

Promise



Voor Bijbels denken in de gezondheids(zorg) 30ste jaargang nr 4 (oktober 2014)

In dit nummer:

Wilt u gezond worden?

10 dingen die u als therapeut niet geleerd heeft. (1)

Extra Terrestrial Intelligence E.T.I.

Hemelervaringen

Eigentijdse niet-christelijke spiritualiteit



Wilt u gezond

De ‘voordelen’ van ziek zijn door een psych

In Jeruzalem is bij de Schaapspoort een bad met vijf zuilengangen dat in het Hebreeuws Bethesda heet. Daar lag een groot aantal zieken, blinden, kreupelen en misvormden. Er was ook iemand bij die al achtendertig jaar ziek was. Jezus zag hem liggen. Hij wist hoe lang hij al ziek was en zei tegen hem: “Wilt u gezond worden?” De zieke man antwoordde: “Heer, als het water gaat bewegen, is er niemand om mij erin te helpen; ik probeer het wel, maar altijd is een ander al vóór mij in het water”. Jezus zei: “Sta op, pak uw mat op en loop”. En meteen werd de man gezond: hij pakte zijn slaapmat op en liep (Joh. 5:2-8).

Deze man had waarschijnlijk een ziekte of ongeval gehad waardoor hij niet meer kon lopen. Opvallend is de tijdsduur van zijn ziekte, namelijk achtendertig jaar; dat is bijna meer dan de gemiddelde levensduur in die tijd. Er waren toen nog geen sociale verzekeringen, wat waarschijnlijk betekende dat de man in leven moest blijven door te bedelen. Dat is geen pretje! Des te vreemder lijkt de vraag van Jezus: “Wilt u gezond worden?” De man antwoordde dat hij niemand had om hem te helpen in het bad te komen als het water zou gaan bewegen (vs7). Die uitspraak getuigt van een grote eenzaamheid. Een grote nood ook in onze tijd. Toch ben ik er niet zo zeker van dat hij de hele waarheid sprak. Hoe kan een dergelijke zieke man zoveel jaren overleven zonder enige hulp? Heeft hij geen vrienden of familie gehad die zorgden voor zijn primaire basisbehoeften? Hij zei dat niemand hem wilde helpen om op tijd in het bad te komen. Hij geloofde dat dat zijn genezing zou bewerken. Het zou kunnen dat degenen die voor hem zorgden, niet wilden geloven dat hij gezond zou kunnen worden. Het is ook mogelijk dat ze het verhaal van ‘het eerste in het bad komen’ maar bijgeloof vonden, en aan die onzin niet mee wilde werken. Misschien zagen ze de mogelijkheid van wat we tegenwoordig noemen een psychosomatische ziekte niet en dus ook niet het belang van zijn beleving, gedachten en geloof om te genezen bij de beweging van het water. De kracht van suggestie is in onze tijd bekend maar natuurlijk bijbels gezien nog veel meer het geloof in genezing door God. Misschien

herkennen zijn hulpgevers dat hij anders ziek was dan anderen die een ongeval of ziekte hadden en dachten ze misschien zelfs, dat hij zich aanstelde of bewust of onbewust net deed of hij ziek was! Daarom werd de man mogelijk aangetrokken tot de plaats Betzata (Bethesda wat betekent: ‘huis van barmhartigheid’). Hij verlangde naar vriendelijkheid en begrip voor zijn kwaal, die misschien veel diepere emotionele wortels had dan omstanders zouden denken.

Terug naar de vraag van Jezus: “Wilt gij gezond worden?” Het lijkt een domme vraag, maar deze vraag gaat verder dan je denkt. In de eerste plaats vraagt de Here Jezus of de man gezond wil **worden**, niet of hij gezond wil **zijn**. Veel mensen, ook in onze tijd, willen dat God op gebed genezing geeft en denken vaak dat God veel meer zegent door mensen direct gezond te laten zijn, dan door zegening van een proces om gezond te worden. Ze hebben vaak niet de visie dat genezing ook een proces is wat God gebruikt en waar de zieke ook in betrokken wordt om vaardigheden te leren en geloof te oefenen.

Ziektewinst

Eén van de aspecten die door veel mensen bij chronische ziekten vaak niet herkend worden is de mogelijkheid van ziekte-winst waardoor acute klachten zelfs chronisch kunnen worden. Genezing betekent dan ook het opgeven van alle ‘voordelen’ die ziekte kan opleveren. Daarom hechten ook veel chronisch zieken aan het somatisch (lichamelijke) ziekte-etiket en zijn zij vaak niet bereid de psychosociale en emotionele aspecten onder ogen te zien. In de 35 jaar dat ik me met psychosomatiek bezig houd, zie ik steeds minder het verschil tussen een zogenaamde lichamelijke of psychische ziekte. Iedere lichamelijke ziekte heeft psychische en emotionele implicaties en andersom. Kees Meijer heeft in zijn ‘Handboek Psychosomatiek’(1) enkele voorbeelden van ziekte-winst beschreven.

- Primaire ziekte-winst
Het eerste ‘voordeel’ dat de cliënt met zijn klachten kan behalen is dat hij met zijn klacht een alibi heeft om de confrontatie met of de keuze in een



situatie uit de weg te gaan. Daarmee kan hij gevoelens van bijvoorbeeld woede, angst, verdriet en onzekerheid vermijden. De cliënt is door zijn klacht of ziekte geëxcuseerd. Hij kan er ‘niets meer aan doen’ en is niet meer verantwoordelijk. De klacht is een ‘vlucht-euvel’ geworden.

- Secundaire ziekte-winst
Secundaire ziekte-winst verwerft de cliënt als hij via zijn klachten er in slaagt **aandacht** naar zich toe te halen, weg van iemand of iets anders, vooral van een probleem of keuze. Het voordeel van de klacht bestaat dan uit: aandacht en verzorging krijgen en genieten van de vrijstelling van inspanning, arbeid of verantwoordelijkheid.
- Tertiaire ziekte-winst
Ook de partner en het systeem kunnen voordelen van een klacht hebben. Werkelijke conflicten kunnen worden vermeden en de partner kan zich beter, sterker en machtiger voelen in de verzorgende rol. Een man met fobische klachten kan zo, onder het alibi van zijn vrouw te moeten verzorgen, zijn klacht camoufleren. Vaak houden wederzijdse voordelen de klacht in stand en vormen zij een weerstand tegen verandering. Bij behandeling blijken vaak zowel cliënt als partner de ‘voordelen’ van een klacht moeilijk op te geven om de confrontatie met onderliggende gevoelens en conflicten aan te gaan. Daarom is het vaak gewenst de partner of het gezin bij de behandeling te betrekken.

worden?

Psychosomatische bril en de weg naar genezing.



“Heer, als het water gaat bewegen, is er niemand om mij erin te helpen; ik probeer het wel, maar altijd is een ander al vóór mij in het water”.

De term ‘ziektewinst’ suggereert dat cliënten bewuste oogmerken hebben. Dit is veelal onjuist, want veelal gaat het om een onbewust proces, dat begrijpelijk kan worden gemaakt. Klachten zijn vaak het laatste redmiddel voor de cliënt om aan zijn behoeften toe te komen, zijn leven dragelijk te houden of zin te geven. Neem je de klacht en daarmee de ziektewinst weg zonder een alternatief te bieden, dan kan de cliënt wel eens instorten of depressief worden. Geef daarom de cliënt een alternatief voor zijn klacht wat opweegt tegen de voordelen van de klacht, zoals betere oplossingen en vaardigheden of een andere manier om aandacht te krijgen. Aldus Kees Meijer.

Iemand, die achtendertig jaar niet aan de samenleving heeft meegedaan, zoals de man in Joh.5 kan erg opzien naar de keu-

zes, verantwoordelijkheden en vaardigheden die in een nieuwe situatie nodig zijn om aan een gecompliceerde samenleving deel te nemen. Dan is een vraag of de man gezond wil **worden** niet zo vreemd.

Psychosomatische mechanismen.

Verdringing van emotionele problemen in de hersenen leveren wel degelijk uiteindelijk pathologische veranderingen in het lichaam op. Doordat iemand de emotionele problemen niet meer aankan die vaak te maken hebben met eenzaamheid of onveiligheid en het gevoel heeft hieraan ten onder te gaan, schakelen de hersenen

over op een overlevingsmodus. Het komt erop neer dat de hersenen doelbewust lichamelijke klachten veroorzaken via het onbewuste zenuwstelsel om de aandacht van de emotionele problemen af te leiden naar de lichamelijke klachten. Dit gebeurt door vegetatieve reacties van het zenuwstelsel en de bloedvaten. Een en ander leidt vaak tot slechte zuurstofopname in de weefsels met chronische pijnklachten. Dr. Sarno heeft deze reacties beschreven in zijn boek ‘The Mind Body Prescription’ (2). Hij betreurt het dat veel hulpverleners hun hulp beperken tot gedragstherapie en medicamentatie en zich niet bezig houden met de onbewuste, verdrongen emotionele pijnen die vaak ten grondslag liggen aan de chronische klachten. Focussen op alleen de lichamelijke klachten geeft weer ruimte voor andere wisselende klachten. Zie voor een uitgebreide





beschrijving hiervan mijn artikel 'Heel de mens deel 2' (3)

Ziek door zonde?

Over de ziekte van de man in Joh.5 en het ontstaan ervan wordt in het hoofdstuk iets meer informatie gegeven. Als de man genezen is door Jezus en Hij hem later in de tempel tegenkomt zegt Jezus in vers 14: "U bent nu gezond, zondig daarom niet meer, anders zal u iets ergers overkomen". Hier lijkt het of er een relatie is tussen zijn persoonlijke zonde en ziekte. Enerzijds heeft het leven met een rein geweten in gemeenschap met God een genezende invloed en zelfs levensverlengende invloed. Anderzijds geeft de Bijbel ook aan dat de gevolgen van zonde in het algemeen en persoonlijke zonde in het bijzonder tot ziekte kunnen leiden. **Daarmee beweer ik niet dat alle ziekte een gevolg van persoonlijke zonde is.** Veel psychosomatische klachten ontstaan door onverwerkte emotionele problemen of door niet verwerkte trauma's en overbelasting. Er is pas geleden een boek uitgekomen van

de ervaringsdeskundige Nicky Robinson: "Toen ik zweeg..."(4). Ook een videoboodschap van Wilkin van de Kamp bespreekt deze relatie (5).

In het artikel 'Psychosomatiek in het boek Spreuken' (6) ga ik nog wat dieper in op de relatie tussen zonde en klachten. Hier speelt vooral de relatie tussen ons en God een belangrijke rol. Een vreedevolle relatie met een gereinigd geweten is een groot voordeel voor een goede gezondheid.

Spreuken 4:20-22: "Mijn zoon, heb aandacht voor mijn woorden, geef aan mijn uitspraken gehoor. Houd ze steeds voor ogen, bewaar ze in het diepste van je hart. Ze zijn het leven voor wie ze aanvaarden, **sterken heel het lichaam als een medicijn**".

Innerlijke vrede verkrijgt men volgens de Bijbel door het onderhouden van Gods geboden, en het gevolg daarvan is een lang en gelukkig leven.

Spreuken 4:4 zegt: "Laat je hart mijn

woorden bewaren, handel naar mijn richtlijnen, dan gaat het je goed".

Een christen, die alleen ziet op zichzelf of op een ander of op de omstandigheden, maar niet op Christus, zal gebukt gaan onder een schuldig geweten, wat een last is die door het lichaam bijna niet te dragen is. Iemand die Christus niet ziet of kent in zijn wegen, steunt op zijn oude natuur, het oude hart, waaruit niet veel goeds komt. In Marcus 7:21-23 zegt de Here Jezus, dat wat van binnenuit komt, de mens onrein maakt: "Want van binnenuit, uit het hart der mensen, komen de kwade overleggingen, hoererij, diefstal, moord, echtbreuk, hebzucht, boosheid, list, onmatigheid, een boos oog, godslastering, overmoed, onverstand". Hier vinden we de psychosomatische oorzaken duidelijk beschreven. In het bijbelse denken over de wedergeboren mens is het zo, dat de Heilige Geest, die een gelovige ontvangt, onze geest leidt. En onze geest leidt onze ziel en lichaam. Leven we door de Geest, dan zal dat zijn heilzame werking op ons

Niet verwerkte (on) bewuste emotionele spanningen leiden tot lichamelijke klachten

(on)willekeurig motorisch

- Verlamming
- Spierzwakte
- Verlies van stem
- Fibromyalgie
- Chronische vermoeidheid

sensorische veranderingen

- Gevoel of perceptie problemen
- pijn en of tintelen
- gevoelloosheid
- verstijfd
- prikkelingen

Zintuiglijke problemen

- zintuigstoornissen
- blindheid
- tunnel vision
- doofheid
- reukloos

lichaam hebben. Leven we uit het vlees, uit ons oude hart, dan doven en blussen we de Geest en zal wat vanuit het oude hart komt, de mens verontreinigen en ziek maken. De tegenstelling tussen leven door de Geest en vleeselijk leven, en hun werking op het lichaam vinden we in Spreuken 14:30: "Een zachtmoedig hart (leven door de Geest) is leven voor het vlees, maar jaloezheid (vleselijk leven) is vertering voor de beenderen". Of in een andere vertaling: "Een tevreden geest geeft een goede gezondheid, jaloezie knaagt aan je botten".

Vertering voor/van de beenderen is dus te zien als een gevolg van innerlijke spanningen op het lichaam. Uit het bovenstaande blijkt dat bij vertering van de beenderen niet alleen het skelet, maar het gehele lichaam pijn doet en door zonde is aangetaast. Eén van de meest voorkomende oorzaken van innerlijke spanningen waaraan veel christenen lijden, zijn niet beleden zonden. Veel psychosomatische klachten vinden hier hun oorsprong.

Spreuken 28:13: "Wie zijn fouten verbergt, zal geen voorspoed kennen; maar wie ze toegeeft en vermijdt, krijgt vergeving".

Net als in de Psalmen 51, 38 en 32 spreken de Spreuken over lichamelijke ongemakken door emotionele reacties van een neergebogen geest.

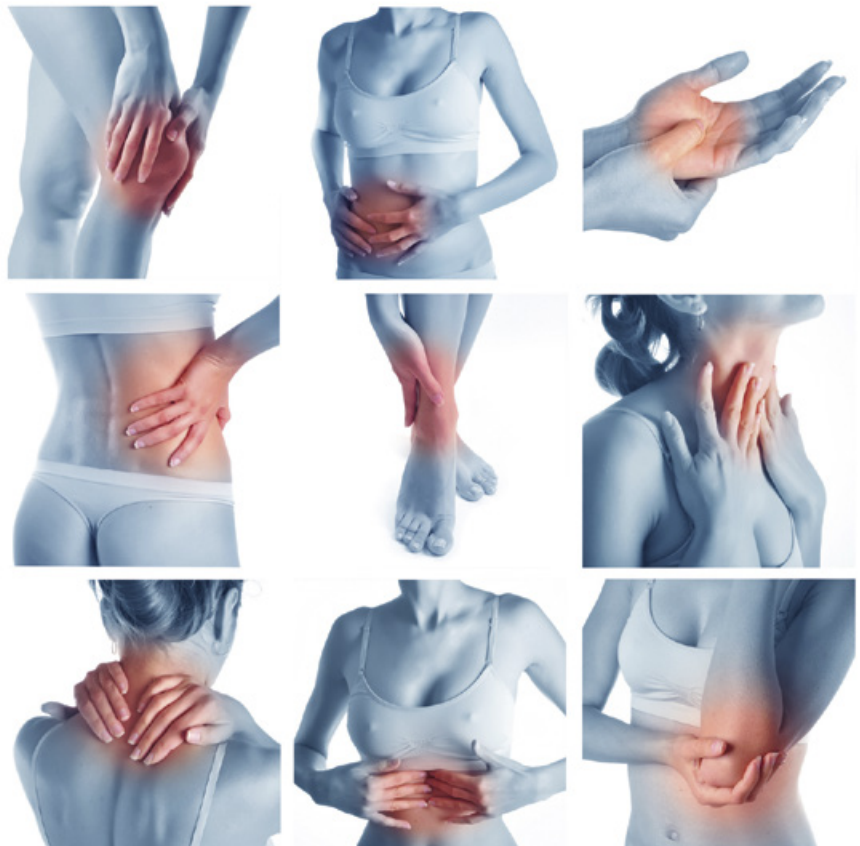
Belijden

God is een heilige God, die geen zonde in Zijn nabijheid duldt, die geen gemeenschap heeft met het vleeselijke leven waarin ons lichaam niet geleid wordt door de heilsame werking van de Heilige Geest, maar door onze (oude) geest.

Psychosomatische klachten op grond van niet beleden zonden zijn voor de Here, die alles doorziet, een gruwel.

Spreuken 5:21-23:

"De Heer ziet alle wegen die een mens bewandelt, al zijn stappen slaat Hij gade. ➔





Wie kwaad doet, zet voor zichzelf een val, hij raakt verstrikt in de koorden van zijn zonde. Omdat hij weigerde te luisteren naar een wijze les, verdwaalt hij in zijn eigen dwaasheid en wacht hem de dood”.

Schuld belijden is bij deze psychosomatische klachten de remedie die verlichting en blijdschap geeft. De Bijbel geeft een beeld van een dergelijke situatie, maar ook een oplossing. In Psalm 32 wordt gewag gemaakt van een mens die zijn problemen en vooral zijn schuldvraag wegduwt.

”Zolang ik zweeg, teerden mijn botten weg, kreunend leed ik, de hele dag. Zwaar drukte uw hand op mij, dag en nacht, mijn kracht smolt weg als in de zomerhitte” (Ps. 32 vers 3,4).

Het is een treffend beeld van psychosomatische klachten zoals depressiviteit (Uw hand drukte zwaar op mij, de levens-

vloeistoffen, gewrichtsvocht, speeksel etc. drogen op in het lichaam, het lijkt of het verouderingsproces snel toeneemt). Het is opvallend dat deze oude psalm de lichamelijke én innerlijke gesteldheid zo met elkaar in verband brengt. Ze geeft tegelijkertijd ondubbelzinnig de weg aan, om niet in zulke situaties te komen, of, als we er al in verkeren, er radicaal uit bevrijd te worden. De weg die we gaan moeten, is steeds de weg tot God. Niet in de zin dat we moeten ‘jammeren’ over onze narigheden (vers 3b), maar: “Laten uw getrouwen tot u bidden, als zij in zichzelf een zonde vinden” (vers 6a)”. De Here God zal dan blijken niet een veroordelende of wrekende God te zijn, maar een ontfermende God, zoals Hij Zichzelf heeft doen kennen in Christus Jezus, onze Heiland.

“Bij u ben ik veilig, u behoedt me in de nood en omringt mij met gejuich van bevrijding”.

Hij zal een schuilplaats voor ons zijn en een toevlucht in onze benauwdheden (vers 7); en nog geweldiger: “Hij zal ons omringen met jubelzangen van bevrijding. Hij zal ons leren en onderwijzen aangaande de weg, die we moeten gaan” (vers 7b, 8). Belijden wil zeggen: hetzelfde zeggen wat God zegt over de zonde. Alleen door zijn zonden te belijden, kan een mens rechtvaardig voor God staan (in gemeenschap), of zoals Spr. 15:13 zegt: “Een vrolijk hart brengt een lach op het gezicht, een verdrietig hart pijnigt de geest”.

Als een wedergeboren mens vrijmoedig tot God nadert, met een waarachtig hart, in de volle verzekerdheid van het geloof, met een hart dat door besprenging (belijdenis) gezuiverd is van besef van kwaad, en een lichaam, dat gewassen is met zuiver water (door het waterbad van het Woord) (Hebr. 10: 22), dan wordt het hart blij en verheugd in de Heer en zal het medicijn wezen voor het vlees en lafenis voor het gebeente. Of, zoals Spreuken 17:22 zegt:

”Een vrolijk hart bevordert een goede gezondheid, een sombere geest verzwakt het lichaam”.

Bij het belijden van zonden behoort ook het berouw hebben en afstand nemen van de zonde. De zonde mag nooit gebaggatelliseerd worden, want dat maakt de problemen alleen maar groter.

Jac. 4: 8b-10: “Reinigt uw handen, zondaars, en zuivert uw harten, gij, die innerlijk verdeeld zijt. Beseft uw ellende, treurt en weent, uw gelach moet veranderen in treurigheid, en uw vreugde in neerslachtigheid. Venedert u voor de Here, en Hij zal u verhogen”.

Zijn de gezondheidsklachten een gevolg van zondig gedrag, dan is een voorwaarde voor genezing het belijden van onze zonden. Een gebrek aan realiteitsbesef wordt in Spreuken 25:20 als volgt voorgesteld: “Als je zingt voor iemand die bedroefd is, is het of je je ontkleedt op een koude dag, of azijn op loog giet”.

We moeten dus niet ‘namaak’-blij zijn met een treurig hart. Er is slechts één oplossing voor een geest en een lichaam die neergedrukt worden door de last van de zonden. Dat is gaan tot de genadetron van God, en voor God de ware aard en last van de zonde uit te spreken om zo door vergeving vrij te staan in de gemeenschap met de Heer. Dit gebeurt niet door allerlei ‘buitenkant’-therapieën, zoals werk- of speltherapieën die de mens een tijdje afleiden, zodat hij niet meer aan de zonde denkt. Ook een tijd lang hard werken of zich storten in allerlei futiliteiten, richt de verslagen geest van iemand

Toen ik zweeg...

Een andere kijk
op rugpijn en
lichamelijke
klachten

NICKY ROBINSON

die gebukt gaat onder de last van een schuldig hart, niet op.

De man in Betzata

We hebben misschien niet alle informatie in die paar zinnen in Johannes 5 over de aard van de ziekte. Jezus zou misschien een langer gesprek met deze man gehad kunnen hebben wat niet in het Johannes evangelie is opgetekend. De Heer zou misschien met hem gesproken hebben over zijn eenzaamheid, angsten of andere emotionele pijnen. Hij zou hem misschien aangemoedigd hebben om anders te denken en om in alle moeilijke vooruitzichten en verantwoordelijkheden, die hij nooit geleerd had, en waar hij bij een genezing tegen op ziet, te leren op God te vertrouwen. Misschien heeft Jezus hem aangemoedigd het verlies van zoveel jaren, van zoveel dingen die hij daardoor gemist had, bij Hem te brengen om samen

met Hem dit allemaal te leren verwerken. Misschien heeft Jezus hem duidelijk gemaakt waarom de mensen die hem voedsel brachten hem niet naar het bad gedragen hebben. Hoe dan ook, Jezus had medelijden met hem en gaf hem genade. "Sta op, neem uw matras op en wandel". Om daarna te zeggen: "Kijk goed uit! Zondig niet meer"

Wat kunnen wij ervan leren?

Hoe kan ik deze woorden toepassen in mijn leven? Vaak hebben we de neiging onszelf te beklagen en zijn we vol angst omdat we controle in ons leven verliezen. Dit zelfbeklag brengt ons niet dichterbij God. Ik denk dat God er ook niet blij mee is. Zelfbeklag is vaak schijnvroom gekweel. Misschien zijn we niet zo erg gehandicapt als de man in Betzata, maar toch kan (emotionele) stress een ziekmakend effect op onze gezondheid

hebben. Ook wij moeten leren om in alle omstandigheden op hem te vertrouwen en steunen. In Fil. 4: 11 zegt Paulus: "Ik zeg dit niet omdat ik tekort kom, want ik heb geleerd in alle omstandigheden mijzelf genoeg te zijn. Ik weet wat het is om armoede te lijden, ik weet ook wat het is om in overvloed te leven. Ik ben volledig ingewijd. Ik kan volop eten en ik kan honger lijden, ik kan in overvloed leven en ik kan armoede lijden. Ik kan alles aan, dankzij Hem die mij kracht geeft."

Gehoorzaamheid en afhankelijkheid aan Jezus is het hoogste doel in ons leven. Jezus was barmhartig en tegelijkertijd heel direct tegen zieke mensen. Hij kan knuffelen en bestraffen tegelijkertijd. Dat is ook een opdracht voor alle christenen (en hulpverleners) om mensen met zwakheden in liefde tegemoet te treden, niet door ze naar de mond te praten, ook niet door boven hen te staan, maar naast hen te staan en hen te dienen in liefde en waarheid.



© Gerard Feller, sept. 2014

Noten:

- 1) Kees Meijer. Handboek Psychosomatiek 2003 HB-uitgevers Baarn. ISBN 90 5574 062 4
- 2) Joe E. Sarno, The Mindbody prescription. Warner books 1998 New York
- 3) Gerard Feller, Bijbels Holisme in de gezondheidszorg 2002, Stichting Promise Oudewater, ISBN 90 74507 07 7; zie ook internet: <http://www.stichtingpromise.nl/psychosomatische-onderwerpen/heel-de-mens-deel-2.htm>
- 4) Nicky Robinson. Toen ik zweeg... Een herstel van jarenlange rugpijn en andere lichamelijke klachten door verwerking van emotionele trauma's. Oasis Editions Cross links services 2014, ISBN 978-9-08603-073-6
- 5) Wilkin van der Kamp, Bijbels licht op psychosomatische ziekten. CrossLight media Postbus 32,7120 AD Aalten
- 6) Gerard Feller: website Stichting Promise: Psychosomatiek in het boek Spreuken. <http://www.stichtingpromise.nl/psychosomatische-onderwerpen/psychosomatiek-in-het-boek-spreuken.htm>

Tien belangrijke dingen die th nooit geleerd hebben. (deel 1)

Een toespraak van dr. Jim Wilder op de ACT conferentie in 2014.

Samenvatting

Door de vooruitgang van het hersenonderzoek zijn de laatste jaren belangrijke inzichten verkregen over de vorming en ontwikkeling van de hersenen als een belangrijk onderdeel van de menselijke identiteit. Het brein wordt vooral gevormd door de oefening en ervaring die het opdoet door interacties in verbonden relaties met meer volwassen hersenen. Hoe meer de volwassen hersenen van opvoeders een stempel gedrukt hebben op de relationele vaardigheden die nodig zijn voor de menselijke persoonlijkheid en vroege relaties, des te groter zal de invloed zijn op de capaciteiten van de jonge hersenen. Welke invloed heeft dit proces van vaardigheidstraining op de opleiding van jonge therapeuten en hun vaardigheden en biedt het een kader voor therapeutische taken waarmee artsen geconfronteerd worden?

Vaardigheidstraining

Het integreren van het geloofsleven in de fysiologie van de neurologie is iets wat bij het universitaire onderwijs van de meeste therapeuten ontbreekt. Centraal in het geloof en de neurologie staat de vraag hoe de mens zich moet ontwikkelen en hoe een goede ontwikkeling van lichaam en ziel bereikt moet worden. Het debat tussen therapeuten over de vraag of iets aangeboren is of ontwikkeld, heeft geleid tot veel onzin in de discussie over natuur versus opvoeding. We zijn nu tot de ontdekking gekomen dat de chemie, vorm en functie van de hersenen ontwikkeld worden door interacties met anderen gedurende de eerste twee levensjaren. Tegelijkertijd zien we dat ervaringen de epigenetische functies die het DNA activeren (inclusief retrotransposons), leiden tot veranderingen die van de ene generatie aan de andere doorgegeven worden via het DNA. Ook zien we dat genen die een risicofactor zijn voor een getraumatiseerd kind in een gezonde omgeving gunstig beïnvloed worden. Als je bedenkt dat ingrijpende veranderingen in de identiteit vaak geïnitieerd en begeleid worden door geloofservaringen, dan realiseer je je, dat onze positie als therapeut in het onderwijs niet duidelijk is vastgesteld. Hoe moet een therapeut zijn persoonlijke

bijdrage in dit veranderingsproces zien en begrijpen?

In de loop der jaren hebben veel post-universitaire programma's verschillende methoden aangeboden om therapeuten op te leiden. Sommige scholen, zoals die van mij, boden een allegaartje van theorieën aan, waar je zelf uit mocht kiezen. Andere scholen, zoals de grote christelijke universiteit vlakbij, leerden slechts één model in de hoop op een ontwikkeling in die methodologie. Het doel is studenten te selecteren door het aanmoedigen van persoonlijke therapie, wat bij sommige programma's zelfs een vereiste is, in de hoop dat ze in de loop van de tijd zich dingen eigen maken voordat ze in stages 'losgelaten' worden op 'echte' mensen. Er is nooit duidelijkheid geweest over 'wat er nodig is' om een effectieve therapeut te worden of hoe een afgestudeerde student beoordeeld moet worden ten aanzien van specifieke karaktereigenschappen die nodig zijn voor het uitoefenen van het vak. De jaren negentig van de vorige eeuw was het decennium van de hersenen; er werden enkele concrete antwoorden gevonden op het gebied van regulatie, beïnvloeding en ontwikkeling van het zelf en het onderhouden van voorwaarden voor veilige relaties. Deze vaardigheden zijn nodig voor alle mensen in alle culturen en talen van de wereld. De manier waarop het geuit wordt, varieert net zoals de sociale regels over hoe ze gebruikt worden, maar overal zijn dezelfde relationele vaardigheden van de hersenen nodig voor alle menselijke wezens. Studies toonden aan hoe en wat noodzakelijk is voor een goede ontwikkeling; dit resulteerde in een lijst van relationele vaardigheden en wat er voor nodig is een therapeut te zijn die anderen daarin kan helpen. Een groot deel van die wetenschappelijke ontwikkeling staat op naam van dr. Allan Shore Ph. D, die de ontwikkelingspsychologie, de hechtingstheorie en de neurologie geïntegreerd heeft. De eerste publicaties verschenen in 2002, lang nadat de meeste van ons de universiteit verlieten en lang nadat postuniversitaire studies ontworpen werden voor het ontbreken van een dergelijke kennis. Wat zijn nu de meest wezenlijke therapie-aspecten die in uw opleiding niet verteld zijn?

De verwachting is dat het tot 2020 zal

duren voordat in de academische wereld deze kennis in de praktijk geïmplementeerd kan worden in scholingsmodellen. De dringende behoefte aan effectieve toepassingen in het klinisch werk heeft veel therapeuten aangemoedigd om hun interventies te wijzigen op basis van deze nieuwe kennis, door deze kennis met anderen te delen en door permanente scholing. In tenminste één model, het zogenaamde Life Model, werd het hele kader van veranderingen opnieuw ontworpen waarbij zowel de theologie als hersenwetenschappen gebruikt worden in verschillende culturen zonder direct een westers wereldbeeld te verspreiden. Ik zal het kader van het Life Model gebruiken voor wat ik in dit artikel duidelijk wil maken. Het doel van het Life Model is een zichzelf versterkend transformatie- en herstelproces, als een normale functie van de kerk, maar ook een model wat werkt in het klinische veld.

Het Life Model

Ondergetekende en collega's ontwikkelden een werkend model voor transformatie, genaamd het Life Model. Dit model omvat drie belangrijke aspecten die niet vaak samen gevonden worden:

- 1) Ontwikkeling van een multigenerationele individuele en een groepsidentiteit.
- 2) Een Immanuel levensstijl waarin door de interactieve aanwezigheid van God in het heden, onze relaties in overeen-



erapeuten in hun opleiding



Het brein wordt vooral gevormd door de oefening en ervaring die het opdoet door interacties in verbonden relaties met meer volwassen hersenen.

- stemming met Hem gebracht worden.
- 3) Vervanging en ontwikkeling van relationele vaardigheden van hersenfuncties als deze ontbreken bij individuen, gemeenschappen en culturen.

Van deze drie componenten zijn de hersenvaardigheden vaak het minst begrepen. Het Life Model onderscheidt 19 vaardigheden die essentieel zijn voor een goede functionerende identiteit. De THRIVE en CONNEXUS trainingsprogramma's werden ontwikkeld onder het Life Model om die relationele vaardigheden te herkennen en te trainen, op een manier die ten goede komt aan een gemeenschap. We kunnen in dit artikel niet een uitgebreide analyse geven, maar willen tien dingen benoemen die u op school waarschijnlijk nooit geleerd hebt, maar die je iedere dag in je werk als therapeut nodig hebt.

Het ontwikkelen van de enkele essentiële relationele vaardigheden in de hersenen. Kunnen we diagnosticeren welke vaardigheden wellicht ontbreken om ze vervolgens te herstellen? Als we nu een telefoontoestel aangeboden krijgen die niet alle cijfers bevat, zouden we onmiddellijk zeggen: "Er zit geen 7 op dit toestel". We zouden dat onmiddellijk herkennen, omdat we weten hoe een toetsenbord eruit moet zien. De relationele vaardigheden van de hersenen zijn meestal non-verbaal en werken sneller dan het bewuste denken. Onderzoekers in de jaren negentig

zoals Antonio Damasio MD vroegen zich af hoe je die vaardigheden kon lokaliseren en meten. In onze tijd kunnen weinig therapeuten herkennen dat 'vaardigheid nr.7' ontbreekt of niet goed functioneert. We gaan eerst die vaardigheid oefenen voordat we beginnen met het counsellen van echtparen of het oefenen van ouderschapstraining. De meeste therapieën besteden maar weinig aandacht aan vaardigheidstrainingen en passen bijgevolg voor iedereen dezelfde methode toe. Het merendeel van de relationele vaardigheden van de hersenen zijn onderdeel van de affectregulatie, verwerking van de realiteit en identiteitsvorming, dit is de basis waarop hogere vaardigheden gebouwd worden. Wanneer elementaire relationele functies zoals interactieve emotionele regulering ontbreken of verstoord zijn, zullen de hogere hersenfuncties niet goed functio-





neren of gestrest zijn. We kunnen bijvoorbeeld constateren dat iemand vrij goed functioneert als hij of zij alleen is, maar dat in aanwezigheid van anderen relaties vaak onder druk staan en de emotionele regulatie, het tot rust komen in een relatie, herhaaldelijk mislukt. Als dit goed tot ons doordringt, moeten we beseffen dat therapeuten als belangrijke voorwaarde om hun werk goed te doen, de volledige lijst van relationele vaardigheden moeten beheersen. Scholing van therapeuten zal er op gericht moeten zijn om zwakke plekken op dit gebied te identificeren en te leren hoe je de ontbrekende vaardigheden moet verwerven en doorgeven aan anderen. Succesvolle therapie is gebaseerd op het kennen van relationele vaardigheden die nodig zijn voor de communicatie van mens tot mens, van brein tot brein. Clinici zouden opgeleid moeten worden om de structuur, chemie en functionele configuratie van het brein te veranderen, om zo nieuwe vaardigheden te ontwikkelen en deze voorrang te geven. Over welke soort hersenvaardigheden hebben we het nu? Een vaardigheid die we nodig hebben is het vermogen om in relatie tot onszelf en tot anderen tot rust te komen. En om onze gemoedstoestand te synchroniseren met anderen, en in de vaardigheid om in een staat van grote opwinding tot rust te komen en niet door anderen overweldigd te worden. Deze laatste vaardigheid traint de 'intelligente' tak van de nervus vagus en is nodig om huiselijk geweld, kindermis-

handeling en gewelddadige seksualiteit te voorkomen. Vreugdevolle voorwaarden zijn nodig om deze vaardigheden te leren, te oefenen en door te geven aan de volgende generatie. Als een baby geboren wordt, 'popelen' de hersenen om in vreugde te groeien en in het eerste jaar van hun leven in die staat te blijven, voor zover dit mogelijk is op deze planeet. Het vasthouden van vreugde blijkt moeilijker te zijn dan met vreugde te beginnen, en hierdoor ontstaan de meeste problemen. Als de mens vreugde ervaart, anders gezegd: als de hersenen vreugde ervaren in de zin van 'we zijn bij elkaar te zijn' dan is het onmogelijk om vreugde in onze relatie te verliezen. Het is gemakkelijk om verliefd te worden, maar veel moeilijker om die vreugde de komende 50 jaar samen vast te houden. Misschien is het zo dat bij de meerderheid van de mensen die hulp zoeken in therapie, de vreugde in hun relaties met partner, ouders, kinderen of werksituatie verdwenen is. We zullen zeker ervaren dat er veel momenten zijn waarbij we zelfs bij de meest vreugdevolle relatie, toch niet blij zijn. Omdat we simpelweg niet voortdurend in een staat van vreugde kunnen blijven, moeten oplossingen gevonden worden om zo snel mogelijk de weg naar vreugde terug te vinden. Deze paden terug naar vreugde zijn in werkelijkheid zenuwbanen die tussen verschillende hersengebieden van onprettige emoties naar relationele vreugdevolle centra ontwikkeld

moeten worden. Deze gebaande wegen in het brein groeien uit tot een aangeleerde vaardigheid. We komen hier later bij punt 5 tot 10 in het vervolgartikel op terug.

1) Het oefenen van de rechterhersenhelft communicatie.

Om relationele vaardigheden van het brein te produceren en te communiceren moet er een wederzijds bewustzijn van getrainde en ongetrainde hersenen gecreëerd worden. 'Rechterhersenhelft naar rechterhersenhelft'-communicatie maakt gebruik van non verbale signalen die sneller dan het bewuste denken werken. Dit wederzijdse bewustzijn wordt in de psychoanalytische literatuur 'intersubjectiviteit' genoemd. In het werk van Daniel Siegel MD wordt dit 'mind-sight' genoemd. De hersensystemen die nodig zijn voor deze communicatie worden door Karl Lehman MD 'relationele circuits' (RC's) genoemd. Hij heeft een simpele manier ontdekt om te weten of die circuits op een bepaald moment actief zijn. Om te weten hoe je er toegang toe krijgt en er in kunt blijven, zul je van moment tot moment moeten werken aan deze communicatie door het ontwikkelen van empathie, voorwaardelijke communicatie, motivatie, onderling bewustzijn, emotionele regulering en het beoefenen van relationele therapieën en het oplossen van trauma's. Rechterhersenhelft-communicatie zou een goede vaardigheid zijn om in opleidingen te begrijpen en te oefenen. Tijdens mijn universitair onderwijs besteedden we enkele weken aan Rogeriaanse therapie die ook rechterhersenhelft-communicatie vereist (maar niet traint). Toen we leerden te verwoorden wat we dachten te zien, werd al gauw duidelijk dat niet iedereen op emotioneel niveau hetzelfde waarnam. Zelfs de over het algemeen succesvolle studenten hadden moeite om sommige gevoelens bij anderen te lezen, maar niemand wist waarom. Hadden we toen geweten wat we sindsdien over het brein geleerd hebben, dan hadden we studenten met problemen op dit gebied beter kunnen helpen. Nu kunnen we gemakkelijk met behulp van eenvoudige vragen leren onze RC's (relationele circuits) te monitoren (zie bijlage 1). Het trainen van de rechterhersenhelft-communicatie vereist bepaalde voorwaarden bij de therapeut zelf. Ook de hersenen zijn sterk afhankelijk van de juiste conditionele voorwaarden. Rechterhersenhelft-communicatie werkt het beste in face tot face interacties en wordt verlaagd of zelfs geblokkeerd



bij situaties waarin er meer dan 200 milliseconde vertraging in de communicatie is. Aangezien de gemiddelde persoon in de Verenigde Staten in 2014 meer dan 4 uur op een dag televisie kijkt en nog eens 4 uur per dag geconfronteerd wordt met een op tekst-gebaseerd communicatieapparaat zoals ipad, computer, mobiel etc., is het waarschijnlijk dat de communicatievaardigheden van zijn rechterhersenhelft sneller verdwijnen dan de regenwouden in de wereld.

2) Nagaan op welke manier en volgorde de hersenen gebeurtenissen verwerken en trauma's oplossen.

Laten we eens aannemen dat er vijf belangrijke stadia zijn in de verwerking en ervaring van de hersenen, die altijd op dezelfde manier en volgorde genomen worden en die ook in iedere stap geblokkeerd kunnen worden. Bij een autowasprogramma zou dat zijn: a) inzepen, b) schrobben, c) spoelen, d) drogen, e) details bijwerken. Het is voor iedereen duidelijk dat het veranderen van de volgorde van invloed is op het uiteindelijke resultaat. Net zoals het verbeteren van het schrobben geen invloed heeft op het drogen. De hersenen proberen op dezelfde manier problemen op te lossen door emoties, relaties en gebeurtenissen te verwerken. Een zorgvuldige aandacht voor de verwerkingsorde zal helpen de

problemen op te lossen. Misschien is de belangrijkste bijdrage van het Life Model het regelen van de volgorde en selectie van veel bekende interventies ten aanzien van de werking van de hersenen.

Een eenvoudige illustratie van de therapie begint met de observatie wanneer veilig gehechte kinderen overstuur raken en vervolgens zichzelf spontaan tot rust brengen en zichzelf troosten. Validatie of waarheidsbevinding houdt in het nauwkeurig erkennen en aanvoelen hoe groot het probleem is dat gevoeld wordt. Door troost ga je merken dat het probleem grenzen heeft. Vanuit een brein perspectief is dit te zien als twee functies van zenuwsystemen: namelijk dingen samen associëren (wat hoort er bij deze ervaring?) en het juist gescheiden houden van wat we niet associëren (wat is geen aspect van deze ervaring?). Als men probeert de volgorde om te draaien door eerst gerust te stellen en te beginnen met 'het kon erger zijn geweest' of 'het is niet zo groot', is het gevolg een onmiddellijke weerstand tegen troost. Maar als we eerst nauwkeurig de naam en de grootte, de omvang, de intensiteit en het belang en emotionele inhoud van een ervaring verwoorden, dan kunnen we verder gaan. De confident zal ons zelf vertellen of we de situatie overdrijven. En dan zijn we in staat

om na te gaan wat niet thuis hoort in deze emotionele gebeurtenis. De volgorde is belangrijk in het verwerkingstraject van onze de hersenen. We hebben ontdekt dat door borderline patiënten te leren deze verbale validatie en troost voor zichzelf hardop uit te spreken, er na vier weken oefenen in de dagelijkse praktijk nauwelijks nog noodroepen naar therapeuten en vrienden plaatsvonden. Een beginnersfout die de meeste van ons tijdens de training moesten leren was om de hersenen in een onstabiele toestand (verre van goed bevestigd, stabiel of relationeel) te leren hoe ze met anderen, ouders of zelfs trauma's om moeten gaan. Een betere volgorde is om eerst de hersenen te leren 'zich' te stabiliseren en pas te leren met problemen om te gaan als ze tot rust gekomen zijn. Hersenen zullen gewoonlijk in een rustige toestand hun relationele circuits (RC's) beter draaiende kunnen houden. In deze stabiele configuratie, die veel lijkt op een veilige verbondenheid, is het voor de hersenen gemakkelijk om gebeurtenissen te verwerken, die de maximale emotionele trainingscapaciteit in een relatie niet overschrijden. De eenvoudige vaardigheid van het resetten van het zenuwstelsel naar normaal (na stress, ontbering of trauma) werd in de meeste opleidingen niet geleerd.





Laten we kort stil staan bij hoe je de hersenen kunt 'resetten'. De hersenen bepalen de eerste 18 maanden van het leven wat normaal, rustig, angstig, depressief, onrustig of een andere onplezierige emotie is. We kunnen in dit artikel niet uitgebreid stilstaan bij de theorie, maar om het zenuwstelsel te resetten tot normaal moet iemand leren zichzelf te kalmeren (d.w.z. trainen van de nervus vagus, d.w.z. het dempen van het vegetatieve systeem) en daarna moet iemand geleerd worden minstens 5 minuten het gevoel van rust en waardering vrijwillig vast te houden. Dit kan de eerste keer voor veel mensen bijzonder moeilijk zijn. Zodra dit lukt, moet men dit 's ochtends, 's middags, en 's avonds 5 minuten oefenen. Het zenuwstelsel realiseert zich al snel dat dit gevoel van persoonlijke controle beter is dan wat vroeger normaal was en zal zijn gevoel van normaal opnieuw instellen naar de nieuwe staat. Als dit proces van rust en waardering triviaal lijkt en zonde van de tijd (zoals ik er vroeger ook over dacht), is het goed om te vernemen dat het onderwijzen van deze vaardigheid vóór het begin van traumaverwerking, de noodzaak van ziekenhuisopnames in mijn praktijk geëlimineerd heeft!

De meeste methoden voor het herstel

van trauma's beginnen met het herstel in de meest onstabiele configuratie en proberen daar gelijk rust te brengen. Dat is een verkeerde volgorde en een lange weg in de therapie. Klinische ervaring leert dat wanneer in de traumaverwerking eerst geleerd wordt relationele circuits (RC's) te activeren en vast te houden, dat de tijd die nodig is om de traumatische gebeurtenis te verwerken ongeveer één zesde is van de tijd die nodig is om dezelfde trauma's te verwerken met een onstabiele hersenconfiguratie! Een goed werkende RC functie is een geweldige bescherming van traumatherapeuten tegen decompensatie en secundaire PTSS (posttraumatische stress)

3) Werken aan identiteit in plaats van het stoppen van de pijn

Hoewel niemand dat openlijk beweerde, was het merendeel van mijn training gericht op het helpen oplossen van moeilijke situaties. Het merendeel van de patiënten kwam vanwege (psychische) pijn, en zij vertrokken pas als die pijn verminderd was. Wendy Maltz M.A. vertelde op een conferentie in de jaren negentig dat ze met sekstherapie vrouwen leerde een plezierig seksleven te hebben. Ze ontdekte toen dat de meeste van haar cliënten seksueel misbruikt waren. Na tien jaar

behandelingen van de gevolgen van seksueel misbruik viel het haar op dat de meeste vrouwen nog steeds niet van seksualiteit konden genieten, zelfs nadat veel van hun trauma's opgelost waren. Het stoppen van de pijn had er niet toe geleid dat ze een vreugdevol leven konden leiden. Jean LaCour PHD stelde op een conferentie in 2003 de volgende vraag: Wat is er gebeurd op het gebied van vreugdevol herstel? Ze vroeg zich dit af nadat ze geconstateerd had dat een groot deel van de AA (Alcohol anonyms) leden na onthouding (abstinentie) nog steeds weinig vreugde kende. Het brein bereikt geen stabiliteit door de afwezigheid van pijn, maar door de aanwezigheid van een *identiteit* die weet hoe het is om te lijden maar tegelijkertijd relationeel weet te blijven. Door de volgorde van verwerking van ervaringen van de hersenen kunnen we zien hoe dat stabiele gevoel van identiteit is opgebouwd. We beginnen met een relationele gehechtheid van iemand die er vreugde in schept bij ons te zijn. Daarna zoeken we mensen waar we om geven en waar we stressvolle emoties mee kunnen delen totdat we ontdekken hoe we onszelf kunnen zijn. Deze gedeelde ervaring met anderen stelt ons in staat woorden en verhalen te formuleren over wie we

zijn in het licht van die levenservaringen. Als dit proces niet helemaal voltooid is, blijven we prikkelbaar en onrustig totdat de gebeurtenis (of herinnering) uit ons actief bewustzijn verwijderd is. Het is niet alleen mogelijk maar ook waarschijnlijk dat we allemaal sommige relationele hersenvaardigheden missen die nodig zijn om ervaringen te verwerken. Laten we eens kijken naar enkele implicaties. Stel dat we iets missen van onze volwassen identiteit in de zin dat we ons nauwelijks bewust zijn van hoe God ons geschapen heeft hoe we volgens Hem kunnen leven.

Ef.2:10 zegt: "Want Zijn maaksel zijn wij, in Christus Jezus geschapen om goede werken te doen, die God tevoren bereid heeft, opdat wij daarin zouden wandelen". De eerste gevolgtrekking van deze tekst is, dat als we moeten handelen zoals God ons gemaakt heeft, we full time met goede werken bezig zijn. De tweede implicatie van het feit dat we niet weten wie we zijn, is dat we niet handelen zoals we werkelijk zijn, en er niet in slagen goede werken te doen.

Deze waarneming heeft vooral zijn betekenis in het woord 'goede werken'. In het Grieks wordt het woord 'poiema' gebruikt, wat poëzie betekent. Bijbelse poëzie is geen woordenspel van rijmende klanken zoals in het Engels, maar het gaat om rijmende ideeën en gedachten. Het tekstgedeelte laat vooral zien dat we in Christus zijn op een manier waarop onze gedachten overeenkomen (rijmen) met Gods gedachten en wij aldus zullen handelen zoals we zijn en goede werken doen waarvoor we geschapen zijn. Rijmende gedachten zijn heel wat anders dan de religieuze manier van werken om principes uit de Bijbel te halen en deze te herleiden naar vooronderstellingen over hoe God denkt. Als je mij wil volgen in het verkeer van Los Angeles door het analyseren van mijn rijstijl en de plaatsen waar ik in het verleden overall geweest ben en met welk doel en vervolgens blindelings zou aannemen welke weg ik deze keer zal gaan, zou je niet helemaal zeker weten (in rijm zijn) waar ik deze keer naar toe zou gaan. Zo moet het duidelijk zijn dat we voor onze werkende identiteit de actieve aanwezigheid van God in onze ervaringen nodig hebben. Terwijl we toch de verzekering hebben dat God altijd bij ons is, laten de meeste van onze belangrijke ervaringen die ons leven bepalen geen spoor zien van die realiteit.



Zonder een goed functionerende RC lukt het niet Gods aanwezigheid of het bereiken van een gemeenschappelijk bewustzijn (rijm), waar God met ons is (Immanuel), te ervaren. Als we zo naar traumatische ervaringen kijken, zullen we ontdekken dat in elk traumatisch geheugen de persoon zich niet bewust is van Gods actieve aanwezigheid. Dit geldt voor alle traumatische herinneringen die nog steeds posttraumatische stresssymptomen triggeren. Om een traumatische gebeurtenis op te lossen moet je in een mentale toestand komen waar je niet meer in bent. Zodra deze werkelijkheid gedeeld wordt met een betrouwbare ander, beginnen we ons af te vragen wat het betekent om onszelf te zijn, en wat onze gevoelens en handelingen zijn in het licht van die vreselijke gebeurtenis. Wanneer we zo het trauma beginnen te verwerken, zal het eerst lijden veroorzaken. Maar in plaats van ons alleen te voelen en weer terug te gaan in de nare gebeurtenis, kunnen we nu lijden en leren van de gebeurtenis die nu in het verleden ligt. In deze relationele setting kunnen we van God en anderen leren wie we zijn zoals God ons geschapen heeft. Op voorwaarde dat wij, onze hersenen, in staat zijn om Gods actieve aanwezigheid te ervaren in een wederzijdse 'mindsetting' waar we ons begrepen voelen door God die ons lijden en onze vreugde deelt. De bewustwording van de wederzijdse mindsetting met God is ook een aangeleerde vaardigheid van de hersenen en dat gaat het beste door gemodelleerd en getraind te worden door hen die zich bewust zijn van Gods aanwezigheid. Op een dergelijke manier leren we onze diepste identiteit kennen,

zelfs in de aanwezigheid van stress in ons leven. Neurologie en spiritualiteit ontmoeten elkaar, hebben met elkaar te maken! Verrassend is het soms dat kleine gebeurtenissen relationeel niet goed verwerkt worden en ons gevoel verward en vertroebeld hoe we moeten handelen zoals God ons geschapen heeft. Een van de meest voorkomende oorzaken is dat ons nooit geleerd is hoe we relationeel kunnen zijn, en onze relationele circuits actief kunnen houden in aanwezigheid van zes onplezierige gevoelens in onze hersenen. Als deze gevoelens ons triggeren, worden onze relationele zin en onze identiteit onmiddellijk verstoord en neemt de wens om die gevoelens te stoppen het over.

Wordt vervolgd (DV). In het volgende Promiseblad zullen we de zes negatieve gevoelens, waar we aan vastzitten, benoemen en de resterende 5 belangrijke dingen bespreken die ons nooit in onze opleiding verteld zijn.



© Dr. Jim Wilder

Een toespraak van dr. Jim Wilder op de ACT conferentie in 2014.

© vertaald door Gerard Feller

Buitenaardse intelligentie, Ext

Zou buitenaards intelligent leven de ondergang van het chri

Inleiding

Op 1 februari 2011 kondigde het Kepler-team van de NASA dat ze 1.235 (inmiddels gaat het al richting de 2000) kandidaat-planetten had ontdekt rond andere sterren. Deze planeten buiten ons eigen zonnestelsel worden exoplaneten genoemd. De belangrijkste wetenschappelijke doelstelling van de Kepler-missie (die op 6 maart 2009 werd ingesteld) is om het aandeel van de planeten te bepalen die net als de aarde een baan draaien binnen de zgn. leefbare zones rond hun gastheer-sterren. Een aardse planeet binnen deze leefbare zone kan vloeibaar oppervlaktewater, dat een essentiële voorwaarde is voor leven, bevatten.

De Kepler-telescoop zoekt naar planeten met behulp van de zgn. foto-metrische doorgangsmethode, waarbij gebruik wordt gemaakt van het gegeven dat een ster iets minder fel schijnt als een planeet kruist tussen ons en de ster. Deze methode is sinds 1999 met succes toegepast met kleine telescopen op de grond, maar de Kepler-telescoop is veel gevoeliger dankzij de ligging buiten de atmosfeer van de aarde.

Wat de aankondiging waarlijk historisch maakte, was de ontdekking van 3 tot 6 exoplaneet-kandidaten (die minder dan tweemaal de grootte van de aarde hadden) binnen de zgn. leefbare zones van hun gastheer-sterren. Daardoor weten we voor de eerste keer in de geschiedenis dat planeten met een omvang vergelijkbaar met die van de aarde een baan draaien rond andere zon-achtige sterren. Hoe vaak komen ze voor? Op basis van observaties van meer dan honderdvijftigduizend sterren tijdens Kepler's eerste vier waarnemingsmaanden, schatten astronomen dat 1 tot 3 procent van de zon-achtige sterren planeten hebben met minder dan tweemaal de grootte van de aarde en wel binnen de zgn. leefbare zones (1). Dit resultaat is nog steeds voorlopig, gezien de korte duur van de waarnemingen tot nu toe, maar verdere waarnemingen in 2012 en 2013 moeten ons meer zekerheid geven over het aantal.

Deze ontdekkingen hebben oude vragen aangaande mogelijk leven buiten de aarde en onze status in het universum zeer actueel gemaakt. Zijn aarde-achtige planeten



zeldzaam? Zijn wij alleen, of wemelt het universum misschien van leven? Wat zijn de bredere filosofische en theologische implicaties? We kunnen antwoorden op deze vragen geven met verschillende gradaties van zekerheid. Laten we deze ieder op zijn beurt bekijken.

Zelzame aarde of niet?

De Kepler resultaten maken het ons mogelijk onze eerste vraag te beantwoorden met een zekere mate van zekerheid, maar we hebben nog een lange weg te gaan. De eerste gegevens laten zien dat de planeten met de omvang van de aarde in de leefbare zones van zon-achtige sterren zeldzaam zijn. Echter, een factor twee in de grootte-verhouding van aardse planeten vertaalt zich in ongeveer een factor tien in de verhouding van hun massa. De kandidaat-planetten die door Kepler zijn gevonden in de leefbare zones van hun gastheer-sterren zijn ongeveer twee keer de grootte van de aarde. Dergelijke 'super-aarden' moet niet aarde-achtigen worden genoemd. Ze zouden geheel andere atmosferische en geologische eigenschappen moeten hebben dan de aarde.

Terwijl Kepler de omvang van exoplaneten en hun banen kan meten, kan het niet hun vorm bepalen. De vorm van een planetaire baan wordt gekenmerkt door zijn excentriciteit. Dit is een belangrijke planetaire eigenschap om te kennen.

Grote excentriciteitswaarden resulteren in minder stabiele klimaten.

Planetten in ons zonnestelsel worden gekenmerkt door relatief grote cirkelvormige banen. De grondwaarnemingen van exoplaneten met behulp van de zgn. Doppler-methode hebben aangetoond dat ze gemiddeld veel meer excentrische banen hebben dan de planeten in ons zonnestelsel. Bovendien cirkelen veel Jupiter-achtige exoplaneten veel dichterbij hun gastheer-sterren dan de Jupiter-planetten (Jupiter, Saturnus, Uranus en Neptunus) in ons zonnestelsel. Veteraan exoplaneet-jager Geoff Marcy geeft toe: "Ons systeem is een zeldzaamheid, daar is geen twijfel over" (2). Maar moet een planeet per se op de aarde lijken om gastheer van leven te zijn?

Zijn we alleen?

Iedereen wil het antwoord op deze vraag weten, hoewel ik niet denk dat dit de meest diepgaande vraag is die men kan stellen. De ontdekkingen van exoplaneten door astronomen in de afgelopen vijftien jaar kan de toevallige waarnemer ertoe brengen optimistisch te zijn over de mogelijkheid van leven buiten de aarde. Het is gemakkelijk om te geloven dat het grote aantal planeten in het universum genoeg is om te garanderen dat we niet alleen zijn. Toch adviseer ik voorzichtigheid.

ra Terrestrial Intelligence E.T.I.

stendom betekenen?

Event organisers - UFO Research (NSW) Inc / Exopolitics Sydney
Burwood RSL Sydney
March 1st 2014

PANE ANDOV

EXTRATERRESTRIAL INTELLIGENCE IN OUR SOLAR SYSTEM

THE EVIDENCE AND IMPLICATIONS

We are not Alone.
Why are they here?
What do they want?
How do we deal with the situation?

Het is nuttig om eerst even de geschiedenis van het debat over deze vraag samen te vatten. De oude Griekse filosoof Lucretius schreef: "Niets in het universum is de enige in zijn soort ... er moeten talloze werelden en inwoners daarvan zijn" (3). Dit is geen overtuigend argument als je niet uitgaat van haar premisse. Dit idee zou terugkeren in de Renaissance als het Principe van Overvloed, wat weinig meer was dan wat werd aangeboden door de Grieken.

Ongeveer dezelfde tijd deed het Copernicaanse Principe (onlangs het principe van middelmatigheid genoemd) haar intrede. Kort gezegd is het een bewering over de middelmatigheid van ons en onze aarde. Haar aanhangers beweren dat de geschiedenis van de wetenschap sinds Copernicus onze onbeduidendheid op de schaal van

de gehele kosmos heeft versterkt. Het Principe van Overvloed en de Copernicaanse Principe zouden samen hebben gediend als de belangrijkste motivaties voor het geloof in buitenaards leven. Echter het Copernicaanse principe is gebaseerd op een verkeerde geschiedenis en een gebrekkige logica (4).

Zo sterk zijn deze motivaties geweest dat men zich voorstelde dat op het ene of andere moment elk van de planeten in het zonnestelsel leven, zelfs intelligent leven zou herbergen. Niemand minder dan een astronoom als Sir William Herschel geloofde dat alle planeten werden bewoond, en zelfs ook de zon! Al deze speculaties zijn in de twintigste eeuw onjuist gebleken, en dit is direct als tegenbewijs opgepakt om het geloof in beschavingen op andere planeten in het zonnestelsel te smoren.

Tegenwoordig blijven aanhangers van het Copernicaanse Principe nog steeds de hoop houden dat er ondergronds 'eenvoudig' leven overleeft in Mars of in de ondergrond-oceaan van de Galileïsche maan Europa (Europa is de kleinste van de zgn. Galileïsche manen, dit zijn de vier grote manen van Jupiter, en de op vijf na grootste maan van het zonnestelsel. Galileo Galilei ontdekte haar op 8 januari 1610 ([http://nl.wikipedia.org/wiki/Europa_\(maan\)](http://nl.wikipedia.org/wiki/Europa_(maan)))). Deze plaatsen bevatten in elk geval een essentieel ingrediënt voor leven, namelijk vloeibaar water. Het is onwaarschijnlijk dat een andere stof water zou kunnen vervangen als het 'universele oplosmiddel' voor leven (5). Vandaar dat de strategie van NASA is om 'het water te volgen' in ons zonnestelsel. Maar de ingrediënten voor het leven hebben veel meer nodig dan alleen vloeibaar water.

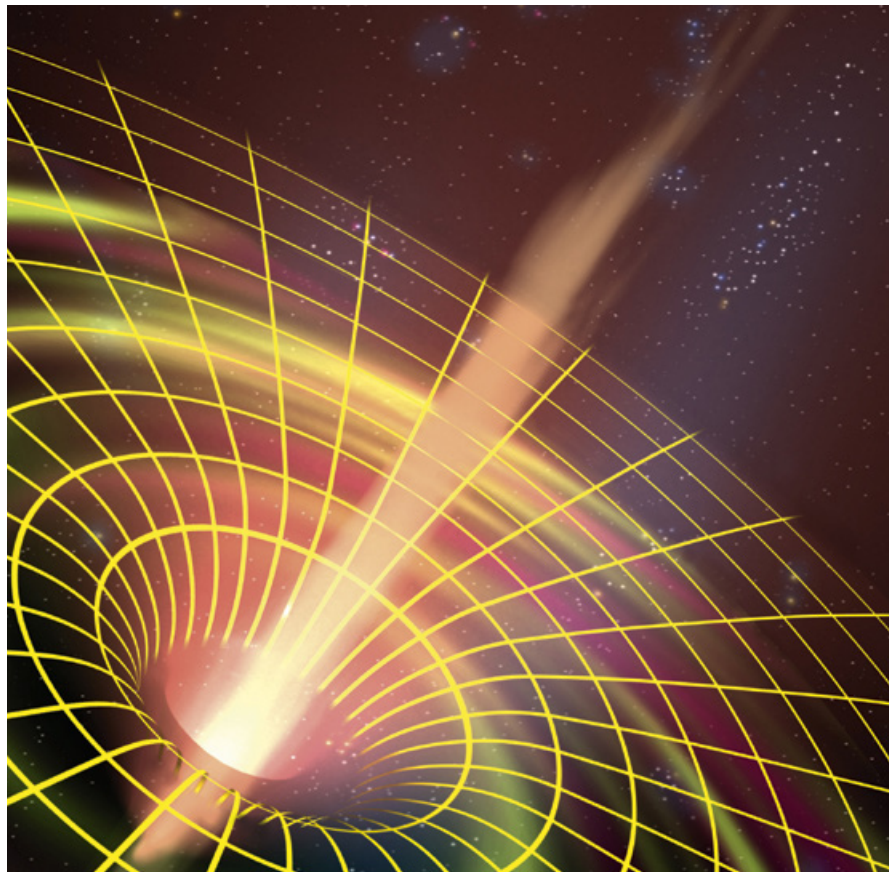


Laten we voor dit moment het probleem van de oorsprong van het leven even buiten beschouwing. De noodzakelijke, maar onvoldoende ingrediënten in het recept van het leven omvatten ongeveer zeventien chemische elementen; voeg daar nog eens tien bij voor complexe vormen van leven. Deze moeten in de juiste chemische vorm en overvloedig aanwezig zijn. Andere eisen in het recept zijn een bepaalde cyclus van de genoemde elementen, langdurige energiebronnen, bescherming tegen ioniserende straling, en de stabiliteit van de omgeving. Plaatsen waar aan deze voorwaarden is voldaan zijn de leefbare zones op de kleine schaal en de Galactische leefbare zone op de grote schaal (6).

Copernicus-aanhangers komen tot het besef dat het leven niet zomaar overal kan bestaan. We zullen echt moeten zoeken naar aarde-achtige planeten als we enige hoop willen hebben op het ontdekken van leven (vooral complex leven) op deze planeten. Om een echt evenwichtig beeld van de gevolgen van astro-biologisch onderzoek te hebben, moet men niet alleen kijken naar het aantal exoplaneten dat in de laatste twee decennia ontdekt is, maar ook naar de theoretische ontwikkelingen in onze kennis van bewoonbaarheidseisen. Elk jaar ontdekken astro-biologen nieuwe factoren die eerder waren verwaarloosd in het beoordelen van de bewoonbaarheid van een planeet. Voorbeelden hiervan zijn de aanwezigheid van een grote maan, eigenschappen van de burens van Jupiter planeten, koppeling van planetaire geo-dynamica met baan-eigenschappen, ontwikkelingen in compositie op galactische schaal (die bepalen hoe waarschijnlijk het voor een planeet is om op een bepaalde plaats in de Melkweg gevormd te worden), en de effecten van gammaflitsen (dit zijn heftige uitbarstingen van hoogenergetische gammastraling en die enkele milliseconden tot enkele minuten kunnen duren. Men heeft geconcludeerd dat de waargenomen gammaflitsen afkomstig waren van verre sterrenstelsels) (<http://nl.wikipedia.org/wiki/Gammaflits>). Terwijl astro-biologen niet precies kunnen zeggen hoe zeldzaam leefbare planeten zijn, is het gegeven dat ze zeldzaam zijn niet meer betwistbaar.

Wat zijn de bredere implicaties?

Stel dat we op een dag enkele soorten bacteriën, die onder het oppervlak van Mars leven, zouden ontdekken, dan denk ik niet dat de gevolgen zeer groot zouden zijn. Ten eerste is het waarschijnlijk dat de Aarde Mars heeft besmet met haar microben (7). Een klein deel van het materiaal dat in het verleden van de Aarde is weggeblazen tijdens een van de vele effecten van grote asteroiden of kome-



ten, zou eencellige bacteriën naar Mars hebben kunnen vervoeren die daar zijn uitgezaaid.

Maar stel nu dat er op Mars bacteriën worden gevonden die een onafhankelijke oorsprong op Mars hebben gehad? Ten eerste betekent dit niet, zoals velen geloven, dat het leven gemakkelijk kan ontstaan door natuurlijke middelen. Het aanwezig zijn van een intelligente ontwerper zou nog steeds de beste verklaring voor het ontstaan van leven op Mars zijn, net zoals het geval is voor het leven op aarde. Hetzelfde geldt voor het leven dat op een verre exoplaneet wordt ontdekt. Aan de andere kant, wat moeten we ervan denken als we na voortdurend zoeken, geen bewijs voor leven op Mars vinden? Mars is namelijk de meest Aarde-achtige planeet die we kennen, en deze is in de buurt, met dezelfde zon en dezelfde planetaire burens. Als de Aarde Mars niet geïnfecteerd heeft, dan kunnen we alleen maar concluderen dat Mars niet voldoende aardachtig is om zelfs maar 'eenvoudig' leven te kunnen herbergen. Hoeveel minder waarschijnlijk is het dan dat exoplaneten leven kunnen bevatten?

De interessantere vraag betreft het bestaan van buitenaardse intelligentie (ETI, de afkorting van ExtraTerrestrial Intelligence). Als we ETI zouden ontdekken dat vergelijkbaar is met de intelligentie van een hond of een aap, dan denk ik

niet dat het aanzienlijke gevolgen zou hebben. Echter, de algemene opvatting onder hedendaagse opiniemakers lijkt te zijn dat christenen zich zorgen zouden moeten maken over de ontdekking van een geavanceerde ETI. 'Space.com' blogger Clara Moskowitz schreef onlangs op 'MSNBC.com': "Vooraf voor christenen zal het nieuws over ETI het moeilijkst te verteren zijn, omdat het christelijk geloof(ssysteem) niet gemakkelijk de aanwezigheid van andere intelligente wezens in het universum erkent of ermee rekening houdt, aldus christelijke denkers op het '100 Jaar ruimtevaart' symposium, een bijeenkomst gesponsord door het Defense Advanced Research Projects Agency [DARPA] om thema's rond het reizen naar andere sterren te bespreken" (8).

ETI is overigens geen nieuw onderwerp voor christenen. Op een van de weinige keren dat CS Lewis zijn visie over ETI gaf, schreef hij: "We weten dat God Zijn volk heeft opgezocht en verlost, en dat vertelt ons net zo veel over het algemene karakter van de schepping als een injectie die aan een zieke kip op een grote boerderij is gegeven ons iets vertelt over het algemene karakter van de landbouw in Engeland. De essentie van het christendom is dat God de mens liefheeft en daarom voor hem mens geworden en gestorven is. Maar dat bewijst niet dat de mens het enige doel van de schepping is. In de bekende gelijkenis (Matt. 18:12 t/m 14; Luc.

15:4 t/m 7) zien we dat de herder op zoek was gegaan naar dat ene verloren schaap; het was echter niet het enige schaap in de kudde, en ons wordt niet verteld dat het verloren schaap het meest waardevolle was – even ervan afgezien dat degene die het meest wanhopig behoefte aan hulp heeft, een bijzondere waarde in de ogen van Gods liefde heeft. De leer van de vleeswording zou in strijd zijn met wat we weten van dit uitgestrekte universum, alleen al als we wisten dat er in dat universum ook andere rationele soorten waren die, net als wij, gevallen waren en die op dezelfde manier verlossing nodig hadden, maar het hun niet was vergund. Maar hiervan weten we niets af” (9).

Belangrijker is dat de leer van de vleeswording altijd heeft betekend dat de vleesgeworden God de hele schepping met Zichzelf heeft verzoend. Er staat niet dat God mens werd met uitsluiting van al het andere. Zowel Katholieken als Protestanten hebben degelijke theologische analyses van ETI gemaakt. Twee voorbeelden zijn ‘Christendom en buitenaardsen? Een katholiek perspectief’ door Thomist Marie I. George en ‘De logica van de vleesgeworden God’ door Thomas Morris. Het blijkt dat christenen genoeg theologische bronnen hebben om rekening te houden met het (eventuele) bestaan van ETI. Na alles wat er is gezegd, moeten we niet vergeten dat het slechts gaat over hypothetische vragen, want er is geen bewijs voor ETI, en onze antwoorden zijn noodzakelijkerwijs speculatief.

Lewis heeft droogjes gereageerd op pogingen van atheïsten om beide kanten van het ETI-debat te gebruiken als een wapen tegen het christendom: “Als we andere hemellichamen ontdekken, moeten ze of bewoonbaar of onbewoonbaar zijn: en het vreemde is dat deze beide hypothesen worden gebruikt als argument voor afwijzing van het christendom. Als het heelal vol is met leven, zoals ons wordt verteld, zou dit de christelijke aanspraak (of wat men als christelijk aanspraak ziet) tot een absurditeit reduceren. Namelijk de christelijke aanspraak dat de mens uniek is, en de christelijke leer dat voor deze een planeet God naar de aarde kwam voor ons als mensen en voor onze redding. Als, aan de andere kant, de aarde werkelijk uniek is, dan bewijst dat dat het leven slechts een toevallig bijproduct in het universum is, en ook dat zou onze godsdienst weerleggen. Waarlijk, we zijn kennelijk moeilijk te behagen” (10).

Uiteraard is God vrij om een universum te maken waarin het leven zeldzaam of gewoon of zelfs uniek is. Voor de ETI optimist is theïsme de betere keuze of ID. Dit is mis-



schien wel de centrale ironie. De verkla- rende gereedschapskist van de naturalist is te beperkt om ETI te verklaren, laat staan om ons bestaan te verklaren (11).

© Door: Guillermo Gonzalez (Christian Research Institute / Christelijk Onderzoek Instituut). Dit artikel verscheen voor het eerst in het *Christian Research Journal*, volume 35, nummer 01 (2013). Voor meer informatie zie: <http://www.equip.org>

Guillermo Gonzalez, Ph.D. is professor in de astronomie en natuurkunde aan het Grove City College in westelijk Pennsylvania. Hij is auteur van bijna tachtig wetenschappelijke artikelen en samen met Jay W. Richards mede-auteur van ‘The Privileged Planet: How Our Place in the Cosmos is Designed for Discovery’ (De bevoorrechte planeet: Hoe onze plaats in de kosmos is ontworpen voor ontdekking) (Regnery, 2004).

© Vertaling: Piet Guijt

Literatuur

1. Joseph Catanzarite and Michael Shao, “The Occurrence Rate of Earth Analog Planets Orbiting Sun-like Stars” (Het waargenomen percentage van de Aarde- analoge planeten bij zonachtige sterren), *The Astrophysical Journal* 738, 2 (2011): doi: 10.1088/0004-637X/738/2/151.
2. Geciteerd in Lee Billings, “No Place like Home: Our Lonesome Solar System” (Ons eenzame zonnestelsel), *New Scientist* (May 14, 2011): 46–49.
3. Lucretius (98–55 BC), *De Rerum Natura*.
4. Dennis Danielson, “The Great Copernican Cliché”, *American Journal of Physics* 69, 10 (October 2001): 1029. Zie hoofdstukken 11 and 12 in Guil-

lermo Gonzalez and Jay W. Richards, *The Privileged Planet: How our Place in the Cosmos Is Designed for Discovery* (De bevoorrechte planeet: Hoe onze plaats in de kosmos is ontworpen voor ontdekking) (Washington, DC: Regnery, 2004).

5. Gonzalez and Richards, *The Privileged Planet* (De bevoorrechte planeet), hoofdstuk 2.
6. Guillermo Gonzalez, “Habitable Zones in the Universe” ((Leefbare zones in het heelal)), *Origins of Life and Evolution of Biospheres* 36, 6 (2005): 555–606.
7. Bret Gladman, Luke Dones, Harold F. Levison, and Joseph A. Burns, “Impact Seeding and Reseeding in the Inner Solar System” (Gevolg van Zaaïen en Inzaaiing in het binnenste van het zonnestelsel), *Astrobiology* 5, 4 (2005): 483–96.
8. http://www.msnbc.msn.com/id/44749017/ns/technology_and_science-space/#.TqBzHd6lke6. Accessed November 2, 2011.
9. C. S. Lewis, “Dogma and the Universe” (Leer en het universum) from *God in the Dock: Essays on Theology and Ethics*, ed. Walter Hooper (New York: Ballantine Books, 1990), 14.
10. C. S. Lewis, “Dogma and the Universe” (Leer en het universum) from *God in the Dock: Essays on Theology and Ethics*, ed. Walter Hooper (New York: Ballantine Books, 1990), 14.
11. Gegeven het feit dat we bestaan, zou volgens het naturalisme het heelal nauwelijks bewoonbaar moeten zijn, omdat het aantal nauwelijks leefbare universums veel talrijker zou moeten zijn dan het aantal zeer leefbare universums in elke van de vele scenario’s die door kosmologen zijn aangedragen.

Hemel-ervaring

Hemels hiernamaals

Vergis ik me als ik constateer dat er opvallend veel verhalen van hemel-insiders circuleren? Een nieuwe hype? Hoe echt zijn die ervaringen? Zijn het een soort visioenen? Over bijna-doodervaringen (BDE) is reeds in Promise gepubliceerd.¹ Wat theologisch te denken van getuigen die beweren de hemel te hebben bezocht? Vinden we iets dergelijks in de Bijbel terug?

Terug van weggeweest

Vaak wordt christenen voor de voeten geworpen 'dat nog nooit iemand uit de dood is teruggekomen'. En dat klopt dus niet. Zowel in het Oude- als Nieuwe Testament zijn vele uitzonderingen op de regel te vinden². Hoewel het nog steeds uitzonderlijke gebeurtenissen betreft heb ik in de literatuur toch veel voorbeelden hiervan gevonden³. Boeken en films verschijnen over mensen die ervaringen met en zelfs in de hemel hebben gehad. De laatste jaren verschijnen er getuigenissen van mensen die pretenderen een blik in de hemel te hebben mogen slaan. Deze boeken en zelfs films gaan als zoete broodjes over de toonbank. Enkele heb ik geanalyseerd. De grote nieuwsgierigheid naar het hiernamaals wordt zo bevredigd. Vanuit de Bijbel kunnen we, volgens sommigen, te weinig te weten komen, maar door deze verhalen worden zelfs details ingevuld. Wat niet in de Bijbel staat willen velen graag weten, en wat er wél staat interesseert te veel christenen vaak niet. Zijn we soms zo eigenwijs? Waarom zou God iets verzwijgen in Zijn Woord dat van waarde is voor ons, iets wat we absoluut zouden moeten weten? Wat van deze 'hemel-getuigenissen' te denken? Wat zijn ze waard? Waarom is de Bijbel zo terughoudend in wat we willen weten over de hemel? Zijn getuigenverslagen niet een welkome aanvulling? Je 'vooroordelenbril' afzetten is bij dit onderzoek heel belangrijk. Een vooroordeel kan zijn: 'opstaan uit de dood is gewoon ONMOMGELIJK'. Sommigen willen en kunnen daarom alleen maar bevestiging zien dat al deze verslagen nep zijn. Anderen willen daarentegen van geen kritische vragen weten en slikken alle wonderbaarlijke getuigenissen kritiekloos. Vaak hebben we gewoon te weinig informatie om een rechtvaardig beeld te kunnen vormen. Christenen hebben eveneens een voorin genomen standpunt: Gods Woord, waarin

onder andere staat 'Door niemand anders kunnen wij worden gered, want zijn [Jezus'] naam is de enige op aarde die de mens redding biedt.' Hand.4:12 Gods Woord en Gods Geest wil ons leiden en ons voor misleiding behoeden. Laten we vier hedendaagse getuigenissen eens van dichtbij bekijken en daarna tegen het licht van de bijbel houden. Daarna staan deze en bovendien een vijfde verhaal in een overzichtelijk schema.

Vijf getuigenissen

1. In Nigeria reed **Daniel Ekechukwu** (geschatte leeftijd: 30 - 40 jaar) in 2001 met zijn Mercedes een ravijn in en werd zwaargewond. Hiervan is een documentaire gemaakt⁴. Drie keer werd bij hem de dood geconstateerd: door de arts, man van het mortuarium en beveiligers. Een arts concludeert op grond van a. hartslag/pols b. ademhaling / bewegen van de borstkas c. pupilreflex, bovendien d. lijkstijfheid. Pas na vijftig uur zou Daniel weer tot leven zijn gekomen. Wat moeten we van zo'n wonderbaarlijk verhaal denken?

Op de vraag waarmee Daniel is gebalsemd hebben we geen antwoord. Sommigen verdenken de vloeistof waarmee deze Daniel is gebalsemd de oorzaak is van een soort hallucinatie, trance die zijn pijn heeft opgeheven⁵.

Opvallend is dat littekens achterwege blijven. Je kunt tot leven komen en daarmee ook volkomen genezen zijn, zodat van de doodsoorzaak niets meer te zien is in je lichaam.

Wat hij lichamelijk heeft meegemaakt kunnen we nog enigszins natrekken, maar zijn geestelijke reis is onverifieerbaar. Daniel getuigt dat hij drie locaties het bezocht: 1. de hemel 2. het huis van de Vader (Joh.14:1) en 3. de hel. Boven de hel zou letterlijk in het Engels staan 'Welcome to the gate of hell'. [sic] Bovendien, nog vreemder is, dat de hel al bevolkt blijkt te zijn. In de hel sprak deze Daniël zelfs met een voorganger die geld heeft verduisterd. Hemel en hel zijn toch nog steeds leeg in tegenstelling tot het dodenrijk?! De Ruiter oppert dat het hier niet zou gaan om de hel (gehenna), maar om de hades, oftewel het dodenrijk⁶.

Terug naar zijn lichamelijk situatie. Stel dat deze Daniel niet echt gestorven was, maar dat hier sprake was van schijn dood of coma, dan werd dus drie keer onte-

recht diagnose van de dood onbewust, per ongeluk, of als een vergissing gesteld. Dat is dan wel drie keer een zeer slordige strafbare fout! Maar stel dat men tegen beter weten in, opzettelijk onterecht Daniel heeft dood verklaard, dan spreken we van bewust bedrog en misleiding. Laten we eens aannemen dat hij inderdaad schijn dood was, dan heeft Daniel vijftig uur na een ernstig ongeluk geen medische verzorging gehad en moest voedsel en drinken ontberen. Dit alles bevordert niet het (nog weinige) aanwezige leven toen hij ook nog van hot naar haard werd gereden op hobbelige wegen!

Wat zou het doel kunnen zijn van deze eventuele bewuste misleiding? Zieltjes winnen voor het christendom en geld verdienen zouden redenen kunnen zijn. Het doel lijkt dan de middelen te heiligen. Bedriegen is niet echt christelijk, maar komt inderdaad helaas ook onder christenen voor. Daniels vrouw Nneka geeft wel toe gelogen te hebben tegen haar zoon. Zijn vader 'was in Onitsha', maar ze vertelde haar zoontje niet de waarheid dat hij is verongelukt en in een kist lag. Liegen is haar in de praktijk dus niet onbekend, wat er voor pleit dat ze in de haar getuigenis ook niet honderd procent voor de waarheid gaat. Maar al is de leugen nog zo snel, de waarheid achterhaalt haar wel. Indien uitkomt dat hier inderdaad sprake zou zijn van bedrog, is dat juist een geweldige antireclame voor het christendom.

Weduwe Nneke zocht haar heil bij de Duitse evangelist en gebedsgenezer Reinhard Bonnke. Bij hem zou het wonder zijn geschied. Bonnke is natuurlijk blij met dit voorval en kan dit als aanbeveling in zijn massale kruistochten in Afrika goed gebruiken. Deze opwekking uit de dood, waarvan er honderden getuigen moeten zijn, bevordert de geestelijke opwekking onder de Nigerianen, maar in feite komt Bonnke zelf helemaal niet aan deze opwekking uit de dood te pas. Desalniettemin pronkt hij ermee, getuige de krantenkop in de The Post Express van 8 december 2001: 'Bonnke Raises Man from Death in Onitsha'. Maar je kan tegenwerpen dat dit de interpretatie van de krant is en niet van Bonnke zelf. Iemand die niets van dit verhaal moet weten is een collega van Bonnke: evangelist Wolfgang Bühne. Hij vraagt zich af waarom de organisatie van Bonnke Christ For All Nations verzwijgt dat bij een massabijeenkomst



De grote nieuwsgierigheid naar het hiernamaals wordt zo bevredigd.

in Nigeria ook een aantal mensen onder de voet is gelopen en vertrapt, mensen die bezweken, maar van wie er niet één is opgestaan⁷. En waarom wordt verzwegen dat een vertwijfelde vader door een CFAN-medewerker werd verhinderd zijn gedode dochter aan de voeten van evangelist Bonnke neer te leggen?

Een ander doel van misleiding zou kunnen zijn geld verdienen. Dit is dus een beschuldiging van corruptie. Maar welke harde bewijzen zijn hiervoor?

Aan het slot valt te zien dat Bonnke preekt voor een onafzienbare menigte over de rijke man en de arme Lazarus uit Lukas 16:19-31. In tegenstelling tot Lazarus, zou deze Nigeriaanse Daniel wèl in het land der levenden moeten gaan waarschuwen. Alsof men nu wel door wonderen zou gaan geloven. Zeker komt dat voor⁸, maar er blijven verstokte ongelovigen. En alsof

Gods Woord op zich niet genoeg zou zijn. Abraham zei: 'Als ze niet naar Mozes en de profeten luisteren, zullen ze zich ook niet laten overtuigen als er iemand uit de dood opstaat (Lucas 16:31). De opdracht aan Daniel 'Het verzoek van de rijke man wordt aan deze generatie ingewilligd als een laatste waarschuwing.' lijkt in flagrante strijd met Luc.16:29, waar staat dat de vijf broers van de rijke man genoeg moeten hebben aan Gods Woord. Het verweer van de verdediger van dit Afrikaanse wonder Teun de Ruiter uit Leusden, luidt: 'Het is niet God die dit zegt, maar Abraham. We mogen er daarom geen dogmatische waarde aan te hechten⁹.' En waarom aan deze generatie, het evangelie moet toch verkondigd worden aan alle generaties?!

Daniel Ekechukwu vertelt dat hij sinds deze ervaring veel meer ernst maakt met zijn levenswandel. Dit effect draagt bij tot het positief laten doorslaan van de balans in deze moeilijke afwegingen. Wat verder zwak is in deze opmerkelijke documentaire is dat de plaats des onheils en de buitenkant van het gebouw waar hij tot leven gekomen zou zijn niet wordt getoond. De beschadigde auto is slechts op een foto kort te zien. Eerst zien, dan geloven, beweert men vaak. Het argument 'ik heb het niet (zelf) gezien', is echter zwak, omdat we in zoveel fenomenen toch geloven zonder het zelf te hebben gezien. Bovendien al staan we met onze neus ergens bovenop, dan kunnen we nog slachtoffer worden van gezichtsbedrog. Zo misleidt heel handig een goochelaar ons. De zaligspreking van Jezus in Joh.20:29 'Gelukkig zijn zij die niet zien en toch geloven.', betekent niet dat we naïef onze





ogen moeten sluiten voor de feiten.

2. De kleuter **Colton Burpo** overleefde ternauwernood een zware operatie (geperforeerde ontstoken appendix en abces, p. 106) en vertelt terloops wat hij in die tijd in drie minuten in de hemel heeft gezien. Colton wist dat hij bijna dood was (pp. 66, 107, 108). Volgens het verslag van het ziekenhuis was hij niet gestopt met ademen en was zijn hart niet gestopt met kloppen (p.108). Hij onderging een blindedarmoperatie en bleek een ongevoelbaar groot aantal witte bloedlichaampjes te hebben. (p. 70, 71). Hij zou zijn zusje, wiens leven na twee maanden eindigde in een miskraam (pp. 124-129), zijn overgrootvader hebben herkend (p. 116) en zelfs Jezus zelf hebben ontmoet bij wie hij op schoot had gezeten (p. 87). Hij zag engelen die zwaarden dragen om satan – te gruwelijk om te beschrijven (p. 169) – uit de hemel te kunnen houden (p. 168). Jezus heeft een ‘regenboogpaard’ (p. 90). Maar Colton zou ook andere dieren in de hemel hebben gezien (p. 191). Colton wist het zeker: zonder Jezus in je hart kom je niet in de hemel! (pp. 82-85) Hij kon het uiterlijk van Jezus beschrijven. (p. 92) Colton beschreef de troon van God. (pp. 132, 133) en was niet bang om dood te gaan, dan zou hij immers terug naar de hemel kunnen gaan (p. 148)¹⁰. In de hemel is niemand oud, maar we blijven eeuwig jong (p. 158) en niemand draagt een bril. (p.156)

Terwijl de verhalen van bovennatuurlijke ervaringen in de bijbel uiterst summier en terughoudend worden verteld, wordt in de bestseller *De jongen die in de hemel was* door zijn verbazende vader die predikant was het verhaal sensationeler gemaakt door zinnestukjes als ‘Ik was met stomheid geslagen’, ‘Ik hapte naar adem’, ‘Het duizelde me.’ en ‘Het is moeilijk je auto recht te houden wanneer je zoiets te horen krijg’¹¹.

Uit veel getekende portretten van Jezus zou Colton de echte Jezus hebben kunnen herkennen¹². Gods Woord is echter zeer terughoudend in de beschrijving van Jezus’ uiterlijk en afwijzend in de afbeeldingen van God. Achterin dit boek over Colton Burpo staan ook veel verwijzingen naar de bijbel. ‘In de bijbel staat dat Johannes de neef van Jezus is.’ (p. 89) Daar staat dan geen bijbelverwijzing bij, dat klopt want hoewel dat vaak wordt beweerd, was Johannes de Doper een verwante, en niet noodzakelijk neef. Ach, dit is maar een detail. Katholieke vrienden wilden weten of Maria, de moeder van Christus ook door Colton gezien is, wat hij bevestigde. (p. 191)

3. **Don Piper** beweerde *90 minuten in de hemel* te zijn geweest. Deze intrigerende boektitel dekt slechts de pagina’s 21 t/m 35. Deze 14 pagina’s van 205 vormen ongeveer slechts 7 procent van het gehele boek. Voor het grootste deel gaat deze autobiografie over zijn helse pijnen en

langdurige genezingsproces (34 operaties, pp. 193, 199) en revalidatie, wat niet minder indrukwekkend is. Piper heeft zich neergelegd bij de waarom-vraag. “God is mij geen uitleg verschuldigd” (p. 200). Maar de titel zou je wel misleidend kunnen noemen, want het suggereert dat we heel wat inside-information over de hemel mogen verwachten. Dit pakt echter teleurstellend uit. Baptistepredikant Don Piper werd (alleen maar door afwezige polsslagen?) dood verklaard¹³ en ging rechtstreeks naar de hemel. Op de pagina’s 196 en 197 lezen we dat hij zich verdiepte in het fenomeen van de *bijna*-doodervaringen. Onduidelijk is nu of hij zelf bijna dood was, of stierf en daarna opstond uit de dood.

Hoewel elk hoofdstuk van deze bestseller met een Bijbeltekst begint, wordt daar verder niet over uitgeweid. De suggestie wordt wel gewekt dat ervaringen meer gewicht in de schaal leggen dan het getuigenis van Gods Woord. Dankzij wat Piper heeft meegemaakt zegt hij: “Ik kan nu uit de eerste hand en met gezag over de hemel spreken” (p. 129).

Na omhuld te zijn met een onbeschrijflijke lichtglans en onbekende kleuren, ontmoette Piper een groot welkomstcomité, herkende hij zijn grootvader, een jeugdvriend, zijn overgrootvader, en meer mensen die zijn leven op een of andere wijze hadden beïnvloed. Leeftijd speelt geen rol in de hemel, daar is geen tijd.

Piper maakt melding van hemelse muziek met een onophoudelijke intensiteit en eindeloze variatie. Alle liederen gingen over de heerschappij van Christus, als Koning der Koningen, en onze blijde aanbidding om alles wat Hij voor ons heeft gedaan en hoe geweldig hij is. Toch ontbreken liederen over het offer of de dood van Jezus (p. 31), zegt hij. Dat is toch vreemd, want het belangrijkste wat Jezus voor ons deed was Zijn eigen offer! In het laatste Bijbelboek wordt Jezus toch bejubeld als het Lam dat voor ons geslacht is! De hemel is eenvoudigweg onbeschrijfelijk. Hij zag God niet. Samen met vrienden en familie bewoog (liep?, zweefde?) Piper naar de hemel-poort van parelmoer, maar verliet haar ook weer. Hij was dus nog maar in het voorportaal.

Pas na twee jaar besloot de predikant te gaan praten over zijn ervaring. Afgezien van wat ik hierboven opmerkte over de aanbidding van het Lam, (dat is wel de kern, daar gaat het in de hemel om!) komen zijn belevenissen overeen met de Bijbel. Zitten we nu op zijn getuigenis te wachten? Het is natuurlijk wel spectaculair om dergelijke belevenissen te kunnen vertellen. Hij is hierdoor een beroemdheid geworden en dat moet je ego wel strelen. Piper wil mensen bemoedigen, maar wat is de meerwaarde van zijn verhaal? "Voor gelovigen is mijn getuigenis een geruststelling; voor sceptici is het een aanleiding om serieuzer met God bezig te zijn" (p. 156).

"Ik ben absoluut niet bang voor de dood. Waarom zou ik? Er is niets om bang voor te zijn - ik zal er alleen maar blijdschap ervaren" (p. 192). "Mensen die een BDE hebben beleefd zijn niet langer bang voor de dood" (p. 197).

4. **Crystal McVea** erkent dat ze niet kan bewijzen dat wat ze heeft meegemaakt ook echt gebeurd is (p.17). Toen ze 33 jaar was kreeg ze ademhalingsmoeilijkheden. Er werd een blokkade in een kanaal tussen haar alveesklieer en lever ontdekt. Na hevige pijn bleek ze aan pancreatitis (ontsteking van de alveesklieer [pancreas]) te lijden. Crystal kreeg de pijnstillers dilauidid toegediend. Daarna verdween de pijn maar zakte ze weg in een bodemloze slaap. Haar moeder voelde dat haar been ijskoud was geworden, ze een ongewoon snurkgeluid maakte, haar lippen blauw waren, en dat ademhaling en polsslagen waren verdwenen (pp.19-22).

Vervolgens bleek ze in de hemel te zijn. "De eerste persoon die we in hemel tegenkomen zijn we zelf" zo stelt ze. Tot haar verbazing ontmoette ze zichzelf in de hemel toen ze nog maar drie jaar was en onbesmet. Kort daarna verloor ze door incest haar onschuld. Van zo'n volmaakt schepsel hield God, en daardoor leerde Crystal weer van zichzelf te houden. Menselijke beschrijvende woorden als 'prachtig', 'schitterend' en 'verbazingwekkend' zijn veel te bleek en schieten te kort voor haar ervaringen. Ze werd ondergedompeld in een helder stralend, rein witter-dan-wit-licht. Vergelijk Openb. 21:23. Crystal beseftte dat ze geen fysiek lichaam meer had, en ook dat ze niet alleen was. Ze nam ook stralende engelen (haar 'beschermers, leraren, mentors, helden, kracht, geest, hart') weer. Mensen die ze op aarde gekend had, herkende ze in de hemel niet (dus ook niet haar kindje wat ze heeft laten aborteren, p. 188), wel God Zelf in een verblindende, heldere uitstraling. Deze God was haar Heer en met elke vezel in haar wilde zij Hem loven en

aanbidden. Van de kritische vragen die zij Hem wilde stellen bleef niets over omdat deze simpelweg verdampten. Verder ontdekte ze dat we daar niet slechts vijf zintuigen hebben maar duizenden. Het was alsof ze met God en twee engelen door een tunnel bewogen met aan het eind een nog helderder uitbarsting van licht: de poort van de hemel. Als je door die poort gaat kun je niet meer terug. Gods opdracht was om alles te vertellen wat ze onthouden heeft (p. 170). Haar moeder riep haar bij haar naam en zo keerde ze – eerst tegen haar zin – weer terug in deze aardse werkelijkheid. Ook voor Crystal zelf is het onduidelijk of ze echt gestorven is of een bijna-doodervaring heeft meegemaakt (pp. 174, 180). God liet haar dit meemaken opdat door haar levensverhaal inclusief haar belevenissen in de hemel zij anderen mensen kon helpen die dezelfde dingen hadden meegemaakt (p. 197). Engelen lijken meer eer te krijgen dan de Here Jezus zelf.

Net zoals bij het boek van Don Piper beschrijven slechts 19¹⁴ van de 255 pagina's, dat is iets meer dan 7 procent, haar hemelse ervaringen. De rest van haar semi-autobiografische boek gaat over haar levensverhaal, waarin heel veel ellende, vaak door verkeerde keuzes, voorkomt. Alle tien geboden heeft ze overtreden (p.14). Haar grote les is: "Je hoeft niet te sterven en naar de hemel te gaan om God te ervaren" (pp. 212, 213, 238), en het grote thema is: Gods liefde laat ons nooit in de steek (pp. 253, 255). Ze is enorm bemoedigd en veranderd door haar hemel-ervaringen en is anderzijds door haar verhaal een geweldige bemoediging, met name voor lotgenoten. Het





boek eindigt met gespreksvragen om de bespreking van dit boek in een (vrouwen) kring te stimuleren.

5. **Alex Malarkey**, zie kort in onderstaand schema.

Evaluatie

Nu we vrij willekeurig uit de vele getuigenissen deze vijf hebben toegelicht, gaat het er vooral om hoe we deze in het licht van Bijbel kunnen duiden.

Het voorbeeld van de apostelen Paulus en Johannes

De apostel Paulus had zelf ook zo'n hemelervaring: "Ik ken een volgeling van Christus die veertien jaar geleden tot in de derde hemel werd weggevoerd – in zijn lichaam of buiten zijn lichaam, dat weet ik niet, dat weet God alleen. Maar ik weet dat deze man - in zijn lichaam of zonder zijn lichaam dat weet God alleen - werd weggevoerd tot in het paradijs en dat hij daar woorden hoorde die door geen mens mogen worden uitgesproken". "...ik wil worden beoordeeld op grond van wat men van mij hoort en ziet, niet op grond van uitzonderlijke openbaringen die ik heb gekregen" (2 Kor. 12:1,2,6). Paulus spreekt verder in 2Kor.12 van "een mens in Christus" (ongetwijfeld Paulus zelf) die "werd opgenomen in het paradijs". Hij wist op dat moment niet of het een ervaring was waarbij zijn geest zijn lichaam had verlaten, of dat het een visioen was terwijl zijn geest in zijn lichaam bleef. Niettemin zegt hij dat wat hij zag en hoorde in het paradijs niet geoorloofd was voor een mens

om dat uit te spreken. Paulus' ervaring werd gevolgd door een nederig makende zwakheid, waarvan hij zegt "opdat niemand méér van mij denkt dan wat hij aan mij ziet of van mij hoort. En opdat ik mij door het alles-overtreffende karakter van de openbaringen niet zou verheffen ..." (2 Kor. 12:7). Dat is niet altijd zo het geval in de Schrift. Immers aan de apostel Johannes werd permissie verleend, ja zelfs een opdracht gegeven om in het boek Openbaring te noteren wat hij zag in de hemel (Op.1:1, 11, 19). Ook lijkt dat het geval te zijn bij de schrijver van het boek Job. Er zijn wel diverse soorten hemelbeschrijvingen te onderscheiden, bijv. via dromen, visioenen, bijna-doodervaringen, etc.

Onmogelijk om onder woorden te brengen.

Hier speelt niet alleen de vraag of je hemelervaringen wel mag vertellen, de vraag is eerder of je het wel kunt. Woorden schieten immers tekort, je bent sprakeloos. Beschrijvingen van de hemel kunnen alleen in menselijke termen worden uitgedrukt, want anders begrijpen anderen het niet. Maar woorden schieten hier schromelijk te kort. De hemel is onbeschrijfelijk, God is duizelingwekkend, adembenemend en overstijgt ons beperkte driedimensionale denken en onze waarnemingen door de vijf zintuigen. "Wat het oog niet heeft gezien en het oor niet heeft gehoord, wat in geen mensenhart is opgekomen, dat heeft God bestemd voor wie hem liefheeft" (1Kor.2:9). Moeten we die beschrijvingen van dat hemelse letterlijk of figuurlijk opvatten?

Die straten van goud bijvoorbeeld, dat doet letterlijk maar pijn aan je ogen en veroorzaakt hoofdpijn, en dat is geen fijn vooruitzicht. Of moeten we het verklaren met beeldspraak? Goud is daar bij wijze van spreken zo waardeloos dat ze er maar straatstenen van hebben gemaakt. Of juist andersom: straatstenen zijn te min als middel om te bestraten, en daarom neemt men goud? Gaat het om een tent (Openb.21:3) of een huis (Joh.14:2)? Of zijn dit valse tegenstellingen, omdat de hemel zo veelzijdig is dat de beelden elkaar moeten aanvullen? De verschillende verhalen van mensen die beweren in de hemel te zijn geweest of hebben ze een visioen ervan gehad? verschillen ook nogal. Spreken ze elkaar tegen, of ziet ieder maar een stukje van de waarheid? Is alleen de grootste gemene deler juist? Van Dam geeft een verklaring voor die verschillen: "Visionairen leggen er telkens de nadruk op, dat niet ieder die in de heerlijkheid mag ingaan precies hetzelfde ervaart. Er lijken verschillende niveaus, graden, dimensies van heerlijkheid te bestaan. Zoals we ook uit de dood of uit coma teruggekeerden hoorden vertellen, lijkt er verband te bestaan tussen de graad van heerlijkheid en de toestand waarin men aan het eind van zijn leven verkeerde".¹⁵

Onmogelijk om te verifiëren

Is bij deze hemelervaringen sprake van realiteit of van verbeelding? Dit soort ervaringen zijn simpelweg oncontroleerbaar. Bijna-doodervaringen zijn niet te verifiëren. Ze kunnen gewoon bij elkaar gefanta-

seerd zijn. Leuk om wat extra inkomsten te genereren. Als 'advocaat van de duivel' kan ik predikant Todd Burpo (die zelf getuigde dat hij met moeite de eindjes aan elkaar kon knopen) ervan beschuldigen dat hij zelf zo'n hemelverhaal heeft verzonnen, wat hem beroemdheid en vooral inkomsten heeft opgeleverd. Maar bedriegen is niet echt christelijk en achter in zijn boek staan foto's zodat het een en ander is te traceren. Ooggetuigen zouden dan bovendien misleiders zijn. Gevaarlijk en dubieus wordt het als er meer waarde wordt gehecht aan dit soort ervaringen dan aan Gods openbaringen in de Bijbel. Dat ook mensen, ongeacht hun religieuze achtergrond een 'tunnel met lichtervaring', paradijselijke muziek, enz. hebben beleefd, zal christenen op zijn minst verbazen. Terecht waarschuwt Rhodes voor valse leringen die mensen met een bijna-doodervaring hebben meegemaakt, zoals 1. De zonde is geen probleem, 2. Het is niet nodig je zorgen te maken over de hel, 3. Alle mensen zijn welkom in de hemel, 4. Alle godsdiensten zijn gelijk van waarde. Genade en waarheid zijn een gouden combinatie Joh.1:14, 17. Is die persoon in het wit wel de Jezus van de Bijbel?? Iets wat bestaat kun je niet vervalsen. Bijna-dood-ervaringen komen niet in de Bijbel voor. Ze kunnen een vorm van occulte ervaringen zijn, waarbij men 'uittreedt uit het lichaam'. Er moeten zeker alarmbellen gaan rinkelen indien men na zo'n ervaring helderziend of telepathisch zou zijn geworden. Daarom is het belangrijk te ontdekken wat de oorsprong of bron is: goddelijk, demonisch of menselijk. En let ook op het effect: angst of bekering tot Jezus Christus¹⁶ of... Prachtig en bemoedigend is het als deze getuigenissen Gods Woord bevestigen (of hoort het juist andersom?!), maar gevaarlijk en dubieus als zij de Bijbel zouden aanvullen. Houd boven alle sensationele verhalen vast aan het eeuwige betrouwbare Woord van God! (Luc.16:16, 29).



© drs W.J.A. PijnackerHordijk

Geraadpleegde literatuur

- * Todd Burpo en Lynn Vincent, De jongen die in de hemel was (oorspronkelijke titel *Heaven Is For Real. A Little Boy's Astounding Story of*

His Trip to Heaven and Back, 2010), (Barneveld: Plateau, 2013, 5e druk), 215 pp. <https://www.youtube.com/watch?v=F3xItrGOi6Q>

- * Dr. W.C. van Dam, Doden sterven niet (Kampen: Kok, zij (niet ouder dan 1978)) 107 pp.
- * Billy Graham, *Hoe is het thuis? Antwoorden op vragen over de hemel* (Oorspronkelijke titel *The Heaven Answer Book*, 2012) (Hoornaar: Gideon: 2013), 160 pp.
- * Crystal McVea & Alex Tresniowski, *Ontwaken in de hemel, Negen minuten bij God, een waar gebeurd verhaal van gebrokenheid, de hemel en een nieuw leven* (Oorspronkelijke titel: *Waking up in Heaven: A True Story of Brokenness, Heaven, and Life Again*, 2013) (Utrecht: Kok, 2013), 255 pp.
- * Kevin en Alex Malarkey, *De jongen die uit de hemel terugkwam Een bijzonder verhaal over wonderen engelen en leven buiten deze wereld*, (oorspronkelijke titel: *The Boy Who Came Back from Heaven*), (Utrecht: Kok, 2011), 251 pp. <https://www.youtube.com/watch?v=LHctXRX5a2M>
- * Don Piper met Cecil Murphey, *90 minuten in de hemel Een waar gebeurd verhaal over dood en leven* (oorspronkelijke titel: *90 Minutes in Heaven*, 2004), (Hoornaar: Gideon, 2004), 204 pp.
- * Ron Rhodes, *Het Wonder van de Hemel* (oorspronkelijke titel: *The Wonder of Heaven*, 2009) (Doorn: Het Zoeklicht, 2010), 263 pp.
- * Sadhu Sundar Singh, *Waarheen als wij sterven... Visioenen van Sadhu Sundar Singh of Visioenen een korte beschrijving van het leven na dit leven, zijn*

verschillende vormen van bestaan en de bestemming van goede en slechte mensen zoals die in visioenen gezien zijn (Heemstede: A.M. Hoekendijk, 1926), 51 pp. (vertaald uit het Urdu in het Engels en daarna in het Nederlands)

Zie ook verder deze boeken en websites:

- * Anna Rountree, *De hemelen openen zich: een heldere kijk op Gods liefde voor u* (Harderwijk: Highway Media, 2e druk, 2005), pp. 184. Visioen over satans wrede aanval op de Gemeente, waarin de auteur in het gebied der hemelen kwam. Daar wordt ze onderwezen door engelen en door de Heer Zelf. Wat ze zag zou ze van God moeten uitdragen.
- * Choo Thomas, *De hemel is zo echt* (uitverkocht) Deze Koreaans-Amerikaanse christin zou verschillende visioenen hebben gehad van de heilige Geest, waarin ze naar de hemel werd gebracht, de Here Jezus tien keer hebben ontmoet en daarna door Hem zeventien keer meegenomen zijn naar de hemel. Kritische beschouwing: <http://www.internetbijbelschool.nl/html/doc/thomas1.htm> en kritische recensie Een valse openbaring, de Oogst van mei 2006 door Hans Frinsel, pp. 22, 23 en 'Gaat er niet heen... gelooft het niet', de Oogst van sept. 2006, pp. 4 + 5
- * Harold A. Baker, *Gods openbaringen en visioenen aan kinderen* (Bread of Life, Highway Media, Harderwijk, 3e druk, 2010), 78 pp.
- * <http://www.verhoevenmarc.be/PDF/trips-hemel.pdf>

Zie ook verder deze video's op internet:

- * Ian McCormack, www.youtube.com/





watch?v=kBXeK8uefVs

- * Tamara Laroux, <https://www.youtube.com/watch?v=HGQDkCi-OIY>
- * Mary K. Baxter, A Divine Revelation of Hell, Whitaker Distribution, 1993 www.youtube.com/watch?v=kx22lpyxlQs en <http://vimeo.com/64487973> Met een kritische evaluatie: www.near-death.com/experiences/articles008.html en www.google.nl/#q=Mary+K.+Baxter&start=10
- * Jim Anderson, <https://www.youtube.com/watch?v=mBhKYXCSONA>
- * [http://www.cip.nl/artikel/43723/Jongetje-\(4\)-beschreef-hemel-voor-zijn-dood?utm_campaign=nieuwsbrief&utm_source=A1](http://www.cip.nl/artikel/43723/Jongetje-(4)-beschreef-hemel-voor-zijn-dood?utm_campaign=nieuwsbrief&utm_source=A1)

Noten

- 1 Bijna-doodervaringen: *Schijn of werkelijkheid* van dr. L. Elisabeth Hillstrom gepubliceerd in Promise jan. 2004, worden verschillende verklaringen van bijna-doodervaringen op een rijtje gezet. (zie <http://www.stichting-promise.nl/virtualiteit-en-occultisme/bijna-dood-ervaringen-deel-1.htm> en <http://www.stichting-promise.nl/>)

virtualiteit-en-occultisme/bijna-dood-ervaringen-deel-2.htm) Ze geeft aan dat er fysiologische psychologische, sociologische en bovennatuurlijke verklaringen mogelijk zijn. Ze ziet het gevaar van new age invloeden, maar sluit een ontmoeting met God niet uit. In dezelfde Promise een artikel van J. Isamu Yamamoto waarin ook kenmerken en verklaringen van BDE gegeven worden.

- 2 1Kon.17:17-24 (zoon van de weduwe van Sarfath), 2Kon.4:8-37 (zoon van de Sunamitische vrouw), 2Kon.13:20,21 (een man), Mat.28:52 (heiligen), Luc.7:11-17 (jongeling van Nain), Luc.8:40-56 (dochttertje van Jairus), Joh. 11 (Lazarus), Hand.9:36-43 (Tabitha of Dorkas), Hand.20:7-12 (Eutychus), en natuurlijk de Godmens die opstond uit de dood om nooit meer te sterven: Jezus Christus.
- 3 Ik vond al 19x concrete verslagen van opstandingen uit de dood in christelijke literatuur.
- 4 'Raised from the Dead' www.youtube.com/watch?v=WthZQtPtj20. *Nigeriaan staat op uit de dood*, Opwekking Magazine maart 2002, pp. 10, 11. Zie voor een kritisch commentaar:

www.deceptioninthechurch.com/bonke2.html en <http://www.worldissues360.com/index.php/the-truth-about-the-resurrection-of-daniel-ekechukwu-72158/>

- 5 'Embalming fluid is mixture of the preservative formaldehyde, methanol, ethanol and other solvents.' 'They reported that the effects of embalming fluid included visual and auditory hallucinations, euphoria, a feeling of invincibility and increased pain tolerance. The high lasts from six hours to three days.' http://news.bbc.co.uk/hi/english/health/newsid_1459000/1459973.stm
- 6 Zie mijn artikel www.stichting-promise.nl/bijbelstudie-geestelijke-kennis/de-hel-helpen-verhelderen.htm
- 7 www.deceptioninthechurch.com/bonke2.html en J.C. Karels, Opwekking pro/contra, Reformatorisch Dagblad, 28-3-2002
- 8 Zie het verhaal van Jezus' vriend: de andere Lazarus: Joh.11:45, 53, 12:17-19, 37 Ondanks zijn vele wonderen werd Jezus door het gros van de joden verworpen en stierf Jezus uiteindelijk in grote eenzaamheid.
- 9 *Vragen rond 'opgestane gestorvene'*, CV

Overzicht van vijf hedendaagse christelijke 'hemelbezoekers'

Naam	Geslacht	Godsdienst	Nationaliteit	Leeftijd	Duur van de hemelervaring	Jaar van de ervaring	Aanleiding	Financiële zorgen	Gods Woord	Foto's
Colton Burpo	man	Christen	Amerikaan (Nebraska)	4 jaar	Ongeveer 3 minuten (p. 104, 105)	2003	Preoperatieve diagnose: Acute appendicitis Postoperatieve diagnose: geperforeerde ontstoken appendix en abces (p. 106)	Ja (pp. 76-79)	Veel tekstverwijzingen	5
Alex Malarkey Vader Kevin: klinisch psycholoog (p. 158)	man	Christen (p. 56) 'conservatief-evangelisch' (p. 136)	Amerikaan	6 jaar	2 jaar engelervaringen (p. 192) 'Reizen naar de hemel' (p. 207)	14 nov. 2004	auto-ongeluk, daarna in coma. Ontwaken uit de coma: jan. 2005 p. 199 Schedel en ruggengraat waren niet meer met elkaar verbonden. (p. 105, 112, 126)	Ja (pp. 16, 62, 91-97, 105, 214)	Vooraf in de appendix	0
Daniel Ekechukwu	man	Christen 'pastor' (voorganger)	Nigeriaan	30-40 jaar?	50 uur	30 nov. 2001	auto-ongeluk (falende remmen)	Nauwelijks belicht.	Beloofte uit Jes. 61, Hebr.11:35	film
Don Piper	man	Christen (baptistenpredikant) (p. 33)	Amerikaan (Texas)	38 jaar (p. 79)	Minstens 90 minuten (pp. 13, 45)	18 jan. 1989	auto-ongeluk (frontale botsing) (p. 18)	Ja, (pp. 114, 141)	pp. 156, 195	5
Crystal McVea	vrouw	christin	Amerikaans (Oklahoma)	33 jaar (p. 19)	9 minuten (pp. 13, 173)	2009	Pancreatitis	Ja (pp. 112, 179, 222)	Diverse teksten	0

Koers, okt. 2002, p. 13

- 10 Ook voor christenen is en blijft de dood de laatste vijand. De dood wordt nooit doodnormaal, maar is door Christus wel een overwonnen vijand. Men is vaak bang voor het stervensproces. In zijn wijsheid heeft God dit voor elk mens verborgen gehouden. Jezus kende wel zijn levenseinde en werd dodelijk beangst (NBG) of in zware zielenstrijd (HSV) (Luc.22:43). Volgens Hebr.2:14-16 kun je van doodsangst bevrijd worden.
- 11 *De jongen die in de hemel was* (oorspronkelijke titel *Heaven Is For Real. A Little Boy's Astounding Story of His Trip to Heaven and Back*), Todd Burpo

- en Lynn Vincent (Barneveld: Plateau, 2013, 5e druk), pp. 94, 116, 172
- 12 Het Litouws-Amerikaanse meisje Akiane Kramarik had, toen ze twaalf was, ook al 'visioenen' van de hemel. (pp. 179-183). Ook zij wist hoe Jezus er echt uitziet. Als wonderkind schilderde zij al heel vroeg in haar leven Jezus-portretten, die door Colton als 'echt' worden geïdentificeerd. Zij die geloven dat de Heer Jezus werkelijk Akiane aanmoedigde (omdat zij dan mensen op Hem kon wijzen middels haar verbluffende schilderbekwaamheid en haar getuigenis aangaande Hem) moeten eens met de Schrift vergelijken wat zij, op de leeftijd van

- 16, zegt over Jezus: "Jezus deelde ons dit mee: 'Ik ben de weg, de waarheid en het licht. Niemand komt tot mijn Vader dan door mij'. Ik voel dat Hij ons uitnodigde te participeren in de goddelijkheid. Elk van ons is een soort [sic] origineel pad naar de weg van waarheid en licht, en zonder onze individuele liefde en inspanningen kunnen wij God niet begrijpen of bereiken" (<http://akiane.com/blog/?tag=akiane>). Haar interpretatie wijst Jezus af als zijnde de enige weg voor de mensheid om met God verzoend te worden en verzet zich tegen wat Jezus leerde, dit ten voordele van Satans belofte van goddelijkheid aan Eva (Genesis 3:5). Akiane's schilderijen en woorden weerspiegelen duidelijk "een andere Jezus" (2 Kor. 11:4). <http://www.verhoevenmarc.be/PDF/hemelEcht.pdf>
- 13 Don Piper met *Cecil Murphey, 90 minuten in de hemel*, (Hoornaar: Gideon, 2004), pp. 13, 19
- 14 pp. 22-25, 47, 48, 96-99, 154-157, 166-170
- 15 Dr. W.C. van Dam, *Doden sterven niet*, p. 63
- 16 Opvallend zijn de vele dromen van moslims. Zij begrijpen daardoor dat ze Jezus moeten gaan volgen. Zie Tom Doyle en Greg Webster, *Dreams and Visions Is Jesus Awakening The Muslim World?* (Nashville Dallas, Mexico City, Rio de Janeiro: Thomas Nelson, 2012), 272 pp.



Eigentijdse niet-spiritualiteit



Inleiding

Vorig jaar juni kwamen mijn vrouw en ik vanwege onze vakantie op de camping De Paasheuvel* in Vierhouten aan. Men was toen bezig de tenten af te breken en op te ruimen, die waren gebruikt voor het zo geheten: 'Eigentijds Festival', dat net was afgelopen. Omdat er grote wigwams bij waren, vroegen we ons af om wat voor soort festival het ging. Het bleek een 'alternatief' festival over spiritualiteit, bewustwording, creativiteit en duurzaamheid te zijn, dat was gehouden van 6 t/m 9 juni 2013** en waaraan is deelgenomen door ca. 2500 mensen, inclusief de kinderen (het aantal bezoekers in de voorafgaande jaren lag wat hoger). In de festival-krant die ik bij de campingbalie nog kon verkrijgen, was informatie over de achtergronden van het festival te vinden. Ik heb de krant in zijn geheel doorgenomen want ik was erg benieuwd

naar wat er op spiritueel gebied in ons land gaande is en hoe wij als christenen daarop zouden kunnen/moeten reageren. En dat voor zowel onze eigen positiebepaling als christen als ook voor eventuele gesprekken met mensen die dit soort festivals bezoeken. De bedoeling van dit artikel is het geven van een indruk van waar een bepaalde groep mensen geestelijk mee bezig is en waar zij (helaas) mee te maken krijgen.

Wat wordt er gedaan op het Eigentijds Festival?

Het festival als plaats van ontmoeting wordt georganiseerd door het Eigentijds EcoZeN Netwerk. Dat bestaat uit ca. 40.000 "bewust levende mensen, die zich betrokken voelen bij Eco (staat voor het ecologisch principe; duurzaamheid, biologische land- en tuinbouw, duurzame energievoorziening etc.) en ZeN (zin,

zijn, mogelijkheden, en wat staat voor een open levensvisie)". Een citaat van de website www.ecozennetwerk.nl: "De 2 begrippen Eco & ZeN symboliseren voor ons de achterliggende gedachte dat aandacht voor de geestelijke aspecten van het leven (persoonlijke ontwikkeling, levensbeschouwing) en aandacht voor duurzaamheid hand in hand dienen te gaan, en zijn onlosmakelijk met elkaar verbonden vandaar dat ze aan elkaar geschreven worden: EcoZen. EcoZeN is werken aan je zelf en de aarde voor een betere toekomst". Dat klinkt uiteraard heel mooi, maar men denkt, zoals zal blijken, het zonder de enige ware God te kunnen bereiken.

Er worden op het festival meer dan 500 (!) workshops, lezingen en cursussen gegeven. Bijvoorbeeld klank van kristallen en stem, kruidenleer, didgeridoo

-christelijke



(blaasinstrument voor begeleiding van dansceremonies), wicca, edelsteenken- nis, sjamanisme, yoga, transformational breath (daarbij wordt, om zoveel mogelijk zuurstof te ontvangen, de lucht via de mond naar binnen gezogen, ritmisch be- geleid door passende achtergrondmuziek), massages, ontdekkingsreis naar paranor- male gaven, initiatiepsychologie, 'subtiel en zeer diep contact leggen met paarden', tao tantra en soul tantra, etc., etc.. Verder is er een zgn. healingfield waar men "te- gen een bescheiden vergoeding" zich kan "laven aan inzicht- en healingmethoden".

Elke dag zijn er zonsopgang- en zons- dergangrituelen. Bij zonsopgang wordt het Vedische Agni Hotra vuurritueel uit- gevoerd voor het zuiveren en versterken van het bio-energetisch lichaam of aura veld van mensen, dieren en objecten, en van de omgeving en de atmosfeer. Daarbij

worden mantra's gereciteerd. Er is een vuurloopceremonie en er zijn zweethut- ceremonies om contact te maken met de krachten in jezelf. Voor kinderen zijn er verhalen over de legende Thor, elfen, trollen en dwergen, en mythen van goden en godinnen. Ook is er veel aandacht voor muziek (mantramuziek), theater en dans (biodanza, oerdans, trance dans en universele dansen voor de vrede waar- bij mantra's uit verschillende spirituele tradities worden gezongen). Het festival zelf wordt geopend en afgesloten met bepaalde (dans)rituelen.

Advertenties in de informatiekraant

Naast de pagina's met algemene infor- matie over de activiteiten en workshops op het festival waren de pagina's met advertenties opvallend. Er is sprake van een enorme diversiteit aan advertenties (vooral als je ook de desbetreffende web-

sites bekijkt). Enerzijds de advertenties die meer zijn gericht op duurzaamheid, organische en biologische voeding en creativiteit, kleien en ambachtelijke vaardigheden. Anderzijds de meer spiritueel gerichte advertenties (van een paragnost en een healing en reading medium), waarbij gradaties te onderscheiden zijn wat betreft de mate waarin ze occult zijn. Enkele voorbeelden van onderwerpen: Si- berisch sjamanisme, yoga, meditatie reizen naar zgn. krachtplaatsen (heilige plaatsen waar veel krachtige energie aanwezig is), zwemmen met dolfijnen en werken/ken- nismaken met paarden, aquarius-mystiek, transformational breath, sensi-therapie (met o.a. edelsteen therapie, holistic pul- sing (schommelen, wiegen en rollen om spanningen los te maken), drukpuntmas- sage, oligotherapie (beoogt het lichaam weer in balans te brengen door toediening van natuurlijke mineralen en metalen





[sporenelementen]), aura's en chakra's, iboga-experience (bewustzijnsstimulering met de geneeskrachtige iboga-plant), tantratouch-massage, healing door 'Aquarius Angels', etc.. Wat dat laatste betreft, verbaas je je over wat er op de desbetreffende site te lezen is: "Er is in de loop der tijd veel op healing-gebied ontstaan en het helpt de mensen die in hun eigen spirituele ontwikkeling precies op een bepaalde

trilling zitten. Zo zijn er mensen die veel aan Reiki-sessies hebben gehad, maar op een bepaald moment overstappen op bijvoorbeeld 'multi dimensional healing' of 'Integrated Energy Therapy' of een 'Engelen Healing' zoals je bij een Praktiserend Engelen Expert kunt ontvangen. Elk van deze mensen is dan (vanuit de trilling die een Reiki-healing heel nuttig en effectief maakt) doorgesloopt naar een andere

trilling waar het type healing dat ze dan zoeken weer nuttig voor ze wordt. Nu is de tijd aangebroken om een nieuwe vorm van heling te ontwikkelen. Wij zullen je de inzichten en technieken aanreiken om de mensen die door gegroeid zijn, en nu een lichtere vorm van healing nodig hebben, te kunnen bedienen. Dit wordt de Aquarius Angels® Healing" (aldus een Aquarius Angel). De bedoelde engelen zijn lichtwezens, geleide geesten, van wie wij weten dat het demonen zijn.

Zoals ook bij paranormaalbeurzen te zien is, blijkt er een overweldigende en steeds toenemende hoeveelheid therapieën te worden aangeboden. Soms onder nieuwe benamingen. Je zou er overspannen van worden. Want wat moet je kiezen? En wat zijn de ervaringen met een therapie? Als die niet bevalt, moet je weer een andere gaan zoeken. Je kunt aan de gang blijven. Er komt geen eind aan. Bovendien kun je je afvragen of de therapieën onderling wel consistent zijn.

Wat moet je als christen hiervan denken? Wij hebben het eigenlijk heel eenvoudig, want we kunnen al die therapieën, hoe mooi en interessant ze ook mogen lijken, direct in de vuilnisbak gooien. Immers de toets om het te beoordelen is de vraag of Jezus Christus en de Heilige Geest worden erkend als de enige bronnen voor ware genezing van geest, ziel en lichaam. Wordt dit niet erkend, dan moet men een bepaalde healing of hoe het ook heten mag, radicaal afwijzen, ook al probeert de boze het fascinerend en veelbelovend voor te stellen. We hoeven de diepten van satan niet te kennen. En ook in het geval er bepaalde elementen van juistheid in een therapie zouden zitten, moet men er verre van blijven omdat er soms/veelal connecties zijn met occulte personen (bijvoorbeeld mediums) of zaken.

Als je de video's van het festival bekijkt. Dan verbaas je je erover dat de zgn. nuchtere Hollanders zich zo laten meeslepen met allerlei mistige zaken, terwijl men de Bijbel wellicht als achterhaald beschouwt.

Welke opstelling van ons als christenen?

We moeten deze mensen uiteraard liefdevol met de gezindheid van Jezus tegemoet treden. Vaak jonge, moderne mensen, maar ook ouderen zijn op zoek naar zingeving (en genezing van geest, ziel en lichaam) en men verlangt ernaar goed te leven en rekening te houden met de natuur door te streven naar duurzaamheid en ecologisch verantwoorde productie en consumptie. Op zich prima. We mogen bij die instelling proberen aan te sluiten, maar hen wijzen op het feit dat elk mens



God nodig heeft en dat de Bijbel de enige weg tot behoud en ware zingeving wijst. Het is denkbaar dat veel van deze zoekers ooit de kerk de rug hebben toegekeerd vanwege soms onverstandig c.q. huichelachtig gedrag of door krenkende opvattingen/uitspraken van gelovigen. Wellicht is het ook voor een deel het gevolg van het feit dat wij er kennelijk niet in geslaagd zijn om buiten de kerk onze opdracht als rentmeesters van de natuur onze taak te

vervullen, en in die zin getuige te zijn.

We mogen echter laten zien dat geloof in God niet iets absurds of doms is, maar iets dat niet strijdig is met het gezonde verstand, ook al gaat het geloof ons verstand te boven. Laten we ervoor bidden dat wij als christenen acht mogen slaan op zoekende mede-mensen, die helaas de oplossing in verkeerde richtingen zoeken en daardoor misleid en dan ongetwijfeld teleurgesteld worden. Heel belangrijk is het om tegenover hen open en eerlijk te zijn, en evt. te vragen naar wat de oorzaak is waarom zij geen belangstelling (meer) hebben voor het christelijk geloof. En laten wij ernaar zoeken hoe wij hen kunnen vertellen dat er werkelijk goed nieuws is en wat dit inhoudt.

tot God is, heeft gevonden***. We mogen bedenken dat God elk mens heeft geschapen met een verlangen om Hem te leren kennen en Hem lief te hebben en eeuwig zich in Hem te verblijden. Daarom mogen wij erop vertrouwen dat ieder die echt de waarheid zoekt, God en Zijn Zoon Jezus Christus zal (kunnen) leren kennen.



Piet Guijt
Augustus 2014

Bemoedigend zijn de getuigenissen die op internet te vinden zijn van mannen en vrouwen die in het alternatieve/occulte circuit hebben gezeten, maar tot geloof gekomen zijn. Een indrukwekkend voorbeeld is het verhaal van Denise Rutten die van alles (o.a. homeopathie, paranormale genezers waaronder Jomanda en acupuncturisten, diverse inwijdingen o.a. van het violette vuur en in de orde van Melchizedek, knielen voor avatar Mother Meera, reiki-master en chakra healer geweest, regressietherapie) heeft meegemaakt, maar uiteindelijk toch haar Heiland Jezus Christus, die de enige weg

* Dit Eigentijds Festival is al 20 jaren in Vierhouten gehouden, maar zal vanaf 2015 daar niet meer plaatsvinden, maar in Hennezel in Frankrijk, waar de woon- en werkgemeenschap Ecolonie een eigen terrein heeft.

** http://www.pastoralehulpverlening-jongeren.nl/?page_id=3606

Toetsen van alternatieve en complementaire geneeswijzen



Zaterdag 11 Oktober Prijs inclusief 3 boeken ter waarde van € 50,-, + hand outs+ koffie € 75!

Inleiding

In iedere kerk of gemeente komen in het pastoraat vaak vragen over hoe om te gaan met veel alternatieve en complementaire geneeswijzen. Vaak wordt niet herkend dat een geestelijke groei in geloof belemmerd wordt door verkeerde bindingen, die ontstaan door occulte contacten in de gezondheidszorg. Ook in het evangeliseren het bereiken van mensen buiten de kerk kan dit een belemmerende factor zijn. Deze cursus geeft inzicht in het denken en handelen van veel van de 'verkeerde alternatieven' Juist omdat er tegenwoordig veel occulte technieken in de reguliere gezondheidszorg geïntegreerd worden is meer up to date kennis noodzakelijk. Stichting Promise heeft in de afgelopen 30 jaar die kennis verzameld en steeds geactualiseerd. Het is een onmisbaar gereedschap in het uitvoeren van een pastorale bediening, anderen niet in het pastoraat werkzame belangstellenden zijn ook van harte welkom

Cursus informatie

- 11 Oktober van 10.00-16.00uur

- De cursus wordt gehouden in het Therapeutisch centrum Oudewater Lange Burchwal 80, 3421 SM, tel. 0348 563359 of 567670
- Docent: Gerard Feller
- **Kosten:** à € 75, - **inclusief alle hands out, 3 boeken, koffie/thee, minimum aantal deelnemers 8 maximum 15**
- De drie boeken zijn: **New Age, esoterie en evangelie 2 Tus-sen Waan en Werkelijkheid, 3 Toetst alles, waarheid en leugen in de christelijke gemeente**
- Deelnemers ontvangen een certificaat van deelname

Programma

- 10.00-11.15 uur - Inleiding gezondheid, mensbeelden, Yoga: oude en nieuwe technieken, bijbelse toetsing+ vragen.
- 11.15-12.15 uur - Taoïstische geneeswijzen zoals: acupunctuur, Feng Shui, Voetreflexologie, Iriscopie
- 12.15-13.00 uur - Lunchpauze
- 13.00-14.00 uur - Magnetisme en kosmische energie zoals: magnetisme, Reiki, Therapeutic Touch, Chakra-balancing, homeopathie, bijbelse toetsing+ vragen
- 14.00-15.00 uur - Bewustzijn veranderende methodes zoals: hypnose, visualisatie en geleide fantasie, nlp= neuro linguïstisch programmeren, bijbelse toetsing + vragen
- 15.00-15.15 uur - Pauze
- 15.15-16.00 uur – Weg tot bevrijding, bijbelse alternatieven, Hoe kan ik helpen.
- 16.00 Afsluiting, uitreiking certificaat



Opgave

Praktijk Hulpverlening "heel de mens"
Lange Burchwal 80, 3421 SM Oudewater
3421 SM Oudewater tel 0348 561419 of 567670
info@pastoraat.com

U kunt zich inschrijven door à € 75,- overmaken op bankrekening NL52RABO0352313498 van G.P.M. Feller onder vermelding: 11 okt. 2014

Stress te lijf!!



Leer uw lichamelijke spanningssignalen te herkennen en paniekstoornissen te voorkomen.

een goed alternatief voor mindfulness!!! Meer dan tienduizend cursisten gingen u voor!

4 donderdagavonden of donderdagmiddagen in okt/nov 2014

Van 13.00uur -15.30 uur en 19.30 uur - 22.00 uur in het therapeutisch centrum op de Lange Burchwal 80 in Oudewater. Tel. (0348) 561419 of 567670. Als bijbelgetrouwe christenen wijzen we de yoga-oefeningen af. Toch vinden we in deze cursus een verantwoord Bijbels alternatief waarin we op een goede manier ook aan lichaamsoefeningen ter ontspanning kunnen .werken Wat zijn de spannings-signalen, die je kunt herkennen? Hoe kun je het beste reageren op paniekgevoelens? En hoe staan deze met elkaar in verband? Zo laten we in het kort op eenvoudige wijze iets zien van de werking (fysiologie) van spieren, houding, ademhaling om de lichaamsoefeningen beter te begrijpen en daardoor ook beter te kunnen oefenen. Oefeningen, zoals spierontspanningsoefeningen, adem oefeningen en houdings-oefeningen die helpen meer inzicht en controle uit te oefenen op onze lichamelijke spanningen en gezondheid. Zo kunnen we op een verantwoorde manier omgaan met 'de tempel van de geest'.

Lesprogramma

Er zijn twee cursussen op donderdagmiddag van 13.00-15.30 en een cursus van

19.30-22.00 op dezelfde donderdag in maart en april

Donderdag 30 oktober 2014

Voorstellen, Oefeningen om te bepalen of u goed lichamen kunt ontspannen en kort interactief bijbels voorbeeld van omgaan met stress

Donderdag 6 november 2014

Spierontspanning + houding en kort interactief bijbels voorbeeld van omgaan met stress

Donderdag 13 november. 2014

Adem oefeningen in relatie met spanningen en korte interactief bijbels voorbeeld van omgaan met stress

Donderdag 20 november 2014

Interactieve studie over stress, de gevolgen en de mogelijkheden om hier op een psychosociale, en geestelijke wijze mee om te gaan.

Cursusleiding

Gerard en Coby Feller, pastoraal counselor, fysiotherapeut, psychosomatisch oefentherapeute



Cursuskosten

De kosten voor de cursus van 4 donderdag middag of avonden, inclusief koffie/thee en cursusboek bedragen € 130,-. (vaak vergoed door werkgevers en zorgverzekeraars, eerst navragen!)

Opgave

Het is niet mogelijk voor een of twee dinsdagen in te schrijven. Lesgeld € 130 te voldoen op onderstaand rek.nr vóór 22 oktober. Opgave via: info@pastoraat.com of tel 0348 567670 Bij annulering van de cursus binnen een termijn van tien dagen voor de eerste donderdag bent u € 30 reservekosten verschuldigd. Na aanmelding en betaling ontvangt u een bevestiging plus routebeschrijving. Uw betaling kunt u overmaken op bankrekening NL52RABO0352313498 van de Rabobank te Oudewater t.n.v. G.P.M. Feller onder vermelding 'stress te lijf' najaar2014 (minimum deelnemers 7 maximum 12)





Mijn Blijdschap...uw blijdschap

“Zoals de Vader van Mij houdt, houd Ik van u. Blijf u bewust van Mijn liefde. Zorg ervoor dat Ik van u kan blijven houden, door te doen wat Ik zeg. Want de Vader is van Mij blijven houden doordat Ik gedaan heb wat Hij zei. Leef vanuit Zijn liefde. Ik heb dit gezegd met de bedoeling dat Mijn blijdschap in u zal zijn”. (Joh.15: 9-11, Het Boek).

Je kunt je afvragen, wat dat voor blijdschap was die Jezus had.? In Psalm 40:9 wordt daar ook over gesproken: “Mijn hele hart verlangt ernaar Uw wil te doen, Mijn God. Uw wet is mijn leven. Ik vertel de blijde boodschap van uw Liefde en rechtvaardigheid in de samenkomsten”. (Het Boek).

Heb ik Jezus Christus toegelaten om Zijn blijdschap te leren kennen? De zorgen van de wereld, zei Jezus, verstikken het Woord. Het allereerste wat deze blijdschap in de weg staat, is de geprikkeldheid die ontstaat als we piekeren over onze omstandigheden. Mijn leven vindt zijn vervulling niet in lichamelijke gezondheid, niet in het zien van Gods werk in mij maar in het verstaan van een volmaakte gemeenschap met Jezus, zoals Hij die ook Zelf heeft met de Vader. In dit blad staat onder andere het artikel: ‘Wilt gij gezond worden?’ In die zin zijn we allemaal op weg gezond te **worden**. We moeten zorgen dat onze relatie met God in orde is, dan zoeken we Zijn blijdschap en zullen stromen van levend water uit ons vloeien. Wees niet langer vervuld van uzelf, loop niet met uw vroomheid te koop en leef het met Christus verborgen leven.

Naar gedachten van Oswald Chambers

Abonnees s.v.p. registreren

In juli 2014 hebben alle abonnees een brief gekregen met onder andere een wachtwoord en inlog voor de Promise-site. Een aantal abonnees heeft dit al gedaan, voor hen geldt deze boodschap niet. Door u te registreren heeft u toegang tot o.a. alle 40 verschenen Promise-magazines en nog veel meer extra's. Ook kunt u zelf uw adresgegevens veranderen. Belangrijk is ook dat u uw email-adres invult. Voor ons zou het veel werk en kosten besparen als we u (incidenteel) per email kunnen bereiken. U kunt dan ook uw abonnementsverlenging volgend jaar online regelen Bent u uw inlog kwijt, mail dan naar info@stichting-promise.nl met uw adresgegevens of relatienummer, dan sturen we u de inloggegevens nogmaals per mail toe. U gaat dan naar www.stichting-promise.nl, naar Magazine op de beginpagina bovenaan, dan naar INLOGGEN/UITLOGGEN, vervolgens typt u de gebruikersnaam die u van ons gekregen hebt in en het wachtwoord. Daarna kunt u uw gegevens invullen of wijzigen. U kunt ons zo steunen doordat we veel portokosten besparen. Het Promiseblad valt natuurlijk nog steeds ieder kwartaal bij u op uw deurmat, tenzij u aangegeven heeft dat u het alleen digitaal, online wilt ontvangen. Ook kunt u helpen ons abonneebestand weer te vergroten, door geïnteresseerden erop attent te maken dat ze online een abonnement kunnen nemen. Hartelijk dank voor uw medewerking!

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.

De stichting tracht dit doel te bereiken door:

- 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, dit tevens via audiovisuele middelen aan een zo breed mogelijk publiek.

De stichting is interkerkelijk en heeft als grondslag, zich daarbij alleen te laten leiden door de Bijbel, waarvan ze gelooft dat 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 en Coby Feller, Oudewater
drs. W.J. Pijnacker Hordijk, Delft

Comité van aanbeveling

Ds. Orlando Bottenbley
Drs Martie Dieperink
Drs Bert Dorenbos
Drs MartienJan de Haan
Prof. dr. Ir. Henk Jochemsen
Dhr. Hans L.J. Keijzer
Prof.dr. Martjan Paul
Drs Chr. Steyn
Dhr. Teun Stortenbeker
Dhr Feike ter Velde
Ds dr. Paul J. Visser
Drs Jef de Vriese (België)
Drs Téó v.d. Weele
Dr. Jim Wilder (U.S.A.)

De verantwoordelijkheid voor de inhoud van de artikelen is voor de auteur en/of de redactie

Vormgeving DUO-ontwerp, Utrecht

Druk Boom + Verweij grafiservices, Mijdrecht

ISSN: 1383-0295

verschijnt 4x per jaar

Abonnement: minimaal € 16,- per jaargang

St.Promise

Lange Burchwal 80, 3421 SM Oudewater
Tel. 0348 - 563359
e-mail: info@stichting-promise.nl
internetpagina: www.stichting-promise.nl
IBAN ING: NL10INGB0004906197
BIC ING: INGBNL2A

IBAN Rabobank: NL58RABO03916.83.071
BIC Rabobank: RABONL2U

Voor België:

Abonnement: minimaal € 20,- per jaargang
IBAN: BE09000169299857
St.Promise
Lange Burchwal 80, 3421 SM Oudewater
Nederland

Losse nummer € 4,-



9 771383 029001