dat zijn zij die de Heer hebben liefgehad en alles hebben prijsgegeven "om Hem te kennen en de kracht zijner opstanding en de gemeenschap aan Zijn lijden, of ik [Paulus], aan zijn dood gelijkvormig wordende, zou mogen komen tot de opstanding uit de doden (Fil. 3:10,11). Jezus sprak er al over dat "de ure komt, dat allen, die in de graven zijn, naar zijn stem zullen horen, en zij zullen uitgaan, wie het goede gedaan hebben, tot de opstanding ten leven" (Joh. 5:28,29). Wij zijn dan samengegroeid met de opstanding van Jezus (Rom. 6:5), die de Eersteling is van hen die ontslapen zijn (1 Cor. 15:20). We vieren binnenkort Pasen maar we zijn dus ook op weg naar het eeuwigdurende Paasfeest.

Piet Guijt

De redactie van het Promise Magazine wenst u een gezegend Pasen toe!

Colofon

Het blad "Promise" is een uitgave van stichting Promise en verschijnt 4 maal per jaar.

Het doel van de stichting is de verkondiging van het evangelie van Jezus Christus.

Het toetsen van allerlei maatschappelijke en geestelijke stromingen en denkwijzen, vooral op medisch en sociaal gebied aan het Woord van God, de Bijbel.

Het publiceren via het blad "Promise" van geschriften en of Bijbelstudies met bovengenoemd doel.

De stichting is interkerkelijk en heeft als grondslag, zich daarbij alleen te laten leiden door de Bijbel, waarvan ze gelooft dat alleen dit het geïnspireerde Woord van God is en alleen onfeilbaar gezag heeft.

We geloven dat God deze wereld zo lief heeft, dat Hij zijn Zoon gegeven heeft om onze straf op de zonde te dragen, opdat wij, indien we in Hem geloven eeuwig met Hem mogen leven en ook nu dagelijks Zijn aanwezigheid mogen ervaren. Door middel van diverse activiteiten van de stichting willen we deze boodschap uitdragen

Redactie

Gerard Feller, Oudewater
drs. W.J. Pijnacker Hordijk, Delft
drs. Piet Guijt, Zoetermeer

Vormgeving Gerard Feller

Druk: MullerXXL

foto's: www.dreamstime.com

ISSN: 1383-0295

verschijnt 4 x per jaar

Abonnement 2021: € 25,- per jaargang (inclusief abonnement online)

Abonnement online 2021: € 12,- per jaargang

St.Promise

Lange Burchwal 80, 3421 SM

Oudewater

Tel. 0348 - 563359

e-mail: stichtingpromise@gmail.com

internetpagina: www.stichting-promise.nl

IBAN ING: NL10INGB0004906197

BIC ING: INGBNL2A

IBAN Rabobank:

NL58RABO03916.83.071

BIC Rabobank: RABONL2U