

Promise

Voor bijbels denken in de (gezondheids)zorg 20e jaargang nr. 1 (januari 2004)

In dit nummer

Bijna dood ervaringen
Rouw en verlies
Bindingen
Cursussen en activiteiten



De Bijna-dood-

“Toen ik dit verhaal voor het eerst hoorde was ik nogal sceptisch”

Het verhaal van Dan

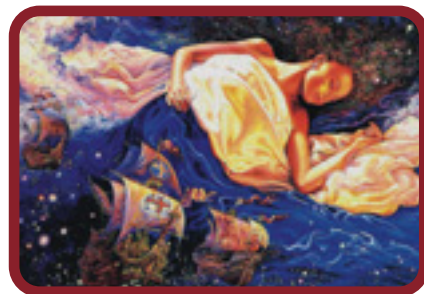
Dan was een extroverte, getalenteerde jongeman. Je zou denken dat hij erg populair was. Sommige mensen echter hadden bedenkingen tegen zijn manier van leven. Uiteindelijk verliet hij zijn geboorteplaats en trok in bij een gemeenschap praktiserende homoseksuelen. Omdat hij vrij actief in zijn seksleven was en niet altijd ‘veilige’ seks bedreef kreeg Dan gonorrhoe. Zijn behandelend arts stelde twee behandelmethodes voor: of tien dagen antibiotica of een injectie met een grote dosis ineens. Dan koos voor het laatste. Nadat hij de injectie ontvangen had kreeg hij gelijk ademhalingsproblemen. Al gauw kreeg hij een anafylactische shock en stierf. Hij had geen pols of hartslag meer, zijn electrocardiogram was vlak. Nadat alles zwart werd zag Dan zichzelf op de grond liggen, terwijl de dokters en de zusters wanhopig probeerden hem weer tot leven te wekken. Hij zag een lange donkere tunnel, waarin hij meegezogen werd. Voordat hij de tunnel inging trok zijn hele leven aan hem voorbij. Zijn overleden grootouders die hem opgevoed hadden, kwamen op dat moment naar hem toe en uitten zijn liefde voor hem. Na een tijdje in de donkere tunnel zag Dan een licht dat steeds helderder werd, waar hij naartoe getrokken werd. Uiteindelijk verliet hij de tunnel en bevond zich in een heel mooie tuin waar een hek hem verhinderde verder te gaan. Intussen kwam er een schitterend licht wat warmte uitstraalde aan de andere zijde van het hek; het voelde liefdevol en vredig aan. Dan wist dat de bron van dit licht Jezus Christus was. Hij wilde naar het licht gaan maar het hek hield hem tegen. Hij hoorde een stem die vanuit dat licht kwam en zei: “Het is nog niet de tijd om in mijns Vaders koninkrijk binnen te gaan. Ga terug en verheerlijk me”. Op dat moment kwam

Dan weer bij, terug in zijn lichaam, nu niet langer een man die voor zichzelf leefde, maar een gelovige in Christus. Vanaf dat moment verliet hij zijn homoseksuele levensstijl en sloot zich aan bij een sterk betrokken christelijke gemeenschap. Tot de dag van vandaag dankt Dan God voor de nieuwe kans die hij gekregen heeft om volgens Zijn plan te leven en niet door lichamelijke begeerten.

“Toen ik dit verhaal voor het eerst hoorde was ik nogal sceptisch”, zei J. Yamamoto, een van de uitgevers van Christianity today, “vóór die tijd had ik veel New Age verhalen gehoord van bijna dood ervaringen (BDE). Ik realiseerde me dat mijn denken over dit onderwerp flinterdun was. Het was alleen gebaseerd op de grote belangstelling van de new age beweging en mijn afkeer daarvan. Één van de vragen die in me opkwam was: waarom zou Christus een boze geest toelaten Hem te imiteren met het doel Dan in zijn koninkrijk te brengen?”.

Elementen van BDE

Christenen zijn niet de de enigen met BDE. De meeste medici en wetenschappers geloven dat deze ervaringen veroorzaakt worden door drugs, een gebrek aan



zuurstof, een geweldige psychologische stress, waardoor mensen gaan dromen of hallucineren en denken een BDE te heb-

ben. Misschien zijn onze westerse rationale gedachten vooringenomen, net als met mensen die beweren UFO's en aliens te hebben gezien, of is het onderwerp 'dood' een taboe voor de westerling geworden. Toch is het ook voor christenen van belang dit verschijnsel te begrijpen en zo ook op een juiste wijze het evangelie te delen met mensen die een BDE hebben gehad. Een van de eerste boeken (zo'n 25 jaar geleden), die BDE rubriceerden was een boek van Raymond Moody namelijk: Life after Life. Hij beschreef hierin 15 elementen van BDE:

- 1) Onuitsprekelijkheid
Mensen die een BDE hebben doorgemaakt zeggen geen woorden te hebben om nauwkeurig te beschrijven wat er met hen gebeurd is.
- 2) De doodsverklaring horen
Veel van hen verklaren dat ze een medicus hen dood hebben horen verklaren. Voor diegenen die rondom hen staan wijzen alle lichaamstekenen erop dat ze dood zijn, maar zelf zijn ze zich ervan bewust in leven te zijn.
- 3) Gevoelens van rust en vrede
Veel mensen geven aan diepe gevoelens van blijdschap te ervaren. Alhoewel een levensbedreigende situatie normaliter vergezeld gaat met ernstige pijn, ervaren ze zelf een rustig en vredig gevoel.
- 3b) Naast de vredige en rustige gevoelens zijn er echter ook BDE die vaak taboe zijn, waar mensen het gevoel hebben door vreselijke gedachten in de hel gesleurd te worden.
De Duitse televisie heeft een paar jaar geleden hier een documentaire van gemaakt. Deze ervaringen worden echter weinig naar buiten gebracht (noot vertaler).
- 4) Een geluid
Velen horen een apart geluid dat ten

ervaring (BDE)

tijde van de dood of net ervoor verschijnt. In sommige gevallen kan dat geluid aangenaam zijn net als extatische muziek. In andere gevallen kan dit geluid grof en onaangenaam zijn, net als een voortdurend zoemen of dreunen.

- 5) De donkere tunnel
Velen geven aan door een donkere tunnel geduwd te worden, terwijl ze bovengenoemd geluid horen. Deze tunnel wordt vaak beschreven als een kooi, een riool, een trog of een vallei.
- 6) Buiten het lichaam
Velen herinneren zich hun lichaam apart van zichzelf gezien te hebben, ze 'keken' naar hun lichaam. Gevoelens die ze dan ervoeren waren verassing, paniek en een verlangen om weer terug te keren naar het lichaam.
- 7) Anderen ontmoeten
In veel gevallen ontmoetten ze andere spirituele wezens die bereid waren hen door de ervaring heen te helpen. De wezens varieerden van geliefden die pas waren dood gegaan tot onbekende doden of geesten die zich opwierpen als hun beschermeling
- 8) De aanwezigheid van het licht
Er waren er die spraken over een briljant stralend licht dat ze zagen, maar dat hun ogen geen pijn deed. Voor hen is dit stralende licht de uitstraling van een persoon die onweerstaanbare liefde en warmte communiceert met hen, niet door gesproken woorden maar door gedachten, over de betekenis van het leven.
- 9) De terugblik
Een aantal van hen beweerden dat ze in één moment hun hele leven aan zich voorbij getrokken zien hebben. Dit overzicht laat duidelijk het belang zien van liefde en begrip voor elkaar als elementen met een belangrijke betekenis voor het leven.
- 10) De grens of limiet
Sommigen geven aan dat ze ergens tegengehouden worden, hetgeen voorkomt dat ze verder gaan. Dit kan een schutting zijn of een deur, water of zelfs een denkbeeldige lijn.
- 11) Terugkomen
Iedereen met een BDE is klaarblijkelijk 'teruggekomen' maar dit wordt verschillend ervaren. Sommigen willen bij de aanwezigheid van het licht blijven. Anderen voelen zich verplicht om terug te gaan om hun werk af te maken. In alle gevallen is de terugkeer

door en vanuit de zwarte tunnel weer terug, bijna ogenblikkelijk.

- 12) Aan anderen de BDE vertellen.
Degenen die een BDE hebben meemaakt zien hun ervaring als een echte gebeurtenis, dus meer dan bijvoorbeeld een droom. Maar als ze merken dat anderen sceptisch zijn over hun buitengewone ervaringen, worden ze vaak terughoudend over de BDE; ze voelen dat het onmogelijk is hun ervaring op een juiste manier over te brengen.
- 13) Nieuwe inzichten over de dood
Velen van hen vrezen de fysieke dood niet meer, maar ze zoeken het zeer zeker ook niet. Meestal zien ze de dood als een overgang naar een andere staat van leven. Om in deze nieuwe staat 'binnen te treden' is geen oordeel of uitdelen van beloning of straf in hun ervaring nodig.
- 14) Bevestiging
Opmerkelijk is dat sommige onafhankelijke verhalen van mensen die in leven bij een BDE van iemand waren, hun getuigenis achteraf in details kunnen bevestigen (zoals bijvoorbeeld de details in de operatiekamer). Alhoewel dit geen bewijzen zijn voor het leven na de dood, zijn het belangwekkende feiten bij de bestudering van BDE.

Als we deze verschijnselen vergelijken met de ervaringen van Dan, dan moeten we concluderen dat Dan een echte BDE heeft gehad hoewel hij niet alle symptomen van een BDE ervaren heeft. Zo heeft hij bijvoorbeeld geen geluid gehoord. Overigens komt het wel voor dat mensen met een BDE al de bovengenoemde symptomen ervaren hebben. Een ander verschil is het tijdspad waarin dingen ervaren worden. Dan geeft aan door een tunnel te gaan nadat hij zijn leven aan zich voorbij ziet gaan terwijl Moody dit andersom beschrijft. Moody zegt dat welke ervaringen iemand bij een BDE beleeft afhangt van de diepte en de tijd dat iemand 'dood' was. In Dan's geval was hij ongeveer tien minuten dood hetgeen zou verklaren waarom hij zoveel van de symptomen ervaren zou hebben.

Verborgene Agenda

In 1969 kreeg Moody een dokterstitel in de filosofie aan de universiteit van Virginia, waarna hij begon aan zijn medische studie voor psychiater. In de zeventiger en

tachtiger jaren van de vorige eeuw was hij echter het meest druk met het verkondigen van zijn mening over BDE. In die tijd waren er ook bekenden van Moody die zich bezig hielden met thanatologie (de studie die zich bezighoudt met de dood en het doodgaan) zoals Elisabeth Kübler-Ross, de auteur van *On Death and Dying*. Moody, die opgegroeid was in de Presbyteriaanse kerk, probeerde de ervaringen ook een bijbels tintje te geven door bijvoorbeeld het gedeelte in de Bijbel waar Saulus Christus ontmoet in een verblindend licht, op BDE te betrekken. Nergens echter laat hij bij de ervaringen van mensen het oordeel en de genade van Christus aan het woord, maar stelt alles voor als een heerlijke plaats met een stralend licht. Later worden zijn bedoelingen duidelijker als hij citeert uit occulte oosterse boeken



zoals 'The Tibetan Book of the Dead' en de boeken van de 18-eeuwse Zweedse mysticus Emanuel Swedenborg. Vroegere vrienden van Moody zoals Tal Brooke (tegenwoordig een christelijke apoloog) herinneren zich dat Moody regelmatig in gesprek was met een bepaalde geest en zeer geïnteresseerd was in esoterische filosofieën en occultisme, hoewel hij dat in zijn boeken niet altijd aangaf. Nog duidelijker is zijn verbintenis met Elisabeth Kübler-Ross die het voorwoord schreef van 'Life after Life', een boek waarvan alleen al in USA 7 miljoen exemplaren verkocht zijn. Ze werkten nauw samen. In september 1976 onthulde Kübler-Ross dat ze verzeld werd van haar eigen persoonlijke geleide gids genaamd Salim. Dit bericht was een bevestiging voor haar volgelingen dat de boeken die ze over BDE geschreven had, van een bron van 'hoger bewustzijn' kwamen. Voor Christenen was het duidelijk dat ze zich met necromantie (verboden contact met doden) bezig hield. Beiden, Moody en Kübler-Ross, hielden zich dus bezig met 'nieuwe inzichten' die ze van geleidegeesten ontvingen.



Andere onderzoekers

Na het onderzoek van Moody en Kübler-Ross die, zoals gezegd, hun onderzoek gemengd hadden met syncretisme, spiritisme en de ontkenning van oordeel en genade, zijn er in de twintig jaar daaropvolgend vele anderen geweest, die gedeeltelijk hun voetsporen gevolgd hebben zoals Kenneth Ring, een psycholoog die schreef 'Life at Death: a Scientific Investigation of the near death experience' en de kinderarts Melvin Morse die in 1990 schreef 'Closer to the Light: Learning from the near death experiences of Children' (een bestseller). In the American Journal of Diseases of Children publiceerde hij een studie waarin hij probeerde te bewijzen dat niet drugs de oorzaak van BDE waren maar een natuurlijk psychologisch proces wat met doodgaan gepaard gaat. Dat gaf aan andere dan new age verklaringen ruimte voor onderzoek en aandacht. Later ging Morse BDE weer vergelijken met ervaringen in verschillende wereldreligies waaronder de christelijke (Paulus met zijn ervaringen binnen of buiten het lichaam). Tot nu toe moeten we de mogelijkheid in ons onderzoek open houden dat God in sommige ervaringen zou kunnen werken, maar moeten we alle interpretaties die de bijbelse leer expliciet of impliciet ontkennen, afwijzen.

Medische verklaringen: wetenschap of vooroordeel?

De medische en wetenschappelijke verklaringen nemen de claim van BDE, dat er een leven na de dood zou zijn, niet serieus. Hoewel hun verklaringen van BDE veelal uiteenlopen zijn de meeste erg sceptisch over BDE. Niettemin zijn er maar weinigen die ontkennen dat BDE geweldige psychologische gevolgen heeft. Hieronder enkele voorbeelden die dit fascinerende fenomeen willen verklaren.

1) LSD (Lysergic Acid)

Vele medici geloven dat BDE-hallucinaties zijn veroorzaakt door een of



meerdere psycho-actieve drugs. Vanwege de populariteit en het veelvuldig gebruik nemen volgens hen de BDE's toe. Het belangrijkste argument om LSD in verband met BDE te brengen is dat beiden een buitenlichamelijke en

religieuze ervaring hebben. BDE-aanhangers geloven hier niet in. Allereerst zijn de visuele hallucinaties van een LSD-ervaring niet consistent voor ieder mens. Bij LSD-ervaringen zijn de beelden en emoties vaak verward en bizar. BDE zijn juist vaak levendig en hebben vaak, en dat is belangrijk, overeenkomsten. Mensen met LSD -



ervaringen weten dat hun gevoel voor realiteit verstoord is, en ervaren de gebeurtenissen van een BDE als intens reëel.

- 2) Narcotica en (recreatieve) drugs Sommige sceptici van BDE suggereren dat andere drugs verantwoordelijk zouden zijn voor de psychologische fenomenen zoals drugs als narcotica, morfine, en heroïne omdat ze allemaal vreemde hallucinaties kunnen veroorzaken. Hoewel deze drugs ook hemelse en gelukzalige gevoelens kunnen opwekken wordt dit door anderen weer voor onmogelijk gehouden omdat bij morfine en heroïnegebruik veel bij-effecten optreden zoals misselijkheid, braken, slaperigheid, concentratieproblemen en zelfs gezichtsproblemen, zaken die bij een BDE niet aanwezig zijn. Zogenaamde recreatieve drugs zoals marihuana, cocaïne, PCP, amfetaminen en barbitaten worden ook wel eens in verband gebracht met BDE. Ook dit wordt weer bestreden omdat mensen die een hoge dosis van deze drugs nemen vaak in verschillende mate paranoïde gevoelens hebben, iets wat bij BDE niet voorkomt. Een ander verschil is dat als gevolg van gebruik van 'recreatieve drugs' veel meer depressies voorkomen.
- 3) Anaesthetica-middelen Sommige medici schrijven de BDE toe aan anaesthetische middelen zoals halothane, surital, nitrous oxide en nembutal. Men denkt dit omdat er rapporten zijn van mensen die onder narcose gebracht zijn die soms gedeelten van gesprekken of details van hun behandeling na hun narcose kunnen vertellen. Het probleem bij deze verklaring is dat anaesthetische middelen, voor zover bekend, nooit hallucinaties veroorzaken. Het anesthesie-middel ketamine verdient een nadere bespreking,

omdat een aantal psychologische gevolgen bij gebruik lijken op BDE. Allereerst veroorzaakt dit middel vaak het gevoel een buitenlichamelijke ervaring te hebben (BLE). Ten tweede geeft ketamine het gevoel dat men zichzelf in de spiegel dubbel ziet. Tegenstanders van deze vergelijking met BDE beweren dat de BLE met ketamine vaak angstig aanvoelen, niet zo prettig als bij BDE. Het is zelfs zo dat door deze verschillende bijwerkingen ketamine niet meer gebruikt wordt.

4) Autoscopische hallucinaties

Het psychologische verschijnsel om zichzelf dubbel te zien is bekend als autoscopie. Het wordt meestal geassocieerd met hersentumoren, beroertes en migraine-hoofdpijn en het verschijnt als iemand ervaart dat er 'een kopie' van zichzelf bovenop ligt. Omdat dit een spiegelbeeld is wordt het door sceptici van BDE beschreven als een autoscopische hallucinatie. Anderen beweren dat er een te groot verschil tussen beiden is. Aan de ene kant wordt gezegd dat autoscopische ervaringen beleefd worden door mensen die hun beeld op zichzelf projecteren, terwijl bij de BDE men zichzelf vanaf de buitenkant ziet. Bij een autoscopische ervaring zeggen de BDE-aanhangers is iemand nog steeds in zijn lichaam in tegenstelling tot BDE.

5) Het endomorfine model

Als iemand geweldig veel pijn lijdt of extreme stress ervaart, produceert het brein natuurlijke biochemische middelen om de pijn of stress te verzachten. Dit staat bekend als endomorfine, wat hetzelfde effect heeft als morfine en heroïne. Sceptici van BDE beweren dat de plotselinge stress bij het doodgaan een grote aanmaak van endomorfine tot gevolg heeft, wat gelukzalige en mystieke gevoelens veroorzaakt die sommigen interpreteren als BDE. Het probleem hierbij is dat er geen enkel medisch bewijs is dat er meer endorfine wordt aangemaakt door de stress bij het doodgaan. Zelfs dr. Daniel Carr van het Massachusetts General Hospital die deze theorie geïntroduceerd heeft zegt dat het een 'mogelijke' theorie bij BDE is.

6) Transcendente depersonalisatie

Dr. Russell Noyes van de universiteit van Iowa stelt weer een psychologische verklaring van BDE voor die vergelijkbaar is met de endorfinetheorie. In dit geval wordt in plaats van een natuurlijke biochemische reactie bij de stress van het doodgaan een psychologisch mechanisme verondersteld dat getriggert wordt door zichzelf af te scheiden of te dissociëren van een fysieke ondergang. Hier wordt een

transcendentale staat ervaren die afstand genomen heeft van het lichaam. Ten gevolge hiervan ontstaat een surrealistisch gevoel van tijd, emoties en gedachten. Deze intigerende theorie kan gemakkelijk gebruikt worden om BDE te verklaren. Er is één BDE -factor die deze theorie niet kan verklaren, namelijk het gegeven dat alle BDE elementen bij alle mensen met zulke verschillende achtergronden zo consistent zijn. Gedesoriënteerd zijn van tijd, gevoelens en gedachten lijkt dit tegen te spreken. Hoewel depersonalisatie voorkomt in veel levensbedreigende gevallen, is het in veel BDE nog niet goed wetenschappelijk gedocumenteerd.



7) Hypoxia

Hypoxia is een abnormaal tekort aan zuurstof in de weefsels van het lichaam. Sceptici van BDE beweren dat de hallucinaties het gevolg zijn van hypoxia. Ze beweren dat door een zuurstoftekort in de hersenen de persoon met een BDE zich plezierig en high voelt en dat de ervaringen verbeeldingen zijn. Anderen beweren dat deze verklaring niet klopt. In medische studies zijn er twee groepen patiënten onderzocht die dachten dat ze dood waren maar gereanimeerd zijn. Men rapporteerde dat degenen die beweerde een BDE te hebben gehad, niet minder zuurstof in het bloed hadden dan degenen die geen BDE gehad hadden.

8) Geboortehertinnen

Dr. Carl Sagan, de bekende astronoom van de Corell Universiteit stelt een van de meest fascinerende verklaringen over BDE. Hij suggereert dat BDE een psychologische herhaling is van de geboorte-ervaring. Sagan en anderen die deze theorie aanhangen beweren dat het geboortekanaal, de operatiekamer en de arts tijdens de geboorte herinnerd worden als een tunnel, een omgeving van licht en aanwezigheid van een witte kleur bij een BDE. Het belangrijkste argument is dat iedereen een geboorte heeft meegemaakt, die de veelvoorkomende elementen van een BDE verklaren. Ook dit wordt weer tegengesproken. Ten eerste heeft

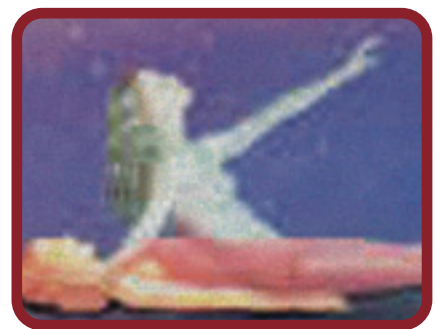
een baby noch de mentale noch de visuele mogelijkheid zich dergelijke details van zijn of haar geboorte te herinneren. Ten tweede, als er herinneringen van de geboorte zouden zijn zouden die veeleer traumatisch dan als prettig ervaren worden. Ten derde wordt het gezicht van een babytje meestal tegen het geboortekanaal geduwd, en dat lijkt in tegenspraak met het snel door een tunnel gaan zoals bij een BDE. Ook deze interessante theorie kent dus veel zwakheden.

Volgens de BDE -onderzoeker prof. Kenneth Ring is er geen afdoende bevredigende verklaring voor BDE. Ring is buitengewoon kritisch ten opzichte van alle BDE -verklaringen die niet van de new age -hoek komen. Vooral de endorfinetheorie en de depersonalisatietheorie verdienen verder wetenschappelijk onderzoek. Dus eigenlijk is BDE nog een groot mysterie. De meeste niet-medische verklaringen komen allemaal uit bij de new age -theorieën die ook Ring en Moody aanhangen. Het onderzoek van Michael Salom verdient bijzonder aandacht. Zijn boek 'Reflections of Death' (1982) is niet meer herdrukt maar is zo mogelijk nog een van de meest objectieve onderzoeken naar BDE. Hij stelde dat BDE in tweeën verdeeld moet worden. Allereerst de groep die veel buiten-lichamelijke ervaringen (BLE) hebben. De tweede groep hebben meer transcendentale ervaringen, dat wil zeggen, meer diepere gevoelens van licht en diepere vreugde. Het specifieke van zijn onderzoek is dat maar weinig mensen beide ervaringen tegelijk gehad hebben. BLE schijnt minder voor te komen. Wat Salom ontdekte werd ondersteund door Elisabeth Hillstrom, een professor in de psychologie op het Wheaton College die ook een studie van BDE gemaakt had. Ook zij ontdekte dat BLE minder voorkomt bij BDE dan sommige new age -aanhangers ons doen geloven. Als gevolg hiervan moeten de vijftien symptomen van Moody als model voor een BDE misschien herzien worden. Als de BLE in de BDE gereduceerd wordt, komen de medische verklaringen van het zogenaamde endorfine model en de invloed van drugs weer in beeld.

Bijna-hel -ervaringen

De New Agers benadrukken steeds hoe geweldig mooi een BDE is: je voelt alleen liefde, vreugde en vrede. Dat velen dit ervaren, is buiten kijf, maar ook zijn er genoeg bijna-hel -ervaringen opgetekend. Carol Zaleski, professor in de theologie van het Smith-college heeft veel van die hel-ervaringen opgetekend. Haar boek 'Otherworld Journeys Accounts of the Near Death Experiences in Medieval and

Modern Times' blinkt uit op academisch niveau en laat in tegenspraak met de new age -beweringen zien dat veel BDE ook veel oordelen en beoordelingen inhouden. Maurice Rawlings, een christelijke cardioloog, tekende hel-ervaringen op inclusief ontmoetingen met demonen en satan zelf. Ook schreef hij ervaringen van mensen op die zich in een vuurzee bevonden. In 'Beyond Death' schrijft Rawlings dat er minstens zoveel hel-ervaringen zijn als gelukzalige. BDE maakt dat ze zo angstaanjagend zijn dat vele deze ervaringen onderdrukken. Door de schaduwzijde van BDE te onthullen laten Zaliski, Rawlings en anderen zien dat de ervaringen van BDE niet altijd zo 'soft' zijn. Een ander belangrijk element van de new age -interpretatie is dat mensen na een BDE op een hele positieve, liefdevolle en vredige manier verder leven en het leven als waardevoller accepteren en hun angst voor de dood verloren hebben. Wat men niet vertelt is dat de gevolgen van een BDE ook een negatieve invloed op het leven kunnen hebben. In 'Coming Back to Life' bevestigt P.M.H. Atwater de vele onplezierige effecten van een BDE die zij en anderen gehad hebben. Hoewel Atwater als medium diep in het occulte is verwickeld, is ze oprecht over BDE en de verschillende psychologische gevolgen, zoals het gevoel weg te drijven, moeite met het maken van nieuwe relaties of het hervatten van een beroep. Vele mensen ervaren familieproblemen, scheiding en moeite met het



werk. Je zou kunnen zeggen dat BDE gedeeltelijk verantwoordelijk is voor stukgelopen levens. Op psychologisch gebied is er weinig aandacht voor het christelijke perspectief. Alleen Elisabeth Hillstrom is de enige christen die ik ken die zich met de intensieve studie van BDE heeft bezig gehouden. Zij geeft aan dat in de heldere lichtverklaringen van de New age -aanhangers nooit wordt aangegeven wat dat heldere licht dan is. Als dit aanwezige licht Jezus Christus is, zou Hij zich bij de mensen als zodanig bekend maken en duidelijk maken dat Hij de enige weg tot God is. Daar dit niet gebeurt, is het alleen maar als alarmerend te zien.

Een bijbelse overweging

Er zijn twee belangrijke redenen om de



Bijbel te onderzoeken over de BDE -fenomenen. De eerste en de meest ultieme voor ieder Christen is dat de Bijbel de autoriteit is in het zoeken naar leiding in het leven van gelovigen. Ten tweede moeten we de Bijbel ook onderzoeken om verkeerde interpretaties van BDE te weerleggen. Omdat velen geloven in syncretisme, het samensmelten van religies, zoekt men vele plaatsen in de Bijbel die mogelijke elementen van een BDE zouden beschrij-



ven. Men moet natuurlijk niet alleen een paar teksten eruit nemen maar ook het gehele BDE -model vanuit de Bijbel onderzoeken. Hand. 9: 3-6 en 26: 12-23 wordt veelal door new age -aanhangers geciteerd. Hier ontmoet Saulus Christus op de weg naar Damascus. Saulus was bezig met zijn ijver om christenen te vervolgen. Nadat hij verblind werd door een licht, hoorde hij een stem die tegen hem zei: "Saul, Saul waarom vervolgt je mij?" (Hand. 9:4) Op dat moment identificeerde de stem zich als Jezus. Vanaf die ervaring werd Paulus een toegewijde discipel van Christus.

Volgens Raymond Moody zou deze geschiedenis duidelijk overeenkomsten hebben met de aanwezigheid van het licht bij een BDE. Hij probeert dit duidelijk te maken door parallellen te trekken tussen het uitstralende licht en de aanwezigheid van een spirituele entiteit, de manier waarop de boodschap wordt overgebracht en het levensveranderende effect net als bij een BDE. Verder zegt Moody dat, hoewel Paulus (door Festus) als krankzinnig gezien werd vanwege dit verhaal, hij toch de boodschap van een andere levensstijl ging preken. Toch zijn er weer belangrijke verschillen. Allereerst had Saulus helemaal geen BDE. Waarom niet? Het beste antwoord geeft Paulus zelf als hij deze gebeurtenis tegenover koning Agrippa verder uitwerkt, zonder dat hij melding ervan maakt dat hij dood ging (Hand. 26:2-29). Een ander verschil is dat bij Saulus het licht echt verblindde, iets wat bij BDE niet voorkomt. Nog een ander verschil is dat een BDE meestal stilgezwegen wordt terwijl Paulus zijn boodschap tegen iedereen wil vertellen, zelfs degenen die vijandig tegenover zijn boodschap staan. Paulus preekte niet alleen liefde maar Jezus als enige weg naar God.

Andere bijbelplaatsen

Naast het verhaal van Paulus' bekering worden ook wel andere bijbelplaatsen geciteerd. De uitspraken van Paulus bij zijn bespreking van geestelijke lichamen (1 Kor. 15: 35-52) en zijn verklaring over een man (waarschijnlijk zichzelf) die de derde hemel zag (2 Kor. 12: 2-4) en Jezus' verklaring als het Licht van de wereld (Joh.8:12). Geen van deze plaatsen hebben echter iets te maken met BDE. In 1 Kor. 15 wordt gesproken over 'geestelijke lichamen', door Paulus beschreven als lichamen die gelovigen bezitten na de opstanding en de tweede komst van Christus. Jezus' verklaring dat Hij het licht der wereld is behoort bij de spirituele verlichting die Hij naar de wereld brengt, terwijl de ervaring die Paulus bespreekt in 2 Kor. 12: 2-4 misschien een BDE genoemd kan worden (hijzelf wist niet of hij dood was en uit het lichaam, of dat hij een visioen ontvangen had in het lichaam) maar het wordt verder niet besproken in verdere termen van BDE. Het was een unieke openbaring vanwege de unieke roeping van Paulus als apostel van de heidenen (Gal. 2:7-9). Het is geen representatief beeld voor BDE over de gehele wereld.

Terug uit de dood

Er zijn verschillende plaatsen in de Bijbel waar mensen uit de dood terugkomen. Elisa wakte de Sunamitische jongen weer op ten leven (2 Kon. 4:8-37), Jezus genas een dode dochter van de overste (Matt. 9:18-26), Jezus wakte ook Lazerus op uit de dood (Joh. 11:38-44). Wat er gebeurde toen ze dood waren, is nergens beschreven. Wel verdient het commentaar op de steniging van Stefanus (Hand. 8: 54-60) aandacht. In dit verhaal kijkt Stefanus naar de hemel en ziet de glorie van God en Jezus. Belangrijk is echter dat Stefanus dit gezicht had voordat hij werd gestenigd, want hij was (nog) niet dood toen hij Jezus zag. De Bijbel zegt weinig over over BDE als het er al iets over zegt. De Bijbel is wel duidelijk over Gods boosheid over degenen die geesten in hun leven toelaten. "Gij zult niets met het bloed eten; gij zult niet aan waarzeggerij en toverij doen (Lev. 19:26). "Gij zult u niet wenden tot geesten van doden of tot waarzeggende geesten, gij zult hen niet zoeken om u met hen te verontreinigen: Ik ben de Here uw God" (Lev. 19:31). En als de aanwezigheid van het licht een spirituele entiteit is die een universele boodschap overbrengt moeten we op grond van de Bijbel constateren dat het een boze geest is, en dus niet Jezus Christus (Joh. 14:6; 2 Kor. 11: 3-4). Nu is het wel zo dat mensen met BDE nooit gezocht hebben naar een BDE of een aanwezig spiritueel licht. Ze kunnen dus niet beschuldigd worden van spiritisme of het overtreden van Gods wet. Maar anderen

die de new age -filosofie aanhangen gaan na een BDE zoeken naar verder contact met die spirituele entiteit. Zij maken zich dan wel schuldig aan spiritisme, en hebben herstel door vergeving in Christus nodig. Maar zou je je kunnen afvragen: "Waarom moeten we boze geesten afwijzen als ze liefde en vreugde en vrede verkondigen en dit aanmoedigen?". Het valt ook niet mee om dit af te wijzen. Het is gemakkelijker om een gehoorde demon met een hooivork af te wijzen, die mensen pijn doet en tot rebellie aanzet. Geestelijke oorlogvoering is echter een slagveld waar het soms moeilijk is een vijand te identificeren. Meestal doet de vijand zich voor als een geliefde vriend. Misleiding is altijd de aard van de boze geweest en het is het meest dodelijke wapen gebleken sinds het eerste gebruik daarvan in de Hof van Eden. Paulus waarschuwde Timotheus ervoor dat er in latere tijden sommigen zullen afvallen van het geloof, doordat zij dwaalgeesten en leringen van boze geesten volgen door huichelarij van leugensprekers... (1 Tim. 4: 1 en 2a). De grootste misleiding is dat de duivel zich als God voordoeft of zoals Paulus zegt 2 Kor. 11:14: " Immers de satan zelf doet zich voor als een engel des lichts".

Slotconclusies

Er blijft een onbeantwoorde vraag voor christenen: "Hoe moeten we de BDE bekijken van mensen die getrouwe volgelingen van Christus zijn geworden na hun BDE?". Zoals het voorbeeld van Dan die alle elementen van een BDE beleefd heeft, en die hem tot bekering tot Christus geleid heeft. Tot vandaag aan de dag gelooft hij nog steeds dat hij Jezus heeft ontmoet tijdens die ervaring. Was het echt de duivel die hij daar ontmoette? Omdat BDE subjectieve ervaringen zijn is het moeilijk de bron te achterhalen. Door de goddelijke, demonische en verschillende natuurlijke verklaringen die overwogen moeten worden, is een simpele verklaring voor BDE onmogelijk. Als de duivel klaarblijkelijk betrokken is bij veel BDE wie durft er dan te beweren dat Dan de duivel in plaats van Christus ontmoet heeft? Als de boodschap en ervaring van BDE niet in conflict is met de bijbelse leer, dan moeten we voorzichtig zijn om iets tegen te spreken wat achteraf resulteerde in een zegen en een waarachtig werk van God. Toch moeten we constateren dat BDE niet een veelvoorkomende ervaring is waardoor mensen tot Christus gebracht worden. Als de boodschap van het licht en de interpretatie van BDE en de levensstijl ten gevolge van die ervaring in tegenspraak met de Bijbel is moet het als niet authentiek worden opgevat. Vele BDE -verklaringen gaan in hun fantastische details over de hemel veel verder dan de Bijbel zelf geeft over de hemel. Verder moeten we bedenken dat het medisch

onderzoek over dit fenomeen nog lang niet afgerond is. Het is ook mogelijk dat de psychologische en spirituele ervaringen elkaar aanvullen. Als een persoon bijvoorbeeld eerder drugs gebruikt heeft en door lichamelijke biochemische processen en psychologische stress een BDE heeft is, er een gemakkelijke toegang voor het occulte aanwezig. Als alleen de boodschap van het licht duidelijk de BDE misleidt kan zo'n ervaring worden uitgelegd als deels medisch, deels spiritueel, satanisch zonder te ontkennen dat er ook psychologische verklaringen en processen een rol spelen. Soms is het echter ook mogelijk dat de demonische invloed pas later in het leven verschijnt. In zulke gevallen kan de ervaring die authentiek is of niet occult, later herinnerd of geïnterpreteerd worden als een occulte universele boodschap die is overgebracht. Het onderzoek van Maurice Rawlings lijkt dit te bevestigen. Dus oppassen met alle BDE te generaliseren! In sommige gevallen is er sprake van het verschijnen van een boze geest, in andere situaties hebben we te maken met natuurlijke fysiologische processen en in een enkel geval is de Heer zelf betrokken in een authentieke BDE. Iedere leer die het oordeel van God na de dood uitsluit is onbijbels, maar ieder getuigenis die Jezus Christus verheerlijkt als enige Heer en Verlosser verdient een serieuze overweging (1 Kor. 12: 3).

*Door J. Isamu Yamamoto
CRI-D T 082
Christian Research Institute
Vertaald door Gerard Feller*

Literatuur:

- Kenneth Ring, *Life at Death: A Scientific Investigation of the Near Death Experience* New York: Coward, McCann & Geoghegan 1980
- Melvin Morse with Paul Perry, *Closer to the Light: Learning from the Near-Death experiences of Children* (New York Ivy books 1999)
- Mark Albracht and Brooks Alexander "Thanatology: Death and Dying" SCP Journal april 1977
- Raymond A Moody, Jr *Life after Life* Harrisburg, PA: Stackpole books 1976)
- Interview J. Isamu Yamamoto met dr Hillstrom 27 april 1992
- Carol Zaleski *Otherworld Journeys: Accounts of neardeath experiences in medieval and modern times* (New York Oxford University 1988)
- P.M.H. Atwater *Coming back to life The Aftereffects of the neardeath experiences* (New York: Ballantine 1988)
- Maurice Rawlings, *Beyond Death's door* New York Bantam 1991
- *Deceived by the light A Christian response to Embraced by the light* van Douglas Groothuis CRI 1995 Christian research Journal
- William L Probasco *The Lie at the End of the tunnel A critique of embraced by the light* Gasden, AL Church Ministry Resources 1994

Promise vernieuwd!

Het blad Promise heeft voor de derde keer in haar twintigjarig bestaan 'een nieuw jasje' gekregen. We hopen dat deze wat modernere uitgave het lezen zal vergemakkelijken en een groter publiek zal bereiken. Hoewel de lay-out en het formaat anders zijn geworden, willen we niets afdoen aan de kwaliteit, lengte en diepgang van de artikelen zoals u die van ons gewend bent.

Het abonnementsgeld willen we nog steeds hetzelfde houden dat betekent minimaal negen euro per jaar! U begrijpt dat dit niet kostendekkend is, maar we hopen en bidden dat we zo de drempel voor het lezen van het blad laag houden en dat anderen wat extra's overmaken zodat we financieel uitkomen. We zijn dankbaar voor alle reacties en zegeningen die we in het twintigjarig bestaan van ons blad mochten ontvangen. Geestelijk onderscheid, scheiding van geesten is nog steeds uiterst actueel. Veel christenen zien daarvan vaak alleen de betekenis in het pastoraat aan christenen. En natuurlijk is dat van groot belang in het proces van reiniging, heiliging en toewijding en rein houden van een fijngevoelig geweten in het leven van een christen. Waar menigeen in christelijk Nederland echter aan voorbij gaat is het feit dat ook bij succesvolle evangelisatie inzichten en onderscheid in de geestelijke wereld van levensbelang is. Om mensen in deze tijd beter te bereiken, moeten we een beter inzicht hebben in de geest van deze tijd. Het is mijn stellige overtuiging dat het zaad van het Woord van God pas op vruchtbare grond valt als er aandacht is voor de ontmaskering, weerlegging en reiniging van de occulte leugens en wereldse fantasieën. Je kunt mensen die in onze tijd verstrikt geraakt zijn in het occulte pas echt helpen, als je met hulp van de Bijbel kunt ontdekken hoe die strikken ontward moeten worden. Niet met een wettisch moralisme, of een betweterij, maar een ontmaskering gedragen door de liefde, geduld, betrokkenheid en inzet, in de wetenschap dat we niet te vechten hebben tegen vlees en bloed maar tegen overheden, machten en wereldbeheersers. Promise probeert al meer dan twintig jaar informatie aan te dragen die behulpzaam kan zijn in dit proces. Wilt u ons ondersteunen in gebed en financiële hulp zodat we ook met deze nieuwe lay-out meer mensen mogen bereiken en van dienst te zijn met het onderscheiden van de tijdgeest?

Hartelijk dank en Gods zegen en wijsheid gewenst in het nieuwe jaar om te onderscheiden waar het op aan komt!

Gerard Feller



Promise

Ook Jezus herinnerde Zijn volgelingen eraan dat ze hun onderscheidingsvermogen konden oefenen door bepaalde 'vruchten' te bestuderen

Mogelijke verklaringen voor uittredingen en bijna-dood-ervaringen

Uit de huidige literatuur kunnen we zeven belangrijke conclusies over uittredingen en bijna-dood-ervaringen trekken. Om deze ervaringen op een juiste manier uit te leggen, is het nodig dat we met alle zeven rekening houden. De conclusies kunnen als volgt worden samengevat:

1. Bij uittredingen en bijna-dood-ervaringen is er waarschijnlijk niet werkelijk sprake van een scheiding tussen lichaam en geest, hoewel ze sterk de indruk geven dat dit wel zo is.



2. Bijna-dood-ervaringen zeggen ons waarschijnlijk niets over de dood en het leven na de dood, want alle verschijnselen die erbij optreden, komen ook bij uittredingen voor, die niets met sterven te maken hebben.

4. Mensen uit zeer uiteenlopende culturen hebben zeer verschillende bijna-dood-ervaringen. De ervaringen blij-

ken nauw samen te hangen met de culturele en godsdienstige verwachtingen van de betreffende persoon.

4. Uittredingen en bijna-dood-ervaringen hebben waarschijnlijk alles te maken met fysiologische oorzaken omdat het mogelijk is verschillende elementen van deze ervaringen fysisch op te wekken (door stimulatie van de hersenen, epileptische aanvallen, een toename van het CO²-gehalte en andere middelen).
5. Er schijnt een bepaald verband te bestaan tussen uittredingen, bijna-dood-ervaringen en veranderd bewustzijn
6. Uit de huidige literatuur blijkt dat de grote meerderheid van mensen die uittredingen en bijna-dood-ervaringen hebben meegemaakt, betrokken zijn bij occulte praktijken, New Age en huidige mystieke opvattingen over de menselijke natuur, de dood en het leven na de dood.
7. Er bestaan sterke aanwijzingen voor demonische betrokkenheid bij vele huidige gevallen van uittreding en bijna-dood-ervaringen.

Als de eerste conclusie juist is en uittredingen en bijna-dood-ervaringen in werkelijkheid geen scheiding van lichaam en geest zijn, hoe moeten we ze dan verklaren? Naar mijn mening zijn de twee meest waarschijnlijke verklaringen dat ze van

binnenuit of door omstandigheden worden opgewekt (door ongebruikelijke hersenactiviteit, door verandering van bewustzijn, verbeelding, fantasie of onjuiste interpretatie) of dat het visionaire ervaringen zijn die opgewekt worden en/of vorm krijgen door geestelijke krachten. (In de gevallen waar we hier bij staan zijn deze, krachten waarschijnlijk demonisch.) Het is zeer wel mogelijk dat beide factoren tegelijkertijd werkzaam zijn. Bepaalde gebeurtenissen (zoals eenvoudige uittredingen die kennelijk spontaan tijdens de slaap kunnen gebeuren) worden waarschijnlijk uit zichzelf opgewekt, terwijl andere toe te schrijven zijn aan een vermenging van interne en geestelijke invloeden.

Een aantal verschijnselen bij uittredingen en bijna-dood-ervaringen kunnen waarschijnlijk fysiologisch verklaard worden, maar zeker niet alle verschijnselen. Hypo-





aringen voor a-dood-ervaringen

thesen die de verklaring uitsluitend op fysische gebeurtenissen in de hersenen baseren, zijn waarschijnlijk het meest ontoereikend omdat ze geen verklaring kunnen geven voor de opeenvolging van de gebeurtenissen, het intense gevoel van realiteit en geestelijke betekenis, hun ongebruikelijke nawerkingen of de verandering van opvattingen die, zoals vaak vermeld is, op deze gebeurtenissen volgt. De hypothese van het veranderd bewustzijn lijkt aannemelijker en zou een verklaring kunnen vormen voor een aantal uitredingen en of bijna-doodervaringen, in het bijzonder als ze niet bewust worden nagestreefd, maar spontaan ontstaan; deze hebben gewoonlijk geen nawerkingen. Dit zouden een bijzonder soort hallucinaties of dromen kunnen zijn die bij een veranderd bewustzijn kunnen optreden. Deze hypothese geeft ook een verklaring voor de systematisch optredende culturele verschillen bij de bijna-dood-ervaringen, omdat hallucinaties en dromen beïnvloed worden door herinneringen en opvattingen, en deze nu eenmaal van cultuur tot cultuur verschillen. Het feit dat deze ervaringen opgedaan worden tijdens een toestand van veranderd bewustzijn zou een verklaring kunnen vormen waarom ze zo echt en geestelijk gezien van betekenis lijken.

Daar staat tegenover dat de hypothese van een veranderd bewustzijn op zichzelf genomen waarschijnlijk geen verklaring

geeft voor de wonderlijke nawerkingen die kennelijk op de bijna-dood-ervaringen volgen (het optreden van paranormale vermogens en bovennatuurlijke gebeurtenissen). Ook wordt hiermee niet verklaard waarom de New Age gedachte en allerlei mystieke wereldbeschouwingen er zoveel aanhang door krijgt of waarom sommige mensen met bijna-dood-ervaringen het klaarblijkelijke vermogen hebben hun reanimatie tot in detail waar te nemen, alsof ze het verloop daarvan werkelijk gezien hebben. Een aantal parapsychologen hebben verondersteld dat dit laatste verschijnsel toe te schrijven is aan buitenzintuiglijke waarneming, maar tot dusver is dat alleen maar een vermoeden. In een aantal gevallen van bijna-dood-ervaringen kan er sprake zijn van bewuste opwekking van de ervaring. Het is mogelijk dat een aantal rapporten over bijna-dood-ervaringen zwaar overdreven zijn, of dat ze zelfs helemaal verzonnen zijn om de aandacht van het publiek te trekken en er winst uit te slaan. Er bestaat tegenwoordig een grote markt voor uitgebreide verslagen over bijna-dood-ervaringen en helaas zijn veel lezers bereid die zonder meer voor waar aan te nemen. Gewetenloze fantasten maken hier maar al te graag gebruik van.

Bovennatuurlijke verklaringen

De manier waarop bijna-dood-ervaringen worden onderzocht en gerapporteerd,

zorgt ook voor veel vooroordelen en onjuistheden in de huidige literatuur hierover. Om te beginnen zijn de meeste verhalen over bijna-dood-ervaringen al verscheidene jaren oud als onderzoekers ze te horen krijgen. Het menselijk geheugen in aanmerking genomen, betekent dit dat de verhalen waarschijnlijk veranderd of aangedikt worden voordat ze verzameld worden. Bovendien zijn vrijwel alle onderzoeken naar bijna-dood-ervaringen in de huidige literatuur gebaseerd op gegevens die door vragen verkregen zijn, wat betekent dat ze waarschijnlijk beïnvloed zijn door de opvattingen van de ondervraagde en door wat men denkt dat de onderzoeker graag wil horen. Dit probleem wordt nog versterkt door het feit dat de gepubliceerde onderzoeken zijn gebaseerd op een betrekkelijk kleine groep ondervraagden. Die zijn bijna altijd lid van de Association for Near-Death Studies (IANDS) of mensen die uit eigen beweging contact hebben opgenomen met deze organisatie om hun verhaal te vertellen. Daar de betreffende mensen en de onderzoekers meestal dezelfde opvattingen hebben, waaronder elementen van het 'Nieuw Mysticisme', is het zeer waarschijnlijk dat de antwoorden van de ondervraagde mensen en de interpretatie van deze antwoorden door de onderzoekers sterk bevooroordeeld zijn ten gunste van het Nieuw Mysticisme. Voor wat bovennatuurlijke verklaringen betreft, bestaan er drie mogelijkheden. De





eerste is dat een aantal door christenen gerapporteerde bijna-doodervaringen, in het bijzonder die van het transcendentale of visionaire soort, door God zijn toegestaan of geïnitieerd om gelovigen te bemoedigen of iets te leren of te waarschuwen hun geloof serieus te nemen. Op grond van schriftuurlijke overwegingen die we eerder genoemd hebben, en van de waarnemingen van Rawlings, dat positieve en negatieve bijna-dood-ervaringen zonder onderscheid onder gelovigen en niet-gelovigen voorkomen, is dit niet waarschijnlijk, maar we kunnen het niet uitsluiten.

Theoretisch gezien is het tenminste mogelijk dat een aantal door belijdende christenen gemelde ervaringen misleidend zijn, en dat ze door satan of zijn vertegenwoordigers geïnitieerd zijn om zo mogelijk christenen te misleiden of om iedereen in het onzekere te laten over waar bijna-dood-ervaringen nu eigenlijk vandaan komen. (Het zou zeer verdacht zijn als ze alleen maar bij ongelovigen zouden voorkomen.) De evaluatie van deze hypothese is erg moeilijk omdat God gelovigen klaarblijkelijk beschermt voor al te heftige aanvallen van satan (zie Job 1:9-10; Joh. 17:15), maar de Bijbel waarschuwt ons ook dat we, zolang we op deze wereld zijn, in een geestelijke strijd verwickeld zijn (Ef. 6:10-18; 1 Petr. 5:8A 1). We zouden kunnen stellen dat de mogelijkheid van misleiding ook op bijna-dood-ervaringen zelf betrekking kan hebben, omdat deze gebeurtenis iemand wel dicht bij de dood brengt, maar niet bij het punt van waar geen terugkeer meer mogelijk is. In verband hiermee is het opvallend dat Paulus in 2 Korinthe 11: 14 christenen waarschuwt dat de satan zichzelf verandert "in een engel des lichts".

Een laatste mogelijkheid is dat een aantal van de huidige uitredingen en bijna-dood-ervaringen geïnitieerd worden of vorm krijgen door demonische krachten, in het bijzonder onder mensen die de essentiële inhoud van het christendom weloverwogen verworpen hebben en die andere geestelijke paden willen bewandelen. In dat geval kunnen uitredingen en

bijna-doodervaringen misleidende visioenen zijn, die bedoeld zijn om de niet-verloste mens ervan te overtuigen dat hij Christus niet nodig heeft om naar de hemel te gaan, en ook om steun te geven aan het Nieuw Mysticisme, een religieus systeem dat een doeltreffend alternatief voor bijbels christendom zou kunnen worden. Deze hypothese zou een verklaring kunnen zijn van het illusoire, misleidende karakter van deze ervaringen (zoals het feit dat er echt een scheiding van lichaam en geest lijkt plaats te vinden, terwijl dit in werkelijkheid niet zo is), van het steeds weer voorkomende verband met spiritualistische, occulte en heidense praktijken, van de belangstelling voor moderne mystieke leerstelsels en van de vreemde

In een aantal gevallen van bijna-dood-ervaringen kan er sprake zijn van bewuste opwekking van de ervaring.

nawerkingen. Intelligente tussenpersonen zouden de ervaringen kunnen laten variëren om ze zo doeltreffend te laten aansluiten bij de culturele en godsdienstige verwachtingen; het is ook waarschijnlijk dat zij die ervaringen zo mogelijk zouden laten samenvallen met momenten van bewustzijnsverandering om hun invloed zo groot mogelijk te maken. Dit is natuurlijk allernaam zeer speculatief, maar het is zelfs mogelijk dat sommige speciale effecten die met deze ervaringen samengaan (muziek, zoemende en brommende geluiden, de gewaarwording te zweven of te vibreren, gevoelens van vervoering, vrede of pijnloosheid) opgewekt worden door weloverwogen stimulatie van bepaalde hersengebieden.

Interessant is dat, hoewel deze laatste hypothese nogal ver gezocht lijkt, ze

eigenlijk aansluit bij de verklaringen die vooraanstaande onderzoekers voor bijna-dood-ervaringen gegeven hebben. Zowel Kenneth Ring als Bruce Greyson (momenteel de onderzoeksdirecteur van IANSDS) zijn tot de conclusie gekomen dat bijna-dood-ervaringen waarschijnlijk niet in verband staan met sterven, maar dat ze in plaats daarvan 'zaad-ervaringen' zijn, die weloverwogen geïnitieerd en geleid worden door geestelijke krachten (vermoedelijk God, het Hogere Zelf of geestelijke begeleiders) en dat ze bedoeld zijn als katalysators voor geestelijk ontwaken en geestelijke ontwikkeling. De nawerkingen, waaronder veranderingen in godsdienstige opvattingen, het verschijnen van paranormale vermogens en de meer intieme relatie met de geestelijke wereld, worden uitgelegd als aanwijzingen dat de geestelijke ontwikkeling nu op gang gekomen is. Greyson voegt daar een paar onthullende opmerkingen aan toe:

Hoewel op zichzelf genomen de bijna-dood-ervaring opmerkelijk is, wekt ze bij de onderzoeker niet de indruk dat ze veel verschilt van een toestand waarin men hallucineert of zich onthecht voelt. Anderzijds zijn de nawerkingen buitengewoon diepgaand, overtuigend en blijvend, totaal verschillend van de nawerkingen van welke fenomenologisch vergelijkbare ervaring dan ook. Bijna-dood-ervaringen zijn zaad-ervaringen en alleen door de vruchten te bestuderen die na verloop van tijd uit deze zaden groeien, kunnen we hun volle betekenis begrijpen.

Ook Jezus herinnerde Zijn volgelingen eraan dat ze hun onderscheidingsvermogen konden oefenen door bepaalde 'vruchten' te bestuderen (Matth. 7:15,20). Ik ben van mening dat Zijn advies ten aanzien van uitredingen en bijna-dood-ervaringen buitengewoon relevant is. Prof. Dr. Elisabeth Hillstrom Schijn of werkelijkheid blz 82-96 Uitgeverij J.J. Groen en Zoon 1996 isbn 905030641

Door Prof. Dr. Elisabeth Hillstrom Schijn of werkelijkheid Uitgeverij J.J. Groen en Zoon 1996 isbn 905030641



Hoe vreselijk is het... over verlies en rouw

Het opschrift is de titel van een boek, waar ik iets geweldig moois in gevonden heb, en wat ik hier met u wil delen. In dit artikel gaat het om de hoop die er is in een gebroken wereld. Het is bedoeld om de lezer te helpen om met gevoelens van verdriet en rouw om te gaan.

Verlies en rouw in de actualiteit

Hoe vreselijk is het dat de terreurbeweging al Qaeda in vele landen opleidingscentra heeft. Daar worden mensen klaargestoomd om onder zoveel mogelijk anders- denkende medemensen dood en verderf te zaaien. Dit is niet alleen gericht tegen burgers van de Verenigde Staten. Ook de Herzbolla kent zulke centra. De strijd tussen Israël en de Palestijnen heeft van beide kanten duizenden slachtoffers geëist. Wat een verdriet, wat een leed voor nabestaanden en allen die hierdoor getroffen zijn. Dit is niet veel anders voor vele inwoners van Servië en Kroatië. Wat een leed kan dit alles oproepen. Door het terrorisme voelt men zich steeds onveilig, waardoor het toerisme in Indonesië en Israël flink is ingeperkt. Hierdoor zijn vele mensen buiten hun toedoen in financiële problemen geraakt. Kunt u zich daarin inleven? Vele huizen zijn in genoemde landen vernietigd en in brand gestoken.

Stelt u zich eens voor dat úw huis met de grond gelijk gemaakt wordt of in brand wordt gestoken.

Stel je voor, dat je je computer, je TV, al je cd-tjes kwijt bent. Immers, de verzekering dekt zulke zaken niet. Al je persoonlijke

briefjes, foto's en herinneringen, al je bezittingen kwijt. Gestolen, vernietigd of verbrand. Leef je eens in dat zelfs het dak boven je hoofd verdwijnt. Stel je eens (heel even) voor dat je vriend of vriendin opeens wordt vermoord, je vriendin wordt verkracht.

Hoe vreselijk is dit alles. Het lijkt voor de meesten van ons wel een beetje een 'van-mijn-bed-show'.

Als verlies en rouw dichterbij komt Het verdriet over verlies van wat je kostbaar is, komt dichterbij als je zelf je gezondheid of baan (en/of huis) kwijtraakt, of dat iemand die je dierbaar is al dan niet plotseling overlijdt. Verdriet komt ook dichtbij als een verkering of verloving uitgaat. Of wanneer ouders in echtscheiding liggen. Het kinderleed is met geen pen te beschrijven. Kinderen verliezen veiligheid, zekerheid en zorg van ouders die in veel gevallen teveel met hun eigen belang bezig zijn of dit wel willen geven, maar door de omstandigheden daar onvoldoende aan toe kunnen komen. Er is oneindig veel meer te noemen. Al de genoemde mensen kunnen over hun situatie hún boekje 'hoe vreselijk is het' schrijven.

Verlies en rouw in de tijd van de schrijver Zo ook Jeremia. Zijn boekje 'Klaagliederen' betekent letterlijk vertaald: 'hoe vreselijk is het'.

Immers in 586 voor Christus pakten donkere wolken samen. Nebukadnezar belegerde de stad Jeruzalem en nam haar in

met allerlei gevolgen voor de bevolking. Jeremia's beleving lijkt enigszins op wat in onze tijd gebeurt: honger, deportatie (wegvoering uit huis en land). Blijdschap veranderde in rouw. Het tweestammenrijk Juda werd ontvolkt en kreeg te maken met harde dienst. Feestgangers kwamen niet meer naar Jeruzalem. Men was beroofd van inkomen, kracht en eer. Er kwam gebrek aan eten en drinken; de kinderen smachtten ernaar. Vrouwen werden onteerd. Mannen, vrouwen en kinderen lagen dood op straat. De tempel werd geschonden. Aan de eredienst kwam een einde. Gebouwen en paleizen werden vernietigd. Weer anderen werden tot dwangarbeid veroordeeld.

Hoe vreselijk is het. Het roept ook boosheid op. In een eerder artikel heb ik erop gewezen hoe belangrijk het is om dan het oordeel over wat ons is aangedaan doorleefd in Gods handen te leggen. In dit artikel ligt echter de nadruk op verlies en rouw.

Oorzaak verlies en rouw

In de dagen van Jeremia was de val van Jeruzalem het gevolg van de zonde van het volk. Nota bene Jeremia zelf had ervoor gewaarschuwd. Hij had het voorgesteld door een kruik te nemen en deze aan stukken te breken. Daarbij had hij gezegd dat dit symbolisch was voor wat de Here had gezegd met het volk te zullen doen. En wel als het zich niet tot Hem bekeerde van haar volharding in de zonden. De oorzaak van verlies en rouw kán dus gelegen zijn in persoonlijke zonde en



in zonden van anderen. Vaak is het een gevolg van de gebrokenheid van de schepping waarin we leven.

Onze cultuur en rouw

In onze cultuur zijn velen gewend om hun gevoelens weg te stoppen. Mannen zijn in het algemeen nog meer hiertoe geneigd dan vrouwen. Ze willen vaak macho, sterk zijn. Maar ook veel vrouwen hebben 'geleerd' om 'niet te zeuren', 'gewoon door te gaan', om 'flink' te zijn.

Wie telkens zo handelt, ontkent een deel van zijn persoonlijkheid. 'Ik voelde de pijn niet eens meer', zei iemand tegen me.

Werkt dit? In pastorale bediening hebben zeer velen moeten erkennen: nee! Het kan soms tijdelijk werken en ook even functioneel zijn, maar op de lange termijn breekt het ons op. Mensen krijgen er vaak moeite mee om zichzelf te zijn. Om écht te zijn. Om te leven.

Sommigen worden snel geïrriteerd, anderen bitter en onbereikbaar; weer anderen hebben het idee gek in hun hoofd te worden.

gebeurt, konden zij er niet veel mee. Hij bespreekt het ook met God! Hij zegt o.a.: 'Och HERE, alle vrede en voorspoed zijn lang geleden verdwenen, want U hebt ze weggenomen. Ik weet niet meer wat geluk is. Het gaat haar vijanden voor de wind, want de Here heeft Jeruzalem gestraft voor haar vele zonden; haar jonge kinderen zijn gevangen genomen en als slaven weggevoerd naar een ver land' Hij weet dat God de val van Jeruzalem voorspeld had, maar toch spreekt hij zich uit. Opmerkelijk is wat hij hier zegt: 'Hij, de Here, is rechtvaardig, want tegen zijn woord ben ik weerspanning geweest'. Hij identificeert zich met zijn eigen volk, dat van Gods wegen niet wilde horen. Wat doet hij nog meer? Hij stort zijn hart voor de Heer uit: 'Om al deze dingen moet ik huilen; de tranen stromen langs mijn wangen. Mijn trooster is ver weg en Hij is de enige die mij zou kunnen helpen. Mijn kinderen hebben geen toekomst, want vijanden overheersen ons. Och HERE, kijk toch naar mijn wanhoop; mijn hart is gebroken en mijn ziel krimpt ineen van angst, want ik ben vreselijk opstandig

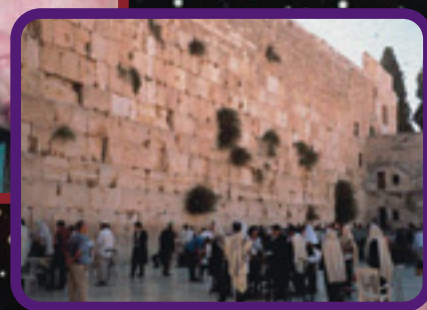
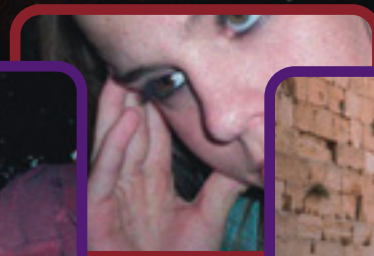
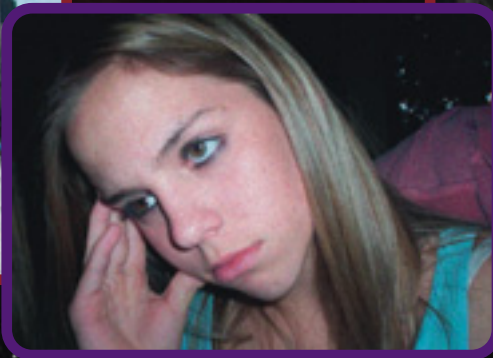
beloften, opgeschreven in de Bijbel.

Het is het geloof dat ziet op de beloften van God en zegt: het is waar, al zie ik het niet, al beleef ik het niet, al kan ik het nu niet beredeneren. Dan volgt er bij Jeremia ook een omkeer. Hij brengt in zijn fel verdriet Gods waarheid in herinnering. Het is zoals de opkomende zon haar stralen aan de horizon laat verschijnen. Zo breekt er weer in zijn leven de hoop door.

Hij zegt: 'Dit zal ik mij te binnen brengen, daarom zal ik hopen: Het zijn de gunstbewijzen des Heren, dat wij niet omgekomen zijn, want zijn barmhartigheden houden niet op, elke morgen zijn zij nieuw, groot is uw trouw!'.

Hij bekijkt de situatie niet meer vanuit zijn eigen door emoties verkleurd perspectief, maar beziet het in de wetenschap dat God trouw is. Hij zegt: God is goed en barmhartig en trouw.

Jeremia kijkt niet meer alleen naar omstandigheden, die niet eerlijk zijn, maar naar God, die wel eerlijk is. Ook herinnert hij zich pas dan het volgende:



Omgaan met het verdriet

Als bijvoorbeeld een moeder met een kind aan het wandelen is en het kind een beertje laat vallen, zal het kind in de regel om dit beertje roepen. Mogelijk in de trant van: 'mama, beertje is weg'. En mama doet er wijs aan acht te slaan op het kind. Want anders zal het kind gaan huilen of schreeuwen om toch maar het beertje terug te krijgen. Dit is een gezonde reactie op verlies.

Verlies van geliefden, verlies van werk en alles wat ons kostbaar is, slaat 'een gat in het leven', zoals ook een vrouw mij vertelde toen ze haar man verloren had. Zij wilde erover praten.

Jeremia spreekt ook zijn bittere verdriet uit over wat er gebeurd was. Vijf hoofdstukken lang. Tegen wie? Hij sprak tegen zijn vrienden, maar zoals wel vaker

geweest. In de straten wacht het zwaard mij op; thuis word ik bedreigd door honger en ziekten'.

Rouw en hoop

De nood wordt zo hoog beleefd dat Jeremia zegt: 'Ik dacht: vergaan is mijn kracht, vervlogen mijn hoop op de Here. Gedenk aan mijn ellende en omzwerving, ... Zo vaak mijn ziel dit gedenkt, buigt zij zich neder in mij'.

Ervaart Jeremia in zijn strijd iets van God of van zijn tegenwoordigheid? Hij zegt: 'Ook al schreeuw en huil ik uit alle macht, Hij wil niet naar mijn gebeden luisteren'. Hij ziet het even niet meer zitten. Herkent u dat ook? Hij heeft even geen hoop meer. En dan... Het lijkt wel of de Here ons in dit gedeelte wil zeggen: ga terug naar de Schrift! Neem niet het gevoel als fundament om verder te komen, maar Mijn

'Want niet voor eeuwig verstoot de Here. Want als Hij bedroefd heeft, ontfermt Hij Zich naar de grootheid van zijn gunstbewijzen. Immers niet van harte verdrukt en bedreeft Hij de mensenkinderen'. Hij ziet weer in dat God genadig is.

Op het keerpunt zelf spreekt hij uit: 'Mijn ziel zegt: Mijn deel is de Here, daarom zal ik op Hem hopen'. Hij gaat voor de Heer. En dat terwijl hij in grote moeilijkheden verkeert en groot verdriet kent. Hij vertrouwt weer op de Here, die hij eerder in zijn leven heeft ervaren. Hij grijpt de uitgestoken hand van God. In dit alles heeft hij houvast. Hij heeft een anker voor zijn ziel gevonden. Het vertrouwen wordt gevoeld door terug te blikken naar de momenten dat God wel dichtbij is.

Dan kan hij ook het volgende zeggen: 'Goed is de Here voor wie Hem verwacht-

ten, voor de ziel die Hem zoekt; goed is het, in stilheid te wachten op het heil des Heren'.

Hij is als een verliefde jongen, die vol verwachting op zijn meisje wacht, die door omstandigheden te laat op de afspraak is. Hij vertrouwt erop dat ze komt.

Op diverse snelwegen staat er een bord: Ga terug! Wie dit tegenkomt, weet dat hij op de verkeerde weg is. Als wij lijken op te gaan in ons verdriet, dan zegt de Here eigenlijk ook: ga terug. Het is gevaarlijk om op die weg verder te gaan. Ga terug naar het punt waar het nog veilig was. Anders gezegd, ga terug in herinnering naar hoe je God beleefde in tijden dat het goed was. Voed het oude vertrouwen door Gods beloften weer in je herinnering te brengen. Of denk aan momenten dat God je uit een situatie gered heeft. Hij wil dat opnieuw doen. Hij steekt zijn hand uit...

Rouw tonen mag

Tijdens de zoekweg terug mogen we alle mogelijke verdriet uiten. Het is zelfs heilzaam! God wil gekend worden in jouw

toch niet dat we klagen? Jeremia zegt toch zelf: 'Wat klaagt dan een mens in het leven! Ieder [klage] over zijn zonde'.

We moeten toch dankbaar zijn? Ik denk dat er sprake is van een misverstand.

Klagen als levenshouding ontnemt jezelf en je omgeving de vreugde van het leven. Maar klagen in de zin van uitdrukken van emoties over verlies en rouw is daarmee niet te vergelijken.

God verlangt er juist naar dat we ons hart bij Hem (als betrokken Vader) uitstorten, omdat Hij van ons houdt. Hij schiep ons met gevoelens, en daarom mogen we die hebben. Het mag bij Hem... We hoeven ze niet weg te stoppen. Dat doet Jeremia ook niet. We hebben bij Hem geen macho gedrag nodig.

Rouwen

Het helpt ons te willen accepteren dat God heeft toegelaten dat onze omstandigheden moeilijk zijn geweest. Dit is zelfs noodzakelijk voor het afvloeien van de noodzakelijke gevoelens.

Wie weet te rouwen zal God eerder van

een verlangen op te geven, waarvan men in de diepte beseft dat het niet meer vervuld kan worden. De psyche heeft immers tijd nodig om zich in te kunnen voegen in de nieuwe realiteit.

Ik merk op dat Jeremia na wat hij heeft uitgesproken weer verder rouwt om het verlies van veel wat kostbaar was. Rouwverwerking is immers een proces, waarover de Bijbel ons het een en ander te zeggen heeft. Dit proces heeft geen vastgestelde tijd en kan van persoon tot persoon verschillen.

Aan de ene kant is er in dit proces de valkuil van stoer en flink te zijn, wat gepaard kan gaan met lichamelijke kwalen. Aan de andere kant is der de valkuil van het zelf-medelijden.

Van Jeremia en andere genoemde personen mogen we leren dat gevoelens geuit mogen worden.

Dat we terug mogen gaan naar het moment dat we onze vreugde kwijt raakten. Het onderwerp raakt ons allen. Want



pijn en verdriet, zelfs al heb je onaardige dingen tegen Hem gezegd.

Jeremia klaagt, huilt, worstelt en verwerkt een boek lang zijn verdriet. We komen dat ook elders in de Bijbel tegen. Jacob werd bij zijn dood 70 dagen beweend! Jezus uit Zijn verdriet uit als Lazarus overleden is. De Jood scheurde als teken van rouw een handbreed van zijn kleren. Speciale klaagvrouwen in het Oosten kwamen om treurige muziek te maken om de emoties op gang te brengen. David, bepaald geen watje, zegt: 'Het verdriet put mij uit; elke nacht wordt mijn kussen nat van de vele tranen'.

Klagen, mopperen?

Verdriet tonen is dus bijbels en gezond. Wat niet goed is, is mopperen over allerlei dingen. Maar is het juist om te zeggen: God wil

harte dank kunnen brengen. Want rouw (verdriet) is een proces waarin je je innerlijk losmaakt van wat er gebeurd is, wat je in de ruimte brengt.

Wie rouwt loopt als het ware met zijn hart achter de feiten aan. In het rouwen voltrekken zich scheiding en verlies aan de persoon zelf: Het realiteitsbeginsel zet zich dan door in de totaliteit van de zelfervaring en dit betekent altijd verdriet. De wijze waarop met verdriet wordt omgegaan kan positief of negatief zijn. Krampachtig verdriet dat bij wijze van spreken door de situatie van de persoon wordt afgeperst, heeft geen bevrijdende werking. Het voert namelijk niet tot de aanvaarding van het onvermijdelijke. Het blijft in berusting steken of in het gevoel van met de rug tegen de muur staan en zich erbij neer moeten leggen. In de angst en wanhopigheid en het verdriet drukt zich het onvermogen uit om

iedereen heeft op een of andere manier te maken met verlies...

God steekt Zijn hand naar ons uit. Door Zijn Geest en door Zijn kinderen. Hij weet wat het is om iemand te moeten missen. Hij heeft moeten toezien hoe Jezus Christus leed en stierf om onze zonden te kunnen dragen. God begrijpt je volkomen en zegt dat je je moeite en je verdriet in Zijn hand mag leggen. Dan krijgt het een plekje.

Guus Molenaar. Voorganger parousiameente Mijdrecht

Bindding

Gebaseerd op het nieuwe groei-boek van C. Coursey en E.J. Wilder Phd.

Bouwen

Er zijn veel mensen die huizen bouwen. Het bouwen van huizen is een fascinerend proces om te zien. Een goede aannemer moet heel voorzichtig zijn om een veilig en gebalanceerd fundament te bouwen. Als er een ondeugdelijk fundament ligt zal dat zijn gevolgen hebben op de huiseigenaar; hij zal daar onder te lijden hebben. De ondergrond moet vlak, geëffend en sterk zijn. Het kleinste probleem hiermee kan direct de rest van het bouwproces vertragen. Aannemers zijn zo voorzichtig hiermee dat ze alert zijn op de kleinste details. Iedere huiseigenaar die een huis met een slecht fundament koopt, komt voor heel wat werk, zorgen en uitgaven te staan. Op dezelfde wijze kunnen ook mensen lijden als hun 'fundament' beschadigd, verkeerd of overhaast is aangelegd. We kunnen pas voorspoedig groeien in ons leven als we een solide fundament hebben.

Voorwaarden voor goede relaties

Wat zijn noodzakelijke hulpmiddelen om als persoon te functioneren in relaties? We noemen zeven factoren, als een of meer er van ontbreken, zullen ook de anderen verstoord worden.

- Veilige bindingen of banden. Je weet waar je bij hoort, en je weet welke 'oudere hersenen' je modelleert. In feite heb je een doel en een landkaart.
- Voldoende vreugde-kracht (reservoir) om verlies op te lossen. Als er iets mis gaat kun je er mee omgaan.
- Emotionele beheersbaarheid en regulatie. Dit kun je doen op twee manieren: namelijk samen met anderen, bijvoorbeeld na een sterfgeval je emoties met anderen delen. De moeite wordt samen gedragen. Het is misschien teveel voor de gehele familie, en de kerk kan worden ingeschakeld om de pijn te delen. Er bestaat ook individuele regulatie. Dat is wellicht afhankelijk van wat mijn capaciteit is. Ik kan mezelf troosten; als iemand me over-

stuur maakt, kan ik vrij snel weer in een veilige positie komen.

- Je hebt het vermogen om terug te keren naar vreugde-circuits vanuit alle emotionele toestanden. Je kunt weer blij zijn met andere mensen. Je bent een relatiegericht persoon, onafhankelijk van wat je voelt. Je kunt blij met iemand zijn als je bedroefd, gek of kwaad bent. Ook als je je hopeloos voelt, en in verlegenheid of verwarring gebracht wordt of zelfs in de moeilijkste emotie dat je je verraden voelt. Bij het laatste avondmaal zegt de Here Jezus, als hij weet dat zijn verrader bij hen is: "Ik heb er naar uitgezien deze maaltijd met jullie te hebben". Als een man een andere vrouw aankijkt om haar te begeren, zondigt die op dat moment, toch moet zijn vrouw op dat moment kunnen zeggen: "Ik ben blij dat je bij me bent". Dat is mogelijk. Zo zou een mens moeten zijn als hij in de aanwezigheid en leiding van God verkeert. We zullen op dit gebied veel moeten leren.
- Je moet je limbisch systeem onder controle hebben. Het limbische systeem bestaat in het engels uit vier f's, namelijk: fear (angst), fighting (gevecht), feeding (voedsel) en seksuele gedrevenheid (fornication). De controle over deze breincentra is belangrijk voor een stabiel persoon.
- Je moet beschikken over een goed werkende 'virtuele tolk' of een 'virtuele ander'. Het wordt ook 'mind-sight' genoemd. Je kijkt naar iemand en je weet wat hij denkt. Vooral bij relaties kan deze interne tolk heel gevoelig en accuraat werken. Het niet functioneren van 'mind-sight' is een van de belangrijkste problemen bij autisme. Je kijkt naar de ander maar ziet geen persoon.
- Het vermogen om breuken in relaties

te herstellen. Bijvoorbeeld als iemand je heel kwaad verlaat.

Bindingen als fundament

Volgens Daniël Siegel zijn bindingen: een ingeboren systeem in de hersenen die zich zodanig ontplooien, dat ze veelbetekend zijn voor een goede ontwikkeling van onze motivaties, emoties en geheugenprocessen. Het bindingsstelsel motiveert het kind nabijheid van de ouders te zoeken om met hen te communiceren. Bindingen zijn van fundamenteel belang voor het organiseren van een gezonde interne gemoedstoestand en voor goede relaties. Bindingen zijn belangrijk voor een kind omdat het daardoor troost, liefde, blijdschap en emotionele en mentale gezondheid zoekt bij de ouders. Een veilige binding is een binding waarbij de ouders gevoelig zijn om te ontdekken wat de behoeften van een kind zijn. Onveilige bindingen ontstaan als de ouders geen rekening houden met de behoeften van het kind. Bindingen zijn selectief, het kind zoekt alleen bindingen met bepaalde mensen. Ze vormen de veiligheid van het kind die nodig is als het later bij het ouder worden een identiteit gaat ontwikkelen.

Oefenen van bindingen

Op de leeftijd van 18 maanden ontwikkelt zich bij een kind een 'oproepbaar gehe-





bedenken dan die, die veroorzaakt wordt door een niet goed reagerende ouder. Immense zorg en stress dreigen een kind op te slokken als de moeder of vader niet reageert op het moment als een kind wil hechten. Deze 'doodservaring' zal tot gevolg hebben dat het later en mogelijk de rest van het leven zal proberen om pijn te vermijden, verbergen of erdoor 'verlamd' te raken. Het kind zal relaties en intimiteit steeds allesbehalve leuk, opwindend en vreugdevol ervaren. Zo worden mensen tot een object van pijn of plezier en zijn daardoor zeer kwetsbaar. Bindingsangst kan een oorzaak worden van verslavingen, dwanghandelingen, ziekten en nog veel meer symptomen en problemen. Bindingsangst kan daardoor conflicten, scheidingen, drugs en alcoholmisbruik, seksueel en lichamelijk misbruik en nog vele andere rampzalige situaties veroorzaken. Bindingspijn wordt vaak niet herkend of verkeerd geïnterpreteerd. Samengevat zijn bindingen de noodzakelijke bouwstenen voor de rest van ons leven. Zij zijn het fundament van onze emotionele en mentale gezondheid en communicatie. Als bindingen niet gebaseerd zijn op veiligheid zal onze gezondheid hieronder lijden.

Gezonde bindingen

Volgens Daniël Siegel zijn de bindingen van de baby en de peuter de belangrijkste omgevingsfactoren die de ontwikkeling van de hersenen tijdens de perioden van groei van de hersenen vorm geven. Bindingen zijn dus van essentieel belang om het brein van het kind te ontwikkelen en voor een goed functioneren van dit brein. Binden en bindingen en het ontwikkelen van relaties bouwen hun eigen circuits in het brein en vormen de interne tolk (door lichaamstaal). Ze verwerven de capaciteit om te synchroniseren met anderen, en stellen de hersenen in staat defecte bindingen te repareren. Deze vermogens tot herstelprocessen zijn mogelijk door veilige bindingen. Gezonde en veilige bindingen creëren het fundament voor gezonde, betekenisvolle relaties, hetgeen zonder deze bindingen onmogelijk is. Het binden vindt plaats als de moeder gevoelig is voor de signalen van het kind. Ook voor het brein van het kind geldt: er is een tijd om te

spelen en een tijd om te rusten. Verstoring van dit ritme kan verwoestende gevolgen hebben.

De rol van de moeder is op de juiste wijze af te stemmen met synchroniseren waar het kind op dat moment behoefte aan heeft. Voor een kind dat vanuit een slaapje wakker wordt, is het belangrijk dat de moeder rekening houdt met zijn/haar mentale activiteit. De moeder zal rustig en met zachte stem moeten spreken net zo lang tot het baby'tje echt wakker is geworden en hij of zij klaar is om te spelen. De moeder die niet op de juiste wijze is afgestemd op de toestand van haar kind, zal dit kind overweldigen en van streek maken door haar gemoedstoestand zo abrupt over te brengen op de baby. Als de moeder de behoefte van het kind om te hechten negeert, zal dit bij het kind als een afwijzende ervaring overkomen. Het kind ervaart dit als 'een beetje doodgaan' en zal dit in de toekomst proberen te vermijden. Deze onveilige binding zal het kind achtervolgen tot op de dag dat het gezond en veilig genoeg is om zich hier doorheen te worstelen. In de tussentijd zal de pijn zoveel als mogelijk vermeden en bedekt worden. Omdat het bindingscircuit zich beneden de cortex van de hersenen bevindt (beneden het bewustzijnsniveau en het niveau van de wil) is het herkennen van bindingspijn een zaak van veel moeite, pijn en oefenen in het latere leven. Het zal een onveilige binding bij het kind vormen die nu door wetenschappelijk onderzoek in verband gebracht wordt met op het later een hogere kans maken op psychiatrische ziekten, inclusief angst- en gemoedstoornissen.

En vreugdevolle band

Een veilige binding wordt gevormd door veel gesynchroniseerde interacties tussen moeder en kind. De sterke bindingen komen tot stand als de moeder gevoelig is voor de signalen van het kind.

Synchroniseren wil zeggen: vreugde bouwen op zijn tijd en rusten op zijn tijd. Samen op elkaar afstemmen stelt de moeder in staat om de breinstructuur, de mentale en emotionele opbouw en regulatie van het baby'tje te beïnvloeden. Vreugde wordt geproduceerd als het gezicht van de moeder oplicht en uitdrukt: ik vind het heerlijk om bij jou te zijn! Dat bouwt een veilige band met de baby die heel lang stand houdt. Een kind zal zich starend afwenden als het de volledige capaciteit van vreugdeopbouw bereikt heeft. Dat het kind vaak wegstijgt houdt in dat het een pauze wil



gen'. Dit is een herinnering in de vorm van het beeld van de gezichten, intonatie, smaak, tast en aanraking. Dit is een beeld wat het kind zich eigen gemaakt heeft in de herinnering en het kind zekerheid en troost geeft, ook als de moeder niet aanwezig is. Gezonde interactie groeit als een moeder open staat voor de behoeften van het kind. De moeder reageert als het tijd is om vreugde te 'oefenen' en te rusten als het tijd is om te rusten. Deze eerste achttien maanden is een onzekere periode voor een kind. Als de moeder vreugde aan het oefenen is, terwijl het kind rust nodig heeft, wordt de interactie overweldigend en traumatiserend. De moeder moet gevoelig zijn om te zien wat een baby wel of niet nodig heeft. Interactieve oefening bouwt en versterkt de kracht van het bewustzijn van het kind, zodat het emotionele centrum wordt toegerust en opgebouwd. Dit controlecentrum moet veerkrachtig zijn in alle emotionele paden die een kind bewandelt en waarmee het geconfronteerd wordt. Hoe meer het oefent, des te beter zal het kind in staat zijn om emoties te reguleren, zelfs in tijden van benauwdheid en angst.

Er is geen grotere pijn voor een kind te



nemen en wil rusten. Een verstandige moeder begrijpt en ziet dit, en zal de behoefte aan rust respecteren. Een onverstandige moeder respecteert dit niet. De moeder voelt zich afgewezen door het kind en zal nog meer proberen de aandacht van het kind te trekken, en veroorzaakt zo een overbelasting van de hersencircuits van de baby. Dit leidt tot dissociatie en afsluiten. Het binnendringen en overweldigen van de moeder is schadelijk voor het brein van de kind. Het wordt overspannen omdat het probeert te concurreren met het hoogste niveau van stimulatie van de moeder.



Veilige bindingen voorzien een kind van een solide fundament om vreugde te bouwen en intensieve emoties te ervaren. Dit is belangrijk oefenmateriaal voor het kind. Als een kind ouder wordt, is de vader de belangrijkste kandidaat om mee te synchroniseren. De vader helpt om de capaciteit van het synchroniseren buiten de moeder tot stand te brengen. Toch blijft de moeder in het begin de belangrijkste om te voorzien in een fundament en een kader dat een kind het gehele leven lang nodig heeft. Samen afstemmen ontwikkelt een veilig fundament voor interpersoonlijke relaties en emotionele gezondheid. Synchronisatie bouwt sterke bindingen en bouwt fundamenten van het huis die de sterke stormen van het leven kunnen weerstaan.

Bijbelse vreugde

De Bijbel en God hebben veel te zeggen over vreugde. De vreugde des Heren is mijn kracht! Denk aan bijv. 1 Sam. 2:1 en Neh. 8:11. En Psalm 4:7,8: “Velen zeggen: Wie zal ons het goede doen zien? verhef over ons het licht uws aanschijns, o Here! Gij hebt meer vreugde in mijn hart gegeven, dan toen.... Psalm 89:16 : “Welzalig het volk dat de jubelroep kent, zij wandelen, Here, in het licht van uw aanschijn” (denk aan de associatie in het ROCP van geluid en licht in relatie met vreugde). Zo communiceert God in jubelroep en licht van aanschijn, zo communiceren ook volwassen kinderen van God, die gemaakt zijn naar Zijn beeld. De zegen die Israël drie of vier keer moest aanroepen bevat het gedeelte: De Here doet zijn aangezicht over u lichten en geve u vrede. Ook als

het gaat om te leren terug te keren naar de vreugde leert de Bijbel in dit opzicht veel. Lees bijvoorbeeld Psalm 35: 27: “Laten jubelen en zich verheugen, wie mijn rechtvaardiging begeren; dat zij bestendig zeggen: de Here is groot...” en

Jer. 31:25: “want Ik verkwik de vermoeide ziel, elke versmachtte ziel verzadig ik”. Zie verder Ps. 51:8-10.

Jezus heeft veel te zeggen over vreugde. In Joh.15: 11 is te lezen: “Dit heb ik tot u gesproken, opdat mijn vreugde in u zij en uw blijdschap vervuld worde”. Zijn onderwijs houdt meer in dan de ontwikkeling van het zenuwstelsel. Jezus die de schande van het kruis op zich nam...om de vreugde die voor hem lag (terugkeer naar vreugde). De kracht die Hem erdoor sleepte was geloof in vreugde. Deze vreugdekracht maakt het ons mogelijk te lijden. Vreugde houdt in, dat iemand graag bij ons is.

Vermijdende banden

Een sterke, veilige band ontwikkelt zich als de moeder gevoelig is voor de signalen van het kind. De moeder ‘synchroniseert’ dan met haar kind door samen vreugde te beleven en te rusten als het kind rust nodig heeft. Als de moeder er niet in slaagt op de juiste manier op de bindingsignalen van het kind te reageren ontstaan er problemen. We noemen deze problemen hechtingsstoornissen. Ze veroorzaken hechtingspijn. Een band die niet groeit in liefde en veiligheid wordt een onveilige hechting en angstbinding. De onveilige binding die ontstaat door een afgewezen hechtings signaal is een angstbinding. Het voelt aan als een ‘beetje dood’ gaan, als er niemand reageert, juist op het moment als je klaar bent om te hechten. Het hart gaat tekeer, de gedachten zijn verward en je voelt pijn. Je glijdt in een afgrond van onrust en angst; net als we met iemand willen communiceren is er niemand die onze signalen beantwoord. Een minachtende vermijdende hechting is een pijn die ontstaat als een bekend gezicht niet wil reageren (synchroniseren). Kinderen vallen ten prooi aan een vermijdende binding als de ouder of verzorger niet op de juiste manier reageert, als ze al reageren. Dit verstoorde bestaan herstelt niet gemakkelijk en het kind leert de hech-

tingspijn te maskeren door de hechtingsignalen te vermijden. Het ‘bindingslichtje’ van het kind licht op terwijl het ‘bindingslichtje’ van de ouders uit blijft. Als het ‘lichtje’ van het kind dan tenslotte ook uit gaat veroorzaakt dit vermijdend gedrag.

Vermijdende ouders produceren vermijdende kinderen. Dit patroon wordt sterker in een vicieuze cirkel die zo ontstaat. Kinderen leren zo dat de ‘bindingslichtjes’ een eigen weg moeten volgen en zo ontkoppelen ze de bovenste niveau’s ten opzichte van de onderste niveau’s van hun hersenen die zo niet leren om samen te werken. Dit wordt een gedesynchroniseerde, niet afgestemde hersenfunctie genoemd. Als je zo dingen scheidt geeft dit in eerste instantie opluchting en vermijden van hechtingspijn. Kinderen kunnen zo tot hun twaalfde jaar opgroeien en dan zullen ze dissociatiesymptomen vertonen als ze de hechtingspijn voelen. Na hun twaalfde jaar zal hun brein de twee controlesystemen apart beïnvloeden en controleren om pijn te vermijden. De hechtingspijn zal verborgen zijn onder een gevarieerd aantal met elkaar wedijverende mechanismen en zal getraind worden in gevoelens als: ‘Ik ga dood als ik niet...krijg’. Verslavingen en dwangmatige handelingen ontwikkelen zich doordat men niet op de juiste manier reageert op de ritmes (van synchronisatie). Er bestaan dus voor ieder afgewezen kind inwendige reacties en behoeften, toch leren de kinderen hun hechtingssignalen en wensen om te binden te verbergen. Onderzoek leert dat afgewezen kinderen dezelfde inwendige reacties hebben als kinderen met veilige banden. Het hart reageert bij interne positieve reacties en toch vertonen de afgewezen hechtingskinderen uitwendig geen zichtbare reacties of interesses. Afgewezen kinderen leren alleen te spelen en worden gezien als ‘volwassen’ en ‘goed gemanierd’ in kostscholen en opvoedingsprogramma’s.

Ambivalente of verwarde binding

Een ambivalente binding is ook een onveilige binding, echter anders dan een vermijdende binding. Deze binding ontwikkelt zich als de mentale staat van de moeder zich op imponerende wijze opdringt bij het kind. Oppervlakkig gezien lijken de interacties tussen kind en moeder gezond en veilig. Maar betere observaties leren dat de synchronisatie tijdens de bindingsinteracties niet goed tot stand komen. Met andere woorden: de moeder synchroniseert niet goed met de behoeften van het kind. Laten we eens een voorbeeld geven. Het kind is aan het spelen met speelgoed (bindingslichtjes uit) en de onveilige moeder wil iemand om mee te hechten (bindingslichtje aan) Ze kijkt



naar het kind die druk aan het spelen is. De moeder gaat naar het kind en tilt het vrolijk op terwijl ze het gedrag van het kind onderbreekt. De moeder speelt, kietelt, en reageert op het kind. De interactie lijkt goed, hoort goed aan, en is misschien wel aangenaam om te zien. Het effect op het kind zal echter schadelijk zijn. Zo ontstaat een verward bestaan, dat zich ontwikkelt omdat de moeder haar mentale toestand steeds aan het kind opdringt waardoor het kind steeds in verwarring raakt. Het gebrek aan synchronisatie van de hechtingssignalen heeft als gevolg verwarring en bindingspijn bij het kind. Nu zullen de bindingslichtjes altijd alert zijn en aan blijven met als resultaat een ambivalente, verwarde binding. Ambivalente kinderen zorgen voor de gevoelens van hun ouders (omgekeerd zorgpatroon). Kinderen voelen zich overal verantwoordelijk voor en moeten altijd beschikbaar zijn voor vader en moeder. Ze worden onzeker om te hechten, signalen worden niet gesynchroniseerd en het kind weet nooit of de signalen op tijd zijn en zal daarom de bindingssignalen altijd aan houden. Als het kind zich in deze ongezonde dynamiek ontwikkelt ontstaat een omgekeerd zorgpatroon, voelt het kind zich overal verantwoordelijk voor en heeft nooit tijd om te rusten. Het kind is altijd waakzaam. Het wil geen gelegenheid missen en is klaar op ieder gegeven moment

te hechten. Het kind kan zou een HSP (high sensitive person) ontwikkelen.

Een ouder die met zichzelf in tegenpraak is produceert een verward kind.

Onderzoek bij achttien maanden oude zuigelingen laat zien dat het meest opdringerige gedrag van ouders effecten heeft. Ouders willen spelen of positieve interactie hebben, echter niet naar de behoefte van een kind. Niet goed getimed interactie produceert 'kleverige' kinderen. Het vooral niets goeds willen missen wordt hun belangrijkste drijfveer. Een kind zit vast, opgesloten omdat het niet weet wanneer het moet hechten en wanneer rusten. Dit produceert, zoals gezegd, hoog sensitieve, waakzame en alerte kinderen. Ambivalente, verwarde kinderen worden zo kleverig; ze bedelen om aandacht van de moeder en zijn niet gemakkelijk te troosten als ze bedroefd zijn.

Touwtje springen

Op de lagere school keek ik altijd graag

naar mijn leeftijdsgenoten die touwtje sprongen. Twee meisjes stonden aan iedere kant van het touw en draaiden het snel rond. Een dappere vrijwilliger moest in het midden springen in het ritme van het touw. Degene met een goede timing lukte dit, bij een ander raakte het touw in de war. De ritmische beweging verliep vloeiend net zo lang als iedereen goed op elkaar was afgestemd (gesynchroniseerd). Als er één uit het ritme viel, raakte het touw de springster en stopte de beweging van het touw. Hechtingen of bindingen zijn gebouwd en ontwikkeld vanuit een goede timing van gezamenlijke signalen en een gesynchroniseerde actie.

Chaotische binding

We worden goed in het touwtje springen door het vele oefenen door goede timing en het handhaven van een goed ritme van het touw samen met de andere teamleden. We hechten aan belangrijke mensen op dezelfde manier. Samen synchroniseren we onze ritmes, zowel intern als extern, terwijl we op een uitgebalanceerde manier 'timen' en op signalen zijn afgestemd. We raken verward als de vooruitgang met onze natuurlijke gesynchroniseerde interactie uit de pas raakt. Deze laatste belangrijke hechtingsfout is de chaotische binding. Iemand met deze bindingsfout maakt later de grootste kans op een mentale ziekte. Chaotische bindingen spelen een grote rol bij psychiatrische en posttraumatische stressstoornissen meer dan bij de voorgaande onveilige bindingspatronen. Chaotische bindingen ontstaan als een moeder een bron van angst en tegelijkertijd een bron van liefde is. Het verlangen om te hechten en te binden wordt een 'dubbele' binding omdat het kind niet weet of de binding veilig of angstig is. De dreiging om kwaad gedaan te worden, misbruikt, of bang gemaakt overschaduwde de wens om dichterbij te komen, en dit veroorzaakt een raadspelletje met grote inzet. Als een kind zijn of haar bindingslichtjes aan heeft, veroorzaakt het paniek als gevolg van gebrek aan voorspelbaarheid van het gedrag van de ouder of zorgverlener. Als een kind bijvoorbeeld wil hechten met de moeder zullen de 'bindingslichtjes' aangaan. De bindingslichtjes van de moeder zijn verward op een onvoorspelbare manier (aan/uit/aan/uit etc.). De moeder laat het kind in een staat van angst en verwarring omdat het niet weet in welke toestand de moeder is als het wil binden. Studies laten een ouder zien die een kamer binnenkomt waar zijn of haar 'chaotisch' kind speelt. Het kind zal achterwaarts lopen of kruipen naar de ouder



omdat het niet het gezicht wil zien van pa of ma. Een kind kan zo ook over de grond kruipen en steeds haar hoofd op de grond stoten. Niet alle voorbeelden van chaotische bindingen hebben zijn oorzaak in misbruik. Verbazingwekkend

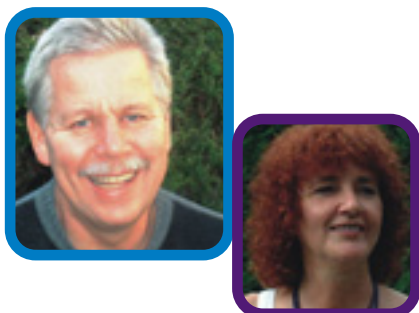
genoeg is de meest voorkomende oorzaak van chaotische verbindingen niet een boze ouder. Veelal is er sprake van een 'slachtoffer' -ouder een ouder die voortdurend bang is. Een kind dat zijn identiteit deelt met een angstig geprogrammeerd brein krijgt een identiteit van iemand die angstig is en is gebonden aan angst. Alles in de wereld wordt angstig en schrikwekkend. Een gezonde ouder geeft een angstig kind geruststelling en troost maar een chaotisch kind ontvangt angst en bezorgdheid terug. Een grote bron van angst in kinderen ontstaat door angstige ouders.

Volgens het baanbrekende boek 'The Complete Guide to Men' van dr. Jim Wilder zijn er drie dingen die een baby-jongetje bang kunnen maken voor zijn eigen bindingslichtje, namelijk als zijn signalen aangeven dat 1) ze moeder boos maken 2) aanleiding geven dat hij soms overwelddigd wordt, en 3) als de baby ontdekt hoe bang de moeder is. Als bij al deze drie voorwaarden zijn bindingslichtjes aangaan, veroorzaken ze bij hem pijn en angst, terwijl hij nabijheid en troost wil, maar wat zal er deze keer gebeuren? Dit patroon leidt tot chaotische bindingen. Een chaotisch kind zal een pijnlijk leven in relaties voor de boeg hebben. Genezing begint met een authentieke, eerlijke en consistente relatie, die voorziet in veiligheid voor een chaotisch kind.

Voor meer informatie over bindingen beveel ik het boek 'Developing Mind' van Daniël Siegel aan. Meer informatie over hechtingen en synchronisatie is te vinden in het boek 'The Complete Guide for men' van dr. Jim Wilder en dit jaar wordt het nieuwe boek verwacht van Chris Coursey en Jim Wilder: 'Thriving: Life Rhythms Discovered, Life Rhythms Restored'.

Dr. Jim Wilder houdt in oktober 2004 enkele lezingen en seminars in ons land o. a. in Drachten, Dordrecht en Amsterdam. Via ons blad en onze website (www.stichting-promise.nl) kunt u hierover meer informatie vinden.

Cursus christelijke assertiviteit



Vanaf 2 febr t/m 19 april 2004

wordt in het therapeutisch centrum te Oudewater weer een training "Christelijke Assertiviteit" gegeven 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.

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 te communiceren en grenzen te stellen?

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.

Voordat men op deze cursus kan inschrijven, dient er een intakegesprek plaats te vinden. (tel. 0348-563968)

De geplande lesavonden voor het voorjaar 2004 zijn:

2, 9, 16, februari 2004

1,8,15,22,29 maart 2004

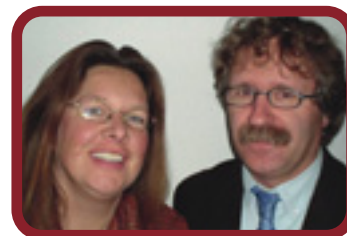
5,19 april 2004

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 info@pastoraat.com om meer informatie aan te vragen of om u op te geven voor de cursus

Of bel tel 0348-563968



Cursus omgaan met stress

Op 6 en 13 maart te Oudewater 2004

Door Gerard en Coby Feller

In deze cursus willen we u kennis laten maken hoe spanningen op lichaam, ziel en geest uitwerken. Wat zijn de spanningssignalen, die je kunt herkennen? En hoe staan deze met elkaar in verband? Zo laten we in het kort op eenvoudige wijze iets zien van de werking (fysiologie) van spieren, houding, ademhaling om de lichaams oefeningen beter te begrijpen en zo ook beter te kunnen oefenen. Daarnaast staan we o.a. stil bij de psychische verschijnselen van spanningen in ons denken, willen en voelen. Om tot slot op

geestelijk terrein ook in te gaan op onze relatie met Jezus Christus en de mogelijkheden, die Hij ons geeft om in Zijn rust te komen.

Kosten

De kosten voor de cursus van twee zaterdagen, inclusief maaltijden, koffie en cursusboek bedragen €115,-. Het is niet mogelijk voor een enkele zaterdag in te schrijven. Het cursusgeld moet worden voldaan uiterlijk tien dagen voor de eerste zaterdag. Bij annulering binnen deze termijn van tien dagen voor de eerste zaterdag is €50, reserveringskosten verschul-



digd. Na aanmelding en betaling ontvangt u een bevestiging plus routebeschrijving. Uw betaling kunt u overmaken op bankrek. 352313498 van de Rabobank te Oudewater t.n.v. G.P.M. Feller onder vermelding omgaan met stress maart 2004

Heel de mens

Praktijk voor christelijke hulpverlening bij psychosomatische problemen

Waar men in het verleden ziekten en klachten van de mens verklaarde vanuit een dualistische levensvisie, namelijk of alleen psychisch of alleen lichamenlijk, wordt het steeds duidelijker, dat de mens in wezen een eenheid is. Bijbels gezien is de mens door God geschapen als eenheid van geest, ziel en lichaam. Gezondheid en welzijn moeten dan ook gedefinieerd en gerelateerd worden aan deze verhoudingen.



Gerard Feller

is als christen fysiotherapeut en pastoraal therapeut gespecialiseerd in "Bijbelse psychosomatiek", en behandelt al 20 jaar cliënten met angsten, fobieën, depressiviteit, stress, hyperventilatieklachten, seksualiteitsproblematiek, "burn out", relatieproblemen, etc.

Werkwijze

Middelen in deze therapie zijn: lichaams-

gerichte technieken (adem/ontspanningsoefeningen, psychomotorische therapie, gevoelstraining, zintuiglijke oefeningen en sensomotorische training, massage), pastoraat, counseling, stressmanagement. Gerard Feller werkt, naast gebruikmaking van non-verbale technieken, graag op een directieve wijze (directieven zijn aanwijzingen, vaak gecombineerd met huiswerkopdrachten). Eerst worden de problemen in kaart gebracht. Openstellen voor de wil en leiding van de Heilige Geest is hierbij, maar ook tijdens de gehele hulpverlening, onmisbaar. Naar aanleiding daarvan ontvangt de cliënt aanwijzingen en worden bepaalde strategiemogelijkheden aangedragen, die het probleem kunnen verhelpen of verkleinen. Gezamenlijk stellen hulpverlener en cliënt een plan op, waaraan vervolgens gewerkt wordt. Tijdens de behandelsessies is het mogelijk,

door de integratie van de therapie, "over te schakelen" van lichamenlijk gerichte behandeltechnieken naar counseling/pastoraat of omgekeerd. Vaak leidt dit tot aanzienlijk verbeterde resultaten in een behandelingsserie.



Coby Feller- Nagtegaal

Coby werkt als psychosomatisch oefentherapeut en is tevens trainer in cursussen georganiseerd door de Stichting Promise. Daarnaast begeleidt ze samen met Gerard mensen met (seksuele) trauma's en chronische stressproblematiek. Ook Coby heeft een pastorale achtergrond.

Gerard en Coby Feller richten zich met name op christenen. Zij gaan er van uit dat een samengaan van hulpverlening en geloven onmisbaar is voor "herstel". De therapie moet heel wezenlijk aansluiten bij de belevingswereld van de cliënt. Er wordt niet "oeverloos" gepraat, belangrijk is een plan van aanpak, wat op "het lijf" van de cliënt geschreven is. Samenwerking (en toetsing) met andere (christelijke) hulpverleners is uitermate belangrijk om de hulpverlening op een verantwoorde manier vorm te geven.

Tarieven

De tarieven van de behandelingen zijn gekoppeld aan de landelijke normen voor fysiotherapie. De eerste zitting van een uur betaalt u zelf, in veel gevallen vergoed de particuliere verzekering en ziekenfonds (tot 9x) bij voorschrift van een (huis)arts de therapie. Komt het accent van de therapie buiten het vakgebied van de psychosomatische fysiotherapie te liggen (b.v. accent op counseling/pastoraat), dan moet u de therapiekosten zelf betalen (uiteraard na voorgaand overleg).

Praktijkadres:
Therapeutisch centrum
Lange Burchwal 80
3421 SM Oudewater
Tel: 0348 563359 / 565451

ANTWOORDSTROOK

JA

- Ik steun de Stichting Promise en wil me abonneren op het blad Promise en maak minimaal €9,- over op giro 4906197 of bankrekening 39.16.83.071 van Stichting Promise te Oudewater.
- Stuur mijproefnummers á €2,5 per stuk
- Stuur mij informatie over de cursussen en studiedagen van 'Heel de Mens' (Bijbels omgaan met stress, assertiviteit, psychosomatiek, burnout enzovoort)
- Stuur mij informatie over het organiseren van een studiedag, seminar, cursus of lezing in mijn gemeente, kerk, kring, bedrijf of instelling
- Stuur mij informatie over de boeken: Bijbels omgaan met stress 1 en 2, Heel de mens over bijbels holisme in de gezondheidszorg, ontmasker de duisternis in de alternatieve geneeswijzen.
- Ik wil meehelpen in gebed en/of financiële steun en ontvang ook actuele informatie over de website www.stichting-promise.nl

Naam _____

Adres _____

Postcode/Woonplaats _____

Telefoon _____

Stuur deze antwoordstrook (gefrankeerd) op naar :
Stichting Promise, Lange Burchwal 80, 3421 SM Oudewater tel. 0348-563359 fax 0348-563968 of stuur een e-mail naar info@stichting-promise.nl

Dr. Jim Wilder komt naar Nederland in oktober 2004



Er is een organisatiecomité gevormd om de komst voor te bereiden van de Amerikaanse christen psycholoog dr. Jim Wilder. Dit comité bestaat uit de volgende organisaties: Stichting 'De Hoop' de vereniging 'Heil des Volks' de FEO, de stichting Promise, de Bethel-gemeente in Drachten en de Gemeente Jozua in Dordrecht.

Jim Wilder heeft veel van de kennis en ervaringen van modern hersenonderzoek van de laatste jaren gebundeld en een zogenaamd hiërarchisch hersenmodel ontwikkeld. Dit model leert ons veel hoe de hersenen interactief groeien en samenwerken. Het psychosociaal functioneren van de mens is steeds duidelijker terug te brengen tot de anatomie en (neuro) fysiologie van de hersenen. Het unieke van het werk van Jim is dat hij deze kennis toegepast heeft in het pastoraat. Zijn werk en leer is zo enerzijds gebaseerd op modern wetenschappelijk denken en anderzijds op een Bijbels fundament, zodat de term Bijbels holisme niet misplaatst is. Als één van de gezaghebbende auteurs over occultisme en bevrijding in Amerika heeft Jim ook veel te zeggen over de geestelijke wereld en de invloed op de gezondheid van de mens.

Jim zal ook tweedaagse seminars geven voor hulpverleners en belangstellenden. Op 1 en 2 oktober in het noorden van het land. (Drachten) en op 8,9 oktober in het westen (Dordrecht) Verder geeft dr Wilder ook nog les op de Tyndale universiteit in Badhoevedorp, en trainingen aan de leden en personeel van het organiserend comité. Zijn onderwijs zal betrekking hebben op zijn Life model over de groei van de hersenen en de implicaties op het gebied van de hulpverlening. (o.a. Identiteit, volwassenheid, groei en 'spirituele adoptie'). Voor iedere psycholoog, pastoraal hulpverlener en werker in de (gezondheids) zorg is deze training een 'must'. Nadere gegevens worden in de (evangelische) pers bekend gemaakt en ook op www.stichting-promise.nl. Maar reserveer vast de genoemde data in oktober!

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

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

internetpagina: 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