

# Promise

Voor bijbels denken in de (gezondheids)zorg 20e jaargang nr. 3 (juli 2004)



In dit nummer

Olympische spelen, occult?  
Geestelijke diagnostiek  
(on)verbondenheid  
Opvoeding deel 2

# Olympische sp



**De Olympische spelen die deze zomer in Athene gehouden worden, presenteren zich als een terugkeer naar de oude festijnen, zoals die vroeger volledig waren toegewijd aan en gegeven werden ter ere van de god Zeus. De spelen hebben een heidense herkomst want ze waren toegewijd aan een god die bekend stond wegens verkrachting, moord en pedofilie. Deze god was Zeus, voorgesteld als een stier, die Europa ontvoerde en verkrachte zoals die afgebeeld staat op de Griekse 2-euro munt, en als standbeeld staat voor het gebouw van de Europese Commissie in Brussel.**

**Maar zult u misschien zeggen: "Dat is oude koek, dat gedachtegoed is allang verlaten. Het gaat nu om de moderne Olympische spelen met alleen maar een sportief motief". Is dat zo? Is de setting in Athene zo geheel anders dan eeuwen geleden op dezelfde plaats? Hoe zit het dan met de opening- en sluitingceremonie van de Spelen? Hoe zit het met het heilige, eeuwige vuur? De medailles, de rituelen met de toorts, de mascottes, de vlag, de eed en de muziek? Is het werkelijk zo geheel anders?**

## **Geschiedenis**

De eerste spelen dateren van het jaar 776 vòòr Chr. En ze werden gehouden in Olympia, in een cyclus van 4 jaar, en totaal bijna 12 eeuwen achter elkaar. De eerste dertien festivals hielden zich alleen bezig met een 200-meter race. Langzamerhand werden er meer evenementen toegevoegd, en in de 5e vòòr Chr. duurde het religieuze feest vijf dagen. De eerste dag werd toegewijd aan religieuze offers

en rituelen die aan Zeus werden opgedragen, verder werd de eed afgelegd en werden de atleten geregistreerd. Op de vijfde dag werden de prijzen toegekend en de dankoffers aan Zeus gebracht. De enige beloning van de oude spelen was een lauwerkran van olijftakken. De olijftakken werden afgesneden met een gouden mes. De Grieken geloofden dat de vitaliteit, de levenskracht van de heilige boom via deze kran werd doorgegeven aan de gelauwer-

de. Vrouwen werden niet toegelaten tijdens de spelen, omdat ze toegewijd waren aan Zeus. De vrouwen mochten deelnemen aan een alternatief festival dat opgedragen werd aan Hera, de vrouw en zuster van Zeus. Een van de zeven wereld-wonderen van de oudheid was het kolossale ivoren en in goud gevatte standbeeld van Zeus dat in Olympia stond. Offers werden gedurende de spelen gebracht aan Zeus tijdens elke Olympiade. Heidense priesters namen de leiding over de honderden offers aan Zeus. Enorme financiële giften werden geschonken door steden uit de gehele wereld van de oudheid, die met elkaar wedijverden om de gunst van Zeus te verwerven. In 168 vòòr Chr offerde Antioches Epifanes, in de voorhof van de tempel in Jeruzalem, varkens aan Zeus van Olympia en goot hun bloed uit in het Heilige der Heilige. En toen in 70 na Chr. de tempel van God verwoest was, verrees er op die plaats een tempel voor Zeus! Na de 293 ste Olympische spelen in 393 na Chr. schafte de Romeinse keizer Theodosius de Grote in

# elen, occult?

een edict de spelen af juist door het toenemende heidense karakter van deze festivals.

## Paulus en de spelen

De apostel Paulus heeft achttien maanden gewoond op nauwelijks tien km afstand waar de Istmische spelen sinds 582 vòòr Chr gehouden werden, namelijk in Corinthe. Veel moet de apostel daar over de Spelen gehoord hebben. Geheel Corinthe en de Peloponnesus waren steeds in de ban van de spelen. Daarom is het opmerkelijk dat Paulus juist aan de Corinthiërs schrijft over de Spelen (1 Cor. 9:24-27 en 2 Tim. 4:7,8). Immers Paulus maakt de vergelijking niet aan de Galaten maar wel aan Timotheus en Corinthe over de 'loopbaan lopen' en de strijd en het winnen 'van de kroon'. Niet de eigen eer maar Christus' eer wordt door hem beoogd. Het gaat niet om een verderfelijke kroon maar om een onverderfelijke kroon der rechtvaardigheid, die de Heer Zelf zal geven aan allen die Zijn verschijning hebben liefgehad. Paulus spreekt in zijn brieven over Pergamum, waar de troon des satans is. Pergamum is ook de belangrijkste stad in de Griekse mythologie en Zeus is de god die als God wil zijn. Het aanbidden van afgoden en vreemde goden is in directe tegenstelling met de gehoorzaamheid van het eerste en het tweede gebod. (Ex. 20:1-6). Het via de televisie kijken naar deze aanbidding met alle occulte verborgenheden daarvan kon wel eens een gruwel zijn voor de enige echte God, met alle gevolgen die dat met zich mee kan brengen (Deut. 7:26; 12:2).

## Moderne Spelen

In 1894 zorgde baron Pierre de Coubertin voor een wedergeboorte van de spelen. Er



Zeus de hoofdgod van de spelen

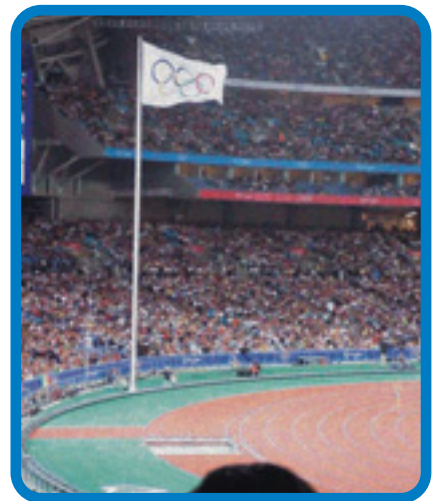
moest een nieuwe burgerlijke religie komen die doorspekt moest worden van talrijke symbolen, tradities, rituelen en ceremonieën. In hetzelfde jaar werd in Parijs de internationale Atletiek Organisatie gesticht, die later voortgezet werd als



Olympus de berg van de goden

het internationale Olympische comité. Dit congres betoonde eer aan de Griekse god Apollo, de god van de loutering, door het zingen van een hymne ter ere van hem. Daarna werden de eerste 'moderne' Olympische spelen, na een 1503 jarige afwezigheid, weer gehouden in.....Athene (1896). In 1908 werd de moderne Olympische vlag geïntroduceerd met vijf gekleurde en in elkaar gevlochten ringen op een witte achtergrond. Volgens Lew White (Fossilized customs p. 47, uitgegeven in 2000) vertegenwoordigen de ringen de vijf planetaire goden, die aanbeden werden in Babylon. Ze vertegenwoordigen ook de vijf deelnemende continenten. Rood: Amerika, Groen: Australië, Zwart: Afrika, Geel: Azië, Blauw: Europa. Iedere natie in de wereld heeft een van deze kleuren in haar vlag. De ringen zijn verbonden als een teken van verbondenheid en eenheid van de naties, een onderwerp wat door de Coubertin geïntroduceerd werd. Deze occulte ringen worden tijdens alle evenementen op tientallen miljoenen beeldschermen geprojecteerd. In 1920 werd de Olympische eed geïntroduceerd die door alle deelnemers en officials, met een hand aan de hoek van de Olympische vlag, moet worden afgelegd. De medailles voor de winnaar waren aanvankelijk, dus in 1896, alleen zilver maar dit werd goud vanaf 1904. Sinds 1928 hebben de medailles hetzelfde ontwerp: Griekse goden, olympische ringen, het colosseum van het oude Athene, een Griekse vaas met daarop een door een paard getrokken strijdwagen met het jaar en de stad waar-

in de spelen gehouden worden. Dan is er nog de eeuwige vlam. Deze brandde oorspronkelijk vòòr het altaar van de Griekse godin Hera. Het werd tijdens de spelen in Amsterdam weer geïntroduceerd: het zou reinheid, een streven naar perfectie, strijd voor de overwinning, en vrede en vriendschap symboliseren. Het stelt ook het licht van de geest en de kennis van het leven voor. Het ontsteken van het licht op de Olympus heeft nu weer helemaal de boodschap van het ritueel wat door de Vestalische maagden op dezelfde plaats voor het altaar van Hera in Olympia gehouden werd. Ook in de moderne spelen worden er in iedere stad allerlei occulte openingstaferelen en plaatsen gebruikt. Vroeger was er tijdens de spelen in Olympia vrede. Wanneer we de geschiedenis van de moderne Spelen bekijken, blijft er niet veel over van de vermeende verbreedering. Denk alleen aan alle boycotacties, Door alle wereldaandacht zijn de spelen aantrekkelijk voor terroristen. München 1972 was daarvan een triest voorbeeld. Toen vonden elf Israëlitische atleten de dood bij een actie van Palestijnse terroristen.



ten. In Athene is de grootste angst van de organisatoren, dat er tijdens de spelen misschien massale aanslagen zullen plaats vinden van bijvoorbeeld Al-Qaeda of andere extreme terroristen.

We laten nu Randal Weidenaar, leider van YWAM outreachteam naar Olympia, aan het woord over de Olympische spelen van 2004 in Athene.

Op 25 maart 2004 is de Olympische vlam weer ontstoken door samengebundeld zonlicht volgens de traditionele heidense

“Is dit oude koek, is het gedachtegoed echt allang verlaten? Gaat het bij de moderne Olympische spelen alleen maar om het sportieve motief?”

ceremonie, geleid door de heidense hogepriesteres Thaleia Prokopiou. Het heeft zo'n slordige 80 miljoen euro gekost om de vlam rond te brengen over de wereld naar alle steden die eens de spelen gehuisvest hebben; daarna gaat het weer terug naar de Olympus. Deze geestelijke fakkelloop zal op effectieve wijze het verbond vernieuwen dat deze steden gesloten hebben met deze machten. De heilige vlam is de meest vereerde altaarvlam in de geschiedenis. Nooit eerder in de geschiedenis is het altaar van een heidense godheid zo geëerd en verwelkomd door de hele aarde. Of zoals een Griekse vertegenwoordiger van de Olympische spelen gezegd heeft: “De spelen van 2004 zullen gekarakteriseerd worden door de herleving van het heidendom met priesteressen die de spelen overzien”. En de openingsceremonie zal beginnen met een lied ter ere van Zeus met ongeveer de volgende inhoud:

- Oude onsterfelijke geest, onbezoedelde vader van alle schoonheid,
- Daal neer, maak u bekend en schijn op aarde, getuige van glorie,
- Verlicht de nobele inspanning van loop, worsteling en worp,
- Zet een krans van altijd groen op het lichaam, zo sterk als ijzer,
- O onsterfelijke geest, dat alle volken voor u knielen in een grootse tempel, waar alle landen u aanbidden.

Er staat ons een evenement te wachten waarin Zeus, de god van de Olympus,



centraal zal staan. Bij de spelen van Athene zullen naar verwachting bijna alle landen van de aardbol uitgenodigd worden met hun premiers, media en juichende menigten. Tot een bedrag van 800 miljard euro zullen de plechtigheden plaatsvinden, geleid door de heidense priesters en priesteressen, met lofzangen en gebeden tot Zeus, gezongen door Christenen, Hin-



does, Boeddhisten, Moslims en atheïsten van over de gehele wereld. En dat zonder de naam van de ware God, die weggebanen is van de ceremonieën. Met als resultaat een plechtig verbond tussen de volken der aarde en de Prins van Griekenland.

### Hoe als Christen reageren?

Denk niet dat het slechts mythologische onzin is. De Bijbel spreekt serieus over geestelijke overheden en machten. En dat doen de Griekse organisatoren ook. Wees gewaarschuwd: al of niet gewild is de bedoeling van deze satanische agenda de volken te leiden tot een tempel van demonische geesten om die te aanbidden en te vereren. Daarom kan ons antwoord slechts zijn: gebed en evangelisatie. Volgens Uitdaging is het grootste gedeelte van de in totaal 800 evangelisten afkomstig uit

Nederland (500!) maar vallen de bijdragen van Christenen uit andere landen tegen. Laten we door aanbidding, gebed



en proclamatie van Gods bedoelingen de mond van de vijand snoeren. Laten we bidden voor eenheid van de kerk in Griekenland. Bid voor de velen die naar Athene zullen gaan om de boodschap van het evangelie van Jezus Christus te verkondigen. Bidt dat God deze gebeurtenissen ter ere van Zeus omkeert tot glorie van Zichzelf.

Gerard Feller



(Fragmenten uit: *Olympische spelen van Randal Weidenaar, leider van YWAM outreachteam naar Olympia; Stack, Peggy Fletcher; Holy Games: The olympic are rooted in Religion, Holy Games, Salt Lake City Tribune zat. 3 febr. 2001; ds J.J. Poort RD 26-8-86; Visie 23, apr. 2004; Uitdaging juni 2004*)

# Dr Jim Wilder in oktober in Nederland

Dr Jim Wilder, is een bekende Amerikaanse christenpsycholoog die veel ervaring en kennis heeft op het gebied van neuropsychologie, identiteit, trauma en DIS. Hij komt DV in oktober 2004 naar Europa en Nederland voor het geven van seminars en trainingen.



Hij heeft de laatste jaren de nieuwste ontwikkelingen van de hersenfysiologie gevolgd en geïntegreerd in een eigen 'hiërarchisch hersenmodel' dat de Bijbelse toets prima kan doorstaan. Voor iedere hulpverlener is deze kennis uiterst belangrijk, omdat zo, ook veel kennis verkregen wordt over de

'hardware' van ons denken en onze gevoelens, namelijk hoe hersenen werken. Vooral, als het gaat om het 'synchroniseren' van de relaties tussen denken en gevoel van beide hersenhelften. Door deze kennis wordt in de psychologie en pastoraat steeds duidelijker wat wel en niet, en in welk stadium van een cliënt/patiënt kan worden gevraagd. Vooral voor hulpverleners van cliënten met trauma's is deze kennis onontbeerlijk. Het geeft inzicht in de opbouw van het identiteitscentrum en alle factoren die op biologisch, psychologisch, geestelijk en biochemisch hier een rol spelen. Dr Wilder heeft ook veel kennis en ervaringen met christelijke leefgemeenschappen. In september komt zijn nieuwste boek uit, een 'must' voor iedere Christenhulpverlener.

Het organisatiecomité van de seminars wordt gevormd door: Stichting de Hoop, Stichting Heil des Volks, Stichting Promise, FEO

## Programma:

De eerste week wordt georganiseerd door stichting De Hoop in Dordrecht 078-6111111 zaterdag, 2 oktober: Tweede Mijl, vrijwilligersmiddag

5 oktober: Pastoresdag in de Hoop. Uw gemeente als vangnet?!  
Herstel en groei op emotioneel en geestelijk gebied en de rol die uw gemeente daarin kan spelen [info@dehoop.org](mailto:info@dehoop.org)

6,7,8, oktober Expertisedagen Voor professionele hulpverleners Hoop thema : verslaving

De tweede week wordt georganiseerd door stichting Heil des Volks te Amsterdam 020-6246151

11,12,13 oktober Expertisedagen Voor professionele hulpverleners Heil thema: Trauma

15 oktober Opening nieuw hulpverleningscentrum Ruchama van het Heil des Volks

16 oktober Studiedag Seksuele identiteit van het Heil des Volks te Amsterdam

van 18-29 okt. 2004 colleges op het Tyndale Theological Seminary in Badhoevedorp op werkdagen van 9.00-13.00uur Onderwerp is inleiding in Pastorale counseling. Wordt afgesloten met opdracht en een toets. Info [pgottschalk@tyndale.nl](mailto:pgottschalk@tyndale.nl)

27 okt studiedag van de FEO en CHE , locatie Chr. Hogeschool Ede, aavang 10.15 uur, einde 19.15 uur. Het is de bedoeling dat Jim aan het einde van de dag zal spreken over angstbindingen in het occultisme, en de bevrijding daarvan. Informatie: [info@feozorg.nl](mailto:info@feozorg.nl)

Voor alle actuele informatie en artikelen zie onze website [www.stichting-promise.nl](http://www.stichting-promise.nl)

## Studiedag FEO over geestelijke strijd

Op woensdag 27 oktober 2004 organiseert de FEO (Federatie Evangelische Zorg-Organisaties) in samenwerking met de Christelijke Hogeschool Ede haar jaarlijkse studiedag met een thema op het snijvlak van hulpverlening en geloof.

Op veler verzoek zal op de studiedag het thema 'geestelijke strijd', dat ook vorig jaar centraal stond, verder uitgediept worden. Na een eerste verkenning van het onderwerp vorig jaar, zal gepoogd worden op 27 oktober met name meer praktische handvatten aan te reiken. De studiedag start om 10.15 uur en duurt tot 19.15 uur, zodat er ruimschoots de tijd is om zich zowel via lezingen als ook via workshops verder te verdiepen in dit onderwerp. De dag is met name bedoeld voor christelijke hulpverleners, pastoraal werkers en studenten.

Aan deze dag zullen hun medewerking verlenen de heer ds. B. Broekman (voorganger van Bethelgemeente te Drachten), de heer ds. L. Kraak (predikant), de heer J. Wiersma (Stichting De Hoop, afdeling training en toerusting) en de heer E.J. Wilder. Deze in Amerika - en inmiddels ook vele andere landen - gerenommeerde christenpsycholoog, counselor, trainer en auteur van verscheidene boeken, heeft vergaande studie gedaan naar het thema occultisme. Hij zal op 27 oktober zijn visie geven op het verbreken van angstbindingen in het occultisme Jim Wilder komt dit najaar circa een maand naar Nederland om een aantal lezingen verzorgen; de organisatoren zijn verheugd dat hij ook een bijdrage zal leveren op de studiedag van 27 oktober.

Wie in het najaar een uitnodiging wenst te ontvangen met alle informatie over de studiedag, kan dit doorgeven via [info@feozorg.nl](mailto:info@feozorg.nl) of tel. (0184) 67 04 67.

# Geestelijke

In de gezondheidszorg is er een ontwikkeling in de diagnostiek waar steeds meer oog is voor het relationele, procesmatige in de mens. Dit is een goede ontwikkeling omdat het zich steeds meer afzet tegen het reductionisme in de zorg waarin men, in geval van klachten, de mens bijna als een machine beziet waarin af en toe wat vervangen moet worden. Hoewel iedere zichzelf respecterende werker in de gezondheidszorg dit reductionisme in theorie afwijst, is de praktijk vaak anders. Ondanks interdisciplinair overleg, protocollen in de zorg, en onze deskundigheidstrainingen blijft het denken over gezondheid maar heel beperkt. Men verdeelt klachten en ziekten nog steeds naar 'somatisch' of 'psychisch'. De bijna één miljoen chronische zieken en arbeidsongeschikten in Nederland vallen vaak ten prooi aan dit gedachtegoed. Vaak strijden de wat men noemt 'psychisch' zieken voor een 'somatische' erkenning in de patiënten- en belangenverenigingen. Dit omdat dit voor menigeen toch beter 'in de markt ligt' dan iets wat 'tussen de oren' zou zitten.

Langzamerhand blijkt bij het toenemende hersenonderzoek dat bijna alles 'tussen de oren' zit, maar dan op een andere wijze dan algemeen gedacht wordt. Alle neurologische, psychische, hormonale en organische interacties worden op interactieve, hiërarchische wijze gecoördineerd door onze hersenen. Juist bij modern hersenonderzoek lijken de grenzen tussen onze 'hardware' en onze 'software' te vervagen. Men is steeds meer op zoek naar een mensbeeld wat een raamwerk voor dit denken en deze diagnostiek kan vormen. In de moderne gezondheidspsychologie is men dan ook steeds meer op zoek naar de relatie tussen psyche (en geest) en lichaam. Helaas wordt dit denken vaak ingevuld door het Zen- of Tao- gedachtegoed omdat men vanuit die levensfilosofie het meest op dit terrein gepubliceerd heeft. Christenen die vanuit een bijbels denken toch veel meer over deze relaties zouden moeten weten, blijven achter. Natuurlijk is de Bijbel geen medisch handboek, maar er staat veel in over de bedoelingen van God met de mens. Gezondheid wordt bijbels gezien ook relationeel geformuleerd, de relatie naar God, de medemens, de natuur en relaties in de mens naar geest, ziel en lichaam. (Gen. 2:7, Gen. 2 (:18), 1 Thess. 5:23). Vele christenwerkers in de zorg weten dat er in de Bijbel een onderscheid is tussen de psyche en de geest van de mens. En toch heeft deze wetenschap in de diagnostiek van hun handelen nauwelijks een plaats.

## Metten is weten

In een gesprek dat ik vorig jaar met een aantal christenpsychologen had, werd

aangegeven dat ze in hun diagnostiek op geen enkele manier rekening hielden met de geestelijke wereld en de positie van mensen hierin, domweg omdat het nauwelijks te meten zou zijn. Men gaf aan dat er op dit gebied veel uitwassen zijn. Aan de ene kant gelooft men dat geestelijk leven een belangrijke relatie heeft met wat men noemt 'psychisch lijden'. Aan de andere kant kan men het niet objectiveren en doet men er daarom maar helemaal niets mee. Nu past ons inderdaad een grote bescheidenheid op dit terrein omdat alleen de Geest Gods ons kan leiden zodat we het geestelijke met het geestelijke kunnen vergelijken (1 Kor. 2: 13). Zo is het bijvoorbeeld wel duidelijk dat zondig gedrag ook allerlei klachten kan veroorzaken (Ps. 32: 4). Ook voor iedere christen is het duidelijk dat onze geest, tot leven gewekt, gereinigd en verdedigd dient te worden voor de gevallen geestelijke wereld om ons en in ons. Vaak ziet men een monocausaal denken waarbij in de geestelijke gezondheid geen rekening gehouden wordt met biologische of genetische tekorten trauma 's of psychosociale zwaktes. Bij een verstuite enkel kunnen bijvoorbeeld geesten worden uitgedreven als 'enige' oorzaak van het trauma. Door deze geweldige complexiteit van de schepping van de mens, vervallen ook vele christenen tot een reductionisme, waarbij men feitelijk niet alleen de invloed van de boze ontkent maar ongewild ook vaak de positieve, genezende, krachtgevende, genadevolle en zegende invloed van God door Jezus Christus vergeet. De mogelijkheden om in Hem de boze te weerstaan en de heerschappij van

de zonde te overwinnen is iets wat in de behandelprotocollen niet is opgenomen. Christen- hulpverleners verschuilen zich achter de secularisatie in de zorg, maar vergeten dat anderzijds de spiritualiteit van Tao en Zen en de new age oprukken, en steeds meer integreren in de reguliere zorg. Als aanzet om dit 'verderf' tegen te gaan wil ik een aantal ijkpunten kort benoemen die ons inzicht geven in het geestelijk leven en die tot op zekere hoogte via vragenlijsten en gesprekken in meer- of mindere mate gemeten kunnen worden.

## De schaal van Engel

Een van de eerste meetinstrumenten die ik gezien heb was de schaal van Engel, die door J. Lucasse gepubliceerd is in het boek: "God is bij machte". Hierin is de 0-lijn van het meten, de wedergeboorte, de geloofs zekerheid een nieuwe schepping in Christus te zijn. De schaal geeft inzicht in het procesmatige wat hier in acht stappen aangegeven wordt om tot die wedergeboorte te komen. Vervolgens wordt in vijf tot acht stappen inzicht gegeven hoe dit geloof op een gezonde wijze kan integreren in die mens tot een gezond, psychosociaal wezen, die gericht is op God, de medemens en de natuur zoals God het bedoeld heeft. Natuurlijk kun je hier niet gelijk een aantal medische conclusies trekken, maar het geeft aan hoe je een geestelijke positie kunt bepalen. (zie schema 1)

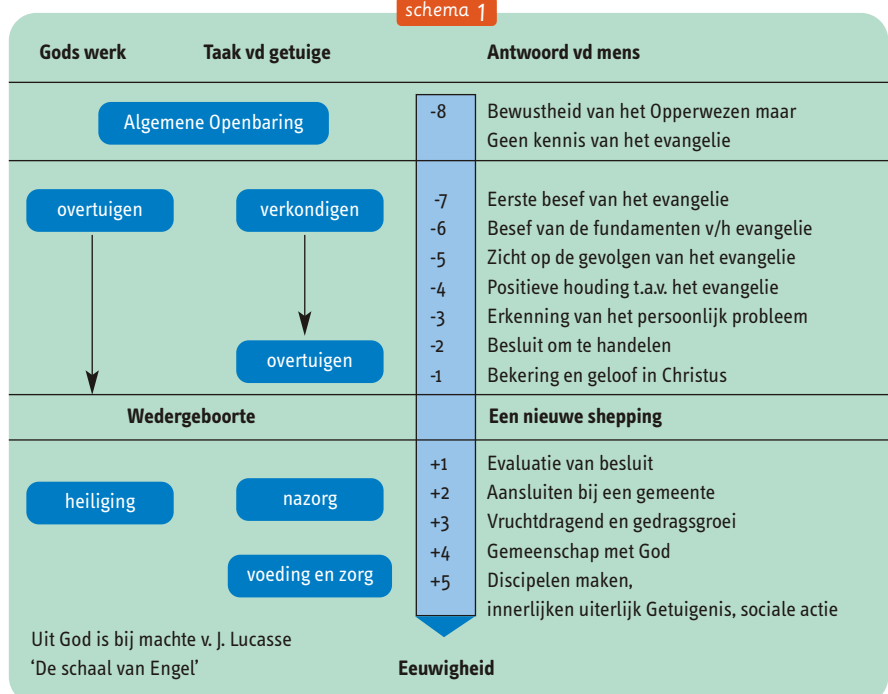
## Vragen met betrekking tot het godsbeeld

Het bewuste of onbewuste interpretatiekader van hoe men zichzelf of zijn klach-

# diagnostiek

ten plaatst, is sterk afhankelijk van 3 factoren, namelijk het godsbeeld, het mensbeeld en het wereldbeeld. Om iemands geestelijke gezondheid te meten en de invloed die dit op zijn klachtenpatroon heeft, zullen we meer onderzoek moeten doen naar iemands godsbeeld. In de Bijbel staat dat we God leren kennen door Jezus Christus, de Heilige Geest en de Bijbel, het Woord van God. De vraag: "Wie is God voor u nu?", is een heel belangrijke vraag. Sommigen zullen deze vraag beantwoorden naar wat zij denken dat het verwachtingspatroon van de therapeut is, anderen vanuit hun gevoel van dat moment (depressieve cliënten), weer anderen vanuit hun opvoeding en culturele achtergronden (vaderbeeld). Anderen zullen duidelijk hun geestelijke positie aangeven (zie ook schaal van Engel). Vaak komt men al in contact met "de overgeestelijkheid". En vaak zal men ook horen: "Hij betekent niets voor mij", of "Ik zou Hem graag leren kennen". Rom. 1: 22,23

schema 1



geeft ook een aantal mogelijkheden: “Bewerende wijs te zijn, zijn ze dwaas geworden en ze hebben de majesteit van de onvergankelijke God vervangen door wat gelijk op het beeld van een vergankelijk mens, van vogels, van viervoetige en kruipende dieren”.

Omdat de vraag ‘wie God nu voor je is’ op talrijke manieren beantwoord kan worden, is het van belang deze aan bijbelse criteria te toetsen.

De tweede vraag moet dan zijn: “Wie is Jezus Christus voor u nu?”, “Verschilt dit met vroeger en hoe?”. Jezus Christus is God die ook mens geworden is en die de uitdrukking van het wezen van God is. ((Hebr. 1:3; Joh. 14:1,11; Joh.17:2)

De derde vraag naar het godsbeeld kan dan zijn: “In de Bijbel heeft de Here Jezus veel namen en titels, onderstreep in de onderstaande lijst 5 onderwerpen die je het meest aanspreken in Jezus”. (zie schema 2)

Heeft de ondervraagde in zijn leven ervaringen gehad, die hij aan God toeschrijft en zo ja, welke en hoe heeft hij deze geïnterpreteerd en wat voor betekenis hebben deze voor hem in het hier en nu? Ziet hij zichzelf als slecht of goed, als verloren of aanvaard, passief afhankelijk van Gods genade of met eigen gegeven mogelijkhe-



den en wil om deze samen met God en anderen te mogen ontwikkelen? Denkt hij zwart /- wit, zo ja, waarover?; moet hij alles zelf perfect kunnen, of is er ruimte voor groei, relaties, openheid, geven en ontvangen?

### Vragen tot betrekking met de Heilige Geest

Deze vragen hebben vooral betekenis voor de communicatie die cliënten ervaren in hun relatie met Jezus Christus.

- Wat betekent de Heilige Geest nu voor u?
- Bidt u vaak, en worden gebeden beantwoord?
- Welke gebeden bidt u het meest?(zie schema's).
- Krijgt u dromen, visioenen, beelden waarvan u denkt dat ze van God zijn?
- Hebt u geestesgaven van God ontvangen, welke? (1 Cor. 12). Er is een uitgebreide gaventest ontwikkeld door Christian Schwartz die uitgegeven is door uitgeverij Gideon te Hoornaar.

(zie schema 3)



Ik geef er de voorkeur aan, dat de patiënt zelf bidt en hem zo te laten ervaren, wat dit hem doet, welke gedachten, herinneringen en gevoelens dit bij hem oproept. Vaak kan hij zich in gebed dieper uitspreken dan in ‘face to face’ contact met de therapeut. Ook komen zijn weerstanden en conflicten duidelijker naar voren. De therapeut kan ook hierover doorpraten en hiermee wordt het therapeutische proces verdiept. Bij andere patiënten geeft het gebed echter veel angst, of roept het diepe gevoelens bij de patiënt op, die hij nog niet aankan. De therapeut moet dan ook kunnen inschatten of de patiënt dit wel wil en aankan.

De therapeut kan ook uit psychotherapeutisch oogpunt zelf voor de patiënt bidden. Hij kan dan kiezen, afhankelijk van de draagkracht van de patiënt, of hij steunend, toedekkend bidt, wat de eigenwaarde van de patiënt versterkt, hem niet alleen doet zijn, en hem beschermt en draagt en waarin hij gebruik kan maken van metaforen (beelden). Of hij kan kiezen om meer inzichtgevend, ontdekkend

te bidden, waarbij de dingen bij de naam genoemd worden (b.v. trauma's), gevoelens worden opgeroepen, om inzicht wordt gebeden en meer open, luisterend naar God en jezelf, de dingen worden doorgebeden.

schema 2

“Welke naam of titel spreekt je het meest aan bij Jezus Christus?”

|                      |                     |                             |                                 |                          |
|----------------------|---------------------|-----------------------------|---------------------------------|--------------------------|
| Velosser             | Messias             | Zoon van God                | God                             | Rabbi                    |
| Geneesheer           | Rechter             | Licht des Levens            | Woord des Levens                | Schepper                 |
| Hogepriester         | Voorganger          | God én mens                 | Vader (eeuwige)                 | Broeder                  |
| De Weg               | De Waarheid         | Het Leven                   | De Opstanding                   | De 1ste en de laatste    |
| Het Woord            | De Rechtvaardige    | De Uitverkorene             | De (hoog) Heilige               | De Wijnstok              |
| De Koning            | Heer                | Here der Heerscharen        | De Leeuw v. Juda                | Mensenzoon               |
| Zon der              | Zoon v David        | Blinkende                   | Brood des                       | De Eersteling            |
| Gerechtigheid        |                     | Morgenster                  | Levens                          |                          |
| Lam Gods             | Vriend              | De Deur                     | Heerser                         | Bron des Levens          |
| De Graankorrel       | Meester             | De Belofte                  | Dienaar                         | Vredevorst               |
| Sterke God           | Wonderbare Raadsman | Elohim                      | Adonai                          | Jehova                   |
| Overwinnaar          | Lijdende Knecht     | De Christus                 | De Rots                         | Het Fundament            |
| De Hoeksteen         | De Gezalfde         | Het Heil Gods               | Genade Gods                     | Voleinder van het geloof |
| Wijsheid Gods        | Hoofd v/h Lichaam   | Eerstgeborene               | Het Begin                       | De Bruidgom              |
| De Geliefde          | Koning der eeuwen   | Beeld vd<br>onzichtbare God | De Onzienlijke                  | De Middelaar             |
| Heiland              | De Leraar           | Lijdende Knecht             | Afstraling<br>Heerlijkheid Gods | Levensvorst              |
| Getrouw en waarchtig | De Zaligmaker       | De Almachtige               | De Waarachtige                  |                          |

Andere zoals:

---



---



---



---



**Soorten van gebed**

|                                   |  |
|-----------------------------------|--|
| Het aangezicht van God zoeken     | Ps. 27:8 (vgl Rom. 3:11), Ps. 25:11-15, 2 Kon. 19: 14-15, 2 Kron. 7:14, Neh. 1:4 |
| De Here Jezus toelaten in je hart | Op. 3:20, Hebr. 4:16, Hebr.10:19-24  |
| Belijden van zonden               | 1 Joh. 1:9, Joh. 14:15-17 en 25-27   |
| God de eer geven                  | Luk. 18:10-14, Hand. 16:25, Matt.6:9   |
| Ons hart uitstorten voor God      | Ps. 62:9, 1 Sam. 1:15  |
| Stil zijn voor God                | Ps. 62:6, Ps. 131:2, Rom. 8:26,27  |
| Kracht ontvangen                  | Ef. 1:17-19, Luk. 22:40,46 Jes. 40:31, Matt. 26:41                               |
| Wijsheid ontvangen                | Jer. 33:3, Jac. 1:5, Gal.5:25  |
| Veranderen                        | Luk. 9:28,29   |
| Belofte aan God                   | 1 Sam. 1:11, Ps. 56:13   |
| Vragen om een teken               | Richt. 6:17-21, vgl. Luk.11:29-32  |

**Onderdelen van een gebed**

|                        |  |
|------------------------|--|
| Aanbidding-Lofprijzing | Ps. 40:14, Matt. 26:30, Hand. 16:25, Ef. 5:19, Kol. 3:16, Ps. 30:5, Neh. 11:17, Ps. 103, Ps. 50:23, Matt. 6:13, Op. 5:12,13, Ps. 30:5  |
| Danken                 | Ps. 50:23, 2 Kor. 9:12, Ef. 5:20, Fil. 4:6, Kol. 2:7   |
| Smeekbede              | Dan. 6:12, Ef. 6:18, Fil 4:6, 1 Petr. 3:8-12   |
| Voorbede               | Voor koningen, hooggeplaatsten 1 Tim. 2:1-4<br>Voor behoud van mensen Rom. 10:1<br>In verdrukking Hand. 12:5, Fil. 1:19<br>Voor genezing Jac. 5:14-16<br>Voor de vijand Matt. 5:44, Luk. 6:28<br>Voor broeders en zusters Fil. 1:4, Kol. 1:9 |

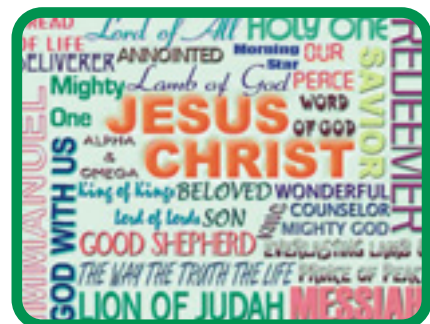
**Vormen van gebed**

|                         |   |
|-------------------------|---|
| Persoonlijk gebed       | 1Sam. 1:10-15, Matt. 6:5-6, Matt. 14:23 |
| Gemeenschappelijk gebed | Luk. 1:10, Hand. 1:14, Hand. 2:42       |
| Gesloten gebed          | Matt. 26:26, Hand. 20:31-36             |
| Open gebed              | Hand. 2:41-47, Ef. 5:18-21              |

**Hoe moeten we bidden?**

|                                    |  |
|------------------------------------|--|
| In geest en waarheid en liefde     | Joh. 4:24                                  |
| In Jezus naam en naar Zijn wil     | Joh. 15:16, Joh. 16:23-26, 1 Joh. 5:14     |
| In geloof                          | Matt. 17:15-21, Hebr. 11:6, Jac. 1:6,7     |
| Zonder haat en in eenparige liefde | Matt. 18:19,20                             |
| Met volharding                     | Luk.18:1, Ef. 6:18, Kol. 1:9, 1 Thess.5:17 |
| Met verstand                       | 1 Petr. 4:7, 1 Kor. 14:14,15,              |
| In de geest                        | 1 Kor. 14:14,15, Jud. 20                   |
| Eenvoudig                          | Matt. 6:7,8                                |

ten onrechte met de grootste zondaars, of mensen die de zonde tegen de Heilige Geest hebben begaan. Anderen zijn weer ‘overgeestelijk’ en zijn alleen gefixeerd op het positieve denken en bijvoorbeeld het ‘voorspoedevangelie’. Het is belangrijk bij cliënten inzicht te krijgen in hoe de geestelijke werkelijkheid is doorgedrongen in de aardse realiteit. Staat die realiteit veraf van het dagelijks leven in de relaties die mensen hebben in hun gezin, familie,



werk, kerk, samenleving, gezondheid, financiën, vrije tijd enzovoort. Kurt Blatter geeft in zijn boek “Stress deel 2, psychosomatische aspecten”, aan dat dit een bijbels spanningsveld is.

Er is een balans tussen de aardse realiteit (AR) en de geestelijke realiteit (GR). We belijden dat we hemelburgers zijn en in Christus in de hemel wandelen en tegelijk hebben we een leven als bewoner van deze aarde. Aan de ene kant belijden we dat we rimpelloos en rein zijn in Christus (Ef. 1: 4) en aan de andere kant zegt de Bijbel dat als we zeggen dat we geen zonde doen we dan liegen (1 Joh. 1: 8). Dit geeft een spanningsveld wat sommigen dreigen te ontvluchten door ‘overgeestelijk’ te worden. Ze uiten allerlei vrome teksten en zeggen dat ze Gods stem iedere dag vele malen ervaren, maar iedereen in zijn of haar omgeving ziet dat alle sociale en humane plichten en relaties in de aardse werkelijkheid tekort schieten. Een voorbeeld van een dergelijke vlucht is iemand die in zijn gezin verwaarloosd heeft, en zich sociaal en egoïstisch tegenover zijn omgeving verdraagt en daardoor allerlei spanningen ervaart, en wiens verklaringsmodel van zijn klachten is, dat hij ‘geestelijk’ aangevallen wordt, omdat we toch in de eindtijd leven. De schaal slaat dan door naar de geestelijke realiteit en er is geen balans met de aardse realiteit. Bij anderen slaat de schaal van de aardse realiteit door, zij zien alleen nog maar hun tekortkomingen, zwaktes en zonden, en hebben nauwelijks besef van de genade van God. Maar ook bij ernstige ziekte kan de geestelijke realiteit verstoord worden en stort de zieke zich in de wanhoop en ellende. Overigens komt ook overgeestelijkheid voor en heeft men nauwelijks oog voor de

Kiest hij voor de eerste vorm, dan is nagesprek veelal niet nodig en ongewenst. Kiest hij voor de tweede vorm, dan is nagesprek altijd noodzakelijk om te bespreken wat het gebed heeft opgeroepen, ja zelfs tijdens het gebed dient daar voortdurend bij stilgestaan te worden. Zoals gezegd is mijn ervaring dat door gebed, op de juiste wijze en tijd gebruikt als hulpmiddel, het contact wordt verdiept en de patiënt zich meer durft te openen om de moeilijke weg van zelfonderzoek te gaan en dat niet alleen, maar in relatie met God en de ander. Hij leert zo zichzelf en God meer en meer kennen en deze ervaring is mij dierbaar geworden.



**Vragen met betrekking tot de Bijbel, het Woord van God**

- Wat betekent de Bijbel voor u?
- Is dit boek voor u wetgevend, richtinggevend of een mogelijk voorbeeld?
- Hoeveel leest of studeert u nu in de Bijbel?
- Is de Bijbel een Woord van God of een woord over God voor u?
- Zijn er teksten in de Bijbel die voor u een speciale betekenis hebben?

Soms kunnen bijbelteksten bij cliënten ook heel selectief, negatief gebruikt worden. Gekleurd door hun achtergronden en opvoeding of door hun gevoelsstoornissen worden steeds weer de ‘negatieve’ teksten uitgelicht, en identificeren ze zich vaak

dit soort teksten. Het is belangrijk dat we deze teksten niet alleen identificeren, maar ook begrijpen hoe ze tot stand zijn gekomen en hoe we er mee om kunnen gaan.

realiteit en de gevolgen van de ziekte. Het bijbelse geheim is een integratie van de geestelijke werkelijkheid in de aardse werkelijkheid of, zoals Paulus het in Colossenbrief zegt, we moeten de (aardse) dingen van bovenuit bekijken waar Christus is, want ons leven is verborgen met Christus in God.  
(zie schema 4)

### Het geweten als geestelijke graadmeter

In de moderne psychologie en begeleiding wordt de functie van het geweten vaak als 'prehistorisch' en ouderwets geëtiketteerd. Lang geleden heeft men al afgerekend met deze bekrompen schuldgevoelens en zondebesef. Het geweten wordt dichtgeschroeid en men vervangt het woord schuld door het Hindoeïstische begrip maya of onwetendheid. Juist doordat men geen verschil meer kent tussen geest en ziel wordt het geweten vaak geformuleerd als een normen- en waardenstelsel op psychosociaal niveau, zoals het gevormd wordt door de invloeden van opvoeding, cultuur en verleden. Helaas functioneert het geweten bij veel mensen zo, maar in de Bijbel heeft het geweten als geestelijk

orgaan een veel hoger doel. Het geweten neemt een uiterst belangrijke plaats in, als het gaat om de bevrijding en verlossing van de gehele mens. Door het oefenen van het geweten in de relatie met God en de medemens kan men ook de gemeenschap met God ervaren en beleven. Ook is het oefenen en fijngevoelig worden van het geweten een essentiële voorwaarde om de wil van God te kennen (Fil. 1:9). Zondes Schuld en de invloed op onze psyche en lichaam is zeker een van de belangrijke onderdelen bij psychosomatische klachten. Omdat er bij veel christelijke hulpverleners nauwelijks kennis is van de bijbelse betekenis van het geweten als belangrijkste geestelijk orgaan gaan we wat dieper op de betekenis hiervan in.

Christus vervult voor eeuwig (naar de ordening van Melchisedek) een Hogepriesterschap in het binnenste Heiligdom, waarin Hij met Zijn leven en bloed ons leven heiligt. Daarom hebben we de vrijmoedigheid om voor God te staan, door het reinigende bloed van Jezus. Als ons geweten rein is, dus zonder onbeleden bewuste zonden is, kunnen we de volle gemeenschap beleven en diepe innerlijke vreugde ervaren door de Heilige Geest. Hebr. 10:22 (SV) zegt: "Zo laat ons toegegaan met een waarachtig hart (geest), in

#### Vragen met betrekking tot de verhouding van AR en GR

- Kent u een regelmatig gebedsleven, stille tijd?
- Heeft God ook een plaats buiten uw kerkelijk leven, in uw werk, familie, ontspanning?
- Ervaart u dat God tot u 'spreekt' en zo ja op welke wijze?
- Kunt u in een paar woorden duidelijk maken wat genade voor u betekent?
- Hoe gaat u geestelijk om met problemen/klachten/stress?
- Hebt u inzicht in Gods plan met uw leven?

volle verzekerdheid des geloofs, onze harten gereinigd zijnde van het kwaad geweten, en het lichaam gewassen zijnde met rein water". Een slecht geweten wordt voortdurend aangeklaagd. De gemeenschap met Christus wordt belemmerd en verlamd. Als ons geweten niet in orde is, wordt onze toenadering tot God verkrampt, omdat we niet werkelijk geloven kunnen dat God iets tegen ons heeft. Het berooft ons van de vrijheid tot de gemeenschap met Christus. Daarom moet een



christen in zijn geweten gereinigd zijn van aanklachten, door het bloed volkomen gereinigd, zodat er werkelijk geen aanklacht meer is. (Rom. 8:33,34) Als we ons bewust blijven van zonden, richt onze geest zich er steeds weer op om die zonden weg te

werken en blijft er geen kracht meer over voor hemelse dingen. Bij verwaarlozing van de stem van de Heilige Geest in ons geweten ontstaat een vleselijke levenswandel. Het geweten vertelt ons of de verhouding met God en met de medemens rein is, en of onze gedachten en daden uit onze eigen wil of uit God komen. Bij een geestelijke groei zie je dat die twee steeds dichter bij elkaar komen. Zo kan de Heilige Geest spreken tot een gelovige; b.v. bij Paulus: (Rom. 9:1): "Ik spreek de waarheid in Christus, mijn geweten getuigt met de Heilige Geest.....". Als we de vermanende stem van de Heilige Geest horen, moeten we direct onze zonden belijden, en nooit proberen deze toe te dekken.

#### Onderdrukken van het geweten

Veel christenen doen dit toedekken niet en hebben vaak twee manieren om hun geweten te onderdrukken.

- 1) Door hun geweten te beargumenteren en hun handelen te rechtvaardigen. Deze methode gaat er vanuit dat alles wat verstandig lijkt ook de wil van God is. Het besluit door eigen kennis wat de wil van God is. Het geweten bepaalt echter wat van God is en niet ons verstand. Daarom moeten we niet uit het

verstand leven, maar door de wil van God. Het verstand dient in de eerste plaats geleid te worden door de Heilige Geest. Verklaringen kunnen wel het verstand bevredigen, maar niet het geweten. Zolang de oorzaak van de veroordeling niet is weggenomen, blijft het geweten aanklagen, totdat het verhard of dichtgeschroeid wordt (1 Tim. 4:2) en men geen enkele echte vrijmoedigheid meer heeft tegenover God. Het leidt onder andere tot psychosomatische klachten.

- 2) De tweede verkeerde methode is dat men andere dingen gaat doen om het geweten te ontlasten. Veel christenen willen de innerlijke stem niet meer horen en vluchten in andere dingen doen (waaronder goede, zgn. "geestelijke werken"). In plaats van de wil van God te doen, doen ze goed ogende dingen. Voor Christus heeft dit echter geen geestelijke waarde. God gaat het niet om onze offers, maar om onze gehoorzaamheid aan Zijn wil. Rust in ons geweten kunnen we zelf niet



scheppen, maar krijgen dat we als we in de Geest wandelen, naar Hem luisteren en gehoorzamen. Zo moet onze innerlijke stem ons vaak leiden tot veroortmoediging, waarin we door concrete schuldbelijdenis (1 Joh. 1:9) komen tot heiliging, reiniging en gehoorzaamheid. Dit bevordert de geestelijke groei. De toetssteen is dan ook in hoeverre we de zonde haten (niet stiekem koesteren) en hoe oprecht we de wil van de Heer willen doen. Als een kind van God trouw is in deze strijd tegen zijn eigen zonden, en trouw het geweten volgt, zullen ook in toenemende mate de onbewuste zonden bedekt worden. De Heilige Geest zal ons de vaardigheid geven steeds meer te begrijpen en te leren van de wet die in ons hart geschreven is door Christus (Hebr. 10:15 en 17; Hebr. 8:10).

### Een rein geweten

Een belangrijk geheim van een overwinvend christenleven is een zuiver, rein geweten. In Handelingen 23:1 zegt Paulus tegenover de Joodse Raad, dat hij met een rein geweten voor God gewandeld heeft (zie ook 2 Tim. 1:3). Dit is echter een zaak van oefening, waarin iedere christen zich dient te bekwamen (Hand. 24:16). Uiteindelijk is de lof of kritiek van mensen om ons heen altijd te bezien met een zekere scepsis. Zij zien vaak het hart niet aan. Een christen moet niet in de eerste plaats de getuigenis van anderen of van zichzelf als toetssteen hanteren voor

een goed leven, maar het getuigenis van ons levend geweten, waarin God Zelf spreekt. Dat is onze enige maatstaf.: "Want dit is onze roem, het getuigenis van ons geweten, dat we in heiligheid en reinheid Gods, niet in vleeselijke wijsheid, maar in de genade Gods, in de wereld verkeerd hebben" (2 Kor. 1:12). Hoewel Paulus best een indrukwekkende staat van dienst aangevoerd zou kunnen hebben, is hij er zich terdege van bewust, dat alleenhet feit dat er een hemelse Hogepriester is, die zijn zonden reinigt, een basis van leven is. Alle roem is uitgesloten. Naast een eenmalige reiniging door het bad der wedergeboorte (Titus 3:5) tot behoud, is er een voortdurende reiniging nodig van ons geweten, die plaats vindt, als we de zonden die de Heilige Geest ons aangeeft door het geweten, beleden en gereinigd hebben. Wandelen in heiligheid en genade Gods. Zo kan men ook pas de wil van de Heer verstaan in het leven (Rom. 12:1 en 2). Een belangrijk aspect wat bij het oefenen van het geweten voor God en mensen (dat hoort bij elkaar) in de bijbel genoemd wordt, vinden we in 1 Petrus 3:13,17: "Heiligt de Christus in uw harten, als Here, altijd bereid tot verantwoording aan al wie u rekenschap vraagt van de hoop, die in u is, doch met zachtmoedigheid en vreze, en met een goed geweten, opdat bij al het kwaad dat men van u spreekt, zij, die u goede wandel in Christus smaden, beschaamd gemaakt worden. Want het is beter te leiden, indien de wil van God die eist, goed doende dan kwaad doende".

Lijden omwille van de Here Jezus Christus is een genade in het Woord (Kol. 1:24 en 1 Petrus 2:19). Dit is geen vorm van ascese of het zelf zoeken van lijden, maar een lijden wat ontstaat, na het volgen van Gods stem in ons geweten. Bij een gereinigd geweten leren we steeds beter de stem en wil van God verstaan. Soms kan dit betekenen dat we een andere weg volgen dan omstanders, ja, zelfs broeders en zusters van ons verwachten. Het kan zelfs leiden tot gevangenschap, marteling en dood (Rom. 8:36). Toch geldt als absolute voorwaarde om in de rust van Christus te blijven: "Heden indien gij zijn stem hoort, verhardt uw hart(geweten) niet" (Hebr. 4:7b). Alleen een goed geweten voor God



en mensen wekt een goed getuigenis. Laten we ons niet afschrikken (1 Petrus 3:15) door kwaadsprekerij en dreiging van de tegenpartij, ook al proberen mensen dit goede getuigenis te bestrijden. Het zal zeker niet lukken

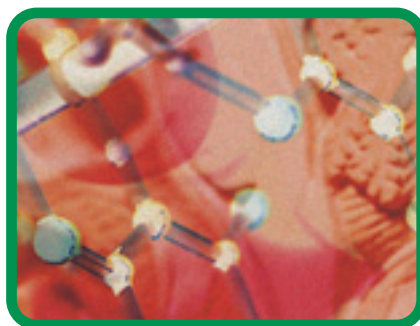
(vers 16b). Een goed gedrag kan een slecht geweten niet beïnvloeden, en kwaadsprekerij kan een goed geweten niet verstoren.

### Geweten en kennis

Het goede geweten is niet te scheiden van een sterk geloof. Als het geweten beschadigd wordt, wordt gelijkertijd het geloof beschadigd. "Het doel van alle vermaning is liefde uit een rein hart, uit een goed geweten en een ongeveinsd geloof" (1 Tim 1: 5). Het geweten is te zien als een orgaan van ons geloof! God haat de zonde, want Zijn heerlijkheid zetelt in Zijn oneindige heiligheid. Deze kan de zonde geen enkel ogenblik tolereren. Als een gelovige zich niet afscheidt van datgene wat zijn geweten als God-vijandig openbaart, zal hij de gemeenschap met God verliezen. Alle vermaningen in de Bijbel kunnen alleen als absoluut nodig omschreven worden. Geen enkele is gegeven om de begeerte van het vlees tegemoet te komen. Niemand kan door de Heilige Geest gebedsverhoringen en gemeenschap met de Heer ervaren, als hij zijn zonden en werken van het vlees niet aflegt. Hoe kunnen wij de aanwijzingen van God overdenken, als de stem van het geweten ons aanklaagt?

Een rein geweten betekent niet dat het geweten beter is als voorheen, of dat er veel slechte dingen zijn opgeruimd. Het betekent dat we met vertrouwen in de nabijheid van Christus mogen komen. Als we in de Geest blijven en de stem van ons geweten volgen, moeten we er rekening mee houden, dat het geweten door kennis begrensd is. Het geweten was immers het "orgaan" waarmee we het slechte van het goede onderscheiden. De kennis is bij iedere gelovige verschillend.

Sommigen hebben veel, anderen minder kennis. Dit wordt vaak door onderwijs en omgevingsfactoren bepaald. Daarom kunnen we ons niet richten op de maatstaven van de ander. Een voor ons niet bekende



zonde beïnvloedt de gemeenschap van een gelovige niet. Christenen die nog jong in het geloof zijn, denken vaak dat hun gebrek aan kennis (weten) hun gemeenschap met Christus beïnvloedt. Het is belangrijk te realiseren dat God niet alleen kennis van Zijn wil (hoe belangrijk dit ook is) van ons vraagt, maar vooral gehoorzaamheid t.o.v. Zijn wil. Als dat gewaarborgd blijft, is er gemeenschap zelfs als er onbewuste zonden zijn. Deze onbewuste zonden zijn dan onder de bedekking van het bloed van Christus, maar onderken steeds het belang van het belijden van zelfs klein lijkende bewuste zonden! Een zonde kan lange tijd als onbewuste zonde bestaan en dan door de Heilige Geest bewust gemaakt worden. Hoewel het geweten van groot belang is, moeten we niet uit het oog verliezen, dat het niet de maatstaf van onze heiliging kan zijn, omdat het zo nauw met onze kennis(weten) verweven is. Christus zelf is onze enige maatstaf van onze heiliging, maar als het gaat om de gemeenschap met God, dan is de functie van het geweten belangrijk.

### Een goed geweten

Een goed geweten betekent dus dat we een direct doel bereikt hebben, maar nog niet het uiteindelijke doel. Zo groeit de maatstaf van ons gedrag met toenemende Schriftkennis en geestelijke ervaringen. Alleen als we in de toenemende kennis, ook in een toenemende heiliging groeien, zal ons geweten ons niet aanklagen. Als we echter met ons geweten van vandaag ons gedrag van vroeger gaan meten zal ons geweten ons veroordelen, ook al hadden we in die vroegere situatie wél gemeenschap met God. Het geweten is dus een wederzijdse maatstaf van heiliging, en als we aan die maatstaf niet voldoen, zondigen we. De Heer wil ons zoveel zeggen, maar door geestelijke

onrijpheid in ons geestelijk kennen, moet hij zolang wachten om ons dingen duidelijk te maken. Geweten en oordeel: God handelt met zijn kinderen afhankelijk van de situatie. Omdat er verschillende kennisniveau's zijn, kan iets wat voor veel christenen nauwelijks een zonde is, voor andere gelovigen een zware zonde zijn. Daarom moeten we elkaar niet oordelen (Luk. 6:36). Alleen de Vader is in staat ons juiste kennisniveau in te schatten. Hij verwacht geen volwassen mannelijke kracht bij zuigelingen! Christus zoekt niet ervaringen van "oude mannen" bij jonge-



ren in het geloof. Hij wil gehoorzaamheid (in bestaande kennis). Als de Heilige God ons onze onbewuste zonden nog niet duidelijk heeft gemaakt, hoe kunnen we dan op grond van ons geweten nu, onze broeder veroordelen, die misschien op dat moment in zijn geweten een kennisniveau heeft, wat we zelf 5 jaar geleden hadden? Als we mensen werkelijk willen helpen, dan moeten we geen gedetailleerde

gehoorzaamheidseisen stellen, maar hen steeds aanraden, de stem van hun geweten te volgen. Als ze hun wil aan God overgeven, zullen ze in dezelfde mate het licht van de Heilige Geest ontvangen, en die vervolgens gehoorzamen. Als een christen zijn wil overgeeft aan God, beantwoordt hij aan de wil en de verwachting van Christus op dat moment,

zodat zijn geweten doorlicht wordt. We moeten niet in een kramp komen, en ons vermoeien met waarheden te doorgronden, die onze tegenwoordige geestelijke "capaciteit" verre te boven gaan. Als we vandaag naar Christus willen luisteren, heeft Hij een welgevallen aan ons. Natuurlijk moet het er ons niet van weerhouden de Waarheid te doorgronden, die de Heilige Geest ons wil openbaren.

### Een zwak geweten

We hadden al eerder vastgesteld dat de maatstaf van onze heiliging Christus is en niet ons geweten. Het geweten is te zien als een criterium voor onze acute stand van heiliging. Als we naar ons geweten luisteren, hebben we bereikt wat nu te bereiken is. Daarom neemt ons geweten in onze dagelijkse wandel zo'n belangrijke plaats in. Als we de aanwijzingen van ons geweten niet volgen, klaagt het ons aan. Daaruit vloeit voort een verlies van vrede en een tijdelijke onderbreking van de gemeenschap met God. Dan blijft de vraag: Hoe volmaakt is ons





### Ijkkpunten van het geweten

- Gevormd door moralisme of wettiscime ?
- Gevormd door gebedsleven en welk soort gebed?
- Ingegeven door Gods Woord en welke bijbel-se uitspraak?
- Gehoorzaamheid aan Gods wil?
- Geestelijke strijd? Door de 'aanklager' of door het 'vlees'?
- Ingegeven door alleen opvoeding of cultuur-gebonden?
- Invloeden van trauma's, ziekten (depressies) of het verleden?
- Werking van het Kruis, onderscheid tussen het oude en het nieuwe leven?

christenen. Het laat alleen zien dat voor de beoordeling van goed en kwaad ook de situatie van iedere gelovige samenhangt met zijn of haar ontwikkeling.

### Diagnostiek van het geweten

In de diagnostiek is het van belang te onderzoeken in hoeverre het geweten als graadmeter van het geestelijk leven gezond is. Het geweten kan verhard, gebrandmerkt, te zwak, of 'weggerationa-liseerd' worden. Is er sprake van reële schuldgevoelens of valse en waarop zijn deze gebaseerd? Het gaat hier niet om juridische aspecten bij een gelovige, want Jezus is gestorven voor alle zonden van een gelovige "Zo is er dan géén veroorde-ling voor hen die in Christus Jezus zijn" (Rom. 8:1). Bij de schuldgevoelens gaat het veel meer om de reiniging met het waterbad van het Woord. Niet zoals in Tit. 3: 4-7 om het éénmalige waterbad van de wedergeboorte, maar om onze reiniging van onze voeten (Johannes 13) die we nodig hebben omdat we ons in onze dage-lijkse levenswandel vaak verontreinigen.

Als we onze zonden belijden (1 Joh. 1:9) dan is Hij getrouw om ons onze zonden te vergeven, niet opdat we dan in de hemel komen, want dat is door het vol-brachte werk van Jezus bewerkstel-lijgd, maar door die reiniging van het woord, ervaren en beleven we de nabijheid en gemeenschap van God weer en is hij niet ver weg achter 'een koperen' hemel.

Komt iemand tot de overtuiging dat iets goed of fout is door 'de boom van kennis van goed en kwaad' (eigen gedachten, opvoeding, trauma's) of is deze beoorde-ling ontstaan door de werkelijke gemeen-schap met God, de stem van de Heilige Geest en getoetst door het Woord van God. De valkuil van het geweten is mora-lisme en wettiscime. De oplossing is de Bijbel en Gods stem door onze geest, het verbond waarmee Hij zich aan ons ver-bonden heeft en de belofte dat Hij Zijn wetten in ons hart legt (Hebr. 10:16).

Gods Geest vervult de wet in ons. Natuur-lijk willen we benadrukken dat dit getoetst moet worden aan de Bijbel, omdat de Heilige Geest niet in tegen-spraak met zichzelf is. Kennis zonder overgave aan God (vernedering, onder-werping van onze geest ten opzichte van Gods Geest) is 'dode' kennis. Naast kennis is gebedsleven een belangrijk middel om Gods wil te kennen. Soms is het ook een zoektocht naar Gods wil in je leven. De duivel is een aanklager en wil vaak gelovi-gen (valse) schuldgevoelens aanpraten. (zie schema 5)

### Geestelijke diagnostiek t.a.v. occultisme

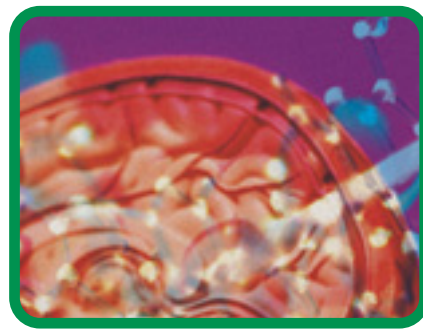
In een ander artikel heb ik deze diagnos-tiek al uitgebreid besproken (Promise, juli 2000)

Het vanuit een bijbels mensbeeld komen tot een juiste diagnostiek is in het alge-meen een behoedzaam proces. Veel symp-tomen of klachten worden vaak of alleen lichamelijk of alleen psychisch of alleen geestelijk beoordeeld. In het bovenge-noemde artikel heb ik vooral de lichame-lijke, psychosociale en paranormale symptomen benoemd, nu richt ik me vooral tot de geestelijke functies. Van primair belang is niet het verlang-lijstje van een confi-dent met de vraag naar bevrijding van alle klachten en pijn-en, of een bevredi-ging van alle behoeften. Maar wat zijn nu de bijbelse doelen?

- Verzoening met God. "Door genade zijt gij behouden (totale mens), door het geloof, en dat niet uit uzelf, het is een gave van God" (Ef. 2: 8). Zie ook Rom. 5:1, Rom. 8:4. "En dit alles is uit God, die ons door Christus met Zich ver-zoend heeft en ons de bediening der verzoening gegeven heeft" (2 Kor. 5:18). Dit is bijbels leven in tegenstel-ling tot de bijbelse dood. Het hoofd-doel is niet de bevrijding van demonen (hoewel op zichzelf belangrijk), maar verzoening door genade met God door het leven van Jezus Christus.

geweten? We hebben al gezien dat ons geweten begrensd wordt door o.a. kennis. Daarom is het belangrijk ons te realiseren, dat er een groot onderscheid is tussen de maatstaf van ons geweten en de absolute maatstaf van de Heilige God. Hierbij moeten we twee dingen onderscheiden:

- 1) Het geweten roert alleen datgene aan wat het kent. Dit is een deel van de volle werkelijkheid, en laat andere din-gen (tijdelijk) liggen, die mogelijk ook niet binnen de wil van de Heer zijn. Christus en ook rijpere christenen weten hoe onvolkomen we zijn, en toch zetten we vaak onze oude weg voort door gebrek aan licht. Deze onvolkomenheid is echter draagbaar, omdat God daarom niet veroordeelt.
- 2) De begrensde kennis van ons weten kan ons geweten brengen tot een veroorde-ling die door Christus niet veroordeeld wordt. Betekent dit dat we nu de leiding van de Heilige Geest niet meer kunnen vertrouwen? Zeker niet. Vele dingen die bij een juist geweten nog gedaan kunnen worden, worden bij anderen, die, die kennis nog niet hebben, als zondig ervaren. Dit is vaak een gevolg van de geestelijke onrijp-heid van desbetreffende gelovige. Dit betekent nu niet dat er nu twee ver-schillende maatstaven zouden zijn voor



Juist bij modern hersenonderzoek lijken de grenzen tussen onze 'hardware' en onze 'software' te vervagen. Men is steeds meer op zoek naar een mensbeeld wat een raamwerk voor dit denken en deze diagnostiek kan vormen.

- Verandering in ons gehele wezen. Niet alleen afbouw van demonische klachten, maar verandering naar het beeld van Christus. "Daar we nu deze beloften bezitten, geliefden, laten we ons reinigen van alle bezoedeling des vlezes en des geestes, en zo onze heiligheid volmaken in de vreeze van Christus" ( 2 Kor. 7:1). Zie ook heiliging en veranderen in: 1 Joh. 3:3; 1 Thess. 5:23, 1 Thess. 4:3, Kol. 1:22. Er dient een de transformatie van het beeld van satan plaats te vinden naar beeld Christus (Ef. 4:17,18; Rom. 8:2).
- Strijden om te leven. "Want de gezindheid van het vlees is de dood, maar de gezindheid van de Geest is leven en vrede; derhalve broeders, zijn we schuldig, maar niet van het vlees om naar het vlees te leven. Want indien gij naar het vlees leeft, zult gij sterven, maar indien gij door de Geest de werkingen des lichaams doodt, zult gij leven" ( Rom. 8:6,12,13). Zie verder Fil. 2:1-5. Confidenten zijn vaak niet meer op strijd voorbereid en denken dat God alle verandering door een 'toverstokje' doet.
- Leven is verbonden met lijden. "Zijn we kinderen, dan zijn we ook erfgenamen, erfgenamen van God, en mede-erfgenamen van Christus, immers indien we delen in zijn lijden, is dat ook om te delen in zijn verheerlijking" ( Rom. 8:17). Zie ook Fil. 3:10, 1 Petr. 4:1,13,16,17.

Er heerst in onze maatschappij een doods-kultuur (denk eens aan prettige bijna-dood-ervaringen, euthanasie, abortus, heiligenverering). Veel christenen beseffen niet dat lijden een deel van het leven van Christus is. Men geeft de strijd gauw op. Christenen moeten ook kunnen leven met tekorten en zwakheden (Fil. 4:12-14; 3: 8).

De invloed van de duivel kan op alle aspecten van het menszijn doorwerken. Door gebondenheid en of inwoning van demonen kunnen er zo kentekenen zijn op geestelijk, psychisch en lichamelijk niveau. Tevens zijn er nog vaak parapsychische verschijnselen, die zich manifesteren. Uiteraard is de komende opsomming een VERZAMELING SYMPTOMEN van occult belaste mensen. Het voorkomen

van een of zelfs meerdere symptomen is niet altijd een sluitend bewijs voor demonie. De werkelijke toets zal uiteindelijk de confrontatie met Christus zijn (in de gelovige, bijv. de hulpverlener). In een ander artikel hopen we hierop nog terug te komen.

### Mogelijke gevolgen op geestelijk gebied

1. Heftige weerstand tegen Christus (Marc.1:24, 5:7; Matt. 8:29; Luk. 4:34, 8:28; Jes. 8:21)
2. Weerstand tegen gemeenschap met christenen (bijv. viering van het avondmaal)
3. Weerstand tegenover de Heilige Geest (ongevoeligheid, afstomping, 2 Thess. 2)
4. Geen weerstand tegenover de zonde (verschoeid geweten), innerlijk vloeien, godslasterlijke gedachten, spotzucht, geestelijke hoogmoed, wetticisme, fanatisme, godsdienstwaanzin, verharding tegenover de oordelen van God.
5. Moeite met gebed. Geen verlangen naar gebed, zich niet kunnen concentreren, slaapgeest onder bidden.
6. Weerstand tegen geloof. Hardnekkig ongeloof, geloofsstoringsen, woede tegenover anderen die zich bekeren, geen geloofsgroei, geen vrede, geen blijdschap.. Onrust bij het lezen van ontmaskerende literatuur over het occultisme.
7. Gebrek aan onderscheidingsvermogen t.o.v. geestelijke stromingen van deze tijd, geestelijke blindheid, openheid voor allerlei onbijbelse ideologieën, religies, dwaalleringen, mystiek, gnostiek en modernisme (Ex. 20:1-6;1 Kor. 10:20-22).
8. Weerstand tegen gelovigen (bespotten, weglopen, uitschelden van gelovige hulpverleners).
9. Soms komt er weerstand voor tegenover godsdienstige voorwerpen, \, bijv. kruis, Bijbel, gezangenboek, etc..
10. Geen geloofsgroei.

In de diagnostiek om te bepalen of er occulte factoren aanwezig zijn is het vooral van belang om de teruggang in het geestelijk leven te diagnosticeren. Dit is diagnostisch het belangrijkste middel om

de gevolgen van het in aanraking komen van het occulte te onderzoeken. Naast de lichamelijke en psychosociale gevolgen die deze contacten hebben zijn de gevolgen voor het geestelijk leven het belangrijkste. Helaas ervaren veel mensen dit nauwelijks, meestal omdat ze nauwelijks geestelijk leven hebben en de teruggang hierin ook niet bemerken. Het is dus van belang om ook te vragen naar geestelijke verandering in de loop der tijd, als het gaat om het gebedsleven, bijbellezen, kerkbezoek, geestelijk onderscheid enzovoort. Natuurlijk zal een diagnose ook ondersteund moeten worden op de mogelijke andere gevolgen op lichamelijk en psychosociaal gebied.

### Voorwaarden voor geestelijke diagnostiek bij de hulpverlener

Naast alle mogelijke technieken en methoden om geestelijke diagnostiek te plegen is het van het grootste belang ook aandacht te besteden aan de geestelijke gezondheid van de hulpverlener. Hoewel we proberen geestelijke diagnostiek enigszins meetbaar te maken, moet een hulpverlener zich realiseren dat hij of zij gedurende het hele proces van diagnostiek afhankelijk is van de leiding, de wijsheid en inzicht van de Heilige Geest. Deze zal in de complexe materie richting moeten geven in wat nu werkelijk belangrijk is. De hulpverlener kan dan niet op zijn routine afgaan, maar zal zich in de diagnostiek actief open moeten stellen voor de leiding van de Heilige Geest. Een gezond, geestelijk leven is daarbij een voorwaarde. De hulpverlener zal moeten bidden om fijngevoeligheid om te weten waarop het aan komt. Is het persoonlijk geestelijk leven van de hulpverlener minder dan zal dat ongetwijfeld grote invloed hebben in de mate waarop de Heilige Geest de belangrijkste dingen kan 'aanraken'. Van groot belang is dat de hulpverlener niet boven maar naast de cliënt staat, in het besef dat hijzelf ook uit de genade van God leeft.

*Gerard Feller, juni 2004.*

## Nieuwe voorzitter christelijke zorgkoepel



**Hardinxveld-Giessendam, april 2004 - De heer M. Houtman is onlangs benoemd als nieuwe voorzitter van de FEO Federatie Evangelische Zorg Organisaties. Bij de FEO zijn vijftienvijf zorgorganisaties aangesloten.**

Rinus Houtman (61) is voor velen geen onbekende. Mensen kennen hem met name vanwege de functie die hij van 1999 tot 2003 namens SGP/CU vervulde als lid van Gedeputeerde Staten van Zuid-Holland. Hij had daar o.a. Onderwijs en Jeugdzorg in zijn portefeuille. Op dit moment is de heer Houtman voor een deel van zijn tijd als directeur verbonden aan Leerpark Dordrecht. Daarnaast heeft hij nog een aantal bestuurlijke functies in cultuur, jeugdzorg en zending. Zijn werkverleden ligt vooral binnen het onderwijs.

De heer Houtman: "Ik heb ervaring in veel bestuurlijke sectoren. Zorg is daarbij nooit het belangrijkste gebied geweest, maar ik weet redelijk wat er speelt in die sector, met name vanuit mijn tijd als GS lid. De thema's zorg en onderwijs trekken mij, omdat het met mensen te maken heeft. Zorg bieden vanuit levensbeschouwing is mijns inziens erg belangrijk, maar het staat wel vaak onder druk. Velen vinden een levensbeschouwelijke insteek overbodig. Zorg verlenen vraagt echter niet alleen kennis en vaardigheden maar is vooral iets van mens tot mens. Daarbij is groot zijn van een organisatie niet altijd de garantie voor kwaliteit."

De Federatie Evangelische Zorg Organisaties (FEO) is opgericht in 1979. De FEO is dé christelijke koepel op het terrein van de psychosociale zorg. De aangesloten reformatorische en evangelische organisaties zijn actief op het terrein van psychosociale hulpverlening, maatschappelijke opvang, verslavingszorg en jeugdzorg.

De FEO adviseert en ondersteunt haar leden en is actief op het terrein van belangenbehartiging, kwaliteitsbeleid en klachtenbehandeling. De FEO fungeert verder als platform voor onderlinge inspiratie en bezinning.

## De Gezonde leer

De Bijbel maakt aanspraak op een gezondmakende (hygiënische) werking op een mens. Psalm 107 :20 zegt: Hij zond zijn Woord, Hij genas hen en deed hen uit de groeve ontkomen. Een theoretische, intellectuele kennis van de Bijbel bezit nog geen gezondmakende werking van het Woord. Alleen het steeds beoefenen (gymnazo) en praktiseren van de nieuwe software (Rom.12:2) heeft gezondmakende gevolgen. Veelal wordt gezondheid in onze tijd gezien als iets wat maakbaar is in de talloze gezondheidseminars en 'healingsessies' in de christelijke wereld. Vaak worden er allerlei 'evangelische' toverformules uit de magische hoed getoverd, die de zwakke, minder kritische goedgelovende broeders en zusters maken tot de 'ingebeelde gezonde'. Een eenzijdig evangelie waarin alleen de gezondheidskrenten uit de pap worden gehaald, heeft niets te maken met de gezondmakende leer. Bijbelse gezondheid door een gezondmakende leer gaat verder, Paulus roept op tot gymnazo (= gymnastiek) dit is het Griekse woord voor inoefenen, inslijpen. Hij maakt steeds vergelijkingen met het oefenen in de sportwereld (1Tim4:8) om zo te oefenen in godsvrucht en door de gezondmakende woorden (1Tim6:3,4) in de Bijbel op te groeien in rechte kennis (Kol1:10) van God als een leerproces (Mat11:29) om gezond te worden. Het is de groei in die relatie die gezond maakt waarin de geloofspraktijk ook bestaat uit het daders zijn van het Woord (Jac1:22) en niet alleen hoorders. Spr4:5-8 Vertrouw op de Here met uw ganse hart en steun op uw eigen inzicht niet. Ken Hem in al uw wegen, 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 lafenis voor uw gebeente.

### Gebedspunten

- Wilt u met ons danken voor de nieuwe layout van ons blad, door de toename van de inkomsten kunnen we het ook financieel rondkrijgen.
- Wilt u met ons danken en bidden voor de grote toename van het aantal bezoekers van onze website [www.stichting-promise.nl](http://www.stichting-promise.nl), nu al bijna 500 per dag (180.000 in een jaar!) Ook komen er steeds meer reacties en vragen van niet-christenen, die soms open deuren geven naar het evangelie van Jezus.
- We zijn dankbaar dat de redactie en het bestuur is uitgebreid met *WillemJan PijnackerHordijk*, een oude bekende van de trouwe Promise lezers. Hij is godsdienstleraar in Delft en een graag gehoorde spreker in veel samenkomsten in den lande. Ook zijn we dankbaar dat Piet Guyt uit Zoetermeer ons al geruime tijd helpt en meedenkt met de correctie en afwerking van het blad.
- Wilt u meebidden voor de getuigenis van Jezus Christus op de Olympische spelen. (zie artikel)
- Wilt u bidden en werken aan het verspreiden van een gezondmakende leer in Christelijk Nederland.
- Voor de vele lezingen en presentaties zijn we op zoek naar een tweede hands laptop en een beamer, kunt u ons helpen?
- Hartelijk dank voor uw gebeden en gaven,



Gerard Feller

# We geven verbonden

(On)verbondenheid als bepalende en verklarende factor in het doorgeven van geestelijke (on)gezondheid

**Al meer dan een eeuw zoeken wetenschappers en hulpverleners naar welke factoren onze geestelijke gezondheid bepalen, en hoe deze gezondheid, of juist een gebrek eraan, van generatie op generatie wordt overgedragen. In de laatste decennia zie ik daarin bepaalde contouren heel duidelijk worden. Contouren waarvan overigens al in de begintijd van de psychologie bepaalde mensen belangrijke aspecten waarnamen (ik denk daarbij aan mensen als Pierre Janet en Alfred Adler). Wat ik noem: 'verbondenheid'<sup>1</sup> speelt daarin een zeer grote rol, zo blijkt. Mensen die zelf als kind verbondenheid hebben ervaren, zullen vaak deze verbondenheid overdragen op hun kinderen, en hen daarmee ook een goede basis voor geestelijke gezondheid meegeven. Mensen, daarentegen, die als kind onverbondenheid hebben ervaren, zullen met grote waarschijnlijkheid ook deze onverbondenheid overdragen op hun kinderen, tenzij ze zichzelf door Gods genade van hun eigen ervaringen van onverbondenheid laten genezen. Jezus Christus is ook gekomen om deze gewonde mensen te verbinden en te helen. De goed verbonden pastorale werk(st)er is, juist door de verbondenheid met God, zichzelf en anderen, als geen ander geëquipeerd om deze mensen bij te staan en te begeleiden in dit genezingsproces.**

In dit artikel ga ik hier nader op in, daarbij puttend uit de Bijbel en met name uit

de psychologische literatuur, en ten dele uit eigen, vooral meer recente, pastorale ervaring. Ik sta daarbij uitdrukkelijk open voor reacties, aanvullende of wellicht heel andere ervaringen. Eén opmerking nog vooraf. In dit artikel kijk ik in eerste instantie naar patronen die vaak voorkomen. Er zijn natuurlijk altijd grote individuele verschillen. Elke specifieke situatie van mensen is uniek, juist omdat ieder mens uniek is. Ik geloof niet in het absolute determinisme van "ik ben nou eenmaal zo vanwege mijn jeugd", of iets dergelijks. Toch vind ik het nuttig om naar algemene patronen te kijken, al is het maar om samenhang in gebeurtenissen - oorzaken en gevolgen - duidelijker te onderscheiden.

## De intergenerationele dynamica van geestelijke gezondheid

In het doorgeven van geestelijke gezondheid van de ene generatie op de volgende spelen diverse factoren een rol. Eén ding loopt daar echter als een rode draad doorheen. Dat is, zoals ik hierboven al noemde, het begrip verbondenheid. Verschillende wetenschappers en pastorale werkers

hebben zich hiermee bezig gehouden en komen langs heel verschillende wegen tot unanieme conclusies.

## Hechtingstheorie

Ten eerste is er de hechtingstheorie en de daarop gebaseerde visie op de ontwikkelingspsychologie. De psycholoog John Bowlby (1909-1990)<sup>2</sup> staat bekend als de grondlegger van deze hechtingstheorie. Wat hij ontdekte en uitgebreid beschreef was het volgende. Kinderen hebben het nodig om te ervaren dat hun belangrijkste verzorgers (meestal vooral de moeder en / of de vader) aandacht en zorg voor hen hebben en op de juiste wijze reageren op hun signalen. Ze ervaren daardoor een soort veiligheid die hen een basis geeft om levenslustig, initiatiefrijk en sociaal in het leven te kunnen staan. Die veilige / zekere hechting vormt dan een basis voor een goede verdere sociale ontwikkeling. Die dingen bij elkaar geven rust en ruimte, voor de persoon zelf maar ook naar medemensen toe. Het wereldbeeld dat deze mensen onbewust vormen is er een van veiligheid en vertrouwen. Op basis hiervan kunnen mensen zich ook gemakkelijker met anderen identificeren, of de nood van anderen mee-voelen (vaardigheid in empathie en bewogenheid). Ook andere sociale vaardigheden worden gemakkelijker opgebouwd op de basis van veiligheid die vroege ervaringen van verbondenheid bieden. Dit leidt er uiteindelijk



# door hoe we zijn

lijk toe dat mensen die zelf als kind een goede hechting hebben ervaren, later ook hun kinderen vaak een goede hechting kunnen bieden.

## Hersenonderzoek

Een tweede lijn is die van het hersenonderzoek. Recent hebben onderzoekers als Allan N. Schore en E. James Wilder<sup>3</sup> ontdekt en beschreven dat de veilige hechting waar Bowlby het over had ook grote invloed heeft op de ontwikkeling van de hersenen van die baby's en jonge kinderen. Met name de rechterhersenhelft, o.a. verantwoordelijk voor het gevoelsleven en de regulatie daarvan, alsmede voor het laterale denken (in de volksmond ook wel samengevat als: ons 'hart'), komt in zo'n veilige hechtingsomgeving beter tot ontwikkeling. Hetzelfde geldt voor de verbinding tussen de hersenhelften, die we nodig hebben om ons logische denken en ons 'hart' bij elkaar te kunnen brengen. Rond de geboorte en in de eerste twee levensjaren maakt die rechterhersenhelft een grote ontwikkeling door, zo groot dat op tweejarige leeftijd deze helft bij de peuter er al volledig volgroeid uitziet. Het hechtingsmechanisme dat kinderen doet zoeken naar hechting, zoals door Bowlby beschreven, situeert Schore in het rechter orbitofrontale gebied en de corticale en subcorticale verbindingen daarvan. Ervaringen van verbondenheid leiden ertoe dat hier veel circuits goed ingesteld raken voor later intensief gebruik. In artikelen van bijvoorbeeld Peter Fonagy<sup>4</sup> heb ik de gevolgen hiervan beschreven gezien. Met name de capaciteiten om afstand te kunnen nemen en eigen gevoelens, gedrag en gedachten te kunnen evalueren (de 'reflectieve functie') en reguleren, verbeteren sterk door die vroege ervaring van veilige hechting. Dit evalueren van gevoelens, gedrag en gedachten is ook nodig om vanuit nieuwe ervaringen (in dit ver-

band vooral: dat wat niet werkt) lering te kunnen trekken. Anderen, zoals Laurie Anne Pearlman & Karen W. Saakvitne, of, in Nederland, Marianne Riksen-Walraven<sup>5</sup>, hebben het in dit verband wel over verbeterde vaardigheden om zichzelf in de hand te kunnen houden ('selfcapacities') of over 'ego-veerkracht' ('ego-resiliency'). Dit laatste wordt wel omschreven als het vermogen om emoties en impulsen te reguleren en zich soepel aan te passen aan veranderende en vooral stressvolle omstandigheden. Ook het kunnen inschatten van de emoties en gedachten van anderen en de invloed van het eigen handelen op de ander verbetert door de veilige hechting. Het moge duidelijk zijn, dat hierdoor de kansen voor de eigen kinderen om goed 'verbonden' op te groeien, sterk verbeteren. In dit alles speelt de verbeterde werking van de rechterhersenhelft en van de brug tussen beide helften dus een belangrijke rol.

## Identiteit

Weer anderen, zoals de bekende Nederlandse R.K.-psychologe Anna Terruwe<sup>6</sup>, hebben aangegeven dat er een verband is tussen veilige hechting en identiteitsvorming. Een kind wat in de eerste jaren een goede verbondenheid heeft ervaren, zich uitend in wat Anna Terruwe noemde: 'het bevestigd zijn', heeft daardoor ook betere kansen om een stabiele identiteit te ontwikkelen. Hij of zij hoeft zichzelf niet te bevestigen of op zijn / haar tenen te lopen om door hoge prestaties alsnog de nodige bevestiging van anderen te ontvangen. De sociaal constructionisten, zoals Kenneth Gergen<sup>7</sup>, zien dit ook en zeggen daarom wel dat onze identiteit sterk sociaal bepaald wordt. De internationaal zeer bekende pastorale werkster Leanne Payne<sup>8</sup> heb ik dit weer van een iets andere kant horen benaderen, maar zij komt tot een soortgelijke conclusie. Zij vergelijkt de

invloed van een gevoelige blik van een moeder op de identiteitsvorming van haar baby met de navelstreng die voor de geboorte voeding biedt en afvalstoffen wegvoert. De baby ervaart in de blik van de moeder de acceptatie die hij of zij nodig heeft om 'er te mogen zijn'. Daarbij ervaart de baby dat zijn / haar -in het begin soms wat overweldigende- emoties voor de moeder niet zo overweldigend zijn; ze worden door de rustige blik van de moeder en door haar stem als het ware verzacht en op hun plaats gezet. In termen van de hersenonderzoekers: de regulatie van intense affecten gebeurt in het begin extern, door de moeder, en het interne regelcentrum leert hiervan en neemt op den duur (met name dus in de eerste 2 levensjaren) deze regelfunctie over. Het is ook bekend hoe een rustig lied (zoals een wiegelied van een moeder of ervaren oma) zelfs later nog een enorme heilzame invloed kan hebben, juist omdat dit die onrust vanuit de baby-tijd kan 'stillen'. Ook in de Bijbel, bijv. in Ps. 131, vinden we de link tussen de veiligheid die een baby bij de moeder kan ervaren en een innerlijke rust die God ons geeft en die een basis is voor een nederig-menselijke en meer empathische opstelling. Zoals Anna Terruwe zei: de bevestigde mens kan ook een ander weer bevestigen. Evenals in de vorige twee benaderingen is het hier weer zó dat de basiservaring van verbondenheid sterk helpt in het kunnen dóórgeven ervan.

## Drie inzichten tezamen

Als we deze drie stromen van bevindingen naast elkaar zetten, zien we drie aspecten waardoor een eigen ervaring van verbondenheid een basis legt voor de veilige hechting en verbondenheids-ervaring van de volgende generatie. Dus drie aspecten, die ertoe bijdragen dat de goede verbondenheid die een persoon zelf in de eerste

levensjaren ervaren heeft, ook weer doorgegeven wordt aan de volgende generatie. De betere ontwikkeling van de rechterhersenhelft en de betere samenwerking hiervan met de linkerhelft, zorgt voor een betere controle op eigen emoties en gedrag. Dit hangt nauw samen met de bevindingen betreffende de invloed van vroege verbondenheid op de identiteit. De sterkere identiteit zorgt, met die biologische kant van beter ontwikkelde hersendelen, voor het meer duidelijkheid en ruimte kunnen bieden aan de eigen kinderen, deels via een betere definitie van grenzen die mogelijk is door die sterkere eigen identiteit. Een sterker ontwikkeld sociaal gevoel hangt

natuurlijk weer samen met zowel het beter functioneren van de rechterhersenhelft en de brug tussen beide helften, als met de beter ontwikkelde eigen identiteit. Dit sterker ontwikkelde sociale gevoel draagt ook weer bij aan het open kunnen staan voor de belevenissen van de kinderen in die volgende generatie.

Voor het op enigerlei wijze misbruiken van

de kinderen is in deze situatie geen ruimte: alleen al een gedachte eraan roept op zichzelf al heel veel weerzin op. Daarbij zal de persoon goed in staat zijn op dit weerzin-signaal te reageren door zich resoluut van dergelijke gedachten te ontdoen.

Ik zie zo het volgende plaatje ontstaan (zie Figuur 1).

### De intergenerationale dynamica van onverbondenheid

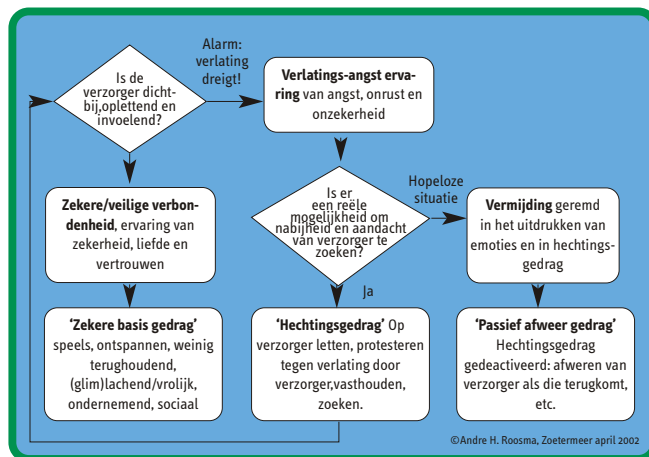
Heel anders wordt de situatie als er al vroeg weinig verbondenheid is, oftewel een gebrek aan veilige hechting. Je ziet dan juist het tegenovergestelde van de hierboven beschreven ontwikkelingen. In professionele hulpverleningskringen heb ik wel eens horen zeggen dat de kinderen van 'borderliners' (mensen die bepaalde gedragskarakteristieken vertonen die samengevat worden onder de term 'borderline persoonlijkheidsstoornis') in veel gevallen ook 'borderliner' worden. Het is ook bekend dat kinderen van mensen die ernstige trauma's hebben meegemaakt, decennia later (nog) de verschijnselen vertonen van hen die zelf zulke trauma's meegemaakt hebben. We spreken dan wel van tweede generatie oorlogsslachtoffers, of tweede generatie incestslachtoffers. Op

de één of andere manier hebben de getraumatiseerde ouders iets van het trauma op de kinderen overgedragen, vaak ook zonder dat er ooit over gesproken werd (misschien wel juist vooral dán). De vraag rijst: Hoe komt dit toch?

### Analyse neerwaartse spiraal

Voor een antwoord op deze vraag moeten we beginnen in de vroege jeugd. Vaak leidt een gebrek aan verbondenheid van de kant van de vader en moeder tot een gebrek in fijngevoelige (op het kind afgestemde) aandacht voor de baby. Als gevolg hiervan ervaart de baby gevoelens van verlatting, angst, pijn, gemis, hulpe-

en emoties te kunnen relativeren, en van ervaringen te leren. Daardoor is er ook minder goede controle op de eigen emoties en het eigen gedrag, zoals o.a. Peter Fonagy en David Lisak<sup>4</sup> beschreven. Daarnaast komt er gemakkelijk een onzekerheid in de eigen identiteit. Temeer als de slechte verbondenheid in de eerste levensjaren ook gepaard ging met enigerlei vorm van misbruik, zoals bijvoorbeeld in geval van (et name vroege) incest, kan dit leiden tot een afstand nemen van emoties van angst en pijn (of zelfs van complete eigen ervaringswerelden, zoals bij de dissociatieve identiteitsstoornis<sup>9</sup>). Het niet-meer-voelen van deze emoties van angst, pijn en hulpeloosheid, betekent echter dat men ook bij anderen (waaronder de eigen kinderen) deze emoties niet meer goed kan aanvoelen. Integendeel, constateert Fonagy, door de meer rigide verklaringsmodellen die intern gehanteerd worden voor het gedrag van de ander (incl. het eigen kind), zullen vaker kwade bedoelingen bij die ander verondersteld worden. Dit levert dus een grote verslechtering op in de empathische vaardigheden<sup>10</sup>. Om de, als negatief ervaren, emoties onder het deksel van de vergetelheid te houden, grijpen mensen vaak naar manieren of middelen die zulke emoties wat verdoven<sup>11</sup>. Dat kunnen als zodanig bekende 'verdovende middelen' zijn, maar ook alcohol, zoetigheid (of eten in het algemeen - ik denk aan bulimia) of zich ergens met heel veel concentratie en energie op storten (workaholisme), of - vooral voor vrouwen een sociaal meer aanvaarde vorm - zich helemaal richten op anderen, met verwaarlozing van de eigen gevoelens en behoeften (co-dependentie of medeafhankelijkheid). De verslaving die hierin meestal volg, betekent een versterking van de neerwaartse spiraal: zowel de her-



Figuur 1. De intergenerationale dynamica van verbondenheid

Noot: de pijlen betekenen hierin zoiets als 'leidt tot'.

loosheid, e.d.. Deze gebrekkige verbondenheid heeft vaak te maken met het niet emotioneel afgestemd zijn van de moeder op haar baby. Zoals aangegeven in het artikel van Jim Wilder over verslaving en volwassenheid (zie de vorige editie van Promise), kan hieraan een hele lijst van oorzaken bij de moeder ten grondslag liggen. Het gevolg is dat de baby en het latere kind zich onzeker blijven voelen (angstig ambivalente hechtingsstijl) of hun emoties en dieper contact in relaties vermijden (vermijdende hechtingsstijl) dan wel gedesoriëteerd raken in hun hechting (gedesoriëteerde of chaotische hechtingsstijl). De aldus opgegroeide volwassene zal in het algemeen over minder goed ontwikkelde sociale en emotionele vaardigheden beschikken, en daardoor aan eigen kinderen ook minder goede hechting kunnen bieden. In de situatie van gebrek aan veilige hechting is er, zoals Allan N. Schore<sup>3</sup> en anderen constateerden, een minder goede ontwikkeling van de rechterhersenhelft en van de brug tussen de beide hersenhelften. Het orbito-frontale regelcentrum waar we het eerder over hadden, kan hierdoor minder goed zijn werk doen, ook vele jaren later nog. Mede als gevolg hiervan, is er minder bewustzijn van eigen emoties (affecten) en minder vaardigheid om eigen gedrag



senfuncties als het sociale leven worden verder aangetast, de hulpeloze gevoelens worden sterker, het zelfbeeld verslechtert, et cetera. Dit geeft vaak aanleiding om nog dwangmatiger de ingeslagen weg te gaan. Voeg daarbij nog dat de slechtere hechting c.q. het slechtere basisvertrouwen vaak sowieso al leidt tot een minder goede sociale ontwikkeling, en het misère-plaatje wordt compleet. Er is -zodoende- weinig basis om aan de kinderen (de volgende generatie) goede hechting of verbondenheid te bieden.

### Culturele invloed

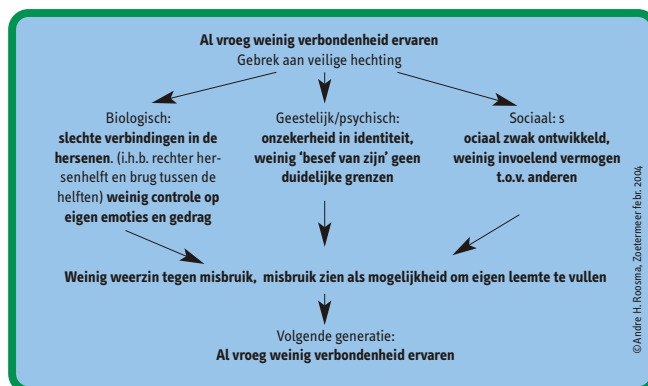
Soms wordt het in deze situatie nog erger. Naast het voorgaande is er vaak sprake van een sterk gevoel van een leemte of een 'gat' van binnen, door de gemiste verbondenheid in de eigen jeugd, én door de minder goede verbondenheid met anderen die hier in het heden het gevolg van is, eventueel dus verder aangevuld door de gevolgen van het verslavingsgedrag. Met name voor jongens en mannen is er in de westerse ideologie rond de mannelijke identiteit weinig ruimte om de onderliggende pijnlijke gevoelens e.d. te uiten en bespreekbaar te maken. Mannen moeten sterk zijn, boven hun gevoelens staan, et cetera. Het gevolg is, dat alle als negatief ervaren gevoelens des te harder onderdrukt worden<sup>12</sup>. Hierdoor is er echter ook een sterke vermindering in het kunnen aanvoelen van wat misbruik met een slachtoffer doet; oftewel: de weerzin tegen misbruik wordt sterk gereduceerd. Door de minder goed ontwikkelde sociale vaardigheden is er minder gezonde intimiteit, bijvoorbeeld met vrienden of de levenspartner. Ook neemt vaak de vervreemding van eigen gezonde gevoelsreacties toe. Verkeerde vormen van intimiteit, o.a. sadomasochisme en seksuele

intimiteit met kinderen, worden in deze context zodoende aantrekkelijker, en komen in de innerlijke beleving meer binnen bereik. De natuurlijke weerstand tegen het misbruiken van kinderen (pedofilie) vervaagt. (Hetzelfde geldt overigens voor de natuurlijke weerstand tegen tegenna-tuurlijke vormen van pseudo-intimiteit, zoals sadomasochisme.) Dit gebeurt dus meestal eerst in het gevoel, dan in het denken, en ten slotte ook in het gedrag, met als gevolg dat die kinderen niet alleen weinig op hen geconcentreerde aandacht en zorg ontvangen, maar ook nog misbruikt worden. Samengevat en zacht uitgedrukt: de kinderen ervaren weinig of geen verbondenheid, waarmee de onverbondenheid weer een generatie verder is (zie Figuur 2).

Deze tragische dynamica (deze cyclus) is onder verschillende termen in de literatuur zeer wel bekend, o.a. als 'herhalingsdrang'<sup>13</sup>, bijv. het slachtoffer van een vader of moeder die alcoholist was, zelf ook weer alcoholist wordt of met een alcoholist trouwt, kinderen krijgt die met pijn opgroeien en later weer naar de alcohol grijpen om hun pijn te verdoven, etc.. Dit is een vreselijk tragische cyclus!

### Dader-slachtoffer

In het stuk hierboven heb ik kort aangegeven hoe mannen soms sociaal bepaald worden om hun onverbondenheid niet te verwerken, maar het 'gif' van hun eigen vroege onverbondenheidservaringen door te geven aan anderen. In verband hiermee worden mannen traditioneel vaak als de daders, en vrouwen als de slachtoffers gezien. De dader-rol is echter geenszins tot mannen beperkt. Recent komt aan het licht dat mannen vanuit hun sociale rol als macho's veel vaker dan vrouwen niet hebben durven spreken over hun eigen ervaringen van misbruikt zijn. Het blijkt dat ook vrouwen die hun ervaringen van onverbondenheid (bijvoorbeeld seksueel of anderszins misbruikt zijn) niet verwerkt hebben, vaak komen tot het misbruiken van hun kinderen, wellicht wel in het bijzonder hun zonen<sup>14</sup>. Dit onderstreept de constatering die vaak gedaan is, dat het bij (seksueel) misbruik niet gaat om de seksualiteit, maar om zaken als macht e.d.. Niet zozeer de seksuele aan-drang op zich doet iemand een ander misbruiken, maar vooral een vervreemding van eigen gevoelens, een gebrek aan



Figuur 2. De intergenerationale dynamica van onverbondenheid

goede intimiteit en een basisgevoel van onverbondenheid en machteloosheid.

### Aanvullende verklaringen modellen

Naast de bovenstaande verklaringenmodellen zijn er in de literatuur nog meer pogingen gedaan om het doorgeven van (on)verbondenheid te beschrijven. Zo is er bijvoorbeeld de contextuele visie van de Hongaar Ivan Boszormenyi Nagy<sup>15</sup>. Hij beschrijft hechting en afhankelijkheidsrelaties o.a. in termen van 'loyaliteiten'. Een kind is geneigd om loyaal te zijn aan de ouders of verzorgers. Deze loyaliteit is er ook als de ouders in wezen niet 'veilig' zijn. Ook beschrijft hij hoe er een balans moet zijn van 'geven en nemen'. Is er altijd een onbalans geweest, zoals bij een kind die onvoldoende liefde, zorg en aandacht heeft ontvangen, dan is er een 'tekort op zijn rekening'. Hij of zij heeft innerlijk dan het gevoel tekort gekomen te zijn, en zal een soort genoegdoening eisen in andere relaties. Komt deze niet, dan kan de persoon zich 'destructief gerechtigd' voelen: het voelt als 'rechtvaardig' aan om ook anderen tekort te doen of zelfs te misbruiken. Zo is een deel van het hierboven behandelde intergenerationale doorgeven van verwaarlozing en mishandeling dus ook te verklaren vanuit een 'balans-model'.

In het kader van dit artikel kan ik hier nu niet nader op ingaan. Ik heb me hier geconcentreerd op de conclusies van de hierboven geciteerde onderzoeken: dat het juist specifiek vroege ervaringen van onverbondenheid en gebrek aan hechting zijn, die een mens 'de das om kunnen doen'. Ook in mijn praktijk heb ik gemerkt dat mensen (onbewust) vooral zoeken naar verbondenheid, zelfs als dat inhoudt dat ze nog meer moeten geven dan ze altijd al gedaan hebben. 'Liever een misbruikend contact dan geen contact' lijken ze soms te zeggen. En die hunkering naar verbondenheid is ook niet zo verwonderlijk, als we zien dat we als mensen geschapen zijn voor verbondenheid met God en anderen (zie 1 Cor. 1:9; Joh. 15:5; Gen. 2:18; 3:9)<sup>16</sup>.



## Doorbreking van de intergenerationale dynamica van onverbondenheid

Dit feit, dus dat God ons geschapen heeft voor verbondenheid, is tegelijk ook het goede nieuws. Het is onze bron van hoop voor wie gevangen lijken te zitten in die akelige cyclus van onverbondenheid. Met God is het namelijk mogelijk om deze cyclus te doorbreken en - stap voor stap - over te schakelen naar de cyclus van verbondenheid! Het is dan wel van groot belang dat we zien dat de kern van de problematiek ligt in onverbondenheid, het gebrek aan het ervaren hebben van verbondenheid met God, met zichzelf en met anderen. 'Elk trauma is een trauma van scheiding of verlaten' heb ik Leanne Payne wel horen zeggen, en Judith Lewis Herman zegt in haar bekende boek over trauma en herstel iets dergelijks<sup>17</sup>.

### Oorzaak en herstel

Dan rijst de vraag: Hoe kunnen we herstel van verbondenheid bevorderen? Daarvoor ga ik eerst even terug naar hoe 'in den beginne' de onverbondenheid in deze wereld binnen is gekomen. We kunnen daarover lezen in Genesis 3. De mensen (Adam en Eva) leefden in volkomen harmonie en verbondenheid met God, zichzelf en elkaar. De slang verleide de mens echter om God te wantrouwen en tegen Gods liefde-raad in te gaan. Daarmee werd de basis gelegd voor onverbondenheid, voor afstand houden, en een breuk in intimiteit tussen man en vrouw (schaamte en beschuldiging). Het wezen van de zonde is de onverbondenheid. Dit geeft ook gelijk aan dat er één antwoord is op de pijn en ellende die er door onverbondenheid in een mensenleven kan zijn. Dat antwoord is niet een theorie, maar een Persoon: Jezus Christus! Toen Hij op het kruis genageld die bekende woorden riep: "Vader, waarom hebt U me verlaten?", droeg Hij in onze plaats de ultieme gevolgen van die onverbondenheid. Pas geleden hoorde ik het iemand zó zeggen: 'Ik worstelde met die verlatenheid, zowel met mijn eigen gevoel van verlatenheid als met het feit dat Jezus daar verlaten had gehangen. Toen, op een dag, zei de Heer tegen me: "Ik heb daar die scheiding in Mijzelf genomen". De Drieënige God nam in Jezus in Zichzelf de scheiding op, die er door onze schuld was gekomen tussen Hem en ons'. Ik vond dat die zin heel kernachtig uitdrukt waar het op neerkomt. Doordat God in Jezus de onverbondenheid in de wortel aangepakt en ontcracht heeft, is er herstel van de verbondenheid met Hem, met onszelf en met elkaar mogelijk geworden.

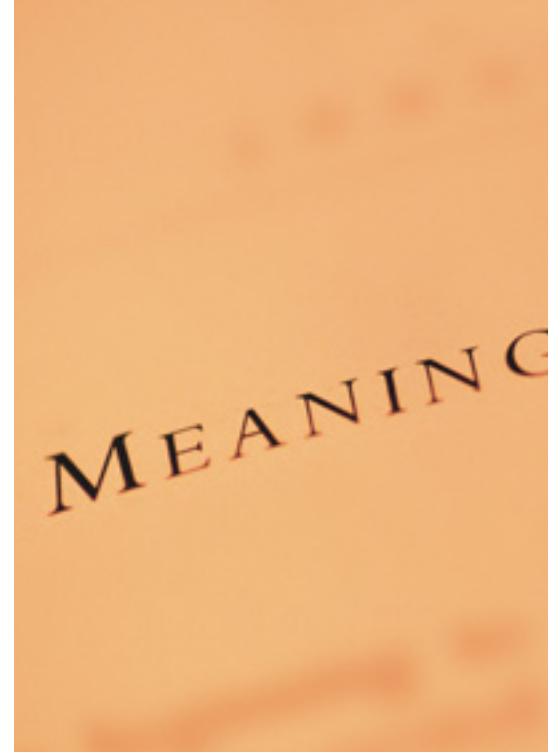
### De Shalom van Jezus

Dan komen we bij de vraag hoe we mensen kunnen helpen dit Antwoord te ont-

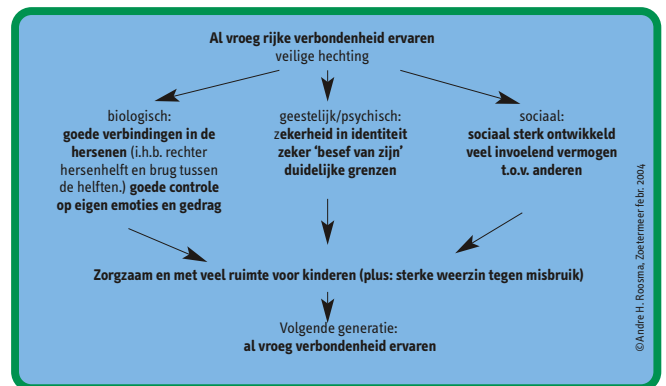
vangen, en herstel te ervaren. Deze vraag brengt mij op de titel van een heel goed pastoraal boek van Téo van der Weele: *Vrede doet bloeien* (de Engelse titel zegt: *Van schaamte naar vrede*). Die titel verwijst naar het Hebreeuwse begrip vrede: shalom. Shalom is die staat van veiligheid en geborgenheid die God voor ons bedoeld heeft in de verbondenheid met Hem en met elkaar. Het is deze vrede, deze aanwezigheid van God in ons leven, die ons kan genezen van het gif van de onverbondenheid. Téo van der Weele heeft op basis hiervan een pastorale benadering ontwikkeld die als kern heeft dat we elkaar mogen zegenen met de shalom van Jezus' aanwezigheid. Juist in de gevoelens van afwijzing, verlaten, angst en pijn die we kunnen ervaren als gevolg van onverbondenheid in verleden en / of heden maakt de dierbare aanwezigheid van Jezus zo'n enorm groot verschil. Deze benadering is verder uitgewerkt en wordt gedoceerd in de door de stichting *De Kracht van Vrede* georganiseerde pastorale cursussen *Zegenend Helpen* "Deze benadering is verder uitgewerkt en wordt gedoceerd in de door de stichting *De Kracht van Vrede* georganiseerde pastorale cursussen *Zegenend Helpen* (zie Téo van der Weele's boeken: *Zegenend Helpen - Een studie over het zegenen van hulpvragers als onderdeel van pastorale zorg*, uitgave: ZON, Harderwijk, ISBN 90-800936-1-0; en *Vrede doet bloeien*, uitgave: Importantia, Dordrecht, 2003, ISBN 90-6659-037-8; of kijk op <http://www.zegenendhelpen.nl/> voor meer informatie)." (zie Figuur 3)

### Ook lichamelijk herstel

In dit zegenen blijkt vaak dat de traumatische ervaringen van onverbondenheid zich ook aan bepaalde lichaamsdelen hebben gehecht. De confident ervaart tijdens het zegenen of tussen sessies in, 'ineens' iets in een bepaald deel van zijn of haar lichaam. Het lichaam geeft bijvoorbeeld een bepaalde herinnering weer. Het is van belang, dat een pastorale werker hier goed op in weet te gaan. In deze situatie kan een gecombineerde aanpak veel baat brengen: tegelijk met het geestelijk zegenen van de betreffende lichaamsdelen (ze hierbij tevens verbindend met het Leven van Jezus), ook werken met andere, meer lichaamsgerichte benaderingen. Voorbeelden van zulke meer lichaamsgerichte benaderingen heb ik onder meer gezien in de benadering zoals toegepast door Ger-



ard Feller van Stichting Promise, en in de Pesso-therapie. Téo van der Weele en ik gebruiken ook wel de metafoer van het 'lichtbad'. Jezus leerde dat we het nodig hebben ons geestelijk te laten beschijnen



Figuur 3 verbondenheid

met Zijn liefde (Joh. 15:9), zoals iemand die te weinig vitamine D heeft, baat heeft bij zich in het zonlicht te koesteren. Gods liefde reinigt en herstelt ons. In de Bijbel zien we dat God onze verlatingsangst kent (zie bijv. Ps. 27:7-10; 31:22a; ook 'van binnenuit': Matt. 27:46). De Bijbel spreekt wel over een doodsangst (zie Hebr. 2:15), die ons gevangen kan houden en kan drijven tot een leven waarin we continu gedwongen worden een rol te spelen, in plaats van onszelf te kunnen zijn. Het is dan de volmaakte, tedere, geheel onbaatzuchtige liefde die deze angst verdrijft (1 Joh. 4:18), zodat we vrij komen om God met plezier te dienen.

### (Verbetering van) Communicatie met God en anderen

Naast dit alles, is het dus ook belangrijk om de sociale en communicatie-vaardigheden verder te helpen ontwikkelen, en te oefenen met afstand en nabijheid in relaties. Dit kan soms ook zeer geschikt in

groepsverband gebeuren. Hiervoor zijn diverse cursussen beschikbaar, zoals de zogenoemde Gordon communicatie-cursussen (genoemd naar de ontwikkelaar Thomas Gordon). Het geeft echter een extra dimensie als dit in gemeentelijk verband kan gebeuren. Wat dat betreft is de gemeenschap van 'broeders' en 'zusters', die elkaar zegenend tegemoet treden en samen hun lijden én hun vreugde delen, onvervangbaar! Onlangs werd ik er weer extra bij bepaald hoe belangrijk het kan zijn dat juist mensen die veel onverbondenheid hebben ervaren, aangemoedigd worden om wel sociale contacten aan te gaan, ook al vinden ze dat moeilijk. Ook het aanleren van onderscheidingsvermogen: 'Hoe weet je of iemand al dan niet betrouwbaar is?' kan vaak wel enige begeleiding gebruiken. Leanne Payne beveelt mensen sterk aan om wat zij noemt: de tegenwoordigheid van God te beoefenen. Praten met God / Jezus over wat je beleeft en ook luisteren naar Hem, eventueel in een schrift of dagboek dingen opschrijven die je Hem verteld of gevraagd hebt, én wat je ervaren of in de Bijbel gelezen hebt als Zijn reacties daarop. Zó 'oefen' je jezelf in het horen van Zijn stem, en versterk je het ervaren van verbondenheid met Hem. Veel bezig te zijn met hoe Jezus met mensen omging (door het lezen en overdenken van hoe dat ging in de Evangeliën), heeft, zo merk ik, vaak ook een positief effect op de empathie met jezelf en anderen. Dit heeft natuurlijk ook een positief effect op de sociale verbondenheid.

### Wat vraagt dit van een pastorale werk(st)er?

Mensen begeleiden in het gaan ervaren van verbondenheid is een schitterende taak. Tegelijkertijd is het ook een taak die al te vaak niet goed begrepen is. Ik ben

veel mensen tegengekomen die enorm geleden hadden onder hun onverbondenheidservaringen. Dat was zo'n akelige wereld van gevoelens van pijn, eenzaamheid en hulpeloosheid geweest, dat ze die in feite niet onder ogen durfden te zien. Keihard gingen ze aan de slag om de wereld voor anderen beter te maken. Maar omdat ze daarbij hun eigen pijn als verborgen drijfveer hadden, konden ze niet echt open staan voor anderen en die anderen bekrachtigen. Wat ze met de beste bedoelingen van de wereld doorgaven, was helaas hun eigen onverbondenheid. Ik ken ouders, die als kind zich verworpen en verwaarloosd hadden gevoeld, en te vaak maar de straat op waren gestuurd met een appel in plaats van thuis een warm plekje te vinden. In een poging het in de opvoeding van hun kinderen echt anders te doen eisten ze van hun kinderen dat ze elke dag uit school linea recta naar huis kwamen 'om gezellig samen met het gezin thee te drinken'. Hierdoor voelden die kinderen zich echter als in een gevangenis, waar niet echt naar hen werd geluisterd. Tevens raakten ze geïsoleerd van hun leeftijdsgenootjes, waardoor ze ook minder sociale vaardigheden opdeden. Soortgelijke dingen heb ik ook in gemeenten en in de hulpverlening zien gebeuren.

### Eerlijkheid, inzicht en nuchterheid

We kunnen anderen niet goed helpen in verbondenheid zonder zelf onze eigen ervaringen van onverbondenheid onder ogen te zien. Alleen als we zelf door dat dal van eenzaamheid durven te gaan en ons kwetsbaar durven te maken, kunnen we ook dichtbij de ander komen en de ruimte hebben om werkelijk te luisteren<sup>18</sup>. Alleen zó kunnen we herstel van verbondenheid voorleven en doorgeven. Daarnaast is het belangrijk dat de hulpverlener / hulpverleenster oog heeft voor de drie dimensies van (on)verbondenheid: de biologische, de geestelijk / psychologische en de sociale (zie figuren 1 en 2). Dit helpt bij het zien wat de hulpvrager nodig heeft en hier gericht aan werken. Eén ding maant mij wel tot extra voorzichtigheid en barmhartigheid, en dat zijn de lichamelijke / fysieke gevolgen van vroege onverbondenheid (zoals de biologische gevolgen in de hersenen). Er zijn indicaties dat latere ervaringen van goede verbondenheid hier enig herstel in kunnen brengen, maar in ernstige situaties kan het zijn, dat we een situatie hebben die vergelijkbaar is met iemand die bijvoorbeeld aan kinderverlamming geleden heeft en daardoor nooit helemaal soepel kan lopen (tenzij God een wonder doet), ondanks de beste medische zorg. In dat soort situaties kan het enorm helpen als we gewoon naast de persoon in kwestie staan en helpen te aanvaarden wat (men-

selijkerwijs gesproken) niet te veranderen is.

### Conclusie en slotopmerkingen

In dit artikel heb ik laten zien hoe de bevindingen van veel verschillende onderzoekers, psychologen en pastoraal werkers in feite verschillende kanten van hetzelfde fenomeen zijn. Dit fenomeen kan samengevat worden in de stelling dat vroege ervaringen van goede verbondenheid een voorwaarde zijn voor geestelijke gezondheid en iemand in staat stellen om die verbondenheid ook weer door te geven aan de volgende generatie. Omgekeerd, leiden vroege ervaringen van onverbondenheid vaak tot ongezondheid en het (onbewust) doorgeven van die onverbondenheid, vaak ondanks de beste bedoelingen het anders en beter te doen. In Zijn Zoon Jezus Christus heeft God echter een weg gebaad om onze ervaringen van onverbondenheid te laten vervangen door ervaringen van verbondenheid op basis van Zijn tedere goddelijke liefde. Het is onze eigen verantwoordelijkheid om deze weg van herstel ook te zoeken, al hoor ik vaak van mensen die deze weg gaan dat ze achteraf zoiets zeggen als: "God trok aan me met Zijn liefde!" Dit is natuurlijk ook wat de Bijbel ons vertelt: "Zie, Ik sta aan de deur en Ik klop. Als iemand naar mijn stem hoort en de deur opendoet, Ik zal bij hem binnenkomen en maaltijd met hem houden en hij met Mij" (Openb. 3:20).

Mede door de diepe sporen die onverbondenheid in onze ziel én in ons lichaam (inclusief onze hersenen) achterlaten, is deze weg van herstel zoeken vaak een proces wat enig geduld en genade vergt, zowel van degene die het ondergaat als van pastorale begeleiders. Dit herstelproces is echter - hoe moeizaam ook - wel zeer de moeite waard, vooral als je begint te zien hoe barmhartig God erin aan het werk is. Door Zijn genade is er dan ook hoop voor kinderen die geboren zijn in een sfeer van onverbondenheid. Is Hij niet bij uitstek de God van wezen en weduwen?!

André H. Roosma

### Voetnoten:

- 1 In een eerdere editie van Promise werd in dit kader ook wel het woord 'bindingen' gebruikt. Ik gebruik het woord verbondenheid vooral waar het gaat om een relatie die door ware liefde wordt bepaald (waar de ene mens zich aan de ander openbaart als een goed en hem of haar erkent als een goed - om in Anna Terruwe's vocabulaire te spreken), en gebondenheid waar angst, wantrouwen en macht de bepalende factoren zijn. Ik moet bij 'verbondenheid' ook denken aan een schip, wat zijn plaats en koers op de wereld-

- zeeën kan bepalen via de radioverbindingen met de wal waarvoor de apparatuur er in de oorspronkelijke 'thuishaven' al is 'ingebouwd' (eventueel ook pas later in een andere veilige haven). Door deze verbindingen met de wal en met andere schepen kan het zijn doel veilig bereiken en in eventuele noodsituaties anderen te hulp roepen. 'Gebondenheid' is in deze vergelijking bijv. dat zo'n schip in een haven aan de wal vastgeketend blijft liggen, en 'onverbondenheid' een doelloos rondzwalken op de oceaan. In deze beide laatste situaties zal het zijn doel hoogstwaarschijnlijk niet bereiken. Veel meer materiaal over het onderwerp 'verbondenheid' vindt u op de website van de auteur: <http://www.12accede.nl/> Daar vindt u ook een wat uitgebreide versie van dit artikel, met meer bronverwijzingen (vooral die, welke beschikbaar zijn op Internet).
- 2 Zie o.m. de volgende boeken van Bowlby zelf: John Bowlby, *A Secure Base: Parent-child attachment and healthy human development*, Basic Books (Perseus), New York USA, 1988 / Routledge (Taylor & Francis Books Ltd.), 1988; ISBN: 0-465-07597-5. John Bowlby, *Verbondenheid*, Van Loghum Slaterus, NL, 1983.
  - 3 Allan N. Schore - sommigen gaven hem de bijnaam: De Amerikaanse Bowlby - heeft uitgebreid de invloed van goede vroege hechting op de ontwikkeling van de hersenen bestudeerd. Een goede, Nederlandstalige samenvatting van zijn bevindingen is weergegeven in de inaugurele rede van Marianne Riksen-Walraven bij de Faculteit der Sociale Wetenschappen van de Universiteit van Nijmegen, maart 2002: *Wie het kleine niet eert... - over de grote invloed van vroege sociale ervaringen*. Zie ook de artikelen van Jim Wilder (vertaling en bewerking: Gerard Feller) in eerdere edities van *Promise*.
  - 4 Zie onder meer de volgende artikelen: Peter Fonagy, 'Attachment in infancy and the problem of conduct disorders in adolescence: the role of reflective function', Plenary address to the International Association of Adolescent Psychiatry, San Francisco, Jan. 2000. Peter Fonagy, 'Transgenerational Consistencies of Attachment: A New Theory', paper to the Developmental and Psychoanalytic Discussion Group, American Psychoanalytic Association Meeting, Washington DC, 13 May 1999.
  - 5 Zie bijvoorbeeld de in noot 3 genoemde rede van Marianne Riksen-Walraven; i.h.b. p.6 en 7. En: Laurie Anne Pearlman, Karen W. Saakvitne, *Trauma and the Therapist - Countertransference and Vicarious Traumatization in Psychotherapy with Incest Survivors*, W.W. Norton & Company, New York / London, 1995; ISBN: 0-393-70183-2.
  - 6 Ik denk hierbij o.a. aan de volgende boeken: Anna A.A. Terruwe, *Geloven zonder angst en vrees*, Romen, Roermond, 1971. ISBN 90 228 5203 2. Anna A.A. Terruwe, *Geef mij je hand - over bevestiging, sleutel van menselijk geluk*, De Tijdstroom, Lochem NL, 1972. Anna A.A. Terruwe, *De liefde bouwt een woning*, J.J. Romen & Zonen, Roermond NL, 1971.
  - 7 De 'narratieve' stroming heeft ook - veel meer dan het modernisme - oog voor het relationele. Zie bijv. de quotes van K.J. Gergen, en M.M. Bakhtin in A. Lock: *Draft outline for a course on identity and self* (web-document).
  - 8 Leanne Payne heeft dit gezegd tijdens een Pastoral Care Ministry week. Zie echter ook haar boek: *Herstel van identiteit - door genezend gebed* (de Engelse versie heeft als subtitel: *De drie grote barrières op de weg naar persoonlijke en geestelijke vervolmaking in Christus*), Navigator Boeken, 2000; ISBN: 9070656957 (vertaling door Martin Tensen van: *Restoring the christian soul - through healing prayer* (Overcoming the three great barriers to personal and spiritual completion in Christ), Crossway Books, Wheaton Ill USA, 1991).
  - 9 Recent komt er steeds meer support voor het inzicht dat dissociatieve stoornissen gezien moeten worden als hechtingsstoornissen. Zie hiervoor o.m.: Peter Rober, *Dissociatie, Hechting en Therapeutische Verhalen: Een Casus*, web-artikel op de site van KERN - een Belgisch centrum voor psychotherapie en relatievorming. Peter Fonagy, Mary Target, George Gergely, 'Attachment and Borderline Personality Disorder: A Theory and Some Evidence', paper presented by Peter Fonagy as Visiting Professor of Psychoanalysis of the Michigan Psychoanalytic Institute, April 2-9 2000.
  - 10 Zie de referenties bij noten 2 t/m 4 en 12.
  - 11 De rol van verslaving in de dynamica zoals hier beschreven, komt duidelijk naar voren in: Colin A. Ross, 'Self-Blame & Addiction', *Paradigm*, Spring 2002, p.14,15,18.
  - 12 Zie bijv.: Jay Adams, 'Victim Issues Key To Effective Sex Offender Treatment', *Sexual Addiction and Compulsivity*, Vol. 10, Number 1, 2003.
  - 13 Betreffende deze 'herhalingsdrang' ('repetition compulsion' of 'the compulsion to repeat the trauma' of 're-enactment') verwijs ik naar de volgende artikelen: Bessel A. van der Kolk, 'The compulsion to repeat the trauma - Re-enactment, revictimization and masochism', in: *Psychiatric Clinics of North America*, Vol 12, Nr 2, June 1989, pp.389-411. En de referentie bij noot 11.
  - 14 Zie bijv.: Jacqui Saradjian (with Helga Hanks), *Women who sexually abuse children - from research to clinical practice*. Wiley Series in Child Care and Protection, Chichester GB / New York USA / etc, 1996. Kali Munro, 'Male Sexual Abuse Victims of Female Perpetrators: Society's Betrayal of Boys', web-article.
  - 15 Een goede inleiding over de contextuele benadering van Ivan Bösörményi-Nagy is te vinden in het artikel van Ammy Van Heusden: 'In het voetspoor van Nagy', in: D. Schlüter (red.), *In het voetspoor van Ivan Nagy*, Amsterdam, V.O. Cahier, 1990, p. 9-16. In Nederland zijn o.m. stichting ConPas en stichting Koinonia actief in contextueel pastoraat. Zie bijv. het artikel: 'Contextueel Pastoraat' op de website van ConPas. Een op de contextuele visie gebaseerd, goed toegankelijk boek vind ik o.a. dat van Hans Groeneboer: *Erf-goed - De bijl aan de wortel*, Koinonia; ISBN: 9076193037.
  - 16 Dat de mens is geschapen voor verbondenheid met God en met elkaar komt in de hele Bijbel en veel andere literatuur sterk naar voren. In de westerse, door het Griekse denken en de zogenoemde 'verlichting' (lees: God verlaten) beïnvloede maatschappij is het relationele echter naar de achtergrond gedrukt en het intellectuele denken van de mens meer op de voorgrond geplaatst. Anna Terruwe heeft scherp laten zien hoe dit tot psychische ziektebeelden heeft geleid. In zijn boek *Verbondenheid* (Navigator Boeken / Medema, Driebergen / Vaassen, 1998) geeft Larry Crabb aan hoe de Gemeente weer een heilzame gemeenschap kan worden, waar verbondenheid mensen op hun plek laat komen.
  - 17 In haar boek: *Trauma en herstel - de gevolgen van geweld van mishandeling thuis tot politiek geweld* (hoofdstuk 3, 'Verlies van verbondenheid', p.75), schrijft Judith Lewis Herman: *Traumatische gebeurtenissen tasten fundamentele menselijke relaties aan. Ze maken inbreuk op familie-, vriendschaps-, liefdes- en gemeenschapsbanden. Ze brengen ernstige schade toe aan de structuur van het zelf dat in relatie met anderen wordt gevormd en in stand gehouden. Ze ondermijnen de geloofsystemen die zin geven aan de menselijke ervaring. Ze schenden het vertrouwen van het slachtoffer in een natuurlijke of goddelijke orde en leiden tot een existentiële crisis*.
  - 18 Naar mijn observatie heeft iemand alleen vanuit een diepe verbondenheid de ruimte en vastigheid om een ander zó te bevestigen dat deze zich veilig en verbonden kan gaan voelen en de pure en tedere liefde die van Gods hart uitvloeit kan 'pakken' - wat nodig is om zichzelf als 'verbonden' te gaan ervaren. Ook in de goed-geïnformeerde seculiere psychologische benadering is er veel oog voor verbondenheid en ruimte voor de afhankelijkheid en waardigheid van de confidant en zijn of haar veiligheid. Je ziet dan wel een hierop gerichte, gefaseerde benaderingswijze aanbevelen en toegepast worden. Zie hiervoor bijv.: Kathy Steele, Onno van der Hart, Ellert R.S. Nijenhuis, 'Dependency in the Treatment of Complex Posttraumatic Stress Disorder and Dissociative Disorders', *Jl of Trauma and Dissociation*, 2 (4), p.79-116. Bessel A. van der Kolk, 'The assessment and treatment of complex PTSD', Chapter 7 in: Rachel Yehuda (ed.), *Traumatic Stress*, American Psychiatric Press, 2001. Zie ook de opmerkingen en literatuur bij noot 9. In hun daar genoemde artikel zeggen Peter Fonagy et al heel treffend dat het reflectief kunnen nadenken over de (on)juistheid van beweegredenen achter het eigen handelen en dat van de ander (samengevat tot 'mentalizatie'), alleen geleerd kan worden in de context van een hechtings- (of: verbondenheids-)relatie.

# Christelijke assertiviteitstraining

**Vanaf 13 september t/m 29 nov 2004 in het therapeutisch centrum te Oudewater op 10 maandagavonden van 19.30-22.00 uur.**

De cursusleiding bestaat uit Lourens en Wolly Touwen, psychiatrisch verpleegkundige en gesprekstherapeut en Gerard en Coby Feller, psychosomatisch fysiotherapeut en pastoraal therapeut.

## Assertiviteit

Het Engels kent in tegenstelling tot het Nederlands een werkwoord "to assert" wat volgens het woordenboek betekent: jezelf kenbaar maken, voor jezelf opkomen, je emoties tonen, voor je rechten opkomen, duidelijk je eigen mening zeggen. "Nee" durven zeggen zonder je schuldig te voelen, keuzes kunnen maken, risico's durven nemen. Uiting durven te geven aan gevoelens van vriendschap, liefde en genegenheid maar ook negatieve emoties durven te uiten bijvoorbeeld door nee te zeggen zonder je schuldig te voelen.

Assertief zijn betekent ook vrijmoedig zijn. Het uitgangspunt van assertiviteit en christen zijn is dat je verantwoordelijk



bent voor je eigen gedrag, dat jij verantwoordelijk bent aan je Schep- per. Hij bepaalt uiteindelijk wat goed en slecht is, niet je omgeving. Assertief zijn betekent dat je, je niet op een negatieve manier laat beïnvloeden door wat anderen van je denken of door wat je denkt dat anderen van je denken. Subassertieve mensen denken en handelen in zekere zin oneerlijk, door te zwijgen of mee te praten met de ander. Natuurlijk heeft een ieder het recht om te zwijgen, als het dan maar duidelijk is dat hij of zij zwijgt. Subassertieve mensen draaien, met hun zwijgen, om de waarheid heen en komen niet op voor zichzelf terwijl ze dat diep in hun hart wel zouden willen. Hij/zij zwijgt terwijl hij/zij wil praten. Hij/zij zou zelf zo graag aandacht willen, maar durft dit niet

te uiten. Hij/zij besteedt daarom maar veel zorg aan dat wat anderen willen. (Nico van der Voet)

Assertief zijn betekent dus niet dat je geen ja meer mag zeggen. Als je aan een verzoek wilt voldoen is dat uitstekend. Vaak durven we geen nee te zeggen uit angst om ruzie te krijgen, mensen te verliezen, onszelf schuldig te voelen enz. Als je jezelf altijd wegcijfert blijft er niets van jezelf over. Dit is niet goed voor jezelf maar ook niet voor een ander. Als iemand je een verzoek doet is het belangrijk goed te luisteren naar wat de ander zegt. Bedenk of je meteen wilt weigeren of dat je de beslissing wilt uitstellen. Wees duidelijk in wat je besluit, als je weigert zeg dan duidelijk nee. Vertel eventueel waarom je nee zegt. Herhaal bij aandringen je weigering. Blijf consequent, tenzij je van mening verandert. Het tegenovergestelde van subassertief gedrag is agressief gedrag. Agressief betekent wel voor jezelf opkomen, maar op een vervelende manier. Je snoert anderen de mond of maakt ze belachelijk. Het lijkt op autoritair gedrag. Je komt voor jezelf op door anderen onnodig te kwetsen.

In de cursus die uitgaat van een Bijbels mensbeeld komen zaken aan de orde zoals:

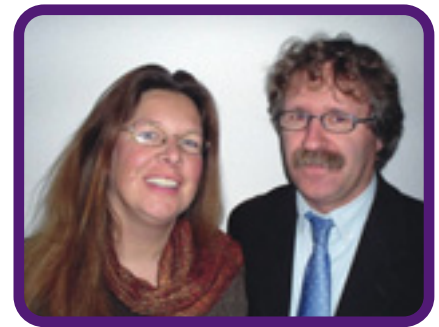
- Je identiteit als Christen;
- Hoe kan ik voor mezelf opkomen en wat is het verschil met "de onderste weg gaan";
- Hoe leer ik sociale vaardigheden en non verbale communicatie;
- Hoe kan ik spanningen in het samenleven met anderen onder controle krijgen en houden?;
- Hoe ga ik om met mijn gevoelens en de gevoelens van anderen?
- Hoe leer ik op de juiste wijze als Christen te communiceren en grenzen te stellen?
- Hoe ga ik om met agressiviteit.

De leermethodes voor deze training zijn:

- Verschillende soorten rollenspelen,
- Bijbelse voorbeelden en mogelijkheden voor oefeningen,
- verbale en non- verbale communicatie training,
- ontspanningstechnieken , groeps- gesprekken,
- bijbelstudies en huiswerkopdrachten.

In sommige lessen wordt gebruik gemaakt van videotraining.

Iedere les bestaat uit een theoretisch gedeelte waarin verschillende hulpmiddelen die tot een betere assertiviteit leiden



besproken en beoefend worden. En na de pauze in de subgroepen worden praktische situaties geanalyseerd, besproken en beoefend. Ook komt iedere les een oefening in christelijke identiteit terug. Bij de cursus hoort een uitgebreid (153 blz) cursus-en werkboek wat in de loop der jaren aangepast is aan de ervaringen van de cursus.

Voordat men op deze cursus kan inschrijven, dient er een intakegesprek plaats te vinden, waarin er wederzijds afgestemd wordt of de cursus wel voor u geschikt is, en verder wordt de motivatie getest om daadwerkelijk in de praktijk ook met deze cursus van 10 avonden te doen (U kunt zich Inschrijven of meer info vragen via tel. 0348-563968)

De geplande lesavonden voor het najaar 2004 zijn:

- 13,20,27 september 2004
- 4, 25 oktober 2004
- 1,8,15,22,29 november 2004

De cursuskosten bedragen inclusief intake en uitgebreide cursusmap € 293 (alleen voor particulieren) te voldoen vóór aanvang van de cursus op bankrek. 35.23.13.498 tnv G.P.M. Feller te Oudewater ,veelal vergoeden bedrijven en instellingen deze cursus (kosten € 588)

Stuur ons een email via [info@pastoraat.com](mailto:info@pastoraat.com) voor meer informatie of om u op te geven voor de cursus, of bel telefoon 0348-563968

# Praktijk “Heel de Mens” orga Themadag Chronisc

Door **Gerard en Coby Feller**, psychosoma-  
tisch fysiotherapeut en pastoraal thera-  
peut en psychosomatisch oefentherapeute.

**Op zaterdag 11 september**

Plaats: Therapeutisch Centrum Oudewa-  
ter, Lange Burchwal 80, 3421 SM Oude-  
water

Tel.0348-565451 info@pastoraat.com

Veel moderne ziektes kunnen lang niet  
meer verklaard worden op de manier  
waarop men vroeger dacht over gezond-  
heid. Neem bijvoorbeeld Burnout en R.S.I.  
(Repetitive Strain Injury). Het zijn klach-

ten, die het grootste  
ziekteverzuim in het  
Westen veroorzaken!

Burnout en R.S.I.  
komen juist vaak  
voor bij harde wer-  
kers, die regelmatig  
psychische- en ver-  
moeidheidsgrenzen

onverantwoord verleggen; een bekend  
verschijnsel in onze stressrijke samenle-  
ving. (Nederland kent gemiddeld de hoog-  
ste werkdruk van alle westerse landen)  
Vanuit een ‘holistisch’ mensbeeld zou  
R.S.I. veel meer als een neurologische sys-  
teemziekte in combinatie met een psycho-  
sociaal, geestelijk probleem gezien moe-  
ten worden

Veel chronische klachtensyndromen zoals  
fibromyalgie, ME (vermoeidheidssyn-  
droom) Burn out, chronische overspan-  
nenheid vormen de hoofdzaak van de  
bijna één miljoen arbeidsongeschikten in  
Nederland. Door jarenlange bewegingsar-  
moede en psychische- en geestelijke over-  
belasting kunnen zo klachten ontstaan,  
die betrekking hebben op de  
spieren/pezen (orthopedie) en zenuwsys-  
temen, zowel het bewuste-, als het onbe-  
wuste of vegetatieve zenuwstelsel en het  
immuunsysteem. Maar zeker ook emotio-  
nele klachten, psychische druk en geeste-  
lijke problematiek zijn een deel van de  
klachten..

Mensen genezen dan ook niet snel met  
even een periode van rust, zoals veelal  
vanuit een mechanisch denken voorge-  
schreven wordt. Een diagnose, die alleen  
neurologisch of orthopedisch of psycholo-

gisch gesteld wordt, zal tekort schieten.  
Vaak worden patiënten van de neuroloog  
naar de reumatoloog gestuurd, die op zijn  
beurt weer zegt dat het een neurologisch  
probleem is. Men zal veeleer een holisti-  
sche aanpak naar geest, ziel en lichaam  
nodig hebben, om tot herstel te komen.

Niet alleen R.S.I klachten maar ook fibro-  
myalgie, 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  
patiëntengroe-  
pen een strijd of

hun klachten nu van puur lichamelijke  
aard zijn of een psychogene oorzaak heb-  
ben. Velen proberen angstvallig hun pro-  
blematiek alleen vanuit een fysieke patho-  
logie te verklaren, omdat de psychogene  
en geestelijke facetten van het probleem  
vaak in de taboesfeer liggen en velen  
ervaren dat hun overigens reële (licha-  
melijke) klachten niet serieus genoeg  
benaderd worden door hulpverleners.  
Soms zijn er mensen die hun klachten  
somatiseren, verpsychologiseren of ver-  
geestelijken. Allemaal voorbeelden van  
een eenzijdige, probleemveroorzakende  
benadering van hun klachten.

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 we  
ons deze ‘bedreigende’ 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 dr Sarno creeërt 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 zelfkwelling-  
gen voor slechte gedachten en schuld.  
Maar je zou kunnen zeggen: het zijn spe-  
lers in een strategie, die er op gericht is de  
aandacht op ons lichaam te richten om  
aan gevaarlijke gevoelens in ons onbewus-  
te te ontsnappen.

Het onbewuste is vaak onlogisch en irra-  
tioneel, het reageert vaak direkt. Veel  
mensen kiezen, als ze de keuze hadden  
tussen het oplossen van moeilijke geve-  
lens en intense lichamelijke pijn, voor het  
eerste. Dat is logisch, maar het emotionele  
systeem reageert niet altijd zo logisch,  
maar meer vanuit patronen en leerproces-  
sen en patronen vanuit het verleden. Dit  
wordt niet veranderd door psychofar-  
maceutische geneesmiddelen. Men veran-  
dert deze processen niet door de chemie  
van de hersenen te beïnvloeden, dit is een  
symptomatische behandeling.

Mindbody of psychosomatische sympto-  
men dienen een bepaald doel. Als je dit  
alleen symptomatisch behandelt, zullen  
de geest en het brein van de mens een  
ander symptomatologie produceren.

## **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 dit



# niseert: he (Pijn) klachten



kader te zijn. (Gen.1:26 en 2:7; 2.Tim.3:16, 1.Thes.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 Rom 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 lichamenlijk welzijn: Spr.3:5-8 "Vertrouw op de Here met uw ganse hart, en steun op uw eigen inzicht niet. Ken hem in al uw wegen, 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 lavenis voor uw gebeente."

## Het (her)krijgen van controle

Door welke bril bekijkt iemand zijn klachten en ziekte? Iemand zal stress ervaren

bij een situatie die getaxeerd wordt als een dreiging, een verlies of een uitdaging. Is er bij de stressoren sprake van klachtgerelateerde factoren zoals pijn, functionele beperkingen, verminderde sociale participatie of zijn het meer stressoren die te maken hebben met de leefwereld, zoals bijvoorbeeld een overladen dagprogramma? Verder kun je onderscheid maken tussen de primaire taxatie van een situatie, hierbij beoordeelt men razendsnel of het een potentieel (fysieke) dreiging betreft. Verder is de ziekmakende reactie afhankelijk van de secundaire taxatie, de is de verfijnde uitwerking van de situatie, wat denk je dat je er tegen kunt doen, niets of van alles? Wat schat je in aan coping bronnen? Doorgaans is coping zowel gericht als op het probleem als de emoties. Door heftige emoties kan het probleemoplossend vermogen gestoord worden. Bij probleemgeoriënteerde gedragsmatige coping zal iemand informatie inwinnen, plannen maken, met anderen overleggen enzovoort. Het herkrijgen van controle over problematische situatie is bij gedragsmatige coping dan in het algemeen

gunstig, en daardoor wordt de dreiging minder. Deze vorm van coping is echter ongunstig als de psychofysiologische kosten groter zijn dan de baten. Als het moeten uitoefenen van controle moeilijk is en veel mentale of fysieke inspanning kost leidt deze copingvorm juist tot een verhoogde zenuwirritatie. (Dantzer 1993)

U begrijpt dat het niet de bedoeling is om deze chronische ziektebeelden in

een dag te genezen, dat is naar de mens bekeken onmogelijk het is ook niet de bedoeling alleen op de klachten te focussen. We willen vooral zoeken naar wat nog wel kan, op het participatieniveau en cognitieniveau, dat wil zeggen hoe denkt en ervaart u uw klachten, zijn die denkbeelden juist en helpen ze u om meer herstel van controle te krijgen.

Op deze dag proberen we meer in 'de breedte' te kijken naar chronische (pijn)klachten. Hebt u de neiging u probleem te 'psychosocialiseren', te 'vergeestelijken' of te 'somatiseren'. Door middel van testen, vragen en interactieve studies kunt u een indruk krijgen hoe u nog beter tot een goede afstemming kunt komen vanuit een Bijbels holistisch model. Om zo opnieuw te focussen naar een juiste balans en een goede strategie van aanpak. Uw klachten zullen na deze dag niet allemaal verdwenen zijn, maar een hernieuwde oriëntatie kan soms weer moed geven, om nieuwe wegen te bewandelen in chronische problematiek.

### Programma:

|              |  |
|--------------|--|
| 10.00-10.30  | Inleiding, voorstellen.  |
| 10.30-11.00  | Invullen diagnostische vragen en klachtenlijsten.  |
| 11.00-12.15  | Interactieve studie Bijbels mensbeeld in relatie met chronische pijn, met praktijkvoorbeelden.           |
| 12.15-13.15  | Uitgebreide lunch/pauze.   |
| 13.15- 14.45 | Lichaamsgerichte testen (lichaamsschema's en conditie) en oefeningen met betrekking tot chronische pijn. |
| 14.45- 15.00 | Koffie/theepauze   |
| 15.00-16.00  | Interactieve studie: Holistisch omgaan met chronische (pijn)klachten, met praktijkvoorbeelden.           |
| 16.00-16.15  | Evaluatie afsluiting.  |

Kosten: € 40.- inclusief uitgebreide syllabus, lunch en koffie en thee  
Bij opgave krijgt u een kort vragenformulier dat ingevuld dient te worden en opgestuurd vóór aanvang van deze dag. Soms wordt vergoed de ziektekostenverzekeraar of werkgever een deel van deze kosten. (van te voren aanvragen!)

# Beperkt opvoedingsresultaat

“Jezus de leid-  
man, de voleinder  
van het geloof, die,  
om de vreugde welke  
vóór Hem lag, het  
kruis op zich geno-  
men heeft..

Opvoeden in het geloof kan niet zonder dat we gebruik maken van de Bijbel. Met deze artikelenserie proberen we bijbelse gegevens over opvoeding te vertalen naar de praktijk van alle dag. Soms gebeurt het dat we in het uitleggen van Gods Woord pijnlijk worden geconfronteerd met eigen motivaties en gedragingen. Dat blijkt ook wel uit de voorbeelden die ik in deze reeks artikelen over mezelf of mijn gezin geef. Dat zijn niet altijd de voorbeelden waar ik trots op ben. Maar ik hoop dat daardoor duidelijk wordt dat ieder van ons zijn best doet in het opvoeden en toch niet perfect is. Echter, de gedachte dat er overal wel iets mis gaat ontslaat ons niet van de verantwoordelijkheid om elkaar te wijzen op onze manier van opvoeden. Ik ga u heus niet voorschrijven hoe u uw kinderen moet gaan opvoeden. De eerste verantwoordelijkheid daarin ligt immers bij de opvoeder zelf. Toch is opvoeden vanuit bijbelse optiek geen privé-zaak waar niemand zich mee mag bemoeien. Als gemeente hebben we namelijk de taak om op elkaar te letten, Gods Woord als een spiegel te laten fungeren, elkaar te vermanen waar nodig is en elkaar te bemoeiden in de geestelijke strijd.

## Opvoeden met lange termijn visie

Aan dat laatste, de geestelijke strijd, wil ik graag nog wat meer aandacht besteden. Naar aanleiding van het vorige artikel

over “opvoeden met lange termijn visie (1)” vertelde een ouder mij dat ze tot de ontdekking was gekomen dat de moeite die ze ervoer in de opvoeding, meer een strijd was omwille van haarzelf dan omwille van haar kinderen. Het was voor haar een openbaring om te ontdekken dat ze nog nooit had gedacht aan een lange termijn doelstelling in het opvoeden van haar kinderen. Alles wat ze tot nu toe had gedaan was er op gericht geweest om met zoveel mogelijk gemak en zonder al teveel moeite de kinderen groot te brengen. Dat betekende in de praktijk dat alles gericht



was op de korte termijn. Nog nooit had ze een bewust doordachte beslissing voor een van haar kinderen genomen op basis van eventuele consequenties van die beslissing op de langere termijn. Nooit eerder had ze de vraag gesteld: wat is het

gevolg hiervan voor mijn kind als hij / zij straks zelfstandig in de wereld staat?

## Een voorbeeld: conflicten

De Amerikaanse christen-psycholoog Larry Crabb slaat de spijker op de kop als hij zich afvraagt of het verlangen dat ons kind gaat groeien naar het beeld van Christus, groter is dan het verlangen om onze eigen gevoelens te bevredigen. Het is bijvoorbeeld gemakkelijk (en op korte termijn misschien effectiever) om het kind de mond te snoeren bij een conflict en de wil van de opvoeder door te drukken. Het gevolg is echter dat het kind van huis uit nooit zal leren om met een meningsverschil om te gaan. Als het groter is geworden, is alleen zijn eigen mening belangrijk. Daarentegen is het veel moeilijker om bij een conflict ruimte te geven aan de gevoelens van een kind, om erachter te komen waarom een kind ergens een punt van maakt, en in gesprek te raken over zijn motivatie en op basis daarvan een beslissing te nemen. Alleen al de tijd die we daar als opvoeder voor moeten nemen (want er moeten nog

zoveel andere dingen gebeuren) kan ons frustreren. Natuurlijk moeten we als ouder ook duidelijk zijn, en soms heeft een gesprek of discussie totaal geen zin. Maar wanneer het zo is dat onze eigen gevoelens belangrijker zijn dan die van

# zonder lange termijn visie (2)



## Een praktijkvoorbeeld: volharden door lange termijn visie

Enige weken geleden sprak ik een ouderpaar met een hyperactief kind. Het gedrag van hun zoontje Erwin dreef hen regelmatig tot wanhoop (Erwin is een verzonnen naam, de ouders behoren niet tot onze gemeente).

Regels en grenzen

werden continu overtreden. Ze hadden van alles geprobeerd: het negeren van het negatief gedrag, streng aanpakken bij een onaanvaardbare houding, isoleren tijdens ongecontroleerde uitbarstingen en hardop bidden wanneer hij niet wilde luisteren. Sinds kort kregen ze deskundige hulp. Hoewel de nieuwe aanpak steeds meer grip gaf op de opvoeding van Erwin stonden ze nog erg sceptisch tegenover een verbetering op de lange termijn. Ze hadden niet zoveel vertrouwen meer in de gehoorzaamheid van hun kind en zelf waren ze uitgeblust geraakt na zoveel (in)spanning.

We bespraken met elkaar hoe zij zouden kunnen volharden in deze strijd. Mijn gedachten gingen toen onder andere terug naar mijn jeugd, een periode waarin ik veel aan sport heb gedaan. In gedachten zag ik mezelf weer judoën.. Vijf minuten lijken weinig, maar ze zijn loodzwaar wanneer er een explosie plaatsvindt van kracht en energie: een ware uitputtingsslag! Soms gaf ik in een gevecht zoveel van mezelf dat ik me afvroeg hoe ik in de laatste minuut van de strijd staande kon

blijven. Daar had ik allerlei trucjes voor: defensief judoën (met kans op strafpunten), de tegenstander afleiden met allerlei schijnbewegingen of zo snel mogelijk het grondgevecht aangaan. Maar wat mij het meest hielp tijdens die zware momenten, was te denken aan datgene waar ik zo zwaar voor streed: de gouden plak door mijn blik vooruit te werpen kreeg ik nieuwe moed. Vooruitzien naar het uiteindelijke doel gaf mij nieuwe kracht.

Ik sprak met de ouders over dit beeld en gebruikte het om het bijbels begrip “volharden” toe te lichten. Samen lasen we onder andere Filipenzen 3:12-14: “Niet, dat ik het reeds zou verkregen hebben of reeds volmaakt zou zijn, maar ik jaag ernaar, of ik het ook grijpen mocht, omdat ik door Christus Jezus gegrepen ben. Broeders, ik voor mij acht niet, dat ik het reeds gegrepen heb, maar één ding doe ik: vergetende hetgeen achter mij ligt en mij uittrekkende naar hetgeen vóór mij ligt, jaag ik naar het doel, om de prijs der roeping Gods, die van boven is, in Christus Jezus”. De vraag die we ons toen stelden was deze: hoe kunnen we ons uitstrekken naar iets, hoe kunnen we naar iets jagen, als we niet weten wat er vóór ons ligt? De volgende vraag was: hoe zouden we Erwin over een jaar willen zien? Waarin herkennen we bij hem nu reeds iets van het beeld van de gezindheid van Christus? Hoe zou hij over een jaar kunnen zijn als we dat proberen te stimuleren? Er volgden nog meer vragen die er op gericht waren om visie te ontwikkelen voor Erwin en die de ouders beter in staat stelden om de tweede mijl te gaan “...maar hetgeen wij bereikt hebben, in dat spoor dan ook verder!” (Fil. 3:16).

## Lange termijn visie: een goddelijk principe

Ik heb me wel eens afgevraagd hoe het kan dat de Here God nog steeds met ons mensen bezig is. Hoe bestaat het dat Hij, nadat de mens Hem zo heeft afgewezen, Zijn Hand naar ons uitstrekt. Waar ligt het geheim van het feit dat Hij trouw is aan Zijn belofte dat Hij ons niet zal verlaten en begeben, ook al maken we er soms een potje van? Zal

ons eigen kind, doen we geen recht aan hoe de Bijbel spreekt over opvoeding.

## Geen lange termijn visie zonder pijn lijden

In het vorige artikel hebben we gezien dat het opvoedingsdoel, groeien in Christus, wordt verbonden met strijd en weeën. Die strijd is niets anders dan de pijn die we bij onszelf ervaren wanneer we eraan werken dat de Here Jezus in ons kind gestalte kan krijgen. De strijd heeft te maken heeft met investeren, de tweede mijl willen gaan en beslissingen nemen die op langere termijn beter zijn voor het kind. De pijn is een niet te ontkomen gegeven wanneer we het juiste voorbeeld willen geven aan onze kinderen.

Wanneer we een visie ontwikkelen voor de opvoeding zonder de bereidheid om pijn te leiden, willen we hetzelfde als een marathon lopen zonder af te zien. Wanneer de apostel Paulus spreekt over de ‘marathon van ons leven’, dan zegt hij dat we die met volharding moeten lopen en ons oog gericht moeten houden op “Jezus de leidman, de voleinder van het geloof, die, om de vreugde welke vóór Hem lag, het kruis op zich genomen heeft...” (Hebreeën 12:2). Toegroeien naar de Here Jezus kan alleen door te volharden, doorzettingsvermogen te creëren en ons kruis te dragen zoals Hij dat ook voor ons heeft gedaan. Ook daarom is die lange termijn visie in het opvoeden noodzakelijk. Het is de enige manier om met volharding het opvoeden in het geloof vol te houden. Samengevat kunnen we zeggen dat opvoeden een moeizaam en soms pijnlijk proces is dat alleen maar is vol te houden wanneer we het eindresultaat, het openbaar worden van Christus in het leven van ons kind, steeds voor ogen houden.





dat te maken hebben met het principe van de lange termijn visie? De momenten dat de mens niets met God te maken wilde hebben waren talrijk. Toch brak Hij niet met ons. Zou God op dat moment vooruit hebben gekeken en gedacht hebben aan



Zijn Geliefde Zoon Jezus Christus? Zou het kunnen zijn dat God een plan met ons aan het uitvoeren is en dat Hij telkens vooruit ziet om te volharden in het werk waar Hij mee bezig is? Volmaakt zijn we niet, en toch ziet Hij ons als volmaakt in Zijn Zoon. Laten we bedenken dat de Here God bezig is om ons te herscheppen naar het Beeld van Zijn Zoon. En laten we daarbij denken aan wat het Hem gekost heeft: aan de tranen in Getsemane, de verscheurende pijn in Zijn Vaderhart en de immense strijd die werd gevoerd toen Vader en Zoon voor een moment van elkaar werden gescheiden op Golgotha.



Zou God toen niet aan u en mij hebben gedacht en ons gezien hebben als een nieuwe mens hersteld naar Zijn evenbeeld?

Ik denk dat we in het opvoeden van onze kinderen te maken hebben met dit goddelijk principe: *opvoeden met een lange termijn visie kost strijd en pijn, maar het geeft ons tevens de volharding om Christus aan onze kinderen voor te stellen als de Schepster en Bewaarder van hun leven.* Dit is niet iets waartoe we zelf in staat zijn. Daarom mogen we onze Vader in de hemel vragen of Hij deze gezindheid in ons leven wil laten groeien, opdat onze kinderen mogen gaan proeven wie God is. Zullen we dat nu direct doen? Vraag het maar aan de Here of Hij u daarbij wil helpen. Als u het vraagt, zal Hij het zeker doen!



*Bart Broekman*

Getrouwd met Janine en vader van Elise (9) en Laure (4)  
en pastor van de Bethelgemeente te Drachten

1 Larry Crabb spark hierover in een lezing over "Omgaan met zonde en schuld" tijdens een congres in Nederland te Vianen onder het thema "Verlangen naar geestelijke groei", d.d. 6-8 juni 1996, georganiseerd door: de Stichting Grace Invest (BurghtNet-werk te Amerongen).

## Colofon

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

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

De stichting tracht dit doel te bereiken door:

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

b. Het publiceren via het blad Promise" van geschriften en of bijbelstudies met bovengenoemd doel, dit tevens via audiovisuele middelen aan een zo breed mogelijk publiek.

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

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

## Redactie

Gerard en Coby Feller, Oudewater  
drs. W.J. PijnackerHordijk

## Vormgeving en druk

Hoonte Bosch & Keuning, Utrecht

ISSN: 1383-0295

verschijnt 4x per jaar

Abonnement: minimaal €9,- per jaargang

## St.Promise

Lange Burchwal 80

3421 SM Oudewater

Tel. 0348 - 563359

Fax. 0348 - 563968

e-mail: [info@stichting-promise.nl](mailto:info@stichting-promise.nl)

internetpagina: [www.stichting-promise.nl](http://www.stichting-promise.nl)

Rabobank: 39.16.83.071

Postbank: 4906197

## Voor België:

jaarrekening abonnement minimaal €9,

Belg.Post.Rek.Nr. 000.16.92.998-57

St.Promise

Lange Burchwal 80

3421 SM Oudewater, Holland

Losse nummers €2,50



9 771383 029001