

Promise

Voor Bijbels denken in de gezondheids(zorg) 28ste jaargang nr 4 (oktober 2012)



In dit nummer

Communicatie in Spreuken
Terug naar de sabbat?
Focustherapie

Communicatie i



Spr. 18:21 - Op de tong liggen zowel dood als leven, wie aan één van beiden de voorkeur geeft, zal de vruchten daarvan plukken.

Inleiding

Het boek Spreuken geeft ons de toepassing van de wijsheid van God, die de hemel en aarde schiep, op de verschillende facetten van het leven in deze wereld van verwarring en verval. God bepaalt ons in dit Bijbelboek bij Zijn onmetelijke genade door Zijn Wijsheid toe te passen op de omstandigheden van ons praktische leven. Hij toont ons met Zijn inzicht wat de gevolgen zijn van alle wegen, waarin een mens zou kunnen wandelen. Aan iemand die onderworpen is aan het Woord, worden middelen gegeven om de weg van eigen wil en dwaasheid van het hart te vermijden. Het hart alleen is onbekwaam om de draagwijdte te verstaan van veel handelingen, die het ons ingeeft. Spreuken bepaalt ons bij de Wijsheid en Voorzichtigheid om ons te beschermen.

In het boek Spreuken zijn veel lessen over communicatie te vinden. Het is een praktisch en poëtisch boek, het gaat niet om 'oneliners' maar om de kennis en wijsheid van de Heer (Spr. 8:8-9). We mogen niet vergeten dat het een onderdeel is van de gehele Schrift, waarvan Paulus zegt dat het geïnspireerd is door de Heilige Geest en nuttig om te onderwijzen en op te voeden. Christus is de ver personificatie van de wijsheid Gods, zoals die in Spreuken 8 te lezen is. God communiceert door het Woord (de Logos) en de Heilige Geest die de woorden in ons hart schrijft. Pas als we die Geest ontvangen hebben kan God ten volle door het Woord communiceren. In Spreuken 1: 1-4 zien we dat Hij ons als Vader wil leren. Volgens Spreuken is er een innige relatie tussen ons hart en ons spreken. In Spreuken 6:14 wordt dit verwoord met het gezegde: "Waar ons hart vol van is, daar loopt onze mond van over". In Spreuken is er steeds sprake van dat we de woorden in ons hart moeten vasthouden (Spr. 4:20-27). Dit betekent

dat de woorden vanuit ons diepste binnenste moeten komen, of eenvoudiger gezegd: woorden die we geloven. Daarvoor dienen we ons binnenste te vullen met de woorden van God, geleid door de Heilige Geest. Immers het geloof komt uit het horen van het Woord Gods. Spr. 16:23 verwoordt het als volgt: Het hart van een verstandig mens laat hem wijze woorden spreken en die vormen een overvloed van wijze lessen. De Spreuken van Salomo is niet een boek van 'tips en trucs' maar communicatie die doorspekt is van geloof. Uw woorden gesproken in stilte tot uzelf, tot uw hart en verstand, of hardop naar anderen uitgesproken, zijn de symptomen van de diagnose van uw hart. Niet wat de mond in gaat maakt de mens onrein, maar wat de mond uitkomt!

1. Onze woorden hebben kracht!

Ze kunnen tweedracht zaaien of genezing brengen.

Spr. 12:18 - Sommigen slaan met hun kwetsende woorden als een zwaard om

n Spreuken

zich heen, maar wat de wijze zegt, kwetst niet en is heilzaam. Iemand die de waarheid spreekt, blijft altijd overeind, bedrog is slechts een tijdelijke zaak, want eerlijk duurt het langst.

Woorden kunnen schade aanrichten of leven geven.

Spr. 11:9 - De huichelaar brengt met zijn woorden zijn naaste ten val, maar de rechtvaardigen laten zich niet van de wijs brengen en zich niet door zo'n huichelaar om de tuin leiden.

Spr. 15:4 - Gezonde woorden zijn als een boom van leven; verkeerde woorden richten echter schade aan.

2. De bron van onze woorden is belangrijk

Ze moeten geworteld zijn in waarheid

Spr. 6:12 - Een deugniet en een dwarsligger kun je gemakkelijk herkennen; je hoeft hem alleen maar aan te horen.

Spr. 6:14 - Waar zijn hart vol van is, loopt zijn mond van over.

Ze mogen niet strijd voortbrengen. Na-

tuurlijk wordt niet bedoeld dat iemand geen conflicten kan hebben. Ze moeten die strijd niet groter maken.

Spr. 17:14 - Het begin van een ruzie is als een dijk die doorbreekt; bemoei u er dus niet mee, voordat u en anderen er in worden gemengd.

Spr. 20:3 - Het is een eer voor een man als hij ruzies vermijdt; alleen een dwaas mengt zich in geschillen.

Spr. 26:21 - Zoals kolen het vuur doen opgloeien en het hout het vuur laat vlammen, zo laat een ruziezoeker geschillen opvlammen.

3. We moeten de vaardigheid leren om effectief te luisteren

Spr. 7:24 - Wel, kinderen luister naar mij. Laat je hart niet afdwalen.

De Spreuken van Salomo is niet een boek van 'tips en trucs' maar communicatie die doorspekt is van geloof.

Spr. 8:33 - Luister naar mijn lessen en word wijs; onttrek u niet aan mijn onderwijs

Spr. 20:12 - De Here heeft veel dingen gemaakt, ogen om mee te zien en oren om mee te horen.

Spr. 15:31 - Wie luistert naar opbouwende terechtwijzingen, bevindt zich in wijs gezelschap.

Spr. 18:13 - Wie antwoord geeft, voordat de vraag is uitgesproken, wordt als een dwaas beschouwd.

Spr. 18:15 - Wie verstandig is, wil toenemen in kennis; hij is gespitst op wijze woorden.

Spr. 15:32 - Wie de berisping verwerpt, doet zichzelf tekort, maar wie luistert krijgt verstand en wijsheid.

Spr. 19:20 - Luister naar raad en berisping, zodat u uiteindelijk verstandig wordt.

4. We worden aangemoedigd om eerst na te denken voor we spreken

Spr. 16:32 - Een geduldig mens is beter





dan een sterk mens, en wie zichzelf goed in bedwang heeft is sterker dan de man die steden inneemt.

Spr. 21:23 - Wie zijn mond en tong in bedwang houdt, vrijwaart zich van problemen.

Spr. 26:4 - Ga niet in op de woorden van een dwaas, anders verlaagt u zich tot zijn niveau.

Spr. 29:20 - Kent u iemand, die onbezonnen spreekt? Zo iemand is nog dommer dan een dwaas.

Spr. 15:28 - Een rechtvaardige denkt voordat hij spreekt, een goddeloze spuit volop vuile taal.

5. Er is een juiste timing nodig van onze woorden

Spr. 15:23 - Een passend antwoord maakt de spreker blij en wat is een woord goed op zijn tijd!

Spr. 25:11 - Goede en toepasselijke woorden zijn als gouden appels op zilveren schalen.

Spr. 21:23 - Wie zijn mond en tong in bedwang houdt, vrijwaart zich van problemen.

Spr. 15:1 - Een zachtmoedig antwoord sust de woede, maar een tactloze uitspraak roept de woede juist op.

6. We kunnen ook teveel praten

Spr. 10:12 - Haat leidt tot onrust en ruzies; de liefde bedekt echter al het menselijk falen.

Spr. 11:13 - Wie roddels verspreidt, maakt geheimen bekend; maar een tactvol en betrouwbaar mens bedekt zo'n zaak.

Spr. 13:3 - Wie zijn tong bedwingt, behoudt het leven; maar lichtvaardig spreken wordt bestraft.

Spr. 17:27,28 - Iemand die zijn verstand goed gebruikt, houdt zijn tong in bedwang; hij is bedachtzaam en scherpzinnig. Want een dwaas die zijn mond dicht houdt, wordt voor wijs versleten; voor verstandig gehouden, omdat hij niets zegt.

Spr. 18:2 - Een dwaas heeft geen behoefte aan verstand, zijn dwaze hart ligt open.

Spr. 20:19 - Een roddelaar maakt zaken bekend, die verborgen moesten blijven; bemoei u daarom niet met mensen, die u uitspraken ontlokken.

7. De toon maakt de muziek

Spr. 17:9 - Wie onrechtvaardig is behandeld, maar daar geen ophef van maakt, bevordert de liefde. Maar wie oude koeien uit de sloot haalt, raakt zelfs zijn beste vriend kwijt.

Spr. 15:1 - Een zachtmoedig antwoord sust de woede, maar een tactloze uitspraak roept de woede juist op. De Heer helpt met de juiste toon en antwoorden

Spr. 16:1 - Een mens kan van alles van plan zijn, maar de Here bepaalt de loop van de gebeurtenissen.

Spr. 25:15 - Een gezagsdrager laat zich

door een vriendelijk geduld overtuigen; een vriendelijk woord weet zelfs het hardste hart te vermurwen.

8. Onze communicatie moet in waarheid zijn

Spr. 12:17 - Wie de waarheid spreekt, toont duidelijk wat is gebeurd; maar een vals getuige verdraait de zaak.

Spr. 12:19 - Iemand die de waarheid spreekt, blijft altijd overeind; bedrog is slechts een tijdelijke zaak, want eerlijk duurt het langst.

Spr. 12:22 - De Here verafschuwt leugens, maar wie waarachtig leeft, vindt genade in Gods ogen.

Spr. 16:33 - Koningen moeten gerechtigheid liefhebben, zij houden van mensen die rechtvaardig zijn.

Spr. 19:5 - Een valse getuige zal niet worden vrijgesproken; een leugenaar zal zijn straf niet ontlopen.

Spr. 26:18 - Wie zonder aanleiding als een razende zijn pijlen en bedreigingen om zich heenwerpt, is te vergelijken met iemand die zijn naaste bedriegt en dan zegt: "Ach, ik deed het toch voor de grap?"

Spr. 19:5 - Een valse getuige zal niet worden vrijgesproken, een leugenaar zal zijn straf niet ontlopen

9. Zoek goede adviseurs. / raadgevers 11:14, 15:22,

Spr. 24:6 - Want door goed overleg kun je de oorlog in jouw voordeel beslissen,

betrouwbare adviseurs zijn de basis van de overwinning.
 Spr. 1:25 - Mijn raad hebt u naast u neergelegd en mijn vermaning wees u van de hand
 Spr. 1:30 - Ze legden mijn adviezen naast zich neer en schokschouderden over Mijn vermaningen.
 Spr. 19:20 - Luister naar raad en berisping, zodat u uiteindelijk toch verstandig wordt.
 Spr. 20:18 - Goede adviezen brengen gedachten ten uitvoer. Bind de strijd pas aan na overleg.
 Spr. 22:19,20 - Ik geef deze wijsheden aan u door, zodat u leert de Heer in alles te vertrouwen. Heb ik u geen hoogstaande dingen geschreven, vol wijze raad en diep inzicht?
 Spr. 27:9 - Geurige olie maakt het hart blij, net zoals de goede raad die de ene vriend de andere geeft.

10. Vertel, wat mensen moeten horen, niet alleen wat ze willen horen

Spr. 29:5 - Een man die zijn naaste stroop om de mond smeert, misleidt hem.
 Spr. 28:23 - Wie wordt berispt, zal merken dat hem dat goed doet, en dat het beter is dan wanneer hij naar de mond gepraat wordt.
 Spr. 27:6 - De berispingen van iemand die van u houdt, worden ingegeven door vriendschap, maar vriendelijkheid van iemand die u haat, komt voort uit bedrog.
 Spr. 14:25 - Een eerlijke getuige kan levens redden, een vals getuige kan iemand door bedrog de dood injagen.
 Spr. 9:8 - Straf de spotter niet, want dan zal hij u gaan haten; bestraf echter een wijze, dan zal hij u dankbaar zijn.

11. Gebruik stichtelijke, opbouwende woorden

Spr. 15:4 - Gezonde woorden zijn als een boom van leven, verkeerde woorden richten echter schade aan.
 Spr. 16:24 - Vriendelijke uitspraken zijn als een honingraat, zoet voor het verstand en medicijn voor het lichaam.
 Spr. 12:25 - Zorgen maken het hart van een mens verdrietig, maar een bemoedigend woord maakt het weer blij.

12. Waak voor 'zondige' boosheid

Spr. 29:11 - Een dwaas schreeuwt van woede, een verstandig mens beheerst zich en komt tot rust.
 Spr. 26:26 - Ook al tracht iemand zijn haatgevoelens te maskeren, zijn kwade voornemens zullen aan het licht komen.
 Spr. 8:13 - Eerbiedig ontzag voor de Here houdt in dat u het verkeerde, de trots, de hoogmoed en de goddeloosheid haat; ook een vuil spuitende mond haat ik.
 Spr. 17:19 - Wie van ruzie en onenigheid

houdt, geef blij van liefde voor de zonde.
 Spr. 14:17 - Een heethoofd doet snel domme dingen, en een man die gemene dingen doet wordt gehaat.

13. Wees niet uit op wraak

Spr. 20: 22 - Zeg niet dat u het onrecht zult wreken, wacht liever op de Here, want Hij zal u bijstaan.

14. Wees nederig

Spr. 14:21 - Wie op zijn naaste neerkijkt, zondigt, maar gelukkig is hij, die zich ontfemt over mensen die het moeilijk hebben.
 Spr. 16:19 - Het is beter bescheiden te zijn met vriendelijke mensen, dan de buit te delen met trotse mensen.
 Spr. 29:23 - Hoogmoed komt voor de val, maar een nederig mens wordt gewaardeerd.

15. Heb ontzag voor de Here (Houd rekening met God)

Spr. 3:7 - Ga niet op je eigen oordeel af, maar koester ontzag voor de Here en ga het verkeerde uit de weg.
 Spr. 13:13 - Wie Gods woord en Zijn lessen veracht, komt dat duur te staan; wie eerbiedig ontzag koestert voor het gebod, zal Gods genade vinden.
 Spr. 24:21 - Koester ontzag voor de Here en voor de koning, mijn zoon, sluit je niet aan bij rebellen en opstandelingen.

Spr. 28:14 - Gelukkig is hij die ontzag heeft voor de Here, maar wie opstandig blijft, wordt in het verderf gestort.
 Spr. 31:30 - Uiterlijke schoonheid is bedrieglijk en verdwijnt, maar een vrouw, die ontzag heeft voor de Here, verdient bewondering en lof.

16. Kom eerlijk voor je fouten en of zonden uit

Mijd zelfrechtvaardiging en erken dat je fouten maakt.
 Spr. 14:9 - Iedere dwaas zal zijn zonden verbloemen, of daar misschien niet zwaar aan tillen, maar oprechte mensen komen eerlijk uit voor wat zij fout deden.
 Spr. 18:21 - Op de tong liggen zowel dood als leven, wie aan één van beiden de voorkeur geeft, zal de vruchten daarvan plukken

Samenvatting van principes uit Spreuken: obstakels en sleutels voor een goede communicatie in (huwelijks-) relaties (onbekende bron)

Sleutelverzen in Spreuken zijn:
 Spr.1:7 De vreze des Heren is het begin van alle kennis, de dwazen verachten wijsheid en tucht.
 Spr.9:10 De vreze des Heren is het begin der wijsheid en het kennen van de Hoogheilige is verstand.



Dingen die God haat (een gruwel vindt) in Spreuken

- Gewelddadige mensen (Spr. 3:31)
- Trots, liegen, moorden, intrigeren, gretig om kwaad te doen, vals getuigenis, tweedracht zaaien (Spr. 6:6-19)
- Zij die ontrouw zijn (Spr. 12:22)
- Het offer van de goddeloze (Spr. 15:9)
- De gedachten van de goddeloze (Spr. 15:26)
- Zij die trots zijn (Spr. 16:5)
- Zij die onrechtvaardig oordelen (Spr.17:15)
- De weg van de goddeloze (Spr.15:9)
- Geschenken om om te kopen/corruptie Spr. 15:27
- Bedrieglijke weegschaal, dus bedrog in handel Spr.11:1; 16:11; 20:10
- Onrechtmatige winst Spr.1:19
- Uit: Het Leven, praktische lessen uit het Boek; Jongbloed Heerenveen, 2001

Tegenstellingen in communicatie in het boek Spreuken

Kennis (van de Here)	tegenover	Onwetendheid
Wijsheid	tegenover	Dwaasheid
Duidelijkheid	tegenover	Onduidelijkheid
Waarheid	tegenover	Leugens en roddel
Begrip	tegenover	Onbegrip
Vertrouwen	tegenover	Wantrouwen
Vrijheid	tegenover	Gebondenheid
Groei	tegenover	Stagnatie
Volwassenheid	tegenover	Onvolwassenheid
Gelijkgezindheid	tegenover	Twist, tegenstreven
Eenheid	tegenover	Verdeeldheid
Nabijheid	tegenover	Verwijdering
Intimiteit	tegenover	Afstand
Broederschap	tegenover	Vijandschap
Gemeenschap	tegenover	Verachting



Obstakels:

- A Materialisme
- Als we materiële zaken belangrijker vinden dan God, zal het ons huwelijk schade doen.
 - Onze relatie met God beïnvloedt onze relatie met onze partner, als we alleen aan materiële zaken denken sluiten we God uit.
 - Materiële goederen is niet de enige vorm van liefde, en vervangt die niet. Jer kunt liefde niet kopen
 - We moeten grotere waarde hechten aan het spreken van de waarheid, dan het uiten van liefde tot onze relatie in materiële zaken.
- B Een kritische houding
- Een groot obstakel in de communicatie met de ander is, dat we snel de neiging hebben de ander de maat te nemen, te (ver)oordelen.
 - Net als met alles, moeten we rechtvaardig oordelen.
- C Angst
- Als er veel vooroordelen zijn, zijn we bang ons te openen voor de ander.
 - Als onze partner moeite heeft met een correctie dan kunnen we ons moeilijk open stellen voor de ander.
- D Manipulatie
- Jengelen, pruilen, intimideren of je terugtrekken om aandacht en je zin te krijgen.
 - Niemand houdt ervan om gemanipuleerd te worden en het kweekt alleen weerstand en wantrouwen.
- E Geobsedeerdheid
- We leven in een drukke wereld, en we geven de belangrijke zaken geen prioriteit.
 - Onze partners moeten weten dat ze onze aandacht hebben.
- F Afgestompt
- Soms wordt ons huwelijk en onze relaties een sleur.
 - Niets verandert, van onze spraak,

voedsel, kleren tot de plaatsen waar we naar toe gaan.

- Gelukkige relaties zoeken nieuwe dingen die ze samen kunnen doen.
- G Oneerlijkheid
- Dit verwoest onze huwelijken.
 - Het vertrouwen dat er moet zijn, wordt gedwarsboomd, zelfs de kleinste leugen wordt herkend.

Sleutels voor een effectieve communicatie

- A Wees bekend met de ander
- Ken de voorkeuren van de ander.
 - Dit kan alleen als je samen tijd doorbrengt.
- B Wees liefdevol en genadevol
- We moeten geen kwaad met kwaad vergelden.
 - We moeten onvoorwaardelijk de ander liefhebben, zelfs als je partner dit niet doet.
- C Wees transparant
- Als je wilt dat je partner je intens liefheeft, moet je, jezelf openen.
 - Er is geen plaats voor iets wat de ander niet weet.
- D Wees vertrouwenswaardig
- E Wees positief; als iets niet belangrijk is, laat het maar zitten
- F Wees gevoelig
- Als we het zelf niet zo ervaren, wil dat niet zeggen dat de ander het net zo ervaart.
 - We moeten de gevoelens van de ander accepteren, en hem/haar hiermee helpen.
- G Wees effectief communicatief. Let op de (non verbale) signalen van de ander, soms betekent dat iets anders dan wat gezegd wordt. (Zie het artikel over lichaamstaal van de Here Jezus op de Promise website)
- H Wees goed in het luisteren
- Op veel plaatsen staat dat Jezus zegt: "Wie oren heeft, moet luisteren".

- Trek niet gelijk conclusies, maar luister eerst naar alles.
- I Wees overvloedig in het gebed.
- Het is moeilijk te redetwisten met iemand waar je voor bidt.
 - We komen tijdens het gebed tot rust en herinneren ons hoe we onze partner moeten benaderen.

Hoe moeten we op de juiste manier conflicten aangaan?

- A Maak duidelijk waar het om gaat wat de hoofdzaak is
- Laat het duidelijk zijn waarover je discussieert.
 - Vaak maken we ruzie over verschillende dingen.
- B Herhaal de woorden van de ander
- Vaak hoor je in een discussie: Dat is niet wat ik zeg of bedoel.
 - We moeten moeite doen precies na te gaan wat de ander bedoelt en wat zijn/haar intenties zijn.
- C Kies de juiste tijd
- Gebruik argumenten niet als munitie op het moment dat het jou uitkomt.
 - Net voor het slapen gaan is meestal niet het beste moment.
- D Denk na voor je van wal steekt
- Denk na of discussie over dit onderwerp iets goed oplevert.
 - Spr. 17:14 - Het begin van een ruzie is een dijk die doorbreekt.
- E Probeer iets op te lossen
- Als je boos wordt: zondig niet!
- F Val het probleem aan, niet jouw partner
- Maak onderscheid tussen het gedrag en de persoon
- G Soms is het goed om elkaar vast te houden tijdens een discussie
- Laat iets niet los als je er niet (samen) voor gebeden hebt.

Gerard Feller, augustus 2012



De Spreuken zijn uit verschillende vertalingen genomen. Vertalingen van Spreuken, verschillen nogal onderling. Dat komt omdat het gaat over kleine zinseenheden waar de grotere context ontbreekt.

Stress te lijf!!

Leer uw lichamelijke spanningssignalen te herkennen en paniekstoornissen te voorkomen.

4 dinsdagavonden in november 2012

Van 19.30 uur - 22.00 uur in het therapeutisch centrum op de Lange Burchwal 80 in Oudewater.
Tel. (0348) 561419 of 567670.

Als bijbelgetrouwe christenen wijzen we de yoga-oefeningen af. Toch vinden we in deze cursus een verantwoord Bijbels alternatief waarin we op een goede manier ook aan lichaams oefeningen ter ontspanning kunnen werken. 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. Daarin komen oefeningen zoals spierontspanningsoefeningen, adem-oefeningen en houdingsoefeningen aan de orde die ons helpen meer inzicht en controle uit te oefenen op onze lichamelijke spanningen en gezondheid.

Lesprogramma

Dinsdag 6 november

19.30-22.00 - Voorstellen, Oefeningen om te bepalen of u goed lichamen kunt ontspannen en kort interactief bijbels voorbeeld van omgaan met stress

Dinsdag 13 november

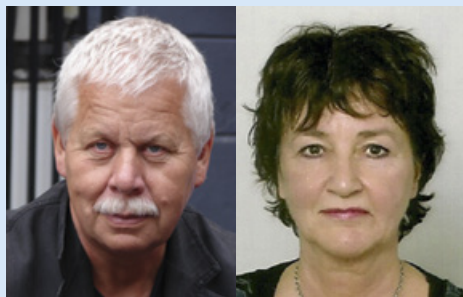
19.30-22.00 - Spierontspanning + houding en kort interactief bijbels voorbeeld van omgaan met stress

Dinsdag 20 november

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

Dinsdag 27 november

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



Cursusleiding

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

Cursuskosten

De kosten voor de cursus van 4 dinsdagavonden, inclusief koffie/thee en cursusboek bedragen € 130,-.

Opgave

Het is niet mogelijk voor een of twee

donderdagen in te schrijven. Graag € 130 te voldoen op onderstaand rekeningnummer vóór 25 okt. 2012.

Bij annulering van de cursus binnen een termijn van tien dagen voor de eerste dinsdag bent u € 30 reserveringskosten verschuldigd. Na aanmelding en betaling ontvangt u een bevestiging plus routebeschrijving.

Uw betaling kunt u overmaken op bankrekening 352313498 van de Rabobank te Oudewater t.n.v. G.P.M. Feller onder vermelding 'stress te lijf' najaar 2012.

Vaak wordt deze cursus vergoed door werkgevers en soms door zorgverzekeraars. (minimum deelnemers 7 maximum 12)



Terug naar de sabbat over de rustdag

Van zondag naar zaterdag

Voorganger Bert Woudwijk meldde via dagblad Trouw in 2003 dat naar zijn inschatting een kwart van de ruim 200 evangelische gemeenten binnenkort van de zondagviering naar de sabbatviering zou overstappen.¹ Navraag bij de organisaties Christenen voor Israël en de Verenigde Pinkster- en Evangeliegemeenten hebben de uitkomst van zijn verwachting niet kunnen bevestigen. In Dordrecht werd Woudwijk voorganger van de evangelisch-Messiaanse Shalom-gemeente en verkondigde nog altijd het Evangelie. Inmiddels heeft hij zijn naam veranderd in Ary'el Tsion ('leeuw van God Sion'). Deze voormalig christelijke voorganger herroept al zijn preken over Jezus als Gods eniggeboren Zoon en is consequent officieel een orthodoxe Jood geworden. De voormalige Woudwijk (45) vestigt zich definitief in het Heilige Land. Daarin staat hij niet alleen. De bejaarde heer H.J. Verwoerd uit Driebruggen, leider van het comité 'Het Profetische Woord', verzette zich eveneens tegen de zondag als rustdag en kondigde al eerder dan Woudwijk, zijn vertrek aan naar Israël aan.² Zetten zij terecht een trend of zijn zij misleid en misleiden zij?

Al veel eerder besloten christenen om niet langer de zondag maar de sabbat te vieren. Laten we even gaan inventariseren. De ernstig vervolgte Waldenzen, een in de Middeleeuwen ontstane religieuze beweging, die vooral actief is in Italië en Zuid-Amerika, werden ook wel 'Insabbatati' genoemd, omdat ze de rustdag niet op zondag, maar op zaterdag hielden. En hedentendage kennen we de Zevendedags Baptisten (met drie gemeenten in Nederland) en de Zevendedags Adventisten (in Nederland met 51 gemeenten, met ongeveer 4500 mensen die zich hiertoe rekenen³). Een prominent lid van de Zevendedags Adventisten is de fractievoorzitter van de Partij voor de Dieren, Marianne Thieme. Verder vond The World Wide Church of God, gesticht door wijlen Herbert W. Armstrong, uitgever van The



Plain Truth (tot 1995), het noodzakelijk de sabbat te houden als hét teken van het verbond tussen God en Zijn volk en omdat het Gods gebod is. Nieuwe leiders realiseerden zich dat veel van Armstrongs doctrines niet bijbels waren. Na 62 jaar oude geschiedenis van deze kerk (in 2006: 110 leden in 3 Nederlandse steden) vindt men nu dat de christelijke sabbat het leven is in Jezus Christus, in wie iedere gelovige de ware rust vindt. De wekelijkse zevendedags sabbat, die Israël volgens de Tien Geboden diende te houden, was een "schaduw van de ware Realiteit waar ze naar verwees: onze Heer en Verlosser, Jezus Christus".⁴ Uit deze Wereldwijde Kerk van God werd in 2001 de unitarische vereniging of geloofsgemeenschap 'de Sabbatariër' opgericht.⁵ En natuurlijk: joden en messiasbelijdende joden, die zich zouden kunnen rekenen onder evangelicalen, houden de sabbat. Dan zijn er wat losse gemeenten als de Shalomgemeente te Dordrecht, de huisgemeente Beth-Shalom te Sleeuwijk, de Living Water Fellowship in Assen en de Immanuel-gemeente in Alblasserdam. Deze laatste

beijvert zich sterk om de 'leugens van de zondagviering' te ontmaskeren en de sabbat te promoten. De Evangeliegemeente Reveil te Lelystad viert wel de feesten uit het boek Leviticus, maar ziet af van het sabbatvieren, omdat dat te veel druk zou geven. De messiasbelijdende gemeente Beth Yeshua in Amsterdam is echter van mening dat we veel verder moeten gaan dan het vieren van de sabbat door ook de spijswetten en kledingvoorschriften in acht te nemen.⁶ Ook ds. G.H. Abma (Gereformeerde Bond) deelt de mening van de Sabbatstichting dat er geen enkele Bijbelse grond is voor de viering van de rustdag op de eerste dag der week. Met een beroep op de kerkgeschiedenis stelt hij: "Tot in de tweede eeuw vinden we geen enkele aanwijzing dat christenen van hun arbeid hebben gerust op de zondag. Zij vierden op zaterdag de sabbat en herdachten de volgende ochtend de opstanding van de Heer. Daarna gingen ze gewoon aan het werk. Door van de opstandingsdag een rustdag te maken is extra distantie tot het joodse volk ontstaan". Naarmate de dag des Heren dichterbij

sabbat? Onrust

komt, zullen we deze nodeloze barrière moeten zien op te heffen, vindt Abma.⁷ De Sabbatstichting zet zich in voor volledig eerherstel voor de zevende dag (zaterdag) als de door God gegeven rustdag. Hun streven is om die dag te laten herontdekken door zoveel mogelijk mensen, omdat het een dag is die letterlijk een geschenk uit de hemel vormt. Deze stichting heeft in 1997 een beloning van 10.000 gulden uitgelooft voor het leveren van het sluitende bewijs voor de noodzaak van het vieren van een andere wekelijkse rustdag dan de zaterdag.

In 2003 zouden er zo'n 30.000 sabbatvierders zijn. Zijn er inmiddels zoveel sabbatvierders bij gekomen? Vooral christenen met een grote liefde voor Israël houden de sabbat, maar is het wel koosjer als ze dat doen alsof ze joden zijn?

Reactie van joodse zijde

Kritiek komt er uit joodse hoek. Orthodoxe joden zitten niet te wachten op zo'n verschuiving. Ga niet 'joodje spelen, wordt geen kopieerder'. Een rabbijn meent dat de evangelischen alleen datgene uit het jodendom pikken wat hen past, wel sabbat en feesten, maar geen joodse spijswetten of kledingvoorschriften. En besnijdenissen, tienden geven, offeren, enz. dan? Het is niet alleen de vraag of het naleven van de oudtestamentische wetten wel *mag* en *moet*, maar ook of het *kan*. De tempel is immers verwoest, en daarmee is de hele prominente offerdienst vervallen.

In Rom.11:14 we worden opgeroepen de joden tot jaloezie te wekken. Daar zijn we bitter slecht in geslaagd. Zou dit wel kunnen door de sabbat weer te vieren 'zoals het was in den beginne'? Zou het terugdraaien van de rustdag van zondag naar zaterdag de verhouding tussen joden en christenen bevorderen?

De sabbat voor Israël

Het woord sabbat is een samenvoeging van het Hebreeuwse woord voor stoppen met werken, rusten, ophouden, staken, en het cijfer zeven.

De Grieken noemen de zaterdag de 'sabbato' en de vrijdag 'paraskuiè', wat vertaald 'de dag der voorbereiding' betekent. De zondag heet in het Grieks 'kuriakè hēmera' en in het Latijn 'dies Dominicus' wat letterlijk 'de dag van de Heer' betekent. Het sabbatsgebod vinden we zowel in

Exodus 20 als in Deuteronomium 5. Na drie geboden over de relatie met God (verticaal dus), vinden we de geboden 5 t/m 10 over de relatie tussen mensen onderling (horizontaal). Het vierde gebod is de langste van de tien geboden en betreft zowel de verticale als de horizontale dimensie. Immers op die dag versterken we onze relatie met onze Schepper en Bevrijder en versterken we de familiale en vriendschapsbanden. We mogen genieten van Zijn en onze scheppingen en zijn niet langer non-stop slaaf van een uitbouter.

Exodus 20:8-11 (NBV):

'Houd de sabbat in ere, het is een heilige dag. Zes dagen lang kunt u werken en al uw arbeid verrichten, maar de zevende dag is een rustdag, die gewijd is aan de HEER, uw God; dan mag u niet werken. Dat geldt voor u, voor uw zonen en dochters, voor uw slaven en slavinnen, voor uw vee, en ook voor vreemdelingen die bij u in de stad wonen. Want in zes dagen heeft de HEER de hemel en de aarde gemaakt, en de zee met alles wat er leeft, en op de zevende dag rustte⁸ hij. Daarom heeft de HEER de sabbat gezegend en heilig verklaard.'

Met cursieve letters heb ik de verschillen aangegeven. Alleen het vierde met het vijfde is een echt gebod, de andere acht zijn eigenlijk verboden, hoewel een stukje verder in het gebod toch iets negatiefs staat (een verbod dus); je mag niet werken.

Het eerste wat in de Bijbel heilig heet is niet een voorwerp, een berg of een altaar, maar een dag, een stuk uit de tijd. 'Heiligen' betekent apart zetten, maar ook 'tot bestemming brengen'. De mens begon zijn leven met rust en niet met werken. Het sabbatsgebod in Ex. 20 stoelt op de schepping, terwijl in Deut.5 het vierde gebod terug gaat op de verlossing uit de slavernij in Egypte. God is de Verlosser, en daar mogen we wekelijks bij stil staan. Op de eerste dag dat de mens er was kon Adam maar één ding doen: genieten van God en van Zijn schepping.

Oorsprong van de sabbat

Volgens de sabbatisten is de sabbat universeel voor alle mensen van alle tijden op alle plaatsen. Wanneer is de sabbat ingesteld? Bij de schepping of bij de exodus uit Egypte? Het eerste bericht over de zevende dag als een bijzondere dag treffen we al aan in Gen.2:2, 3. Maar daar is het niet een echt gebod. Bovendien is Genesis niet geschreven vóór Mozes' tijd. In de Noachitische geboden in Gen.9:4-7 ontbreekt de sabbat, waaruit blijkt dat de sabbat niet een algemeen bekende en aan

Deuteronomium 5:12-15 (NBV)

'Neem de sabbat in acht, zoals de HEER, uw God u heeft geboden; het is een heilige dag. Zes dagen lang kunt u werken en al uw arbeid verrichten, maar de zevende dag is een rustdag, die gewijd is aan de HEER, uw God; dan mag u niet werken. Dat geldt voor u, voor uw zonen en dochters, voor uw slaven en slavinnen, voor uw runderen, uw ezels en al uw andere dieren, en ook voor vreemdelingen die bij u in de stad wonen; want uw slaaf en slavin moeten evengoed rusten als u. Bedenk dat u zelf slaaf was in Egypte totdat de HEER, uw God, u met sterke hand en opgeheven arm bevrijdde. Daarom heeft hij u opgedragen de sabbat te houden.'

alle volken voorgeschreven rustdag was. De godvruchtige Job die ongeveer 500 jaar eerder dan Mozes leefde noemde de sabbat nergens, in het boek Job ontbreekt die dag geheel. Nergens in de Schriftteksten bestaan aanwijzingen dat de Sabbat in de periode tussen Adam en Mozes in acht werd genomen. De viering van de sabbat komen we pas weer tegen in Exodus 16. Vóór Gods voorziening van voedsel in manna werd de sabbat blijkbaar niet gehouden. De sabbat is een teken van het verbond tussen God en Israël⁹. De wet regeerde pas vanaf Mozes (Rom.5:12-14). Naast de besnijdenis is de sabbat één van de zichtbare onderscheidende kenmerken of (herkennings)tekens van Israël.

Jezus en de sabbat

De sabbatsrust van de schepping is verstoord, en daardoor wilde God een nieuw verlossingswerk volbrengen. "Mijn





Vader werkt tot nu toe en Ik werk ook”, zei Jezus (Joh.5:17). Niet zozeer maakte het joden boos dat Jezus zieken genas, maar het tijdstip waarop Hij dit deed: op de sabbat. Uitgerekend op de sabbat genas Jezus zieken. De Here Jezus, meer dan Mozes, de ultieme Wetgever en ‘Heer van de sabbat’ wilde in deze confrontaties met orthodoxe joden de sabbat niet afschaffen, maar duidelijk maken dat de sabbat er is voor de mens en niet de mens voor de sabbat. Welke mensen bedoelde Jezus?: Israëlieten of alle mensen? In elk geval de Israëlieten, want de heidenen hadden nog nooit van Christus en deze wet gehoord. In het slot van Mat.11 spreekt Jezus tot de vermoeden en belasten door het juk van de wet, om vervolgens in Mat.12 naar aanleiding van Zijn discipelen (die op een sabbat aren plukten om te eten) te spreken over de sabbat. Hij benadrukt dat Hij barmhartigheid wil en geen offers. Aansluitend lezen we over de genezing van iemand met een verschrompelde hand, nota bene op een sabbat. Deze gehandicapte kon met die hand ook doordeeweeks niets doen. Jezus leerde dat een mens meer is dan een dier (schaap) en dat het wel geoorloofd is om op de sabbat goed te doen.¹⁰ De Here Jezus was dus meer een liberale dan een orthodoxe jood. Hij kwam niet om de wet of de profeten te ontbinden, maar om te vervullen, dat wil zeggen: een diepere betekenis naar voren te brengen (Mat.5:17). De wet is door Mozes gegeven, de genade en waarheid zijn door Jezus Christus gekomen.¹¹

Andere rustritmes

In de islam en in de koran treffen we geen

gebod aan om de sabbatdag te gedenken. Moslims hebben geen heilige dag, geen rustdag zoals de joden die kennen. Mohammed koos voor vrijdag, omdat de zaterdag de joodse en zondag de christelijke viering is. In het westen nemen moslims doorgaans ook op zaterdag en zondag vrij en passen zich zo aan. 's Vrijdags wordt er door moslims gewerkt totdat het tijd is voor de *zohr*, het rituele middaggebed. Ik vermoed dat door een lager werktempo en omdat ze vijf keer per dag hun werk moeten onderbreken wegens het rituele gebed richting Mekka, moslims het toch volhouden. Dit verplichte dagelijks vijf keer bidden beïnvloedt natuurlijk hun productiviteit. Dit bidden moet op de minuut nauwkeurig plaatsvinden, maar de gebedstijden veranderen dagelijks in verband met de telkens veranderde stand van de zon. Hoewel Mohammed dus de prominente sabbat van de joden niet heeft overgenomen, klinkt het woord sabbat door in de Arabische naam van de zevende dag: *yawm as-sabt*, de dag van de sabbat.¹² Moslims dringen aan op het vrij kunnen nemen op hun eigen islamitische feestdagen, waardoor de zondag of de sabbat nog meer een uitzondering wordt. Franse revolutionairen voerden het decimaalsysteem in, met rust op elke tiende dag. Dit heet de *decade* of het tiendagenschema, maar dat heeft toch niet standgehouden. Dit bleek namelijk fysiek niet vol te houden, zodat men al snel na de afschaffing in 1789 terugkeerde tot de wekelijkse rustdag.

In Rusland werd deze wekelijkse dag in 1919 afgeschaft, maar pas na 12 jaar weer ingevoerd. Werkweken van tien werkdagen waarna men vier dagen vrij heeft (bij voorbeeld in de verpleging), blijkt heel zwaar te zijn. Het ritme van zeven dagen blijkt in ons bloed te zitten. Een mens heeft rust nodig om op adem te komen, helderheid in zijn denken aan te brengen, zijn gevoel te zuiveren en zijn wil opnieuw te oriënteren.

Invulling van de sabbat door joden

Joden dienen zich aan alle 613 ge- en verboden te houden. Daar zijn veel ‘subwetten’ bijgekomen. Daarmee onderscheiden zij zich van andere volken en assimileerde dit volk niet, maar bleef als apart volk met een aparte religie bestaan. Dus de joden hebben niet alleen de sabbat gehouden, maar ook andersom: de sabbat heeft de joden vastgehouden en hun identiteit behouden. De sabbat gaat om de rust, vreugde en barmhartigheid en wordt als een oase in deze turbulente tijden begroet als de koningin of bruid. Spreuken 31 wordt door orthodoxe joden bij elke aanvang van de sabbat gelezen. Joodse vrouwen hebben een belangrijke taak in de rituelen, onder meer het goed spreken

over de kinderen, want dat is in feite ‘zegenen’. Wat een kostbaar ritueel als de moeders wekelijks hun kinderen zegenen, maar ook de vader zijn vrouw en kinderen zegent.

Welbeschouwd is het vierde gebod de eerste sociale wet. Maar wat doe je als je niets, althans niet je gewone werk, mag doen? Het is goed om niets te doen, geen prikkels tot presteren te ervaren, want om de geest lenig te houden, hebben de hersens regelmatig rust nodig. Reflectie, creativiteit en menselijkheid om de rust met anderen te delen, zijn noodzakelijk. Concreet zou de tijd besteed kunnen worden door geestelijke liederen te zingen, te slapen, goede lectuur te lezen, en aandacht te schenken aan je partner (en denk daarbij ook aan ‘naar bed gaan’ met je partner, dus gemeenschap hebben), en ook aandacht aan je kind(eren) en / of familie te geven en meer met hen op te trekken. Ook vreemdelingen worden gezegend met vreugde als zij, net als Israël, de sabbat onderhouden. De Tyriërs wilden op de sabbat handel drijven maar worden door Nehemia onder bedreiging weggestuurd (Neh.13:15-22). Jesaja roept Gods volk, dat is Jacob, Israël, op om geen handel te drijven op die heilige dag of zaken te bespreken (Jes.58:13, 14). De profeten Jeremia (17:19-27) en Ezechiël (20:12-24) waarschuwen de sabbatten niet te ontheiligen.

De orthodoxe joden hebben eeuwenlang onderling stevig gediscussieerd en tot in de finesses uitgewerkt wat je nu wel en niet mag doen op sabbat. Dat leidde tot allerlei haarkloverijen, bijvoorbeeld hoe ver je precies als jood op sabbat mag lopen. Op de sabbat mag niets gedragen worden.¹³ De sabbatreis (Hand.1:12) is



maximaal 880 meter. In huis mag geen vuur aangestoken worden (Ex.35:3). Met allerlei nieuwe technieken, apparaten zoals de tijdschakelaar en het automatisch bedienen van een lift laat de discussie hierover weer op. Wat in elk geval niet alleen toegestaan, maar juist verplicht was, was de besnijdenis van een joods jongetje op zijn achtste dag, ook al was dat op een sabbat of een heilige feestdag.¹⁴

De wijk Meah Shearim in Jeruzalem staat nu bekend als de meest extreem-orthodoxe joodse wijk ter wereld, en is de thuisbasis van verschillende chassidische bewegingen. Tijdens sjabbos (sabbat) is het daar verboden welke vorm van elektronische apparatuur dan ook te gebruiken (zoals mobiele telefoons of een mp3-speler). Wie met een auto op sabbat toch door deze wijk rijdt, riskeert met stenen te worden bekogeld.

Het spontane en het feestelijke heeft een forse deuk opgelopen door de casuïstiek. Het je uitwendig aan de regels houden betekent evenwel nog geen heiliging van de sabbat. 'Heiligen' betekent niet dat de gewone dingen met een godsdienstig sausje overgoten worden, maar dat deze in contact met de Heilige gezien en beleefd worden. Dit 'apart zetten' kan door het wetticisme doodgedrukt worden (Kol.2:16,17).

De Heer zegt zelfs te walgen van de sabbatten wegens huichelarij en onrecht (Jes.1:13) en zal de feesten inclusief de sabbatten doen stoppen vanwege de afgoderij van geestelijk overspel (Hos.2:1-12). Je kunt je aan alle regels houden, maar toch nooit de sabbatsrust zijn binnengaan (Hebr.4). De betekenis van de sabbat is leven in de rust van het volbrachte werk van Jezus. Sommigen vragen zich af of God nog blijer met hen zal zijn als ze de sabbat gaan houden. Achter zo'n krampachtig houden van de zondag of de sabbat zit angst voor verwerping en straf. Geheel ten onrechte, want God is niet blij om wat ik doe, maar omdat ik geloof in het verlossingswerk van Jezus voor mij persoonlijk, en ik daardoor een kind van God ben geworden. Ik hoef, kan en mag de hemel niet verdienen omdat het gratis is. Wie het echter van werken der wet verwachten komt onder de vloek (Gal.3:10). Door je als een jood te gedragen wil je in feite roomser zijn dan de paus.

Invulling van de zondag door christenen

Christenen zijn het er over eens dat een vrije zondag per week voor iedereen heilzamer is dan alle dagen even eentonig te laten bepalen door hard werken en geld verdienen. Ook onder christenen vinden we discussies over de invulling van de zondag (srust), maar de zondag behelst



méer dan slechts een dag rusten of een dag voor het gezin of om consumenten-drang in te tomen. Op zondag kleeft je je anders: mooier, je eet anders: luxer, je hebt een ander ritme: verschillend van je gewone werk.

Organisaties als de SGP, Christen Unie en de Nederlandse Vereniging tot Bevordering van de Zondagsrust en de Zondagsheiliging, pleiten sterk voor een gewijde rustdag, die uitsluitend bedoeld is voor rust, overdenking, Bijbellesing en kerkgang. Tot hun verdriet zien ze dat de winkeltijdenwet steeds verder verruimd, en dat er weinig ruimte overblijft voor gewetensbezwaarde werknemers. Koopzondagen raken steeds meer ingeburgerd. Een complete rustdag is niet meer haalbaar, getuige de werknemers in continubedrijven als de Hoogovens, maar ook artsen en verplegend personeel in de gezondheidszorg, politie, brandweer, personeel in het openbaar vervoer en zelfs tegenstanders van werken op zondag: predikanten, die zelf op zondag werken. Met dat laatste hebben zondagvierders meestal geen moeite. Het valt te vrezen dat we in een 24-uurseconomie glijden waarin elke dag aan een andere gelijk wordt. Daardoor blijft er geen gezamenlijke vrije tijd meer over, met als gevolg dat we elkaar minder gemakkelijk kunnen opzoeken. Door alle dagen als dezelfde aan te merken worden workaholics makkelijker gekweekt. Ondanks het verlies aan productie en omzet heeft de Here God het primaat van de economie (lees: het aanbidden van de onbarmhartige geldgod Mammon) verbroken.

Als we de strenge, wettische invulling van de rustdag beschouwen, lijken orthodoxe christenen op orthodoxe joden. Is het

de bedoeling dat je loopt naar de kerk, of mag je ook met de fiets of de auto? Van het wandelen gaat rust uit en geeft gelegenheid tot overdenking. Mag je op zondag werken als je maar de kerkdiensten bezoekt? Hoeveel diensten moet je per zondag bezoeken? Het vierde gebod zegt niets over de kerkdienst. Waar ligt de grens? Mag je zondags producten zoals een ijsje kopen? Sporten en reizen op zondag? Concert- en bioscoopbezoek? Mag je dan geld betalen voor geboden diensten? Mag je dan de telefoon opnemen, op internet surfen, televisie kijken? Mag je dan de oogst binnenhalen als er een regenbui dreigt? Mogen kinderen wel op zondag spelen, mogen leerlingen dan huiswerk maken? Mogen we trouwens wel een christelijke regel opleggen aan een niet-christelijke meerderheid van onze bevolking? Zondagsheiliging is geen wet, maar een voorrecht, dat tot jaloezie zou kunnen opwekken.

Na inspanning komt ontspanning, na creëren recreëren. De rustdag is bedoeld om te genieten, en niet gewoon verder te werken, maar evenmin om je 'te pletter' te vervelen. Voor velen was de zondag niet een rustdag om te vieren, maar vanwege allerlei verboden meer een onaantrekkelijke baaldag in plaats van een feestdag.

De gemeenschappelijke rustdag is ideaal om als Gods gezin bij elkaar te komen voor een feestelijke en plechtige vergadering (Heb.10:25, 12:23). Zo'n kerkdienst mag niet doodgeorganiseerd, saai en voorspelbaar zijn. Een kerkdienst mag evenmin ontaarden in een modeshow, maar samenkomen in je sjoefele kloffie is het andere uiterste. Bestaat er nog zoiets als nette 'zondagse kleding'? Wie organiseert





daarna in de plaatselijke kerk op zondagmiddag ontspannende activiteiten zoals een gezellige verbroederende picknick, gezamenlijke wandel/speurtochten, sport & spel, enzovoort zodat 'de gemeenschap der heiligen' duidelijk wordt bevorderd?! Volgens de Immanuël-gemeente zijn gastvrijheid, een gezinswandeling, het voeren van bemoedigende gesprekken of schrijven van bemoedigende brieven en het bezoeken van zieken en mensen in nood op de zondag goed, maar zijn onze hobby's en vrijetijdsbesteding op die dag fout.¹⁵ Moeten we elkaar de maat nemen met wat wel en niet mag? Wat heerlijk om even niets te moeten en dat je juist kunt toekomen aan je godsdienstige en sociale verplichtingen die onder het drukke bestaan kunnen lijden.

Moeten christenen ook de sabbat vieren (in plaats van de zondag)?

Hoe hebben eeuwenlang christenen de te heiligen sabbat ontheiligd door hem eenvoudigweg af te schaffen? Is de sabbat eeuwig? De sabbat is er al kort na de schepping (Gen.2:2, 3), zal hersteld worden en zal er ook lang zijn.¹⁶ Het begin en eind van de sabbat is wereldwijd moeilijk exact te bepalen. Deze begint op vrijdag bij zonsondergang en eindigt weer op zaterdag bij zonsondergang. Niet iedereen viert de sabbat dus op precies dezelfde tijd, omdat immers op verschillende plaatsen op aarde de zon op verschillende tijden op- en ondergaat. Gelovigen uit de heidenen werden niet

verplicht om de sabbat te vieren. "De een beschouwt bepaalde dagen als een feestdag, voor een ander zijn alle dagen gelijk. Laat iedereen zijn eigen overtuiging volgen. Wie een feestdag viert, doet dat om de Heer te eren..." (Rom.14:5-7). "Laat niemand u iets voorschrijven op het gebied van eten en drinken of het vieren van feestdagen, nieuwemaan en sabbat. Dit alles is slechts een schaduw van wat komt - de werkelijkheid is Christus" (Kol.2:16, 17). Iemand die de sabbat wil voorschrijven wordt juist wel veroordeeld. Oordeel elkaar niet op welke dag iemand een dag viert. Handel niet volgens een wet, maar volgens je geweten. Geef in alles, dus ook je tijd en de invulling daarvan, God de eer. Geef geen aanstoot." (Rom.14:13, 1Kor.8:13). De sabbatsrust is geen doel op zich, maar wijst heen naar de definitieve, voortdurende geloofsrust, gebaseerd op Christus Die als Enige alle werken van de wet heeft volbracht (Hebr.4). Het houden van de zondagsrust moet nooit een wettische zaak zijn, maar is bedoeld om ons vreugde te geven in onze relatie met God. De sabbat hoort bij het oude verbond, bij de schaduwdienst.¹⁷ Het Nieuwe Testament zegt nergens dat wij de sabbat moeten houden. In Hand. 15:20 worden slechts vier eisen voor christenen uit de heidenen genoemd: zich onthouden van: 1. wat door de afgoden bezoedeld is, 2. hoerij, 3. het verstikte en 4. bloed. Voor de joden veranderde er niets. Daar lezen we dus niets over het houden van de sabbat noch over de verschuiving van de sabbat naar de 'eerste dag van de week' oftewel de zondag. Van de tien geboden worden er negen als blijvende regel aangehaald in het Nieuwe Testament, alleen het vierde gebod (van de sabbatsheiliging dus) wordt nu juist niet aangehaald. Je zou kunnen tegenwerpen dat het zo vanzelfsprekend is dat het niet herhaald hoeft te worden. Maar het omgekeerde is juist waar, want dat je niet mag stelen, moorden en liegen is veel vanzelfsprekender dan dat we de sabbat zouden moeten houden. Het argument dat iedereen daar toch al wist van het sabbatsgebod gaat niet op, want dat geldt evengoed voor het punt van hoerij, dat in de wet ook verboden wordt.

Jezus Zelf hield de sabbat, leerde op die dag, en verweerde zich fel op de kritiek dat hij uitgerekend op de sabbat patiënten genas.¹⁸ De uit de dood opgestane Christus verscheen en sprak op de eerste dag van de week, en de uitstorting van de Heilige Geest vond plaats ook op de dag na de sabbat. Maar we lezen nergens expliciet dat de Heer de zondag heiligde. Toch kunnen we wel leren van de sabbat. We werken om te leven en leven niet om te werken. Christenen beginnen de

werkweek met een rustdag, terwijl joden er mee eindigen. Joden moeten nog in de rust komen, christenen zijn er in principe al in.

Bij het ontstaan van het christendom bestond het uitsluitend uit joden die de joodse gewoonten kenden en naleefden. De joodse apostel Paulus zei dat hij niets heeft gedaan tegen zijn volk of de voorvaderlijke gewoonte.¹⁹ Op de sabbat ging hij dus uit traditie naar de synagoge om 'de joden een jood te zijn' en evangeliseerde hij daar juist onder zijn volksgenoten op de sabbat²⁰, maar op de eerste dag van de week ging Paulus naar de christenen uit de heidenen (Hand.20:7-12). In de brieven van Paulus wordt niet vermeld dat christenen de sabbat houden, noch dat zij breken met de sabbat. Nadat Paulus stelt 'Voortaan zal ik me tot de heidenen richten' (Hand.18:6) wordt de sabbat nergens meer genoemd. De apostel Johannes ontving op 'de dag van de Heer' de ontzagwekkende verschijning van de Here Jezus Christus (Op.1:10). Dat lijkt een ondersteuning van het belang van de achtste, nee eerste dag van de week of zondag. Maar 'De dag des H(e)eren' is in Gods Woord ook de oordeelsdag en van dat oordeel spreekt dit laatste Bijbelboek Openbaring veelvuldig. 'De dag van de Heer' komt als een dief in de nacht' (1Thes.5:2).

Uit de synode van Elvira (306-312) blijkt dat de Spaanse kerk wel de sabbat hield. De sabbat werd uit antisemitische overwegingen al verboden door de beruchte koning Antiochus IV Epifanes in ongeveer 165 vóór Christus en later opnieuw door de eerste christen-keizer Constantijn (7 mrt. 321 A.D.). Hij maakte van de zondag een verplichte rustdag in zijn rijk.²¹ Constantijn baseerde zich absoluut niet op het vierde (sabbats)gebod, maar was volgens hem de belangrijke dag van de zonverering waardig. Dit vloeide voort uit het Romeinse denken over de 'sol invictus', de onoverwinnelijke zon. Uit puur anti-joodse motieven is het Paasfeest ook door deze Constantijn verschoven. Constantijn heeft echter nooit aan sabbatsnoties gedacht, maar meer aan een genieven van de christenen en de Mithras-vereerders met hun zonnecultus.²² Desondanks wilde men niet meer met die 'akelige joden', die nog steeds de Christus en de christenen haatten, op dezelfde dag de sabbat en Pasen vieren. Aan paus Sylvester (314-335) had Constantijn een medestander, want die paus verklaarde dat de sabbat een dag vol afschuw was.

Het concilie van Nicea heeft dat verbod helaas uit antisemitische overwegingen overgenomen en bevestigd in 325 na Chr.. Paus Innocentius I (402-417) verordeneerde dat er op de sabbat geen godsdienstige

samenkomst mocht worden gehouden en de sacramenten niet mochten worden uitgereikt. De Rooms Katholieke Kerk viert de zondag in plaats van de zaterdag, omdat tijdens het Concilie van Laodicea (rond het midden van de vierde eeuw) de heiligheid van de zaterdag naar de zondag heeft vastgelegd. Traditie moet altijd getoetst worden aan het Woord. De oudheid van een bepaalde instelling is nog geen legitimatie ervan. De Reformators hebben echter de zondag klakkeloos overgenomen. Nadat de sabbat van de joden is afgeschaft, moeten christenen de zondag plechtig heiligen, aldus de Synode van Dordrecht (1618-1619) die de Catechismus toetste en hem voorschreef als document dat ambtsdragers en hoogleraren dienden te ondertekenen. De Tien Geboden worden wekelijks voorgelezen in de reformatorisch kerken. In Zondag 38, vraag 103 van de Heidelbergse Catechismus, wordt het woord 'zondag' niet genoemd, maar wel de woorden 'sabbat' en 'rustdag'. In de decaloog staat inderdaad 'sabbat', maar met een bepaalde bril leest men in de zondagse (!) diensten blijkbaar zonder probleem 'zondag'. Het woord 'zondag' komt echter in de hele Bijbel niet voor. Voor het eerst verscheen deze dag in de christelijke literatuur in het werk van Justinianus (c.a. 150)²³ die de Romeinse kalender volgde. Romeinen hebben het vervolgens van de Egyptenaren overgenomen.²⁴ De sabbat vervangen door de zondag is een trieste illustratie van de klassieke vervangingstheorie, wat inhoudt dat de kerk de plaats van Israël heeft ingenomen.

Al vóór Constantijn zie je dat de kerk, die steeds meer van afkomst niet-joodse leden kreeg, zich afwendt van de sabbat en de dag erna als rustdag viert. Bij de apologete Justinus Martyr (100/114 tot ca. 165), Tertulianus (ca. 160 - ca. 230) en in de Didache (eerste helft van de tweede eeuw na Christus) kom je al tegen dat christenen niet meer de sabbat vieren, maar hun leven richten op de 'dag des Heeren', in alle daags Nederlands: de 'dag van de Heer'. Kerkvader Origenes (ca. 185 - 253/254) meende dat de sabbat voor Gods volk blijft bestaan (Heb.4:9) en gehouden moet worden. Maar wat is voor hem 'Gods volk'? Bedoelde hij de joden, of zijn zij vervangen door de kerk? Eusebius, Petrus (bisschop van Alexandria), Cyprianus, Clemens van Alexandria, Irenaeus, Bardesanes, Ignatius, en Barnabas getuigen al van het verlaten van de sabbat en het aanhangen van de eerste dag van de week, dus de zondag. Is hierdoor een onnodige verwijdering ontstaan tussen jodendom en christendom en worden deze godsdiensten meer als rivalen dan als aanvulling van elkaar gezien? De eerste christenen kwamen bij elkaar op zondagen waarop gewoon gewerkt werd, maar waar men elkaar 's avonds opzocht voor een gezamenlijke (liefde) maaltijd met daarna het vieren van het heilig avondmaal (Hand.2:42, 46). Of de christenen kwamen bij elkaar op zaterdagavond toen men het werk kon laten liggen en dat volgens de joodse opvatting tot de zondag wordt gerekend (Hand.20:7), of op zondag voor dag en dauw, en gingen daarna gewoon aan het werk. De zondag

was tot de vierde eeuw een werkdag. Het zou nooit de bedoeling zijn geweest om van de zondag een gekerstende sabbat te maken.

De eerste christenen vierden zowel de sabbat als de sabbatavond of de zondagochtend, waarbij ze stil stonden bij de opstanding van Jezus uit de dood. Door èn sabbat èn zondag als dagen van heilsfeiten te erkennen, kan een brug tussen de laatste en eerste dag van de week geslagen worden, zodat voorkomen wordt dat de zondag tegenover de sabbat wordt gesteld, zo stelt prof. Broekhuis voor.²⁵ Pasterkamp concludeert: "Maar ga je de sabbat of de zondag houden om stil te staan, tijd te nemen om je te verwonderen over wat de Here Jezus voor je heeft gedaan, dan heeft het heel veel nut!"²⁶

Nergens in het NT wordt het vieren van de sabbat verboden, maar evenmin bevolen. Nergens wordt de zondag aangeprezen, verboden en zelfs genoemd.

We leven in de luxe omstandigheid dat we zelfs een vrij weekend van twee dagen per week kennen. Dat maakt het kiezen voor de een of andere rustdag minder ingrijpend.

Bart Repko, die fel de vervangingstheologie bestrijdt, laat zich ook over de sabbat uit: "Moeten christenen die *buiten* Israël wonen de joodse (bijbelse) feesten vieren? Het *moet* niet, het *má*g. We worden daartoe van harte uitgenodigd. Zodra echter (religieuze) druk wordt uitgeoefend op het vieren en houden van de sabbat en de bijbelse feesten moet je op je hoede zijn. Leg elkaar deze druk nooit op! Het spook van het wetticisme slaat niet zelden haar slag. ... De sabbat is een bijbels gezinsfeest dat tot herstel, gemeenschap en verdieping leidt. 'De vreemdeling die de sabbat in acht neemt en niet ontwijdt... hem schenk Ik vreugde' (Jes.56:6,7). Een bijbelse aansporing voor de vreemdeling. We keren immers terug van christelijk Rome naar bijbels Jeruzalem? Raak vertrouwd met de sabbatviering en de joodse (bijbelse) feesten. Ook voor de sabbat en de joodse feesten geldt dat je deze niet ontdoet van haar joodse wortels".²⁷

In een te stellige brochure van de Immanuel-gemeente wordt al in het begin gesteld: "Wist u dat Uw bereidheid om de *ware* Sabbatdag heilig te houden -heilig gemaakt door God - *rechtstreeks invloed heeft* of U eeuwig leven in Gods Koninkrijk zal worden verleend of niet?" en "Wist U, dat het houden van de *ware* Sabbat een speciaal 'test'gebod in Gods ogen is - en altijd is geweest?" In die brochure is een dreigend oordeel meegegeven: "Maar als u bereid bent om een COMPROMIS [sic] te sluiten met het gebod, dat wijst naar de *ware* God, dan zult U uiteindelijk de





'dag van de zon' vieren, samen met de verbluffende meerderheid - de ontelbare miljoenen, die zoals de profetieën laten zien, spoedig blootgesteld zullen worden aan de grootste VERDRUKKING [sic] in de menselijke geschiedenis, vanwege hun rebellie tegen de ware God!²⁸ Dit klinkt sektarisch en hierdoor wordt de kerk een ander evangelie opgedrongen en dat is geen evangelie!²⁹ Kenmerkend voor een sekte is dat een deelbaarheid of halve waarheid drammerig verheven wordt tot DE waarheid. Wanneer een gelovige meent, dat het vieren van de sabbat noodzakelijk is voor zijn eeuwige behoud of dit dwingend aan anderen op wil leggen, is hij op de verkeerde weg. Bovendien, indien we het sabbatsgebod letterlijk nemen, laten we dan consequent de wetten voor de overtreders letterlijk nemen! Exodus 20 gaat daarna nog verder: 31:15 - "Wie op de sabbatdag arbeid doet, zal zeker gedood worden". Moet op overtreding dan ook consequent de doodstraf volgen?³⁰ Zo nee, dan gaan we selectief met Gods Woord om. Vervloekt is ieder die zich niet houdt aan alles wat geschreven is in het boek der wet om dat te doen, want de wet is een totaalpakket.³¹ Laat je dus niet weer een slavenjuk opleggen (Gal.5:1). Juist een dag verlustiging, een dag van blijdschap is de bedoeling. Ondanks allerlei tijdsbesparende apparaten en meer vrije tijd hebben we het drukker dan ooit. Velen zijn onvrijwillig stil gezet door een burn-out. Het is regelmatig verantwoord om tijd te 'verknoeien', bewust

te verspillen, tijd om niet productief te zijn, de boel de boel laten. Iets nuttigs doen door niets te doen, is inderdaad een paradox, maar het is nog steeds beter om stress te voorkomen dan te genezen. Eén dag in de week daarvoor uittrekken is wijs, maar we mogen elkaar niet verketteren door de sabbat boven de zondag te verheffen of andersom.

Conclusie

Buiten kijf staat dat we een wekelijkse rustdag nodig hebben en helemaal in onze doordraaiende wereld. De sabbat is aan Israël gegeven en heeft veel oudere papieren dan de zondag. Laten de joden vooral de sabbat houden. Een kleine minderheid van het christendom houdt vast aan of keert terug naar de sabbat, maar de meerderheid viert al sinds de gemeente in Handelingen de -wat wij noemen- zondag. Je kunt de sabbatsvierders geen onverschilligheid verwijten, maar zij kunnen wel in hun gedrevenheid doorslaan, door consequent niet slechts een deel maar de hele wet proberen te houden. Het is absoluut niet de bedoeling om je heil af te laten hangen van het op de juiste tijd houden van de rustdag! De Heer Jezus heeft de op zich volmaakte wet niet aan christenen opgelegd. Niet door de werken van de wet, maar door geloof worden we gered. Je verdiepen in onze joodse wortels, compleet met rituelen en feesten kan geen kwaad, integendeel. De vervangingstheologie (de kerk in de plaats van Israël) is een grote fout geweest, maar

de vervanging van Heer Jezus Christus door de Israël deugt evenmin. Het heil is uit de joden (Joh.4:22) en voor de joden (Rom.1:16) maar door de jood Jezus Christus. 'Laat niemand u iets voorschrijven op het gebied van eten en drinken of het vieren van feestdagen, nieuwemaan en sabbat. Dit alles is slechts een schaduw van wat komt - de werkelijkheid is Christus.' (Kol. 2:16-17).

Ik las ergens: De zevende dag is de dag van God de Vader. Hij heeft gerust van Zijn werken. De eerste dag is van God de Zoon. Jezus heeft op de zevende dag in het graf gelegen. Hij heeft de rust aangebracht voor Zijn volk. De maandag tot en met de zaterdag zijn de dagen van de Heilige Geest.

Het laatste wat ik op mijn pc-scherm lees is: 'slaapstand geactiveerd'. Zonder schroom mag ik u 'welterusten' wensen, rusten in het volbrachte werk van de allerberoemdste jood Jezus Christus.

drs. W.J.A. Pijnacker Hordijk



Noten

- 1 Angelique Rijlaarsdam, Weg met de 'antisemitische' zondag, Trouw, 5-7-2003. Ook publicist drs. J. van Barneveld verwacht dat dat steeds meer christenen de sabbat zullen gaan vieren en dat de rol van die dag "belangrijker" gaat worden. Marcus Wisse, De zondagsdwaling?, Visie 9-15 nov. 2002, p. 69
- 2 H.J. Verwoerd kondigt vertrek aan, Uitdaging, okt. 2002
- 3 E.G. Hoekstra en M.H. Ipenburg, Handboek Christelijk Nederland (Kampen: Kok, 2008) p. 484
- 4 E.G. Hoekstra en M.H. Ipenburg, a.w., p. 411
- 5 E.G. Hoekstra en M.H. Ipenburg, a.w., p. 251, 252
- 6 **Messiasbelijdend Nederland**
Nederland telt ongeveer duizend Messiaanse christenen, verdeeld over zo'n dertig gemeenten. Allemaal onafhankelijke evangelisch-charismatische gemeenten, die op sabbat bijeenkomen, de joodse feesten vieren en bijvoorbeeld nooit varkensvlees op het menu zetten. Het overgrote deel van de leden is niet-joods, maar voelt een sterke verbondenheid met Israël en de joodse cultuur. Twaalf gemeenten sloten zich afgelopen zomer aan bij het opnieuw opgestarte Messiaans Platform. Dit christelijke netwerk "moet de lijm worden tussen gemeenten en een netwerk dat tussen het christendom en het jodendom in hangt," zei mede-initiatiefnemer Anton de Ruiter in Trouw.
Naast deze Messiaanse christenen telt ons land enkele honderden Messiasbelijdende joden, die tot de Tweede Wereldoorlog 'christen-joden' werden genoemd. Het merendeel van deze groep is bij een christelijke kerk aangesloten en een deel is lid van Hadderech. Deze vereniging heeft niet als doel een eigen 'kerk' te stichten, maar wil slechts de onderlinge band versterken. Een ander deel van de Joden die Jezus als Messias erkennen, komt in de Amsterdamse gemeente Beth Yeshua van rabbijn Lion Erwtman. Een

- cruciaal verschil met de leden van Hadderech is de kijk op de Wet, hoewel beide groepen Jezus als de Messias erkennen. Beth Yeshua leert echter dat de Wet nog volledig geldt voor iedere Messiaanse gelovige. Hadderech stelt juist dat de mens uit eigen kracht niet in staat is die Wet te houden en dat - door Jezus' offer - ook niet meer hoeft te doen.
<http://www.eo.nl/magazines/visie/artikel-detail/voormalig-voorganger-wordt-orthodox-jood/>
- 7 Ds. G. Abma verkiest sabbat boven zondagsheiliging, Trouw, 26-01-1999 <http://www.trouw.nl/tr/nl/5009/Archief/archief/article/detail/2567924/1999/01/26/Ds-G-Abma-verkiest-sabbat-boven-zondagsheiliging.dhtml>, en Daniel Gillissen, Terugkeer naar de sabbat, Koers, p. 4, 12-2-1999
 - 8 Omdat God de Almachtige is en blijft, wordt Hij door iets te doen niet moe en is daardoor minder machtig. Hij heeft in die zin geen rust nodig. Rusten is hier in de zin van 'ophouden met werken'.
9 Ex.31:12-17, Neh.9:14, en Eze.20:12, 20
10 Marc.2:23-28, 3:1-6, Luc.6:1-11
11 Joh.1:17, Rom.6:14, 7:1-6, 2Kor.3:1-18, Ef.2:15, Kol.2:14, Gal.3:19-25
12 Staan de tien geboden ook in de koran? Herman Takken, Evangelie & Moslims, maart 2012, p.12
13 Neh.13:19, Jer.17:21-27, Joh.5:11 Een eroew ook wel eroew, erouw of eijrew (volledig: eroew chatzerot) is een omheining of muur rond een gebied waarbinnen tijdens de sabbat goederen vervoerd mogen worden. Tegenwoordig wordt de eroew symbolisch uitgevoerd. Het is een draad die op boomhoogte (ongeveer zes meter hoog) rond een bepaald gebied gespannen wordt. Vrome joden mogen op de sabbat buitenshuis slechts een beperkt aantal passen bewegen en niets, behalve eigen kleding, dragen. De eroew creëert een fictieve omgeving waarbinnen joden zich toch vrij mogen verplaatsen tijdens de rustdag. Ook binnen de eroew mag echter niet

alles vervoerd worden, bijvoorbeeld geen schrijfwaren, omdat tijdens de sabbat niet geschreven mag worden.

Voor orthodoxe joden is de aanwezigheid van een eroew een zeer belangrijke factor bij de keuze van een woonplaats. Gezien de praktische voordelen van een eroew, geven orthodoxe joden er de sterke voorkeur aan op een plek te wonen waar een eroew is. Zo kan men zonder eroew niet met een kinderwagen lopen, waardoor vrouwen met kleine kinderen zonder eroew de gehele sabbat het huis niet uit kunnen.

- 14 Gen.17:12, Lev.12:4, Luc.2:21, Joh.7:22-24 Op die dag blijkt het bloed van de baby een heel gunstige samenstelling van het bloed het hebben, want het bloedstollingsmiddel protrombine bereikt dan een bovennormaal niveau van 110 %. drs. Ben Hobrink, Moderne wetenschap in de Bijbel De Bijbel is de wetenschap 3500 jaar vooruit, (Hoorbaar: Gideon, 2005) pp. 77-79
- 15 De Sabbat Voor alle mensen, Bijbelstudie van de Immanuëlgemeente te Alblasserdam, p. 42, 43
- 16 Jes.66:22, 23, Eze.46:1, Deut.30:8, Ex.31:16
- 17 Kol.2:17, Hebr.8:5, 10:1
- 18 Marc.1:21, 6:2, Luc.4:16, 31, 6:1-11, 13:10-17, 14:1-6, Joh.5:1-18, 7:19-24, 9:1-41
- 19 Hand.25:8, 28:17
- 20 1Kor.9:20, Hand.13:14, 42, 44, 15:21, 16:13, 17:2,3
- 21 Drs. R. van Kooten, auteur van 'Heiligt Mijn Naam en Mijn dag' steekt de loftrampet over het historische feit dat de Here deze Constantijn heeft gebruikt om de zondag in te voeren. K. van der Zwaag, Ritme van zes plus één, Reformatorisch Dagblad, 26-8-1995. Hij gaat er aan voorbij dat deze keizer zich meer liet leiden door verering van de zoon dan door verering van de joodse Zoon Jezus Christus, heer van de sabbat en niet van de zondag en bovendien vergeet hij dat deze wet een wig tussen jodendom en christendom heeft gedreven.
- 22 Prof. Dr. J. Broekhuis, Waarom vieren wij de zondag?, Bijbel en Wetenschap, aug./sept. 1999, nr. 213, p. 146
- 23 eerste apologie 673
- 24 D.K. Lowery, Lord's Day, Evangelical Dictionary of Theology, Walter A. Elwell, (Grand Rapids: Baker Book House, 1986 4e druk) p. 648
- 25 Prof. Dr. J. Broekhuis, Waarom vieren wij de zondag?, Bijbel en Wetenschap, aug./sept. 1999, nr. 213, p.147
- 26 Jan Sjoerd Pasterkamp, A.s. zondag open / Zondags gesloten, Herstel dec. 2005/ jan. 2006, p. 8.
- 27 Bart Repko, Terug van Weggeweest Van Rome naar Jeruzalem, (Aalsmeer: Exchange, 2012), pp. 358, 359
- 28 De Sabbat Voor alle mensen, Bijbelstudie van de Immanuëlgemeente te Alblasserdam, p. 3, 38
- 29 Zie de brief van Paulus aan de Galaten, waarin hij de genade benadrukt in plaats van het houden van de wet.
- 30 Ex. 16:22-26, 31:12-17, 35:3, Lev.25:4, Num.15:32-36, 2Kron.36:21, Neh.10:31, 13:15-21. Doordat het volk het sabbatsgebod menigmaal heeft overtreden ging het in ballingschap en kreeg het land alsnog zijn sabbatsrust.
- 31 Gal.3:10, Jac.2:10



Voorwoord

In een tijd waar onze maatschappij een verregaande psychologisering en medicalisering kent, wordt ook het christelijke gedachtegoed beïnvloed. Er is een toenemend spanningsveld tussen enerzijds theologie en pastoraat en anderzijds psychologie en psychotherapie. De grote verdienste van dit boek is dat op grondige wijze de wortels van een therapie blootgelegd worden. Dat overstijgt de waarde van het onderzoek naar de focustherapie. Het is een voorbeeld en waarschuwing voor diegenen, die gemakshalve technieken en tools gebruiken in de hulpverlening, zonder zich ervan bewust te zijn dat het gebruik van bepaalde begrippen en gedachten ook cliënten en patiënten ongewild kan transformeren naar een on-bijbels denken. Bij de focustherapie worden op een gewetensvolle wijze door Hoekstra de wortels van de humanistische en transpersonele psychologie geanalyseerd. In een tijd waarin waarheid gezien wordt als een subjectieve interpretatie en ervaring van het individu, worden al snel de autonomie en de zelfgenoegzaamheid van de mens de centrale maatstaf. Dit in tegenstelling tot de bijbelse waarheid: 'Niet ik, maar Christus in mij'. Bij een bijbelse toetsing van mens- en Godsbeeld valt de focustherapie door de mand. De gevoelens van het lichaam worden de invalspoorten van geestelijke ervaringen en bewustzijn. De overlap in het new age gedachtegoed en het occulte zijn dan onvermijdelijk.

Een gemanipuleerd, 'hoger' bewustzijn, (auto) hypnose en zelfs demonische beïnvloeding zijn niet denkbeeldig. Terecht waarschuwt Hoekstra voor het 'christianiseren' van deze therapie en ander gedachtegoed in de psychologie. Het is schrikbarend hoe gemakkelijk christen-hulpverleners zich laten leiden door deze verkeerde invloeden, vaak zelfs onder het motto van 'professionalisering'. Het boek is in die zin ook een oproep om terug te gaan naar de bijbelse 'roots' en het zoeken en ontwikkelen van een hulp die eigentijds is en die geleid, gebruikt en gezegend kan worden door de Heilige Geest. Niet vanuit een triomfalisme of betweterigheid, maar met een nederige houding, anderen dienend met de hulp die we zelf ontvangen hebben. Christus centraal! Daar ligt een grote opdracht voor de ontwikkeling van pastoraat in de Gemeente in samenwerking met de christenhulpverleners in de zorg.

Gerard Feller



Focustherapie

Decoropzet

Het doel van dit artikel is het in bijbels licht plaatsen van de focustherapie, één van de talloze therapieën vanuit onder andere de psychotherapie. Alvorens daartoe te kunnen overgaan, is het noodzakelijk een achtergrond, een 'decor', op te zetten.

Psychische problemen en stoornissen

Het aantal mensen dat kampt met psychische problemen lijkt hand over hand toe te nemen. Terwijl het er de schijn van heeft dat we steeds meer vooruitgang boeken op medisch terrein, lijkt hier de slag maar moeilijk te winnen. We raken intussen al meer vertrouwd met het al maar groeiende scala aan benamingen voor de toenemende psychische problematiek. Zijn begrippen als stress, burn-out en chronisch vermoeidheidssyndroom et cetera al lang geen onbekende begrippen meer en heeft menigeen mogelijk zelf - dan wel in zijn directe omgeving - te maken of te ma-

ken gehad met het verschijnsel depressie, we beginnen inmiddels ook aardig te wenen aan fenomenen als bijvoorbeeld fobie en stoornis. Zelfs de diverse benamingen voor de laatste categorie problemen is menigeen niet onbekend. Wie heeft er immers nog niet gehoord van onder andere pleinvrees, faalangst of paniekstoornis. In met name onderwijsland, maar ook steeds vaker daarbuiten, worden termen als ADHD, ADD, PDD-NOS, autisme en Asperger¹ met een dusdanig gemak gehanteerd dat het de schijn wekt als gaat het hier om simpelweg nu eenmaal bij het leven horende zaken. Vooral onder jongeren zien we een stijgende lijn als het gaat om deze wat we tegenwoordig samenvattend wel stoornissen noemen. Sommige fobieën en stoornissen kenmerken zich door een obsessieve drang of kennen zelfs een psychotisch karakter. Het valt niet te ontkennen dat de talloze problemen en

de toenemende reeks stoornissen diepe sporen trekken in het leven van hoe langer hoe meer mensen, zowel jongeren als ouderen. En wat de benamingen van de psychische problemen en stoornissen betreft, de genoemde opsomming is zeker niet compleet.

Mogelijk hebt u of heb jij op dit ogenblik persoonlijk te maken met een psychisch probleem of een stoornis, of wordt u, of word jij er in de directe omgeving mee geconfronteerd. Aard en hevigheid kan verschillen, maar wie het overkomt, kan het nadrukkelijk als levensbepalend, dan wel tenminste als uiterst belastend ervaren. Ook op de directe omgeving - partner, kind, ouder of familielid - en de gemeenschap hebben dergelijke problemen een grote impact.

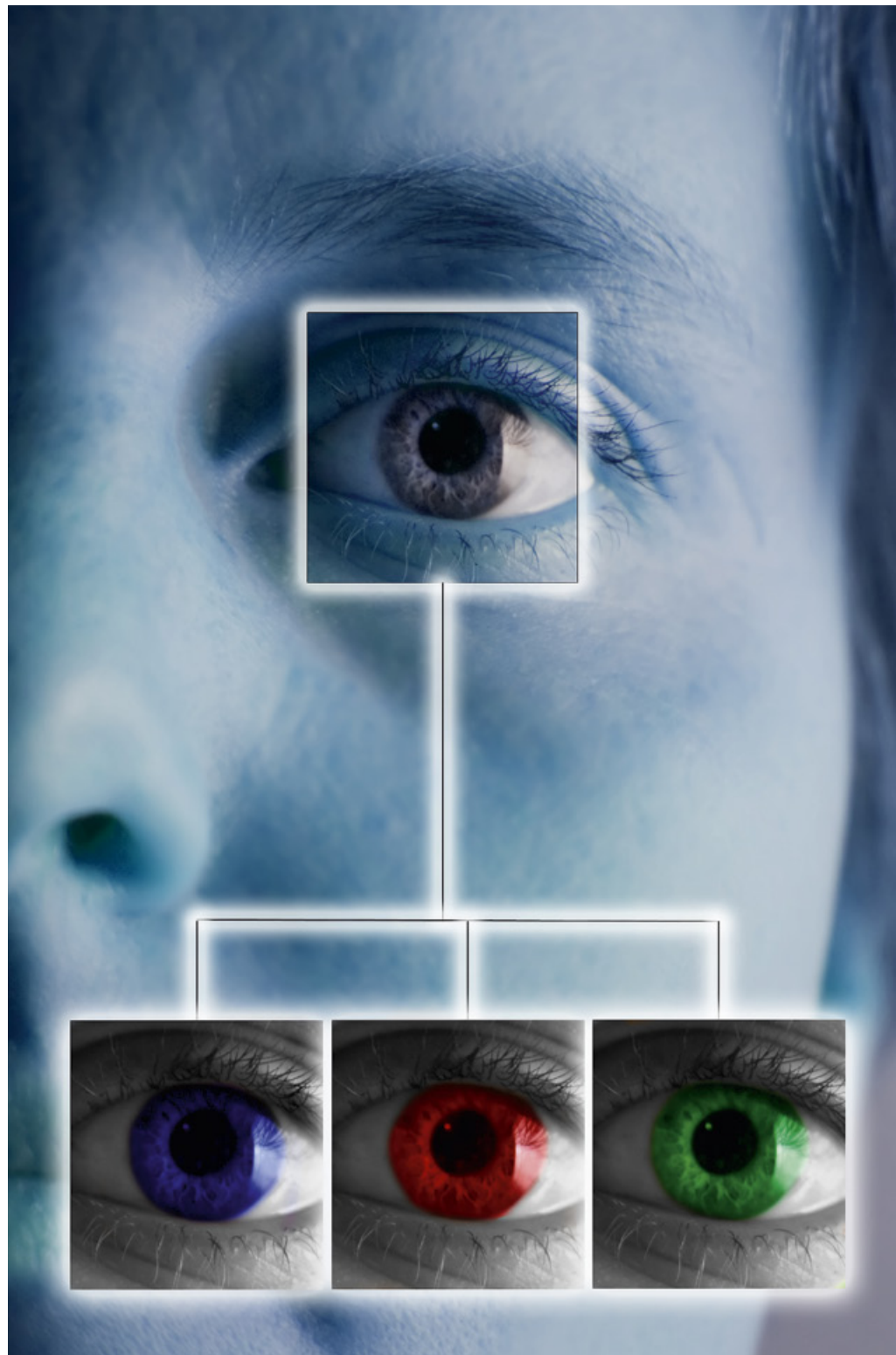
Belangrijk is natuurlijk de vraag naar de

mogelijke oorzaken en redenen van de sterke toename van psychische problemen en stoornissen.

Oorzaken - redenen

Elk psychisch probleem en elke stoornis heeft een oorzaak. Algemeen kan gesteld worden dat meestal biologische (ofwel lichamelijke), sociale, psychische en geestelijke factoren bij het ontstaan ervan een rol kunnen spelen. In het bijzonder kunnen er persoonlijke omstandigheden, zoals leefomstandigheden, financiële en materiële zaken, traumatische ervaringen, e.d. aan ten grondslag liggen. Het triggerpunt kan dus divers zijn. Wanneer we een psychisch probleem nemen als stress, burn-out of zelfs depressiviteit, dan kan de oorzaak daarvan liggen in de werkdruk, problemen in relationele sfeer (werk-, familie- of thuisfront) of verstoring van de energiebalans et cetera.

Als het gaat om de toename van psychische problemen en stoornissen kan niet ontkend worden dat niet alleen de maatschappelijke druk in allerlei vorm steeds meer toeneemt (is toegenomen) en als zodanig als een van de oorzaken valt aan te merken, ook bijvoorbeeld de veranderingen op ethisch terrein, zoals onder meer (misschien: vooral) de huwelijksmoraal, eisen aantoonbaar hun tol. Voor de christen wordt, als het gaat om deze veranderingen op ethisch vlak, de waarheid pijnlijk onderstreept dat een loslaten van Gods Woord en geboden hier onherroepelijk consequenties heeft. Voorbeelden daarvan worden al in het Oude Testament zichtbaar. Niet voor niets roept de Bijbel daarom al in dat Oude Testament op de oude grenzen niet te verleggen, maar juist naar de oude paden te vragen. Het is de Spreukendichter die stelt: "Verleg de aloude grenzen niet, die uw vaders vaststelden" (Spr. 22:28) en Jeremia geeft door: "Zo zegt de HERE: Gaat staan aan de wegen, en ziet en vraagt naar de oude paden, waar toch de goede weg is, opdat gij die gaat en rust vindt voor uw ziel; maar zij zeggen: Wij willen die niet gaan" (Jer. 6:16). De schrijvende gevolgen van relationele problemen en dan met name van een echtscheiding zijn vele. Vooral kinderen zijn/worden veelal als eersten pijnlijk de dupe van de relationele problemen binnen een gezin en juist in het bijzonder van de daarmee meestal samenhangende problematiek van de echtscheiding. Naast een intussen door de wetenschap geconstateerde relatie tussen diverse stoornissen en bijvoorbeeld voedsel, blijkt dan ook bij een kind met een stoornis toch met name de thuissituatie veelal een grote tot wellicht zelfs doorslaggevende rol te spelen. Daarnaast mag ook de veranderende opvoedings-



moraal (thuis én op school) zeker niet uit het oog worden verloren. Het kind dat vanuit de problematiek van een stoornis bijzondere aandacht en begeleiding nodig heeft, is een te vertrouwd beeld op school geworden. Dat het nog steeds toenemend aantal kinderen met een stoornis ook een wissel trekt op het onderwijs in het algemeen en de leerkracht in het bijzonder wordt niet alleen vanuit het nieuws maar ook vanuit de harde feiten maar al te duidelijk en kan met name op basis van de laatst genoemde oorzaak (samen te vatten

onder 'de toename van een gestoorde dan wel gebroken thuissituatie') ook niet verwonderlijk genoemd worden. Het laat zich raden wat de gevolgen zullen zijn indien de aanhoudende economische crisis (nog meer) de individuele gezinnen raakt. Inmiddels presenteert de psychologie zich wat de genoemde problematiek betreft steeds vaker als deskundig. Zij stelt een waardevolle inbreng te kunnen leveren in de benadering en aanpak van de veelsoortige en steeds meer voorkomende ontwikkelingsstoornissen en vervolgens



de nodige input te kunnen bieden bij de daarmee vaak samenhangende leerstoornissen, alsook in dezen de onderwijskundige motivatie te kunnen stimuleren. Daarnaast suggereert ze te kunnen helpen vaststellen wat voor de betreffende onderwijsinstelling in dit geheel van belang is. Onder meer vanuit de zo dadelijk nader te belichten focusideologie zien we in dezen een concrete activiteit. Maar is daarmee de ouder, het kind en het onderwijs gebaat? Dit is een vraag die zich ten aanzien van de aangeboden hulp door de talloze hulpverleners met de bijkans niet meer te tellen therapiemogelijkheden sowieso in elke psychische probleemomstandigheid opdringt.

Voor wat betreft de psychische problematiek en stoornissen mag/moet nog een factor als oorzaak en tegelijk als reden worden genoemd.

Het occulte

Hoewel voorzichtigheid geboden is, kan en mag vanuit christelijk perspectief het aspect van een mogelijke gebondenheid als oorzaak (en reden) van een psychisch probleem of een stoornis niet onvermeld blijven. Immers, het is een onomstotelijk gegeven dat het occulte op bijna alle terreinen van het menselijk leven vrij spel heeft gekregen. Van het, onschuldig ogend, in huis (en tuin) halen van boeddhistische en hindoeïstische (af) godenbeelden tot en met het zich (soms onwetend) inlaten met occulte praktijken. Wat te denken van de occulte (video) spelletjes, muziek en leesboeken waaraan met name jongeren blootstaan?² Zelfs in lesstof en binnen hulpprogramma's op (ook de christelijke) school wordt de deur al vaker en zelfs nadrukkelijk opengezet voor beïnvloeding vanuit de duisternis.³ Ook het onderwijzend personeel zelf wordt veelvuldig door middel van bepaalde cursussen (bijvoorbeeld sommige na- en bijscholingsprogramma's) en trainingen (onder andere managementtrainingen) aan het occulte blootgesteld. De meeste uitingen van het occulte zijn te vinden onder de noemer New Age. Het gedachtegoed van de New Age is namelijk allerminst als passé te beschouwen. Zoals Gordon R. Lewis stelt, heeft de samenleving in al haar verschijningsvormen geleidelijk aan het gedachtegoed van deze beweging opgezogen zoals een spons water opneemt. De maatschappij is er intussen breed en diep van doortrokken geraakt. Vele ideeën en uitingen van de New Age-beweging worden tot op kerkelijk en zelfs evangelisch erf onder de noemer 'genade' en 'gelooft' als vanzelfsprekend beschouwd en gerepresenteerd.

Nota bene tot in de filosofie en praktijk

van de psychotherapie en psychologie heeft het occulte zodanig haar plek gevonden, dat het de schijn wekt dat het om de meest normale en dus een te accepteren zaak gaat. Juist binnen deze sectoren van de hulpverlening blijkt in het bijzonder het New Age-gedachtegoed nog altijd springlevend.⁴ Dit alles maakt, zeker voor wie zich christen noemt, waakzaamheid in het zoeken van hulp en de keuze van een therapie des te meer noodzakelijk. Het moet als uiterst triest gegeven worden aangemerkt dat vele christelijke hulpverleners amper vertrouwd zijn met het bijbelse gegeven van 'het onderscheid van geesten' en deze christelijke hulpverleners zo, misschien ongewild, doorgeefluik van de duisternis zijn.

Het is een op bijbelse gronden te verdedigen gegeven dat de invloed van de duisternis als gevolg van de zondeval in psychische problemen of stoornissen een niet te miskennen, maar helaas al te snel en te vaak onderschatte factor kan zijn. Daarnaast mag en moet als gevolg van diezelfde zondeval de rol van het (gevalen) 'IK' niet uit het oog worden verloren. Immers, volgens Gods Woord heeft in en sinds de zondeval het 'IK' de plek ingenomen die God toebehoort (zie Galaten 6:7 en 8). Het onmiskenbare gevolg hiervan is het maken van verkeerde keuzes waaraan onherroepelijk consequenties zijn verbonden, waaronder problemen van velerlei aard - ondermeer psychische. In het zoeken naar herstel moet met een en ander dan ook zeker, en vooral bewust, worden gerekend.

Hulpvraag: welke therapeut en therapie?

Voor wie met psychische problemen of een stoornis te maken heeft, - en laat één ding vaststaan, ook een christen kan direct of indirect met een psychisch probleem of een stoornis te maken krijgen - staat natuurlijk maar één verlangen centraal: hoe kom je er weer bovenop?

Het aantal mensen dat een beroep doet op hulpverlening in het algemeen en psychische hulpverlening in het bijzonder kent in samenhang met de toename van psychische problemen en stoornissen een duidelijk stijgende lijn. Welhaast evenredig hiermee is de toename van het aantal hulpverleners en niet te vergeten van het aantal therapieën. Zo maken bijvoorbeeld de psychologen J.F. Drozd en M.R. Goldfried melding van meer dan 250 soorten therapierichtingen of scholen.⁵ Wordt met betrekking tot de hindoeïstische godsdienst wel eens gekserend opgemerkt dat het aantal goden bijna even groot is als het aantal gelovigen, chargerend zou bijna hetzelfde beweerd kunnen worden ten aanzien van



de verhouding hulpverlener - therapie.⁶ Zo stelt bijvoorbeeld de psycholoog (nota bene!) Roger Mills dat het binnen de psychologie één grote chaos is, terwijl hij dit in niet mis te verstane bewoordingen omschrijft: "[e]r zijn even zoveel technieken, methodes en theorieën in omloop als er onderzoekers en therapeuten zijn". Het stijgende aantal hulpverleners en daaraan evenredig het ontstane en nog steeds groeiende woud van therapieën roept bij de hulpzoekende de vraag op bij wie hij/zij nu het beste kan aankloppen en welke therapie het beste gekozen kan worden. In dit woud van hulpverleners en therapieën kan men immers gemakkelijk verdwalen. Beangstigend is daarenboven



het gegeven dat je concreet van de wal in de sloot geholpen kunt worden en zo in feite nog verder afraakt van herstel en/of genezing. Dit laatste vormt zeker een reëel gevaar daar waar de grenzen tussen reguliere en alternatieve hulpverlening en therapieën vervagen. Maar al te vaak en al te veel lopen in dezen (en dat zelfs bij hulpverlening onder de noemer 'christelijk') grenzen van geruisloos tot uitgesproken door elkaar heen. Terecht mag dan de vraag gesteld worden welke hulpverlener betrouwbaar en gemotiveerd is en, niet in de laatste plaats, gekwalificeerd is. Is de therapie zuiver en echt gericht op helling? Welke filosofie ligt aan de therapie ten grondslag en vanuit welke levensvi-

sie werkt de therapeut? Wat moet je als christen in dergelijke omstandigheden? Is er nog zoiets als zielzorg in de strikte zin van het Woord?

Wat al deze vragen aangaat, moet eerlijk worden toegegeven dat er sprake is van een toenemend spanningsveld tussen enerzijds theologie en pastoraat en anderzijds psychologie en psychotherapie (de psychiatrie wordt in het kader van dit artikel buiten beschouwing gelaten). Als het gaat om psychische problemen of stoornissen, vooral klachten die het leven op een onaangename manier beïnvloeden en die niet (altijd) direct van medische aard zijn, hebben mensen nog steeds een

grote verwachting van de psychologie en de psychotherapie. Ook in christelijke kring zien we veelal een hooggespannen verwachting als het gaat om de hulp van de psycholoog of psychotherapeut, terwijl het pastoraat, de zielzorg in strikt bijbelse zin - het benaderen van problemen vanuit God en Zijn Woord, al meer uit het zicht lijkt te verdwijnen.⁷ Een christelijk herijken van de hulpverlening is geen overbodige luxe, vooral niet als het gevaar meer dan reëel is dat de resultaten vanuit de hoek van psychologie en psychotherapie overschat dreigen te worden, ja soms zelfs hoger geschat worden dan wat God en Zijn Woord aanreikt. Er moet niet vergeten worden dat de psychologie (annex psychotherapie), voor zover zij wetenschappelijke pretenties kan laten gelden, geen enkele affiniteit heeft met God en Gods Woord. Als universitaire studie staat zij daarop zelfs haaks, zij laat namelijk God volkomen buiten beschouwing en accentueert 'het zelf' - de zelfrealisatie, het verwerkelijken van het IK, terwijl onderzoek aantoonde dat zij onder het mom van wetenschappelijk voor een zeer groot deel teruggaat op oosterse en, zoals al aangegeven, occulte bronnen.⁸

Wie heeft besloten in therapie te gaan, zal uit het indrukwekkende aanbod van hulpverleners en veelal met elkaar concurrerende en elkaar zelfs tegensprekende therapieën, met daarbij een veelvoud aan ook nog eens niet altijd overeenstemmende technieken, een keuze moeten maken. Doorgaans wordt gekeken naar welke therapie het best bij iemand en diens onderhavige problematiek past. Vaak wordt gekozen voor de hulpverlener en therapie waarmee men toevallig in aanraking is gekomen, of op het spoor is gekomen door aanraden van bijvoorbeeld een arts, of een willekeurig iemand. Grote vraag is: welke therapie is nu de beste?

Op grond van al gemaakte kanttekeningen niet alleen geen overbodige vraag, maar één die een bijzondere dimensie krijgt wanneer uit onverdachte hoek met betrekking tot bijvoorbeeld de traditionele psychotherapie ook nog eens wordt opgemerkt, dat een groot deel daarvan als alternatieve geneeskunst moet worden beschouwd.⁹ Wellicht is dit zelfs een zeer relevante vraag als nota bene onder andere een psycholoog als Max Lauteslager, waar het gaat om het succes van een therapie, er niet voor terugdeinst vergelijkingen te maken met de enthousiaste verhalen van therapeuten en die van '...medicijnmannen, piskijkers, astrologen, homeopaten, iriscopisten, Jomanda en andere kwakzalvers...' en het als 'erger' omschrijft dat 'velen van ons [hen] geloven'.¹⁰ Vast staat dat, ongeacht de therapievorm, de



ene therapeut meer succes boekt dan de ander. Dit is veelal gelegen in de persoonlijke (= persoonlijkheids) kwaliteiten van de therapeut en in diens benadering van de cliënt en de aanpak. Ten aanzien van menig therapeut geldt dat deze in zeer veel gevallen, zelfs openlijk, meer dan alleen gecharmeerd is door het oosterse denken en het door New Age geïnspireerde gedachtegoed - van meditatieve technieken tot en met mindfulness et cetera. Kortom, het is dus zaak hier uitermate voorzichtig te zijn aangezien we een en ander helaas ook onder christelijke noemer moeten constateren. In dit artikel staan we na deze uitgebreide 'decoropzet' stil bij een van de talloze therapieën waarbij een waarschuwing zeker op haar plaats is.

De focustherapie - oorsprong

In dit artikel staan we na deze uitgebreide 'decoropzet' stil bij een van de talloze therapieën waarbij een waarschuwing zeker op haar plaats mag heten. Waarom nu juist stilstaan bij de focustherapie? Omdat de beoefenaars van deze therapie, onder meer en met name via internet, nogal aan de weg timmeren en de therapie ook in ons land wordt aangeboden en dat al enige tijd zelfs onder de noemer 'christelijk'. Daarbij komt, dat juist onder de laatst genoemde noemer serieuze pogingen worden ondernomen de therapie als rijke aanvulling op onder andere het pastoraat aan te prijzen, terwijl vanuit de seculiere focushoek inmiddels doelbewust, zoals hiervoor aangegeven, het kind (en daarbij de scholen) gekozen wordt als zendingsveld voor haar ideologie. Bij dit alles kan en moet vanuit grondig onderzoek worden vastgesteld dat de focustherapie allerminst wetenschappelijk waardevrij is te noemen, terwijl het zelfs de vraag is of het predicaat wetenschappelijk op zijn plaats is. Als grondlegger blijkt Carl Rogers te mogen worden aangemerkt, al wordt alle credit in dezen op het conto van diens leerling Eugene Gendlin geschreven. De focustherapie moet als loot van de humanistische psychologie worden aangemerkt, wat zich duidelijk vertaalt in zowel de theorie als de praktijk van de therapie. Het kenmerkende van de humanistische psychologie (waarin volgens J.W. Becker e.a. bepaalde 'oude magische technieken zichtbaar blijven'¹¹) is haar 'positieve' kijk op de mens waarbij zelfverwerkelijking (zelfactualisatie) het sleutelbegrip vormt. Ook binnen de New Age-beweging zien we een accent liggen op de innerlijke goedheid van de mens, ja zelfs onder de noemer 'goddelijk', en wordt dan ook het 'zelf' gezien als bron van geestkracht en ontwikkeling (gedachten die we al bij Jung terugvinden). Er zijn, behalve de opvallend holistische



benadering, duidelijke meer New Age invloeden traceerbaar. Er wordt dan ook ten aanzien van de humanistische psychologie wel gesproken over New Age Humanism. Opmerkelijk is dat de humanistische psychologie noch aan geloof en God noch aan de mens als beelddrager van God of aan de zondeval en haar gevolgen een plaats toekent; geloven staat volgens deze psychologie zelfontplooiing en zelfbeschikking in de weg. Naast Carl Rogers moet Harold Maslow als een van de voornaamste vertegenwoordigers van deze psychologie worden gezien. Zowel Rogers als Maslow stonden actief open voor het bovennatuurlijke in occulte zin en zijn tegelijk te linken aan de zich uit de humanistische psychologie ontwikkelde transpersonele (transpersoonlijke) psycho-

logie, een psychologie die de behoefte uitdrukt aan een spirituele dimensie. Onderzoek laat blijken dat de invloed van oosterse visies duidelijk zijn terug te vinden in de gedachten rond zelfrealisatie (zelfactualisatie, zelfverwerkelijking). Bij Rogers, de geestelijke vader en mentor van Gendlin, onder andere de invloed van taoïsme en zen-boeddhisme. De term 'transpersoonlijk' betekent het persoonlijke, het 'IK' of het 'zelf' overstijgend terwijl juist hier opnieuw het holisme in New Age-zin een belangrijke rol speelt; holistisch wil dan zeggen: alle niveaus van het menselijk ervaren insluitend, waaronder het geestelijk niveau, met als oogmerk de persoon achter de persoonlijkheid te onthullen. Het gaat hier dus om een komen tot een hoger niveau van bewust-

zijn en ervaring, een overschrijden van de grenzen van het 'zelf'. Ofwel we raken hier aan een 'nieuwe spiritualiteit', een diep mystieke trend'.¹² Zo spreekt Rogers (vertaald) over 'innerlijke geest die innerlijke geest raakt' en van een therapeutische relatie die zichzelf overstijgt en 'deel wordt van iets groters'. Het spreken over het (hogere) 'zelf' wekt associaties met de boeddha-natuur, de goddelijke kern en de goddelijke vonk enzovoort. Zaken passend bij het gedachtegoed van de New Age die in feite gaan over een spiritueel ontwikkelingspad.

Het 'naar binnenkijken', het 'zelf' binnenin je vinden, is al vanaf het begin van de menselijke geschiedenis een zaak geweest waarvoor de mens meer dan grote belangstelling heeft. Dit verlangen was de kiem van het gnostische denken en kenmerkt de humanistische psychologie en de transpersoonlijke psychologie in het bijzonder, terwijl de 'ervaring' (van zelfverwerkelijking) ten slotte gericht is op 'de volledige autonomie van het menselijke IK'.¹³ Het 'IK' bepaalt in feite het belang van alle ervaringen en welke plaats elk daarvan inneemt. (Zo is het 'zelf' in plaats van God het centrum van het universum geworden.) Op basis van, met en vanuit het gedachtegoed van Rogers ontwikkelde Gendlin de focustherapie.

Eugene Gendlin - diens ideologie e.d.

Algemeen wordt er van uitgegaan dat Eugene Gendlin, de voormalige Amerikaanse hoogleraar psychologie en filosofie aan de universiteit van Chicago en geboren op 25 december 1926 in Oostenrijk, de grondlegger is van de focustherapie. Onderzoek laat evenwel zien dat deze veronderstelling betwijfeld kan worden en dat de basisideeën van de therapie al te vinden zijn bij Gendlin's leermeester, Carl Rogers. In elk geval mag verondersteld worden dat zij op elkaar invloed hebben gehad. Ook in de aan Gendlin toegeschreven therapie ligt het accent op het 'zelf', terwijl volgens hem in samenhang daarmee het lichaam, the body (een begrip dat Gendlin op een zeer 'eigenzinnige en vreemde manier' gebruikt¹⁴ en dat hij naar zijn eigen zeggen moeilijk te omschrijven vindt¹⁵) te beschouwen valt als een 'opslagplaats' van ervaringen. Door ondermeer daarnaar te leren luisteren komt men dicht bij zichzelf, bij de 'ware wijsheid' die in de mens zelf te vinden zou zijn. Gendlin ontwikkelde een binnen de focustherapie (van intussen welke vorm ook - zie hierna) geëigend vakjargon. Een uiterst belangrijk begrip in relatie tot de procesmatige lichamelijke gewaarwordingen (lichaamsbewustzijn) is 'felt sense' - 'body (bodily)-felt sense', wat uiteindelijk beschouwd moet worden als een zelfoverstijgend proces

leidend tot 'awareness', een nieuw 'bewustworden'. Gendlin stelt dat dit 'overstijgen' zich afspeelt op de rand (Gendlin: the edge) van het bewustzijn (Gendlin: awareness). Er is hier een vergelijk te maken met de bewustzijnsverandering door middel van bijvoorbeeld meditatie. Gendlin leert dat 'the edge of awareness', door hem ook 'felt sense' genoemd, het centrum van de persoonlijkheid (het zijn) is: 'It comes between the usual conscious person and the deep, universal reaches of human nature, where we are no longer ourselves'¹⁶ - vrij weergegeven: het gaat hierbij om de overgang van het gewone bewustzijn naar een deel hebben aan iets (groters) buiten onszelf. Een overgang naar wat professor M. Leijssen, een in Europa vooraanstaand vertegenwoordiger van de focustherapie, noemt 'a new space' - een nieuwe ruimte. Van daar wordt 'informatie' ontvangen of, in termen van vele spirituele praktijken: openbaring, de 'innerlijke wijsheid'. (We raken hier een ander binnen de therapeutische wereld als zodanig (maar ook binnen de focustherapie zelf) bekend fenomeen, mindfulness.)¹⁷ Leijssen stelt: "Gedurende het focusproces kan men een golf van spirituele energie ervaren, de aanwezigheid van een kracht groter dan jezelf, iets dat boven tijd en ruimte staat, een mysterie dat sommigen 'God' noemen of contact met hun 'Ziel' of 'een Hogere Realiteit'.¹⁸ Kortom, binnen de focustherapie is onder de noemer 'felt sense' dus duidelijk sprake van spirituele, transcendentale ervaringen. Spreekt Leijssen zoals we zagen van 'a new space', anderen (veelal naar gelang de variant van de focustherapie die men aanhangt - zie hierna) spreken van 'innerlijke vredesruimte', 'innerlijke ruimte', 'open ruimte', 'veilige haven' etc. Het begrip kent dus vele 'synoniemen'. Een vooraanstaande Japanse vertegenwoordiger van de focustherapie, Akira Ikemi, omschrijft de ruimte als 'a temporary nothingness' en doelt daarmee op iets dat zich ook tijdens meditatie voordoet. Het 'ruimte maken' is een absoluut onderdeel van de therapie en een duidelijk spirituele zaak. Grote vraag is welke spirituele bron wordt aangeboord.

Boeddhisme/religie

Terecht wordt door meerdere onderzoekers en auteurs een directe link gelegd met allereerst en vooral het boeddhisme. Gendlin zelf blijkt volledig vertrouwd te zijn met het boeddhisme in de meest uitgesproken zin. Susan Jordan van de British Focusing Teachers Association deelt namelijk op grond van een gevoerde correspondentie als feitelijkheid mee dat Gendlin zelf meer dan gewone belangstelling heeft voor het boeddhisme en daarenboven persoonlijk vertrouwd is

met het verschijnsel van meditatie, alleen heeft hij een en ander nooit op enige wijze publiekelijk kenbaar gemaakt.¹⁹ Vele van zijn 'volgelingen' zijn openlijk aanhangers van het zen-boeddhisme. De focustherapie, die gelet op onder meer het voorgaande te categoriseren valt onder de transpersoonlijke psychologie, wordt nadrukkelijk gekenmerkt door het spirituele, metafysische en transcendente in de breedst mogelijke zin. Binnen de focuskring worden de parallellen met het boeddhisme en de New Age openlijk erkend. Exponent in dezen is de al meer als gezaghebbend geldende Elfie Hinterkopf. Maar bijvoorbeeld ook de vooral in ons land onder de vertegenwoordigers van de focustherapie invloedrijke Ann Weiser Cornell blijkt duidelijke affiniteit met dergelijk gedachtegoed te hebben, terwijl het occulte (van mindfulness tot en met nota bene alchemie) voor haar bekende zaken zijn. Wanneer deskundigen ten aanzien van psychotherapie in het algemeen stellen dat het daarin eerder om een religie dan om een wetenschap gaat, kan dit ook gesteld worden ten aanzien van de focustherapie. Er kan in dezen verwezen worden naar de site van het door Gendlin opgerichte focusinstituut (The Focusing Institute) waar op typische New Age-wijze wordt ingegaan op en omgegaan met bijvoorbeeld begrippen als spiritualiteit en religiositeit. Op haar site schroomt het instituut van Gendlin zelfs niet te spreken over 'focusing as Part of Spiritual Renewal' - 'focussen als onderdeel van geestelijke vernieuwing'. Wie zich verdiept in de focustherapie (die zoals hieronder aan de orde zal komen verschillende varianten kent) zal niet anders dan moeten vaststellen dat we in de therapie eigenlijk ten diepste te maken hebben met een vorm van 'guided meditation', geleide meditatie met een duidelijk (religieus) boeddhistische inslag en allesbehalve wars van andere occulte invloeden. Kan een dergelijke therapie werkelijk bijdragen tot zoals een 'christelijke' focustherapeut beweert 'meer eenheid in geloven'? Kan een dergelijke therapie (volgens dezelfde therapeut) worden gekwalificeerd als 'een stimulans voor een positievere en diepergaande spiritualiteit'? Kan ze worden aangemerkt als een waardevolle aanvulling op het pas-



toraat? Of is de vraag gerechtvaardigd dat juist voor de christen met een psychisch probleem of stoornis een verergering van die problematiek dreigt, sterker nog, een reëel gevaar van occulte gebondenheid? Is gelet op dit alles een oproep om waakzaam te zijn overbodig?

Een woud in een woud

Is er op zich, zoals hiervoor aangegeven, al sprake van een woud aan therapieën, ook de focustherapie als zodanig kent intussen een - nog steeds toenemend - aantal varianten. In essentie echter blijken deze varianten van het oorspronkelijk gedachtegoed niet te verschillen. Hooguit is er sprake van een 'persoonlijke touch' in het geijkte focusjargon (zoals hiervoor al tot uitdrukking kwam met betrekking tot bijvoorbeeld het begrip 'space', 'ruimte'), vallen enkele nuanceverschillen op en kan daardoor de aanpak hier en daar (iets) verschillen (bijvoorbeeld met betrekking tot het oorspronkelijke stappenplan van Gendlin). Door het focusinstituut van Gendlin wordt dan ook wel 'gemakshalve' gesproken over Focusing-Oriented Psychotherapy (afgekort FOT) en wordt de FOT omschreven als (vertaald) 'een opkomende familie van experimentele therapieën die zijn gebaseerd op het pionierswerk van Eugene Gendlin'. Om een aantal van de op Gendlin georiënteerde therapieën te noemen: Inner Relationship Focusing (IRF), Whole Body Focusing (WBF), Thinking at the Edge (TAE), Domain Focusing, Focusing-Oriented Arts Therapy (FOAT) en Community Wellness Focusing. Naast de vrij recente variant, ontwikkeld op basis van het ook binnen evangelische kring al meer aan populariteit winnende en uit een duidelijk te bevragen hoek komende Celebrate Recovery programma, Recovery Focusing, zijn nog twee varianten te noemen die, hoewel er ogenschijnlijk niet direct op Gendlin teruggegrepen lijkt te worden, wel degelijk de kerngedachten van diens focustherapie in zich bergen en duidelijke affiniteit met bijvoorbeeld onder meer mindfulness vertonen. Het gaat hier dan om allereerst Refocussing en vervolgens om Insight Focused Therapy (IFT). De beide laatste varianten, waarvan met name Insight Focused Therapy zich onder de noemer christelijk ook in ons land presenteert en daarbij nadrukkelijk in vooral kerkelijke en evangelische kring voet aan de grond probeert te krijgen, staan oorspronkelijk - qua vertegenwoordigers - op uiterst gespannen voet met elkaar. Inhoudelijk verschillen de beide vormen echter niet of nauwelijks van elkaar. Insight Focused Therapy (aanvankelijk Insight on Refocussing) is een benaming die vanuit een felle strijd met de ontwikkelaar van Refocussing is ontstaan. Ook deze beide varianten vertonen

duidelijk sporen van het oosterse en New Age-gedachtegoed, terwijl de ideologie van Gendlin als zodanig voor een ieder traceerbaar aan de beide ten grondslag ligt.²⁰

Vóór de komst van de laatstgenoemde, op christelijke leest geschooide, focustherapieën was er al de tot de FOT behorende spirituele variant van het priesterduo McMahon en Campbell, de zogeheten BioSpiritual Focusing. Daarnaast zien we dat al eerder ook in ons land binnen christelijke kring de focustherapie van Gendlin zijn weg heeft weten te vinden. Onderzoek en navraag tonen aan dat degene die verantwoordelijk gehouden moet worden voor de introductie van de focustherapie binnen het christelijk segment in ons land drs. Wim Jurg is geweest. Hoewel hij aangeeft nog steeds te geloven dat de focustherapie als een in de praktijk getoetste wetenschap waardevolle elementen in zich bergt, zegt hij toch al vrij vroeg te hebben ingezien dat het 'niet een methode is die in alle opzichten aan de Bijbel beantwoordt'. Als een van de grote problemen noemt hij allereerst het in deze vorm van psychotherapie ontbreken van een bijbels mensbeeld. Vervolgens geeft hij op basis van een pijnlijke ervaring uit zijn directe omgeving aan, dat er wat gemakkelijk voor een vorm gekozen kan worden die duidelijk metafysisch is en sterk open staat voor oosterse invloeden. Een en ander heeft hem sceptisch gemaakt tegenover de therapie, terwijl hij claimt uiteindelijk van de Heer het inzicht te hebben gekregen dat 'het focussen een doodlopende weg is'. Niettemin zou hij graag zelf een Bijbelse vorm van het focussen hebben willen ontwikkelen.

Een gedoopte versie?

Met dit laatste komen we bij een aspect dat zich breder binnen de psychologie en psychotherapie voordoet, een aspect dat zich vertaalt in de vraag of een seculiere, zelfs anti-christelijke theorie en therapie, gechristianiseerd kan worden. Met de term 'christianiseren', ook wel 'dopen' genoemd, wordt het binnen christelijke kring op bijbels verantwoorde wijze bruikbaar willen maken van de seculiere psychologie en psychotherapie bedoeld. Dit streven doet zich zowel voor onder oprechte christenen binnen de hier aan de orde zijnde beroepsgroepen van psychologie en psychotherapie als ook daarbuiten. Belangrijk is in dezen de vraag of de psychologie en psychotherapie naast de theologie kunnen bestaan of dat ze elkaar misschien zelfs volkomen uitsluiten. De poging om de seculiere psychologie en psychotherapie te christianiseren vinden we ondermeer terug in het zogenoemde integrationisme. De onderliggende ge-



dachte gaat onder meer - en vooral - terug op de uitspraak van Augustinus dat alle waarheid Gods waarheid zou zijn. Wat de ideeën rond het 'christianiseren', 'dopen' aangaat, zijn er (ook hier) varianten. Binnen het bestek van dit artikel gaat het echter te ver om hier nader en uitgebreid op in te gaan en wordt slechts volstaan met aan te geven dat een dergelijke gedachtegang zich moeilijk tot in het geheel niet met de Bijbel laat rijmen. Daarenboven zal een eerlijk bestuderen van de seculiere psychologie en psychotherapie zonder meer laten zien dat deze allerm minst religieus neutraal zijn te noemen en dus allesbehalve gemakkelijk zijn te importeren binnen het christelijk geloof. Ook ten aanzien van de focustherapie is de vraag gerechtvaardigd of deze, gelet op haar oorsprong en ideologische inhoud, ooit met het christelijk geloof te rijmen valt. Wie kijkt naar de pogingen in dezen zal ontdekken dat het christianiseren zich beperkt tot het 'vergeestelijken' van het focusjargon (zonder daarbij van de werkelijke inhoud ook maar iets af te doen) of het toevoegen van ad random gebruikte Bijbelteksten. De bestudeerde pogingen van het christianiseren moeten helaas als bijkans animistisch worden omschreven, terwijl de oosterse en de New Age-invloeden met Bijbelwoorden en vroom gepraat



worden toegedekt. De 'gechristianiseerde versie' verschilt in principe in het geheel niet van de seculiere versie. Het beroep op bepaalde Bijbelgedeelten moet helaas als exegetisch geblunder worden omschreven.

Nadrukkelijk blijkt dat het verwerklijken van het 'zelf', zelfactualisatie, zelfverwerklijking en het daarbij te rade gaan van het diepste in het eigen Ik - en dat op een te verwerpen mystieke wijze - volslagen haaks staat op de bijbelse boodschap. De vraag die zich bij de focustherapie als zodanig dan ook opdringt is: IK of... Christus.

IK of... Christus

In tegenstelling tot Gods Woord wordt binnen de humanistische psychologie zelf en de uit haar voortgekomen (op haar voortbordurende) scholen en therapieën, waaronder de focustherapie, het eigen ik (op onder meer ethisch hedonistische wijze) overgeaccentueerd tot zelfs vergoddelijkt. Terecht merkt Van Wersch op: "Het is vanaf Adam dat de mensheid blijvend de illusie zou koesteren dat gerichtheid op het eigen ik en volledige menselijke onafhankelijkheid de menselijke persoon tot de hoogste graad van zelfverwerklijking zou kunnen brengen". Terwijl hij daarvoor schrijft: "Als God als werkelijke

Ander doodverklaard is (wat in de (universiteits)psychologie op zich het geval is en in de humanistische psychologie in het bijzonder, jgh) en er geen plaats meer is voor een vast referentiepunt buiten deze wereld en ons eigen Ik, rest tenslotte als levensdoel slechts nog de ontplooiing van het eigen zelf."²¹ Het laatste heeft tot 'onherroepelijk' gevolg de idee: IK ben een god in het diepst van *mijn gedachten*.

Als er nu juist iets tegen heel de moderne psychologie en helemaal tegen de humanistische psychologie met haar loot de focustherapie getuigt, dan is het wel de cluster van de hoofdstukken 5 tot en met 8 van de brief van de apostel Paulus aan de Romeinen. Als vanuit deze hoofdstukken iets duidelijk wordt dan is het wel: geen leven door beleven (experience/experiencing - een geliefd woord binnen het focussen), maar leven door sterven. De gevallen mens wordt pas weer echt mens zoals door God bedoeld als hij/zij bereid is de weg van Jezus Christus te volgen: de weg van het kruis. Alleen daar is heling te vinden naar geest, ziel en lichaam! Hoe belangrijk is dan het hebben van een zuiver bijbels mensbeeld en zicht op en kennis van de boodschap van het kruis. Waar voor de christen de mens meer is dan alleen lichaam en ziel, blijkt het

mens-zijn zich bij Gendlin daartoe te beperken. In de focustherapie wordt daarom de oplossing en de heling niet buiten de mens bij God, in Jezus Christus gezocht, maar in de mens zelf (het 'Ik') en dat via de weg van lichaams- en ervaringsgerichte (oosterse en occulte) methoden. Hoe duidelijk laat Jezus weten dat de weg van zelfactualisatie een doodlopende weg is wanneer Hij in Mattheüs 10:39 zegt dat *[w]ie zijn leven vindt, [het] zal verliezen, terwijl wie zijn leven verliest en dat om Zijntwil* (dus niet om het eigen 'Ik') het zal vinden (het Grieks gebruikt hier voor 'leven' het woord *psuchè* = ziel - jgh). Hij herhaalt een en ander tijdens Zijn eerste aankondiging van Zijn lijden: *Want ieder, die zijn leven zal willen behouden, die zal het verliezen; maar ieder, die zijn leven verloren heeft om Mijntwil, die zal het vinden* (Matt. 16:25) - (ook hier gebruikt het Grieks voor 'leven' het woord *psuchè*, ziel - jgh).

Kan en mag een gevallen IK ooit bron van wijsheid heten of worden genoemd? Helpt wie op een zogenaamd therapeutische basis dergelijke ideeën verkondigt de hulpzoekende niet juist van de wal in de sloot? De humanistische psychologie en daarmee de focustherapie, negeert principieel Gods Woord, terwijl nu precies de Bijbel laat weten waar het juiste beginpunt van het 'kennen' *niet* ligt in de mens, maar in God. Immers God doet kennen wie Hem leert kennen (Filip. 3:10), want de weg die het hart wijst is niets minder dan de dood (Jer. 17:9 Statenvertaling). De oplossing voor de gevolgen van de zondeval voor de mens, gevolgen die zich zowel lichamelijk, psychisch als geestelijk manifesteren, is volgens de Bijbel slechts *buiten* de mens zelf te vinden en wel in het offer van Jezus Christus.

Het is daarom uiterst triest te moeten vaststellen dat binnen de gemeente van Jezus Christus steeds minder vertrouwen bestaat in de algenoegzaamheid van het offer van Jezus Christus en de volkomen betrouwbaarheid van Zijn Woord. Wordt er niet te veel en te vaak toegegeven aan de verleiding om het oorspronkelijke van de zielzorg aan te vullen met zogeheten wetenschappelijke visies?

Daarnaast dringt zich de vraag op of in deze tijd niet veel te snel en te vaak persoonlijke moeilijkheden tot probleem of stoornis worden benoemd, en het er alle schijn van heeft dat er een ongezond accent op het menselijk welzijn wordt gelegd waarbij dan vooral het eigen 'Ik' eenzijdig positief wordt benadrukt. Zoals duidelijk zal zijn, is zelfs onder christenen voor een bijbels mensbeeld - nog nauwelijks meer ruimte, en lijkt nauwelijks



nog serieus gerekend te worden met de realiteit en de impact van de zondeval.

Eigen uitgehouwen, gebroken bakken of...

Vroeger vervulde vooral de kerk een belangrijke rol in de opvang en begeleiding van mensen in moeilijkheden en probleemsituaties. Maar de rol van de kerk wordt steeds kleiner als het gaat om hulpverlening in de zin van pastoraat (beter en liever: zielzorg) of verpsychologiseert dusdanig, dat van zuiver bijbels pastoraat niet echt meer kan worden gesproken. Is de kerk zelfs wat de verkondiging aangaat niet verpsychologiseert? Niet meer het oerprobleem van zonde en zondaar, het gevallen ik staat centraal en de daaraan verbonden gebrokenheid van de mens en diens verbroken relatie met God, maar de mens zelf met zijn nood - die 'natuurlijk' buiten diens schuld is ontstaan - staat in het middelpunt. En God? Hij mag enkel nog begripvol zijn en heten en is van nature een onvoorwaardelijk liefhebbende God, ja een God met *grenzeloze* onvoorwaardelijke liefde voor de mens. Het begint er al meer op te lijken dat binnen de gemeente van Christus God en Diens Woord niet meer voldoende zijn om de mens in zijn problematiek adequaat te kunnen helpen. De Bijbel wordt daarbij zelfs steeds meer ondergeschikt gemaakt aan seculiere kennisbronnen.

Hoewel het bestuderen van de menselijke psyche en persoonlijkheid op zich waardevol en goed is, moet een en ander niet leiden tot een overschatten van de resultaten, laat staan van een hoger schatten dan wat Gods Woord in dezen aanreikt. In steeds meer sectoren van het maatschappelijk leven lijkt de psychologie terrein te winnen en wordt gebruik gemaakt van haar *schijnbaar* onmisbare expertise en dat ondanks het feit dat er al heel lang uit eigen beroepskring duidelijk kritische kanttekeningen worden geplaatst.

De vraag die zich onherroepelijk opdringt, is: waar kan de christen voor hulp bij psychologische problemen en stoornissen (nog) terecht?

Helaas moet geconstateerd worden, dat veel vormen van therapie zich qua oorsprong of uiting evenals de focustherapie niet laten verenigen met het christelijk geloof, met als gevolg dat de confident, het kind (én ouder) eerder dieper in de problemen komen. Daarnaast valt in zeer veel gevallen het professionele en wetenschappelijk gehalte van therapeut en therapie te betwijfelen - een zaak die ook (b)lijkt te gelden voor de focustherapeut en focustherapie. De welbekende christen-psycholoog dr. Larry Crabb durft



zelfs te zeggen dat de psychologie niet als wetenschap gekwalificeerd kan worden.²² Wat de psychotherapie aangaat, stelt de emeritus-hoogleraar psychiatrie (van de State University van New York) Thomas Szasz dat het bij de psychotherapie eerder gaat om een religie dan om een wetenschap en dan gaat het volgens hem ook nog om een nep-religie, die er op uit is de echte religie te vernietigen.²³ Belangrijk is het hierbij in acht te nemen dat Szasz in deze visie allerm minst alleen staat; vanuit de eigen beroepsgroep waarschuwen sommigen zelfs voor de mogelijk negatieve effecten van de psychotherapie als zodanig. De zorgvuldige bestudering van de focustherapie leidt tot soortgelijke conclusies en de therapie moet derhalve alleen al op basis van haar anti-christelijke en oosterse invulling door de christen worden afgewezen.

De in 2006 overleden pastor en counselor Selwyn Hughes constateerde met recht dat hulpverleners als psychologen en psychotherapeuten de mens wel uit elkaar weten te halen, maar vaak niet weer in elkaar weten te zetten, in elk geval niet op een hoger plan weten te brengen. Ze

weten wel wat demonteren is, maar veelal niet wat assembleren is. Zou een christelijk herijken van de hulpverlening dan ook niet een goede zaak zijn? Laten we daarbij het volgende vooral in acht nemen:

De profeet Jeremia sprak Gods volk namens God aan op het Hem als bron verlaten en het vertrouwen stellen op eigen uitgehouwen, gebroken bakken (Jer. 2:13). Dit aanspreken deed hij volgens de vertalers onder de noemer: de trouweloze echtgenote. Ligt hierin niet op zijn minst een waarschuwing richting Gods Gemeente? Is zij nog de door God beoogde vindplaats van heil, juist als het gaat om de zielzorg?

Tot slot

Het mag duidelijk zijn dat het ondoenlijk is om in een artikel als dit alle belangrijke aspecten rond het onderwerp van de focustherapie te behandelen en dat er vele malen meer verteld kan worden. Daarom is er, tegelijk met het verschijnen van dit artikel, in samenwerking met Johannes Multimedia over dit onderwerp een boek verschenen dat als gratis e-book is te downloaden:



De Focustherapie - IK of... Christus Een psychotherapie kritisch bekeken in het licht van de Bijbel

Het boek (waarvan het voorwoord is geschreven door Gerard Feller) neemt vanuit bijbels oogpunt, stilstaand bij een aantal noodzakelijke voorvragen, vooral (exemplarisch) de focustherapie van Eugene Gendlin kritisch onder de loep.

Het is een leesbaar en actueel boek, tot stand gekomen vanuit een grondige en zorgvuldige voorstudie. Een boek dat bedoeld is voor uiteindelijk iedere geïnteresseerde, maar zeker voor hen die direct of indirect met psychische problemen/stoornissen te maken hebben, hetzij als patiënt/cliënt, naaste of als hulpverlener. Tegelijk is het boek een aanzet tot een herbezinnen op de betekenis en

waarde van het pastoraat, de zielzorg. Het uitgebreide notenapparaat dat niet alleen bedoeld is om het geschrevene te onderbouwen, vormt samen met de literatuurlijst een rijke bron voor naslag en verdere studie. Behalve op de site van Johannes Multimedia is het e-book ook te downloaden via een aantal andere sites waaronder de site van Promise. Hopelijk draagt dit artikel, evenals het boek, bij tot waakzaamheid in het kiezen van hulp bij een psychisch probleem of een stoornis en zet het aan tot een (her)bezinnen op de rol van het pastoraat, de zielzorg.

Op de vernieuwde site van Bijbels perspectief is in relatie met het verschijnen van dit artikel en het boek een verhelderend artikel opgenomen over *Refocusing* en *Insight Focused Therapy*, de twee 'nieuwe loten' aan de focusboom.

Drs. J.G. Hoekstra



Over de auteur:


Drs. J.G. Hoekstra studeerde theologie en was achtereenvolgens werkzaam als predikant/voorganger van verschillende kerkelijke gemeenten en als docent godsdienst. Van zijn hand verschenen eerder: *De Keten Gebroken*, een boekje open over de Odd Fellows en *Geopende Ogen - 'dit geheimenis is groot'* - aanvankelijk uitgaven van Importantia Publishing, maar inmiddels ondergebracht bij Johannes Multimedia.

Het in dit artikel genoemde gratis e-book is ook op de site van Promise te downloaden via: http://www.stichting-promise.nl/ebooks/doc_download/15-de-focustherapie.htm

Noten

1 ADD: afkorting voor Attention Deficit Disorder en wordt beschouwd als één van de subtypes van ADHD. ADHD: afkorting voor Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder = aandachtstekort/hyperactiviteitstoornis, waarbij het 'aandachtstekort' doelt op concentratiegebrek. Als onderscheid tussen ADD en ADHD wordt aangegeven, dat kinderen met ADHD in hun gedrag hyperactief zijn en kinderen met ADD eerder passief. Verondersteld wordt dat de laatste groep niet snel herkend zal worden omdat ze minder opvallen door lastig gedrag. PDD-NOS: afkorting voor Pervasive Developmental Disorder-Not Otherwise Specified. Het woord 'pervasive' kent in de Nederlandse taal geen gelijkwaardig begrip en dient in deze context te worden vertaald met 'in alles

(d.w.z. alle delen van de hersenen) doordringend. PDD-NOS is een ontwikkelingsstoornis. Asperger; syndroom van Asperger, een stoornis die verwant is aan het autisme en daarom ook als een pervasieve (d.w.z. diep doordringende) ontwikkelingsstoornis is aan te merken (zie hierna bij autisme). Echter bij Asperger is er op jonge leeftijd geen sprake van een vertraging in de taalvaardigheidsontwikkeling en blijkt er een normale tot hoge intelligentie aanwezig te zijn, terwijl er tegelijk een betere sociale interactie is. Autism: benaming voor een groep van stoornissen die omschreven worden als pervasieve (d.w.z. diep doordringende) ontwikkelingsstoornissen en die zich vooral kenmerken door beperkingen/problemen in de sociale interactie, de communicatie, de verbeelding en zich steeds herhalend gedrag. Er zijn verschillende verschijningsvormen die sterk in ernst uiteenlopen.

- 2 Vgl. de publicaties van bijvoorbeeld Bijbel en Onderwijs.
- 3 Hoe dergelijke beïnvloeding eveneens binnen de streng reformatorische hoek binnendringt, blijkt in het artikel *Motorische Remedial Teaching*, een kwestie van je hersenen erbij houden of...? op de site van de Bijbel en Onderwijs.
- 4 Vele jaren geleden al waarschuwde ds. W.C. van Dam voor niet alleen de mystieke invloeden in de huidige psychologie, invloeden die volgens hem aantoonbaar aanwezig zijn de duidelijke verbindinglijnen naar de oosterse meditatievormen, maar constateerde hij tegelijk een neigen tot het New Age-gedachtegoed. Zie W.C. van Dam, *Tussen Geest en Antigeeest*, J.N. Voorhoeve, Den Haag 1988, p. 42,43. Hij verwijst even verder op naar Kurt Koch, die aangeeft dat wie zich met dergelijke zaken inlaat de deur opent voor onbekende geestelijke machten, p. 69.
- 5 Zie respectievelijk J.F. Drozd & M.R. Goldfried, *A critical evaluation of the state-of-the-art in psychotherapy outcome research - Psychotherapy: Theory, Research, Practice, training*, APA - American Psychological Association, Vol. 33, No. 2, 1996, p. 171-180. Nanninga noemt eenzelfde getal. Zo R. Nanninga, *Het Dodo-effect*, onderzoek naar psychotherapie, *Skepter* 16 (2), juni 2003. In een interview van de schrijver met drs. Wim Jurg (promotor van de focustherapie binnen het christelijk segment van de hulpverlening - zie hierna) gaf deze aan het getal zelfs nog hoger te schatten.
- 6 Zo Roger Mills, *Psychology Goes Insane*, *Botches Role as Science*, *The National Educator*, July 1980, p.14, vergelijk ook aanhaling in Martin en Deidre Bobgan, *The End of 'Christian Psychology'*, EastGate Publishers, Santa Barbara, California 1997, p.22.
- 7 Stellen Ankerberg en Weldon niet terecht de vraag of de wereld er met het toenemend doen van een beroep op de psychologische hulpverlening er echt beter op wordt en wijzen ze er niet met recht op dat in alle voorgaande eeuwen van de geschiedenis de mensen een schijnbaar bevredigend leven hebben geleid zonder een beroep te kunnen doen op dit soort hulpverlening? Zo John Ankerberg & John Weldon, *Feiten over psychologie, zelfverwerkelijking en zelfhulp*, 



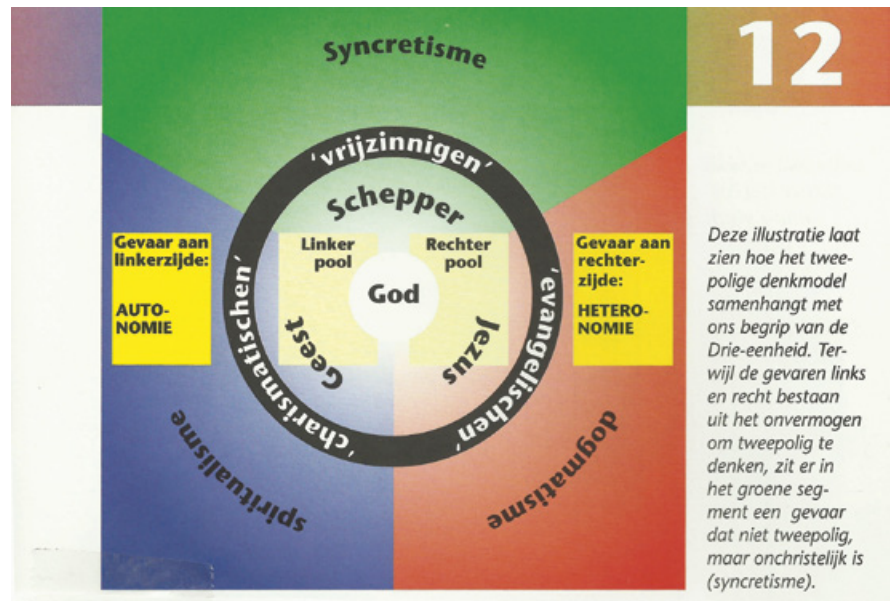
- grenzen en gevaren van moderne therapieën, Middernachtsroep, Doorn p.7
- 8 Voor onderbouwing wordt verwezen naar het gratis te downloaden ebook genoemd in noot 3 Hoe er vanuit de beroepsgroep zelf tegen psychologie en psychotherapie wordt aangekeken, komt uitgebreid aan de orde.
- 9 Vereniging tegen de Kwakzalverij, Encyclopedie: Psychotherapie - Uit: Tussen Waarheid en Waanzin: een encyclopedie der pseudo-wetenschappen 30 apr 2009: http://www.kwakzalverij.nl/985/Encyclopedie_Psychotherapie. (Marcel Hulspas en Jan Willem Nienhuys, Tussen Waarheid en Waanzin: een encyclopedie der pseudo-wetenschappen, De Geus Breda 2002.)
- 10 Max Lauteslager, Het beest heeft kuren. Gebruik en misbruik van EBP, RCT- en EST-methodologie in: Tijdschrift voor Psychotherapie, 32 (2006), p. 347-366.
- 11 J.W Becker, e.a., Secularisatie en alternatieve zingeving in Nederland, Sociale en Culturele Studies - 24, Sociaal Cultureel Planbureau/Vuga Uitg. Den Haag 1997, p.24.
- 12 Vgl. respectievelijk Gerard Feller, Elektrosond farmaceutica, 1992 - <http://www.stichting-promise.nl/artikelen/techniek-en-occultisme/elektrosond-farmaceutica.htm> en William Kirk Kilpatrick, Psychological Seduction: The Failure of Modern Psychology, Thomas Nelson, Nashville, Tennessee 1983, p. 99 en William Kirk Kilpatrick, The Emperor's New Clothes: The Naked Truth About the New Psychology, Crossway Books, Westchester, Illinois 1985, p.177.
- 13 S. van Wersch, 1990, De Gnostisch-occulte vloedgolf, van Simon de Tovenaar tot New Age, een kritische beoordeling, Kok, Kampen 1990, p. 177.
- 14 Ivan Ellingham, Carl Rogers' 'Congruence' As An Organismic, Not a Freudian Concept (in G. Wyatt (ed) Congruence: Rogers' Therapeutic Conditions, PCCS Books Ltd., Ross-on-Wye - UK 2001).
- 15 Zie bijvoorbeeld E.T. Gendlin, Focusing, Bantam (New Age) Books New York, New York 1981, p. 10.
- 16 Letterlijke vertaling: Het zit tussen de gewone bewuste persoon en het diepe, universele bereik van de menselijke natuur, waar we niet langer onszelf zijn. E.T. Gendlin, 1984, p. 81. We zijn volgens Gendlin 'niet langer onszelf' en toch spreekt hij tegelijkertijd over 'het centrum van de persoonlijkheid'. Raken we hier niet 'het god' zijn in je diepste kern - een religieuze ervaring bij uitstek: '[alsof] een Hogere Werkelijkheid zich openbaart...'. M. Leijssen, 2008, p. 9 (en zie ook daar de verwijzing naar noot vi). Elders zegt Leijssen: "During their focusing process, people can experience a surge of spiritual energy, the presence of a force greater than their own self, something that stands above time and space, a mystery which some call 'God' or contact with their 'Soul' or a 'Higher Reality'". Vertaald: 'Gedurende het focusproces kan men een golf van spirituele energie ervaren, de aanwezigheid van een kracht groter dan jezelf, iets dat boven tijd en ruimte staat, een mysterie dat sommigen 'God' noemen of contact met hun 'Ziel' of 'een Hogere Realiteit'". Zie M. Leijssen, Focusing: interpersonal and intrapersonal conditions of growth, in: B.Thorne & E.Lambers (eds), Person-Centred Therapy: a European Perspective, Sage Publications, London 1998, p. 131-158. Leijssen vermeldt bij de quote de volgende bronnen: Hinterkopf, E. (1990). Focusing and spirituality in counseling. The Focusing Folio, 9 (3), p. 81-96; Hinterkopf, E. (1996). A Process Definition of Spirituality: Implications for Focusing Therapy; Jaison, B. (1991). Focusing and spirituality. The Focusing Folio, 10 (4), p. 54-58; Lukens, L. (1991). Focusing: Another way to spirituality. The Focusing Folio, 10 (4), p. 65-72; Leijssen, M. (1995). Focusing: psychotherapeutisch proces en religieuze ervaring. Tijdschrift voor Psychotherapie, p. 21, 24-36.
- 17 Ook o.m. Leijssen stelt hier een concrete overeenkomst vast met mindfulness. Vgl. Leijssen bij Bart Raymaekers (red), Lectures for the XXIst Century, Universitaire Pers Leuven 2008-2009, Leuven 2008, p. 119.
- 18 M. Leijssen, Focusing: interpersonal and intrapersonal conditions of growth, in: B.Thorne & E.Lambers (eds), Person-Centred Therapy: a European Perspective, Sage Publications, London 1998, p. 131-158.
- 19 Vgl. http://www.focusing.org.uk/practising_presence.html. Zij citeert uit een aan haar gerichte brief van Maura Sills (van het Karuna Instituut in Devon, Engeland) uit 2002. Het is Ann Weiser Cornell die op haar site onder andere dit artikel van harte aanbeveelt, zie: <http://www.focusingresources.com/english.htm>.
- 20 Op de site van Bijbels perspectief is in een artikel op deze (recente) varianten nader ingegaan en ook op de juridische strijd die tussen de vertegenwoordigers van deze therapieën heeft plaatsgevonden.
- 21 S. van Wersch, 1990, respectievelijk p. 180 en p. 176.
- 22 Larry Crabb, Basic Principles of Biblical Counseling, Zondervan Publishing House, Grand Rapids, Michigan 1975, p. 22.
- 23 Thomas Szasz, The Myth of Psychotherapy, Anchor Press/ Doubleday, Garden City, New York 1978, p. 28.

Boekrecensie

'God ervaren als Vader, Zoon en Heilige Geest' door Christian A. Schwarz. (Hoorbaar: Gideon, nu: Harderwijk: Highway Media, 2008); 31 pp., fullcolour, D9,95. ISBN 978-90-6067-247-1

De leer van de mysterieuze drie-eenheid lijkt louter van theoretische of theologische waarde. Dit leerstuk wordt niet onderschreven door Joden, moslims, Jehova's Getuigen en Mormonen. De term drie-eenheid vinden we inderdaad niet in de Bijbel terug, maar als we vele teksten naast elkaar leggen, kunnen we toch niet tot een andere conclusie komen dan dat er zoiets als een drie-eenheid moet bestaan. Door de belijdenis van God als Vader, Zoon en Heilige Geest onderscheidt het christendom zich van alle andere religies. In mei 2012 is de verrassende website www.IsaRuhAllah.nl gelanceerd. Dit is een site van ex-moslims die zich nu volgeling van Jezus Christus noemen. Uit deze opvallende naam IsaRuhAllah, een titel van Jezus uit de koran, wat zoiets als 'Jezus Geest van God' betekent, zien we ('elementen' van) de drie-eenheid ook weer terug. 'Maar als dit (de drie-eenheid dus, WJPH) het bijzondere van het christelijk geloof is, zou het ook het uitgangspunt moeten vormen van ons nadenken over de praktijk. Dan moeten we de oplossing van de dringende problemen in onze kerken niet verwachten van methoden en trucs, maar van de herbezinning op deze kern', aldus de praktische theoloog Christian A. Schwarz.

Schwarz werkt in het Instituut voor Natuurlijke Gemeente-ontwikkeling en heeft contacten in alle vijf continenten. Uit meer dan 55.000 gemeenten in meer dan 71 landen heeft hij enorm veel vergelijkingsmateriaal verzameld. De leer van de drie-eenheid lijkt een 'droge-formule', maar schijn bedriegt. Schwarz stelt dat we onze God op een drievoudige wijze kunnen ervaren. Volgens de auteur gaat het er niet om dat we geloven in de drie-eenheid, maar dat we drie-enig geloven: dat we God op drievoudige wijze ervaren. Hij pleit voor een 'drie-enige' benadering - je zou het ook holistische benadering kunnen noemen - van gemeenteopbouw. God heeft Zich als Vader/Schepper, Jezus/Heiland en Heilige Geest/Heiligmaker openbaard, waar het respectievelijk gaat om schepping, verlossing en heiliging, of: 'God boven, onder en in ons', of: 'je moet', 'je mag', 'je kunt', of: 'natuur, geschiedenis en individu', of: 'wetenschap, Bijbel en ervaring' of: 'vrijzinnigen, evangelischen



en charismatischen'. De bijbehorende dwaalleren zijn respectievelijk 'syncretisme, dogmatisme en spiritualisme'. Schwarz weidt uit over de eeuwige strijd tussen twee misverstanden: heteronomie (het bepaald worden door of afhankelijk zijn van andere regels of voorschriften) en autonomie (zelfbeschikking, onafhankelijkheid). Zonder polariteit geen leven! Het gaat niet om of ... of ..., maar om èn ... èn Veelkleurigheid is gezond en wenselijk. Formaliteit èn vrijheid, institutionalisme èn spiritualisme, klerikalisme èn individualisme hoeven elkaar niet te bijten. Bij controverse is de oplossing te vinden in de kern wie God is: drie-enig. Door een combinatie van principes plus motivatie plus volmacht zouden er wel explosieve krachten kunnen vrijkomen.

Natuurlijk zijn er wel degelijk zaken die zwart zijn, bijvoorbeeld zonden die we zonder meer moeten haten. Maar christenen hebben nooit te strijden tegen 'verkeerde mensen', tegen de ander omdat de ander anders is. Dan is er slechts plaats voor voor- en tegenstanders, voor winnaars en dus ook van verliezers, maar tegen 'verkeerde denkbeelden'. Veel beter kunnen we de ander als een verrijking in plaats van een bedreiging zien. Ik ben beperkt, en om eenzijdigheid te voorkomen moeten we binnen een gemeente aangevuld worden. Dat is toch niet te moeilijk om te erkennen? Liefde en eenheid zouden de eigenschappen van christenen bij uitstek moeten zijn, maar daarin is de kerk helaas schromelijk tekort geschoten.

Ik geloof noch in een Israëlcultus noch

in een Israëlmijthe. Ik geloof zowel in goddelijke genezing als in genezing door medicijnen en medici. Er blijft voorlopig een spanning tussen het 'reeds' en het 'nog niet'. Zowel intellect als emoties hebben hun legitieme plaats. Radicaal en conservatief kunnen goed samengaan, evenals vorm en vrijheid, evangelisatie en sociale actie, rechtvaardiging en heiliging. Ik wil niet aan polarisatie doen, maar wel beide polen ondersteunen. De waarheid ligt dus niet in een bepaalde pool, noch in het midden, maar in beide polen. Ik geloof in een vruchtbaar samenwerken van reformatorischen, evangelischen en charismatischen. Waarheid zonder genade verspreidt wetticisme, maar genade zonder waarheid verspreidt zedeloosheid.

Ook dit boek is, zoals al de boeken van Schwarz, praktisch en ook wel pittig filosofisch, en voorzien van heel veel heldere schema's. Hij ontfaelt denkmodellen, pleit voor evenwichtigheid en ontdekt hoe valse godsbeelden en conflicten kunnen ontstaan. Zijn analyse is nog geen oplossing van een conflict, maar kan daarvoor wel de eerste aanzet zijn om te helpen in onze weerbarstige kerkelijke situaties.

W.J.A. Pijnacker Hordijk





Standhouden in moeilijkheden.

“In de wereld zult u verdrukking hebben, maar heb goede moed: Ik heb de wereld overwonnen” (Joh. 16:33)

In mijn praktijk voor psychosomatische hulpverlening en pastoraat kom ik veel christenen tegen die een verkeerd beeld hebben van stress in hun geestelijk leven. Men gelooft dat christelijk leven hen bevrijdt **van** moeilijkheden. De bovengenoemde tekst zegt iets anders namelijk: we worden bevrijd **in** de moeilijkheden. Het feit dat we moeilijkheden hebben, is volgens Gods Woord geen bewijs van geestelijk onvermogen, maar eerder een vanzelfsprekendheid. Heb goede moed. Jezus zegt: “Ik heb de wereld overwonnen”. We hoeven nergens bang voor te zijn, maar heb goede moed; dit is het ‘maar’ van het geloof, de overgang naar geestelijke kracht. Het woord verdrukking in de Bijbel, thlipsis, komt het dichtst bij ons begrip van stress. Stress kent twee kanten, namelijk stress die we kunnen overwinnen; dat is positieve stress (eustress) waar we sterker van worden. Maar als we stress niet kunnen overwinnen, worden we zwakker (distress). Een zekere mate van stress is op lichamelijk, psychosociaal en geestelijk gebied nodig voor groei en kracht. Wilt u in uw leven vrijheid, vreugde en kracht? De enige weg is om samen met Jezus de stress overwinnen. Dit is een vrijwillig proces van de gelovige, waarin hij toestemt niet alleen op ‘zijn gezonde verstand’ te steunen, maar vooral te steunen op Hem die de wereld overwonnen heeft. Zodra u samen met Hem de stress aanpakt, zult u kracht ontvangen. Het gaat er niet om wat we zelf meebrengen vanuit onze oude natuur, onze natuurlijke deugden, karaktersterkte, kennis en ervaring, maar om datgene wat God in ons legt. We weten niet altijd wat Zijn bedoelingen zijn, maar we moeten leren onze relatie met Hem te onderhouden. Als die relatie verstoord is, moeten we de tijd nemen om die te herstellen. God is steeds bereid om ons hierin tegemoet te komen en ons te leren. Het belangrijkste in ons leven is niet het werk wat wij verrichten, maar onze relatie met Jezus Christus, en juist dat is nu hetgene wat bij stress voortdurend in gedrang komt. Redding vinden we in de schuilplaats van de Allerhoogste. We zeggen tegen de Here: “Mijn toevlucht en mijn burcht, mijn God, op wie ik vertrouw!”

Gerard Feller

Dank zij uw extra gaven en gebeden, hebben we onze begroting dit jaar weer sluitend gekregen. In een stress, waarin we dachten geld tekort te komen, heeft God door velen van u weer voorzien. We zijn daar dankbaar voor. We hopen dat u met ons ook het komende jaar mee wilt strijden voor een bijbelgetrouw denken in de (gezondheids)zorg.

Colofon

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

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

De stichting tracht dit doel te bereiken door:

- Het toetsen van allerlei maatschappelijke en geestelijke stromingen en denkwijzen, vooral op medisch en sociaal gebied aan het Woord van God, de Bijbel.
 - Het publiceren via het blad Promise” van geschriften en of bijbelstudies met bovengenoemd doel, dit tevens via audiovisuele middelen aan een zo breed mogelijk publiek.
- De stichting is interkerkelijk en heeft als grondslag, zich daarbij alleen te laten leiden door de Bijbel, waarvan ze gelooft dat dit het geïnspireerde Woord van God is en alleen onfeilbaar gezegd heeft.

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

Redactie

Gerard en Coby Feller, Oudewater
drs. W.J. Pijnacker Hordijk, Delft

Comité van aanbeveling

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

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

Vormgeving

DÜO-ontwerp, Utrecht

Druk

Boom & van Ketel, Haarlem

ISSN: 1383-0295

verschijnt 4x per jaar

Abonnement: minimaal € 12,50 per jaargang

St.Promise

Lange Burchwal 80
3421 SM Oudewater
Tel. 0348 - 563359
e-mail: info@stichting-promise.nl
internetpagina: www.stichting-promise.nl
Rabobank: 39.16.83.071
Postbank: 4906197

Voor België:

jaarrekening abonnement minimaal € 17,50
Belg.Post.Rek.Nr. 000.16.92.998-57
St.Promise
Lange Burchwal 80
3421 SM Oudewater, Holland

Losse nummer € 3,50



9 771383 029001