

**Bijbels Holisme
in de
Gezondheidszorg**

Gerard Feller

Copyright © Gerard Feller
2002

Redactie
Omslag realisatie Layout
Druk

: Jolm Hofman
: Wendell Leiwakabessy
: Grada Hofman
: Krips, Meppel

Bijbels Holisme in de
Gezondheidszorg

CIP-GEGEVENS
KONINKLIJKE
BIBLIOTHEEK, DEN HAAG

Feller, Gerard
Heel de Mens -
Bijbels Holisme in de
Gezondheidszorg / Gerard
Feller; Stichting Promise,
Oudewater - le druk,
augustus 2002
Met lit. opgave

ISBN
NUR
Trefwoord

: 90-74507-07-7
: 777
: psychosomatiek;
godsdienst, stress

DE RELATIES IN DE MENS

a) Voor de Zondeval

Bij het toetsen van allerlei geneeswijzen en therapieën is gebleken, dat het denken over wie de mens is, steeds weer van groot belang is. Alleen van uit een bijbels mensbeeld kunnen we de werkelijke verhoudingen ontdekken; hoe de mens door God geschapen en bedoeld is. Zo kunnen we leren hoe de relaties van de innerlijke mens zich ten opzichte van het stoffelijke verhouden.

De Bijbel heeft daar erg veel over te zeggen. Ook over de door God gegeven mogelijk heden om te komen tot herstel, genezing en schieping van de nieuwe mens naar lichaam, ziel en geest in Christus.

In deze studie maken we met toestemming gebruik van The Spiritual Man door Watchman Nee, Volume I, uitgave Christian Fellowship Publishers, inc. New York, 1968; Chapter 1 Spirit, Soul and Body, page 23 tot 68. De Nederlandse editie is getiteld De Geestelijke Mens, uitgave Importantia Publishing (www.importantia.com), Dordrecht, 2002 ISBN 90 57 19049

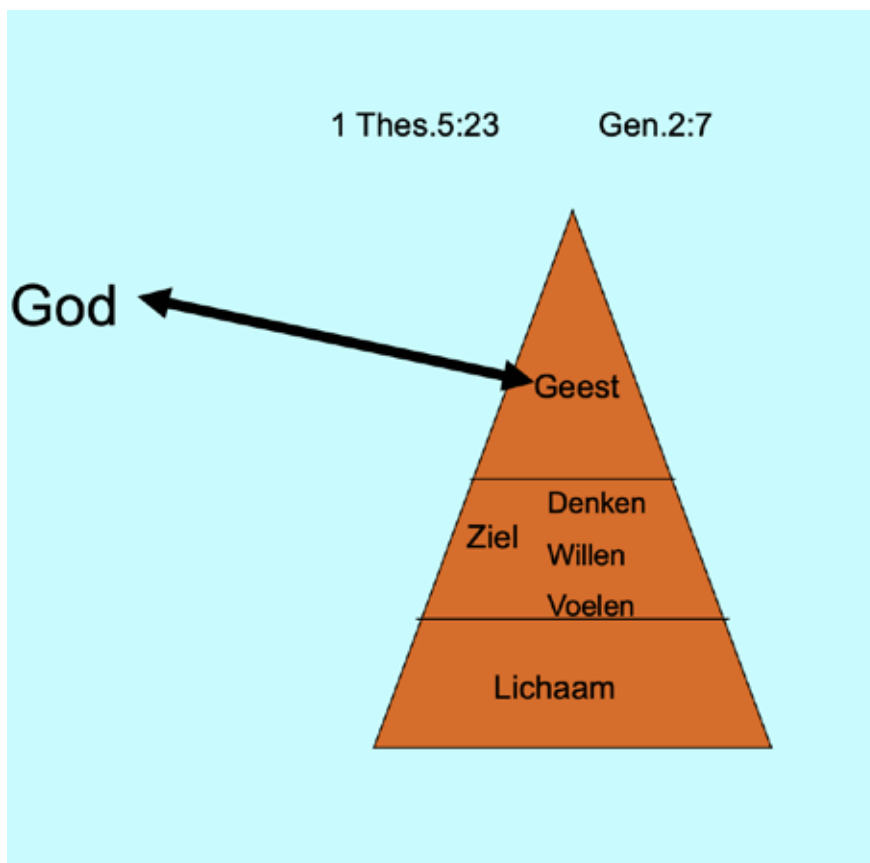
Watchman Nee is een bijbelleraar van groot gezag die beschouwd wordt als een van de belangrijkste kerkelijke leiders binnen het Chinese Christendom. De Nederlandse editie met nagenoeg 800 pagina's mag als een regelrechte christelijke klassieker beschouwd worden. Schepping van de Mens In Genesis 2: 7 staat: "Toen formeerde de Here God de mens van stof uit de aardbodem en blies de levensadem in zijn neus; also werd de mens een levend wezen" (SV = ziel). Het lichaam werd gevormd uit het stof der aarde. Dit was in feite nog een dood lichaam, maar het werd door de adem

van God een levende ziel. God blies als het ware er tweezijdig leven in; te weten: ziels leven= reactie door het lichaam en geestelijk leven= reactie door de geest (de geest van de mensen, die overigens anders is dan de geest van God). Uit Genesis 2: 7 volgt dat de mens geschapen werd bestaande uit twee delen: lichaam en geest. Toen dat gebeurde ontstond de ziel.

De mens nu is een drie-eenheid. Met andere woorden: ziel en lichaam werden door de geest verenigd "geest en lichaam werden in de ziel verenigd." Adam kende voor de zondeval niets van de strijd tussen geest en vlees zoals wij die kennen. Zoals de engel als geest geschapen werd, werd de mens als een levende ziel geschapen. Dat wat de mens is, hangt af van zijn ziel. Dit is de "openbaring van wat hij is." De ziel is het orgaan van de vrije wil, waarin geest en lichaam geheel samensmelten. Je kunt de relatie lichaam, ziel en geest zoals die oorspronkelijk in het paradijs geschapen is vergelijken met het beeld van een lamp. De lamp staat voor de gehele mens.

De menselijke geest is te vergelijken met de stroom, het lichaam met de stroomdraad en de ziel met het lamplicht. De stroom is de oorzaak van het licht, terwijl het licht de werking van de stroom is. De draad is de materiële substantie, die zowel de stroom leidt als het licht tevoorschijn brengt. Door de verbinding van geest en lichaam ontstaat de ziel, hetgeen alleen bij mensen het geval is (niet bij engelen of dieren). Zoals de stroom door de draad geleid in licht verandert, zo werkt onze geest uit op onze ziel, die zich op haar beurt weer door het lichaam manifesteert.

"We moeten echter bedenken dat, hoewel de ziel het zwaartepunt is van



door het lichaam, waarbij ook de geest (geestelijke gesteldheid) zichtbaar wordt. Bij gelovigen mag je dus zeggen: de ziel neemt van de geest wat die van de Heilige Geest ontvangen heeft, zodat het lichaam een geestelijk lichaam kan worden.

Voor de zondeval was de macht van de ziel volkomen onder Gods heerschappij. De ziel is onder andere de zetel van het verstand, gevoel en wil. Zoals de geest de geestelijke wereld voelt, zo voelt het lichaam het stoffelijke.

Uiteindelijk beslist de ziel! De geest kan alleen regeren als de ziel toestemming geeft. Want de geest kan niet zomaar inwerken op het lichamelijke. Zo is de ziel het draaipunt. De mens is geen automaat of robot. Hij kan zelf beslissen. Hij heeft een wil. Omdat de ziel zo'n grote macht heeft noemt de Bijbel de mens een levende ziel.

Gods Tempel
I Korintiërs 3: 16 zegt: "Weet gij niet, dat gij Gods tempel zijt en dat de Geest Gods in u woont?" De Bijbel vergelijkt de mens met een tempel. In het Oude Testament wordt daar veel over geschreven, het leert ons ook veel over de verhoudingen van de mens. De buitenste voorhof, daar waar iedereen kan komen, wordt vergeleken met het lichaam. Het heiligdom, waar alleen de priesters hun diensten (olie, wierook, brood) is te vergelijken met de ziel van de mens.

Terwijl het Heilige der Heilige vergelijkbaar is met de geest. Hier is de mens in verbinding met God. In de geest regeert dan ook het geloof en niet de zinnen (denken, willen, voelen). De ziel is het heiligdom, waarin het licht zich bevindt door de zevenarmige kandelaar. De buitenste voorhof staat in verbinding met het volle daglicht.

ons tegenwoordige wezen, het de geest is die de heersende kracht is in ons opstandingleven 1 Kor. 15:44 zegt:

"Er wordt een natuurlijk lichaam gezaaid en een geestelijk lichaam opgewekt." Dit is voor ons van groot belang: bij ons die verbonden zijn met de Opgestane Heer kan nu reeds de geest over onze hele wezen regeren. Dit komt omdat we niet verenigd zijn met de 'eerste Adam', die een als een levende ziel geschapen werd, maar met de 'laatste Adam', die een levendmakende geest is (I Kor. 15: 45).

De functies van geest, ziel en lichaam

Door het lichaam komt de mens met de materiële wereld in aanraking. Het lichaam is dus dat deel van ons wezen wat ons wereldbewustzijn geeft. De ziel omvat het verstand, de gevoelens en de wil. Het openbaart de persoonlijkheid en is dat deel van ons wezen dat ons zelfbewustzijn geeft.

De geest is dat deel

waardoor we met God in verbinding komen en alleen daardoor kunnen we Hem begrijpen en aanbidden.

Omdat de geest ons uitsluitend geeft over God, zetelt het Godbewustzijn in de geest. Anders gezegd: "God woont in de geest, ons eigen ik woont in de ziel, en de zinnen (zintuigen) wonen in het lichaam."

Als Gods Geest direct op het lichaam in wil werken, is daarvoor een medium nodig namelijk: de ziel. (Lukas 1: 47). "De geest kan door de ziel het lichaam onderwerpen. Het lichaam kan door de ziel de geest nadelig beïnvloeden. De opdracht van de ziel is, dat geest en lichaam in de juiste verhoudingen staan ten op zichte van elkaar. Dat wil zeggen dat de geest superieur is aan het lichaam en de geest door de ziel het lichaam regeert.

Goed beschouwd is de mens een eeuwig wezen en dus een geestelijk wezen. De ziel is de zetel van de persoonlijkheid van de mens. De ziel open baart zich

De handelingen van het lichaam kunnen dan ook door iedereen buiten gevolgd worden. Dit alles dient als beeld, schaduw van de wedergeboren mens. De ordening van God in de mens zijn als geest, ziel en lichaam en niet andersom! (1 Tessalonicenzen 5: 23).

Nu begrijpen we waarom de Bijbel de mens met een tempel vergelijkt: het is een volmaakte harmonie. Alle tempeldienst gebeurt op grond van de openbaring in het allerheiligste. De werkzaamheden in het heiligdom en de voorhof zijn geregeld door de tegenwoordigheid van God in het allerheiligste. Dit is de plaats waar de vier hoeken van de tempel samenkomen en rusten. Het lijkt erop dat er in het allerheiligste niets gebeurt omdat het donker is.

Alle werkzaamheden gebeuren in het heilige, zelfs de bedrijvigheid van de voorhof wordt door de priesters van het heilige in de gaten gehouden. Alle bedrijvigheid in het heilige wordt echter door de openbaring in uiterste rust en vrede van het heilige der heilige bepaald.

De toepassingen zijn niet moeilijk in dit beeld. Hoewel het lijkt dat de ziel de "meester" is van alle werkzaamheden, omdat het lichaam haar gehoorzaamt, is het toch **uiteindelijk de geest die de ziel moet leiden**. Het is van levensbelang voor een gelovige te weten dat hij een geest heeft, omdat hier de communicatie met God plaatsvindt. Als hij deze niet kent, weet hij ook niet hoe hij verbinding met God moet hebben.

Zo gebeurt het helaas veel dat men gedachten en gevoelens met het werk van de geest verward. Men onderscheidt niet het verschil tussen geest en ziel. Daarmee verbant hij zichzelf naar de "buitenste voorhof of het heilige", waardoor men

onmogelijk geestelijk leven kan ervaren

Geest en Ziel

I Korintiërs 5: 4: 'mijn geest'
Romeinen 8: 16: 'onze geest'
I Korintiërs 14: 14: 'mijn geest'. Zie verder onder andere I Korintiërs 14: 32, Spreuken 25: 28, Hebreëen 12:23, Zacharia 12: 1. Bijbels gezien kunnen we drie hoofdfuncties in de geest van de mens onderscheiden.

1) Het geweten

Dit is het orgaan van onderscheid tussen goed en kwaad, niet door kennis van het verstand, maar door een spontaan direct oordeel. Vaak wil ons verstand rechtvaardigen wat ons geweten beslist heeft, maar het werk van het geweten is onafhankelijk en direct en richt zich niet op uiterlijke omstandigheden.

2) De intuïtie

Dit is het ontvankelijke, gevoelige orgaan van de geest. Het onderscheidt zich ver van 'zielijke' ontvankelijkheid en gevoeligheid, daarom wordt het ook wel onmiddellijke intuïtie genoemd, omdat het ook niet beïnvloed wordt door omstandigheden van buitenaf, zoals de gevoelens van de ziel.

Deze kennis, die nogmaals onafhankelijk is van denken, gevoel en wil, valt ons ten deel. Natuurlijk is het zo dat het ten slotte door het verstand "begrepen" wordt. Goddelijke openbaring en al het werk van de Heilige Geest herkent de gelovige door intuïtie. Een gelovige dient dan ook op deze twee punten goed te letten: de stem van het geweten en de kennis door intuïtie (zie ook www.complementaire-gezondheid.nl)

3) Gemeenschap.

Gemeenschap is aanbidding van God. De "organen" van de ziel zijn niet bij machte God te aanbidden. We kunnen God niet omvatten,

maar we kunnen God in onze geest herkennen. Geweten, intuïtie en gemeenschap zijn diep met elkaar verbonden in het innerlijke van de mens.

De relatie tussen geweten en intuïtie bestaat hierin dat het geweten op grond van de intuïtie oordeelt, het verwerpt elk gedrag dat niet gebaseerd is op door intuïtie ontvangen aanwijzingen. De intuïtie staat met de gemeenschap of aanbidding in verbinding. Hierin herkent de mens God, door intuïtie de wil van God (geestelijke kennis).

Niet onze zielse verwachtingen of onze verstandelijke conclusies brengen ons de kennis van God. Zo mogen we stellen dat onze geest de functie van het geweten, de functie van intuïtie (geestelijke gevoelens en kennis) en de functie van gemeenschap, heeft (lofprijs, aanbidding). Bij de volgende bijbelteksten vinden we daar voorbeelden van:

a) Functie van het geweten van de mens in de geest:

Deuteronomium 2: 30: "De Heer verhardde zijn geest."
Psalm 34: 19: "Hij behoudt de verslagenen van geest."
Psalm 51: 12: "Vernieuw in mijn binnenste een vaste (nieuwe) geest".
Joh. 13: 21: "Jezus werd ontroerd in de geest."
Handelingen 17: 16: "Zijn geest werd in hem geprikkeld."
Romeinen 8:16: "Dezelfde Geest getuigt met onze geest"
2 Korintiërs 2: 12: "Ik had geen rust in mijn geest."

2 Timoteüs 1: 7: "Geen geest van vrees gegeven."

b) Functie van intuïtie van de mens in de geest

Voorbeelden: Matteüs 26: 41: "De geest is gewillig, het vlees is zwak."
Markus 2: 8: "Jezus doorzag terstond in de geest."
Markus 8:12 "Hij diep zuchtend in de geest."
Johannes 11: 33: "Jezus werd verbolgen in de geest."
Hand. 18: 25: "Apollos vurig in de geest." 1 Korintiërs

2: 11: "Wie weet wat in zijn geest is dan des mensen geest." 1Korintiërs 16: 18: "Ze hebben mijn geest verkwikt."

c) Functie van gemeenschap met God in de geest van de mens Lukas 1: 47: "Mijn geest heeft zich verblijdt in God." Johannes 4: 23: "zullen aanbidden in geest en waarheid." Romeinen 1: 9: "God die ik, met mijn geest dien." Romeinen 8: 15 "geest van zonschap door wie we zeggen: Abba." Romeinen 8: 16: "de Geest getuigt met onze geest."

I Korintiërs 6: 17: "Wie zich aan de Here hecht is een geest met Hem".

I Korintiërs 14: 15: Ik zal bidden met mijn geest, maar ook bidden met mijn verstand; ik zal lofzingen met mijn geest, maar ook met mijn verstand." Openbaring 21:10: "Hij voerde mij weg in de geest".

Ofschoon niet wedergeboren mensen het eigenlijke leven niet bezitten, heeft hun geest ook deze drie functies. De aanbidding en gemeenschap geldt dan de boze geesten. Maar ook al komen deze functies ook voor, dan neemt dat niet weg dat ze door hun zonden en overtredingen dood zijn. Dit komt omdat hun geest van geboorte af geïnfecteerd is met de zondige natuur.

Ieder die bijvoorbeeld een scherp ontwikkeld geweten heeft, is daarom nog niet gered! Het bewijst alleen dat we buiten verstand, gevoel en de wil van onze ziel ook een geest hebben. Voor de wedergeboorte is deze geest gescheiden van het leven van God, na de wedergeboorte woont het leven van God door de Heilige Geest in onze geest. Dan wordt onze geest tot leven gewekt om een werktuig van de Heilige Geest te worden. Als we de betekenis van de geest willen bestuderen, moeten we ons vooraf

realiseren dat een menselijk wezen een onafhankelijke geest bezit, die door wedergeboorte vrijwillig voor afhankelijkheid van God kiest. Deze vernieuwt en leert ons en brengt ons in Zijn rust. Helaas is het echter zo dat door de vele jaren knechting van de geest door de ziel veel christenen weinig weten over hun geest. Daarom moeten we God ernstig bidden om ons te leren onderscheiden wat geestelijk en wat ziels is. Voor de wedergeboorte is de geest zo verzonken in de ziel, dat hij het geestelijke en zielse (vleselijke) niet kan onderscheiden.

De functies van de geest en ziel zijn versmolten. De geest schijnt een onderdeel van de ziel te zijn. Als dan het verstand, wil en gevoel in kracht toenemen, worden de functies van de geest nog verder vertroebeld. Daarom moet er bij een gelovige **een scheiding tussen ziel en geest voltrokken worden**. (Hebreeën 4: 12: "vaneenscheidt ziel en geest").

Bij het bijbels onderzoek vinden we dat de niet vernieuwde geest het zelfde functioneert als de ziel. Zie Genesis 41: 8: "Farao's geest was onrustig." Spreuken 17: 22: "Een verslagen geest doet het gebeente verdorren". Jesaja 29: 24; "dwalende van geest zullen inzicht".

Het gaat hierboven om de geest en niet om de ziel. Toch functioneert dat hier hetzelfde, het gaat om het binnenste van de mens. Hier functioneert toch de geest, want zijn werken komen hem/haar door de geest. Hoewel de geest door de ziel hier beheerst wordt houdt ze met op te functioneren.

De Ziel

De ziel is de zetel van ons zelfbewustzijn, ze is de zetel van onze persoonlijkheid. Dat wat de mens "kwalitatief" is, bepaalt de

ziel. We hebben al gezien dat bij ongelovigen de ziel en de geest versmolten zijn daardoor komt het dat de bijbel ons ook zielen noemt (Genesis 46: 27). Er zijn zo tal van voorbeelden in de Bijbel waarin de plaats van mensen, zielen wordt gezegd.

De zetel van het wezen van de persoonlijkheid is dus de ziel (Persoonlijkheid = een persoon bevatten). De hoofdfuncties van de ziel zijn: het verstand, de wil en het gevoel.

a) De wil is het werktuig voor beslissingen. Het heeft de mogelijkheid van een vrije wil. Het geeft onze bereidvaardigheid of onwil gestalte. Zonder deze functie is de mens een automaat, een robot.

b) Het verstand is het werktuig van onze gedachten en verduidelijkt onze intellectuele mogelijkheden. Hier ontspringt wijsheid, kennis en vermogen tot beoordelen. Zonder dit is de mens dom en zonder invallen.

c) Het gevoel. Onze genegenheid en afwijzingen worden door het gevoel uitgemaakt. Tekort aan gevoelens maakt de mens "van hout" of "van steen". Deze drie mogelijke hoofdfuncties geven bijbels gezien uitdrukking aan onze persoonlijkheid. Enkele voorbeelden van bijbelse schrift plaatsen: De wil als uitdrukking van de ziel:

Psalm 27: 12: "Geef mij niet prijs aan de wil (ziel) van vijanden". Ezechiël 16: 27: "En u overgegeven aan de willekeur (ziel) van de van de vijanden".

I Kronieken 22: 19: "zet nu uw hart en ziel er op." Job 6: 7: "Ik (mijn ziel) weigerde ze aan te raken." Wil of hart spreekt hier van menselijke beslissingskracht. Het hart richten en weigeren zijn

bezigheden van de wil.

Het verstand als uitdrukking van de ziel

Ezechiël 24: 25: "het verlangen van de ziel". Spreuken 19:2: "Zonder verstand deugt zelfs de ijver niet Hoe lang zal ik me nog zorgen (gedachten) maken in mijn ziel". Psalm 139: 14 "Mijn ziel weet dat zeer wel." Spreuken 24: 14: "Erken dat wijsheid zo is voor uw ziel". Hier wordt verstand, raad vragen, erkennen als functies van het intellect in de bijbel gezien uit de ziel.

Het Gevoel als uitdrukking van de ziel

"het gevoel van toeneiging. I Samuel 18: 1: "De ziel van Jonathan werd verknocht aan die van David". Hooglied 1 :7: "Vertel me toch zielsbeminde". Job 33: 20: "Zijn ziel van begeerlijke spijze". Het gevoel van verlangen Deuteronomium 14: 26: "geef je geld voor alles wat je hart begeert". Psalm 84: 3: "Mijn ziel verlangt, ja smacht naar de voorhoven des Heren". Psalm 42: 2 "Mijn ziel dorst naar God". Ezechiël 24: 21: "het verlangen van uw ziel."

Gevoelens van ontvankelijkheid en waarneming Lukas 2: 35: "en door uw eigen ziel zal een zwaard gaan". I Samuël 30: 6: "de ziel van het volk was verbitterd". Job 19:2: "Hoe lang zult gij mijn ziel grieven". Matteüs 26:38: "Mijn ziel is zeer bedroefd tot stervens toe".

Genesis 9: 4: "Alleen vlees met zijn ziel, zijn bloed zult gij niet eten". Leviticus 17: 11: "Want de ziel van het vlees is in het bloed". Matteüs 2: 20: "Zij die het kind naar het leven stonden". Handelingen 20: 24: "Maar ik tel mijn leven niet". Johannes 10:11: "De goede herder zet zijn leven in voor de schapen. " In de genoemde verschillende gevoelens ontdekken we dat de ziel kan haten, houden van, wensen, afkeren,

ontvankelijk zijn en voelen.

Het Zieleleven

In het Grieks bestaan hier drie woorden voor:

- 1) **Bios** dit heeft betrekking op het middel om van te leven en het natuurlijke leven zelf. (bijvoorbeeld de Heer zei dit van de vrouw die haar laatste geldstuk offerde)
- 2) **Zoe** dit is de hoogste vorm van leven, geestelijk leven. Als het gaat over het eeuwige leven wordt dit gebruikt.
- 3) **Psyche** or psuche gaat over het menselijk leven, de oude mens. Ziel en Zieleleven (In het Hebreeuws Nephesh) is in de Bijbel hetzelfde woord!

Het Nieuwe Testament gebruikt het Griekse psyche ook voor beide: ziel en zielenleven Ziel is dus niet alleen maar een van de drie kenmerken van de mens, maar ook **natuurlijk leven**. Het wordt op sommige plaatsen ver taald met leven. Nephesh en psyche is dat wat de mens beweegt, het natuurlijke leven. Het is het leven waardoor de mens bestaat. Het Nieuwe Testament gebruikt voor **beide begrippen het woord 'psyche'**.

Dezelfde begrippen, hoewel verschillend, zijn toch onlosmakelijk verbonden. Ziel= Leven, zieleleven levende ziel. In de grondtekst kun je dit woord dus niet willekeurig door een van beiden vertalen. Bijvoorbeeld Lukas 12: 19 en 23: "Ziel, gij hebt vele goederen." Markus 3: 4: "Is het geoorloofd op de sabbat een leven te redden?" Het begrip leven en ziel is echter onscheidbaar. Een mens zonder ziel heeft geen leven. Het leven is het zichtbare fenomeen van de ziel. Het leven van de mens is de ziel die het lichaam doordringt.

Als de ziel zich met het lichaam verenigt is, leeft de mens. De bijbel spreekt van

het 'tegenwoordige' lichaam van de mens als van een ziels lichaam (I Korintiërs 15: 44). Er wordt een natuurlijk lichaam gezaaid. Het leven van de mens is daarom eenvoudig te zien als een uitdrukking van geest, gevoel en wil.

De persoonlijkheid in natuurlijke zin wordt hierdoor bepaald, maar ook alleen hierdoor. Dat de ziel van de mens leven is, is een belangrijke zaak, die men moet onderscheiden omdat het veel te maken heeft met wat voor christenen we zijn (worden), namelijk geestelijke of zielse (vleselijke) christenen

De ziel en het ik van de mens

De ziel is zoals we gezien hebben de zetel van onze persoonlijkheid. Ons werkelijke ik is de ziel. In Numeri 30 komt 10 maal de passage "zijn ziel verbinden" (SV). Daaruit mogen we afleiden dat de ziel ons eigen ik is. Op vele andere plaatsen vinden we ziel vertaald met uw of jouw of jij bijvoorbeeld: Leviticus 11: 43: "Maak uw zielen(= maak uzelf) niet verfoeilijk". Job 18:4 (SV): "die zijn ziel verscheurt" (NV) die zichzelf... Numeri 23: 10 (SV): "Mijn ziel sterve dood" (NV) sterve ikzelf. Esther 4:13 (SV): "Beeldt u niet in uwe ziel" (NV) Beeldt u niet in Deze schrift plaatsen uit het Oude Testament vertellen ons op verschillende wijze dat de ziel de persoonlijkheid van de mens is.

In het Nieuwe Testament vinden we: I Petrus 3: 20, acht personen. In Handelingen 27: 37, 276 personen. In Romeinen 2: 9 (SV) iedere mensziel (NV) ieder levend mens. Jakobus 5: 20 betekent de redding van de ziel de redding van de zondaar. Lukas 12: 19 Ziel hier gesproken tegen zichzelf. In twee evangeliën zegt de Heer: Matteüs 16: 26: "Wat baat het de mens, als hij de gehele wereld wint,

maar schade lijdt aan zijn ziel". (Psyche) of: in ruil voor zijn leven. psyche) Lukas 9: 25: "Wal t baat het de mens als hij de gehele wereld wint maar schade lijdt aan zichzelf" (eautou)

Beide evangeliën vertellen hetzelfde, de een gebruikt leven en de ander zichzelf. Dit door de Heilige Geest geïnspireerd woordgebruik maakt duidelijk dat het hier om hetzelfde gaat.

Resumerend: de ziel is het leven dat de mens bij de geboorte ontvangt (tot aan de wedergeboorte). Als we duidelijk herkennen wat ziels is, dan zullen we later gemakkelijker onderscheiden wat geestelijk is.

b) Gevolgen van de Zondeval

Schrijvend over geest, ziel en lichaam hebben we vanuit de Bijbel nagedacht over de schepping van de mens als een drie-eenheid. We hebben daarin de functies bestudeerd van geest, ziel en lichaam en al iets aange stipt van hun onderlinge verbondenheid en complexiteit. In dit artikel gaan we de invloed van de zondeval bestuderen op de gehele mens.

De Hof van Eden

De mens is, zoals we gezien hebben, geschapen; enerzijds als een engel, met een geest; anderzijds ook met het zielse leven. Het bijzondere van de mens is dat hij geschapen is met een vrije wil. God heeft geen machine geschapen. Dat wordt ons in Genesis 2 al duidelijk gemaakt, als God ken baar maakt welke vruchten ze kunnen eten en welke niet.

Als de mens onwillig is, kan God niets voor hem doen, net zoals overigens de satan, die ook geschapen was met de mogelijkheid God te gehoorzamen of niet. Zoals we in het vorige artikel gezien hebben, heeft normaal gesproken de geest van de

mens de leiding, is de ziel de bemiddelaar en het lichaam de uitvoerder.

Door de zondeval is deze ordening echter totaal verstoord.

God verleende de mens een soevereine macht met een ziel met vele gaven, waaronder het denken en het willen. Hij gaf de mens de mogelijkheid Gods wil toe te eigenen. Daardoor zou het lichaam voor eeuwig kunnen bestaan. In dat geval zou de mens geheel door de geest geïnspireerd worden en was de mens een geestelijk wezen.

Als deze ordening echter omgedraaid wordt en de ziel de geest bestuurt, is het lichaam ten dode opgeschreven. Het is duidelijk dat God aan Adam de vrucht van de Boom des Levens wilde geven, want in Genesis 2: 17 verbiedt Hij ze van de verkeerde vrucht te eten, en eerder zegt Hij dat ze van alle bomen mogen eten, **maar hij beveelt de boom des levens aan.**

God verbiedt het eten van de vrucht van de boom van kennis van goed en kwaad, omdat Hij weet dat deze het **geestesleven verstikt**. Deze kennis blaast het zieleven op en ontledigt het geestelijk leven, de kennis van God De boom des Levens in deze wereld is natuurlijk te zien als de Gave van God in deze wereld, namelijk Zijn Zoon Jezus Christus.

Zo zijn er clan **twee bomen**; de één brengt ziels leven voort, de ander brengt geestelijk leven voort. God heeft aan de drie-eenheid van de mens een orde ning en balans gegeven. Als een deel daarvan overontwikkeld is, lijden de andere wezensaspecten daaronder.

Het komt onze geestelijke levenswandel ten goede, als we de oorsprong van de ziel en haar levensprincipe begrijpen. Onze geest komt direct van God, door God gegeven (Numeri 16: 22).

Onze ziel ontstond niet direct, maar pas toen onze geest in het lichaam kwam wonen. Ze is daardoor op een bijzondere manier met het geschapen wezen verbonden. Ze is het geschapen leven, het natuurlijke leven. De ziel is daarom van groot belang, omdat ze min of meer omvattend is, ze is immers de middelaar die onder leiding van de geest optreedt. In die zin kan ze goddelijk leven ontvangen en zo met God verbonden zijn.

Toen Adam zondigde, stelde hij zijn zielse leven voorop, dat in zichzelf geen contact met God kon hebben. Satan verleidde Eva met een vraag; God heeft zeker gezegd: Gij zult niet eten van iedere boom? Hij wist dat door deze vraag het gedachteleven van Eva geactiveerd zou worden. Als ze volledig onder invloed van de geest geweest was had ze satans influisteringen afgewezen.

Door haar antwoord oefende ze haar verstand om ongehoorzaam te zijn tegen de geest. Satans vraag was zonder twijfel vol van verkeerd bewijsmateriaal. Ook zijn beweegredenen waren er dan ook alleen op gericht het verstand op te blazen. Hij had misschien verwacht dat Eva hem zou terechtwijzen, maar in plaats daarvan waagde Eva het Woord van God te veranderen. Dat bemoedigde de vijand om ze tot eten te verleiden, door haar jn het vooruitzicht te stellen, dat ze als God zou zijn, en weten zou wat goed of slecht zou zijn. Satan daagde haar zielse denken uit om daarop volgend haar (vrije) wil in beslag te nemen. Het resultaat was dat ze in zonde viel.

Satan benutte haar lichamelijke behoefte als eerste doelwit, daarna ging hij stapsgewijze verder.

1) Eerst noemde hij alleen maar het eten van

de vrucht, als een puur lichamelijke aangelegenheid.

2) Hij ging verder met de verleiding van de ziel, door op te merken dat door het eten ze het goede en verkeerde zou kennen, net als God.

3) Hoewel zulk een zoeken naar kennis op zich misschien gerechtvaardigd was, leidde dit haar geest in een openlijke opstand tegen God. Ze had Gods verbod verkeerd begrepen, omdat ze dacht dat Hij het uit boze opzet had bevolen.

Satans verleiding betreft dus eerst het lichaam, dan de ziel en tenslotte de geest.

Het begon met vers 6: de boom was goed om van te eten; Daarna een lust voor het oog; nu was haar lichaam en ziel verleid. Ten derde was de boom begeerlijk om verstandig te worden; dat is de trots van het leven.

Deze wens gaf de onbestendigheid aan haar gevoel en haar wil, nu was de ziel over de controleerbare grens gegaan. Ze stond er niet meer als toeschouwer bij, maar was opgestookt om naar de vrucht te verlangen. Dit verlangen kwam niet alleen door het vlees en de lust van de ogen, maar ook in haar drang tot wijsheid en kennis, zelfs geestelijke kennis.

Hierin schuilt een belangrijke les! Als iemand zijn weten (kennis) alleen door denkoefeningen wil verbeteren, zonder op God te wachten en op de leiding van de Heilige Geest, dan is alleen zijn ziel werkzaam! Omdat de val van de mens door kennis veroorzaakt is, gebruikt God nu de dwaasheid van het kruis om de wijsheid van de wijzen teniet te doen. Het verstand was de hoofdoorzaak van de zondeval. Om nu gered te worden moet men de dwaasheid van het kruis geloven, om niet meer alleen met het verstand te rekenen

en daar je leven alleen op te bouwen!

(Lees I Petrus 2: 24, I Korintiërs 3: 18-20, I Korintiërs 1: 18-25).

Door de opstand tegen God hebben Adam en Eva hun zielse leven ontwikkeld en hun geest onderdrukt. De belangrijkste elementen van de ziel zijn, zoals we al eerder gezien hebben: het denken, het willen en het voelen.

De tactiek van satan

Paulus zegt in I Timoteüs 2: 14 dat Adam niet verleid is. Dit wijst er op dat Adams verstand niet verward was op die bewuste dag, toen Eva geen weerstand bood tegen de verleiding van satan. Adam was niet verleid. In Genesis 3: 13 wordt gezegd dat de vrouw tegen God zei: de slang heeft mij bedrogen, en ik heb gegeten.

In vers 12 zegt Adam: de vrouw heeft mij gegeven en toen heb ik gegeten. Adam was duidelijk niet in de eerste plaats door Satan verleid, zijn verstand was helder, hij wist dat het de vrucht van de verboden boom was. **Hij at uit liefde voor zijn vrouw!** Hij wist nogmaals dat die vrucht verboden was en uit I Timoteüs 2: 14 kunnen we afleiden dat Adam opzette lijk zondigde. Hij hield meer van Eva dan van zichzelf! Hij was om harentwille bereid tegen het gebod van God in te gaan. Hoe geweldig jammer is het dat zijn gevoel het won van zijn verstand, zijn vernogen tot beoordeling verloor het van zijn grote genegenheid tot Eva.

Hoe komt het dat de mensen de waarheid niet geloven? De Bijbel leert omdat ze de ongerechtigheid meer liefhebben. (II Tessalonicenzen 2: 12, I Rorineinen 1: 18) I Het is niet zo dat de waarheid onverstendig is, maar men hoort niet meer naar de waarheid! Daarom is de weg terug volgens Romeinen eincn 10: 10: "Wie

met zijn hart gelooft (niet met zijn verstand) is gerechtvaardigd." Satan bracht Adam ten val doordat hij macht kreeg over de wil, die bij Adam door zijn gevoel geleid werd. Eva werd tot zonde gebracht, doordat haar wil door een verduisterd verstand ten val werd gebracht. Toen de wil, het verstand en het gevoel van de mens door de Satan vergiftigd werden en de mens Satan in plaats van God navolgde, leed zijn geest een groot verlies.

Hier zien we de eeuwenoude tactiek van de satan. Hij gebruikt de dingen van het vlees (vruchten eten) en de ziel (verstand en gevoel) om de mens te verleiden. Zodra de ziel zondigt, zinkt de geest in de diepste duisternis. Zo gaat de duivel steeds te werk: "van buiten naar binnen". Als hij niet een weg via het lichaam zoekt, dan probeert hij door het verstand of het gevoel aan de wil van de mens te komen (zie ook I Johannes 2: 16-17).

Op het moment dat de mens zijn wil overgeeft bezit deze zijn ganse wezen en 'doodt' de geest. God echter, werkt compleet anders Christus werkt van 'binnen naar buiten' God begint zijn werk in de mens in de eerste plaats in zijn geest, daarna verlicht Hij het verstand en vernieuwt Hij het gevoel. Op deze wijze brengt God de mens ertoe, zijn wil en gezag over het lichaam uit te oefenen en om zo ook de wil van God ten uitvoer te brengen.

De ziel zondigt

We moeten leren te onderscheiden wat van God is en wat van de duivel. Door de ziel brengt de mens zijn vrije wil tot uitdrukking en oefent hij heerschappij uit over zijn leven. De Bijbel zegt dan ook heel precies dat het de ziel is die zondigt (Micha 6: 7: De zonde van mijn ziel, Ezechiël 18: 4, 20).

In Deuteronomium en

Leviticus lezen we steeds weer dat de ziel zondigt. Waarom? Omdat de ziel de zonde kiest!

Onze definitie van de zonde is, dat de wil aan de verleiding toegeeft. Zondigen is een zaak van de wil, daarom moet dan ook de ziel verzoend worden (Exodus 30: 15, Leviticus 17: 11, Numeri 31: 50).

Deze verzoening kan dus ook alleen maar plaatsvinden door een ziel. Lees Jesaja 53: 10-12 (SV): "Doch het behaagde de Here Hem te verbrijzelen, Hij heeft Hem ziek gemaakt, als Zijne Ziel Zich tot een schuldoffer gesteld zal hebben, Zo zal Hij zaad zien; Hij zal de dagen verlengen en het welbehagen des Heren zal door Zijn hand gelukkig voortgaan Om de arbeid Zijner ziel zal Hij het zien en verzadigd worden, door Zijn kennis zal Mijn Knecht, de Rechtvaardige, velen rechtvaardig maken; want Hij zal hunne ongerechtigheden dragen.

Zo moeten we constateren bij de zonde van Adam dat, behalve een overtreding, **er sprake was van een onafhankelijkheidsstreven. Dit is een zaak van de vrije wil! De andere boom, de Boom des Levens duidt op afhankelijkheid**

De mens bezat toen geen goddelijke natuur. Had hij toen ech ter genomen van de vrucht van de Boom des Levens, dan had hij zich verzekerd van goddelijk leven.

De mens echter koos de andere boom, en bereikte daarmee zijn "hoogste" doel namelijk: "het goddelijk leven, dat wil zeggen onafhankelijkheid." De mens bleef door zijn wil streven naar de kennis, die God hem niet had toegestaan. Door de gedane overtreding verklaarde hij zijn onafhankelijkheid, en vond het niet meer nodig God te vertrouwen. Bovendien

toonde zij!1 streven naar kennis van goed en kwaad zijn wil naar onafhankelijkheid, omdat hij zich niet meer tevredenstelde met hetgeen God hem al geschonken had.

Resumerend is het verschil tussen de 'zielse' en 'geestelijke' mens erg duidelijk:

De geestelijke mens is volledig van God afhankelijk, en is vol ledig tevreden met hetgeen God hem geschonken heeft, terwijl de 'zielse' mens van God af gaat en begeert wat God niet gegeven heeft in het bij zonder 'kennis'.

Onafhankelijkheid is een bijzonder kenmerk van de 'zielse' of 'vleselijke' mens. Alles wat uit eigen kracht tot stand komt, zelfs als het "tot eer van God" wordt ingezet, heeft zijn oorsprong in de ziel. De Boom des Levens kan niet tegelijk groeien met de Boom van kennis van goed en kwaad. Onafhankelijkheid van God is een overtreding of die nu door een "zondaar" of een "heilige" begaan wordt.

Geest, ziel en lichaam na de zondeval

Adam leefde door de levensadem, die in hem geest geworden was. Door deze geest ervaarde hij God, kende hij God en kon met Hem praten. Hij was zich bewust van de nabijheid van God. Na de zondeval echter stierf zijn geest. Als God voor het eerst in de Bijbel tot Adam praat zegt Hij: Van de Boom der kennis van goed en kwaad, daarvan zult gij niet eten, **want ten dage als gij daarvan eet, zult gij de dood sterven**" (Genesis 2: 17)

Adam en Eva leefden echter nog honderden jaren, nadat ze van de verboden vrucht gegeten hadden. Dit betekent dat met de dood, die God voorzien had, als gevolg van de zonde, niet direct de lichamelijke dood bedoeld

was. Adams dood begon in zijn geest

Definitie van de dood

Wat is nu precies de definitie van de dood? Wetenschappelijk gezien heet het: "Het ophouden van de verbindingen met de buitenwereld. De dood van de geest, is het ophouden van de verbinding met God. Vergelijk het met iemand die stom is. Hij heeft weliswaar nog een mond en longen, maar met zijn stembanden is iets niet in orde, en daarom kan hij niet praten. In die zin kan de menselijke spraak als dood aangemerkt worden.

Iemand kan misschien geleerd, begaafd, zedelijk sterk en wijs zijn, voor God is die door bovengenoemd mechanisme dood! Ook als iemand goed over God kan praten, preken en oordelen; als men de stem van Gods Geest niet kan horen of verstaan, is men dood voor God. Het Nieuwe Testament noemt ieder die leeft in het 'vles' als dood. De dood die in de geest van onze eerste voorvaders begon, breidde zich sterker uit totdat hij ook het lichaam bereikte. Hoewel de mens nog vele jaren door leefde nadat de geest dood was, werkte de dood onophoudelijk in hem, tot geest, ziel en lichaam dood waren.

Zijn lichaam, wat verheerlijkt had kunnen worden, is in plaats daarvan weer stof geworden. Omdat de innerlijke mens in een totale chaos terecht gekomen was, moest het lichaam van de mens ook sterven en vernietigd worden. Sinds de zondeval kwam Adams geest (en van allen na hem) onder de heerschappij van de ziel te staan, tot deze schijnbaar tot een eenheid werden. In Hebrëen 4: 12 staat dat het Woord Gods doordringt en geest en ziel scheidt. Deze scheiding is noodzakelijk geworden, omdat geest en ziel, zoals beschreven één geworden

zijn. Toen de geest ten onder ging aan de ziel stortten ze de mens in een psychische wereld, waarin alles wat men doet gebeurt onder de dictatuur van het verstand en gevoel.

De geest heeft zijn macht en gevoel verloren als in een doodsslaap. Wat hij aan innerlijk waarnemingsvermogen had om God te kennen en te dienen is volledig verlamd. Hij is volslagen onmachtig. In Judas 19 staat:

“Deze zijn het, die zichzelf afscheiden, natuurlijke mensen, de geest niet hebbende”.

Hier wordt niet bedoeld de Heilige Geest, maar de menselijke geest, want er staat voorop natuurlijke mensen, wat letterlijk ‘zielse mensen’ betekent. Dit wil niet zeggen dat de menselijke geest is opgehouden te bestaan. In Numeri 16:22 wordt God genoemd: “God der geesten van alle vlees” ieder menselijk wezen bezit immers toch nog een geest, ook al is deze door de zonde

verduisterd en communiceert niet met God.

Tovenaars en heksen

Ook al is de geest voor God dood, zo kan hij in een mens toch nog actief blijven, net als het verstand en het gevoel en het lichaam van de mens. De geest van de gevallen mens kan in sommige gevallen zelfs sterker zijn dan zijn ziel, of zijn lichaam en zo zelfs heerschappij verlangen van de gehele mens. Deze mensen functioneren zelfs zo buiten alle proporties in hun geest, net als veel mensen buiten alle proporties in hun ziel functioneren.

Dit zijn de tovenaars en heksen. Ze hebben daadwerkelijk verbinding met het geestelijke rijk, maar ze doen dat door een boze geest en niet door de Heilige Geest! De geest van de gevallen mens staat dus in verbinding met de satan en zijn boze geesten. Tegenover God is hij dood, maar voor de satan daarentegen is hij uiterst gevoelig, daarom volgt hij de vaak in hem werkzame boze geest.

Slaaf van het Lichaam

Omdat de ziel de eisen van de begeerten volgde, werd de ziel de slaaf van het lichaam, zodanig zelfs dat de Heilige Geest in zo’n mens niet meer strijd is om de Hem toekomende plaats. (volgens Genesis 6:3 “Mijn Geest zal niet altijd blijven strijden met de mens, als hij vlees isstr(idm mei de mens, als hij vlees is”). De Bijbel spreekt van ‘vlees’ wanneer er sprake is van een niet-wedergeboren ziel en “lichamelijk leven”.

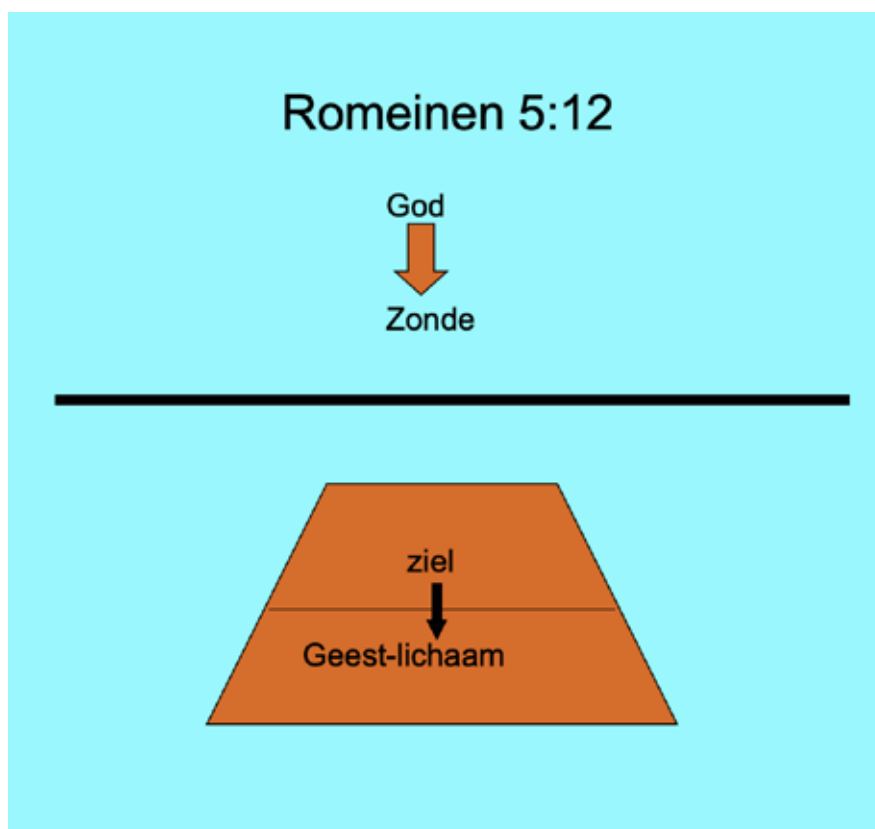
Daarbij staat het “vlees” voor de zonde. Als een mens volledig onder heerschappij van de zonde is, heeft hij geen enkele mogelijkheid om zich hiervan te bevrijden.

De ziel heeft de plaats van de geest ingenomen. Iedere beslissing wordt door het verstand gedictieerd. Zelfs in geloofsmatige, religieuze zaken wordt, alles beslist door de kracht en de wil van de ziel van de mens, zonder de openbaring van de Heilige Geest in onze geest. Het is niet alleen zo dat de ziel onafhankelijk functioneert van de geest, maar ze wordt geregeerd door de lusten en begeertes van het lichaam.

Iedere nakomeling van Adam is daarom niet alleen dood in de geest, maar ook van de aarde, aards. (1Kor 15: 47) Gevallen mensen worden volledig door hun hun ‘vlees’ beheerst. De heerschappij van de ziel heeft tot gevolg dat de mens een spotter wordt die naar zijn eigen begeerte wandelt (Judas 18)

I Korintiërs 2: 14 zegt: “Doch een ongeestelijk mens aanvaardt niet wat van Gods Geest is, want het is hem dwaasheid, en hij kan het niet eens verstaan omdat het slechts geestelijk te beoordelen is!”

Zulke mensen staan zoals gezegd onder heerschappij van hun ziel, hun geest is



onderdrukt, dit in directe tegenstelling . tot de geestelijke mens.. De 'zielse' mag misschien geweldig intelligent zijn, toch 1s hij niet bij machte de dingen van de Geest te volgen, hij staat hier buiten en kan geen van de openbaringen van Gods Geest begrijpen.

Goddelijke openbaring en menselijke ideeën

Tussen goddelijke openbaring en menselijke ideeën bestaat een geweldig verschil! De mens mag zijn intelligentie en beoordelingsvermogen voor almachtig houden.

De Bijbel noemt het: IJdelheid der IJdelheden (Prediker)

In zijn zielse, vleselijke leven ondervindt de mens tegelijkertijd de gebrokenheid en zucht hij naar het eeuwige leven. Toch 1s h1J de weg van het Woord van God te ontdekken.

Hoe gebrekkig en onbetrouwbaar is het menselijk beoordelingsvermogen! Zonder de leiding van de Heilige Geest is het verstand niet alleen onbetrouwbaar , maar zelfs uitermate gevaarlijk! . Dit omdat het vaak recht en onrecht verwisselt. Het verduisterde verstand leidt velen in de eeuwige dood!

BIJ vleselijke mensen zijn ziel en lichaam vaak verweven. Het gif van de slang verdraait al de gerechtvaardigde wensen van de mens om_in lusten en begeertes. Zo wordt,de mens(ziel) een prooi tot de lichamelijke dood toe. Gelukkig heeft onze Heer een goddelijke oplossing in Christus aangeboden, een genezing van geest, ziel en lichaam.

h

c) De Verlossing in Christus

Door de zondeval van de mens is de dood de wereld binnengekomen. Hier wordt de geestelijke

dood mee bedoeld, die de mens van God scheidt. De zonde destijds was hiervan de oorzaak, en zo is het sindsdien gebleven. Het gevolg van de zonde is altijd de dood. (Romeinen 5: 12) Er staat:

1 e Dat door één mens de zonde de wereld is binnengekomen.

2e Door de zonde de dood. De dood is onveranderlijk het resultaat van de zonde.

3e De dood is tot alle mensen doorgegaan, omdat allen gezondigd hebben.

De dood is niet alleen "doorgegaan tot" of "doorgedrongen tot" alle mensen, maar is letterlijk in alle mensen doorgedrongen. De dood is doorgedrongen in de geest, de ziel en het lichaam van al1e mensen. Er is geen enkel deel van het wezen van de mens, wat niet is aangetast. Daarom is het absoluut noodzakelijk dat de mens goddelijk leven ontvangt.

De weg van de verlossing kan niet gelegen zijn in de verbetering van de mens, want de dood is onherroepelijk. De zonde moet geoordeeld worden, voordat er redding van de dood mogelijk is. Dit moet door het verlossingswerk van de Here Jezus tot stand worden gebracht. De mens die zondigt moet sterven. Dit staat in de Bijbel. Geen dier of engel kan in plaats van de mens de straf op de zonde dragen. Het is de mens in zijn totaliteit die zondigt, daarom moet ook de gehele mens sterven.

Alleen een mens kan voor de mensheid boeten. Maar omdat de zonde deel uitmaakt van zijn menselijke natuur, kan zijn eigen dood geen verzoening bewerken voor de zonde. De Here Jezus kwam op aarde en nam de gestalte van een mens aan, zodat Hij geoordeeld zou worden in

plaats van de mensheid

Doordat Hij volkomen zonder zonde was, kon Zijn heilige menselijke natuur door de dood, verzoening bewerken voor de zondige mensheid. Hij stierf als plaatsvervanger, en gaf Zijn leven als losprijs voor velen. Daaruit volgt dat een ieder die in Hem gelooft niet meer geoordeeld zal worden (Johannes 5: 24).

Toen het Woord vlees werd, was in Hem alle vlees al aanwezig. Zoals de daad van één mens, Adam, de daad van de gehele mensheid vertegenwoordigt, zo vertegenwoordigt ook de daad van één mens, Christus, de daad van allen. Het moel ons eerst duidelijk worden hoe allesomvattend Christus is, voor we kunnen begrijpen wal verlossing betekent.

Waarom wordt de zonde van één mens, Adam, nu eigenlijk beschouwd als de zonde van alle mensen? Omdat Adam de eerste (de stamvader) is van het gehele menselijke geslacht. Zo worden ook door de gehoorzaamheid van één mens, Christus, zeer velen gerechtvaardigd. Want Christus is de eerste van een nieuwe mensheid, waaraan rrien deel krijgt door de weder geboorte.

Ter illustratie hiervan een gedeelte uit Hebreëen 7. Om te bewijzen dat het priesterschap van Melchizedek van een grotere orde is als dat va Levi, herinnert ons de schrijver eraan dat Abraham 1/10 gaf aan Melchizedek en van hem een zegen ontving, waaruit hij concludeert dat de zegen en het tiende van Abraham op Levi waren overgedragen. Waarom? Omdat Levi zich nog in de lendenen bevond van zijn voorvader Abraham, toen Melchizedek hem ontmoette (Hebreëen 7: 10). We weten dat Abraham Isaac kreeg, Isaac Jacob en Jacob Levi. Levi was Abraham's achter kleinzoon.

Toen Abraham de tienden gaf en een zegen ontving, was Levi evenals zijn vader en grootvader nog niet geboren. Toch beschouwt de Bijbel de tienden en de zegen van Abraham alsof ze van Levi zijn. Net zoals Abraham minder is dan Melchizedek (immers degene die gezegend wordt, is de mindere van die zegent), zo is Levi ook de mindere van Melchizedek.

Dit voorval maakt ons duidelijk waarom de zonde van Adam als zonde van alle mensen gezien wordt en waarom het oordeel dat Christus op Zich nam, wordt gerekend als de veroordeling van allen. Toen Adam zondigde, waren alle mensen in zijn lendenen aanwezig. Zo waren ook toen Christus geoordeeld werd allen die opnieuw geboren zouden worden, al in Christus aanwezig. Zo is Zijn veroordeling, hun veroordeling geworden en daarom wordt iedereen die in Hem gelooft, niet meer geoordeeld.

Het plaatsvervangende lichamelijke lijden

Omdat de mensheid geoordeeld moest worden, heeft de Zoon van God, evenals de mens Jezus naar **geest, ziel en lichaam** geleden voor de zonde(n) van de wereld. We zullen eerst zijn lichamelijke lijden eens bekijken. De mens zondigt door middel van zijn lichaam en 'geniet' zo van de tijdelijke geneugten van de zonde. Het lichaam moet dus de ontvanger van de straf zijn. Wie kan het lichamelijke lijden van de Here Jezus aan het kruis doorgronden? Wordt het lichamelijke lijden niet duidelijk aangekondigd in de Messiaanse profeten?

Psalm 22: 17c zegt: "Die Mijn handen en voeten doorboren" De profeet Zacharia vestigt de aandacht op Hem, die ze doorstoken hebben (Zacharia 12: 10b). Door de wonden van de folteringen en kruisiging

moet de koorts koorts hoog opgelopen zijn en door het gewicht van Zijn lichaam dat zonder steun aan het kruis hing, werd zijn bloedsomloop belemmerd. Hij had een vreselijke dorst en riep daarom:

Mijn dorst. In Psalm 69:22 lezen we: "**Mijn tong kleeft aan mijn gehemelte**" en "**ze lieten Mij in mijn dorst azijn drinken**". Zo heeft Hij geleden tot de dood. Ook al bezat Hij de macht om aan dit lijden te ontkomen, toch heeft Hij vrijwillig Zijn lichaam geofferd, om onmetelijke pijnen en beproevingen te doorstaan. Totdat Hij wist dat alles reeds volbracht was" (Johannes 19: 28). Toen gaf Hij pas de Geest.

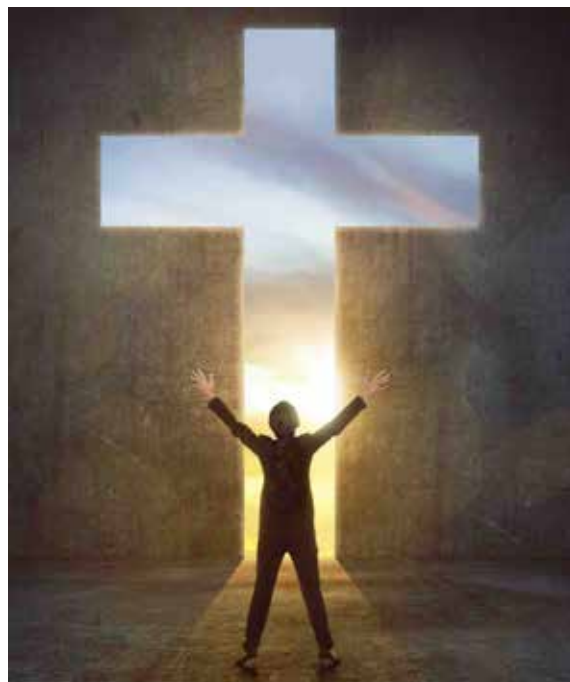
De schande van het kruis

Niet alleen Zijn lichaam, maar ook Zijn ziel heeft geleden. Voor Hij gekruisigd werd, wilde men Christus wijn gemengd met mirre toedienen om de pijnen te verlichten. Maar Hij weigerde, omdat Hij zijn bewustzijn niet wilde verliezen. Zoals de menselijke ziel ten volle genoten heeft van de "genoegens" van de zonde, zo wilde Jezus ten volle de smart van de zonde verdragen. Hij wilde liever de beker drinken die God hem gegeven had, dan de beker

die zijn bewustzijn verdoofde!

Gekruisigd worden was een schande. Het werd toegepast om weggelopen slaven terecht te stellen. Een slaaf had bezit noch rechten. Zijn lichaam was het eigendom van zijn meester. Hij kon daarom door kruisiging gestraf worden. De Here Jezus liet zich behandelen als een slaaf en werd gekruisigd. Jesaja noemt Hem "de Knecht". Paulus heeft gezegd dat Hij de gestalte van een dienstknecht heeft aangenomen. Ja, Hij kwam als een slaaf om ons, die door de heerschappij van zonde en satan tot levenslange slavernij gedoemd waren, te bevrijden. Wij zijn slaven van onze harts tochten, stemmingen en gewoontes en de wereld. Wij zijn verkocht onder de zonde. Maar Jezus stierf vanwege onze slavernij en droeg onze gehele schande.

De Bijbel vermeldt dat de soldaten de klederen van de Here Jezus namen. (Johannes 19: 23) Hij was bijna naakt toen ze Hem kruisigden; dat is één van de vernederingen van het kruis. "Gij hebt Hem met schaamte over dekt" "waarmee Uw vijanden smaden, o Here, waarmee zij smaden de voetsporen van Uw Gezalfde"



(Psalm 89: 46, 52). “Hij die niettemin het kruis op Zich genomen heeft, de schande niet achtende” (Hebreeën 12: 2).

Niemand zal ooit kunnen doorgronden in welke mate de ziel van de Heiland aan het kruis heeft geleden. We overdenken wel vaak zijn lichamelijk lijden, maar zien de gevoelens van Zijn ziel over het hoofd. Een week voor Pasen, heeft men Hem horen zeggen: “Nu is Mijn ziel ontroerd” (Johannes 12: 47) In de Hof van Gethsemane, hoorde men Jezus zeggen: “Mijn ziel i.v zeer bedroefd, tot stervens toe” (Matteüs 26: 38).

Zonder die woorden zouden we ons nauwelijks gerealiseerd hebben, dat Zijn ziel ook geleden heeft. Jes.53 vermeldt drie maal hoe Zijn ziel tot schuldoffer werd gemaakt, hoe Zijn ziel moeitoevol leed en hoe Hij Zijn leven heeft uitgegoten in de dood. (Jesaja 53: 10-12) Omdat Jezus de vloek en de schande aan het kruis heeft gedragen, zal iedereen die in Hem gelooft, niet meer vervloekt en tot schande gemaakt worden!

Ook Zijn Geest heeft onmetelijk geleden. De geest is dat deel van de mens, waarmee hij gemeenschap met God kan hebben. De Zoon van God was heilig, onberispelijk, vlekkeloos. Zijn geest was volkomen een met de Heilige Geest. Nooit is er een moment van verwarring of vertwijfeling geweest, want God was altijd bij Hem. “Want Ik ben met alleen, zei Jezus, maar ik en die Mij gezonden heeft, is met Mij” (Johannes 8: 17, 29). Daarom kon Hij bidden: “Vader, Ik dank U, dat Gij Mij verhoord hebt. Zelf wist Ik dat Gij Mij altijd verhoort.” (Johannes 11: 41, 42) En toch riep Hij aan het kruis: “Mijn God, Mijn God, waarom hebt Gij Mij verlaten” (Matteüs 27:46). Zijn Geest werd afgesneden van God.

Heel intens heeft Hij de eenzaamheid, de verlatenheid, de scheiding ervaren. Ook al was de Zoon in volkomen overgave nog steeds gehoorzaam aan de Vader toch werd Hij verlaten en niet vanwege Hemzelf, maar ter wille van anderen. De geest wordt door de zonde ten diepste aangetast. Daarom moest de Zoon van God, ook al was Hij heilig, toch worden losgerukt van Zijn Vader, omdat Hij de zonden van anderen op Zich genomen had. (Johannes 10: 30)

Alleen de zonde kan die scheiding teweegbrengen, ook al was dat zonde, die Hij plaatsvervangend op Zich nam.

Jezus heeft die scheiding voor ons verdragen, zodat onze geest weer met God gemeenschap kan hebben. Enerzijds werd Hij door Gods Geest verlaten, anderzijds bespot door de boze geest van satan. Waarschijnlijk verwijzen de woorden van Psalm 22: 12-14 naar deze gebeurtenis.

“Wees dan niet verre van Mij... , er is geen helper. Vele stieren hebben Mi/ omringd, buffels van Basan hebben Mij omsingeld. Zij sperren hun muil tegen Mij open, een verscheurende brullende leeuw. Nu is onze zondige natuur volkomen geoordeeld, omdat het geoordeeld werd in de zondeloze natuur van de Here Jezus. Het oordeel over de geest, ziel en lichaam van de zondaar werd over Hem uitgegoten.

“Zo is er dan geen veroordeling, voor hen die in Christus Jezus zijn” (Romeinen 8: 1). Dat is wat Hij voor ons tot stand heeft gebracht, en dat is de positie die we voor God mogen innemen.

Door de dood en de opstanding van de Heer kan de Heilige Geest ons God's natuur schenken. Het kruis getuigt van de veroordeling van de zondaar, verkondigt zijn onwaardigheid, kruisigt

de zondaar en openbaart het leven van Jezus Christus. Daarom zal iederdie dat kruis aanvaardt, opnieuw geboren worden door de Heilige Geest en het leven van Christus ontvangen

d) De Wedergeboorte

Het begrip wedergeboorte zoals we dat in de Bijbel tegenkomen is niets anders dan het overgangsproces van dood naar leven. Voor de wedergeboorte is de zondige menselijke geest ver van God verwijderd, en daarom dood verklaard. Want dood is gescheiden worden van leven en van God, die de bron van het leven is. De geest van de mens moet tot nieuw leven gewekt worden, want hij is dood geboren. De wedergeboorte waarover Jezus met Nicodemus sprak, is het opnieuw geboren worden van de geest. Deze geboorte heeft niets te maken met het lichaam, zoals Nicodemus veronderstelde, noch met onze ziel.

In de wedergeboorte geeft God goddelijk leven aan de geest van de mens. Omdat Christus voor onze ziel de prijs heeft betaald en de heerschappij van het vlees heeft verbroken, hebben wij die een met Hem zijn, deel aan Zijn opstandingsleven. Hieruit volgt dat we het eerst in de geest de realiteit van Zijn opstandingsleven zullen ervaren. Wat de mens uniek doet zijn in Gods schepping, is niet dat hij een ziel heeft, maar dat hij een geest heeft die in verbondenheid met de ziel, de mens vormt. Een dergelijke eenheid komt in het hele universum alleen bij de mens voor!

De ziel van de mens heeft geen direct contact met God, het is de geest die in verbinding staat met God. God is Geest en allen die Hem aanbidden, moeten Hem aanbidden in geest. De Bijbel gebruikt daarvoor de volgende uitdrukkingen:

“Dienen met mijn geest.”
“Kennen door de geest”
“Aanbidden door de geest.”
“Openbaring door de geest.”

(Romeinen 1: 9, 7: 6)
(1 Korintiërs 2: 8-13)
(Johannes 4: 23, 24,
Filippenzen 3: 3)
(Openbaring 1: 10, 1
Korintiërs 2: 10)

God heeft vastgesteld dat Hij alleen omgang met de mens kan hebben door zijn Geest. Zijn raadgevingen kunnen alleen door zijn Geest verstaan worden. Daarom is het noodzakelijk, dat de geest van de mens in voortdurende en levende verbinding met God staat. Het leven van een niet weder geboren mens wordt bijna helemaal geregeerd door zijn ziel. Hij kan in angst, nieuwsgierigheid, vreugde, trots, medelijden, plezier, lust, verwondering, schaamt-. liefde, spijt of verheven stemming leven. of hij kan gedreven worden door verlangen naar macht, rijkdom, sociale erkenning, vrijheid, status, roem, eer en kennis, dingen die uitingen zijn van de drie hoofdfuncties van de ziel; emotie, verstand en wil. Bestaat het leven niet voornamelijk uit deze zaken

Maar hieruit zal nooit wedergeboorte kunnen voortkomen. Berouw tonen, spijt hebben van de zonde, tranen vergieten, ja, zelfs het nemen van beklissingen kunnen geen redding brengen. Biechten, een beslissing nemen en vele andere godsdienstige handelingen kunnen en mogen nooit opgevat worden als wedergeboorte.

Rationeel oordelen, inzicht hebben, verstandelijk aanvaarden of het najagen van goedheid, schoonheid en waarheid zijn voornamelijk activiteiten van de ziel, als de geest er niet in betrokken is. De bijbel vereenzelvigd daarom de wedergeboorte niet met tuchtiging van het lichaam, impulsieve gevoelens, wilskracht

of verandering op grond van verstandelijke overwegingen. De bijbelse wedergeboorte heeft op een veel dieper niveau plaats dan ons lichaam en onze ziel en wel in onze geest, waar hij Goddelijk leven ontvangt door de Heilige Geest. De schrijver van Spreuken zegt dat “de geest van de mens een lamp des Heren is” (Spreuken 20: 27).

Bij de wedergeboorte komt de Heilige Geest in de geest van de mens wonen en verlicht hem alsof Hij een lamp aansteekt. Dit is de nieuwe geest waarover in Ezechiël 36: 26 gesproken wordt. De oude, dode geest wordt tot leven gewekt, wanneer de Heilige Geest hem vult met eeuwig Godde lijk leven. Voor de wedergeboorte heerst de ziel van de mens over zijn geest, terwijl het eigen-ik-heerschappij voert over zijn ziel en zijn harts tochten, zijn lichaam beheersen. Bij de wedergeboorte ontvangt de mens Gods eigen leven in zijn geest en is dan uit God geboren. Als gevolg daarvan heerst nu de Heilige Geest over de geest van de mens, die nu op zijn beurt is toegerust om de heerschappij over de ziel en door de ziel over zijn lichaam te krijgen.

Omdat de Heilige Geest het leven van de menselijke geest is geworden, gaat hij het leven van de mens in z'n totaliteit beheersen. Geest, ziel en lichaam zijn in ieder wedergeboren mens dus hersteld zoals God het oorspronkelijk bedoeld had. Wat moet men dan doen om opnieuw geboren te worden? We weten dat Jezus in de plaats van zondaren is gestorven. Hij heeft in zijn lichaam voor de zonde van de hele wereld aan het kruis geleden. God beschouwt de dood van Jezus als de dood van alle mensen op aarde. Maar er blijft iets over wat de mens zelf moet doen. Hij moet in geloof aanvaarden

dat hij in geest, ziel en lichaam één is geworden met de Here Jezus en vanuit die positie leeft. Dat wil zeggen dat hij de dood van de Heer Jc1/,us als zijn eigen dood moet beschouwen en de opstanding van de Here Jezus als zijn eigen opstanding. Dat is de betekenis van Johannes 3: 16.

De zondaar moet zijn geloof in werking stellen en geloven in de Here Jezus. Wanneer hij dat doet, wordt hij één met Hem in de dood en de opstanding en hij ontvangt eeuwig leven (Johannes 17: 3) - wát geestelijk leven is - en wordt opnieuw geboren.

Positie en ervaring van wedergeboorte

Laten we oppassen dat de dood van Jezus als onze plaatsvervanger en one dood met Hem niet gaan scheiden in twee afzonderlijke zaken. Zij die de nadruk leggen op een verstandelijke benadering, zullen dit zeker doen. Maar in geestelijk opzicht zijn deze niet te scheiden.

Plaatsvervangend-sterven en mee-sterven kunnen wel van elkaar onder scheiden, maar niet gescheiden worden. Als iemand in de dood van de Here Jezus als zijn plaatsvervanger gelooft, dan is hij daarmee één geworden met de Here Jezus in zijn dood (Romeinen 6: 2). Te geloven in het plaatsvervangend werk van de Here Jezus betekent voor mij, dat ik geloof dat ik in de Here Jezus al gestraft ben. De straf voor mijn zonde is de dood, maar de Here Jezus heeft voor mij de dood ondergaan, ik ben daarom in Hem gestorven. Er is geen andere manier om verlost te worden. Wanneer ik zeg, dat Hij voor mij is gestorven, betekent het dat ik in Hem al gestraft en gestorven ben. Iedereen die in dit feit gelooft, zal ervaren dat het een realiteit is.

Zo kunnen we ook zeggen dat het geloof waarmee een zondaar in de dood van de Here Jezus als zijn plaatsvervanger gelooft, hem in Christus plaatst en hem één maakt met Hem. Alhoewel iemand misschien zich alleen maar druk maakt over de straf op de zonde en niet over de macht van de zonde, is toch zijn eenheid met de Heer, datgene wat hij met allen die in Christus geloven, gemeen heeft. Wie niet één is met de Heer, is nog niet tot geloof gekomen en heeft daarom geen deel aan Hem.

In Johannes 3 laat Jezus ons zien hoe we één zijn met Hem. Iedere gelovige is in beginsel een wat betreft zijn positie geworden met de Heer in Zijn dood, maar als we zo zijn samengegroeid zijn we ook een met Zijn opstanding. (Romemen 6: 5) Hoewel iedere gelovige misschien niet direct de betekenis van de dood van Christus ervaart, heeft God hem toch met Christus levend gemaakt en hem door de opstandingskracht van Jezus nieuw leven geschonken. Dat is de wedergeboorte.

We mogen niet zeggen dat iemand pas wedergeboren is, als hij de dood en de opstanding van de Heer ervaren heeft! De Bijbel verklaart dat iedereen die in de Here Jezus gelooft al is wedergeboren "allen die Hem aangenomen hebben, die in Zijn Naam geloven....zijn uit God geboren." (Johannes 1: 12-13).

Zijn dood heeft een einde gemaakt aan onze vruchteloze wandel en Zijn opstanding heeft ons een nieuw leven gegeven, zodat we kunnen leven als christen. De apostel verzekert ons dat we wedergeboren worden tot een levende hoop door de opstanding van Christus uit de doden. (1 Petrus 1: 3) Hij wijst erop dat iedere wedergeboren christen al

met de Heer is opgestaan. De apostel Paulus dringt er evenwel op aan om de kracht van Zijn, opstanding te ervaren. (Filippenzen 3: 10) Bij veel Christenen is echter weinig van de opstandingskracht te merken in hun leven. Laten we dus positie niet verwarren met ervaring!

Wanneer iemand in de Here Jezus gaat geloven, kan hij nog zwak en onwetend zijn, maar wie in Christus aanvaard is, is als Christus aanvaardbaar. (Efeze 2: 5-6) Dat is een positie, door hier vanuit te leven, zal hij de wedergeboorte gaan ervaren, omdat het er niet om gaat in welke mate hij de dood en de opstanding van de Here Jezus ervaren heeft, maar of hij in Hem geloofd heeft.

In Christus meer dan in Adam

Met betrekking tot de wedergeboorte dient nog vermeld te worden, dat ons in Christus veel meer geschonken wordt dan in Adam voor de zonde val! Adam bezat toen een geest, die door God geschapen was. Het was echter geen eeuwig Goddelijk leven, zoals dat gesymboliseerd wordt door de Boom des Levens. Tussen God en Adam bestond geen levens verbondenheid. Wanneer hij de zoon van God genoemd wordt, dan is dat te vergelijken met de engelen, die zo genoemd werden, want hij was direct door God geschapen. Maar wij, die in God geloven, zijn uit God geboren (Johannes 1: 12, 13)

Daaruit volgt dat hier sprake is van levens verbondenheid. Een kind krijgt het leven van zijn vader, wij zijn uit God geboren, daarom bezitten we Zijn leven. (II Petrus 1: 4) Als Adam het leven, wat God hem in de Boom des Levens aanbood, aangenomen had, dan had hij daarmee het eeuwig Goddelijke Leven ontvangen. Zijn geest was

afkomstig van God en is dus eeuwig. Hoe deze eeuwige geest zal leven, hangt af van de mate waarin hij Gods geboden in acht neemt en welke keuzes hij maakt. Het leven wat we bij de wedergeboorte ontvangen is hetzelfde als wat Adam kon hebben, maar nooit gehad heeft. De wedergeboorte geeft niet alleen ordening in de chaotische duisternis van geest en ziel, maar geeft de mens ook bovennatuurlijk leven uit God.

De verduisterde, gevallen geest van de mens wordt door de Heilige Geest in staat gesteld Goddelijk leven aan te nemen. De basis waarop de Heilige Geest de mens doet wedergeboren worden is het kruis. (Johannes 3: 14- 15) In vers 16 staat over het Goddelijk leven, wat de Heilige Geest in de geest van de mens plant. Omdat dit Goddelijk leven is, wat niet kan sterven, heeft daarom iedereen die dit leven door de wedergeboorte in zich heeft, eeuwig leven. De levensverbondenheid met God kun je vergelijken met de lichamelijke geboorte, het is net zo definitief. Als een mens een maal uit God geboren is, kan hij nooit meer door God behandeld worden, alsof hij niet uit Hem geboren zou zijn.

Hoe lang de eeuwigheid ook mag duren, deze relatie en positie kan nooit meer verloren gaan. Dit komt omdat wat een gelovige bij de wedergeboorte ontvangt, niet afhankelijk is van zijn streven om steeds heiliger en geestelijker te worden, nadat hij tot geloof is gekomen, maar dat het enkel en alleen een gave van God is. Wat God schenkt is eeuwig leven. Het ontvangen van dit Goddelijk leven bij de wedergeboorte, is het begin van de Christelijke levens wandel, de basis van het christen-zijn. Wie geen Goddelijk leven heeft, is dood. Voor degenen, die

wedergeboren zijn, bestaat er een geweldige mogelijkheid om geestelijk te groeien. Vanzelfsprekend is 'Wedergeboorte de eerste voorwaarde tot geestelijke ontwikkeling. Ook al ontbreekt er niets aan het leven wat we ontvangen hebben, toch heeft het tijd nodig om tot wasdom te komen. Op het moment van de wedergeboorte kan het nog niet volwassen zijn. Het is net als met een vrucht, nog klein en onvolgroeid. Alles is in aanleg aanwezig, maar het is nog wel onrijp. Er bestaat daarom een grenzenloze mogelijkheid om te groeien. De Heilige Geest is in staat om de mens de volledige overwinning dnr de geest over ziel en lichaam te geven.

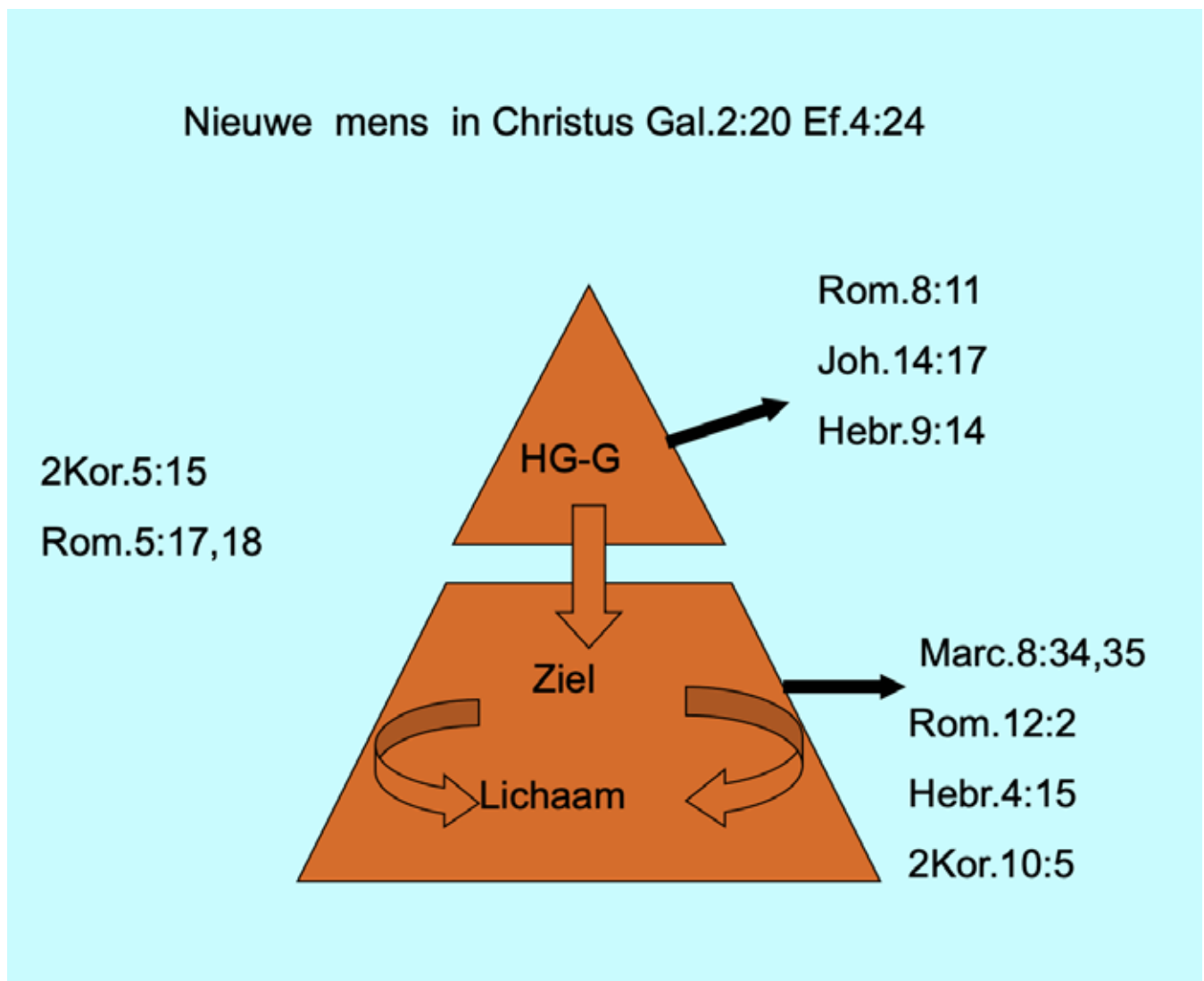
Twee soorten christenen
Volgens I Korintiërs 3: 1

verdeelt de apostel de christenen in twee groepen; in geestelijke- en vleeselijke christenen. Een geestelijke christen is iemand die zijn hele wezen stelt onder de leiding van de Heilige Geest, die in zijn geest woont. Wat wordt er eigenlijk met 'vleselijk' bedoeld? De bijbel gebruikt het woord 'vlees' om het leven van een niet-wedergeboren mens te beschrijven. Deze mens leeft vanuit zijn zondige ziel en zijn zondige lichaam (Romeinen 7: 19).

Een vleeselijke christen is iemand die wel is wedergeboren en Goddelijk leven heeft, maar in plaats dat hij de overwinning krijgt over zijn vlees, heeft het hem overwonnen. We weten dat de geest van de gevallen mens dood is en

dat hij wordt beheerst door zijn ziel en lichaam. Een vleeselijk christen is daarom iemand wiens geest wel tot leven gewekt is, maar die nog precies doet wat zijn ziel en zijn lichaam hem voorschrijven.

Als een christen nog lang na de wedergeboorte in een vleeselijke toestand blijft volharden, dan belemmert hij God in de verwerkelijking van de volle mogelijkheid van zijn verlossing. Alleen wanneer hij blijft groeien in genade en voortdurend geleid wordt door de Heilige Geest, kan de verlossing volledig in hem bewerkstelligd worden. God heeft op Golgotha voor een volledige verlossing gezorgd, waardoor de zondaar tot wedergeboorte en tot volle overwinning over de oude mens kan komen



nissen

e) Geestelijke Strijd

Prediker 9 :14-18: "Er was een kleine stad met weinig inwoners en een groot koning trok tegen haar op en omsingelde haar en richtte hoge belegeringstorens tegen haar op. En in die stad bevond zich een arme, wijze man, die haar had kunnen redden door zijn wijsheid; doch geen mens dacht aan die arme man". Toen zeide ik: "Wijsheid is beter dan kracht; maar de wijsheid van de arme wordt veracht en naar zijn woorden luistert men niet" Woorden van wijzen in rust aangehoord zijn beter als het geschreeuw van een heerser onder dwazen. Wijsheid is beter dan oorlogstuig, maar één zondaar bederft veel goeds.

Bijbelse strijd

In Spreuken 25: 28 staat: 'Een stad met omvergehaalde muren zo is ie mand die zijn geest niet in bedwang heeft. Het bovenstaande gedeelte in prediker typeert de hedendaagse mens. Helaas geldt dit ook voor veel christenen. Vaak zijn ze zich nauwelijks bewust van de strijd die ze volgens de Bijbel te voeren hebben. (Efeze 6: 10-18) Ze nemen hierin een passieve houding aan, of ze hebben verkeerde visioenen van die geestelijke strijd. Zelfs de romans van Peretti verbleken soms bij de avonluurlijke getuigenissen en visioenen, die sommigen menen te hebben. Meestal wordt de strijd 'boven' hen geplaatst. Vaak is echter schrijnend voor iedereen zichtbaar dat ze dagelijks nog worden overheerst door hun 'vlees' en hun natuurlijke leven.

In Judas 8 wordt gezegd dat deze dromenzieters dagelijks hun vlees bezoedelen en verwerpen wat heerschappij heet en lasteren de heerlijkheden. In dit verband geeft Judas aan dat zelfs de aartsengel Michael

niet vanuit zichzelf de strijd met de Satan aanbond, maar naar de Here God verwees. (Judas 9) Velen worden zoals Prediker betuigt een prooi omdat zij niet de juiste strijd voeren of niet met de juiste wapens strijden en vaak ZIJN hun de strategieën van de tegenstander niet bekend. Ze zijn in zichzelf en onderling verdeeld en kunnen geen stand houden in de geestelijke strijd en het spanningsveld waarin iedere christen geplaatst is.

Men luistert niet naar de wijze man (De Heilige Geest, Bijbel) die de stad kan redden, maar zijn bij de eerste de beste stormloop van de tegenstander al verloren. Dit terwijl een overwinning voor alle gelovigen door de machtige persoon en het werk van de Here Jezus Christus toegankelijk is. Als we alleen al in Nederland kijken hoe ons leger georganiseerd is, en hoe in de komende jaren weer miljarden worden uitgegeven aan wapentuig (met name gevechtsvliegtuigen) hoe officieren en manschappen jarenlang geïnstrueerd worden in allerlei strategieën en wapentuig, is het dan niet verwonderlijk dat christenen zich zo weinig tijd en inspanning getroosten om zich op de geestelijke strijd voor te bereiden?

Veelal worden mensen in evangelisatiebijeenkomsten alleen de heerlijkheden en beloften van de Bijbel voorgelaten, maar ze worden daarna nog nauwelijks voorbereid op de strijd die ze juist na de wedergeboorte moeten voeren. Vaak met het verschrikkelijke gevolg dat ze daarna soms dieper vallen dan ooit tevoren.

De strijd tegen het vlees

Romeinen 8: 6 De gezindheid van het vlees is de dood, maar de gezindheid van de Geest is leven en vrede. De zondige natuur van de mens

was niet zijn geschapen toestand, noch was het een gevolg van zijn omgeving, maar is ontstaan door een persoonlijke bewuste en vrijwillige overtreding van Gods heilige Woord. De gevolgen van die wilsbeslissing van Adam is dat uit het hart van de mens zijn zondige natuur ontspringt (Matteüs 15: 19 Markus 7: 21-23). We hebben die natuur geërfd van Adam (Romeinen 5: 12-19). De Bijbel gebruikt verschillende uitdrukkingen voor deze verdorven natuur: bijvoorbeeld 'de oude mens' (Efeze 4: 22-24) in tegenstelling tot, de 'nieuw mens in Christus'. Zo is er ook de 'natuurlijke' mens die leeft in de zondige natuur tegenover de 'geestelijke' mens. (1 Korintiërs 2) Een van de meest voorkomende benamingen is echter het vlees (Romeinen 8:6)

Gevallen natuur

Veel Bijbelpassages in het nieuwe testament vertellen over de strijd, ja de oorlog die de gelovige te voeren heeft met zijn gevallen natuur. In deze strijd staat de gelovige ook zonder de directe verzoeken van de Satan of de machten der duisternis. Natuurlijk bestaat er een relatie tussen deze twee vijanden, maar we moeten de verschrikkelijke aantrekkingskracht van onze gevallen natuur niet onderschatten.

In Romeinen 7: 23 staat: maar in mijn leden zie ik een andere wet, die strijd voert tegen de wet van mijn verstand en mij kriegsgevangene maakt van de wet der zonde, die in mijn leden is. Het vlees is een dodelijke vijand, die in staat is de gelovige te overwinnen en van een heilig Gode welgevallig leven af te houden. Een van de redenen waarom het vlees zo moeilijk te overwinnen is, is omdat het een sterke relatie heeft met de persoonlijkheid van de gelovige.

'Het vlees'

Het vlees is sterk verbonden met ons verstand, wil en gevoel. Het is belangrijk de vijand goed te kennen, zodat er op de juiste wijze strijd gevoerd kan worden. De manier waarop het vlees ons tot zondigen verleidt, kunnen we lezen in: Galaten 5: 19-21 (Zie ook Matteüs 15: 19 Markus 7:21-23).

Want het begeren van het vlees gaat tegen de Geest en dat van de Geest tegen het vlees, want deze staan tegenover elkaar, zodat gij niet doet wat gij maar wenst. Indien gij u echter door de Geest laat leiden dan bent u niet onder de wet. Het is duidelijk wat de werken van het vlees zijn: hoererij, onreinheid, losbandigheid, afgoderij, toverij, veten, twist, afgunst, uitbarstingen van toorn, zelfzucht, tweedracht, partijschappen, jijd, dronkenschap, brasserijen en dergelijke.

Eerst worden morele zonden en seksuele zonden genoemd, daarna conflicten en problemen die scheiding brengen, afgodendiensten, die materiële of immateriële zaken boven God stellen, toverijen waarin men probeert de gevallen geestelijke wereld in te schakelen of te manipuleren, enzovoort. Herkent u uw vijand in het rijtje van de Galatenbrief?

De strijd tegen het vlees is een strijd die we ons hele aardse leven te strijden hebben. Zo schreef de grote Schotse reformator en gebedsman John Knox aan het einde van zijn leven:

"Ik weet hoe hard de strijd is tussen vlees en geest onder de grote druk van bedroefdheid als er geen verdediging lijkt te zijn, alleen de alomtegenwoordige dood. Ik ken de jaloezie en het gemor van het klagende vlees. Ik ken de woede en

toorn en de ontevredenheid die zich tegenover God verzetten en die zijn beloften met twijfel tegemoet treden, instaat om ieder moment God de rug toe te keren. Daar tegen werkt alleen het geloof, dat ons dwingt om ernstig de hulp van God in te roepen en als we daar mee doorgaan wordt de grootste twijfeling tot een succesvolle overwinning op het laatst

Achter deze duidelijke gevaren van het toegeven

aan het vlees ligt een ander dodelijk gevaar. Paulus zegt in Efeze 4: 22-27 over de strijd tussen de 'oude' en de 'nieuwe' mens: "Geef de duivel geen voet!" (Efeze 4: 27) Door ons over te geven aan onze vleselijke natuur komen we onder het gezag en invloed van Satan in ons leven. Naarmate we hier meer aan toe geven, geven we Satan de gelegenheid zijn doelen in ons leven te bereiken, hetgeen hij maar wat graag en gretig wil doen. (Lees II Timoteüs 2: 23-26 over de strik van de duivel) Ook Paulus in Romeinen 7: 14-23 maakt uitgebreid gewag van deze geestelijke strijd.

Overwinning op 'het vlees'

1) De weg van eerlijkheid, waarheid in je leven (Markus 7: 21-23; Galaten 5: 17-21). We hebben niet allemaal dezelfde verzoeken. De een zal misschien minder last hebben van onreinheid, terwijl hij of zij misschien een grote strijd moet voeren tegen jaloezie of partijschappen. Weer een ander voelt zich misschien teveel aangetrokken door drank. De Heilige Geest verlangt van ons eerlijkheid, waarheid. Hij wil dat we onze verdorven vleselijke natuur toegeven om het in de dood over te geven. God wil niet onze oude natuur opkalefateren, hetgeen veel christenen helaas vaak

dagelijks doen. Het verwacht ze dat ze soms zulke zondige zaken in zichzelf ontdekken. De waarheid zal ons vrijmaken.

2) De weg van het kruis.

De tweede stap in de overwinning op het vlees is de weg van de dood. (Romeinen 6: 1-13 Galaten 2: 20 en 5: 24) In Romeinen 6: 11 staat: "Zo moet het ook voor u vaststaan dat gij wel dood zijt voor de zonde, maar levend voor God in Christus Jezus. Laat dan de zonde niet langer als koning heersen in uw ste, felijk lichaam, zodat gij in zijn begeerten zoudt gehoorzamen..." In de geestelijke strijd wordt de overwinning alleen door objectieve zaken bereikt en niet door subjectieve gevoelens. Geloof beweegt zich op het niveau van de absolute waarheid en niet op onze vaak bedrieglijke gevoelens.

In Romeinen 6: 6-7 wordt duidelijk dat door het geloof in het evangelie van Jezus Christus we belijden dat onze oude mens is medegekruisigd, opdat aan het lichaam der zonde zijn kracht ontnomen zou worden en wij niet langer slaven van de zonde zouden zijn. De 'oude' Gerard Feller of vul uw eigen naam maar in is dood samen met Christus gestorven aan het kruis. In Galaten 2: 20 staat: "Met Christus ben ik gekruisigd en toch leef ik (dat is) niet meer mijn ik, maar Christus leeft in mij. En voor zover ik nu nog leef in het vlees leef ik door het geloof in de Zoon van God die mij heeft liefgehad en Zich voor mij heeft overgegeven."

Hierontvangt de gelovige een nieuwe identiteit die in afhankelijkheid van God en in verbinding met de medemens zich op een geweldige manier kan ontwikkelen Het grote geheim is als we oude mens voor dood achten en onze geest onderwerpen

aan Gods Geest en zo zijn aangesloten op de goddelijke natuur (II Petrus 1: 4) en in staat zijn te leven als de Here Jezus (vers 5-9).

3) **Wordt vervuld met de Heilige Geest** en leer zijn weg te gaan. De dood alleen is niet genoeg om het vlees te overwinnen er moet een nieuw leven in ons wezen doordringen. (Romeinen 6: 11, Galaten 5: 16-25) "zo moet het voor u vaststaan dat gij wel dood zijt voor de zonde, maar levend voor God in Christus. We moeten ons het nieuwe leven eigen maken. (Rom.6: 4-5) We zijn met Christus door het geloof verenigd en hebben deel aan het opstandingsleven. De Heilige Geest komt in de gelovige op het moment dat we tot geloof komen (Johannes 3: 6, Romeinen 8: 9-10).

Veel mensen menen dat bepaalde gevoelsmatige ervaringen of het spreken in tongen een voorwaarde voor de doop in de Heilige Geest is. Dit kan een begeleidend verschijnsel zijn, maar zeker geen voorwaarde, alleen geloof is de toegang. (I Korintiërs 12: 13, Handelingen 2: 38). Wat ons resteert is de opdracht vervuld te worden met Gods Geest. Efeze 5: 18).

Leer je leven in te richten naar Gods wil, je geweten steeds meer af te stemmen op God (Filippenzen 1: 9) steeds fijngervoeliger te leren luisteren naar zijn stem, parate bijbelkennis om 'dagelijks brood' te eten is daarbij belangrijk om het vlees te kunnen overwinnen en de duivel te weerstaan met: "Er staat geschreven (Lukas 4: 8) Op dezelfde wijze als de Here Jezus de duivel weerstand bood in de woestijn.

De strijd tegen de wereld
Galaten 6: 14 "Maar ik moge ervoor bewaard te blijven te roemen anders dan in het kruis van onze Here Jezus Christus door wie

de wereld mij gekruisigd is en ik de wereld. Vaak wordt in de Bijbel met het woord kosmos (wereld) de tijdgeest bedoeld waarin we leven. (Romeinen 2: 2, II Korintiërs 4: 4, Galaten 1: 4) In I Johannes 2: 15 wordt de gelovige voorgehouden niet lief te hebben hetgeen in de wereld is. In Johannes 15 zegt de Here Jezus: "Indien gij van de wereld waart zou de wereld het hare liefhebben

... De ons vijandig gezinde wereld is het complexe gezamenlijke systeem, samengesteld uit de meest uiteenlopende, zich veranderende, maatschappelijke, materialistische, liberale en religieuze filosofieën die in menselijke organisaties en persoonlijkheden tot uitdrukking komen. Op de televisie bijvoorbeeld wordt gesproken over 'de wereld van sport', dit is geen planeet of continent. Het is een georganiseerd systeem opgebouwd uit ideeën, mensen, activiteiten en motieven. De wereld is de verlengde arm van satan.

I Johannes 2: 16: "Want al wat in de wereld is, de begeerte des vleses, de begeerte der ogen, en een hovaardig leven. " De wereld is in feite ook de verlengde arm van de vleselijke natuur. (Galaten 5: 19-21) Niemand kan een ziekte helen, als men een mens in een omgeving zet waardoor de ziekte nog verergerd wordt (in weerwil van de homeopaten). Je kunt een alcoholicus niet genezen door hem in alle omstandigheden vrij bier te geven.

De wereld is een onderdeel van de strijd met satan (de vorst der wereld Johannes 12: 31) tegen de gelovige. In Johannes 5:19 staat: "We weten dat we uit God zijn en de hele wereld in de boze ligt." Soms is dit openlijk soms minder duidelijk. Zo kun je bijvoorbeeld naar de dierentuin gaan

en steeds onbewust met de evolutietheorie geconfronteerd worden. De wereld wil de gelovige verleiden de normen van de wereld toe te passen. (Johannes 15: 18-19; 17: 6, 9; 14: 16, Romeinen 12: 2, Kol. 2: 8 De gelovige kan echter overwinnen. I Johannes 5: 4, 5 Want al wat uit God geboren is overwint de wereld, en dit is de overwinning die de wereld overwonnen heeft: ons geloof. Wie is het die de wereld overwint dan wie gelooft dat Jezus de Zoon van God is. In Johannes 16: 33 staat: "Dit heb ik tot u gesproken, opdat gij vrede in Mij hebt. In de wereld lijdt gij verdrukking, maar hebt goede moed, Ik heb de wereld overwonnen. " Het kan een harde strijd zijn Gods geboden te bewaren, zijn wil te zoeken, keuzes te maken en een godvruchtig leven te leiden. Dat is de werkelijke strijd in ons leven. God belooft vrede in verdrukking. (Johannes 16: 33) Hij heeft de overwinning behaald en de machten en overheden ontwapend en openlijk tentoongesteld en zo over hen gezegevierd (Kolossenzen 2: 15).

Zie ook Hebrëeën 2: 14-15, Romeinen 12: 2 en I Johannes 4: 4. Confrontatie met satans rijk Efeze 6: 10-11 Voorts wees krachtig in de Here en in de sterkte van zijn macht. Doet de wapenrusting aan om te kunnen standhouden tegen de verleidingen des duivels.

Er zijn drie belangrijke principes:

1) **Wees krachtig in de Here**

De sterkte van de Heer en alle volmacht die we nodig hebben is voor ons beschikbaar. Het kan er heet aan toe gaan in ons leven, de Here is vergevingsgezind. De God des vredes zal weldra de satan onder uw voeten vertreden, de genade van de Here Jezus zij met u (Romeinen 16:20).

2) Ken de strategie en organisatie van de vijand

Satan is een verleider die graag tweedracht zaait onder christenen. Hij probeert ons met slechte gedachten en verlangens te injecteren. Hij is een aanklager, liefst met de gedachten die hij zelf in die mens legt. (II Korintiërs 4: 4). Veel mensen weten niet dat alles wat in hen opkomt, niet altijd vanuit henzelf is. We moeten ons hart en gedachten behoeden in Christus Jezus (Filippenzen 4: 7, II Korintiërs 10: 5). Geen ongezonde kennis en interesse in alle occulte verschijningsvormen, maar zeker ook niet naïef en onwetend zijn van wat in de geest van de wereld is en ons bewust zijn hoe we veranderd moeten worden in gedachten, gevoelens en wil.

3) Gebruik de juiste wapens

Als gelovigen moeten we ook offensief handelen. Passiviteit is een invalspoort van de boze. We moeten steeds aan onze wapenrusting werken. Vooral ons gebedsleven, waarin we alles concreet met de Heer bespreken is van groot belang. God heeft ons niet gegeven een geest van lafhartigheid maar van kracht van liefde en bezonnenheid. (II Timoteüs 1: 7) Wordt nuchter en waakzaam. Uw tegenstander. De duivel gaat rond als een briesende leeuw, zoekende wie hij verslinden kan. Wederstaat hem vast in het geloof, wetende dat aan uw broederschap in de wereld hetzelfde lijden wordt toegemeten (I Petrus 5: 8-9).



HOLISTISCH DENKEN IN DE HEDENDAAGSE REGULIERE SAMENLEVING

a) Historie van het psychosomatische denken

In de medische wereld vindt een revolutie plaats die zijn weerga in de geschiedenis niet kent. Een geweldige paradigma shift, een totale verandering van denken, die de komende jaren de aard van de gezondheid totaal op zijn kop zal zetten. Was het denken over gezondheid van de 'gehele mens' eerst alleen een item van een excentrieke esotericus alternatieve, New Age denker, nu is de body mind healing het grootste groeigebied, ook in het wetenschappelijk onderzoek.

Veel moderne ziektes zoals allergieën, R.S.I., burn out, fibromyalgieën, chronische specifieke nek, schouder en rugklachten, auto-immuun ziektes, M.E., stress, migraine, kunnen allang niet meer verklaard en behandeld worden vanuit het reductionistische mensbeeld dat de laatste millennia gemeengoed was in het westen. Steeds meer wordt bekend over de interacties tussen geest en lichaam.

Neuropeptiden

Er is bijvoorbeeld veel onderzoek gedaan naar de neuropeptiden, de eiwit-verbindingen in cellen, die de boodschappers zijn van de emoties mens in het lichaam. Steeds meer wordt bekend over de biochemische correlaten van emoties, hun relaties en interacties met de hersenen, het immuunsysteem en hun gevolgen op het lichamelijke en psychisch functioneren van de mens. Ook de rol van het bewustzijn en onderbewuste wordt daarin steeds belangrijker. Steeds luider wordt de roep een kader, een geïntegreerd mensbeeld, waarin deze processen verklaarbaar zijn.

Helaas wordt deze leemte steeds meer ingevuld door Taoïstische, Hindoeïstische en esoterische modellen, die weliswaar de tekorten van het reductionistische denken duidelijk blootleggen, maar die mensen in een gevaarlijk geestelijk spanningsveld brengen. Meer dan ooit is nodig dat Christen specialisten, hulpverleners, wetenschappers, theologen en psychologen 'grensoverschrijdend' gaan samenwerken en de huidige ontwikkelingen toetsen en bijbelse modellen gaan ontwikkelen.

Het reductionistisch, mechanische wereldbeeld.

De Franse filosoof Rene Descartes heeft grote invloed gehad op de ontwikkeling van het mensbeeld in de gezondheidszorg de laatste tweehonderd jaar. Hij wordt wel de 'vader' genoemd van het rationalisme, de opvatting dat het denken, (verstand, de rede) de voornaamste bron van kennis is. Descartes maakte scheiding tussen de ziel en het lichaam, dit had ook te maken met afspraken met de rooms-katholieke kerk invloedsferen van kerk en wetenschap. De ziel, de geest en de zonden het domein van de kerk zijn en de wetenschap richtte zich op de mechanische, biologische en chemische aspecten van het wezen van de mens. Het is ongelooflijk hoe ver de westerse wetenschap gekomen is met dit 'reductionistische model'.

In het cartesiaanse denken werd de mens steeds verder opgedeeld in kleine delen. Er zijn steeds meer geïsoleerde specialistische terreinen van onderzoek in de gezondheidszorg ontwikkeld die zich steeds meer op een kleiner gebied van het menselijk functioneren richten. Een scepticus formuleert het zo: 'We weten steeds meer over een steeds kleiner gebied, totdat we alles

over niets weten!' Naast de ongetwijfeld vele zegeningen die we in de huidige gezondheidszorg nog steeds tegenkomen, zien we steeds weer een ontwikkeling in het denken over gezondheid in het relationele, procesmatige en systeemgerichte denken. De geweldige hightech ontwikkelingen, eisen ook geweldige financiële offers, die vaak weer ten koste gaan van de 'gewone' zorg.

Moderne ziektes

Veel moderne ziektes kunnen lang niet meer vanuit het reductionistisch denken verklaard worden. Neem bijvoorbeeld R.S.I. (Repetitiv Strain Injury) het zijn klachten die het grootste ziekteverzuim in het westen oorzaken! Het zijn vaak chronische spier en vermoeidheidsklachten die onder andere vaak veroorzaakt worden door langdurig kort cyclische repeterende bewegingen, vooral bij beeldschermwerkers, musici, schilders, kassiers, postsorteerders, dirigenten, enzovoort. De bekendste in is de 'muisarm'. Als je deze klachten vanuit een reductionistisch beeld gaat bekijken, moet je constateren dat de fysiologische belasting van de onderarmspiers, die voortdurend gebruikt worden bij klikken van de muis eigenlijk miniem is.

Natuurlijk spelen hier ergonomische aspecten (zithouding, ontspanning, verantwoord meubilair) een rol, maar toch kun je nauwelijks vanuit dit mechanische denken, de klachten verklaren die veel mensen zelfs ernstig invalideren en of arbeidsongeschikt maken. RSI komt juist vaak voor bij harde werkers die vaak psychische en vermoeidheidsgrenzen onverantwoord verleggen, een bekend verschijnsel in onze stress rijke samenleving.

In Nederland is gemiddeld

de hoogste werkdruk van alle westerse landen) Vanuit een holistisch mensbeeld zou R.S.I. veel meer als een neurologische systeemziekte in combinatie met een geestelijke probleem gezien moeten worden.

Door jarenlange bewegingsarmoede en psychische en geestelijke overbelasting kunnen zo klachten ontstaan die betrekking hebben op de spieren/pezen (orthopedie) en zenuwsystemen zowel het bewuste als het onbewuste of vegetatieve zenuwstelsel, het immuunsysteem, maar zeker ook emotionele klachten, psychische druk en geestelijke problematiek.

Mensen genezen dan ook niet met even een periode met rust, zoals veelal vanuit een mechanisch denken voorgeschreven wordt. Een diagnose die alleen neurologisch of orthopedisch of psychologisch gesteld wordt zal tekort schieten. Vaak worden patiënten van de neuroloog naar de reumatoloog gestoord, die op zijn beurt weer zegt dat het een neurologisch probleem is. Men zal veeleer een holistische aanpak naar geest, ziel en lichaam nodig hebben, om tot herstel te komen.

Niet alleen R.S.I klachten maar ook fibromyalgie, depressies, psychoses, chronische rug/nekklachten, allergieën, intoxicaties, T.M.S. (tension myositis syndrome), (reflex) dystrofieën, M.E., whiplash en nog veel meer klachten zullen in de toekomst vanuit andere perspectieven bekeken moeten worden. Vreemd genoeg bestaat er onder genoemde patiënten groepen een strijd of hun klachten nu van puur lichamelijke aard zijn of een psychogene oorzaak hebben. Velen proberen angstvallig hun problematiek alleen vanuit een fysieke pathologie te verklaren, omdat de psychogene en geestelijke

facetten van het probleem vaak in de taboesfeer liggen en velen ervaren dat hun overigens reële (lichamelijke) klachten niet serieus genoeg benaderd worden door hulpverleners. Dit heeft vaak ook weer met het reductionistische denken te maken.

Body Mind Healing

Hierover is veel gepubliceerd de laatste jaren onder andere door Herbert Benson, Deepak Chopra, Norman Cousins, Dennis Jaffe, Lawrence LeShan, Steven Locke, en nog vele anderen allen vanuit verschillende disciplines. Dr. John Sarno, professor of Clinical Rehabilitation Medicine in New York heeft de laatste jaren belangrijke boeken geschreven zoals: Healing Back Pain en The Mindbody Prescription, boeken die nieuwe inzichten publiceren in de relatie geest-lichaam en die voor een deel ook ondersteund worden door nieuwe researchresultaten op het gebied van de microbiologie.

Sarno gaat ervan uit, dat ons bewustzijn maar een klein gedeelte is van wat er zich in ons lichaam afspeelt. We denken vaak dat onze beslissingen alleen te maken hebben met ons bewuste, maar dit is slechts een topje van de Ijsberg, veel invloed vormen de dingen uit ons verleden, hoe zaken in ons lichaam zijn 'opgeslagen', vanuit verschillende biologische, chemische en psychologische leerprocessen.

We staan allemaal onder een psychische en geestelijke druk die ook fysiek ervaren wordt. Veelal zijn we ons niet bewust dat veel onbewuste gevoelens en angsten door onze hersenen automatisch fysiek vertaald worden om te voorkomen dat deze 'gevaarlijke' gevoelens bewust worden.

Het is een grote fout en medische blunder dit als

een mentale of emotionele zwakte te zien! Het zijn geen abnormale reacties, maar volgens Samo creëert het brein pijn of een ander fysiek symptoom om ernstige gewelddadige emotionele explosies uit de weg te gaan. Deze symptomen zijn geen lichamelijke substituties voor slechte gevoelens. Het zijn ook geen zelfkwellingen voor slechte gedachten en schuld. Maar je zou kunnen zeggen het zijn spelers in een strategie die er op gericht is de aandacht op ons lichaam te richten om aan gevaarlijke gevoelens in ons onbewuste te ontsnappen.

Het onbewuste is vaak onlogisch en irrationeel, het reageert vaak direct. Veel mensen kiezen als ze de keuze hadden tussen het oplossen van moeilijke gevoelens en intense lichamelijke pijn, voor het eerste. Dat is logisch, maar het emotionele systeem reageert niet altijd zo logisch, maar meer vanuit patronen en leerprocessen en patronen vanuit het verleden. Dit wordt niet veranderd door psychofarmaceutische geneesmiddelen. Men verandert deze processen niet door de chemie van de hersenen te beïnvloeden, dit is een symptomatische behandeling.

Mindbody of psychosomatische symptomen dienen een bepaald doel, als je dit alleen symptomatisch behandelt, zal de geest en brein van de mens een andere symptomatologie produceren. Een voorbeeld van de vaak onbewuste strategie van de geest is het volgende: Het aantal maagzweren de laatste tien jaar is sterk afgenomen, dit komt niet door de betere maagzuurremmers die ontwikkeld zijn maar door het feit dat een maagulcus langzamerhand synoniem geworden is voor een spanningsklacht en het sociaal 'niet meer geaccepteerd is' een maagzweer te hebben.

Een ander voorbeeld: Een vrouw die al twintig jaar met een bepaald soort migraine kampte, hoort van haar therapeut dat deze vorm van migraine vaak te maken heeft met een verborgen opgekropte boosheid.

Toen ze hier serieus over na ging denken, verklaarde ze dat ze voor het eerst sedert al die jaren een periode van geen hoofdpijn kende! Dit is niet hetzelfde als de conversie hysterie die Freud beschreef. Allan Walters, een Canadese neuroloog geeft de voorkeur aan de term : lokale psychische pijn , omdat de meeste patiënten niet hysterisch waren, maar de aard van de pijn was meer emotioneel. Edwin Shorter een medisch historicus van de universiteit van Toronto, verwoordt dit in zijn boek 'From Paralysis to Fatigue', **dat mindbody symptomen onderhevig zijn aan de mode en datgene wat door de meeste artsen fysiek wordt 'gelegaliseerd'**.

Het is natuurlijk ook interessant vanuit een christelijke optiek om te onderzoeken of het bij al- die processen gaat om verdringing of dat er ook geestelijke bindingen een rol spelen bij deze 'keuzes' van de geest. Dit speelt ook vaak een rol bij 'moderne' ziektes. Zelf heb ik dit veel geconstateerd bij alle psychosomatische klachten bijvoorbeeld bij sommige mensen met dystrofieën en migraineklachten. Hetgeen natuurlijk niet betekent dat bij iedere dystrofie een occulte component zit. Verder zijn er nog psychosomatische klachten als gevolg van zondig gedrag. In psalm 32 verwoordt David dat zijn gebeente wegwijnt, onder zijn gejammer en dat hij dag en nacht een zware druk op zich voelde.

b) Neurofysiologie van Mindbody processen

Candace Pert, een bekend

moleculair biologe in Amerika, heeft een aanzet gegeven tot de ontdekking van het feit dat de hersenen zelf morfine aanmaken, de zogenaamde endomorfine.

In het begin dacht ze dat deze endogene morfine alleen voorkwamen in nek en hersenstam omdat tot voor kort daar de geest van de mens gezocht werd. Ze deed de verbazing wekkende ontdekking dat deze morfine en daarop gelijkende stoffen, niet alleen in de hersenen voorkwamen, maar ook in het immuunsysteem, endocriene systeem en door het gehele lichaam.

Deze moleculen maken deel uit van een psychosomatisch communicatie netwerk. Het bleek dat de informatie stroomt door het lichaam en zich verspreidt over het gehele lichaam en ze prikkelen de receptoren op de wand van elke cel. Je kunt het je zo voorstellen: in iedere cel zitten miljoenen 'satellietshotels' Alle processen in het lichaam worden in gang gezet door boodschapper moleculen waarvan vele een peptide zijn zoals het endomorfine. Iedere peptide bestaat uit verschillende van de 23 bestaande aminozuren, een peptide als insuline bestaat zelfs uit een paar honderd aminozuren. Ineens bleek dat de neuropeptiden en hun receptoren de biochemische correlaten waren van emoties. Of simpeler gezegd: Het zijn de materiële manifestaties van de emoties.

De ontvangst is een fysiek proces tussen de receptor en de peptide. Als de verbinding eenmaal gelegd is, begint de receptor, een grote, complexe molecuul, te kronkelen en verandert op zo'n manier dingen die gaan gebeuren. Er stromen ionen naar binnen en er vinden veranderingen plaats.

Uiteindelijk nemen de hersenreceptoren dan waar wat er gebeurt, als een emotie. De peptiden zijn een soort radarsignalen vanuit de hersenen, de receptoren vangen die op en geven de emoties een lichamelijke kwalificatie. Bijvoorbeeld door het openen of sluiten van bloedvaten in het gezicht. Neuropeptiden komen vrij bij de meest verschillende gemoedstoestanden.

Er zijn peptides voor iedere emotie, zoals bijvoorbeeld boosheid, kwaadheid, lachen enzovoort. Lichaam en geest blijken veel meer verbonden te zijn dan men tot voor kort zelfs nog maar vermoedde. Nu werken wetenschappers die zich met immunologie bezig houden, nauwelijks samen met neurologen, maar in het lichaam zijn hersenen en immuunsysteem nauw met elkaar verbonden en communiceren uitgebreid.

Endorfinen die in de hersenen zitten en die bijvoorbeeld euforie veroorzaken, bleken ineens ook in het immuunsysteem te zitten! Het zette het hele reductionistische denken op zijn kop: Stemmingsveranderende stoffen in het immuunsysteem. De geest van de mens blijkt daardoor niet alleen met de hersenen te communiceren maar met iedere cel van het lichaam. Dit lijkt me ook meer bijbels namelijk, dat de geest een geïntegreerd wezenskenmerk van de mens is dat zetelt en verbinding heeft met iedere cel, beter dan het reductionistische mensbeeld dat de geest alleen in de hersenstam of hart zou zijn.

De neuropeptiden zijn dus chemische boodschappers, die zich verplaatsen in het lichaam en daar een fysieke reactie door hun aanwezigheid te wegbrengen. Het zijn de boodschappers en communicatoren van geest en lichaam. Het is een fascinerend idee

dat emoties voor kunnen komen in twee sferen. In dit verband is bijvoorbeeld ontdekt dat mensen met een meervoudige persoonlijkheid soms duidelijke fysieke symptomen produceren variërend per deelpersoonlijkheid.

De ene persoonlijkheid kan allergisch zijn voor katten of heeft suiker ziekte, terwijl dat bij de andere niet het geval is. In dit verband is het belangrijk om te constateren dat de meeste communicatie in de psychosomatische netwerk niet bewust verloopt. Er zijn vele emotionele boodschappen die niet tot het bewustzijn doordringen, maar die wel gewend zijn alles in je lichaam te regelen. Of anders gezegd veel emoties zijn in het lichaam opgeslagen! De overdracht van informatie tussen lichaam en geest verloopt via de emoties en bepaald voor een groot deel onze conditie van het immuunsysteem. Niet volgens de "tsjakka" methode van Emile Ratel band, maar hier komen we later op terug.

Psychoneuro-immunologie

~David Felten, prof. in de neurobiologie en anatomie te Rochester heeft veel onderzoek gedaan in de psychoneuro-immunologie. Bij onderzoeken van mensen bij stress in hun leven zoals examens, scheiding, opname in een verpleegtehuis kon worden gezien, dat er een verminderde immuunreactie plaats vond als ze geen vertrouwen hadden in een situatie of als ze zich eenzaam voelden. Zo is er bijvoorbeeld een onderzoek over immuunreacties en examenstress bij medische studenten, waarbij bleek dat een chronisch verminderde immuunreactie niet voorkwam bij de studenten die dreigden te zakken, zoals je misschien zou denken, maar juist bij studenten die zeiden eenzaam te zijn en

weinig sociale ondersteuning te ervaren.

Familieleden en gemeenteleden zullen niet gauw denken dat ze de samenstelling en de werking van het zenuwstelsel en immuunsysteem van een patiënt beïnvloeden, maar zo werkt het wel. Vanuit een pastoraal bijbelse visie is dit natuurlijk alleen maar te bevestigen. Robert Ader, directeur van afdeling Behavioral and Psychosocial Medicine te Rochester leidde een baanbrekend experiment dat aantoonde dat muizen een bepaalde stof kon worden toegediend om hun natuurlijke immuunsysteem te onderdrukken. Vervolgens konden ze, na stopzetting van de toediening van deze stof worden geconditioneerd om hun immuunsysteem te blijven onderdrukken.

Veel interacties ook in de body-mind verhoudingen heeft te maken met geconditioneerde reacties. Een simpel voorbeeld: Je ziet een hond op straat lopen, je hebt zelf een hond en je houdt van honden, en van dat ras wel in het bijzonder, dan krijg je een warm gevoel en dan wil je wel tegen die hond praten. Als honden je niet interesseren, dan is er geen neurale reactie. Maar als je onlangs bent gebeten door precies zo'n hond, dan komt er een flinke reactie bij je los.

De adrenaline begint te stromen, je sympathische zenuwstelsel wordt extreem geactiveerd en de hypofyse scheidt stress hormonen af die je immuunsysteem beïnvloeden. Je hart gaat sneller kloppen, de oogpupillen verwijdden zich, je bent klaar voor een vecht of vluchtreactie. Dezelfde hond roept bij verschillende mensen verschillende reacties op.

Een langdurige aanwezigheid van stresshormonen kan allerlei ziekten ten gevolge hebben, een van de

honderden voorbeelden is dat deze aanwezigheid vooral bij ouderen kan leiden tot het afsterven van sommige hersencellen. De eerste verschijnselen van 'aderverkalking' is vaak een verminderde bloedtoevoer, in de hersenen worden juist het eerst de cellen aangetast die door het stresshormoon beïnvloed worden. De combinatie van verminderde toevoer van bloed plus de stresshormonen en een verhoogde activiteit van neurotransmitters veroorzaakt een verergering van het probleem.

Wat gebeurt er bijvoorbeeld bij bejaarden die al in gevaar zijn als ze in een ziekenhuis komen en daar blootgesteld worden aan allerlei stressfactoren? Door hun ongerustheid wordt de productie van stresshormonen enorm gestimuleerd. En elke keer in het ziekenhuis komen ze in aanraking met allerlei micro organismen als stafylokokken en streptokokken.

We moeten echter uiterst voorzichtig zijn met conclusies hoe we deze conditionering kunnen manipuleren. Vaak is alleen een soort positief denken 'te kort door de bocht'.

Voor gunstige effecten van de zogenaamde geleide fantasie, dit is het visualiseren dat anticellen een tumorcel doden, een techniek die bij veel alternatieve kankertherapieën gevolgd wordt is geen enkel bewijs gevonden. (Margaret Kemeny).

David Spiegel deed een tamelijk bekend onderzoek bij vrouwen met borst kanker. Van de vrouwen kreeg de ene groep alleen de gewone medische behandeling, terwijl de andere groep bovendien hulpverlening kreeg en ondersteuning van een zelfhulpgroep. De laatste groep gaf te kennen dat ze het beter aankonden

en dat ze en rijker leven hadden, maar ze bleken ook langer te leven. Als iemand een medicijn zou uitvinden die dit effect zou bewerkstelligen zou het wereldnieuws zijn! Voor mij is het een bevestiging dat broederliefde en pastoraat geweldig belangrijk zijn bij ernstige ziektes. Terwijl je nu vaak ziet dat het in veel Christengemeentes een verwaarloosd terrein is waar men zich laat verdringen door alleen de medische macht. Bij de behandeling van verscheidene vormen van kanker is er geweldige vooruitgang geboekt. Daarom is juiste een gecombineerde aan dacht van groot belang voor de patiënt.

Bijbelse psychosomatiek
Zoals al gezegd wordt de roep om een geïntegreerd kader waarin je alle body-mind relaties kunt onderbrengen, steeds groter. De Bijbel heeft de pretentie alleen dit kader te zijn. (Genesis 1: 26 en 2: 7; II Timoteüs 3: 16, I Tessalonicenzen 5: 23)
Het geïnspireerde woord van de Schepper geeft een minutieus beeld van wie de mens is, wat zijn doel is, welke zijn problemen zijn, en hoe een weg in geloof begaanbaar is voor een herstel van geest ziel en lichaam. In Romeinen 6, 7, 8 wordt de innerlijke problematiek getekend, in het boek Spreuken vinden we zoveel wijze 'body mind' lessen.

Juist nu in de integrale geneeskunde zoveel oosterse mystiek, gnostiek en religie binnensluipt, moeten Christelijke wetenschappers en hulpverleners vanuit bijbelse uitgangspunten deze ontwikkelingen toetsen en ontwikkelen. Men is in de geneeskunde op zoek naar de geest van de mens en diens integratie in het lichamelijke. Volgens de Bijbel is er een direct verband tussen het rekening houden met God en ons lichamen welzijn.

Spreuken 3:5-8 " Vertrouw op de Here met uw ganse hart en steun op uw eigen inzicht niet. Ken Hem in al uw egen, dan zal Hij uw paden recht maken. Wees niet wijs in eigen ogen, vrees de Here en wijk van het kwaad: Het zal medicijn wezen voor uw vlees en lakenis voor uw gebeente."

Daarom spoort de heilige Geest ons aan in Spreuken 4: 10 "Hoor mijn zoon, en neem mijn woorden aan, opdat uw levensjaren talrijk worden. " Omgekeerd kan men tellen dat een vleselijke levenswandel van een we dergeboren christen zijn leven op aarde kan bekorten. In eerste instantie is, volgens de Bijbel ziekte en dood het gevolg van de zonde(n). Natuurlijk wil ik niet beweren dat de levensduur van een christen rechtveerdig is met de mate van het leven door de Geest. Daarvoor geeft de Bijbel genoeg andere redenen van ziek zijn aan, bijvoorbeeld door zonden van een ander, door omstandigheden, opdat de werken Gods openbaar worden (Johannes 11: 14) en als tuchtmaatregel (Hebreeën 12: 5), door het (vervulde) milieu waarin ook de vervallen natuurkrachten vanaf de zondeval een rol spelen en niet in de laatste plaats door onze genetische achteruit gang.

God wil ons door Jezus Christus genezen, naar de gehele mens naar geest ziel en lichaam. De Bijbel heeft gezondmakende woorden (I Timoteüs 6: 3) en een gezondmakende leer (II Timoteüs 4: 3) Spreuken 4: 20-22 "Mijn zoon, sla acht op mijn woorden, neig uw oor tot mijn uitspraken; laat ze niet wijken uit uw ogen, bewaar ze diep in uw hart. Want zij zijn leven voor wie zè vinden, genezing voor hun ganse lichaam."

Innerlijke vrede, waaruit voortvloeit een lang en gelukkig leven, verkrijgt

men volgens de Bijbel door het onderhouden van Gods geboden. Spreuken 4: 4 "Onderhoud mijn geboden, opdat gij moogt leven." Dit is geen welvaartsevangelie, of geneeskunde volgens 'christelijke goochelkunst', maar in dit leven is er ook plaats voor moeite, lijden en strijd. Vaak is een schuldbelijdenis een remedie tegen psychosomatische klachten.

In psalm 32 wordt gewag gemaakt van een man die zijn problemen en vooral zijn schuldvraag wegduwt. "Want zolang ik zweeg, kwijnde mijn gebeente weg, onder mijn gejammer de ganse dag; Want dag en nacht drukte uw hand zwaar op mij, mijn merg verdroogde als in zomerse hitte (vers 3 en 4).

Het is een treffend beeld van psychosomatische klachten: depressiviteit (uw hand drukte zwaar op mij) de levensvloeistoffen (gewrichtsvocht, speeksel enzovoort) drogen op in het lichaam, het lijkt of het verouderings proces snel toeneemt. Het is merkwaardig dat deze oude psalm de lichaamelijke en innerlijke gesteldheid zo met elkaar in verband brengt. Ze geeft tegelijk on dubbelzinnig de weg aan om niet in zulke situaties te komen of, als we er reeds in verkeren, er radicaal bevrijd van te worden.

De weg die we steeds moeten gaan is de weg naar God. Niet in de zin dat we steeds moeten 'jammeren', over onze narigheden (vers 3b) maar: "Daarom bidde iedere vrome tot U ten tijde dat Gij u laat vinden." (vers 6a)
"De Here zal blijken niet een veroordelende of wrekende God te zijn maar een ontfermende God, zoals Hij zichzelf heeft doen kennen in Christus Jezus, de Heiland. "Hij zal een verbergung voor ons zijn en een toevlucht voor onze benauwdheden".

Vers 7 nog geweldiger: "Hij zal ons omringen met jubelzangen van bevrijding. Hij zal ons leren en onderwijzen aangaande de weg die wij moeten gaan". (vers 7b, 8) Spreuken 15: 13 zegt "een blij hart maakt het aangezicht vrolijk, maar door hartenleed wordt de geest verslagen". of nog anders in Spreuken 17:22: "Een vrolijk hart bevordert de genezing, maar een verslagen geest doet het gebeente verdorren".

Reduktionisme in de geestelijke hulpverlening?

Naast het feit dat de laatste 100 jaar de seculiere geestelijke hulpverlening van reductionistisch denken beschuldigd kan worden is het goed ook onze eigen hand in onze 'christelijke (evangelische) boezem' te steken. Ook in het pastoraat was en is er nauwelijks feeling met de lichamelijke en psychologische aspecten van ons menszijn. Hebben we als christenen ook antwoorden op de moderne ziekten zoals ik die in de inleiding genoemd heb, ziekten die verreweg de grootste problematiek in de gezondheidszorg bestaan. Wat weten we van de geestelijke en psychische en biologische interacties van bijvoorbeeld fibromyalgieën, of R.S.I.? Kunnen we mensen met talrijke soorten vermoeidheidssyndromen ook specifiek in hun geestelijke en lichamelijke problematiek tegemoet komen, of bepalen we ons tot 'stereotype archetypen' van het pastoraat. Bij veel pastorale theologen slingert de klepel van de klok naar extreem psychologische modellen tot extreem spiritueel. Ook de laatste boeken van Larry Crab getuigen van bewegingen op dit gebied. Vele pastorale methodes zetten zich af door de tekorten van anderen te vergroten.

In Amerika zijn weer methodes die allen het spirituele benadrukken, en nauwelijks zicht hebben

op andere factoren die een rol spelen in de gezondheidszorg. Ook in de evangelische hulpverlening moeten we ons steeds meer bewust worden van onze reductionistische kijk op de mens, een zienswijze die de Bijbel overigens niet deelt. Tegelijk beseffen we dat we misschien maar staan aan het begin van een heel nieuw tijdperk waarin de explosieve kennistoename en ervaringen van talrijke disciplines, gefilterd, getoetst, en ontgonnen dienen te worden. Dit kan alleen maar gebeuren vanuit het Woord en de Geest en de broeders en zusters die God ons gegeven heeft.

Literatuur:

Bil Moyers: Gezondheid en geest, de helende werking van de geest. Teleac Van Holkema @ Warendorf 1994 Houten

Joe E sarno: The mindbody prescription, Warner books 1998 New York.

E Shorter, From paralysis to Fatigue: A history of psychosomatic illness in the modern era. The Free press, New York 1992

D Chopra, Quantum healing New York bantam books 1989

D W Swanson, Chronic pain as a third pathologie emotion American journal of psychiatry 141 (1984) 210-214

Charles R Solomon, Handbook to happiness Tyndale house, Wheaton, illinois 1989

Kurt Blatter: Bijbels omgaan met stress 2 psychosomatische aspecten, Stichting Promise Oudewater 1999

Gerard Feller: Bijbels omgaan met stress deel 1 lichamelijke aspecten. Stichting Promise, Oudewater 1998

c)Holistisch denken bij chronische ziektebeelden

In het vorige hoofdstuk hebben we kunnen kennis nemen van de toenevende belangstellingen onderzoeken naar de behandeling van de gehele mens, de 'mind-body healing'. In dit vervolg wil ik graag nog enige bevindingen op het gebied van de psychosomatiek doorgeven. Het is zeker geen wetenschappelijke verhandeling, maar ik hoop dat werkers in pastoraat en (para)medische hulpverlening, hier op willen reageren, zodat samen gezocht kan worden naar een christelijk concept van mind-body-healing.

Omvang en historie van het probleem

Moderne (psychosomatische) ziektes zoals R.S.I. (Repetitive Strain Injury) T.M.S. (Tension Myositis Syndrom), chronische spierklachten, fibromyalgien maken tachtig procent uit van klachten die mensen arbeids ongeschikt maken. Alleen al in de U.S.A. kost dit meer als 140 biljoen dollars in een jaar. Ook in Nederland is R.S.I. de belangrijkste klacht voor ziekteverzuim. Als je deze ziektebeelden vergelijkt met iemand die goed gerevalideerd is na een verlamming van de benen, kun je zeggen dat bij het laatste voorbeeld nog een 'redelijke kwaliteit' van leven en werken mogelijk is, terwijl iemand met chronische pijnen vaak fysiek en/of psychisch niet instaat te werken. Dr John Sarno, prof. of clinical rehabilitation medicine in New York was al jaren lang op zoek naar een duidelijke pathologie van chronische pijnen. Hij was een van de eersten die zich realiseerde dat het primaire aangrijpingspunt van het lichaam, de spier was en niet het bot, zoals vele onderzoekers in de laatste decennia dachten.

Dit werd vaak ingegeven doordat het bot gemakkelijker fotografeerbaar was en gemakkelijker te onderzoeken dan het spierweefsel. Anderen geloofden dat de spieren pijnlijker waren omdat ze zwakker, korter, verzwikt of verrekt waren. Veel chronische klachten werden orthopedisch of neurologisch verklaard en de 'sluitpost' was vaak de wervelkolom. Er ontstond zo'n vijftig jaar geleden een onwaarschijnlijke verbintenis tussen verschillende disciplines zoals chiropractoren, manuele therapeuten en bijvoorbeeld fysiologen. Deze laatste hadden vóór die tijd de chiropractoren als onwetenschappelijk bekritiseerd. Maar nu werden de osteopaten en chiropractoren 'opgenomen' in de familie van de orthopeden, psychiaters, fysiotherapeuten, neurochirurgen enzovoort.

Wat deze 'familie' gemeenschappelijk had was dus de gedachte dat de oorzaak van chronische spierklachten te vinden was in de wervel en de relaties met de spieren en dat er een soort van fysieke interventie noodzakelijk was om de ziekte te genezen. Chirurgie is daarbij een van de meest drastische interventies, maar tegelijkertijd ook een heel vaak gebruikte optie. Vele structurele chronische ontstekingen, die verantwoordelijk zijn voor de pijn, werden en worden behandeld met een groot aantal steroïde en niet-steroïde medicamenten.

Onderzoek en anamnese van chronische pijnen

Het onderzoek van chronische pijnen is zowel in de USA als in Nederland een gigantische industrie. Een andere zienswijze en onderzoek van chronische pijnklachten zou voor velen een regelrechte financiële

catastrofe betekenen. Sarno ontdekte dat 88% van zijn chronische patiënten een historie hadden van kleine maag darm ziektes, zoals máagzuur, symptomen van een zweer, hiatus hernia, spastische en of geïrriteerde darmen migraine, hoofdpijn, eczemen, vaak plassen enzovoort.

Hoewel alle artsen toegeven dat deze klachten gerelateerd zijn aan psychogene of emotionele problemen, zijn er bijvoorbeeld maar weinig medici die geloven dat onbewuste, onderdrukte emoties, deze belangrijk chronische klachten kunnen veroorzaken. Sarno vertelt dat hij al jaren lang geëxperimenteerd heeft met migraine patiënten met typisch lichtvisualisatie in het begin van de hoofdpijn. Hij vertelde zijn patiënte dat 'verdrongen boosheid' misschien een oorzaak was van het probleem en adviseerde de volgende keer bij het begin van de lichtsensaties te bedenken welke boosheid zij probeerde te verdringen. Vele reageerden hier al positief op!

Het is een belangrijk aspect bij iedere therapie maar ook bij de 'psychodynamica' van chronische pijnen, dat het kennen en aannemen van een emotionele rol in het ontstaan van klachten van groot belang is. Het is algemeen bekend dat hardwerkende, gewetensvolle, perfectionisten voorbestemd zijn voor T.M.S. en R.S.I. ,maar daarover later meer. Veelal worden fysiotherapie en ergotherapie gebruikt als oplossing, meestal met slechts tijdelijke resultaten.

De meeste therapie komt neer op het verbeteren van een slechte bloed circulatie in de spieren en zenuw(wand) Behandelingen met warmte en of UKG (ultrakortegolf) UG (ultrageluid) enzovoort leiden vaak tot een tijdelijke

effect omdat de circulatie slechts tijdelijk verbeterd. De bloed circulatie wordt echter voor het grootste gedeelte gecontroleerd door het vegetatieve (autonome, onbewuste) zenuwstelsel. Er is iets in de hersenen dat dit proces beïnvloedt, waardoor in enkele milliseconden de bloed circulatie in gebieden elders in het lichaam verminderd. Dit betekent een vermindering van zuurstof in de weefsels en is wel bijna zeker de oorzaak van vele chronische pijnen.

Research van moderne onderzoekers bevestigen dat er zo een mild zuurstof tekort te vinden is in spier en zenuwweefsel, volgens dr. Sarno. Hij geeft aan dat deze klachten berusten op een klassiek psychosomatisch conditioneringsproces.

Dit impliceert dat als je de pijnklachten werkelijk en wezenlijk wil verbeteren je meer moet richten op een hersenproces dan een lokaal aangrijpingspunt! Juist vanwege de geweldige verwevenheid van het vegetatieve met het emotionele leven van een mens. Alleen is het jammer dat door tientallen jaren anders denken, woorden als psychologisch en emotioneel een andere inhoud in de gezondheidszorg hebben gekregen, namelijk alsof er iets vreemds met je aan de hand is. •

Ook het woord, psychosomatisch heeft bij de meeste mensen een verkeerde lading, omdat ze denken dat er niets aan de hand is, je je aanstelt of dingen wijsmaakt. (ook ingegeven door het begrip hysterie zoals Freud dat in houd gaf) Dit terwijl juist bij psychosomatische klachten ook duidelijke lichamelijke klachten en veranderingsprocessen meetbaar zijn. Stanley Coen een bekend psycholoog bevestigde dat bij TMS en RSI er vaak sprake is van een (onbewuste)

defensiestrategie om de aandacht voor angstige en onderdrukte gevoelens te vermijden. Als dit klopt zou je TMS zelfs de meest voorkomende emotie functiestoornis in het Westen kunnen noemen!

Fysiologie van chronische pijnen

We hebben in een vorig hoofdstuk al melding gemaakt van de onderzoeken van Candace Pert, die duidelijk de verwevenheid van de emoties met het neurologische heeft aangetoond. Angst, onverwerkte gevoelens, wrok, boosheid heeft via neuropeptiden (de psychosomatische boodschappers) en het vegetatieve veel relaties met het onbewuste systeem. Deze gevoelens worden in de hersenen vooral via het limbische systeem verwerkt. Het onbewuste deel van de geest van de mens stimuleert de hersenen tot allerlei 'abnormale' reacties, in het motorische-, sensorische- en zintuiglijke systeem (zie schema). Deze symptomen zijn dus het resultaat van breinactiviteit alleen!

Edwin Shorter, een medisch historicus uit Toronto, beweert in zijn boek 'From paralysis to Fatigue', dat de mind-body keuzes, die vaak onbewust reflexmatig verlopen, gebaseerd zijn op dat wat op dat moment door de artsen als lichamelijke klacht 'gelegaliseerd' wordt. Dit is aan mode onderhevig! Tegenwoordig heet dit al gauw ASI, ME, fibromyalgie, carpaal tunnel syndroom, TMS, burnout enzovoort.

Ondanks alle technologie van scanners en andere onderzoeksapparatuur in de geneeskunde heeft de medische wetenschap nog maar een fractie van de hersenwerking ontdekt. Hoe denkt het brein? Hoe wordt taal gebruikt? En hoe gebruikt het brein creatieve

eigenschappen? Welke keuzes worden hoe gemaakt? Hoe beïnvloedt de geest het brein? Anders gezegd: zelfs op het meest elementaire niveau weten we nog weinig. Daarom kan het idee dat het brein ook fysische verschijnselen kan veroorzaken, iets wat de meeste psychiaters en fysiologen niet geloven niet bij voorbaat verkeerd zijn.

Het cruciale punt is dat de symptomen van de bovengenoemde moderne ziekten voor het grootste deel niet het resultaat zijn van een schade, ziekte of fysiek trauma. Maar dat bepaalde hersencellen in de periferie 'besten', waardoor klachten als zwakte, pijn en tintelen kunnen voorkomen. Dit heet een **conversiereactie**. Het is alsof het brein besloten heeft, dat de psychologische reacties niet overtuigend genoeg waren als ziekte en besloot processen te stimuleren, die leiden tot fysieke veranderingen

Een ander voorbeeld van een sterk staaltje van de hersenen was al opgetekend door Henry Beecher tijdens de Tweede Wereldoorlog. Hier ging het over pijnloosheid. Het viel hem op dat zwaar gewonde frontsoldaten, nauwelijks pijnstillers of morfine nodig hadden. De soldaten waren zo 'blij' dat ze het er levend van afgebracht hadden, en dat ze niet naar de gruwelen van het front hoefden, dat ze aanzienlijk minder angst en pijn hadden. Soortgelijke verwondingen in het burgerlijk leven zouden veel meer pijn opleveren.

De werking van de hypothalamus is essentieel in dit proces van list en bedrog van de hersenen. Het resultaat is RSI of TMS in al zijn hoedanigheden. Deze symptomen leiden gemakkelijk tot het disfunctioneren van het immuunsysteem en kunnen

daardoor leiden tot overreactie (allergie) of het uitblijven van een reactie (vatbaar voor infecties, zoals verkoudheid of gistinfecties). (Zie schema).

Tot op heden wordt door veel artsen en psychiaters wel het begrip 'somatiseren' gebezigd, waarbij men bedoelt dat mensen lichamelijke klachten communiceren zonder dat er een fysieke pathologie aan ten grondslag ligt. Deze gedachte is voor veel mensen met bovengenoemde klachten ondraaglijk. Het suggereert dat er geen echte basis voor hun pijn zou zijn.

Hierboven is echter aangetoond dat er een echte pathofysiologie bestaat van spieren, zenuwen en pezen. Verdringing van de hersenen van veel emotionele reacties levert wel degelijk pathologische veranderingen op. Veel hulpverleners en gedragstherapeuten beperken zich echter liever tot het geven van medicamenten en gedragstherapie, dan zich bezig te houden met (onbewust, verdrongen) emotionele leven van patiënten. Dat is erg jammer, volgens dr. Sarno in zijn boek 'The Mind-body prescription', omdat dit nu juist het begin is van de fysieke klachten.

De hersenen veroorzaken dus chronische spierpijnen, RSI, TMS. Dit doordat het autonome, onwillekeurige zenuwstelsel, de lokale doorbloeding, het onwillekeurig openen en sluiten van bloedvaten, beïnvloedt. Dit leidt tot een verminderde zuurstofopname in de weefsels met de bovengenoemde klachten. Dit zijn bewezen feiten, bijvoorbeeld bij mensen met fibromyalgieën.

Vaak vinden we dergelijke klachten ook op de schouderkappen en lage rug, klachten die nauwelijks vatbaar zijn voor therapie (medicamenten,

steroiden, fysiotherapie). Ze worden vaak niet herkend als klachten, die op bovengenoemde wijze veroorzaakt worden. Het spreekt vanzelf dat voordat men tot een dergelijke conclusie komt, eerst andere pathologie moet worden uitgesloten! Maar zoals gezegd, het grootste deel

van de mogelijkheden die dan overblijven, worden vaak op een verkeerde manier begeleid! Ook hoge bloeddruk als gevolg van verdrongen emotionele factoren wordt via het vegetatieve zenuwstelsel tot stand gebracht.

Emotionele 'onhoudbare' piekbelasting leidt tot de 'eis' van geestelijk-onbewuste lichamelijke symptomen als afleiding en om te overleven. Het limbische systeem verbonden met verschillende hersencentra voeren die klachten vegetatief uit

Onwillekeurig

- verlamming
- Spierzwakte
- Verlies van stem

Gevoel perceptie

- Pijn tintelen
- Gevoelloosheid
- verstijfd

zintuiglijk

- Blindheid
- Tunnel visie
- reukloos

Onderzoek in Nederland

Ook in Nederland wordt langzamerhand meer bekend. Men gaat inzien dat bij RSI fibromyalgie en TMS klachten, naast de hoge statische belasting van ongunstige lichaamshoudingen (ergonomie) en fysieke taakstress, zoals stank, lawaai en slechte verlichting, ook veel mentale factoren als tijdsdruk, geheugenbelasting en vooral emotionele factoren, een steeds grotere rol spelen.

Gerard P. van Galen van het Nijmeegs Instituut voor Cognitie en Informatie (NICI) heeft bij onderzoek gevonden dat mensen met een hogere 'angst score' (test van Spielberger) een extra probleem hebben bij het 'aansturen' van hun spieren. Onderzoeken bij 45 beeldschermwerkers met RSI en 45 beeldschermwerkers zonder RSI laten zien, dat

de RSI-beeldschermwerker significant perfectionistischer is dan de beeldschermwerker zonder RSI. Werktempo, prestatieverbetering leiden bij een perfectionist ertoe dat hij ten onder gaat, omdat hij steeds maar moet voldoen aan de hoge eisen van zichzelf en anderen (overuren, geen pauzes)

Subassertiviteit is een bekend symptoom bij chronische pijnen. Dit verklaart waarom in landen als Griekenland, waar de (westerse werkstress) nog niet zo ingeburgerd is, minder RSI patiënten voorkomen. Natuurlijk zijn cursussen met als items timemanagement, strategietraining, stresscoping van belang,

maar veel meer zal gezocht moeten worden naar 'het spel van list en bedrog' van

de hersenen, waarbij het verwerken en verdringen van het emotionele leven een grote rol speelt.

Door deze veelal onbewuste conditioneringsprocessen worden ernstige chronische ziektes, zoals RSI en TMS, in de hand gewerkt. Door een te 'krap' reductionistisch denken, worden ingewikkelde ontstaanspatronen via psyche, hersenen, vegetatieve zenuwstelsel en immuunsysteem, over het hoofd gezien. Voorlichting hierover werkt mee aan een betere beeldvorming van de patiënt, waardoor deze zich nog beter kan richten op de vaak emotionele en psychische bronnen van het ontstaan van deze ziekte

Emotionele 'onhoudbare' piekbelasting leidt tot de 'eis' van geestelijk- onbewuste lichamelijke symptomen als afleiding en om te overleven. Het limbische systeem verbonden met verschillende hersencentra voeren die klachten vegetatief uit

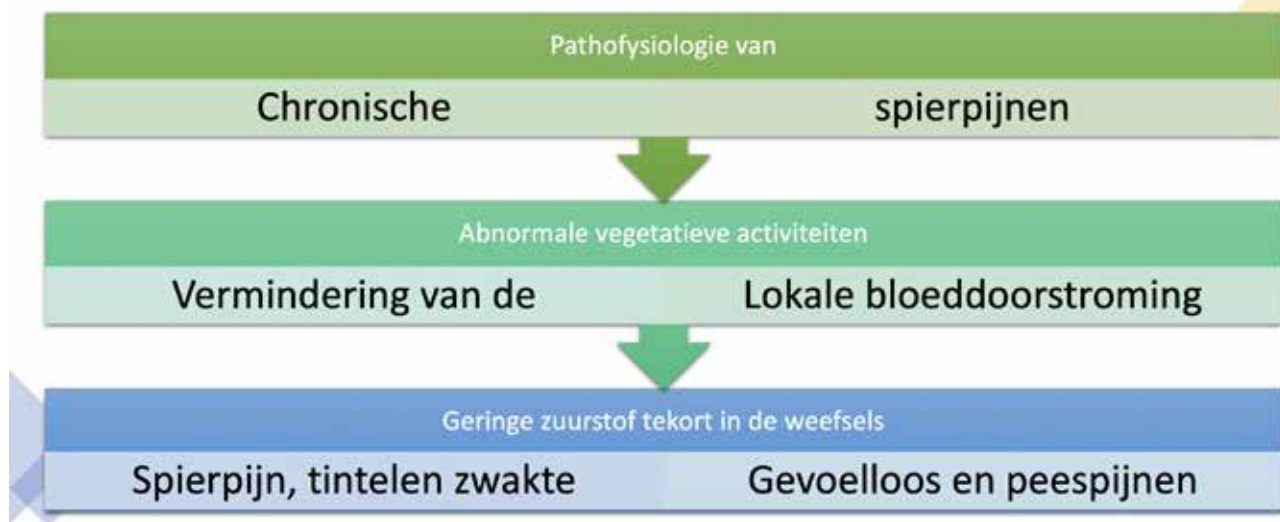
activiteit hypothalamus 2-ledig

Immuunsysteem actief

- Allergische reacties
- Huidproblemen
- Verlaagde weerstand infecties
- Waarschijnlijk rol auto-immuunziekte en kanker

Vegetatieve zenuwstelsel actief

- Hoofdpijn en migraine
- Klachten spijsvertering
- Klachten geslachtsorganen
- Hartklachten



©Gerard Feller 2002 www.complementaire-gezondheid www.pastoraat.com

Literatuur:

- * dr. John E. Samo, The Mind-Body Prescription. 1998 Warner Books, New York.
- * S.J. Coen, Between author and reader. 1994 Columbia University Press, New York
- * Fert, Molecules of emotion. Scribner 1997, New York
- * Shorter, From Paralysis to Fatigue: A history of psychosomatic illness in the modern era. The free press 1992, New York en Toronto
- * Reichijn, Neuroendocrine- immune interactions, New England Journal of Medicine 329 (1993)1246-1253
- * J.E. Sarno, Healing the backpaine, warner books 1991, New York
- * Gerard van Galen, Stress, neuromotor noise and human performance, a theoretica! perspective. Journal of Experimental Psychology: Human perception and performance, 23, 1299-1313 van Gemert, 1997

* RSI, Jaarboek Fysiotherapie Kinesitherapie 1999 pp 1-34 Houten/ Diegem Bohn Statleu van Loghum

* M.D.F. Eijsden v. Besseling, Samama-Polak A, Behandeling en pre ventie van RSI, A sen: van Gorcum 1998

* Huppes G. ea, Handboek RSI, Den Haag: Sdu Uitgevers 1999

Woordenlijst:

Hypothalamus: Onderste gedeelte van de tussenhersenen, het hoogste integratiecentrum tussen het zenuwstelsel en het endocriene (hormonen) stelsel en productieplaats van veel hormonen. Ook speelt de hypothalamus een rol in de regeling van de temperatuur, bloeddruk, honger-en dorst gevoel.

Conditioneringsproces: Opbouw van voorwaardeluke reflexen, het zijn leerprocessen die in lichaam, ziel en geest (on)bewust zijn opgeslagen; een geringe prikkel is genoeg om het hele proces in gang te zetten.

Limbisch systeem: hersencentrum wat nauw in verbinding staat met de hypothalamus en

hersenschors; het stelt de gedachten in staat de emotionele uitdrukkingwijzen te beïnvloeden en vice versa. Samen met de amygdala of amandelkern vormt het het rhinencephalon (reukhersenen) of ook wel het limbische systeem.

Auto-immuunziekte: Dit zijn ziekten, die veelal gepaard gaan met de aanwezigheid van anti-lichamen tegen lichaamseigen stoffen.

vegetatieve zenuwstelsel: is het onbewuste zenuwstelsel, dus dat wat niet staat onder de directe controle van onze wil. Het bestaat uit een activerend systeem, de sympaticus en een remmend, rustgevend systeem, de parasympaticus.