



Evangelisch College

Pastoraat 1

drs. H. van Nes - Velema & H.P. Vonk - de Groot, BA | Versie: PT16/C/1



INHOUDSOPGAVE

Voorwoord.....	6
1 Pastoraat in de Bijbel.....	7
1.1 Pastoraat?.....	7
1.2 De herder.....	7
1.3 Jezus als Pastoraal werker.....	10
Vragen bij hoofdstuk 1.....	13
2 Pastoraat in de geschiedenis.....	14
2.1 De oud-christelijke kerk.....	14
2.2 De middeleeuwen.....	14
2.3 De reformatie.....	15
2.4 19 ^e en 20 ^e eeuw.....	16
2.5 Samenvattend.....	17
Vragen bij hoofdstuk 2.....	18
3 Wat is pastoraat?.....	19
3.1 Op zoek naar een definitie.....	19
3.2 Hoofdstromingen in het pastoraat.....	20
Vragen bij hoofdstuk 3.....	25
4 Pastoraat in de gemeente.....	26
4.1 Pastorale organisatie binnen de kerken.....	26
4.2 Pastorale organisatie binnen de evangelische beweging.....	27
4.3 Drielaagspastoraat.....	28
4.4 Drielaagspastoraat binnen kerken en evangelische groeperingen.....	29
4.5 Doel van het pastoraat.....	30
Vragen bij hoofdstuk 4.....	32
5 Het pastorale gesprek.....	33
5.1 Het gesprek.....	33
5.2 Bijbelgebruik.....	35
5.3 Gebed.....	37
5.4 Een pastoraal gesprek in de Bijbel.....	40
Vragen bij hoofdstuk 5.....	42
6 Verbondenheid in de gemeente.....	43
6.1 Koinonia.....	43
6.2 Een helende gemeenschap.....	45

6.3	Kringen	46
	Vragen bij hoofdstuk 6	48
7	Aan het werk in het pastoraat.....	49
7.1	Randvoorwaarden voor werken in het pastoraat	49
7.2	Persoonlijkheid en pastoraat: Het vierkleuren-model	50
7.3	De vier kleuren binnen het pastoraat	52
7.4	Grenzen in het pastoraat	55
7.5	Voorwaarden en valkuilen	60
	Vragen bij hoofdstuk 7	62
8	Geloofsvragen.....	63
8.1	Geloofszekerheid.....	63
8.2	Menselijk lijden	65
8.3	Leiding en wil van God	68
	Vragen bij hoofdstuk 8	75
9	Pastoraat rondom Groeien.....	76
9.1	Kinderpastoraat	76
9.2	Kinderen en geloof.....	81
9.3	Jongerenpastoraat	81
9.4	Kinderen/ jongeren en diagnoses.....	87
	Vragen bij hoofdstuk 9	89
10	Pastoraat rondom Verbinden	90
10.1	De mens uit één stuk.....	90
10.2	Verbinding met anderen.....	92
10.3	Ontwikkelen van relaties	97
10.4	Singles	103
	Vragen bij hoofdstuk 10	108
11	Pastoraat rondom Loslaten.....	109
11.1	Ouderenpastoraat	109
11.2	Ziekenpastoraat.....	113
11.3	Stervenspastoraat.....	116
	Vragen bij hoofdstuk 11	124
	Bijlage 1	125
	Literatuur	128



VOORWOORD

Pastoraat zal snel geassocieerd worden met ondersteuning aan mensen met een geestelijke nood. Natuurlijk is dit een heel breed en onbegrensd terrein als we het niet afbakenen. Wat is immers geestelijke nood? Geestelijke nood kan van alles zijn, van vragen over bekering tot opname in een GGZ (GEESTELIJKE Gezondheidszorg) locatie.

In het pastoraat is de pastor er allereerst namens God. Het is Christelijke hulp, namens Christus. En de vragen of problemen kunnen geestelijk zijn (Geloofsvragen, -worstelingen, gebondenheid), maar ook psychisch (omgaan met grenzen, afwijzing) of namens Jezus met iemand oplopen op de weg van het leven (bij rouw, relatieproblemen etc.).

Deze eerste module gaat over het pastoraat binnen de gemeente. Omzien naar de ander is ten diepste een taak van iedereen. Tegelijkertijd is het ook een diffuus gebied; wat hoort wel en wat hoort niet bij het pastoraat in een gemeente? Waar zet je de grenspaaltjes neer? Vaak loopt het een en ander in elkaar over, en dat zal ook in deze module opgemerkt kunnen worden.

Het eerste hoofdstuk is een algemene inleiding rondom de persoon van de pastor vanuit Bijbels perspectief bekeken, maar ook het voorbeeld van Jezus wordt besproken. Het tweede hoofdstuk laat de lijn van de geschiedenis zien van het pastoraat vanuit de vroeg-christelijke kerk tot aan de huidige tijd. Hoofdstuk drie spitst zich toe op een definitie van de hoofdstromingen binnen het pastoraat. Het vierde hoofdstuk zal gaan over het pastoraat in de kerkelijke gemeente. Daarna komt er een hoofdstuk wat zich toespitst op het pastorale gesprek. Hoofdstuk 6 en 7 behandelen het pastoraat in en rond de gemeente. Hoofdstuk acht behandelt een drietal veel voorkomende geloofsvragen en daarna komen drie hoofdstukken die een stuk ontwikkeling laten zien, synchroon lopend met de ontwikkeling van de mens. Een hoofdstuk rondom groeien (kinderen en jongeren), een hoofdstuk rondom verbinden (volwassenen) en als laatste een hoofdstuk rondom het loslaten (ouderen).

1 PASTORAAT IN DE BIJBEL

1.1 PASTORAAT?

Het is nog niet zo gemakkelijk om te schrijven over pastoraat in de Bijbel om de eenvoudige reden dat het woord pastoraat niet in de Bijbel voorkomt. Het gevaar is dan ook aanwezig dat wij vanuit onze huidige kijk op pastoraat, gedeelten in de Bijbel gaan duiden als 'pastoraal'. In hoofdstuk 2 wordt duidelijk gemaakt dat ook door de geschiedenis heen het begrip pastoraat van betekenis is veranderd.

Het woord pastoraat komt van het Latijnse woord 'pastor' wat herder betekent. Dus toen de Bijbel in het Latijn vertaald werd, kwam het woord 'pastor' in de Latijnse vertaling terecht. Pastoraat kan van daaruit letterlijk vertaald worden met 'herderschap'. Pastorale zorg is herderlijke zorg. Een herder heeft de zorg voor zijn schapen, voor hun welzijn.

Vanuit het begrip herderschap wordt in het komende gedeelte de Bijbel bestudeerd en pastorale principes uitgediept.

1.2 DE HERDER

Waaruit bestaat het werk van een herder? In vier Bijbelgedeelten kunnen we ons een beeld vormen van de taken van een herder.

1.2.1 PSALM 23

Psalm 23 is misschien wel de bekendste Psalm in de Bijbel. Een Psalm die ook vaak als troostpsalm, als pastorale psalm gelezen wordt. Het beeld dat van de herder geschetst wordt in deze psalm is dat er goed gezorgd wordt:

- voor het lichaam (het ontbreekt je niet aan eten of drinken, Ps. 23:1-2)
- voor de ziel (Ps. 23:3)

Zelfs wanneer het lastige periodes zijn, is deze Herder er en troost Hij (Ps. 23:4). Het wil ook niet zeggen dat er geen 'vijanden' meer zijn (Ps. 23:5), maar die zijn niet bedreigend meer.

Het beeld van pastoraat (herderschap) wat hier geschetst wordt, is: zorg, troost en bescherming.

1.2.2 EZECHIËL 34

Ezechiël 34 is een boek dat geschreven is in de tijd betrekkelijk kort voor de grote (Babylonische) ballingschap. Het gaat niet goed met Israël en dat wordt de leiders (de herders) aangerekend.

Allereerst worden de kenmerken genoemd van slecht herderschap. Slechte herders:

- Zijn gericht op zichzelf en niet op de ander (Ez. 34:2; 'Wee de herders van Israël die zichzelf weiden! Moeten de herders niet de schapen weiden?')
- Profiteren (Ez. 34:3 'U eet het beste op en u kleedt u met de wol; u slacht het vetgemeste, maar de schapen weidt u niet').
- Zorgen niet voor het zwakke, zieke, gebrokene (Ez. 34:4; 'Het zwakke versterkt u niet, het zieke geneest u niet, het gebrokene verbindt u niet')
- Zorgen niet voor het bijeenhouden van de kudde (Ez. 34:4-6; 'het afgedwaalde brengt u niet terug en het verlorene zoekt u niet (...) Ze zijn overal verspreid, zonder herder, en ze zijn alle dieren van het veld tot voedsel geworden: ze zijn verspreid. Mijn schapen dwalen rond op alle bergen en op elke hoge heuvel. Over het aardoppervlak zijn Mijn schapen verspreid. Er is niemand die naar ze vraagt en niemand die ze zoekt')
- Handelen niet uit liefde (Ez.34:4, u heerst met geweld en met harde hand over hen)

Daartegenover laat God zien dat Hij de Goede Herder is (zie ook Joh.10)

'Het verlorene zal Ik zoeken, het afgedwaalde zal Ik terugbrengen, het gebrokene zal Ik verbinden, en het zieke zal Ik versterken, maar het welgedane en het sterke zal Ik wegvagen. Ik zal ze weiden zoals het hoort' (Ez. 34:16).

God is een totaal andere herder dan de 'wereldse' herders. God zal zorgen voor het zwakke (Ez.34:20-22). Hij is gekomen voor diegene die zwak en ziek zijn. En ook in dit hoofdstuk staat de belofte voor de beste Herder, de Goede Herder:

'Ik zal over hen één Herder doen opstaan en Die zal ze weiden: Mijn Knecht David. Hij zal ze weiden en Hij zal een Herder voor ze zijn. En Ik, de HEERE zal een God voor ze zijn, en Mijn Knecht David zal Vorst zijn in hun midden. (Ez. 34:24).

De David die hier genoemd wordt, kan geen betrekking hebben op Koning David, want die leefde circa 500 jaar eerder. Het is geen terugwijzing, maar een vooruitwijzing naar Jezus, 'de Zoon van David'. Wanneer Jezus in Johannes 10 zichzelf de 'Goede Herder' noemt, kan het niet anders dan dat Hij daarmee naar dit gedeelte verwijst.

De taak van de herder is in dit gedeelte met name de zorg voor het zwakke.

1.2.3 JOHANNES 10:1-21

Naast Psalm 23 is dit gedeelte uit Johannes 10 misschien wel het bekendste gedeelte over een herder. Het is het gedeelte waarin Jezus laat zien dat Hij de Goede Herder is (Joh.10:11b). Er kan veel gezegd worden over wie Jezus nu precies bedoelt als hij spreekt over de

huurling (vers 12a), de dief (vers 1,8,10), de wolf (vers 12) en de andere schapen (vers 16), maar we beperken ons hier tot het beeld van de herder en wat we van hem kunnen leren.

Allereerst moet ook even gewezen worden op de context van Joh. 10. Vlak daarboven in hoofdstuk 9 heeft Jezus een blindgeborene genezen waardoor er een hele discussie met de Farizeeën ontstond. De Farizeeën hebben een verkeerde kijk op Jezus waardoor zij ziende blind zijn en Jezus zich vervolgens als de goede herder aan de wereld bekend maakt. In dit gedeelte over de goede herder krijgen we vier 'Ik Ben' uitspraken waarmee Jezus zichzelf karakteriseert. Het gedeelte over de goede herder eindigt met nieuwe verdeeldheid onder de Joden vanwege de woorden van Jezus. Voor nu is het belangrijk om te beseffen dat de woorden van Jezus over de goede herder in overeenstemming zijn met de daden die Hij even tevoren heeft laten zien.

Welk beeld geeft het herderschap van Jezus vanuit Johannes 10?

- Er wordt nadrukkelijk gewezen op de relatie tussen herder en schapen. De herder spreekt tot de schapen en zij herkennen zijn stem (vers 4,) Hiermee weerlegt Jezus de suggestie vanuit de Joden dat hij onrechtmatig probeert het volk te verleiden. Maar Jezus is geen indringer, de schapen herkennen Zijn stem.
- En in die herkenning zien we het hart van de herder terug. Hij kent zijn schapen bij name (vers 3), dat wil zeggen Hij kent ze allemaal stuk voor stuk zoals ze zijn.
- Omdat de schapen de stem van de herder kennen, volgen ze hem ook. Dat betekent dat de herder vooropgaat en de weg wijst. Hij is een zorgzame herder, Hij is de leider voor de gehele kudde.
- De herder bewaakt niet alleen de deur, Hij is de deur van de schaapskooi (vers 9). Door de deur is de enige weg die naar de Vader voert. Eenieder die door de deur naar binnen gaat zal weide vinden. Overvloed is wat de herder belooft aan zijn schapen (vers 10a).
- Als herder is Jezus bereid om Zijn leven voor Zijn schapen af te leggen (vers 10b,15,17). Deze herder vlucht niet als er gevaar dreigt want, in tegenstelling tot de huurling, bekommert de herder zich om zijn schapen (vers 13).
- De vertrouwensband tussen herder en schapen weerspiegelt de relatie tussen de Vader en de Zoon (vers 27-29)

Als laatste wordt het herderschap van Jezus in dit gedeelte in het licht gezet van de opdracht die God aan Hem gegeven had (vers 29-30, 36-38). De goede herder is tegelijkertijd het Lam van God dat de zonde van de wereld wegdraagt.

De taak van de herder is hier het handelen vanuit de relatie. De herder kent de schapen, de schapen kennen de stem van de herder.

1.2.4 HANDELINGEN 20:28-31

In dit gedeelte zien we het beeld terugkomen wat ook al in Ez. 34 aan de orde is geweest. Herders (leiders van het volk) die de kudde van

God op goede wijze behoren te weiden. In dit gedeelte van Handelingen lezen we dat Paulus vertrekt uit Efeze, en dat hij de oudsten opdraagt om als opzieners, die door God zijn aangesteld, op de kudde te letten als goede herders, want het heeft God veel gekost, namelijk het bloed van Zijn Zoon. Opvallend in dit gedeelte is, dat Paulus weet dat er van buitenaf wolven gaan komen en van binnenuit mensen die de waarheid gaan verdraaien.

Het herderschap in dit laatste gedeelte staat geheel in teken van het beschermen van de gemeente zodat niemand geroofd zou kunnen worden in letterlijke zin en in figuurlijke zin zou afdwalen van de waarheid die door Paulus verkondigd is.

1.2.5 SAMENVATTEND

Het herderschap omvat meer dan zomaar met de schapen mee lopen. Er is zorg, bescherming tegen gevaar, verbinden van wonden, verloren schapen zoeken nodig, kortom wat gevraagd wordt, is goede zorg voor de gehele kudde. Wij moeten volgen in de voetstappen van de goede herder en herders voor elkaar zijn. Eigenlijk komen we dat beeld vanaf de eerste pagina's van de Bijbel al tegen. Het is Kaïn die de vraag stelt 'ben ik de hoeder van mijn broeder?' Ja dat had hij moeten zijn maar Kaïn berooft als een wild dier het leven van zijn broer. Zo moet het niet. In de vier gedeeltes die bekeken zijn komt een heel ander beeld naar voren dan zoals Kaïn met zijn broer omging.

Juist in de functie van een herder die zorg biedt en herstel zoekt voor de schapen wordt de taak van Pastoraal werker onder woorden gebracht:

- Zorg voor alle schapen (gemeenteleden)
- Zorg voor (innerlijke) wonden
- Zorg voor afgedwaalde gemeenteleden; wijzen op Christus

1.3 JEZUS ALS PASTORAAL WERKER

We hebben gezien dat Jezus zichzelf de Goede herder noemt die voor Zijn schapen zorgdraagt. Maar mogen we Jezus ook typeren als een Pastoraal werker?

Misschien is dit wel een gewaagde uitdrukking want de Here Jezus is natuurlijk zoveel meer dan een pastoraal werker. Hij is niet te omvatten met een bepaalde omschrijving of in een bepaald beroep. Maar als we Hem zouden uittekenen in de figuur van pastoraal werker dan heeft Hij alles in zich wat wij maar zouden willen. Alle bagage en vaardigheden om op een verantwoorde wijze om te gaan met de nood van een ander heeft Jezus in zich. Zouden we ieder gesprek van Hem met wie ook, dat opgetekend staat in de Bijbel analyseren dan zouden we veel leren.

Jezus staat met beide benen in de wereld. Hij sloot aan bij het leven van alle dag. in Zijn ontmoeting met zieken, leugenaars, tollenaars, discipelen, Farizeeën, kinderen, echtbrekers, geestelijke leiders... (Van der Meulen 1999: 21). Jezus daagt mensen uit, stelt vragen. Het is

geen eenrichtingverkeer. Hij sprak de mens aan in hun noden: 'Wil je gezond worden? Volg mij', of 'Zondig niet weer'. Hij stelt de mens steeds weer voor keuzes. In wezen zegt Hij: 'Wil je wel geholpen worden? Je zal er zelf wat voor moeten doen!' De wil moet aanwezig zijn om geholpen te worden. Door vragen te stellen, schept Hij geen afstand, maar slaat Hij juist een brug. Denk aan het gesprek met de Samaritaanse vrouw (Joh.4). Jezus trekt geen muur op, maar bereidt juist een pad voor. Hij ontmoet Nicodemus in de nacht en heeft een diepgaand gesprek met hem (Joh.3). Soms troost Hij, soms confronteert en onderwijst Hij (denk aan het gesprek met de Emmaüsgangers in Luc.24). In veel gesprekken die Jezus voert, treffen we een stuk onderwijs aan. Denk bijvoorbeeld aan het gesprek met Martha als Lazarus is gestorven (Joh.11:1-46) waarin Jezus zo duidelijk aangeeft dat de dood niet het einde is als Hij zegt: 'wie in Mij gelooft, zal leven, ook al was hij gestorven'.

Maar ook in de gesprekken met zijn eigen discipelen zien we dezelfde kenmerken terug. Bij de voetwassing (Joh.13) geeft Hij aanschouwend onderwijs aan zijn leerlingen zodat ze begrijpen 'wat elkaar dienen' inhoudt. Hij confronteert Zijn discipelen met hun klein geloof als ze Hem wakker maken bij de storm op het meer (Marc.4:39-40), maar Hij is ook vol liefde en mededogen als Hij voor ze bidt in het Hogepriesterlijk gebed (Joh.17.). In al deze momenten zouden we Jezus kunnen bestempelen als een prima Pastoraal werker die oog heeft voor de nood en de behoeften van de ander. Die onderwijst en confronteert, initiatief toont en soms afwacht waarmee de ander naar Hem toekomt.

Wat ook precies de toon is en wat de inhoud van de gesprekken ook is, de wijze waarop Hij ze allemaal voert laat een grondhouding van liefde en aanvaarding zien. Een grondhouding die voor ons een voorbeeld mag zijn.

Jezus had oog voor alle mensen, wees hen op God, en had oog voor hun zorgen. Het volmaakte voorbeeld voor de pastoraal werker.

1.3.1 DE GRONDHOUDING VAN JEZUS

Hoe was Zijn grondhouding als Hij met mensen in contact was? Waarom deed Jezus de dingen die Hij deed? We kunnen een aantal karakteristieke kenmerken op een rijtje zetten.

Liefde

- Liefde (Joh.13:1, 34, 15:12, Rom. 8:31-39).

Jezus wist vanaf het begin wie het was die Hem zou verraden, Hij heeft nooit iets laten blijken. Zijn naaste discipelen moesten vragen: Ben ik het?' Hoe gemakkelijk had Jezus Judas links kunnen laten liggen.

En hoe liefdevol ging Hij om met de overspelige vrouw? (Joh. 8:11). En met dezelfde compassie schenkt hij de moordenaar aan het kruis het paradijs (Luc.23:63). Liefde en ontferming kenmerkte het karakter van Jezus.

Aanvaarding

- Aanvaarding (Luk. 5:27-32. Luc.19:9)

Jezus accepteerde iedereen die bij Hem kwam. Hij liet ze in hun waarde. Hij veroordeelde niet, maar wees de weg zoals bij de Samaritaanse vrouw, bij Nicodemus of bij de zondares, die door de Farizeeën bij hem werd gebracht om te worden gestenigd.

Aanvaarding is niet gelijk aan iemand mogen of liefhebben. Aanvaarding is ook niet dat je het met de ander eens bent. Aanvaarding is het tegendeel van veroordeling of verwerping. Aanvaarding is iemand nemen zoals hij is, hem als mens niet veroordelen maar respecteren.

Het uitgangspunt van Rom.5:8-11; 'God aanvaardde ons toen wij nog zondaren waren' heeft Jezus volkomen voorgeleefd in Zijn doen en laten en in Zijn omgang met mensen.

Empathie

- Empathie (Marc.10:17-27)

Jezus verplaatste zich in het leven van de rijke jongeling. Hij begreep zo goed hoe lastig het was om de rijkdom los te laten. Er staat dat Jezus hem aankeek en liefhad (10:21). De rijke jongeling kreeg ook duidelijk het antwoord waar hij naar opzoek was en tegelijkertijd liet Jezus hem volkomen vrij in de keuze die hij maakte.

Mee oplopen

- Mee oplopen (Luc.24:17,19)

Als we kijken naar het verhaal van de twee Emmaüsgangers zien we dat Jezus verschillende dingen doet. Allereerst loopt hij met de twee mannen mee op en vraagt wat er aan de hand is. Vragen stellen is belangrijk om te weten te komen wat er echt speelt. Ze moeten zorgvuldig gesteld worden. De nood van de ander moet begrepen worden en dat kan tijd kosten. Jezus loopt met hen mee, Hij staat niet tegenover hen of boven hen maar loopt naast hen als een medereiziger.

Luisteren

- Luisteren (Luc.24:19-24)

Daarna luisterde Jezus ook naar hun antwoorden. Dit is minstens zo belangrijk als de juiste vraag stellen. Alleen door goed te luisteren kunnen we de ander begrijpen en de nood aanvoelen die er is. Jezus probeerde hen te begrijpen. Vanuit dit luisteren confronteert Hij hen op liefdevolle wijze met hun ongelovigheid.

Opbouwen

- Opbouwen (Luc.24:27)

Door het mee oplopen en het luisteren naar de Emmaüsgangers heeft Jezus hun verwarring en teleurstelling begrepen. Hij gaat vervolgens de Schriften voor hen openen en geeft onderwijs vanuit de profeten. Op deze wijze bouwt Hij hun geloofsleven weer op. Later zeggen ze: 'was ons hart niet brandend in ons, toen Hij onderweg tot ons sprak en voor ons de Schriften opende' (24:32).

VRAGEN BIJ HOOFDSTUK 1

1. Waar komt het woord pastoraat vandaan?
2. Wat kunnen we leren over het pastoraat aan de hand van het beeld van de Goede Herder van Psalm 23?
3. Wat zijn de kenmerken van slecht herderschap zoals beschreven in Ezechiël 34?
4. En welk beeld geeft het herderschap van Jezus vanuit Joh. 10 te zien?
5. Geef een schets van de grondhouding die de Here Jezus aannam, als Pastoraal werker als Hij met anderen in contact was.

2 PASTORAAT IN DE GESCHIEDENIS

Ook de geschiedenis laat zien dat een definitie voor pastoraat niet eenduidig te geven is. De betekenis van pastoraat is in de loop der tijd veranderd. Ongetwijfeld heeft dit te maken met het feit dat pastoraat raakvlakken heeft met diaconaat, met evangelisatie, en met woordverkondiging. We geven in grote lijnen een kort overzicht.

2.1 DE OUD-CHRISTELIJKE KERK

Dit is een kerk binnen een vijandige wereld. Het is belangrijk om ons dat te realiseren. Het Griekse Rijk was machtig en had het voor het zeggen. De christenen hechtte veel waarde aan heiligheid. Hoe blijf je heilig (onderscheidend, afgezonderd) in een vijandige wereld. Er stonden grote sancties op afvalligheid (excommunicatie; letterlijk: uit de gemeenschap plaatsen) en de vraag speelde of zulke mensen wel weer opnieuw in de gemeenschap opgenomen zouden kunnen worden.

Wat betreft het pastoraat was er oog voor bepaalde groepen mensen (bezeten en zieken).

Bekende namen van mensen die betekenisvol geweest zijn voor het pastoraat:

- Chrysostomus (Antiochië, 4^e eeuw). Hij benadrukte liefdadigheid en bekommerde zich om de geestelijke en materiële behoeften van de armen. Een treffende uitspraak van hem is: "Wilt u het lichaam van Christus eren? Negeer hem niet als hij naakt is. Bewijs hem geen eer in de tempel, gekleed in zijde, om hem daarna, buiten staand, waar hij het koud heeft en slecht gekleed is, te negeren. Hij die zei: 'Dit is mijn lichaam' is dezelfde die zei: 'Je zag dat ik hongerig was en je hebt mij geen eten gegeven'."
- Gregorius van Nazane (Constantinopel, 4^e eeuw). Hij is de grondlegger van het Oosterse kloosterleven. Onder pastoraat verstaat hij 'zorg voor de ziel', zoals een arts zorgt voor het lichaam.

Thema's die in dit korte overzicht raken aan pastoraat zijn: heiliging en diaconaat.

2.2 DE MIDDELEEUWEN

In deze periode speelt de verplichte biecht een belangrijke rol, de katholieke kerk is machtig en bepaalt wat de burgers dienen te doen. De biecht is een plek waar je met je zielzorg heen kunt. Een veilige plek, maar het verplichtende (wekelijks) karakter doet benauwd aan.

Met het groeien van de katholieke kerk komen in deze periode in het westen de kloosters op. Deze hebben een belangrijke functie in het omzien naar de zwakken van de samenleving. Veel scholen en

ziekenhuizen zijn opgericht door kloosterlingen. Op deze wijze gaven ze uiting aan de opdracht om voor de kwetsbare groepen te zorgen. Bekende naam die betekenisvol geweest is voor het pastoraat in deze periode:

- Franciscus van Assisi (Assisi, 12^e, 13^e eeuw) In zijn jonge jaren werd Franciscus getroffen door het leed van de melaatsen, verstoten uit de maatschappij. Beseffende dat God deze mensen barmhartigheid bewijst, koos Franciscus voor een leven van armoede, dienstbaarheid aan de armen en gebed. Zelf wilde hij de allerarmste zijn. Hij bedelde zijn dagelijks voedsel bij elkaar, daarvan delend met anderen die nog minder hadden dan hij. Hij baseerde zijn leven op 3 teksten uit de Bijbel:
 - 'Als je dat wilt, volmaakt zijn, ga heen, verkoop al je eigendom en geef het aan de armen en je zult een schat in de hemelen hebben. Kom dan hierheen en volg mij.' (Mat. 19,21).
 - 'Hij zegt tot hen: neemt niets mee voor onderweg, geen staf, geen reiszak, geen brood en geen geld, en ook moet u geen twee hemden hebben.' (Luc. 9,3).
 - 'Als iemand dat echt wil, achter mij aan komen, moet hij zichzelf verloochenen en zijn kruis dragen, en zó mij volgen' (Mat. 16,24).

In de Middeleeuwen ligt pastoraat dicht bij diaconaat. Oog voor de zwakken van de samenleving (kinderen, zieken, armen) en juist aan deze groepen zorg verlenen.

2.3 DE REFORMATIE

Zoals bij de katholieke kerk de sacramenten centraal staan, staat de woordverkondiging (sola scriptura) centraal bij de reformatoren. Dat kleurt ook de zielzorg. De belangrijkste zorg voor de ziel is immers bekering.

Bekende namen uit deze periode:

- Luther (Duitsland, 15^e, 16^e eeuw); Luther staat erom bekend, dat hij veel pastorale brieven heeft geschreven. Dat klinkt goed, maar het is niet helder wat hij precies onder pastoraat verstaat. De kans is groot dat het persoonlijke brieven geweest zijn, die wellicht niet eens een pastorale toon in zich hadden, maar bijvoorbeeld gericht waren op het geestelijk leven of bekering.
- Calvin (Geneve, 16^e eeuw). Veel protestantse gemeenten zijn op dit moment nog georganiseerd zoals Calvin dat ooit heeft ingevoerd. Met ouderlingen die verantwoordelijk zijn voor een groep mensen (wijken). Ook het (jaarlijkse) huisbezoek komt bij Calvin vandaan. Op deze wijze creëerde hij een pastoraal vangnet. Ook de tucht rondom het avondmaal (Censura morum) komt bij Calvin vandaan.

Deze periode kenmerkt zich door een zielzorg die gericht is op bekering. Hierbij is de woordverkondiging de sleutel (Zo is dan het geloof uit het gehoor en het gehoor uit het Woord Gods.(Rom.10:17).

2.4 19^E EN 20^E EEUW

We maken een sprong in de tijd, dit om het overzicht te borgen en een heldere lijn aan te houden. Hierboven hebben we de geschiedenis geschetst in Europa. Daarnaast komt er vanuit Amerika een andere stroming op gang. Deze beiden worden hieronder vanaf de 19^e eeuw uitgewerkt.

De Duits-Zwitserse stroming: Kerygmatisch Pastoraat

De belangrijkste naam die genoemd moet worden, wanneer we het over deze stroming hebben is Eduard Rudolf Thurneysen (Bazel, 1888-1974) In de context van de nood van die tijd wilde hij kerk en theologie vernieuwen door een hernieuwd luisteren naar het Woord van God. Hij is de grondlegger van het Kerygmatisch Pastoraat (pastoraat als woordverkondiging). Pastoraat is nauw verweven met woordverkondiging (prediking) en niet een zelfstandige functie. 'Het gaat om de verkondiging van het Woord Gods aan de enkeling in diens heel eigen situatie.' (Heitink 1993:19).

Kenmerken:

- God neemt het Woord
- Strikt onderscheid tussen geloof en therapie
- Gericht op verzoening en vergeving
- Afstand tussen God en mens

Dit was een behoorlijk strikte visie die niet houdbaar bleek. Vanaf de vijftiger jaren (20^e eeuw), wordt het begrip breder geduid. Niet alleen woordverkondiging, maar daarnaast ook: ontmoeting (Thurneysen), hulp (Müller), communicatie (Wölber), zorg (Jentsch).

De Amerikaanse stroming: Therapeutisch Pastoraat

Amerika is de bakermat van de (godsdiens)psychologie (19^e eeuw) en tevens is de invloed van de 'social gospel' beweging merkbaar bij de vorming van het pastoraat. De grondlegger van de Pastorale Theologie in Amerika is Anton Theophilus Boisen (1876-1965). Hij studeerde psychologie en theologie. Hij is enige tijd werkzaam geweest als geestelijk verzorger in een Psychiatrisch ziekenhuis. Wanneer je zijn levensbeschrijving leest (Stroeken, 1983), moet je concluderen dat Boisen veel psychiatrische problemen heeft gekend in zijn leven. Door deze crises in zijn eigen leven kwam hij tot de volgende conclusie: De meeste crises zijn pathologisch en religieus van aard. Pathologisch vanwege de angst en verwarring, waar mensen doorheen gaan. Religieus vanwege de nieuwe ervaring die hierin doorbreekt en het existentiële van de crisis. Pastoraat staat in het teken van crisisverwerking, waarbij het (religieuze) aspect van menselijke schuld aandacht

verdient. Boisen is de grondlegger van de Klinisch Pastorale Vorming, een wereldwijde beweging die ook zijn cursussen/opleidingen in Nederland aanbiedt.

Een tweede naam die genoemd moet worden is Seward Hiltner (1909-1984). Behalve dat Hiltner gericht was op de pastorale praktijk, werd zijn werk ook gekenmerkt door een uitvoerige psychologische en theologische verantwoording. Integratie van geloof en therapie. Dat wat wij doen is niet verschillend met wat de seculiere psychotherapeuten doen. Het enige verschil is dat wij Christen zijn en het plaatsen in een christelijke context. Vanuit zijn erfgoed komt het begrip; 'pastoraal counselen'. Een cliëntgerichte wijze van begeleiding.

2.5 SAMENVATTEND

De geschiedenis laat zien dat pastoraat zich bevindt tussen de polen 'theologie' en 'psychologie'. De beweging vanuit Duitsland/Zwitserland is gefundeerd op het 'sola scriptura' vanuit de reformatie en beweegt vanuit de theologie naar het pastoraat/hulpverlening. De beweging vanuit Amerika is gefundeerd op de psychische hulpverleningen en beweegt zich van daaruit naar het pastoraat.

In de huidige tijd wordt dit spanningsveld door bijna iedereen erkend en herkend en zijn mensen zich bewust van de valkuilen van eenzijdigheid. Pastoraat wordt in het midden geplaatst tussen beide polen, waarbij er binnen de verschillende stromingen accentverschillen zijn.

VRAGEN BIJ HOOFDSTUK 2

1. Hoe keek de oud-christelijke kerk van de vierde eeuw tegen pastoraat aan?
2. Welke verschuiving trad erop in de Middeleeuwen met betrekking tot het pastoraat?
3. Welke bijdrage leverde Calvin aan de zienswijze voor het pastoraat?

3 WAT IS PASTORAAT?

3.1 OP ZOEK NAAR EEN DEFINITIE

Er zijn zeer veel diverse definities voor pastoraat in omloop. Deze veelheid van definities zeggen misschien wel voldoende over de term pastoraat. Iedereen denkt dat hij weet wat het is, maar vaak wordt er heel anders tegenaan gekeken.

Een aantal definities op een rijtje:

Van der Meulen (1999:17) hanteert de volgende definitie:

Pastoraat is het onder de hoede van de Goede Herder, in gehoorzaamheid aan zijn Woord en in de kracht van de Heilige Geest binnen en vanuit de charismatische gemeente van Jezus Christus, omzien naar mensen op hun levens- en geloofsweg binnen de context van de samenleving.

Crabb (1977: 29) zegt:

The goal of Biblical counseling is to promote Christian maturity, to help people enter into a richer experience of worship and a more effective life of service. In broad terms, Christian maturity is developed by:

- *Dealing with any immediate problem circumstances in a manner consistent with Scripture (MOVE OVER).*
- *Developing an inward character which conforms to the character (attitudes, beliefs, purposes) of Christ (MOVE)*

(Vrij vertaald: Het doel van pastorale counseling is om christelijke volwassenheid te bevorderen, mensen te helpen om God persoonlijker te beleven en te dienen.

Christelijke volwassenheid wordt in grote lijnen ontwikkeld door:

- *acute probleemsituaties op een Bijbelse manier op te lossen (= doen)*
- *een karakter te ontwikkelen dat overeenkomt met het karakter van Christus (= zijn)*

Seward Hiltner: (Bons 1984: 91) 'pastorale counseling is een interactie, waarbij de pastores proberen de gesprekspartners te helpen zichzelf te helpen door hen inzicht te doen krijgen in hun innerlijke conflicten.'

Bons (1984:11); 'Pastoraat is de toewending tot en de interactie met de medemens in het perspectief van Gods toewending tot en interactie met de mens.'

Gerben Heitink (1984: 75) 'Onder pastoraat als hulpverlening verstaan wij, dat een pastor een helpende relatie aangaat met mensen om – in het licht van het evangelie en in verbondenheid met de gemeente van Christus – met hen een weg te zoeken in geloofs- en levensvragen.'

Dit is slechts een greep uit de vele definities die er zijn aangaande pastoraat. Het is dan ook belangrijk om aan het begin van deze module helder te krijgen wat wij, binnen de opleiding Pastorale Hulpverlening onder (basis)pastoraat verstaan.

In hoofdstuk 4 worden de verschillende gradaties binnen het pastoraat toegelicht. Door deze gradaties is het niet passend om slechts één algemene definitie te formuleren. In deze module wordt het onderscheid gemaakt tussen basispastoraat en specifiek pastoraat (pastorale hulpverlening). Dat heeft als gevolg dat er twee omschrijvingen zijn:

Basispastoraat:

Pastoraat is vanuit de principes van Gods Woord en onder leiding van de Heilige Geest omzien naar de ander. Aanwezig zijn namens God en luisteren en spreken zodat Hij meer zichtbaar wordt.

Pastorale hulpverlening (tweede laag):

Je helpt de ander verder op zijn weg in het leven of zijn persoonlijke ontwikkeling (worden zoals God iemand bedoeld heeft). Je werkt onder leiding van de Heilige Geest, vanuit Bijbelse principes, op het terrein van allereerst de geest (geloofsvragen/relatie met God), daarna de ziel ('psychische' vragen), en eventueel het lichaam (praktische hulp), waarbij we de mens zien als eenheid.

3.2 HOOFDSTROMINGEN IN HET PASTORAAT

Er zijn verschillende stromingen te noemen binnen het pastoraat. Sommige mensen of groepen mensen (bijvoorbeeld organisaties) leggen het accent op één stroming. Er zit echter in iedere visie wel iets bruikbaars. Dat pleit voor een meer eclectische wijze van handelen: werken vanuit een samenvoeging van visies, waarbij alles inzetbaar is wat passend is in de situatie van de pastorant en hem/haar verder brengt.

Kerygmatisch pastoraat

3.2.1 KERYGMATISCH PASTORAAT (KERYGMA = VERKONDIGING)

De boodschap van het evangelie bepaalt het gesprek. De pastor helpt de cliënt zijn leven te zien in het licht van het evangelie. De gedachte is, dat daar waar Gods Woord kan werken, levens worden veranderd. Zonden worden openbaar en kunnen beleden worden. Vergeving kan

Therapeutisch pastoraat

worden ontvangen en er hoeft geen schuld en schaamte meer te zijn. Dit pastorale gesprek is vrij eenzijdig, eenrichtingverkeer.

Sterkte: het Woord roept ons bij onszelf vandaan. Niet meer de mens staat centraal, maar Gods Woord en daarmee wordt God Zelf centraal gezet.

Zwakte: te eenzijdig. Alles valt hier onder het thema zonde en vergeving. Wat wordt er verder met een waaromvraag gedaan? Wat gebeurt er met ervaringen?

3.2.2 THERAPEUTISCH PASTORAAT

Therapeutisch pastoraat: vaststellen van het probleem en een weg van behandeling uitstippelen.

Er wordt in deze methode een relatie gelegd tussen het geloofsleven en het leven op zich. Een sleutelwoord in deze benadering is aanvaarding: Je mag er zijn! In deze benadering wordt recht gedaan aan de ervaringen van de hulpvrager. Niet langer staat hier het verkondigende woord centraal, maar de gebroken mens. En vanuit de gebrokenheid wordt er een weg teruggezocht en wordt er gezocht naar de relatie God en mens.

De hulpverlener zal zijn cliënt helpen om zichzelf te helpen. Therapeutisch pastoraat is met name pastoraat dat gericht is op groeien. De rol van de hulpverlener is hier educatief. Hij schrijft geen wetten voor, duwt de hulpvrager niet in een bepaalde richting, maar geeft adviezen en probeert de hulpvrager zelf te laten nadenken over mogelijke oplossingen.

Sterkte: er is een gesprek tussen hulpvrager en hulpverlener. Het gaat ook niet alleen om zonden en vergeving. Het woord heling staat veel meer centraal: Herstel van relatie en nieuw leven

Zwakte: Gaat dit niet uit van een te ideaal mensbeeld? Kan de mens zichzelf wel genezen?

Op deze ontwikkeling komt in de zeventiger jaren een reactie in de vorm van charismatisch pastoraat; Gods Geest moet het doen. Methode van Kraan: handoplegging/zegen, persoonlijk gesprek en gebed. (Van der Meulen 1999: 14).

Hermeneutisch pastoraat

3.2.3 HERMENEUTISCH PASTORAAT (HERMENEUSE = VERTOLKING)

Hieronder verstaan we het uitleggen van het Woord van God én de mens in zijn situatie. Het is een verbinding maken tussen wat God zegt en het handelen van de mens. Je zou kunnen zeggen dat deze vorm van pastoraat een middenweg is tussen therapeutisch en kerygmatisch pastoraat. Niet de verkondiging en ook niet de psychologie moeten eenzijdig de toon aangeven, maar theologie en psychologie moeten gelijkwaardige partners zijn. Openbaring en ervaring zijn twee polen die bij elkaar horen. Het werk van de Geest en het functioneren van de mens mogen beiden een plaats hebben. De pastor moet met beide oren luisteren naar het Verhaal van God én het verhaal van de mens.

Sterkte: deze methode heeft oog voor samenhang, oog voor het gehele levensverhaal. Oog voor de mens maar en ook oog voor de openbaring van God.

Nouthetisch pastoraat

Zwakte: het hebben van twee polen heeft per definitie al een valkuil in zich. Als de ene pool wat meer belicht wordt dan de andere dan wordt het evenwicht verstoord.

3.2.4 NOUTHETISCH PASTORAAT (NOUTHETO = TERECHTWIJZEN, VERMANEN, WAAR- SCHUWEN)

Dit zijn zware woorden, maar de klemtoon ligt in deze werkwijze op een vriendelijke aansporing om de hulpvrager weer in evenwicht te brengen. Problemen worden verbaal opgelost. Met name vanuit Amerika is deze visie verkondigd door J. E. Adams. Hij verwijst naar verschillende Oudtestamentische verhalen waar de terechtwijzing of de waarschuwing die niet gegeven werd desastreuze gevolgen had. Bijvoorbeeld; Eli vermaande zijn zonen niet toen zij verkeerd handelden. Het gevolg was dat de Ark van God werd buitgemaakt en de zonen plus Eli gedood werden (1 Sam.3,4). Een ander voorbeeld is David. Wanneer Amnon zijn halfzuster Tamar verkracht, grijpt hij niet in. Het gevolg hiervan is dat Absalom zijn halfbroer Amnon vermoord (2 Sam.13).

Sterkte: Zonde wordt zonde genoemd. In de andere methoden gaat een hulpverlener de confrontatie, het benoemen van zonde, vaak uit de weg.

Zwakte: het is een vrij eenzijdige benadering. Waar is de ruimte voor Gods genade?

Contextueel pastoraat

3.2.5 CONTEXTUEEL PASTORAAT

De contextuele hulpverlening is ontwikkeld door Ivan Boszormenyi-Nagy (1920-2007), omdat hij de contextuele dimensie miste in de psychologische begeleiding. Door onder meer Stichting Koinonia (Gorinchem) is het ontwikkeld tot contextueel pastoraat.

Nagy was van origine een systeemtherapeut. Hij richtte zich op gezinssituaties (context) en miste een dimensie in het begeleiden van gezinnen. Er werd oorspronkelijk gekeken naar drie dimensies:

- Feiten (oorsprong, sekse, data, gebeurtenissen)
- Psychologie (innerlijke 'feiten'; ervaringen, afweermechanisme)
- Transacties (communicatiepatronen)

Nagy heeft hier een vierde dimensie aan toegevoegd: Relationale ethiek (de geschiedenis van de relaties). In deze dimensie zitten volgens Nagy een aantal zaken waar rekening mee gehouden dient te worden bij de begeleiding van anderen:

- Loyaliteit (het kind heeft het leven aan de ouders te danken en is daarom loyaliteit verschuldigd). Wanneer ouders scheiden kan het kind in een gespleten loyaliteit terecht komen, omdat het loyaal wil zijn en blijven aan beide ouders.
- Balans van geven en nemen (wanneer deze balans in orde is ontstaat er vertrouwen)
- Roulerende rekening (wanneer er geen balans is, kan het zijn dat iemand 'liefde' of 'recht' gaat halen op een plek die niet

passend is. Vaak zijn dit de eigen kinderen). Bij een kind waarvan de vader alcoholist was, is het goed mogelijk dat het kind tekorten heeft opgelopen. Hij moest meer geven dan ontvangen. Wanneer hij zelf kinderen heeft, wil hij ontvangen (hij heeft 'recht' om te ontvangen). Om dat te bewerken is het niet ondenkbaar dat hij ook voor de alcohol kiest om dat voor elkaar te krijgen. Dat paadje kent hij en het 'werkte' vroeger ook. Zo herhaalt de geschiedenis zich en gaat roulerend verder.

- Vertrouwensbronnen (wanneer er balans is, is er vertrouwen, wanneer er geen balans is raakt het vertrouwen op). Dat kan zover doorwerken, dat het kind geen reden meer ziet om vertrouwen te geven, maar het recht ervaart om destructief te handelen. Dit noemen we destructieve gerechtigheid: het volste recht om kwaad te doen. Wanneer iemand thuis regelmatig tekortgekomen is, bijvoorbeeld door mishandeling is het mogelijk dat zo iemand het 'recht' ervaart om het betaald te zetten. Het doelwit hoeft niet perse de dader te zijn, maar kan ook een willekeurige auto of bushokje zijn. Vandaar de naam: destructief recht

Dit zijn in een paar pennenstreken wat kernbegrippen vanuit deze therapie. De omslag naar het pastoraat is niet zo heel moeilijk te maken, omdat herstel volgens Nagy ligt in een aantal begrippen die herkenbaar zijn vanuit de Bijbel (Nagy is zelf geen Christen). Er worden er twee uitgelicht:

Vergeving (Nagy noemt het ontschuldigen)

Wanneer de balans van geven en nemen er niet was, dan is de ouders ontschuldigen een manier om deze te herstellen. Dat wil zeggen: hen de schuld niet meer aanrekenen, Waardoor het gewicht in de ene schaal van de weegschaal opgeheven wordt en de weegschaal dus (meer) in balans komt.

Gebruiken van hulpbronnen

Vaak kunnen andere mensen tot steun zijn in een lastige, onevenwichtige situatie. Het is dus belangrijk om de cliënt daarop te wijzen en daar samen naar te zoeken. Voor christenen is de belangrijkste hulpbron God. Hij ziet, is aanwezig, troost en steunt. Daarnaast is, hopelijk, de christelijke gemeente ook een plek waar steun en troost te vinden is.

Charismatisch pastoraat

3.2.6 CHARISMATISCH PASTORAAT

Dit type pastoraat is in Nederland in zestiger jaren van de vorige eeuw naar voren gehaald door het 'Oase werk' in Rotterdam onder leiding van ds. K.J. Kraan en W.C. van Dam. Herbeleven van traumatische ervaringen in gesprekken en een bevrijdingsgebed stonden centraal in dit type pastoraat. Bevrijdingspastoraat komt in module 2 verder aan de orde.

Onder de noemer van charismatisch pastoraat kunnen er andere namen en vormen genoemd worden. Te denken valt aan het werk van Leanne Payne die de Pastoral Care Ministries in 1981 opzette in de Verenigde

Staten. In haar boeken en onderwijs richt zij vooral de aandacht op de genezende werking van de tegenwoordigheid van God.

Lin Button, vriendin en collega van Leanne Payne leidt de Healing Prayer School Conferenties in London. De innerlijke genezing van wonden door middel van gebed wordt door hen beiden sterk benadrukt. In Nederland zijn er jaarlijks verschillende conferenties die door een van beide wordt geleid. In Nederland wordt dit vormgegeven door de Stichting Toerusting Pastorale Zorg.

Nog een vorm van charismatisch pastoraat zijn de 'Healing Rooms'.

Healing Room is een interkerkelijke organisatie dat eigenlijk als een soort dokterspraktijk werkt maar dan alleen op geestelijk gebied. Door het invullen van een formulier kun je kenbaar maken waarvoor je gebed wilt, waarna een team van mensen een bepaalde tijd (meestal een half uur) met je gaat bidden.

3.2.7 SAMENVATTEND

In al deze verschillende vormen van Pastoraat zien we de pastoraal werker steeds een andere functie vervullen. In de kerygmatische pastorale setting zien we de pastoraal werker meer een rol als getuige en soms als verkondiger vervullen. In het therapeutisch pastoraat is de pastoraal werker een helper, een soort geestelijk dokter. In het hermeneutische pastoraat heeft de pastoraal werker de functie van een vertaler. In het nouthetische pastoraat zien we de pastoraal werker meer als waarschuwer of als informant. En het contextuele pastoraat is hij bezig met het gehele overzicht rondom het leven van de pastorant. En bij het charismatisch pastoraat is hij een meebidder, een geestelijk helper die via gebed het goede van God meedeelt.

VRAGEN BIJ HOOFDSTUK 3

1. Waarom is het vinden van een goede definitie van het pastoraat zo lastig?
2. Welke definitie vind je zelf het mooiste en waarom?
3. Wat verstaan we onder hermeneutisch pastoraat? Geef de sterke en zwakke kant ervan weer.
4. Wat verstaan we onder nouthetisch pastoraat?
5. Van welke stroming is Boszormeny Nagy de grondlegger? Leg deze stroming verder uit.
6. Leg de term 'roulerende rekening' uit in het pastoraat.
7. Wat wordt verstaan onder charismatisch pastoraat?

4 PASTORAAT IN DE GEMEENTE

Pastoraat in de gemeente is een breed begrip. Er zijn veel zaken die onder pastoraat kunnen vallen: een preek kan pastorale aspecten bevatten. Het kringenwerk geeft doorgaans voldoende mogelijkheden voor een pastorale ontmoeting. En ook onderling kunnen gemeenteleden elkaar ondersteunen en bemoedigen. De tijd dat de dominee of de voorganger de enige was die zich met pastoraat bezighield, is gelukkig (in de meeste gevallen) voorbij.

Dit vraagt om een nieuwe beschouwing en een nieuwe organisatie van het pastoraat.

Grofweg zijn er 2 manieren van organisatie te onderscheiden:

- Binnen de kerken
- Binnen de evangelische beweging

Deze twee vormen worden hieronder uitgewerkt.

4.1 PASTORALE ORGANISATIE BINNEN DE KERKEN

Zoals hierboven (in 2.3) al even genoemd is, zijn veel kerken georganiseerd zoals Calvijn het ooit voor Geneve bedacht had.

Een gemeente heeft een predikant/dominee/voorganger, dit is een geschoold iemand (veelal universitair), en vaak is dit de enige betaalde kracht in de gemeente. Samen met de kerkenraad (ouderlingen en diakenen), draagt hij/zij de verantwoordelijkheid voor de gemeente.

De ouderlingen zijn (pastoraal) verantwoordelijk voor een deel van de gemeente (vaak is de plaats ingedeeld in wijken of verdeeld in straten) en de voorganger is eindverantwoordelijk voor het pastoraat. Hij is meestal degene die hierin de meeste ervaring heeft, en ook de tijd ervoor heeft.

Door de mensen pastoraal in het oog te houden, heeft Calvijn het huisbezoek bedacht. Iedere 'voorkeur' wordt jaarlijks of tweejaarlijks bezocht door de ouderling (vaak met tweetal, twee kerkenraadsleden of bijvoorbeeld een echtpaar).

Wanneer er grotere zorg nodig blijkt, of wanneer gemeenteleden te maken hebben met de kruispunten van het leven (geboorte, huwelijk, ziekte, overlijden), wordt de pastorale begeleiding vaak overgedragen aan de predikant.

Het mooie van deze organisatie is dat alle gemeenteleden (actief en passief) in ieder geval (twee)jaarlijks bezocht worden en er is iemand die zorgdraagt voor deze mensen. Alle mensen zijn ondergebracht bij een ouderling.

Er zitten echter ook wel zwakke kanten aan deze manier van pastoraat organiseren.

- Een goed bezoek staat of valt bij de pastorale kwaliteiten van de ouderlingen. Veelal zijn dit echter mensen die op dit gebied niet of nauwelijks geschoold zijn. Het gevolg daarvan is dat er wel een bezoek gebracht wordt, maar dat deze bezoeken niet pastoraal te noemen zijn.
- Het is intensief voor de ouderlingen. Wanneer ze werkelijk ieder jaar al hun toevertrouwde mensen willen bezoeken, kost dat vaak een avond in de week.
- Vaak werden de gesprekken gevoerd met de volwassenen. Wie zag de kinderen (ook als ze erbij aanwezig waren)?

Deze kwetsbare kanten zijn veelal ook onderkend. Op verschillende wijze is daarop geanticipeerd.

Er zijn steeds meer cursussen gekomen om mensen met een taak in de gemeente toe te rusten. Ook zijn er boeken geschreven over de taak van ouderling.

Veel gemeenten hebben ook een bezoektteam. Mensen, die geen ouderling zijn, maar wel een stuk zorg overnemen. Zij bezoeken bijvoorbeeld de senioren rondom hun verjaardag of bezoeken anderen, wanneer daar reden toe is. Daarnaast zijn er ook gemeenten die een speciaal team hebben voor kinder-, en jongerenpastoraat.

4.2 PASTORALE ORGANISATIE BINNEN DE EVANGELISCHE BEWEGING

Binnen de evangelische gemeenten is het pastoraat vaak georganiseerd rondom de kringen. Alle gemeenteleden zijn ingedeeld in een kring die vaak twee- of driewekelijks samenkomt. De kringleiders zijn de eerste verantwoordelijken voor het omzien naar hun kringleden. Wanneer het pastoraat niet meer passend is binnen de kring, dan wordt de begeleiding vaak overgedragen aan het pastoraal team. Eén oudste van het oudste team is vaak verantwoordelijk voor het pastoraat en de andere oudsten houden zich daar niet of minder mee bezig. In evangelische gemeenten is het minder vanzelfsprekend om een voorganger te hebben. Wanneer een gemeente een voorganger heeft, dan is het afhankelijk van welke kwaliteiten deze persoon heeft of hij/zij heel actief is in het pastoraat of niet.

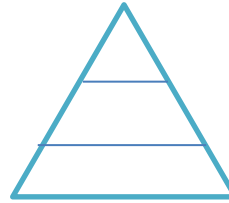
Het mooie van deze organisatie is dat de gemeenteleden zeer frequent contact hebben met elkaar en met de kringleider. Op deze wijze zijn alle gemeenteleden ondergebracht bij een verantwoordelijke.

Tegelijkertijd zijn ook bij deze organisatie aandachtspunten te noemen:

- Ook hier geldt dat het pastoraat staat of valt met de kringleider. De ene kringleider kan hier beter vorm aan geven dan een ander.
- Wat gebeurt er met gemeenteleden die geen kring bezoeken? Is daar voldoende oog voor?

4.3 DRIELAAGSPASTORAAT

Wanneer er gesproken wordt over de organisatie van het pastoraat binnen de gemeente, wordt het pastoraat veelal geduid in verschillende lagen.



Basispastoraat

4.3.1 BASISPASTORAAT

Pastorale zorg is herderlijke zorg, zoals we in het eerste hoofdstuk gezien hebben. Een herder heeft de zorg voor zijn schapen, voor hun welzijn, eigenlijk voor hun gehele leven.

Tegelijkertijd zijn schapen kuddedieren. Ze kunnen niet zonder elkaar. Een schaap alleen is ten dode opgeschreven. Een schaap heeft andere schapen nodig, een mens heeft andere mensen nodig.

Het basispastoraat is de relationele zorg. Het omzien naar de ander. Elkaars lasten dragen. Wanneer de één het even niet kan, draagt de ander een poosje. Het naast de ander zitten wanneer er verdriet is. De verantwoordelijkheid van iedereen dat er niemand alleen staat. Ogen en oren (en soms ook handen en voeten) van Jezus zijn.

Bij de onderste laag wordt gesproken over het basispastoraat; het omzien naar elkaar, de ontmoeting waarbij de oprechte vraag gesteld wordt 'Hoe gaat het met jou?', het 'zomaar'-bezoekje. Dit is een taak voor iedereen. Een mooie vorm om dit basispastoraat vorm te geven is in de kringen of kleine groepen. Daarover later meer (Hoofdstuk 10)

Specifiek pastoraat

4.3.2 SPECIFIEK PASTORAAT

Soms is het basispastoraat niet voldoende, dan is er extra zorg nodig. Dat geldt het voor een kudde schapen.

In de middelste laag wordt vaak gesproken over 'specifiek pastoraat' of 'gespecialiseerd pastoraat'. Wij noemen deze laag de 'Pastorale hulpverlening'. Hiervoor zijn specifieke, bekwame mensen nodig. Zij hebben duidelijk pastorale kwaliteiten/gaven en/of een pastorale taak binnen de gemeente. Hetzij vanuit het ambt of vanuit een pastoraal team. En zij *helpen* de ander een stukje verder.

In deze (en ook in de volgende) laag zal het pastoraat bijna altijd individueel zijn. Een schaap van de kudde dat even apart genomen wordt voor extra zorg. Dit kan enige tijd duren; weken, maanden. En de bedoeling is dat dit schaap zijn plek in de kudde weer in kan nemen. Gesterkt, hersteld, genezen, getroost. In Christelijke gemeenten zijn dit vaak de mensen die begeleid worden door een pastoraal team of door de voorganger.

Afhankelijk van de bekwaamheid van deze mensen, maar ook afhankelijk van beleidskeuzes is deze laag in het pastoraat groter of

Professioneel pastoraat

minder groot (waardoor de punt van het professionele pastoraat kleiner is).

Het is waardevol om als gemeente goed na te denken over richtlijnen voor het pastoraat. Iedere gemeente kan en mag andere keuzes maken. Wanneer er niet nagedacht is over afspraken kunnen er onnodige fouten gemaakt worden, en kunnen mensen beschadigd worden.

In de Opleiding Pastorale Hulpverlening ligt de focus op dit pastoraat, zodat de student groeit in kennis en vaardigheden om namens God (binnen of buiten de gemeente) meer te betekenen dan eerst.

4.3.3 PROFESSIONEEL PASTORAAT

In de punt wordt gesproken over het professionele pastoraat. In de meeste gevallen schuurt dit aan de professionele (reguliere) hulpverlening en deze hulp/zorg wordt dan ook meestal buiten de gemeente gezocht.

Het is belangrijk om als pastoraal werker de eigen bovengrens te kennen, wanneer wordt de keuze gemaakt om iemand door te verwijzen naar professionele hulp buiten de gemeente? Daarvoor is het belangrijk dat er een goed netwerk in kaart gebracht is van professionals (psychologen, psychiaters, verslavingshulpverlening, schuldhulpverlening, etc.) waarheen mensen verwezen kunnen worden om daadwerkelijk de expertise te vinden die voor hen nodig is. Het is wenselijk wanneer dit professionals zijn die de Here Jezus als verlosser kennen, helaas zijn die niet altijd makkelijk te vinden. Dan is het in ieder geval belangrijk dat wanneer iemand doorverwezen wordt er óók nog pastorale zorg verleend wordt. Pastorale zorg in de zin van zorg voor de Geest, de relatie met God.

Ook bij een kudde schapen zal soms de dierenarts komen of de wolscheerder om datgene te doen waar zij verstand van hebben.

4.4 DRIELAAGSPASTORAAT BINNEN KERKEN EN EVANGELISCHE GROEPINGEN

Wanneer dit model over de pastorale organisatie binnen de kerken gelegd wordt, dan valt het pastoraat van de predikant (deels) in het specifieke pastoraat, al het andere valt onder het basispastoraat.

Bij evangelische gemeenten valt het pastorale team (deels) binnen het specifieke pastoraat, het pastoraat binnen of buiten de kringen is basispastoraat.

Deze scheidslijnen tussen de verschillende lagen is echter lang niet altijd even duidelijk. Het is afhankelijk van de keuzes die binnen een gemeente gemaakt worden. Het kan ook zijn dat er persoonlijke keuzes zijn waarbij lijnen 'opschuiven'. Wanneer een kringleider in het dagelijks leven in een hulpverleningsberoep zit, zou zo iemand de keuze kunnen

maken om ook met kringleden een stap verder mee op te lopen en daarmee een stuk specifieke hulp te bieden.

Een plaatselijke gemeente moet keuzes maken voor de wenselijke grenzen.

4.5 DOEL VAN HET PASTORAAT

Wat is het doel van pastoraat? Vanuit de omschrijving van pastoraat uit hoofdstuk 3.1 wordt als doel verwoord: de ander verder helpen op zijn weg in het leven of in zijn persoonlijke ontwikkeling (met andere woorden: iemand helpen te worden zoals God diegene bedoeld heeft).

Van oudsher zijn er vier sleutelwoorden te vinden die veel gebruikt worden, om een richtlijn te hebben voor het pastoraat: helen, bijstaan, begeleiden en verzoenen (Van der Meulen 1999:40-46) Anderen spreken over de vier 'G's' wanneer ze de gebieden willen omschrijven die de aandacht moeten krijgen in het pastoraat: gevoelens, gedrag, gedachten en gewoonten (Barrett 1996:92). Beide benaderingen kunnen samengesmolten worden. De eerste benadering gaat uit van de hulpverlener en zijn taak, de tweede benadering laat zien waar de probleemgebieden liggen van de hulpvrager en waar de aandacht naar uit zal gaan.

Doel	Gebied	
Helen en bijstaan	Gevoelens en gedachten	Theorie
Begeleiden en verzoenen	Gedrag en gewoonten	Praktijk

Dit schema wordt in de onderstaande paragrafen uitgewerkt.

Helen en bijstaan

4.5.1 HELEN EN BIJSTAAN / GEVOELENS EN GEDACHTEN / THEORIE

Helen wil zeggen: tot herstel brengen. Je brengt de hulpvrager tot algemeen welzijn op geestelijk, emotioneel en sociaal vlak. Nauw verbonden met het woord helen is het woord heil (welzijn, geluk), dit woord is afgeleid van Heiland, alleen door Hem is herstel mogelijk.

Het gaat om de geestelijke en emotionele gezondheid van de gehele mens. Genezing van trauma's, dingen die de mens van buitenaf zijn aangedaan (bijvoorbeeld: seksueel misbruik) Maar ook trauma's en scheefgroei die zijn ontstaan, omdat in elementaire levensbehoeften niet voorzien is (bijvoorbeeld: men heeft geen liefde en geborgenheid ontvangen van de ouders bij het opgroeien).

Er kunnen echter ook andere zaken spelen die meer met de emoties te maken hebben, zoals vervreemding, vereenzaming en isolement.

Al deze pijn moet van binnenuit genezen worden. Tijdens dat hele proces mag je als hulpverlener ook naast de hulpvrager staan (bijstaan). Het is een stuk ondersteuning voor de mens in nood. Tijdens het proces kan de pastoraal werker troosten en bemoedigen. Juist in de gevoelens en gedachten speelt zich veel af. Het is belangrijk te beseffen dat

Begeleiden en verzoenen

gevoelens symptomen zijn en geen oorzaken. Gevoelens zijn signalen en hebben betrekking op een dieperliggend probleem. Ze zijn net als pijn een signaal dat er iets ernstigers aan de hand is. De pastoraal hulpverlener zal alert moeten zijn om niet alleen bij de symptomen te blijven stil staan, maar verder te zoeken naar de dieper onderliggende problemen.

Op het gebied van helen en bijstaan, dus op het terrein van gevoelens en gedachten ligt de focus op het theoretische deel. Er wordt op gewoonten en problemen gewezen en het is de fase waarin de pastorant zichzelf gaat begrijpen. En daarbij wordt er ondersteuning gegeven.

4.5.2 BEGELEIDEN EN VERZOENEN/ GEDRAG EN GEWOONTEN/ PRAKTIJK

De pastoraal hulpverlener zal een stukje als coach, als begeleider op de levensweg van de hulpvrager mee mogen lopen. Gedrag heeft veel te maken met gevoelens. Wat iemand zegt of doet, hoe hij reageert heeft een emotionele uitwerking. Gedrag kan ook veel zeggen over het onderliggende probleem van de pastorant. Waarom doet hij juist dit wel en dat niet? Het kan ook nodig zijn dat er een stuk verzoening moet plaats vinden. Verzoening met zichzelf, met anderen of met God. De mens in nood heeft dikwijls een verbroken of geschonden relatie met God. Ook hierin ligt een taak voor de pastoraal werker. Tal van problemen liggen op het gebied van de verzoening.

Gewoonten zijn vaste patronen van gedrag die in de loop van het leven ontwikkeld zijn. Daardoor zijn gewoonten nauw verbonden met het verleden. Wanneer er een stukje genezing plaats heeft gevonden kan het vervolgens nodig zijn om gedrag en gewoonten aan te passen aan de vernieuwde mens.

Dit gebied is dus vooral praktisch. Het is hard werken om gewoonten te veranderen. Ongezonde patronen gezond te maken, verkeerde gedachten te vervangen door waarheid. Er moeten dingen gebeuren om tot verandering te komen.

VRAGEN BIJ HOOFDSTUK 4

1. Vertel iets over het pastoraat binnen de traditionele kerken.
2. Noem op zijn minst twee zwakke kanten van dit soort (zie vraag hierboven) pastorale begeleiding.
3. Wat is het verschil van het pastoraat tussen traditionele kerken en de Evangelische kerken?
4. Verklaar de term drielaagspastoraat en licht ze allemaal even toe.
5. Leg het drielaagspastoraat eens op de traditionele kerken aan de ene kant en aan de andere kant op de Evangelische kerken. Welk verschil zie je dan?
6. Welke vier sleutelwoorden worden vaak toegepast als we praten over het doel van het pastoraat?
7. Welke vier G's passen goed bij de vier sleutelwoorden uit vraag 6?

5 HET PASTORALE GESPREK

5.1 HET GESPREK

Het gesprek is het belangrijkste middel dat ingezet wordt in het contact met de pastorant. Ook zonder woorden is er al communicatie.

Een gesprek heeft dan ook twee aspecten: non-verbaal en verbaal.

Non-verbaal

5.1.1 NON-VERBAAL

Vaak wordt de non-verbale boodschap onderschat, maar er wordt gezegd dat dit het belangrijkste deel van de communicatie is. Enerzijds is het daarbij belangrijk om bewust te zijn van de eigen non-verbale signalen. Non-verbaal maakt het verschil zichtbaar in oprechte belangstelling en belangstelling uit beleefdheid. De beste manier dus om non-verbaal het juiste uit te stralen is om (zover dat mogelijk is) te zorgen dat hart en gezicht synchroon zijn. Dan zal in de mimiek en houding zichtbaar zijn wat er van binnen leeft.

Naast gezichtsuitdrukking en houding vallen onder non-verbaal ook de uiterlijke verzorging, kleding, handgebaren, oogcontact, stemintonatie, etc.

Oogcontact is misschien wel de belangrijkste van bovenstaand rijtje. Door oogcontact wordt er werkelijk contact gemaakt, door goed, passend oogcontact is zichtbaar dat er werkelijke betrokkenheid is, oprechte interesse. Er staat vaak dat Jezus de mensen zag. Bijvoorbeeld bij de geschiedenis van de bloedvloeiende vrouw (Matt. 9:22)

Jezus keerde Zich om, zag haar en zei: "Heb goede moed, dochter, uw geloof heeft u behouden". En de vrouw was vanaf dat moment gezond.

Naast de bewustwording van eigen signalen is het ook belangrijk om opmerkzaam te zijn om de non-verbale signalen van de pastorant. Is iemand op zijn gemak? Rustig in zijn blik? Verzorgd? Vermoeid? Allemaal signalen die nodig kunnen zijn om de juiste woorden te kiezen. In een pastoraal gesprek is het ook belangrijk om geestelijk te luisteren. Wat wil God zeggen? Wat mag ik met Zijn ogen zien en met Zijn oren horen?

Verbaal

5.1.2 VERBAAL

Een veel gebruikt model voor gesprek is de 'LAST'. Deze letters staan voor: luisteren, aansluiten, samenvatten en terugkoppelen. Een ander veelgebruikte afkorting is: LSD. Deze letters staan voor Luisteren, Samenvatten, Doorvragen. Ze zijn beiden begrensd en hier wordt gekozen om deze twee samen te voegen: LADST. Dit is overigens geen lineaire reeks. Na luisteren kan er soms al samengevat worden of na aansluiten komt er weer meer informatie waarbij geluisterd en doorgevraagd dient te worden.

Luisteren

Luisteren

*Wie antwoordt zonder eerst te **luisteren**, handelt dwaas en maakt zichzelf belachelijk. (Spr. 18:13)*

Luisteren is het fundament onder een goed gesprek. Het is onmogelijk om het juiste te zeggen, wanneer er niet geluisterd is. Enerzijds is het goed om te luisteren naar de woorden, maar soms is het nog beter om te 'luisteren' naar de stilte. Even geen woorden, even gewoon *zijn*. Er zijn voor de ander, zijn bij de ander. Samen in verbinding staan, zonder woorden.

Luisteren is ingewikkelder dan verwacht. Een bekend kinderspelletje is om een (lastige) zin door te fluisteren van oor naar oor in een kring van kinderen. De eerste begint met een zin en fluistert deze in het oor van zijn buurman en zo gaat de zin de kring door. Vaak is de zin aan het einde totaal anders dan de oorspronkelijk zin. Van luisteren tot reproductie gaat via interpretatie en zo kan er makkelijk ruis ontstaan. Luisteren gebeurt dus niet alleen met de oren.

Aansluiten

Aansluiten

Op een bepaald moment mag er gereageerd worden op het gesprokene. Wat is het dan belangrijk om goed aan te sluiten. Dit is de contactfase, essentieel voor een goed vervolg. De eerste reactie is passend, als de pastoraal werker zich daarmee naast de pastorant zet. Bijvoorbeeld met empathische woorden als: 'Tjonge wat naar', 'Wat lastig voor je'. De intonatie bij deze zinnen is heel belangrijk, misschien wel cruciaal om werkelijk de aansluiting te vinden. Pas wanneer de gesprekspartners (figuurlijk) naast elkaar staan is het mogelijk om verder te gaan.

Aansluiten is haast onmogelijk wanneer de houding van het hart niet puur is. Wanneer er boosheid, frustratie, veroordeling of verdriet zit, is aansluiten ingewikkeld. Bij een open, mild en geïnteresseerd hart is het een stuk eenvoudiger.

Doorvragen

Doorvragen

In de vraagstelling is oprechte nieuwsgierigheid passend. Wat beweegt de ander? Waarmee komt de ander? Wat zoekt de ander? Waar zit de ander?

"Ik wil jou begrijpen!", het is een richtlijn uit een boek van Covey (2010:213). Deze houding bepaalt de vraagstelling. Onderstaande richtlijnen kunnen helpend zijn om een compleet verhaal te krijgen.

- Algemene situatieschets
- Versmallen: Concreet voorbeeld.
- Verbreden: Geldt dit voor alle/andere situaties?
- Verdiepen: Geldt dit voor je hele leven/ speelde dit vroeger ook al?
- Verhogen: Welke rol heeft God in deze situatie? Is God een steun of juist niet?

Samenvatten

Samenvatten

Het is noodzakelijk om regelmatig dat wat gezegd is samen te vatten. Een samenvatting heeft de volgende functies:

- Het laat zien dat er goed geluisterd is
- Het geeft erkenning dat de ander er met zijn verhaal mag zijn
- Het geeft ruimte om bij te sturen, wanneer de samenvatting toch niet helemaal klopt.
- Het geeft de gelegenheid om gedachten te ordenen.

Het aansluiten, doorvragen & samenvatten zijn niet lineair, maar circulair. Ze wisselen elkaar af in een natuurlijke beweging.

Teruggeven

Teruggeven

Het teruggeven heeft te maken met het afronden van het gesprek. Wanneer er genoeg gezegd is of de tijd opraakt is het goed om het gesprek goed af te sluiten. Wellicht is dit een moment om een bemoediging te geven, hoop te bieden voor de tijd die komt. Soms is het passend om advies te geven. Mooier is om de pastoraal zelf 'het net op te laten halen'. "Wat neem je uit deze ontmoeting mee de komende week in?" Zodat de pastoraal zijn eigen huiswerk verwoordt.

Afronding

Een pastoraal gesprek hoort afgesloten te worden met gebed. Een plek waarin dat wat gezegd is in de handen van de hemelse Vader gelegd kan worden. Een plek om de dankbaarheid te adresseren en hoop en kracht te vragen. Wanneer de context niet zo is dat er met de pastoraal gebeden kan worden, dan is een persoonlijk gebed een passend alternatief. Meer hierover bij 5.3.

5.2 BIJBELGEBRUIK

In het pastorale gesprek mag het gebruik van de Bijbel niet ontbreken. Die is een richtsnoer voor het leven en zeker voor mensen die problemen ervaren in hun leven. Tegelijkertijd zijn de gesprekken binnen het basispastoraat niet altijd helder georganiseerd. Het gebeurt, het vindt plaats tijdens de koffie of op een kringavond. Als Pastoraal werker is het belangrijk dat de Bijbel bekend is, en dat deze op verantwoorde wijze wordt gebruikt en toegepast. Het is noodzakelijk dat er kennis paraat is, welke ingezet kan worden in een gesprek. Zie bijlage...voor een lijst met onderwerpen en passende tekstgedeelten)

Daarnaast kan de Bijbel op verschillende manieren worden ingebracht in het georganiseerde pastorale gesprek (zie voor passende tekstgedeelten voor een gesprek Bijlage 1).

Aanvang

1. Bij aanvang van het gesprek

Aan het begin van een pastoraal gesprek zal niemand opkijken wanneer er eerst een stukje uit de Bijbel gelezen wordt. Als al bekend is wat het

hoofdthema van het gesprek zal zijn, is het goed om een tekstgedeelte te kiezen dat daarbij past. Als men met een zieke te maken heeft, dan is het niet passend om een jubelende Psalm voor te lezen. Meestal zal men in zo'n situatie naar een bemoedigend en vertroostend Bijbelgedeelte op zoek gaan (zie bijlage 1 waar een lijst is gemaakt van Schriftgedeelten naar aanleiding van een onderwerp).

Starten met een Bijbelgedeelte kan ook meteen een gesprekspunt opleveren waar de Here God centraal staat. Na het gelezen gedeelte kan men doorvragen of de pastorant zichzelf herkent in het Bijbelgedeelte. Of men zou kunnen vragen of het Bijbelgedeelte enige betekenis voor de pastorant heeft. Zo is al vanaf de start meteen God in het gesprek betrokken.

Voorbeelden

2. Gebruik van Bijbelse voorbeelden

Tijdens het gesprek kunnen Bijbelfiguren gebruikt worden die als voorbeeld dienst kunnen doen. De Bijbel op deze narratieve wijze gebruiken is een krachtig middel om via het verhaal het handelen en het karakter van God onder de aandacht te brengen. Ook is het mogelijk om aan de hand van Bijbelse verhalen iemand erop te wijzen, hoe men met een bepaalde situatie om zou kunnen gaan. Bij mensen die worstelen met depressiviteit kan bijvoorbeeld het verhaal van Elia na de Karmel gelezen worden of kan iemand herkenning vinden in Psalm 88. Bij mensen die zich zorgen maken kan het gedeelte uit Luc. 12:22-28 gelezen worden waar het voorbeeld wordt gegeven dat God zelfs voor de musjes zorgt.

Door middel van het lezen van weldoordacht uitgekozen Psalmgedeelten kunnen alle emoties aan bod komen. Van vreugde (Psalm 149) naar verdriet (Psalm 6) van angst (Psalm 130) naar boosheid (Psalm 94). Alle emoties komen langs in de Psalmen. Juist ook het omgaan met verschillende gedachten die tegengesteld zijn komen hand in hand naar voren zoals bijvoorbeeld angst voor gevaar, maar tegelijkertijd de verzekering van bescherming (Psalm 121), van depressie naar juichende vreugde (Psalm 7) en van berouw naar welbevinden (Psalm 32).

Door het onder woorden brengen van al deze emoties worden ze ook erkend, mogen ze er zijn. De pastorant kan zich hierdoor begrepen voelen en dat kan een positieve uitwerking hebben op de problemen die er zijn. De Psalmen spreken op deze wijze ieders hart aan.

Onderricht

3. Onderwijs geven vanuit de Schrift

Een gedeelte zoals Ef.6:10-20 over de geestelijke wapenrusting kan opbouwend en constructief zijn om de pastorant te versterken in zijn geestelijk leven. Dit kan bemoedigend zijn.

Soms is het nodig om juist te vermanen of om te corrigeren. Het verhaal van de Emmaüsgangers illustreert dit mooi. In dit verhaal (Luc. 24:13-35) zien we hoe Jezus hen confronteert met hun hartsgesteldheid. Door een spiegel voor te houden kan men in liefde soms veel bereiken. Ook een thema als onze 'oude mens' en 'nieuwe mens' zou zo maar eens een onderwerp kunnen zijn waar mensen mee geholpen kunnen zijn. Paulus werkt dit thema in Ef.4:17-32 prachtig uit door duidelijk aan te geven wat we als christenen behoren na te laten (af te

leggen) en wat we juist wel mogen aanleren (aantrekken). Ook op deze wijze kan de geestelijke relatie met God versterkt worden.

Afsluiting

4. Afsluiting van gesprek

De Schrift kan ook gebruikt worden ter afsluiting van een gesprek. Er zou nog een stukje ter bemoediging gelezen kunnen worden, al dan niet gevolgd door een gebed. Een mogelijkheid is ook, om opnieuw het gedeelte te lezen waarmee het gesprek begonnen is, om zodoende dat gedeelte nogmaals onder de aandacht te brengen.

Huiswerk

5. Huiswerk

Er kan ook een huiswerkopdracht mee gegeven worden in de zin van: bestudeer het leven eens van Jozef op het gebied van afwijzing. Hoe en waar komt het in zijn leven voor en hoe gaat hij er mee om?

5.3 GEBED

Gebed is het belangrijkste middel van een pastoraal werker, het is dan ook wenselijk om concreet God te betrekken bij dat wat gezegd of gedacht wordt. Als het gesprek start met een stukje uit de Bijbel dan zal het gebed bijna als vanzelf volgen. Daarin mag Gods leiding in het gesprek worden gevraagd. Een gebed is vaak ook passend aan het einde van een gesprek. Gebed is hét middel om God aanwezig te laten zijn en Hem te verbinden met de pastorant.

Positief

God weet wat de pastorant nodig heeft en Hij kan in het denken van iedereen die bij het gesprek is richting geven door Zijn Heilige Geest. Meestal zal ook aan het einde van het gesprek nog een gebed worden uitgesproken waarin men Gods hulp vraagt voor de komende tijd voor de pastorant. Het gebed helpt ook om voor de pastorant de richting aan te geven. De pastoraal werker is niet degene die de nood kan oplossen. Hij of zij mag alleen de richting wijzen, maar God zelf wil bijstaan. Gebed schept op deze wijze ook een soort bedding waarbinnen het gesprek mag plaats vinden. Tevens geeft het ook de gerichtheid aan, de focus die als fundament onder het gesprek aanwezig is. God is aanwezig en wordt daadwerkelijk op deze wijze betrokken bij het vervolg van de ontmoeting tussen pastorant en pastoraal werker. Op deze wijze wordt het gebed op positieve wijze ingezet.

Negatief

Er zijn ook valkuilen waar op gelet moet worden. Eén daarvan is dat gebed voor de pastorant niet een vlucht is voor eigen verantwoordelijkheden. De pastorant moet niet het gevoel krijgen: we gaan voor mijn probleem nu bidden en God gaat het verder oplossen. Dat zou een verkeerde conclusie zijn. De nood en eventuele veranderingen in gedrag of denken moet gewoon onder ogen worden gezien. Het gebed is niet het wondermiddel waardoor alles als sneeuw voor de zon verdwijnt.

Ook voor de pastoraal werker is er in het gebed een gevarezone waar hij of zij zich van bewust moet zijn. Het kan heel gemakkelijk gebeuren dat hij of zij juist in het gebed voor God gaat spreken. Dan is de manipulatie om de pastorant tot bepaalde daden aan te zetten heel dichtbij gekomen. Het gevaar om 'voor God te gaan spelen' is dan heel reëel. Dit moet natuurlijk vermeden worden.

Een risico kan ook zijn dat wanneer de pastoraal werker het zelf niet meer weet, voor het gebed kiest als vluchtroute. "Ik weet geen richting meer te geven, dus God moet het maar doen." Op zich is deze basishouding niet persé slecht. God moet het inderdaad doen, maar niet als sluitstuk wanneer de pastoraal werker het als mens niet meer weet.

5.3.1 VERSCHILLENDE VORMEN VAN GEBED

In het pastorale gesprek kunnen verschillende vormen van gebed gebruikt worden.

Voorbede

Voorbede

In een pastoraal gesprek kunnen zaken, moeilijkheden, noden, mensen, twijfels, worstelingen en noem maar op naar voren komen. Het kan zeer passend zijn om dan af te sluiten met voorbede voor de pastorant en voor alle mensen die tijdens het gesprek genoemd zijn omdat zij onderdeel vormen van de nood die er is. Voorbede doen is dan een natuurlijke en passende afsluiting van het gesprek. Voorbede is vaak een vraaggebed te herkennen aan werkwoorden als: willen, kunnen, zullen (Wilt U...Kunt U, zou U...)

Luisterend bidden

Luisterend gebed

Op de website 'bidden is een weg.nl' staat een verhaal dat ongeveer als volgt gaat.

Een oudere man komt een jongeman tegen die in gedachten lijkt te zijn verzonken. De man groet, maar de jongen zegt niets terug. Maar na een ogenblik keert hij zich tot de man en zegt: "Ook een goede dag! En excuus dat ik zo laat reageer, ik was aan het bidden." "Aan het bidden?" vraagt de man. "Ja" zegt de jongeman, "bidden is praten met God". "Met God? Met Hem die Schepper is van hemel en aarde?" geeft de man terug. "Ja precies, met Hem", zegt de jongeman. De man antwoordt: "en jij voert het woord?"

Of nog een ander verhaal dat bekend is van een oude rabbi. Iemand brengt hem een bezoek en de man praat maar aan één stuk door. Telkens als de rabbi wat wil zeggen, gaat de man vol vuur verder met zijn verhaal. Op een gegeven moment zegt hij: "Ik heb toch zo'n heel wonderlijk verhaal van iemand gehoord en dat zal ik u vertellen." Nog net voordat de man verder gaat roept de rabbi uit: "U liegt!" De man is verontwaardigd en zegt: "Hoe kunt u dit zeggen als u het nog niet eens hebt gehoord?" De rabbi antwoordde: "Dat is heel eenvoudig, sinds u hier bij mij bent gekomen heb ik nog geen enkel woord kunnen zeggen. Hoe zou ik dan kunnen geloven dat u iemand de gelegenheid

heeft gegeven een heel verhaal te vertellen?” (Bidden is een weg, 2019).

Beide verhalen hebben eenzelfde soort boodschap die samengevat kan worden als: ‘Spreek niet zoveel, maar luister eens naar de Ander’.

Gebed is een ontmoeting tussen God en mens. Meestal zijn wij als mensen gewoon om te spreken door onze vragen en verlangens bij God neer te leggen. Maar ‘luisterend bidden’ is een gebedsvorm die de laatste jaren steeds meer in de belangstelling is komen staan mede ook door het werk van Leanne Payne. Het is stil worden voor God en luisteren of Hij ook iets tegen ons te zeggen heeft. Luisteren naar de stem van de Heilige Geest die onze gedachten wil leiden met Zijn gedachten. In Johannes 10 staat het verhaal van de goede herder waarin duidelijk naar voren komt dat de schapen de herder kennen doordat ze zijn stem kennen (Joh. 10:3). God spreekt tot ons op velerlei manieren die hier niet allemaal behandeld kunnen worden, maar bewust worden van het feit dat God misschien wel eens rechtstreeks een aanwijzing zou kunnen geven moet altijd in het achterhoofd gehouden worden.

Soms kan het gebeuren dat er in het gesprek iets naar voren is gekomen waar eigenlijk nog geen concreet antwoord op gegeven kan worden of richting aan gewezen kan worden. Kortom er is een vraag, een kruispunt waar nog geen keuze gemaakt kan worden. Dan zou een gebedsvorm als ‘luisterend’ bidden zomaar een mooi afsluitmoment kunnen worden.

Ministry gebed

Een andere vorm van luisterend bidden is bekend geworden onder de naam ‘ministry gebed’. In veel kerken of bij conferentie wordt dit gedaan wanneer er voor mensen gebeden wordt. Veelal twee mensen (man en vrouw) leggen een hand op de schouder van de gebedsvrager en één hand open als symbool van het ontvangen van God. Datgene wat ze ontvangen van God spreken ze uit, als gebed, voor de gebedsvrager.

Zegenen

Zegenen

Een andere gebedsvorm is ‘zegenend bidden’. Deze vorm van bidden is naar voren gebracht door Stichting Zegenend Helpen. Vanuit 1 Petr. 3:9b, ‘...zegen daarentegen, omdat u weet dat u daartoe geroepen bent, opdat u zegen zult beërven.’ wil deze stichting het zegenend bidden onder de aandacht brengen en een plek geven in de pastorale gesprekken. De Haan (2008:17-18) geeft een verhandeling vanuit de Bijbel wie en wanneer er gezegend mag worden. Het is bekend dat de voorganger of dominee de gemeente aan het einde van een eredienst de zegen meegeeft, maar Haan geeft verschillende andere voorbeelden vanuit de Bijbel dat dit breder te trekken is. Zo zegt Jakob zijn zonen tegen het einde van zijn leven (Gen. 49), de Leviëten zegenen (Deut. 10:8), het volk zegt koning Salomo (1 Kon. 8:66). In Deut. 27:12 wordt aan de stammen Simeon, Levi, Juda, Issaschar, Jozef en Benjamin opgedragen de andere stammen te zegenen. En vanuit Ps. 129:8 kunnen we opmaken dat het zegenen diepgeworteld was in het joodse leven en dat iedereen dat mocht doen.

Zegenend helpen beoogt dat we in het pastorale gesprek juist met de mens in nood het zegenen zullen praktiseren. Het is een gebed 'die mensen zo verbindt met God dat zij zich veilig weten binnen een muur van vrede, die beschermt tegen de macht van de ogen of de woorden van mensen uit verleden en heden. God is daadwerkelijk een schuilplaats. Die veiligheid is niet alleen van buiten, ook vanbinnen. (Haan, 2008:101).

5.4 EEN PASTORAAL GESPREK IN DE BIJBEL

Job en Elihu

Een goed voorbeeld van pastoraat in het Oude Testament kunnen we vinden in het boek Job. Met name de vierde vriend Elihu, die pas aan het eind op het toneel verschijnt, laat ons enkele belangrijke grondhoudingen zien (Collins 1988:32-35).

Elihu **luisterde** naar Job (Job 32:11). Luisteren is het eerste wat een hulpverlener moet doen. Luisteren en nog eens luisteren. De hulpverlener moet niet in de valkuil stappen van het te veel te willen praten en te snel met zijn adviezen klaar te willen staan. Dietrich Bonhoeffer zei eens: 'Wie niet meer naar zijn broeder kan luisteren, zal weldra niet meer naar God luisteren'. (Terlouw 2009) De hulpvrager moet alle tijd krijgen om zich uit te spreken en om zijn gevoelens bekend te maken.

Elihu toonde **begrip** (Job 32:12). Job was, op dit punt aangekomen, heel erg boos, omdat zijn andere vrienden hem niet leken te begrijpen. Elihu liet blijken dat hij begreep dat niemand Job echt had kunnen antwoorden.

Elihu **stelde** Job ook **gerust** (Job 33:6,7). Hij ging naast Job staan. Hij torende als hulpverlener niet boven hem uit. In alle gevallen is het belangrijk dat de hulpvrager zich aanvaard weet.

Elihu **confronteerde** (Job 33:12). Confronteren is heel iets anders dan veroordelen. Confronteren is de hulpvrager een spiegel voorhouden. Hem leren om naar zichzelf te kijken, zodat hij kan ontdekken waar hijzelf in denken of gedrag verkeerd is. Er moet uiteraard wel ruimte zijn voor de hulpvrager om te reageren.

Elihu **onderwees** (Job 33:33). Ook dit aspect kan belangrijk zijn in counseling. Het uitleggen van bijvoorbeeld overlevingsmechanismen kan soms verhelderend werken.

Elihu **wees op God** (Job 34) Hij laat Job zien hoe hij met zijn woorden verkeerd gereageerd had. Hij liet Job zien wie God was en riep opnieuw op tot gehoorzaamheid.

Jezus en de Samaritaanse vrouw

Als voorbeeld uit het Nieuwe Testament gebruiken we het gesprek met Jezus en de Samaritaanse vrouw (Joh.4:1-43).

Vooraf zouden we kunnen zeggen dat als we het verhaal lezen we merken dat deze vrouw vooral behoefte heeft aan liefde, geborgenheid en aanvaarding omdat ze vol zit met schuld en schaamte en vooral veel afwijzing heeft ervaren. Door dit alles is ze in een enorm isolement terecht gekomen ondanks de vijf huwelijken die ze achter de rug heeft. Vanuit het gesprek met Jezus kunnen we de volgende dingen opmerken.

Jezus kijkt niet op haar neer en in die zin, **ziet** Hij haar staan en begint het gesprek. Het is algemeen bekend dat Joden niet met Samaritanen omgaan, maar Jezus houdt zich niet aan dit soort regels en doorbreekt de barrière tussen beide groepen.

Hij **haalt haar uit haar isolement** door haar, eigenlijk vrij snel, middelpunt van het gesprek te maken.

Hij geeft haar gelegenheid om met haar schaamte en schande voor de dag te komen **zonder haar te veroordelen**. Ze mag zijn wie ze is en dat ziet er eigenlijk niet al te best uit. Die confrontatie mag er ook zijn.

Jezus zet niet alleen de vrouw centraal maar ook Zichzelf of misschien beter: **het evangelie**. Hij presenteert zich als de Messias die komen zou, die haar dorst kan lessen.

Jezus laat haar liefdevol haar zonde zien maar laat het daar niet bij. Hij geeft haar het juiste **onderwijs** dat nu op dit moment bij haar kan binnenkomen en waar ze iets aan heeft.

Dit hele gesprek draait ook om de **waarheid**. De waarheid van het leven van deze vrouw, maar ook de waarheid van het Evangelie: bij Hem is geen veroordeling maar redding.

In beide voorbeelden van gesprekken zien we dezelfde beweging van luisteren, begrip tonen, geen veroordeling, confronteren en onderwijs waarmee de weg van herstel gegeven kan worden. Dit zijn wezenlijke elementen die in een pastoraal gesprek ook een plaats mogen hebben.

VRAGEN BIJ HOOFDSTUK 5

1. Waarom is het non-verbale aspect in een gesprek zo belangrijk?
2. Verklaar de modellen met de afkortingen LAST, LSD, en LADST.
3. Waarom is het 'aansluiten' zo belangrijk in een pastoraal gesprek?
4. Bij het doorvragen worden er vier V's genoemd. Welke vier woorden staan daarvoor?
5. Welke functie heeft het samenvatten?
6. Op welke manieren kunnen we de Bijbel gebruiken in een pastoraal gesprek?
7. Waarom wordt het gebed ook wel eens als negatief geduid bij een pastoraal gesprek?
8. Noem vier verschillende vormen van gebed die in het pastoraat gebruikt kunnen worden. Geef bij elk een korte uitleg.
9. Wat kunnen we leren uit het gesprek tussen Job en Elihu?
10. Welke behoeften heeft de Samaritaanse vrouw en hoe gaat Jezus daarmee om?

6 VERBONDENHEID IN DE GEMEENTE

God is zelf iemand die leeft in relatie. Er wordt gesproken over een drieenig God; Vader, Zoon en Heilige Geest. In Zijn eigen wezen laat Hij zijn verlangen zien naar relatie. Ook bij de schepping is dit zichtbaar. Adam is druk bezig om de dieren namen te geven en realiseert zich dat hij zelf alleen is (Gen.2:20: '*Maar voor de mens vond hij geen hulp als iemand tegenover hem.*'). En zo wordt Eva geschapen (Gen.2:21-23), zodat Adam en Eva ook vanuit de verbinding kunnen leven en functioneren. Deze verbinding (verbond) is ook nodig om voort te planten en ook de afhankelijkheid van een baby laat zien hoe belangrijk de relatievorming is. Een baby kan niet zonder ouders, zonder liefde, zonder hechting (verbinding). Alleen dan kan het uitgroeien tot een stabiele volwassene (dit wordt uitgebreid beschreven in Module Pastoraat 3).

Ook de gemeente heeft God bedoeld als een plek waar verbinding is, Het beeld van het lichaam is hierbij prachtig (1 Kor.12:12-27). Er zijn wel veel leden, maar er is slechts één lichaam (vs.20).

Onderdeel zijn van dit lichaam en verbonden zijn met elkaar en met het hoofd Christus is noodzakelijk om te groeien als Christen. De gemeente hoort de plek te zijn, waarin iemand mag leren én fouten mag maken, waar iemand de veiligheid kent om zichzelf te zijn en de diepte van zijn hart te delen. Het is de plek waar men zich schaaft aan en gevormd wordt door de ander. Met als doel: meer op Christus te gaan lijken, een afspiegeling te zijn van Hem, zoals Hij het heeft bedoeld op aarde. Zo'n gemeente is een veilig nest voor iedereen. Een prachtige pastorale plek waar herstel kan plaatsvinden, troost aanwezig is en rouw mag zijn.

6.1 KOINONIA

Koinonia is een Grieks woord dat in de Bijbel meestal vertaald wordt met 'gemeenschap'. Dit is een belangrijk begrip voor een pastorale gemeente, vandaar dat het wat extra aandacht behoeft.

Een paar teksten waarin het woord koinonia voorkomt:

En zij volhardden in de leer van de apostelen en in de gemeenschap, in het breken van het brood en in de gebeden. (Hand. 2:42)

Want de gemeenten van Macedonië en Achaje hebben het goedgevonden enige handreiking te doen aan de armen onder de heiligen in Jeruzalem. (Rom. 15:26)

De drinkbeker der dankzegging, die wij met dankzegging zegenen, is die niet de gemeenschap met het bloed van Christus? (1 Kor. 10:16a)

*..en de gemeenschap van de Heilige Geest zij met u allen.
(2 Kor. 13:13)*

Op basis hiervan is het duidelijk dat het woord koinonia twee kanten heeft. Allereerst heeft het te maken met (intieme) verbondenheid, samen iets gemeenschappelijks hebben. Dat geeft een hartsverbinding. Maar daarnaast geeft het ook een verbinding aan die tot actie leidt. Wanneer alles gemeenschappelijk is, is het niet moeilijk om gul en gunnend te zijn.

Dus de gedachte is dat de mens zelf ergens deel van is en zal delen met anderen.

6.1.1 GEMEENSCHAP MET GOD

De basis voor de verbondenheid is de gemeenschap met God, de verbondenheid met God. Een intieme relatie met onze hemelse Vader. Matthew Henry verwoordde dit prachtig (Bridges 2001: 25),

Hij die ons gebracht heeft in een nauwe en dierbare relatie met Christus, is getrouw. Onze dierbaarste belangen kunnen Hem toevertrouwd worden.

Door het offer van Jezus Christus is het herstel van de relatie met God een feit, dus de gemeenschap met God *is* er. Tegelijkertijd wordt de Christen opgeroepen om 'in Christus te blijven' (Joh.15:5). Het is dus enerzijds passief (een feit), maar anderzijds actief. Alleen door actief, bewust met Christus bezig te zijn, in Hem te blijven zal de Christen (veel) vrucht dragen (Joh.15:5). Dit is geen actie in eigen kracht, maar door de kracht van de Geest. Een samenspel tussen mens en Geest, niet alleen in een moment van 'stille tijd', maar de hele dag door.

6.1.2 GEMEENSCHAP MET ANDEREN

*Want door één Geest zijn wij allen in één lichaam gedoopt...
(1 Kor. 12:13)*

Het geloof in God de Vader, het verlossingswerk van Jezus Christus en de vervulling van de Geest, maakt dat christenen een gemeenschap zijn. Dat heeft niets te maken met een fysieke plek. Alle Christenen zijn in gemeenschap verbonden.

Het is goed om dit te beseffen, want dit heeft automatisch in zich, dat er voor elkaar gezorgd wordt. De Bijbel spreekt over het beeld van het lichaam (Rom.12:5, 1Kor.12:12-31). En dat draagt in zich dat iedere Christen een (passend) plekje heeft en dat er onderlinge zorg is.

Daarnaast sluit een leven als één lichaam uit dat er negatief gesproken wordt over anderen. Daardoor wordt er immers ten diepste kwaad gesproken over zichzelf (het is immers hetzelfde lichaam).

De oefenplek hiervoor is de eigen gemeente. Een plek waar Christenen samen, in dezelfde plaats, in hetzelfde gebouw, met gezamenlijke activiteiten kunnen laten zien hoe het is om in 'koinonia' te leven.

De gemeente is ook de plek om het leven te delen. Allereerst het geestelijk leven. Worden er in de kerk vragen over persoonlijk geloof aan elkaar gesteld? Daarnaast mag het ook de plek zijn om zorgen, verdriet en vreugde te delen. Door God en Zijn Geest mag de kerk leven als een intieme gemeenschap en zo, iets weerspiegelen van Gods gedachten aangaande het leven in verbondenheid.

6.2 EEN HELENDE GEMEENSCHAP

Ook Larry Crabb heeft meer dan eens geschreven over de kracht van verbinding in de gemeente (1988, 1998) In 'Verbondenheid' (1998:30-46) benoemt hij 'drie ingrediënten van een helende gemeenschap'.

Acceptatie

1. Laat mensen beseffen dat God zich in hen verheugt. Hij accepteert wie iemand is en heeft een gedachte over wie zo iemand mag worden. En daarmee wil Hij met eenieder aan de gang. In de gemeente zijn gemeenteleden veelal de mond en armen van Jezus. Laten gemeenteleden aan elkaar zien en horen dat er waardering is? Is er acceptatie of veroordeling?

Het goede zoeken

2. Zoek naar het goede.
Iemand heeft geestelijk leiderschap eens gedefinieerd als het herkennen van wat God met iemands leven van plan is en je betrokken tonen bij de uitvoering van dat plan. (Crabb 1998: 40).
De basisgedachte is dat God met iemand bezig is, wat de omstandigheden ook zijn, God is bezig met Zijn plan. Dat zijn grote woorden en in het pastoraat is het ook niet altijd passend om dit uit te spreken, maar het kan wel de focus verleggen. Is het pastoraat ervoor om het leven zo comfortabel mogelijk te maken of is het pastoraat er onder andere voor om samen op te lopen en te zoeken naar Gods weg in de omstandigheden. In het laatste geval is het dus mogelijk om te zoeken naar wijzigingen van God, hoe ingewikkeld dingen soms kunnen zijn. De Bijbel heeft vele voorbeelden van situaties die slecht waren, maar die achteraf zo hadden moeten zijn. Het leven van Jozef is hierin een mooi voorbeeld. Door het slechte handelen van de broers van Jozef, waarbij ze hem verkochten als slaaf, kwam hij in Egypte terecht. Ook daar verliep zijn leven niet eenvoudig met valse beschuldiging en onterechte gevangenschap. Maar uiteindelijk plaatste God hem aan de rechterhand van de farao, waarvandaan hij met wijsheid kon handelen en uiteindelijk ook zijn broers en vader van de hongersnood kon redden en hen over laten komen naar Egypte.

Het kwade haten

Vragen als: “Wat zou God je willen leren?” Of “waarin mag je groeien door deze omstandigheden?” zijn goed om te stellen, maar wel met fijngevoeligheid, tact en liefde. Het geeft zicht op het werk van Gods Geest in de situatie.

3. De pijnlijke confrontatie met het slechte.

Dit punt is bewust het derde punt. Wanneer de eerste twee ter harte zijn genomen dan is dit vaak niet meer nodig. Wanneer in het pastoraat eerst iets zichtbaar wordt van Gods heerlijkheid en daarna gezocht wordt naar het goede bij de ander (of in de omstandigheden) dan is er al veel werk verzet.

Het zijn onze zonden die de verbondenheid met God, met onszelf en met anderen hebben verbroken. In Zijn grote liefde heeft God het op zich genomen ons weer te verbinden, allereerst met Hemzelf door te laten zien dat Hij zo goed is; vervolgens met onszelf en anderen door Zijn goedheid in onze harten uit te storten (...) en soms bevordert Hij het proces van verbondenheid door ons te confronteren met onze slechte neigingen om te denken dat we het alleen wel redden (Crabb 1998:44)

Soms moeten er zaken aan de kaak gesteld worden; zonden, verkeerde patronen, verkeerde relaties, onzuivere verlangens e.d.. Wanneer dit uit een hart vol liefde gebeurt, kan het heel heilzaam zijn. Het kan schadelijk zijn wanneer het vanuit een ‘beter weten’ of, nog erger, vanuit een ‘beter zijn’ verwoord wordt. Het doel om het verkeerde te benoemen is om de mogelijkheid te creëren er mee aan de gang te gaan (ogen openen) en vervolgens de verbinding met God of anderen (of wellicht onszelf) herstel te geven.

De hierboven genoemde punten zijn basisprincipes voor de gemeente. Het effent de bodem om te groeien naar stabiele volwassenen die weliswaar stormen doorstaan, maar daar sterker uitkomen.

In hoofdstuk tien wordt het belang van verbondenheid binnen relaties nog verder uitgewerkt en wordt er meer stilgestaan bij de persoonlijke relaties.

6.3 KRINGEN

In veel kerken is het bekend dat deze onderlinge verbondenheid belangrijk is. Dat bepaalt mede de keuze om kringen te organiseren in de gemeente. Uiteraard heeft een kring meer doelen dan alleen het werken aan onderlinge relaties, maar dit is wel een belangrijk aspect in de kringen.

Veel evangelische gemeente zijn in kringen ingedeeld. Dat wil zeggen dat alle leden bij een kring behoren. Dat wil niet persé zeggen dat ze

ook verplicht zijn om aanwezig te zijn op de kringavonden, maar ze horen wel bij zo'n kleine groep. De kring in zijn geheel, en de kringleider(s) in het bijzonder zijn verantwoordelijk voor het omzien naar elkaar en het basispastoraat. Zo wordt er, wanneer het goed functioneert, aan iedereen zorg en aandacht besteed.

In veel gemeente zijn de kringen niet verplicht, maar is het mogelijk om aan te sluiten bij een kleine groep. Veelal zijn dit ook groepen waarbinnen het basispastoraat van nature een plek heeft.

VRAGEN BIJ HOOFDSTUK 6

1. Geef de betekenis weer van het woord 'Koinonia' en waarom is dit een belangrijk woord voor het pastoraat?
2. Waarom is het beeld van de gemeente als 'een lichaam' zo belangrijk?
3. Larry Crabb geeft drie ingrediënten voor een 'helende gemeenschap'. Welke drie zijn dat?
4. Waarom is het kringenwerk in een gemeente belangrijk?

7 AAN HET WERK IN HET PASTORAAT

7.1 RANDVOORWAARDEN VOOR WERKEN IN HET PASTORAAT

In de vorige hoofdstukken zijn al verschillende aspecten naar voren gekomen, die zicht geven op het werkveld van pastoraat. Met de instelling van een herder die zijn schapen hoedt en voedsel geeft vanuit het Woord is de module begonnen. Met de grondhouding van de Here Jezus als voorbeeld zagen we hoe het passend is om naar elkaar om te zien. De pastoraal werker hoort op goede wijze nieuwsgierig te zijn naar het verhaal van de pastorant, maar daarbij is een balans tussen distantie en nabijheid belangrijk. Een zekere mate van wederkerigheid zal gewenst zijn, zodat de pastoraal werker niet ver weg en tegenover de pastorant blijft zitten, maar mee op kan lopen met de ander. Er zullen pastoraal werkers zijn die zich te veel de levensverhalen zullen aantrekken en daar zelf geen weg mee weten. Die dat wat verteld is mee naar huis nemen en daar misschien niet van kunnen slapen. Onnodig te zeggen dat het wijs is om te bezinnen of dit dan het geschikte werkveld is om mee verder te gaan.

7.1.1 BIJ PERSOONLIJKE GESPREKKEN

De theorie van gespreksvoering komt aan de orde in de module gesprekstechniek en in grote lijnen in 5.1.2. Hier wordt meer de praktische kant rondom pastorale gesprekken aangestipt.

Het is altijd verstandig om een bepaald tijdstip van gesprek aan te geven. Bij een huisbezoek is het verstandig om zelf naar de pastorant toe te gaan, omdat dan ook het tijdstip van vertrek in eigen handen blijft. Te vaak is gebleken dat als de pastorant op bezoek gaat bij de pastoraalwerker het gesprek te lang (soms wel een hele avond) blijft duren.

Het mooiste is als men als tweetal (meest wenselijk is: man en vrouw) op pad kan gaan om mensen te bezoeken. Maar mocht dat niet lukken dan is de basisregel dat een vrouw met een vrouw een gesprek voert en een man met een man. Heel soms kan het misschien niet anders dan dat een man tegenover een vrouw zit. Het is belangrijk dat de plek dan niet te veel privacy heeft. Er is bijvoorbeeld nog iemand in het huis aanwezig, of de ruimte waar het gesprek plaatsvindt, heeft ramen waardoor regelmatig mensen naar binnen kunnen kijken.

Wees in zo'n situatie, waarbij een man met een vrouw spreekt, in ieder geval alert dat er geen lichamelijke aanraking is (bijvoorbeeld een arm om de ander heen leggen bij verdriet). Niet zelden is in kwetsbare momenten van een pastoraal gesprek aantrekkingskracht ontstaan waardoor er (door verkeerde nabijheid) brokken zijn gemaakt. Juist in kwetsbaarheid en zwakte is troost en aandacht van de ander een valkuil.

In pastorale gesprekken waarbij persoonlijke dingen worden toevertrouwd aan de pastoraal werker is het belangrijk om dat vertrouwen niet te beschamen. Datgene wat verteld wordt, mag niet worden door

verteld aan anderen. Ook daarom is het mooi als een echtpaar samen deze gesprekken kan voeren, zodat beiden op de hoogte zijn van de eventuele problemen die er zijn. Samen kan dan overlegd worden welke stappen eventueel nodig zijn, en of er een vervolggesprek gepland moet worden.

7.1.2 ALS PASTORAAL TEAM

De randvoorwaarden voor een pastoraal team zal per gemeente verschillen. Maar ieder team zal met elkaar moeten afspreken hoe ze omgaan met de vertrouwensrelatie van pastoranten. Op welke wijze worden aantekeningen bewaard? Wie mogen die aantekeningen zien? Hoe worden ze overgedragen bij wisseling van teamleden? Inmiddels zijn er hele goede computerprogramma's waarin dit bewaard en eventueel gedeeld kan worden.

Hoe verlopen eventuele vergaderingen? Is er sprake van intervisie en/of supervisie? Worden de namen van bezochte gemeenteleden genoemd of is het beter om anoniem pastorale problemen te bespreken? Kortom vooraf is het belangrijk om met elkaar deze randvoorwaarden te bespreken en af te stemmen.

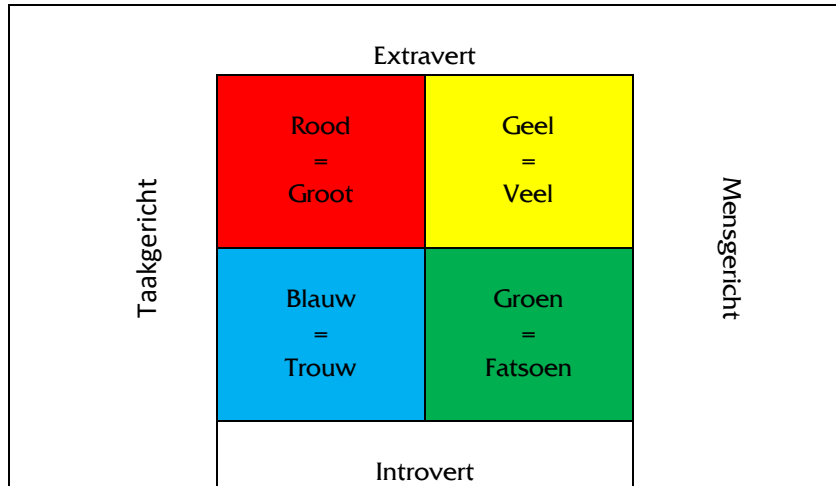
Omwille van de privacy is intervisie binnen de eigen gemeente kwetsbaar. Het is aanbevelenswaardig om te kiezen voor intervisiegroepen die samengesteld zijn uit verschillende kerken, waardoor er makkelijker vrijuit over een pastorant gesproken kan worden, zonder dat de anderen meteen kunnen raden over wie het gaat.

Het is goed om je als pastoraal team bewust te zijn van de verschillende expertises van ieder teamlid. Het is het eenvoudigste om gavengericht te werken en passende hulp/begeleiding te bieden aan de pastorant. Het kan voorkomen, dat het pastorale team en het team bevrijdingspastoraat als gescheiden teams optreden. Pastorale problemen zijn echter zo vaak verweven, dat het niet wijs is om dit in de hulpverlening uit elkaar te trekken. Dat kan onveiligheid en onhelderheid geven bij de pastorant.

7.2 PERSOONLIJKHEID EN PASTORAAT: HET VIERKLEUREN-MODEL

Er zijn verschillende gedragsmodellen (soms ook – onterecht – persoonlijkheidsmodellen genoemd), die de mensheid verdeeld in vier groepen. Hippocrates had het 400 jaar voor Christus al over de flegmatische, sanguinische, melancholische en cholerische mens. Hij dacht dat dit te maken had met lichaamssappen. De melancholische typen hadden wat te veel galvocht bijvoorbeeld. Het idee van de lichaamssappen is achterhaald, maar zijn idee van de vier typen zeker niet. In de 20e eeuw is er veel onderzoek gedaan naar gedragsstijlen. Daaruit zijn bijvoorbeeld de MBTI-test (Myers-Briggs type indicator) en de DISC-test (Daadkrachtig, Invloedrijk, Stabiel, Consciëntieus) voortgeko-

men. Het vierkleuren-model is geënt op de DISC-test. Inzicht hierin helpt om goed in het pastoraat te functioneren.



7.2.1 EEN ALGEMENE OMSCHRIJVING VAN HET MODEL

Het is allereerst goed om te realiseren, dat het geen persoonlijkheidsmodel is, maar een gedragsmodel. Uiteraard kunnen deze dicht bij elkaar liggen, maar het kan ook zijn dat je door een bepaalde functie, rol of taak een andere kleur meer laat zien. De basis is, dat er meestal één of twee, soms drie hoofdkleuren zijn, waarbij de persoon zich het meest comfortabel voelt. Andere kleuren kunnen dan wat minder zijn.

Dit model verdeelt de mensheid in vier hoofdtypen, door de twee assen. De ene as maakt het onderscheid tussen extravert (naar buiten gericht, krijgt energie van mensen) en introvert (naar binnen gericht, krijgt energie van alleen zijn). De andere as beweegt tussen taakgericht en mensgericht. Dit maakt dat dit model geen zwart-wit model is. Het zegt niet dat iemand of taakgericht of mensgericht is, maar meer taakgericht dan mensgericht of andersom. Zo bestaat het niet dat iemand 100% in het blauwe vak zit of waar ook. Iedereen heeft van alle kleuren wel wat, alleen meestal van de ene kleur net wat meer dan van een andere kleur. Hierop is trouwens één uitzondering. Jezus is niet in dit model te plaatsen. Hij is immers de volmaakte mens en daarin 100% rood en 100% geel, 100% groen en 100% blauw. Wanneer er gesproken wordt over 'meer op Jezus gaan lijken', heeft dat heel misschien ook wel hiermee te maken.

7.2.2 DE VERSCHILLENDE KLEUREN

ROOD

Rood = groot

Rood zit in de hoek van extravert en taakgericht. Kenmerkende woorden voor deze gedragsstijl zijn: leiderschap, ambitieus, snelle beslisser, snelle actie, duidelijk, directief, visionair.

Een Bijbels voorbeeld van rood is Paulus; wat hij in zijn hoofd had, dat kwam tot uitvoer. En alleen iemand met het 'rode' temperament kan de reizen volbrengen die hij gemaakt heeft (inclusief alle tegenslagen).

GEEL

Geel = veel

Geel is, net als rood, een bovenkleur, dus meer extravert dan introvert. Daarnaast is geel meer mensgericht dan rood. Dat geeft geel de volgende kenmerken: optimistisch, sociaal, energiek, met zelfvertrouwen, vrolijk, doeners, impulsief.

Een prachtig Bijbels voorbeeld van geel is Petrus: alleen door een (Geest vervulde) toespraak van een 'geel' persoon kunnen er op een pinksterdag 3000 mensen tot geloof komen. En alleen iemand met een hoog 'geel' gehalte stapt eerst uit de boot om vervolgens te bedenken dat een mens niet op water kan lopen.

BLAUW

Blauw = trouw

Blauw staat letterlijk en figuurlijk tegenover geel: taakgericht en introvert. Kenmerkende woorden zijn dan ook: denken, perfectionistisch, gewetensvol, zwaarmoedig, detaillistisch.

Een blauw type in de Bijbel is wat lastiger te vinden, dat is wel begrijpelijk, omdat introverte mensen wat minder nadrukkelijk op de voorgrond treden en dus minder zichtbaar zijn. Toch vinden we in Lucas een prachtig blauw profiel. Zijn evangelie begint met een zinsnede die alleen door een 'blauw' iemand geschreven kan zijn:

Aangezien velen ter hand genomen hebben een verslag op te stellen van de dingen die onder ons volkomen zekerheid hebben...heeft het ook mij goedgedacht, na alles van voren af aan nauwkeurig onderzocht te hebben, het geordend voor u te beschrijven, hooggeachte Theofilus..(Luc. 1:1-3)

GROEN

Groen = fatsoen

Tot slot groen. Groen positioneert zich in de hoek van introvert en mensgericht. Daarbij passen de woorden: zorgend, betrouwbaar, vredeachtend, volzaam, gelijkmatig, dromer.

Johannes is een schitterend voorbeeld van een persoon met groene kenmerken. Het is veelzeggend dat hij in zijn eigen evangelie zijn eigen naam niet noemt, maar zichzelf omschrijft als 'de discipel die Jezus liefheeft'. Dat past bij groen; bescheidenheid.

7.3 DE VIER KLEUREN BINNEN HET PASTORAAT

Mensenkennis is heel belangrijk in het pastoraat. Enerzijds moet de werker zichzelf kennen, met zijn voorkeuren en allergieën. Anderzijds is voor het beter begrijpen van de pastoraat enige basiskennis van

gedragstypen van belang. Hieronder zetten we de verschillende kleuren op een rijtje, toegespitst op het pastoraat.

7.3.1 ALS PASTORAAL WERKER

Het vermoeden is dat de meeste mensen die in het pastoraat werkzaam zijn een groen accent hebben in hun gedragsprofiel. Een profiel waarin rust, stabiliteit, geduld en luisteren past. Tegelijkertijd hebben alle kleuren hun waarde in het pastoraat. Bij alleen maar groene types, zou de daadkracht weleens kunnen ontbreken. Dit bevestigt dat het wijs is om bij complexere situaties altijd met twee (verschillende!!) mensen het gesprek te voeren. Deze gedachte komt voort uit het besef dat we in ons eentje begrensd zijn in onze kracht en zwakte en twee elkaar prachtig aan kunnen vullen.

Hieronder worden de verschillende kleuren met hun kracht en zwakte als pastoraal werker.

ROOD

Een (overwegend) rood profiel

Rood zit in de hoek van taakgericht en extravert. Dat is niet een vanzelfsprekende combinatie om snel voor een pastorale taak te kiezen. Tegelijkertijd heeft ook rood zijn waarde in het pastoraat.

De sterke kanten van rood in het pastoraat zijn:

- Heeft autoriteit
- Is doelgericht en resultaatgericht
- Ziet het grote plaatje
- Heeft visie

De zwakke kanten van rood bij een pastoraal werker:

- Is direct en daardoor niet altijd tactisch
- Heeft weinig geduld
- Kan (te) directief, sturend zijn

GEEL

Een (overwegend) geel profiel

Geel zit in de hoek van mensgericht en extravert.

De sterke kanten van geel in het pastoraat zijn:

- Is inspirerend, motiverend
- Is betrokken en meelevend
- Is optimistisch en daardoor een hoop-brenger

De zwakke kanten van geel bij een pastoraal werker:

- Heeft risico van overschatting: "Komt goed"
- Vindt het lastig om tot het einde mee op te lopen
- Kan impulsief zijn, wat niet altijd passend is

GROEN

Een (overwegend) groen profiel

Groen is mensgericht en daarnaast introvert. Van nature zijn mensen met een groen profiel goede luisteraars, één van de belangrijkste vaardigheden binnen het pastoraat.

De sterke kanten van groen in het pastoraat zijn:

- Is een goede luisteraar

	• Heeft, geduld, een lange adem • Is betrouwbaar en trouw De zwakke kanten van groen bij een pastoraal werker: • Gevaar van passiviteit en besluiteloosheid dreigt • Heeft moeite om de ander te sturen • Kan té lief zijn en daardoor moeite met 'nee' zeggen
BLAUW	<i>Een (overwegend) blauw profiel</i> Blauw is taakgericht en introvert. Dit maakt mensen met een blauw profiel tot denkers. De sterke kanten van blauw in het pastoraat: • Kan goed situaties doorzien en analyseren • Zijn betrouwbaar • Het zijn denkers, waardoor ze wijs zijn De zwakke kant van blauw bij pastoraal werk: • Zijn gericht op feiten, en kunnen gevoel vergeten • Kunnen soms wat zwaarmoedig zijn • Kunnen zich verliezen in details 7.3.2 ALS PASTORANT Als pastoraal werker is het ook goed om zich te realiseren dat de pastoranten verschillend zijn. Het is dus goed om vooraf te bedenken wat de ander het beste helpt om verder te komen. Daarnaast is het belangrijk dat de pastoraal werker zelf zich ook realiseert dat niet iedereen hetzelfde in elkaar zit als hij.
ROOD	<i>Een pastorant met een rood profiel</i> De sterke kanten: • Zal zichzelf aan kunnen pakken • Sterke wil om door te gaan De zwakke kanten: • Zal niet snel toegeven dat er hulp nodig is • Kan de pastoraal werker overtroeven en het 'beter weten' en de ander voor zijn karretje spannen Wat heeft iemand met een rood profiel van de pastoraal werker nodig? • Geef uitdagende huiswerkopdrachten • Geef erkenning in wat goed gaat • Geef een helder plan van aanpak en check of de doelen gehaald zijn.
GEEL	<i>Een pastorant met een geel profiel</i> De sterke kanten: • Zijn snel ergens enthousiast over • Communicatief sterk, dus gespreksvoering is niet moeilijk De zwakke kanten:

GROEN

- Dreigen snel ongemotiveerd te raken, wanneer een proces niet vlot
- Zijn snel afgeleid

Wat heeft iemand met een geel profiel nodig van de pastoraal werker?

- Erkenning en waardering
- Iemand die het doel voor ogen houdt maar wel flexibel meebeweegt
- Een klankbord, want een geel persoon komt door praten tot begrip van zaken.

Een pastorant met een groen profiel

De sterke kanten:

- Zijn serieus en zullen ernst maken met alles wat gezegd wordt
- Zijn geduldig

De zwakke kanten:

- Grote behoefte aan harmonie en daardoor moeite met het aangeven van grenzen
- Denken eerder aan de ander dan aan zichzelf

Wat heeft iemand met een groen profiel van de pastoraal werker nodig?

- Vertrouwen en harmonie binnen de gesprekken
- Aanmoediging om de juiste stappen te zetten
- Tijd

BLAUW

Een pastorant met een blauw profiel

De sterke kanten:

- Zal consciëntieus te werk gaan
- Zal het proces serieus nemen

De zwakke kanten:

- Zich kunnen verliezen in details en feiten
- Zwaarmoedig of ontmoedigd raken door het vele overdenken

Wat heeft iemand met een blauw profiel van de pastoraal werker nodig?

- Iemand met een goed geheugen (of goede verslagen) die goed weet wat er gezegd is, inclusief de details
- Helderheid in procedure van het gesprek/ traject en ook in huiswerkopdrachten
- Een motivatie of onderbouwing van wat er gezegd of geadviseerd wordt

7.4 GRENZEN IN HET PASTORAAT

Het hebben en stellen van grenzen is een belangrijk thema binnen het pastoraat. Het is vaak ook een lastig onderwerp, omdat veel mensen

die in het pastoraat actief zijn, ook mensen zijn die makkelijk op de ander gericht zijn (en zichzelf vergeten).

De Bijbel zegt veel over grenzen en het meest bekende gedeelte daarin betreft de 10 geboden (zowel beschreven in Deuteronomium 5 als Exodus 20).

7.4.1 HET ACCEPTEREN VAN DE GRENZEN EN REGELS VAN GOD

Ik ben de HEERE uw God (Ex. 20:1-7))

U zult geen andere Goden voor uw aangezicht hebben.

*U zult voor uzelf geen beeld maken (..) U zult u daarvoor niet neerbui-
gen, en die dienen, want Ik, de HEERE, uw God, ben een na-ijverig God
(...)*

U zult de Naam van de HEERE niet ijdel gebruiken

Het is veelzeggend dat van de 10 geboden er 3 gaan over God zelf. Daar starten de 10 geboden mee, het heeft prioriteit bij God en dient dus ook voor ons belangrijk te zijn.

Dienen van God

Voor het pastoraat kunnen we hier een paar belangrijke principes uit halen:

- God wil exclusief gediend worden, het is belangrijk om dat helder te houden en niet te putten uit allerlei (on-/antichristelijke) bronnen.
- In het pastoraat is het belangrijk dat het Beeld van God recht wordt gedaan. God wordt tekortgedaan, wanneer Hij eenzijdig voorgespiegeld wordt. God is een veelzijdig God en Hij is niet alléén liefde of alléén rechtvaardig.
- Ijdel gebruiken van de Naam van de Heere wordt vaak uitgelegd met 'je mag niet vloeken'. Maar het is breder dan dat. Het kan ook te maken hebben met manipulatief gebruik van het Woord van God. Oneigenlijk gebruik van de Bijbel. Bijbelteksten gebruiken die ten diepste niet passend zijn. Andere kant is dat God ook geen recht gedaan wordt, wanneer zonden niet benoemd worden.
- De ontmoeting heeft tot doel om dichterbij God te komen. God heeft de eerste en belangrijkste focus. Hieruit voort volgt:
 - God betrekken bij al je keuzes en beslissingen
 - God betrekken bij de voorbereidingen van je gesprek
 - Een belangrijke plek voor het gebed, alleen en samen met de pastorant.

Grenzen voor rust

7.4.2 GRENZEN STELLEN VOOR RUST

Gedenk de Sabbatdag, dat u die heiligt (Ex. 20: 8-11).

Het is een geruststellende gedachte dat rust een gebod is. Sabbat betekent letterlijk 'rust'. Een rustdag. Na werken mag er, moet er gerust worden. Er is dan ook geen reden om hier schuldgevoelens over te hebben.

“De beste zorg is zelfzorg” is een geëigende uitspraak onder pastoraal werkers. Jezus geeft hier het voorbeeld in. Toen Hij hoorde van de dood van Johannes de dooper, heeft Hij tijd voor zichzelf nodig en Hij zoekt een eenzame plaats (Matt. 14:13). Helaas volgt de menigte Hem en volgt de wonderbare spijziging. Maar zodra dit achter de rug is, zoekt Hij opnieuw een plek van rust, een plek met Zijn Vader (Matt. 14:23). Enerzijds kan er soms behoefte aan rust zijn, maar is het nog net niet haalbaar, maar dan is het belangrijk om alsnog de rust te nemen. Jezus had hier tijd alleen nodig, maar ook tijd in gebed. Twee zaken waardoor Hij weer oplaadde. En hierin is Hij een voorbeeld voor ons.

Voor het pastoraat kunnen we hier de volgende lessen uit trekken:

- Zelfzorg; ‘God vraagt dat we wandelen met Hem en niet rennen voor Hem.’ Het is onze eigen verantwoordelijkheid om voldoende rust in ons leven te hebben. In de huidige tijd, wordt juist onze rust geroofd. Altijd onrust, altijd prikkels. Dat belemmert tevens het contact met God. Zijn stem wordt meestal gehoord in de stilte (wanneer andere stemmen zwijgen).
- Pastoranten begrenzen:
 - Heldere afspraken over contact (geen 24/7 bereikbaarheid)
 - Heldere afspraken over de lengte van een gesprek (en aan die afspraak houden). Tegelijkertijd ook de tijd hebben voor een gesprek. Het gesprek mag in rust plaatsvinden.
- Emotioneel afstand bewaren; deze is nodig om bovenstaande aspecten te kunnen borgen.

Een pastoraal werker hoeft niet altijd klaar te staan!

Bescherming

7.4.3 BESCHERMING VAN GEZAG

Eert uw vader en uw moeder (Ex. 20: 12)

De ouders zijn de eerste en belangrijkste volwassenen in het leven van eenieder. Zij zijn de natuurlijke gezagsdragers en verdienen respect.

Voor het pastoraat is het allereerst goed om te realiseren dat het in alle gevallen belangrijk is om met respect te spreken over de ouders. Zelfs wanneer ouders steken hebben laten vallen, is het in geen geval helpend om vervolgens de ouders te laten vallen (letterlijk of figuurlijk). Dit gebod zegt ook iets over gezagsrelaties in het algemeen. In het pastorale gesprek is enerzijds een zekere gelijkwaardigheid en tegelijkertijd ook niet. De positie als pastoraal werker mag ingenomen worden t.o.v. de pastorant. Respect is dus passend.

Er mag ook iets verwacht worden m.b.t. het uitvoeren van de opdrachten. Binnen deze gezagsrelatie mag er gehoorzaamheid gevraagd worden (in de goede zin van het woord, want met eisende gehoorzaamheid zijn er ook heel veel brokken gemaakt).

7.4.4 BESCHERMING VAN HET LEVEN

U zult niet doodslaan (Ex. 20: 13). In de Bergrede werkt Jezus dit gebod verder uit: 'Al wie ten onrechte boos is op zijn broeder, zal schuldig bevonden worden door de rechtbank. En al wie tegen zijn broeder zegt: Raka! zal schuldig bevonden worden door de Raad; maar al wie zegt: Dwaas! die zal schuldig bevonden tot het helse vuur. Als u dan uw gave op het altaar offert en u zich daar herinnert dat uw broeder iets tegen u heeft, laat uw gave daar bij het altaar achter en ga heen, verzoen u eerst met uw broeder en kom dan terug en offer uw gave' (Matt. 5:22-25).

Met de uitgebreide toelichting van Jezus bij dit gebod wordt duidelijk wat de kracht van woorden is. Er zijn woorden ten leven en woorden die afbreken, kapot maken. Het accent in dit gebod wordt gelegd op het belang om geen kwaad te spreken, omdat dat zo 'dodelijk' is. Jezus is de weg ten leven en laat Hem je woorden en je richting bepalen. Daarnaast is het ook van belang om relaties te herstellen, zodra het besef er is. Niet wachten, maar eerst zaken rechtzetten, dan komt er weer ruimte in de relatie met God (het offer).

7.4.5 BESCHERMING VAN HET HUWELIJK

U zult niet echtbreken (Ex. 20:14). Ook dit gebod wordt door Jezus verbreed in de Bergrede (Matt. 5:28-29); 'U hebt gehoord dat tegen het voorgeslacht gezegd is: U zult geen overspel plegen. Maar ik zeg u dat al wie naar een vrouw kijkt om haar te begeren, in zijn hart al overspel met haar heeft gepleegd.'

Grenzen voor het pastoraat met betrekking tot dit gebod:

- In het pastoraat wordt er in principe gewerkt aan het versterken en herstellen van relaties.
- Bescherming van het eigen huwelijk; pastorant mag niet zo belastend zijn dat het ten koste gaat van het eigen huwelijk.
- Anderzijds kan een partner ook goed helpen om grenzen aan te geven, ter bescherming van de relatie.
- Emotionele verbinding: een pastorant zit in een kwetsbare, afhankelijke positie. Dat heeft het risico in zich om emotioneel afhankelijk te worden van de pastoraal werker.
- Fysieke aantrekkelijkheid. De pastorant en de pastoraal werker dienen zich altijd bewust te zijn van de risico's op dit gebied in het pastoraat. Een basisrichtlijn is dat mannen werken met mannen, en vrouwen met vrouwen. Een nóg betere richtlijn is dat er in principe met tweetallen gewerkt wordt.

7.4.6 BESCHERMING VAN BEZIT

U zult niet stelen (Ex. 20:15)

In de meeste gevallen wordt er bij dit gebod aan materiele zaken gedacht. Voor het pastoraat is het, net zo goed passend om deze opdracht te verbreden tot immaterieel goed.

Aan de hand van dit gebod, zijn deze grenzen te stellen:

- Waak over de tijd. Laat de tijd niet 'stelen' (tijdstippen, frequentie, duur)
- Waak over de privacy. Wees niet al te kwistig met het delen van persoonlijke zaken.
- Bescherming van identiteit. In sommige situaties is er geen ruimte voor eigenheid. Hou vast aan eigen normen en waarden en laat dat niet roven.

7.4.7 BESCHERMING VAN DE WAARHEID

U zult geen vals getuigenis spreken tegen uw naaste (Ex. 20:16)

Waarheid is voor de mensen een groot goed, tegelijkertijd is het niet altijd eenvoudig om echt de waarheid te spreken. De waarheid kan ook hard zijn en een pastoraal werker is makkelijker 'lief' dan 'hard'.

Anderzijds is het voor een pastorant ook niet altijd eenvoudig om de waarheid te spreken. De waarheid kan pijnlijk zijn. Het kan risicovol zijn om deze op tafel te leggen. Kunnen de oren die dit horen er goed mee omgaan?

Grenzen in het pastoraat:

- In dit gebod zit een grens m.b.t. geheimhouding. Wanneer er informatie vanuit een gesprek doorverteld wordt, hoeft dat misschien geen v~~als~~ getuigenis te zijn (het kan prima de waarheid zijn), maar het kan wel degelijk de pastorant beschadigen. Hier dienen heldere afspraken over gemaakt worden.
- Wanneer de pastoraal werker het idee heeft dat de pastorant geen waarheid spreekt (of halve waarheden spreekt), dan is het wijs om te proberen de leugens te ontmaskeren door samenvatten/doorvragen. Daarnaast kan het ook helpend te zijn om 'een andere partij' te horen over de situatie. Bij relatieproblemen is het zinvol om niet alleen de waarheid van de ene partner te horen, maar beide partners te spreken. Waarheid is subjectief en eenzijdig.
- Wanneer de pastoraal werker het moeilijk vindt om de waarheid te spreken, is het belangrijk dat dit herkend en erkend wordt. Wat is de motivatie om de waarheid achterwege te laten? Angst voor conflicten of afwijzing? Het is in deze situatie belangrijk om Gods Geest laten werken en Zijn waarheid spreken.

7.4.8 BESCHERMING VAN HET HART

U zult niet begeren het huis van uw naaste. U zult niet begeren de vrouw van uw naaste, noch zijn slaaf, noch zijn slaafin, noch zijn rund, noch zijn ezel, noch iets wat van uw naaste is. (Ex. 20:17)

Begeren verlegt de focus. Bij begeren is de mens gericht op wat iemand niet heeft en niet gericht op wat iemand wél heeft. Het maakt bewust van tekort. Niet begeren beschermt het hart. Het wekt geen begeerte op, omdat die al aan het begin gestopt wordt.

Voor het pastoraat gelden dan de volgende grenzen:

- Zodra een situatie het hart te veel in beroering brengt, is het noodzakelijk om te stoppen. Het zal de professionele relatie in gevaar brengen. Dit kan op het gebied van emotionele of fysieke aantrekkingskracht zijn.
- Neem geen verantwoordelijkheden (problemen) over. 'Begeer niet het probleem van de ander.'
- Sta open voor feedback op het eigen functioneren, zodat blinde vlekken geen valkuilen worden. Een intervisiegroep waarin dergelijke cases besproken kunnen worden is wenselijk.

7.5 VOORWAARDEN EN VALKUILEN

Wat is het belangrijk om te realiseren wat de voorwaarden en valkuilen zijn bij het pastoraat. Wanneer een pastoraal werker hier vooraf kennis van heeft genomen zal het de kwaliteit van het werk ten goede komen.

Voorwaarden

7.5.1 VOORWAARDEN BIJ HET PASTORAAT

Er is een aantal voorwaarden te noemen om een goed pastoraal werker te kunnen zijn, want zoals hierboven al is gebleken, is niet iedereen geschikt voor het pastoraat.

Pastoraat is handelen vanuit de verbinding met God. Een levend geloof en vervulling met de Geest is nodig om namens de Goede Herder actief te kunnen zijn. Daarnaast is er voor goed pastoraat ook een zekere (emotionele) volwassenheid belangrijk. Dan is het mogelijk om evenwichtiger te handelen. Begrensd wanneer nodig, empathisch wanneer wenselijk; kortom de juiste balans in afstand en nabijheid, etc. Tot slot, ook al is deze lijst vast niet volledig, is het goed om (zo mogelijk) kennis van zaken te hebben. Er spelen veel zaken in mensenlevens, kennis is belangrijk om goed te kunnen handelen, en om op verantwoorde wijze en op de juiste tijd iemand door te verwijzen.

Valkuilen

7.5.2 VALKUILEN IN HET PASTORAAT

Daarnaast is er ook een aantal valkuilen te noemen. Het is goed om daarvan vooraf kennis te hebben. Wanneer men weet dat er ergens een put in de weg zit, rijdt men voorzichtiger. Zo werkt het bij valkuilen ook.

Een eerste valkuil is geestelijke onbalans. Alleen bidden is niet altijd wijs en alles te gemakkelijk vergeestelijken is gewoonweg onverstandig. Maar alleen psychologische en gesprekstechnische principes toepassen werkt ook niet. Het is zoeken naar de juiste balans tussen deze twee polen. Binnen deze polen zit soms ook de onbalans in Bijbelgebruik. Sommigen hebben voor iedere situatie een Bijbeltekst. Het is belangrijk om dan eerlijk af te vragen of daarmee de Bijbel recht gedaan wordt. Ook het gevaar van eenzijdig Bijbelgebruik hangt hiermee samen.

Het is belangrijk om de Bijbel, en daarmee de God van de Bijbel recht te doen in alles wat van Hem en namens Hem gezegd wordt.

Een ander spanningsveld is te vinden tussen afstand en nabijheid. Wanneer de pastoraal werker té betrokken is, dan verliest deze de objectiviteit en kan te makkelijk meegaan in het probleem. Wanneer de pastoraal werker te veel afstand houdt, schaadt dit stel de betrokkenheid en soms ook het vertrouwen.

Een derde spanningsveld is wie de eer krijgt van het werk. Wordt het werk werkelijk gedaan voor Gods eer of wellicht toch voor eigen eer? Werken in het pastoraat is een kwetsbare plek. Het voelt goed, wanneer mensen vertrouwen schenken, hun problemen delen. Het voelt goed wanneer mensen een antwoord verwachten. Het is continue beseffen dat de pastoraal werker slechts een gereedschapsstuk in Gods handen is en niets meer. Het gaat om Zijn eer en niet om het strelen van de eer van de pastoraal werker.

Wat is het belangrijk om in balans te reageren: bagatelliseren of dramatiseren is beiden niet wijs. Soms komt dit voort uit karakter; de optimisten en de zwartkijkers. Het is belangrijk om jezelf hier van bewust te zijn. En onder andere dit punt pleit voor het werken met tweetallen. Met zijn tweeën zal een gesprek meer in balans gevoerd kunnen worden.

Er zitten voor en nadelen aan het werken met protocollen, vandaar dat deze hier genoemd worden. Een protocol kan bijvoorbeeld zijn dat er bepaalde afspraken zijn met betrekking tot bezoeken. Bijvoorbeeld wanneer er iemand een naaste verloren heeft, komt er de eerste maand iedere week even iemand van het pastoraat langs, daarna maandelijks totdat het halfjaar voorbij is. Enerzijds kunnen protocollen helpend zijn, het is helpend om (belangrijke) zaken niet over het hoofd te zien. Tegelijkertijd zien we dat Jezus met ieder mens en iedere situatie anders omgaat.

Tot slot is een belangrijke taak van een pastoraal hulpverlener dat het een hoop-brenger is. Het is belangrijk dat dit passende hoop is en geen valse hoop. Ja, God is een God van wonderen, maar dat is geen garantie voor een wonder in een specifieke situatie. De keerzijde van valse hoop is teleurstelling, in de pastoraal hulpverlener en wellicht ook in God. Dat dient voorkomen te worden.

VRAGEN BIJ HOOFDSTUK 7

1. Vertel wat een gezonde houding in het werkveld van het pastoraat behoort te zijn.
2. Welke aandachtspunten moeten in de gaten worden gehouden bij het voeren van persoonlijke pastorale gesprekken?
3. Welke aanbevelingen zou je een pastoraal team kunnen geven als het op de randvoorwaarden van het pastoraat aankomt?
4. Beschrijf in het kort het vier kleuren model aan de hand van deze termen: rood = groot, geel = veel, blauw = trouw en groen = fatsoen.
5. Geef bij elk van de vier kleuren een Bijbels voorbeeld en leg uit waarom je die persoon kiest.
6. Wat betekent het als je als pastoraal werker zelf een rood profiel hebt? En een blauw, geel en groen profiel?
7. Noem van elk profiel drie sterke en drie zwakke kanten.
8. Als je een pastorant zou mogen kiezen met een bepaald profiel, welk profiel zou je dan kiezen en waarom?
9. Waarom worden de tien geboden als voorbeeld genomen bij het stellen van grenzen in het pastoraat?
10. Noem op zijn minst drie valkuilen in het pastoraat.

8 GELOOFSVRAGEN

In dit hoofdstuk wordt een aantal onderwerpen behandeld die men regelmatig tegenkomt in het pastoraat. Het zijn vragen die velen bezighouden. Het is goed als een pastoraal werker kennis heeft van deze zaken, zodat daarover een positief gesprek gevoerd kan worden. Het zijn onderwerpen waar hele boeken mee gevuld kunnen worden. Hier worden de hoofdlijnen weergegeven.

8.1 GELOOFSZEKERHEID

Vanuit het hoofdstuk over persoonlijkheid en pastoraat is al duidelijk geworden dat niet iedereen zich op dezelfde wijze gedraagt en dat vanuit het karakter en de identiteit van de mens er nogal wat verschillen kunnen zijn. Waarom worstelt de ene mens met 'zekerheid van het geloof' en is dat voor een ander mens totaal geen issue? Waarom twijfelt de ene mens opnieuw en opnieuw of hij er wel 'bij mag horen' en zijn er anderen die met totaal andere vragen zitten? Die twijfel kan te maken hebben met karakter, maar zeker ook met (kerkelijke) cultuur. Als pastoraal werker is het belangrijk om deze materie te kennen, ook wanneer de vragen persoonlijk niet spelen.

Een raamwerk om met de vraag van geloofszekerheid om te gaan bestaat uit vier cruciale punten. De eerste twee punten hebben te maken met de mens en de laatste twee met God.

Zekerheid van het geloof

Het eerste punt dat benoemd moet worden is het feit dat de 'zekerheid van het geloof' niet een Thomas geloof moet zijn. Niet eerst zien en dan geloven! Daarmee wordt bedoeld dat het geloof geen gevoelskwestie is. De ervaring is geen maatstaf voor het geloof. Het is belangrijk om te realiseren dat geloofszekerheid niet van onszelf afhangt. Het risico van een geloofszekerheid die gebaseerd is op gevoel, is dat de geloofszekerheid wispelturig kan worden. De ene week is er zekerheid en de volgende dag weer niet.

Wegkijken

'Kijk weg van jezelf' is het tweede punt wat benoemd wordt. De twijfel slaat bij de meeste mensen toe als ze zichzelf vragen gaan stellen in de trant van: "Geloof ik wel genoeg?" "Wie ben ik dat ik zomaar kan zeggen dat ik een kind van God ben?" Heb ik wel genoeg berouw over mijn zonden gehad?" "Ben ik wel goed genoeg voor God?" "Waarom zou God mij zien staan?" Het zijn vragen die veel pastورانten stellen. Maar dit soort vragen stimuleert de twijfel alleen maar en is naar binnen gericht. Zoals we in het eerste punt al zagen is deze gerichtheid naar binnen niet goed in het licht van geloofszekerheid.

Een andere vraag die vaak gesteld wordt is: "Ben ik wel uitverkoren?" Maar deze vraag wordt nergens in de Bijbel zo gesteld. God kiest iedereen uit. Hij wil dat allen tot bekering komen (2 Petr.3:9b; 'Maar

Hij heeft geduld met ons en wil niet dat enigen verloren gaan, maar dat allen tot bekering komen''). Een deel van de mensheid gaat echter niet in op Zijn uitnodiging om gered te worden. Deze 'uitverkiezingsleer' is voor velen een heikel punt omdat die verkeerd wordt verstaan. God kiest niet tussen mensen. Het ligt niet aan Hem dat een deel naar de hemel en een deel naar de hel gaat. Vanuit Gods kant wordt iedereen uitgekozen om Zijn kind te worden. De mens mag daarop reageren, en kunnen dan 'ja' of 'nee' zeggen. Uitverkiezing wordt zo meer een eindstation dan een startpunt voor het geloof.

Samenvattend is het belangrijk om ons te realiseren dat het bij het geloofszekerheidsvraagstuk niet gaat om het eigen leven of eigen ervaringen van de mens.

Geloofszekerheid heeft niets met de mens te maken maar heeft alles met God te maken. Daar gaan de laatste twee punten over.

Beloften van God

Geloofszekerheid begint door naar Gods beloften te kijken en dus weg te kijken van zichzelf.

Joh. 3:16 zegt: *'Want zo lief heeft God de wereld gehad, dat Hij Zijn eniggeboren Zoon gegeven heeft, opdat ieder die in Hem gelooft, niet verloren gaat, maar eeuwig leven heeft.'* God belooft te redden, wanneer de mens in Hem gelooft. Het Griekse woord voor geloof 'pistos' betekent tevens vertrouwen. In het Hebreeuws is het woord voor geloof 'émét', daar is het Nederlandse woord 'amen' van afgeleid en dat betekent waarheid, zekerheid, trouw. Beide worden spreken van standvastigheid en vertrouwen, iets dat zeker is.

Beide woorden laten zien dat het geloof en daarmee ook de geloofszekerheid niet in de mens zelf ligt maar volledig buiten de mens om in Jezus ligt. Het zijn Zijn beloften voor de mens vanuit Gods woord. Hij verlangt ernaar om de mens te redden. Er staan talloze teksten in de Bijbel om dat te onderbouwen. Zie bijvoorbeeld Rom.10:11-13, Joh. 1:12, 2 Tim.1:12b, Hebr.10:20-22, 1Joh.5:12-13, Joh.6:37.

Zeker zijn in God

Tot slot, als vierde punt: Geloofszekerheid heeft te maken met de zekerheid van God. Geloofszekerheid is niet de zekerheid dat de mens vertrouwt op die beloften. Het is niet de zekerheid dat de mens straks in de hemel komt. Maar geloofszekerheid is in de allereerste plaats zeker zijn van God. Hij heeft steeds opnieuw en opnieuw bewezen dat Hij God is. En dat deze God Die te vertrouwen is, een beloner is voor wie Hem zoeken (Hebr.11:6). Op grond van wat Hij gedaan heeft, mag het vertrouwen op Hem gesteld worden voor de toekomst. Hij alleen is de vaste grond en zekerheid voor geloof.

De grond van geloofszekerheid ligt niet in de mens, met geloof, zondenbesef of berouw. Geloofszekerheid begint bij de Basis en de inhoud van het geloof: het volbrachte werk van Jezus Christus aan het kruis. Door Zijn werk aan het kruis wordt de mens rechtvaardig gerekend en daar mag de mens dan zeker van zijn. Geloofszeker!

In het pastoraat is het belangrijk om hier kennis van te hebben. Er zijn veel mensen die worstelen met geloofszekerheid. Vaak komt dit doordat ze lang in een kerk hebben gezeten waarin er eenzijdig over gesproken werd. Enerzijds wordt er gezegd dat er 'weinig behouden zullen zijn', dus de kans is klein dat je erbij hoort. Deze mensen worstelen vaak met een schuldgevoel. Ze schieten tekort naar God, doen het nooit goed en doen nooit voldoende. Maar met een gedachte van tekortschieten wordt opnieuw de norm bij de mens gelegd. De mens bepaalt de zekerheid niet (zie punt 2).

Anderzijds kan het zijn dat iedereen een kind van God genoemd wordt, dan is de prediking ook uit balans, alleen zullen in dat geval de mensen niet worstelen met geloofszekerheid, omdat dat in dit geval geen issue is.

Een ander probleem is eenzijdigheid in Godsbeeld. God is liefde én God is rechtvaardig en oordeelt over onrecht. Wanneer je gelooft dat God een God is die oordeelt, dan leidt dat snel naar een focus op jezelf en zal er wellicht alle reden zijn tot oordeel. Wanneer er alleen over een God gesproken wordt die liefde is, wordt er een 'lievig' Godsbeeld geschetst van een God waarbij alles kan en alles mag. In het eerste geval, bij een oordelend God, kan de geloofszekerheid in het geding komen. Er wordt dan niet meer gekeken naar de belofte van redding in de Bijbel maar naar de waarschuwingen van oordeel. En wie kan voor zo'n God bestaan?

Bij een 'lievige' God zal er geen reden zijn om te worstelen met geloofszekerheid, maar deze is net zo goed uit balans en eenzijdig.

8.2 MENSELIJK LIJDEN

Hoe moeten we naar het lijden kijken en hoe kunnen we ermee omgaan? Een vraag die zeker essentieel is en van tevoren doordacht moet worden, voordat men pastorale gesprekken gaat voeren. De Bijbel geeft verschillende puzzelstukjes die ons een beeld van het probleem geeft.

Lijden als straf op zonde

1. Lijden als straf op zonde

Het valt niet te ontkennen dat er veel lijden beschreven wordt in de Bijbel als direct gevolg van zondige daden. Al in Genesis is te zien dat lijden als gevolg van de zonde in de wereld is gekomen. Kaïn die zijn broer uit jaloezie en boosheid op God doodslaagt is de eerste aanwijzing dat zonde en lijden hand in hand gaan. Rom.1:18 zegt: *'Want de toorn van God wordt geopenbaard vanuit de hemel over alle goddeloosheid en ongerechtigheid van de mensen, die de waarheid in ongerechtigheid onderdrukken...'* Toorn van God komt over de zonden van de mens, het Oude Testament staat daar vol van. Het is echter onterecht om deze stelling om te draaien: 'Als je lijdt zal je wel gezondigd hebben'. Dat zegt de Bijbel niet. De mogelijkheid van straf op zonde is er wel, maar hoeft lang niet altijd. Er zijn meer puzzelstukjes die het vraagstuk van het lijden compleet maken.

Lijden ondanks rechtvaardigheid

2. Lijden ondanks rechtvaardigheid.

Onder de term 'rechtvaardig' wordt verstaan dat er geen connectie bestaat tussen lijden en straf/oordeel. Het is het tegenovergestelde van het eerste punt. Keer op keer worden de profeten kwaad en lijden aangedaan omdat ze gehoorzaam waren aan Gods stem.

Wanneer de discipelen aan Jezus de vraag stellen over wie er gezondigd heeft, de ouders of de blindgeborene (Joh.9) zegt Jezus meteen: "Geen van beiden". Er was een ander doel, namelijk: het verheerlijken van God. Ook de steniging van Stefanus (Hand.7:58) laat zien dat er geen enkel verband bestaat tussen zonden en dit lijden.

Lijden als discipline

3. Lijden als discipline

Lijden als discipline is een vorm van tuchtiging. Loutering dient om handelen te corrigeren en ook dit is in de Bijbel terug te vinden.

Hebr.12:3-11 heeft veel over deze vorm van lijden te zeggen:

Want let toch scherp op Hem Die zo'n tegenspraak van de zondaars tegen Zich heeft verdragen, opdat u niet verzwakt en bezwijkt in uw zielen. 4. U hebt nog niet tot bloedens toe weerstand geboden in uw strijd tegen de zonde. 5. En u bent de vermaning vergeten waarmee u als kinderen wordt aangesproken: Mijn zoon, acht de bestraffing van de Heere niet gering en bezwijk niet, als u door Hem terechtgewezen wordt. 6. Want de Heere bestraft wie Hij liefheeft, en Hij geselt iedere zoon die Hij aanneemt. 7. Als u de bestraffing verdraagt, behandelt God u als kinderen. Want welk kind is er dat niet door zijn vader bestraft wordt? 8. Maar als u zonder bestraffing bent, waar allen deel aan hebben gekregen, bent u bastaarden en geen kinderen. 9. En verder hadden wij onze aardse vaders als opvoeders, en wij hadden ontzag voor hen. Zullen wij ons dan niet veel meer onderwerpen aan de Vader van de geesten, en leven? 10. Want zij hebben ons wel voor een korte tijd naar het hun goeddacht bestraft, maar Hij doet dat tot ons nut, opdat wij deel krijgen aan Zijn heiligheid. 11 En elke bestraffing schijnt op het moment zelf wel geen reden tot blijdschap te zijn, maar tot droefheid. Maar later geeft zij hun die erdoor geoefend zijn een vreedzame vrucht van gerechtigheid.

Verschillende punten zijn uit dit gedeelte te halen:

- Hou Jezus als voorbeeld voor ogen om sterk te blijven (vs.3).
- Tuchtiging is een middel om te kunnen strijden tegen de zonde (vs.4).
- God tuchtigt wie Hij liefheeft (vs.6). Het zegt iets over vaderliefde en het is dus iets wat positief te duiden is.
- Tuchtiging is tot nut, alleen zó is er deel aan Zijn heiliging te verkrijgen (vs.10).

- Tuchtiging hoort er helemaal bij. Wanneer er geen tuchtiging ervaren wordt, dan wordt er gesproken over een bastaardkind en niet over een kind van God. (vs.7,8).
- Tuchtiging brengt vrucht voort. De vreedzame vrucht van gerechtigheid (vs.11).

In sommige groeperingen wordt gezegd dat een Christen niet hoeft te lijden. In dit punt wordt het tegenovergestelde benadrukt; als kind van God zúl je lijden, is het ten diepste een eer om te lijden, omdat het laat zien dat God met Zijn vorming bezig is *'opdat u meer vrucht zult dragen'* (Joh.15:2).

Lijden in dienst van God

4. Lijden in dienst van God

Jeremia is een goed voorbeeld waarin zichtbaar is dat een profeet soms veel moest lijden omdat hij in Gods dienst stond. Jeremia werd door iedereen bespot (37:2, 20:7), hij werd in een put gegooid en moest de val van Jeruzalem meemaken, terwijl hij het volk nog zo gewaarschuwd had (Jer.26). Hij kreeg de opdracht van God om niet te trouwen en geen kinderen te krijgen (Jer.16:2).

Ook Paulus wist wat lijden was. Hij zegt in Kol.1:24: *'Nu verblijd ik mij in mijn lijden voor u en vervul in mijn vlees wat overblijft van de verdrukkingen van Christus, ten behoeve van Zijn lichaam, dat is de gemeente'*. Hij onderging geselingen, leed schipbreuk en moest in tal van gevangenissen verblijven ter wille van het evangelie. Wanneer Ananias Paulus ontmoet net na diens bekering wordt er al gesproken over lijden dat Paulus zal moeten ondergaan (Hand.9:16; *"Want ik zal hem laten zien hoeveel hij moet lijden voor Mijn naam"*).

Wanneer een Christen iets van het evangelie ten gehore brengt, is er weerstand te verwachten. Dat kan de opdracht zwaar maken, maar geeft ook het besef dat er vanuit God gestreden wordt, waardoor het ook positief te duiden kan zijn.

Eschatologisch lijden

5. Eschatologisch lijden

De Bijbel windt er geen doekjes om, dat in de laatste tijden veel lijden over de wereld uitgestort zal worden. Het boek Openbaring staat hier vol mee. Zegels die geopend worden, schalen die over de wereld uitgegoten worden etc. Het is universeel lijden dat de gehele wereld aangaat en niemand kan dat ontwijken. Het is het oordeel van God aan het eind der tijden. Velen zijn van mening dat de eindtijd al is aangebroken; er zijn immers oorlogen, natuurrampen etc. Ook dit is een puzzelstukje en laat juist zien dat lijden vanuit Gods hand kan komen. Hij laat Zijn zon over goeden en kwaden opgaan. Zijn kinderen hebben geen voorkeursbehandeling en worden niet gevrijwaard van dit soort lijden. De gebrokenheid van de schepping is juist in dit puzzelstukje merkbaar aanwezig. De schepping die in barensnood is en ook de mens valt onder die schepping.

Eeuwig lijden

6. Eeuwig lijden

De meeste informatie over de hel zijn woorden die door Jezus zelf gesproken zijn en Hij schijnt er niet door geschokt te zijn. De meeste beelden staan weliswaar in gelijkenissen en zullen daardoor veel metaforen bevatten, maar de lijn door alles heen is duidelijk genoeg. De mensen die God terzijde schuiven zullen een vreselijke tijd tegemoet gaan. Ze zullen om genade roepen (Luc.16:19-31) en om het stoppen van de pijnigingen. Het is opvallend dat er veel over de hel wordt gezegd in de Zaligsprekingen (Matt.5:21-22,29,30) Hierin neemt Jezus voorbeelden uit het dagelijks leven en laat zien hoe de keuzes die op aarde gemaakt worden, bepalend zijn voor het leven na dit leven. En de keuze van de mens zelf bepaalt of het een leven in heerlijkheid zal zijn of een lijden in eeuwigheid.

Al deze puzzelstukjes met betrekking tot het lijden laten zien dat er niet één pasklaar antwoord vanuit de Bijbel te geven is. De vrienden van Job dachten het wel te weten. Ze gingen van het allereerste puzzelstukje uit (straf op zonde). Ze zagen Job lijden en hun conclusie was: Job moet gezondigd hebben. Toch was dat niet de oorsprong van het lijden van Job. Als pastoraal werker is het belangrijk om niet met kant en klare oplossingen of oorzaken te komen. Het is niet zo eenduidig en dat laten al die verschillende puzzelstukjes wel zien. In het pastoraat kan een toelichting op alle verschillende oorzaken van lijden soms de last weghalen van hen die denken dat God alleen maar aan het straffen is. Zicht geven op alle verschillende oorzaken kan al bevrijdend werken.

Het is goed om te beseffen dat het lijden niet altijd opgelost worden. Er kan verlichting komen, mensen leren er anders tegenaan kijken of mensen leren er anders mee om te gaan.

Medelijden

7. Meevoelend lijden oftewel mede-lijden

Dit is een oproep in het Nieuwe Testament om hen terzijde te staan die verdriet en lijden ondervinden. Rom.12:15, 'Verblijd u met hen die blij zijn, en huil met hen die huilen'.

Deze opdracht laat zien dat het niet vreemd is dat mensen lijden te verduren hebben. Lijd met hen mee, sta ernaast, want *'als één lid lijdt, lijden alle leden mee'* (1Kor.12:26).

8.3 LEIDING EN WIL VAN GOD

Wanneer er gesproken wordt over leiding van God dan wordt er vaak gesproken over algemene en specifieke leiding van God. Daarnaast is er ook de niet-specifieke leiding van God. In de Bijbel zijn van alle categorieën voorbeelden te vinden.

Algemene leiding van God

Algemene leiding van God

Onder Gods algemene wil worden de dingen verstaan die Hij opdraagt. Dit zijn regels of opdrachten die voor iedereen gelden. Een duidelijk

Specifieke leiding van God

voorbeeld hiervan zijn de tien geboden (Deut.5:6-21 of Ex.20:1-17). Iedereen heeft zich aan deze algemene wil/geboden te houden. Of de opdracht om 'je naaste lief te hebben als jezelf'. Er wordt niemand uitgezonderd die zich hieraan niet hoeft te houden.

Voorbeelden van specifieke leiding

Er zijn veel voorbeelden in de Bijbel te vinden die laten zien dat God op een zeer specifieke manier leidinggeeft.

Filippus: *'En een engel van de Heere sprak tot Filippus en zei: Sta op en ga naar het zuiden, de weg op die van Jeruzalem afdaalt naar Gaza, die eenzaam is'.* (Hand.8:26)

Mozes: *'Nu dan, ga op weg. Ik zal u naar de farao zenden, en u zult Mijn volk, de Israëlieten, uit Egypte leiden'.* (Ex.3:10)

Samuel: *'Toen kwam de Here en bleef daar staan, en Hij riep zoals de andere keren: Samuël, Samuël! En Samuël zei: Spreek want Uw dienaar luistert'.* (1 Sam. 3:10)

Paulus: *'En terwijl hij onderweg was, gebeurde het dat hij dicht bij Damascus kwam. En plotseling omscheen hem een licht vanuit de hemel, en toen hij op de grond gevallen was, hoorde hij een stem die tegen hem zei: Saul, Saul, waarom vervolgt u Mij? En hij zei: Wie bent U, Heere? En de Heere zei: Ik ben Jezus, Die u vervolgt. Het is hard voor u, met de hielen tegen de prikkels te slaan. En hij zei, bevend en verbaasd: Heere, wat wilt U dat ik doen zal? En de Heere zei tegen hem: Sta op en ga de stad in en daar zal u gezegd worden wat u moet doen'.* (Hand.9:3-6)

Cornelius: *'Hij zag in een visioen duidelijk, ongeveer op het negende uur van de dag, dat er een engel van God bij hem binnenkwam, die tegen hem zei: Cornelius! En hij hield de ogen op hem gericht en werd zeer bevreesd, en hij zei: Wat is er, heer? En de engel zei tegen hem: Uw gebeden en uw liefdegaven zijn als gedachtenis opgestegen naar God. Stuur nu mannen naar Joppe en ontbied Simon, die ook Petrus genoemd wordt. Deze is te gast bij een zekere Simon, een leerlooier, die zijn huis bij de zee heeft. Hij zal u zeggen wat u moet doen. En toen de engel die tot Cornelius sprak, weggegaan was, riep hij twee van zijn huisslaven, en een vrome soldaat uit hen die steeds bij hem waren; en toen hij hun alles verteld had, stuurde hij hen naar Joppe'.* (Hand. 10:3-8)

Jona: *'Sta op, ga naar de grote stad Ninevé en predik tegen haar...'* (Jona 1:2)

Vanuit deze voorbeelden lijkt het dat de conclusie moet zijn dat God specifieke leiding geeft op de cruciale momenten van het leven. Maar er kan ook evenzogoed een tegengesteld geluid gehoord worden vanuit de Bijbel: niet-specifieke leiding

Geen specifieke leiding

Voorbeelden zonder specifieke leiding

Er zijn ook veel situaties in de Bijbel waarbij er niet gesproken wordt over Gods leiding. Mensen lijken te kiezen op basis van wat hun het beste lijkt (Abram, Jozef, Paulus) of anderen bepalen de keuze. Zo is het ook mogelijk dat omstandigheden de keuze bepalen.

Abram: *'En Abram zei tegen Lot: Laat er toch geen onenigheid zijn tussen mij en tussen jou, en tussen mijn herders en jouw herders. Wij zijn immers mannen die broeders zijn! Licht heel het land niet voor je open? Scheid je toch van mij af: als jij naar links gaat, dan zal ik naar rechts gaan, en als jij naar rechts gaat, dan zal ik naar links gaan.* (Gen. 13:8-9)

Jozef: *'Daarop zei de farao tegen Jozef: Aangezien God u dit alles bekendgemaakt heeft, is er niemand zo verstandig en wijs als u. U zult zelf over mijn huis gaan en heel mijn volk zal uw bevel eerbiedigen (...) Zie ik stel u hierbij aan over heel het land Egypte'.*(Gen. 41:39-41)

Paulus:

'En na enkele dagen zei Paulus tegen Barnabas: Laten wij nu terugkeren en onze broeders bezoeken in elke stad waar wij het Woord van de Heere verkondigd hebben, en zien hoe het met hen gaat'. (Hand. 15:36)

'Want Paulus had zich voorgenomen Efeze voorbij te varen om geen tijd in Asia te hoeven doorbrengen, want hij haastte zich om, als het mogelijk voor hem was, op de Pinksterdag in Jeruzalem te zijn'. (Hand. 20:16)

'En als het de moeite waard mocht zijn dat ik de reis zelf ook maak, zullen zij met mij meereizen. Maar ik zal naar u toe komen, wanneer ik Macedonië doorgereisd ben, want ik ga door Macedonië en zo mogelijk zal ik bij u blijven, of ook de winter doorbrengen, om mij door u op weg te laten helpen, waar ik ook maar naartoe reis. Want ik wil u nu niet slechts op doorreis zien, maar hoop enige tijd bij u te blijven, als de Heere het toestaat. Ik zal echter tot Pinksteren in Efeze blijven, want daar is voor mij een grote en krachtige deur geopend, en er zijn veel tegenstanders'. (1 Kor.16:4-9)

Blijkbaar kunnen de beide vormen van leiding naast elkaar bestaan. Soms is er specifieke leiding en soms maken mensen zelf keuzes waarbij het toch Gods leiding bleek te zijn (niet-specifiek). Hoe verhoudt zich dit tot elkaar?

Gods leiding: richtlijnen

Kennen van Gods wil

Als uitgangspunt is het belangrijk om te stellen dat de Bijbel allereerst oproept om Zijn wil te kennen. Kol.1:9-10 zegt: *'Daarom houden ook wij niet op, vanaf de dag dat wij het gehoord hebben, voor u te bidden en te smeken dat u vervuld mag worden met de kennis van Zijn wil, in*

alle wijsheid en geestelijk inzicht, zodat u wandelt op een wijze de Heere waardig, Hem in alles behaagt, in elk goed werk vrucht draagt en groeit in de kennis van God.' (zie ook Spr.3:5-6, Jes.30:21).

De vraag die dan opkomt is natuurlijk: "Hoe is Gods wil te ontdekken?" Daarvoor worden er eerst twee misvattingen uit de weggeruimd.

1. God geeft geen enkele aanwijzing dat Hij een gedetailleerde routeplanner voor ons leven heeft. Het is meer te vergelijken met een boek: Hoe verder het boek vordert hoe duidelijker het verhaal wordt. Een soort lamp die licht geeft voor het zetten van de volgende stap (Ps.119:105). Het leven van Abram is een mooi voorbeeld hiervan. Hij wordt geroepen en gaat op stap, zonder dat hij helder heeft waar zijn tocht eindigt. Hij wist bijvoorbeeld aan het begin nog niet dat hij ooit ook enige tijd in Egypte zou verblijven. Hij had een aantal beloften (Gen. 12:1-3) en op basis daarvan ging hij op stap (vs.4: *'toen ging Abram op weg, zoals de HEERE tot hem gesproken had...'*)
2. Het tweede punt is, dat er in de Bijbel niets te vinden is over wachten op 'het grote flitsende licht' of de 'bulderende stem van God'. Hij is niet de commandeur van het leven. Het is niet de bedoeling dat er afgewacht wordt (bij dagelijkse keuzes) totdat Hij het sein voor iets geeft. God kiest om te werken met mensen die zelfstandig keuzes maken en Hij kiest niet om te werken met robots die Hij volledig laat doen wat Hij wil. Dit neemt niet weg dat er tijden kunnen zijn waarop Gods wil en leiding zo belangrijk zijn dat er 'gewacht en 'gebeden' moet worden. Een mooi voorbeeld is in Handelingen te vinden waar de discipelen na de hemelvaart van Jezus bij elkaar zijn en eensgezind volhardend blijven bidden (Hand.2:14). Als Petrus daarna opstaat en start met zijn toespraak dan heeft hij het eerst over Judas. Het is goed mogelijk dat in de tijd van gebed de reflectie over alles wat gebeurd was in het hoofd van Petrus was rondgegaan. Wat was er wel niet allemaal voorgevallen? Petrus heeft het gebeurde gekoppeld aan het Schriftwoord en het werk van de Heilige Geest (Hand.2:16).

Gods wil is, net als Gods leiding, ook te verdelen in Zijn algemene wil (Zijn geboden/leefregels houden e.d.) en Zijn specifieke wil. Het is belangrijk om ons te realiseren dat de specifieke leiding voor iemand die nu leeft *niet* in de Bijbel te vinden is. Het is onmogelijk om in de Bijbel te vinden dat iemand nu geroepen wordt naar Zambia.

In de Bijbel zijn gelukkig verschillende andere aanwijzingen om Gods wil te leren kennen en daarmee Zijn leiding.

Allereerst is het belangrijk om wantrouwend te staan tegenover alles wat tegen de Bijbel en dus tegen Gods wil ingaat. Alles wat tegen de Bijbel zelf in gaat moet niet uitgevoerd worden. De Bijbel en de innerlijke stem van de Geest (1 Kon.19:12) dienen op één lijn te staan. Deze twee moeten als het ware klikken en dan geeft het rust en vrede. En als die vrede van binnen nog ontbreekt? Dan is er wijsheid nodig.

Leiding en Vrijheid

Iets waarvan de Bijbel oproept om aan God te vragen (Jac. 1:5). Deze wijsheid kan aan God gevraagd worden, maar ook aan andere (volwassen) Christenen (Spr. 24:6).

Hieronder worden deze punten kort toegelicht:

Leiding versus vrijheid

Het is goed om te realiseren dat God geen robots wil, maar dat Hij mensen gemaakt heeft met een eigen wil. Daarnaast heeft Hij een kader gegeven waarbinnen geleefd kan worden. Er is een ruime vrijheid om eigen keuzes te maken. Alsof Christenen in een speeltuin geplaatst zijn, het maakt niet uit of er gekozen wordt voor de wip of voor de schommel, maar het is niet de bedoeling dat er buiten het hekje gegaan wordt.

Paulus illustreert deze vrijheid mooi met betrekking tot de vraag over het eten van het offervlees en het vieren van een bijzondere feestdag (Rom. 14:1-6) dan valt het, op dat er veel vrijheid gegeven wordt binnen de grenzen van Gods wet. Hij roept op tot verdraagzaamheid in plaats van strijd om meningsverschillen.

Hij zegt: De een gelooft wel dat hij alles eten mag, maar wie zwak is, eet plantaardig voedsel. Wie wel alles eet, moet hem niet minachten die niet alles eet. En wie niet alles eet, moet hem niet veroordelen die alles eet. God immers heeft hem aanvaard. Wie bent u, dat u de huisslaaf van een ander oordeelt? Of hij staat of valt, gaat alleen zijn eigen heer aan. Hij zal echter staande gehouden worden, want God is bij machte hem staande te houden. De een acht de ene dag boven de andere dag, maar de ander acht al de dagen gelijk. Laat ieder in zijn eigen geest ten volle overtuigd zijn. Wie de dag in ere houdt, houdt hem in ere voor de Heere, en wie de dag niet in ere houdt, houdt hem niet in ere voor de Heere. Wie eet, eet voor de Heere, want hij dankt God. En wie niet eet, eet niet voor de Heere, en ook hij dankt God'.

Hij sluit het gedeelte af met vers 12, 'Zo zal dan nu ieder van ons voor zichzelf rekenschap geven aan God.'

Nog zo'n voorbeeld is de vraag of christenen in de tijd van Paulus het offervlees mochten eten dat eerst aan de afgoden was gewijd (1 Kor. 8:1-13). Geeft God hierover een direct gebod vanuit zijn algemene wil? Nee! En dus komt er een stuk individuele vrijheid om de hoek kijken.

Vers 8 laat zien dat wat er ook gekozen wordt het niet fout zal zijn.

"Voedsel nu brengt ons niet dichterbij God, want hetzij dat wij eten, wij hebben daardoor bij God geen overvloed; en hetzij dat wij niet eten, wij lijden daardoor bij God geen gebrek". Dat wordt onderbouwd door de vrijheid die we allen hebben (vers 9, vergelijk 1 Kor. 10:23).

Leiding en Verstand

Paulus geeft niet de opdracht dat er gebeden moet worden tot er helderheid is. Hij geeft aan dat er vrijheid is voor eenieder en dat is zijn antwoord.

Zo komen er verschillende prangende kwesties langs. Moet ik me laten besnijden? (1 Kor. 7:7-24), met wie moet ik trouwen? (1 Kor. 7:25-40). En in al die vragen komt vrijheid specifiek naar voren. Er is vrijheid voor de mens om zélf keuzes te maken.

Het verstand gebruiken

Hierboven zijn al een paar voorbeelden genoemd waarbij Paulus zijn eigen gezonde verstand gebruikt, zijn wijsheid en inzicht, zoekend binnen Gods algemene wil en vervolgens zijn keuzes maakt.

Als Paulus de gemeente in Thessalonica heeft gesticht (Hand. 17:1-8), reist hij door naar Berea en Athene. Kon de gemeente in Thessalonica al zonder zijn leiderschap? Paulus maakt zich daar zelf ook zorgen over en zegt dan in 1 Tes. 3:1-2: *'Daarom.....leek het ons beter ...en hebben we Timotheüs gestuurd.'* Paulus besloot zelf iets, zonder gebeden te hebben of Gods leiding te hebben gehad door middel van een openbaring.

Als Paulus in Rome op zijn berechting wacht, bezoekt Epafroditus hem, die echter ziek wordt, en Paulus schrijft dan: *'Ik heb het echter nodig geacht Epafroditus naar u toe te sturen...'* Fil. 2:25

Er zijn momenten waarop keuzes voortkomen uit de omstandigheden. Bijvoorbeeld bij de voedselvoorziening in de eerste gemeente toen de Grieken vonden dat hun weduwen niet goed genoeg werden verzorgd. Hand. 6:2 *'Het is niet behoorlijk dat wij nalaten het Woord van God te verkondigen om de tafels te dienen.'* Dat is de aanzet om een plan te bedenken om dit probleem op te lossen en zo worden er zeven mannen gekozen die deze taak gingen vervullen.

Leiding en anderen

Het raadplegen van anderen

Soms schiet eigen wijsheid te kort en dan is het verstandig om anderen te raadplegen. Allereerst de Heer zelf. *"En als iemand van u in wijsheid tekortschiet, laat hij die dan vragen aan God.."* (Jak. 1:5).

Maar er zijn ook talloze voorbeelden te noemen dat het verstandig is om advies in te roepen van anderen. De hele structuur van het Oude Testament laat zien dat er mensen werden aangesteld om raad te geven; priesters, profeten en later 'de wijzen'. Ook in het Nieuwe Testament wordt er raad ingewonnen bijvoorbeeld bij geschillen. Denk aan het Apostelconvent in Hand. 15. Maar ook Timotheüs wordt door Paulus als een zoon (als een soort mentor en leerling) onderwezen en zo wordt hem geleerd hoe hij de taken, die voor hem liggen, kan vervullen. En in menige brief geeft Paulus raad en advies aan de betreffende gemeente.

Conclusie

Concluderend kan er gezegd worden dat het belangrijk is om Gods algemene wil te kennen, want daarmee wordt ook Zijn algemene

leiding helder. Daarnaast is er ook specifieke leiding én niet specifieke leiding waarbij het verstand gebruikt wordt, en vervolgens gaat door een bepaalde keuze de weg verder. Als er specifieke openbaring in het spel is dan is het opmerkelijk dat niemand daarnaar op zoek was. Die specifieke openbaring gebeurt gewoon. Opeens is daar een stem of een visioen.

Daarmee kan geconcludeerd worden dat er biddend stappen gezet mogen worden in het leven, gebruik makend van het verstand en gezonde afwegingen, waarbij het wijs is om anderen om raad te vragen. Jacobus verwoordt dit als volgt: *'En nu dan u die zegt: Wij zullen vandaag of morgen naar die en die stad reizen, en daar een jaar doorbrengen en handeldrijven en winst maken, u, die niet weet wat er morgen gebeuren zal, want hoe is uw leven? Het is immers een damp, die voor een korte tijd verschijnt en daarna verdwijnt. In plaats daarvan zou u moeten zeggen: Als de Heere wil en wij leven, dan zullen wij dit of dat doen'* (Jak.4:13-15).

Op deze manier zal God de keuzes zegenen. En wanneer er specifieke openbaring nodig is, zal God die vast geven.

In het pastoraat komt dit vraagstuk vaker aan bod dan men zal denken. 'Ik bid en ik bid en God geeft maar geen antwoord'. Er wordt om specifieke openbaring gebeden, maar misschien is dat op dat moment niet aan de orde en moet het gezonde verstand gebruikt worden. Een veel voorkomend probleem is dat een pastoraat zélf niet weet wat hij zou moeten kiezen en vervolgens hoopt dat God helderheid verschaft.

Wanneer God een specifieke openbaring wil geven, zal Hij het geven zonder dat wij daarom bidden.

VRAGEN BIJ HOOFDSTUK 8

1. Wat zou je iemand antwoorden die zich niet de 'zekerheid van het geloof' kan toe-eigenen.
2. Welke vier punten draagt de module aan om de zekerheid in het geloof te versterken?
3. Noem een zestal puzzelstukjes die de Bijbel aandraagt en die te maken hebben met menselijk lijden.
4. Geef twee voorbeelden van personen uit de Bijbel die ondanks hun rechtvaardigheid moeten lijden.
5. Welk antwoord geeft het boek Job op de vraag naar het waarom van lijden?
6. Verklaar de twee termen 'algemene leiding van God' en 'specifieke leiding van God'. Noem van beide twee voorbeelden.
7. Als iemand vraagt: 'hoe kan ik Gods wil ontdekken?' wat zou het antwoord dan kunnen zijn?
8. Welke twee misvattingen zijn er over het ontdekken van Gods wil?
9. Hoe kunnen we omgaan met het spanningsveld tussen Gods wil en onze wil?
10. Geef twee voorbeelden uit de Bijbel waarin duidelijk te zien is dat we ons verstand mogen gebruiken om keuzes te maken.

9 PASTORAAT RONDOM GROEIEN

Dit hoofdstuk richt zich specifiek op kinderen en jongeren omdat zij volop 'in de groei' zijn in een snel veranderende samenleving. Ze groeien op in een tijd van welvaart en vooruitgang, een tijd van enorme mogelijkheden maar ook verleidingen, terwijl de normen en waarden vervagen. De jeugdzorg kan de wachtlijsten niet meer aan en hebben hun handen vol aan depressie en agressie en de grote groep jeugd die leven met diagnoses als ADD, ADHD of bijvoorbeeld autisme. Of bijvoorbeeld onverantwoorde zaken als happy slapping (het in elkaar slaan van een slachtoffer en dat met een mobieltje filmen om het vervolgens digitaal te verspreiden), coma zuipen etc. (Spangenberg 2011:7). Hun leefwereld is een wereld vol uiterlijkheden geworden. De zorg en daarmee het pastoraat aan de groep kinderen en de groep jongeren neemt daardoor steeds meer toe.

9.1 KINDERPASTORAAT

Kinderen onderscheiden zich kwalitatief van volwassenen. Ze zijn totaal anders dan volwassenen. Ze denken niet minder, maar op een andere manier. Ze voelen niet minder, maar op een andere manier. Ze doen niet minder, maar op een andere manier. Ze geloven niet minder, maar op een andere manier. Daarom spreekt het bijna vanzelf dat de pastorale werker aan kinderen zijn/haar eigen manier van denken, voelen en handelen niet mag toepassen. Dat betekent dat degene die pastoraal verantwoordelijk is voor kinderen opnieuw moet leren denken hoe kinderen denken, voelen, handelen en geloven.

'Om kinderen te kunnen begrijpen en hen pastoraal te kunnen helpen, moeten we hun uitspraken en hun gedrag leren categoriseren' zegt Monika Büchel (Dieterich 1996:125).

Kinderpastoraat (kinderen tot 12 jaar) heeft een heel specifieke benadering nodig in vergelijking met pastoraat voor volwassenen. En daar moet oog voor zijn.

Hoe vangen we de signalen dat er iets niet goed gaat, van deze groep kinderen op? Aandacht en alertheid is bij deze groep een eerste vereiste om signalen op te vangen. Tijd nemen om hun leefwereld te kennen. Stichting Raise Up stelt dat de ontwikkeling van kinderen vertraagd als er een heftige gebeurtenis heeft plaats gevonden (Raise Up.nl : 2019)

'Je merkt de vertraging in de ontwikkeling bijvoorbeeld omdat het kind emotioneler en meer primair reageert, of hij kan zich minder goed concentreren, haalt lagere cijfers op school, heeft minder plezier in de dingen die hij normaal leuk vindt, is wat rus-

telozer of trekt zich terug. Soms vallen kinderen tijdelijk terug in ontwikkeling; ze gaan weer bedplassen, kruipen op schoot of willen weer met hun knuffel slapen. Tieners en jongeren kunnen heftige emotionele schommelingen hebben (meer dan normaal) of vluchten in ongezond gedrag (eten, gamen, middelengebruik, automutilatie, shoppen, etc.). Om iets te kunnen betekenen, is het belangrijk snel te signaleren dat er iets mis is.'

Wat is het belangrijk om alert te zijn op zulke signalen.

Gesprek met kinderen

9.1.1 HET GESPREK MET KINDEREN

Pastoraat aan kinderen betekent dat er openheid gecreëerd wordt door zelf open te zijn. De meeste kinderen kunnen zich dan veel gemakkelijker uiten. Een vertrouwensrelatie is iets waar hard aan gewerkt moet worden en bij het kinderpastoraat topprioriteit behoort te krijgen.

Er zijn belangrijke punten om te onthouden wanneer de pastorale hulpverlener met jonge kinderen (onder de 10 jaar) in gesprek gaat (Dieterich 1996: 160-161). De belangrijkste zijn:

Schep een goede atmosfeer. Zet de juiste spullen klaar. Voor kleine kinderen moeten geen grote stoelen neer gezet worden. Laat de ruimte zonnig en open aandoen. Kies voor gelijke ooghoogte met het kind.

Kom zelf met de juiste houding. Kinderen merken het direct als iemand gespannen is of weinig tijd heeft. Kinderen hebben net als volwassenen liefde nodig. Liefde is de sleutel ook voor het hart van een kind. Laat ze merken dat er een betrokken hart is en dat werkelijke liefde en betrokkenheid is. Zoek verbinding met hen.

Bereid het gesprek goed voor. Welk probleem zou ter sprake kunnen komen? Maak in eerste instantie contact door over leuke dingen te praten; school, vriendjes, sport. Praat gewoon (niet te kinderlijk maar ook niet te moeilijk). Probeer te communiceren op het niveau van het kind. Durf concreet te zijn en directe vragen te stellen, maar dwing nooit tot antwoorden. Laat het kind de grenzen aan mogen geven. Ga nooit over de grenzen van het kind heen. Wees erop bedacht dat het kind met een ogenschijnlijk onbelangrijk verhaal iets heel ernstigs kan vertellen.

Laat ruimte voor gevoelens en emoties en toon begrip. Ga niet weg, wanneer het kind nog heel emotioneel is. Ook jonge kinderen kunnen dusdanige problemen hebben, dat ze bij professionele hulpverleners beter op hun plaats zijn. Verwijs door wanneer dat nodig is. Spreek samen (ook met ouders) duidelijk af hoe er verder gehandeld gaat worden. Ga zorgvuldig om met vertrouwelijke informatie.

Hieronder worden twee belangrijke thema's die spelen bij kinderen besproken. Te weten: angst en pesten.

Kinderen en angst

9.1.2 KINDEREN EN ANGST

Angst is één van de sterkste emoties. Op zich een goede emotie omdat het een waarschuwingssignaal is voor alles wat onveilig is. Maar angst slaat snel door naar irrealistische angsten en daar moet bij het pastoraat aan kinderen oog voor zijn.

'Kinderen kunnen overgeleverd zijn aan angstgevoelens bij het contact met andere mensen, objecten en situaties. Dergelijke situaties beïnvloeden via het zenuwstelsel het lichaam. Daardoor ontstaan bijvoorbeeld hartkloppingen, zweten, plasdrang, verstijving etc. Er kan onderscheid gemaakt worden tussen reële angst en overmatig irreële angsten. Bij de reële angst kent men de prikkel, bij overmatige irreële angst is deze verdrongen en alleen te herkennen aan de symptomen. Met deze onderscheiding wordt duidelijk, dat één van de belangrijkste opdrachten van het pastoraat is, de angst een naam te geven. We moeten daarbij niet over het hoofd zien dat angst (hier de reële angst) bij ons leven hoort, ook bij dat van kinderen, omdat ze een beschermende functie kan hebben bij gevaren. Reële angst maakt dat we voorzichtig en omzichtig zijn. Overmatige irreële angst daarentegen berokkent schade' (Dieterich 1996:170).

De volgende angsten kunnen een rol spelen bij het pastoraat aan kinderen (Dieterich 1996: 170-173).

Aangeleerde angst en angst voor het onbekende

Kinderen kunnen angst aanleren door na te doen. Als de ouders bijvoorbeeld nerveus worden bij onweer, dan is de kans groot dat het kind hetzelfde gedrag zal aanleren. Daarnaast is er ook veel angst voor onbekende dingen. Deze angst is er vaak de oorzaak van dat ze niet kunnen inslapen. Angst tonen is vaak een middel om aandacht te krijgen en anderen bezorgd te laten zijn. Als het lukt de angst op de juiste manier aan te pakken, het onbekende te verduidelijken, vreemde geluiden te verklaren, is de hulp vaak al gegeven.

Angst voor (be)dreiging

Deze angst wordt aangetroffen bij veel kinderen, die bijvoorbeeld bang zijn voor inbrekers of oorlog. De invloed van de media speelt hierin een belangrijke rol maar ook situaties die in eigen leven ervaren zijn (je zal maar kind zijn en in de ochtend tot de ontdekking komen dat er iemand in het huis is geweest die nacht). Ook internet en televisie kunnen deze angsten voeden.

Schuldige angst

Het is de angst dat het kind denkt schuldig te zijn aan iets wat gebeurt (gebeurd is). Bijvoorbeeld de ziekte van het zusje of het overlijden van oma. Deze angst kan heel reëel aanwezig zijn bij kinderen. Hier kunnen we juist vanuit het Evangelie hulp bieden. Het is goed om bedacht te zijn op scheefgroei van het geweten. Wanneer er vaak en snel op het schuldgevoel geappelleerd wordt door ouders, kan dit zich op een verkeerde manier ontwikkelen.

Angst om te falen en angst voor straf

Wanneer het kind (soms ook door een prediking van een strenge God en een oproep tot bekering, want anders...) het idee heeft geen fouten te mogen maken, kan er snel faalangst ontstaan. Zowel bij slechte

prestaties, maar ook in familiekring. Bij fouten (of zonden) is het wéér fout gegaan en dan dreigt de straf. Angst voor straf kan overslaan in paniek. Niet zelden heeft de angst voor straffende ouders of een onbarmhartige God de normale ontwikkeling van kinderen geblokkeerd. Tot op volwassen leeftijd kan deze angst leiden tot afwijzing van het evangelie en/of tot depressiviteit.

Angst voor scheiding

Tot de grootste angsten van kinderen behoort de gedachte aan een mogelijke (echt)scheiding van de ouders. Ze ervaren die toestand veel dramatischer dan hun ouders, omdat de kinderen de consequenties voor de toekomst vaak niet kunnen overzien. Daarnaast speelt loyaliteit altijd een grote rol. Het is bekend dat kinderen afspraken maken hoe ze het beste elkaar kunnen helpen, als hun ouders uit elkaar gaan. Tegen deze achtergrond zijn eigenlijk alle gesprekken, waarbij het gaat om echtscheiding van de ouders, sterk emotioneel geladen.

Angst voor de dood en ook angst voor de toekomst

Het dichtbij meemaken van een sterfgeval in de familie is een situatie die met de jonge kinderen in alle rust besproken dient te worden. Het zal de angst vergroten wanneer het niet besproken wordt, omdat het kind dan zelf gaat fantaseren. In het spreken over Bijbelse waarheden mogen we de eindigheid en de vergankelijkheid niet buiten beschouwing laten, maar we moeten daarbij duidelijk de nadruk leggen op de macht en de liefde van God. Aanpassen aan het begrip van de kind is hierin heel belangrijk.

Kinderen en pesten

9.1.3 KINDEREN EN PESTEN

Plagen en pesten zijn twee heel verschillende zaken. Bij plagen zijn de kinderen gelijkwaardig aan elkaar en meestal blijft dat onschuldig en zonder gevolgen. De kinderen leren op deze manier met conflicten omgaan zonder dat er blijvende schade wordt aangericht (Opvoeden, 2019).

Bij pesten is er wel ongelijkheid tussen de kinderen in het spel. Er is een kind wat sterker is en wint, terwijl het andere kind zwakker is en steeds verliest met alle gevolgen van dien. Het slachtoffer voelt zich bedreigd, beklemd, eenzaam en angstig. Het komt regelmatig voor dat een groep kinderen (de meelopers) met de pester mee doet (groepsproces). Het pesten kan bestaan uit woorden (schelden, roddelen, vernederen of doodzwijgen), zichtbare daden (slaan, schoppen, buitensluiten, bezittingen vernielen of stelen, haren trekken, etc.), maar onderschat het pesten via de digitale weg niet. De gevolgen kunnen voor het kind dramatisch zijn, van lichamelijke klachten tot niet meer naar school willen.

Volgens een Brits onderzoek (Stop pesten nu, 2019) zijn er 40 jaar na het pesten nog steeds gevolgen merk- en voelbaar. De ruim 8000 onderzochte personen hadden relatief meer depressies, minder stabiele relaties en een lagere levenskwaliteit.

Om pesten te stoppen is het belangrijk om alle partijen te begeleiden. Zowel de pester, de groep eromheen, alsook degene die gepest wordt.

Gevolgen voor de pester

Zodra een pester niet wordt aangepakt (begrensd) en hij zijn gang kan gaan, dan zal hij geen goede sociale vaardigheden aanleren om op juiste wijze met mensen in de maatschappij om te gaan. Hij zal waarschijnlijk een neiging tot macht over anderen ontwikkelen die hij normaal vindt. Hij heeft geen idee wat zijn gedrag bij anderen oproept en zal significant meer met criminaliteit te maken krijgen dan anderen zoals een groot Zweeds onderzoek heeft uitgewezen (Karels, 2019)

Gevolgen voor de gepeste

Een kind dat gepest wordt, zal langzaamaan het vertrouwen in de medemens verliezen en zijn/haar zelfvertrouwen zal afnemen. Met een reële kans dat het gaat geloven, wat de pesters (non-verbaal) communiceren. De machteloosheid en het buitengesloten worden zal het kind nog lang met zich mee kunnen dragen zelfs tot in de volwassenheid toe.

Signalering van pestgedrag

Het is belangrijk om de signalen te herkennen, want zeker met het pesten via sociale media is het soms lastig om er de vinger op te leggen. Het slachtoffer kan blauwe plekken en verwondingen vertonen. Ze zijn vaak op zichzelf, zonder vriendje en zullen wellicht proberen in de buurt van een volwassene te blijven. Ze zijn angstig en onzeker. Zullen proberen zich thuis steeds vaker ziek voor te doen en hun schoolprestaties kelderen drastisch.

Maar ook de pester zelf geeft signalen af. Zij zijn steeds onverdraagzamer naar volwassenen toe, doen zich stoer en brutaal voor, hebben weinig tot geen inlevingsvermogen in anderen, ze intimideren en maken andermans spullen kapot zonder enige schaamte.

Oplossen van pestgedrag

In de loop der tijd zijn er vele oplossingen voorgesteld: de gepeste weerbaarder maken, Leren opkomen voor zichzelf, terug meppen waar kan of grote straffen voor de pester.

Maar al deze maatregelen brachten niet het gewenste resultaat. En vandaag de dag gelooft men weer meer in het aanleren van sociaal wenselijk gedrag voor eenieder die hier mee te maken heeft: de pester en de gepeste en de groep er omheen.

Pastoraat

Om slachtoffers te helpen is het belangrijk om het gepeste kind alle steun te geven die nodig is. Laat weten dat ze kunnen terugvallen op de (jongeren) pastoraal werker of op clubleiding. En kom in actie om het pesten te stoppen. De actie kan bestaan uit het verzamelen van bewijs (hebben andere kinderen iets gezien, zijn er spullen kapot? Blauwe plekken aanwezig?) tot aan actief ouders aanspreken, naar school toe stappen, naar de politie gaan, etc.

Vanuit het pastoraat is luisteren en het kind laten weten dat het er niet alleen voor staat en daardoor waarde geven het belangrijkste.

9.2 KINDEREN EN GELOOF

(Overgenomen uit Vonk. z.j.: 41)

'Bij het jongere schoolkind zie je vaak dat ze God zien als opa of als Sinterklaas. Ze geloven alles wanneer het door betrouwbare mensen wordt verteld. Door de fantasiewereld die ze creëren hebben deze kinderen geen enkel probleem met alle wonderen in de Bijbel. Het gevaar is dat ze deze in dezelfde categorie zien als 'Hans en Grietje'. Het is ontzettend belangrijk om het onderscheid tussen waar en verzonnen duidelijk te communiceren naar deze kinderen. Anders kunnen kinderen in een geloofscrisis komen wanneer ze ontdekken dat Sinterklaas niet bestaat.

"Als Sinterklaas niet bestaat, dan zal God ook wel verzonnen zijn."

Oudere kinderen (boven de zes jaar), gaan zich cognitief ontwikkelen. Ze willen dingen begrijpen en gaan vragen stellen. Ze ontdekken dat andere kinderen helemaal niet in God geloven en dat 'huiselijke' waarheden helemaal niet voor iedereen gelden. Kinderen kunnen de concrete verhalen heel goed begrijpen, maar abstracte begrippen zijn ingewikkeld (zonde, genade, verlossing). Voor jonge kinderen staan alle verhalen op zich en zij zullen geen verbanden of volgorden zien. Pas wanneer het kind ouder dan ongeveer tien is, krijgt het gevoel voor tijd en afstand. De verhalen die ze daarvoor gehoord hebben, kunnen dan heel goed in een breder kader geplaatst worden, en is het mogelijk om aandacht te besteden aan meer achtergronden. Jonge kinderen kunnen denken dat Israël ongelooflijk groot is, want 'er gebeurt zo ontzettend veel'. Of dat Egypte wel ontzettend ver weg moet liggen, omdat ze zo ontzettend lang moesten lopen. Het oudere schoolkind kun je inzicht geven in de werkelijke stand van zaken. Eerder heeft dat echter geen zin.'

Voor het pastoraat is het goed om je bewust te zijn van het begripvermogen van het kind en daarbij aan te sluiten.

9.3 JONGERENPASTORAAT

Eén op de acht jongeren krijgt te maken met jeugdhulp, kinderscherming of jeugdreclassering (Nederlands Jeugdinstituut, 2019). Dit is een fors aantal en er zijn verschillende factoren die hierin een stempel drukken op het leven van een kind. We noemen drie belangrijke factoren. Als eerste de thuisfactor. Er zijn vandaag veel echtscheidingen in de samenleving. Daaraan voorafgaand zal de sfeer thuis heel vaak

een sfeer van ruzie en kilheid met zich meebrengen, wat een negatieve factor is in het leven van de kinderen. Een tweede factor die meespeelt is het internet, de sociale media die een te grote plek innemen. Het is verrassend dat de jongeren zelf toegeven dat ze daarmee veel meer tijd doorbrengen dan eigenlijk goed voor ze is (Nederlands Jeugdinstituut, 2019). Internet is een indringer met alle seksueel getinte verleiding van sexting tot loverboys, van porno tot ongewenste zwangerschappen. Vandaag hebben we een samenleving waarin alles moet kunnen en alles moet mogen.

Een derde factor houdt verband met de enorme vrijheid en welvaart die er is in vergelijking met dertig jaar geleden. Dit zou positief kunnen lijken maar tegelijkertijd geeft deze vrijheid meer stress omdat ze succesvol moeten zijn.

Gesprek met jongeren

9.3.1 GESPREK MET JONGEREN

Voor het gesprek met jongeren is het vanzelfsprekend dat veel van de genoemde punten die bij kinderen spelen ook bij hen opgaat. Begrip tonen is een goede manier van verbinden. En het is daarvoor belangrijk om aan te sluiten bij de ander. Behandel ze niet te kinderachtig, want dat geeft hen het gevoel dat ze niet serieus genomen worden. Geef tijd en ruimte zoveel als nodig is, zodat het vertrouwen zal groeien en de jongere met zijn vragen en problemen durft te komen.

Jongeren en angst

9.3.2 JONGEREN EN ANGST

Bij jongeren spelen soms heel andere angsten een rol dan bij kinderen. Ze hebben veelal te maken met de puberteit. In deze fase verandert er veel in het lichaam, van hersenen tot hormonen. Voor de meeste jongeren is het een verwarrende tijd. Langzaam worden ze losgeweekt van ouders en moeten ze hun eigen weg gaan zoeken. Voor velen komen er stemmingswisselingen bij kijken en moet er geleerd worden daarmee om te gaan. Het is allemaal nieuw en onbekend en dat moet verkend worden. Ze moeten er een weg in vinden.

Het brein ontwikkelt zich nog steeds en met name in de voorste hersenen (de prefrontale cortex) vinden flinke veranderingen plaats. Dat betekent dat de jongere (nog steeds) heel anders reageert dan een volwassene. Voor hen is het moeilijk om gedrag en gevolgen te verbinden. Het verantwoordelijkheidsgevoel is nog niet goed aanwezig omdat ze de consequenties van hun daden slecht kunnen overzien. Dat maakt dat het vaak een tijd van veel conflicten wordt terwijl de pubers zelf denken dat er met hen niets aan de hand is en dat de volwassenen om hen heen veranderd zijn. Dit alles maakt dat er andere angsten meespelen, of de angsten een andere inhoud hebben gekregen dan toen ze jonger waren omdat ze met zoveel nieuwe dingen geconfronteerd worden.

Jongeren hebben vooral **sociale angst**. Wat zeggen mijn vrienden over mijn gedrag? Ben ik wel leuk en goed genoeg voor ze? Zijn mijn kleren wel bij de tijd? Zit mijn haar zo dat ik niet uitgelachen word? Hoe sta ik in de groep? Kan ik wel meekomen? De macht van groepsdruk is vaak

lastig te weerstaan. Dus misschien zouden we deze angst beter kunnen verwoorden met **onzekerheid** ofwel **angst over zichzelf**. Het heeft meer met de jongere zelf te maken dan met de vrienden. Het zegt iets over zelfwaardering en identiteit van de jongere.

Er is nog steeds **angst voor bedreiging** van buitenaf. Nu niet zozeer gericht op angst voor straf maar angst voor de actualiteit in het wereldgebeuren. Oorlogen, natuurrampen van veraf komen steeds meer dichterbij en in het gezichtsveld. Gedachten dat er bij jezelf ook iets ernstigs kan gebeuren worden steeds sterker beleefd. Het zijn bedreigende angsten die steeds meer een rol gaan spelen en waar de maatschappij van verwacht dat ze daarmee op 'volwassen' wijze om kunnen gaan. Maar ook zij hebben hier geen oplossingen voor en de wereld dringt zich steeds meer aan hen op. Dat geeft dan soms ook angst voor de toekomst, al is het heel verschillend hoe jongeren daar mee bezig zijn (velen niet: "dat zien we dan wel")

Voor jongeren is een schuldvraag (**angst voor schuld**) minder aanwezig omdat ze al beter weten te reflecteren op moeilijke omstandigheden. Ze beseffen steeds beter waar de grenzen liggen tussen henzelf en anderen en wie waar verantwoordelijk voor is. Niet alles is hun schuld, maar als ze fouten hebben gemaakt blijft het lastig om schuld te erkennen, al geldt dit ook voor veel volwassenen nog steeds. Voor sommige jongeren geldt meer het omgekeerde: hadden ze maar wat meer schuldbesef. Door toedoen van het experimenteren met drugs, alcohol en seks gebeuren er veel zaken waar ze schuld aan hebben, maar waar ze zich niet schuldig over voelen. Het overzien van de consequenties van gedrag lijkt lastig te blijven voor vele jongeren.

Voor de jongeren zien we de **angst om te falen** (faalangst) toenemen. De prestatiedruk op school onder toeziend oog van leeftijdgenoten levert spanning en stress op. Dit in combinatie met het zoeken en ontdekken van de eigen identiteit, maakt het een leeftijd waarop men gevoelig is en bang om het fout te doen.

Wat betreft **scheidingsangst** reageren jongeren ook net even anders dan kinderen. Zij zijn bij een eventuele scheiding van ouders doorgaans (zichtbaar) minder emotioneel. Ze zijn een stuk 'groter' en willen ook 'groter' hierop reageren. Deels omdat ze al beter kunnen begrijpen waarom dat alles gebeurt. En het soms ook een verademing kan zijn dat de spanning uit huis weg is. Tegelijkertijd is het voor hen natuurlijk ten diepste ook geen positieve wending in het leven en raken ze vaak verscheurd tussen beide ouders.

En als we praten over **angst voor de dood** is daar ook een verschuiving te zien ten aanzien van de kindertijd. Voor jongeren geldt dat ze al een stuk verder richting volwassenheid zijn gegroeid. Ze beseffen veel beter dat eenieder die leeft eens dood zal gaan. Daarmee lijkt het wel of ze beter tegen het overlijden van een geliefd iemand kunnen

dan bij jongere kinderen het geval is, maar het geeft ook veel verwarring.

Er is wellicht geen moeilijker periode in het leven om een dierbaar iemand te verliezen dan de puberteit. Men streeft volop naar zelfstandigheid, op zoek naar een nieuw zelfbeeld, en op dat moment duwt verlies iemand vaak terug in afhankelijkheid.
(Keirse 2006:111)

Het gevaar is dat de gezonde groei naar volwassenheid wordt belemmerd, waardoor het de puberteit, naast zijn eigen perikelen die al intens genoeg kunnen zijn, nog ingewikkelder maakt. Het gevaar is ook dat de positie in het gezin verandert omdat kinderen de taken van de overleden ouder over moeten nemen (parentificatie).

Jongeren en pesten

9.3.3 JONGEREN EN PESTEN

Eind 2012 en begin 2013 wordt Nederland opgeschrikt door drie tieners die vrij kort op elkaar zichzelf van het leven beroven (Tim Ribberink, Fleur Bloemen en Anass Aouragh). Bij alle drie speelden op de achtergrond mee dat ze gepest waren. Tim liet een brief na met de woorden: "Ik ben mijn hele leven bespot, getreiterd, gepest en buitengesloten". In de tweede kamer werden er vragen gesteld. De kinderombudsman en de staatssecretaris sloegen de handen ineen en er verzezen tientallen anti-pestprogramma's voor scholen. Een kettingreactie van allerhande vervolgstappen volgde en sindsdien staat het onderwerp 'pesten' hoog genoteerd in de agenda's van scholen (Vermande 2015: 5).

Slachtoffers van pesten maken steeds vaker een einde aan hun leven. Het is een ontwikkeling die ieder jaar toeneemt mede door de sociale media. Het veelvuldig voorkomende cyberpesten (7 tot 10% van de jongeren) is een stuk lastiger om op te sporen en aan de kaak te stellen aldus de site Cyberpesten doe je niet! (2019). De meeste slachtoffers van cyberpesten schamen zich enorm en zullen niet snel aan de bel trekken.

Zie verder ook onder 9.1.3. Het pesten heeft vergaande gevolgen en is niet zelden reden tot suïcide.

Zelfmoord en jongeren

9.3.4 ZELFMOORD ONDER JONGEREN

Het beeld van de samenleving met de vele echtscheidingen, samengestelde gezinnen, individualisme, huiselijk geweld etc. zorgen ervoor dat jongeren zich ook vaker onzeker voelen.

Daarnaast is de maatschappij, inclusief het onderwijs prestatiegericht geworden. Alsof er elke dag een wedstrijd gaande is wie het beste en het hoogste moet eindigen. Dat vraagt zijn tol. De zelfmoordpogingen onder jongeren ligt ieder jaar hoger. In een artikel in het Algemeen Dagblad (2017) worden dertien mogelijke verklaringen genoemd:

1. De populaire netflix serie '13 reasons why' waarin een tienermeisje zelfmoord pleegt. Psycholoog René Diekstra reageerde: "Het verlangen om niets meer te hoeven voelen, niets meer te

- hoeven meemaken, met niets meer te hoeven worstelen, dat door het zien van deze zelfdoding wordt opgewekt of versterkt, kan verleidelijk gevaarlijk zijn”.
2. Het misgaan van ‘choking challenges’ een wurgspel waarbij jongeren hun keel dichtknijpen om ‘high’ te worden.
 3. Toename van dodelijke middelen zoals vuurwapens of drugs en poeders.
 4. Gebrekkige voorlichting over psychische problemen die nu te vaak met drugs en alcohol worden opgelost.
 5. Romantiseren van ‘doodgaan’. Er wordt te snel geroepen door jongeren: ”Ik wil dood”.
 6. Overkill aan persoonlijk drama waardoor suïcide uit de taboesfeer is gekomen.
 7. Minder opvang in de geestelijke gezondheidszorg. Jongeren die echt in de problemen zijn geraakt worden te veel aan hun lot overgelaten.
 8. Jongeren schamen zich voor hun problemen en zullen niet snel hun ouders daarmee belasten. De druk van het zwijgen kunnen ze niet aan en zien geen andere oplossing dan maar uit het leven te stappen.
 9. Kwaliteit wijkteams laten te wensen over. Jongeren in problemen krijgen eerder een cursus aangeboden dan therapie.
 10. Te lange wachtlijsten zodat het water aan de lippen staat bij sommige jongeren
 11. Sociale Media geven een enorme druk om een net zo fijn en mooi leven te hebben als anderen pretenderen te hebben. Als daaraan niet te tippen valt, slaat de wanhoop toe.
 12. Opvang in ziekenhuizen na een poging van suïcide is niet goed geregeld.
 13. Opmars van organisaties die pleiten voor vrijwillig levenseinde.

Zelfmoord is na ongelukken de tweede doodsoorzaak onder jongeren. Wellicht draagt de toenemende eenzaamheid, ontworteldheid en de zinloosheid van het leven bij aan meer zelfmoorden in de geïndustrialiseerde landen.

Zelfmoord komt zelden voor zonder stress of depressie. Er is daarin een ontwikkeling te onderscheiden met verschillende fasen, als pastoraal werker is het goed om hier zicht op te hebben en goed op door te vragen:

- gedachten aan de dood spelen soms door het hoofd;
- groeiend verlangen om dood te gaan;
- zelfmoordplan

Dit proces kan in een paar jaar, maar ook in een paar minuten doorlopen zijn.

Taak voor de pastoraal werker of jeugdwerker is allereerst het fabeltje te ontzenuwen van ‘Wie over zelfmoord praat, doet het niet’, of ‘Je kunt jongeren op het idee brengen door er over te praten’.

Veeleer is het opbouwen van een relatie, en door vooral te luisteren en erover te praten de juiste aanvliegroute zoeken om jongeren te helpen. De meesten die plannen tot zelfmoord hebben, proberen dit aan anderen te vertellen. Neem hen serieus en wees alert op dergelijke signalen. Want met deze signalen zeggen ze vaak dat ze hulp nodig hebben en vaak niet dat ze werkelijk dood zouden willen. Het is dan dus belangrijk dat ze inderdaad met spoed de passende hulp krijgen.

Jongeren en geloof

9.3.5 JONGEREN EN GELOOF

Kerkgang is in de puberteit geen vanzelfsprekendheid meer. Terwijl vroeger jongeren verplicht waren met de ouders mee te gaan, zie je nu steeds vaker dat ze al snel zelf een keuze mogen maken om wel of niet te gaan. Daarnaast is een puber zich aan het afzetten tegen ouders, de kerk hoort bij de ouders, dus het is begrijpelijk dat ze zich ook daartegen afzetten.

Ook al is het instituut kerk voor jongeren minder belangrijk, het geloof kan wel degelijk waarde hebben. Het is ook de fase van de persoonlijke geloofskeuze.

Steeds vaker hoor je geluiden, dat de jongeren van nu zich alleen gelaten voelen. Is er iemand die echt om hen geeft in de kerk? En als de jongere steeds verder wegdrijft van de kerk is het ook steeds lastiger om weer terug te keren. Oussoren (2010: 10-16) stelde in een onderzoek vast dat jongeren kerkgang en God veelal loskoppelden. Het verrassende uit zijn onderzoek is wel dat jongeren niet langer willen consumeren. Ze denken veel meer na, en zijn op zoek naar antwoorden op hun vragen.

Uit een Alpha Youth onderzoek (2018) komt naar voren dat jongeren meer aan zichzelf als christen twijfelen, dan over het bestaan van God. Sommigen schamen zich voor deze twijfels, maar het merendeel zou er graag over willen praten.

Pastoraat en jongeren

9.3.6 DE PASTORAAL WERKER EN DE JONGEREN

Van Dijk, directeur van de Evangelische Hogeschool heeft een treffend boekje over de leefwereld van jongeren geschreven en gaf het de titel: 'de hunkerende generatie' (2011). De titel slaat de spijker op zijn kop, want dit is precies de bodem waarop gebouwd moet worden, thuis, in de gemeente en op scholen. Het is de hunkering om erbij te horen, bang om iets te missen van wat er om hen heen bij vrienden gebeurt, terwijl de wereld zich aan hen op dringt. Van Dijk noemt dit infobesitas (2011:19). Jongeren hebben teveel en te snel alle mogelijke informatie onder handbereik via telefoon en tablet. Infobesitas geeft echter klachten als vermoeidheid, slaapttekort en concentratieproblemen. Het is niet nodig om ze de les te lezen, om ze te vertellen wat ze allemaal fout doen of waar ze hun aandacht beter op kunnen richten. Jongeren willen gehoord te worden, we moeten naast hen te gaan staan en hen leren begrijpen. Om zo een relatie aan te gaan, verbinding met hen te maken. Ze voor te leven dat er een God is die zoveel kracht kan geven

omdat Hij van ze houdt en ze liefheeft. Dit mag aandachtspunt nummer één zijn in de relatie met jongeren.

Spangenberg en Lampert hebben een ander boekje geschreven met de titel: 'De grenzeloze generatie'. Een geheel andere titel dan het boekje van Van Dijk, maar even correct als het gaat om het typeren van jongeren. Alles moet kunnen, alles mag in hun denk- en leefwereld. Ze staan zelf in het middelpunt van de individualistische samenleving. Het is geen gemakkelijke taak om deze jongeren te bereiken met liefde en aandacht. Het 'grenzeloze' lijkt veel vrijheid te geven maar geeft eerder losbandigheid en onduidelijkheid. Het antwoord hierop is dan ook niet om ze de les te lezen, maar om grenzen aan te geven en de juiste richting te wijzen en voor te leven. Dat is iets waar een pastoraal werker een positieve bijdrage aan kan leveren. Vanuit verbinding en echte interesse kan de jongere begeleid worden naar stabiele volwassenheid.

Conclusie

Kinderen en jongeren die opgroeien in deze tijd hebben als eerste nodig dat er mensen zijn die naast hen staan. Thissen zegt (Spangenberg 2011:67): "Er gaat niets boven een leraar voor de klas die de jongere weet te boeien en op het spoor van zijn of haar competenties zet". Vanuit de cultuur die draait om uiterlijkheden, design en lifestyle moet de samenleving weer op zoek naar structuur, grenzen en vriendschap. Het individualisme moet veranderen in saamhorigheid en verbondenheid. Wat kan de gemeente van de Here Jezus hierin een krachtig voorbeeld zijn. Door verbinding met elkaar, elkaar ondersteunen en aanmoedigen. Hoofdstuk tien gaat hier verder op in.

9.4 KINDEREN/ JONGEREN EN DIAGNOSES

De psychologie heeft zich de laatste jaren hard ontwikkeld. Het gevolg daarvan is dat het 'normale kind' steeds helderder omschreven wordt en dat het kind dat buiten deze norm valt steeds vaker en sneller een diagnose krijgt. De norm voor het 'normale kind' lijkt versmald, met als gevolg dat kinderen die vroeger 'gewoon' in de klas zaten, nu in speciale groepen geplaatst worden. Deze beweging heeft twee kanten. Enerzijds is het een zegen dat er meer inzicht komt in kinderen die extra zorg nodig hebben, anderzijds is er dus steeds meer zorg nodig en leven er steeds meer kinderen met een 'etiket' als autisme of ADHD (en veel andere mogelijkheden).

Doordat er bij 'afwijkend' gedrag snel verwezen wordt naar extra zorg, in eerste instantie vaak binnen de leeromgeving, maar ook vrij gemakkelijk naar de GGZ (psychologen, psychiaters), heeft dat impact op het kind en zijn context. In de huidige tijd is er een groot streven naar 'gelukkig leven' en wordt er op veel fronten gezocht om alles wat dat in de weg staat 'op te lossen'. Hierdoor krijgen onvolkomenheid, gebrokenheid, imperfectie en lijden steeds minder plaats in de realiteit van het leven. Het gevolg daarvan is dat kinderen en jongeren (maar ook de volwassenen) niet meer leren om met moeite om te gaan.

We leven in de schijnwaan van de maakbare samenleving en de maakbare mens. En het is natuurlijk waar dat door de grote ontwikkelingen binnen de geestelijke en lichamelijke gezondheidszorg er veel meer gedaan kan worden op het gebied van levenscomfort, maar de wereld is niet maakbaar. Deze maakbaarheid legt een grote druk op misschien wel alle leeftijden, want zodra er ergens iets afwijkends is, moet er iets aan gedaan worden, het moet als het even kan verholpen worden.

Als pastoraal werker is het belangrijk om je te realiseren dat het Bijbelse beeld is, dat er een gebroken wereld is. Dat lijden bij het leven hoort (zie ook 8.2), dat het niet gaat om perfectie of geluk, maar om de relatie met God en het aanvaard weten in Hem. Daarnaast is het goed om als pastoraal werker bekend te zijn met de kenmerken van de verschillende diagnoses, omdat het zinvol is om goed te anticiperen op bijvoorbeeld iemand met het syndroom van Asperger. Door de ontwikkelingen binnen de psychologie zijn er steeds meer handleidingen geschreven bij de verschillende diagnoses en het is goed om daar kennis van te hebben. Vroeger werden mensen 'voor gek' verklaard en het is dan ook een zegen dat die tijd achter ons ligt en er nu de mogelijkheid is om steeds beter 'zorg op maat' te bieden.

VRAGEN BIJ HOOFDSTUK 9

1. Waarom vraagt het pastoraat aan kinderen extra aandacht?
2. Noem minstens drie belangrijke punten voordat men het gesprek met kinderen aangaat.
3. Waarom hebben kinderen vaak last van aangeleerde angst?
4. Noem vijf verschillende soorten angst waar kinderen mee te maken hebben
5. Geef het verschil aan tussen plagen en pesten.
6. Hoe kun je pestgedrag signaleren? En wat is dan de beste oplossing?
7. Hoe kun je kinderen het beste pastoraal helpen als het gepest wordt?
8. Welke drie factoren spelen mee in het feit dat veel jongeren te maken krijgen met de kinderbescherming.
9. Waaruit bestaat de grootste angst onder jongeren?
10. Hoe komt het dat er vandaag de dag veel meer suïcide onder jongeren voorkomt dan vijftig jaar geleden? Geef minstens tien redenen weer.
11. Vertel iets over jongeren en het geloof.
12. Hoe komt het dat er vandaag zoveel meer jongeren met een 'etiketje' rondlopen dan vroeger?

10 PASTORAAT RONDOM VERBINDEN

Na kinderen en jongeren in de groeiperiode te hebben besproken komt het middenstuk van het leven aan de beurt dat getypeerd kan worden met verbinding.

10.1 DE MENS UIT ÉÉN STUK

In 1 Thess.5:23 zegt Paulus,

'En moge de God van de vrede Zelf u geheel en al heiligen, en mogen uw geheel oprechte geest, de ziel en het lichaam onberispelijk bewaard worden bij de komst van onze Heere Jezus.'

Mede met het oog op deze tekst zijn velen van mening dat de mens bestaat uit geest, ziel en lichaam. Misschien wordt het nog duidelijker om te stellen dat de mens geest is, een ziel heeft en woont in een lichaam. Door de wedergeboorte wordt onze geest geheel vernieuwd, maar onze ziel en ons lichaam veranderen op dat moment niet.

Hoe kan een mens in totaliteit goed voor zichzelf zorgen?

Goede zorg voor het lichaam bestaat uit (gezond) voedsel, rust en beweging. Het lichaam kunnen we zien en voelen.

Voeding voor de geest is geestelijk voedsel. De brede behoefte aan spiritualiteit bevestigt het belang van deze voeding. Een geest moet ook gevoed worden. Een geest heeft ook rust nodig. Net als bij het lichaam gebeurt dat in de slaap. Als Christen is onze geest gevuld met Gods Geest en om deze geest te voeden is het nodig om intimiteit met God te hebben. Alles wat ons dichterbij Hem brengt, is goed voor de geest. De geest is niet zichtbaar of voelbaar.

Het is lastig om vanuit de Bijbel te duiden wat de ziel is en omvat. De ziel is het centrum van de mens. Er wordt in de Bijbel, maar ook in het dagelijkse taalgebruik over 'hart' gesproken. Waar zit het 'gebroken hart' bij liefdesverdriet? De functie van de ziel wordt onder meer zichtbaar in de wil en de emoties. Daarmee is de ziel als het ware de brug tussen de geest en het lichaam. Als het goed is wordt de Christen aangestuurd door de Geest, deze werkt door de menselijke geest door in de ziel (wil, drijfveren) en dat wordt zichtbaar in het handelen en spreken(lichamelijk).

Luistert de ziel echter naar de kant van het lichaam (behoeften, drijfveren) dan ontstaat er een vleeselijke Christen.

Deze keuzestrijd zal voor alle Christenen herkenbaar zijn, deze strijd was zelfs herkenbaar voor Paulus:

...want het goede dat ik wil, doe ik niet, maar het kwade, dat ik niet wil doe ik. ... ik ellendig mens, wie zal mij verlossen uit het lichaam van deze dood? Ik dank God, door Jezus Christus onze Heere. (Rom. 7:19, 24, 25)

Alleen door Gods kracht en Zijn werk in ons kunnen wij de kant van de geest/Geest kiezen.

En wat is dan het voedsel voor onze ziel? Wat is er nodig om te zorgen dat de ziel 'luistert' naar de geest en niet naar het lichaam? De ziel heeft verbinding nodig: óf het verbindt met het lichaam óf het verbindt met de geest. Maar verbinding is nodig. De ziel is niet te zien (zoals het lichaam wel zichtbaar is), maar de ziel is absoluut voelbaar aanwezig. Emoties, wil en geweten komen tot uiting in allereerst het gevoel. Hoe onze emoties zijn voelen we. Of onze keuzes goed of slecht zijn voelen we. Onze ziel kan gevoeld worden en moet gevoed worden door verbinding. Enerzijds is het dus de verbinding met de geest en met het lichaam. Daardoor wordt de mens een mens 'uit één stuk'. Het is een eenheid en het zijn geen losse onderdelen meer. Tegelijkertijd hebben ze in eenheid een eigen functie. Samenvattend: als het goed is wordt de Christen door de Geest gevoed in de geest, dit werkt door in de ziel (wil, geweten e.d.) en dat komt tot uiting in gedrag. Deze aansturing kan ook andersom: de mens wordt aangestuurd door het lichaam (behoefte, 'driften', egoïsme, vleselijke verlangens), dit stuurt de ziel aan en vult daarmee de geest. Wanneer Jezus spreekt over de bron', dan spreekt Hij over de ziel. Bijvoorbeeld bij de Samaritaanse vrouw (Joh.4:13,14):

Jezus antwoordde en zei tegen haar: Ieder die van dit water drinkt, zal weer dorst krijgen, maar wie drinkt van het water dat Ik hem zal geven, zal in eeuwigheid geen dorst meer krijgen. Maar het water dat Ik hem zal geven, zal in hem een bron worden van water dat opwelt tot in het eeuwige leven.

Hierin stelt Jezus de vraag: "Laat je je vullen door aardse dorst (behoeften) of door Mij, waardoor je verzadigd zult worden?"

Iets verderop in Johannes staat:

En op de laatste, de grote dag van het feest, stond Jezus daar en riep: Als iemand dorst heeft, laat hij tot Mij komen en drinken. Wie in Mij gelooft, zoals de Schrift zegt: Stromen van levend water zullen uit zijn binnenste vloeien. (en dit zei Hij over de Geest, Die zij die in Hem geloven ontvangen zouden...(.) (Joh. 7:37-39).

Wanneer een Christen zich laat vullen door Gods Geest, dan zal dat zichtbaar zijn in de 'stromen van levend water'.

Het onderscheid tussen de werken van het vlees en de gave van de Geest is de zichtbare uiting van waaruit de mens zich aan laat sturen.

De vleselijke mens laat zich vanuit het lichaam aansturen en de geestelijke Christen vanuit de Geest.

De werken van het vlees zijn: overspel, hoererij, onreinheid, losbandigheid, afgoderij, toverij, vijandschappen, ruzie, afgunst, woede-uitbarstingen, egoïsme, onenigheid, afwijkingen in de leer, jaloersheid, moord, dronkenschap, zwelgpacten, en dergelijke.. (Gal.5:19-21)

De vrucht van de Geest is echter: liefde, blijdschap, vrede, geduld, vriendelijkheid, goedheid, geloof, zachtmoedigheid, zelfbeheersing. (Gal.5:22)

Dit is zoals God de mens bedoeld heeft. Mens uit één stuk, één geheel, aangestuurd door Hem, de bron laten vullen door Hem en die vervolgens laten stromen, zodat het zichtbaar is voor allen.

Op deze wijze komt de mens in verbinding met God, degene die leven geeft, die herstel geeft, die leidt, die almachtig is, die de mens gemaakt heeft en kent.

In het pastoraat is deze verbinding het fundament waarop gebouwd kan worden. In verbinding met Hem, aangedreven door Hem en in eenheid met zichzelf.

10.2 VERBINDING MET ANDEREN

Wanneer de mens zelf uit een stuk is, is er de mogelijkheid om goed te verbinden met anderen. Dat gebeurt vooral door woorden te geven aan onze gevoelens en onze gedachten: Wat leeft er, wat speelt er allemaal in onze binnenkant?

In het pastoraat komen we vaak mensen tegen met *zielenpijn*. Het is juist op het gebied van de ziel waardoor de meeste mensen aan de bel trekken. Door schuld, schaamte, afwijzing of verwondingen kunnen er geen verbindingen meer gelegd worden. Soms zijn er zelfs geen woorden te vinden om dat wat binnen in ons leeft te omschrijven. En toch...juist op dit vlak moet geprobeerd worden woorden te vinden vanuit de binnenkant, het innerlijk, om weer opnieuw te kunnen verbinden met anderen om ons heen.

God schiep als eerste Adam. Maar Adam ontdekte dat, hoe mooi de wereld ook was en hoe geweldig het ook was om de dieren namen te geven, hij zich eenzaam voelde omdat er voor hem geen verbinding gelegd kon worden die echt bij hem paste. Mensen hebben mensen nodig.

Welke zaken zijn belangrijk voor goede relaties?

- Een gezonde ontwikkeling
- De kracht van aanvaarding en van kwetsbaarheid

- Identiteit in Christus kennen

Ontwikkeling

Gezonde ontwikkeling

Een baby start met het leren zich te verbinden aan de moeder, daarna komt er, met name in de puberteit, de fase van het loskomen van de ouders en het ontwikkelen van een eigen identiteit. Het is belangrijk om te weten wie iemand zelf is, om vervolgens op een verantwoorde, gezonde wijze in een relatie een passende plek in te nemen. Opnieuw is er dan de verbinding, maar daarvoor zijn zowel de hechting (het kunnen verbinden) als het zelfstandig zijn (los van andere bestaansrecht hebben) noodzakelijk (van Nes, Nd.) staat dit zeer uitgebreid beschreven).

Aanvaarding en kwetsbaarheid

De kracht van aanvaarding en van kwetsbaarheid

Aanvaarding en kwetsbaarheid zijn twee kanten van dezelfde medaille. En zowel om te aanvaarden en om kwetsbaar te zijn, moet er iets overwonnen worden in de strijd tegen afwijzing. De angst voor afwijzing zit bij bijna alle mensen heel diep. Jezus is het indrukwekkende voorbeeld van hoe Hij mensen aanvaardde, wat iemand ook gedaan had of hoe iemand ook was. Hij keek door gedrag en buitenkant heen en veroordeelde mensen niet snel op hun gedrag (behalve wanneer het hart niet zuiver was, zoals bijvoorbeeld bij de farizeeën (Matt. 12:33-37).

Kwetsbaarheid en aanvaarding maken beiden een relatie sterker. Door de ander te aanvaarden en niet kritisch te bejegenen of te veroordelen, groeien vertrouwen en veiligheid. Door kwetsbaar te zijn wordt vertrouwen gegeven en wordt bevestigd dat de ander het vertrouwen waard is.

Kwetsbaarheid is het eigen hart aan de ander laten zien, aanvaarding is de ander de ruimte bieden zijn hart te laten zien. Op deze manier zijn beide bewegingen te duiden.

Bij aanvaarding is het de keuze om, voorbij het oordeel, de ander letterlijk of figuurlijk te omarmen. De ander mag zijn, ondanks...

Bij kwetsbaarheid is het de moed om dingen vanuit het binnenste te delen, zonder dat precies helder is hoe de ander daarop zal reageren.

Aanvaarding geeft de moed om kwetsbaar te zijn en kwetsbaarheid geeft de neiging tot aanvaarding. Maar het monster van afwijzing is zo groot dat zowel kwetsbaarheid als aanvaarding lastig is

Door aanvaarding is het mogelijk om zonden aan elkaar te belijden, om zwakke kanten te benoemen, om twijfels ten toon te spreiden. Kortom: aanvaarding geeft de mogelijkheid om kwetsbaar te zijn.

Wat is dan de meerwaarde van kwetsbaarheid? In de huidige tijd zijn uiterlijk en buitenkant heel belangrijk. Er goed uit zien, een mooie tuin hebben, goed bij elkaar gekozen interieur, etc. Er is een grote behoefte om te voldoen aan het ideaal. Er is een hang naar perfectie. En wanneer er niet voldaan wordt aan deze norm, wordt dat snel geduid als falen, soms zelfs als mislukken. Er is moed voor nodig om een andere kant te laten zien. Er is moed voor nodig om naar de binnenkant te laten kijken.

Beschermingsmechanismen

Om mensen een blik te laten werpen op zaken die niet op orde zijn, gedachten die niet fraai zijn, moeiten die er achter de voordeur spelen.

Brown (2013:114-169) is na jaren onderzoek gekomen tot een aantal punten hoe de mens voorkómt om kwetsbaar te zijn (beschermingsmechanismen) en wat er wél nodig is om kwetsbaar te durven zijn (ontwapeningsmethoden). Hieronder een selectie uit de punten die Brown noemt.

Wat zijn de beschermingsmechanismen ter voorkoming van kwetsbaarheid?

1. Wantrouwen

“Wanneer we het vermogen of de bereidheid om ons kwetsbaar op te stellen kwijtraken, wordt geluk iets wat we met een diep wantrouwen benaderen.” (2013:119)

Vanuit haar onderzoek concludeert Brown (2013:120) dat mensen zich het meest kwetsbaar voelen bij momenten van geluk. Om open te staan voor de momenten van geluk in het leven is het nodig om zich kwetsbaar op te stellen. Door wantrouwend te zijn wordt geprobeerd om de kwetsbaarheid als het ware voor te zijn. Maar het helpt niet, sterker nog, het rooft het geluk.

De Bijbel kent deze wijsheid ook. Het is niet nodig om bezorgd te zijn, er is een zorgende Vader:

“Wees dan niet bezorgd over de dag van morgen, want de dag van morgen zal voor zichzelf zorgen; elke dag heeft genoeg aan zijn eigen kwaad.” (Matt.6:34)

2. Perfectionisme

Perfectionisme is niet hetzelfde als streven naar kwaliteit maar is een vorm van zelfbescherming. De gedachte bij veel mensen is dat door perfectie de pijn van afkeuring en schaamte geminimaliseerd wordt. Door perfectionisme hopen mensen goedkeuring te ontvangen. Goedkeuring dus op prestatie. Ten diepste wordt perfectionisme in veel gevallen gevoed door schaamte en afwijzing. Zo wordt perfectionisme een controlesysteem dat als schild om het kwetsbare hart staat.

3. Zelfverdooving

Om niet (alles) te voelen zijn er veel manieren van zelfverdooving. Te denken valt aan te druk zijn, medicijngebruik, alcoholgebruik.

Ontwapeningsmethoden

Wat zijn de ontwapeningsmethoden om meer in verbinding te kunnen zijn?

1. Tevreden met genoeg.

De huidige tijd is herkenbaar aan de eeuwige honger. Er is altijd behoefte aan meer, meer geld, meer spullen, meer vrije tijd, meer vakantie, groter huis, etc.

In de Bijbel (Luc.12:16-21) staat een gelijkenis over dit thema.

Het land van een rijk man had veel opgebracht. En hij overlegde bij zichzelf en zei: Wat zal ik doen? Want ik heb geen ruimte om mijn vruchten op te slaan. En hij zei: Dit zal ik doen: ik zal mijn schuren afbreken en grotere bouwen en ik zal daarin al mijn koren en al mijn goederen opslaan. En ik zal tegen mijn ziel zeggen: Ziel, u hebt veel goederen liggen voor veel jaren. Neem rust, eet, drink en wees vrolijk. Maar God zei tegen hem: Dwaas! In deze nacht zal men uw ziel van u opeisen; en wat u gereedgemaakt hebt, voor wie zal het zijn? Zo is het met hem die voor zichzelf schatten verzamelt en niet rijk is in God.

Tevredenheid laat ruimte om zichzelf te zijn, ontevredenheid leidt niet naar tevredenheid en naar geluk. Het plaatst geluk in de toekomst. "Wanneer ik zo meteen genoeg geld heb, dan....". "Wanneer ik zo meteen met pensioen ben, dan..."

Mensen die leven vanuit genoeg zeggen, aldus Brown:

- Ik ben genoeg (een gezond gevoel van eigenwaarde in plaats tekortschieten)
- Ik heb genoeg (grenzen in plaats van wedijver en vergelijking)
- Het is genoeg als ik me openstel, risico's neem en mezelf laat zien (betrokkenheid in plaats van een gebrek daaraan)

2. Dankbaarheid.

Volgens Brown (2013:125) is dankbaarheid het medicijn tegen wantrouwen. En zal dankbaarheid dus tot verbinding leiden en wantrouwen juist tot afstand. Het heeft te maken met hoe er naar een situatie gekeken wordt. Bij dankbaarheid wordt er gekeken naar het goede, naar het mooie. Bij wantrouwen naar dat wat slecht is of wellicht zou kunnen worden. Voor een Christen is er een plek waar zijn/haar dankbaarheid geadresseerd kan worden, dit geeft kracht.

En dank altijd voor alle dingen God en de Vader in de naam van onze Heere Jezus Christus (Ef.5:20)

En alles wat u doet met woorden of met daden, doe dat alles in de Naam van de Heere Jezus, terwijl u God en de Vader dankt door Hem. (Kol.3:17)

3. Accepteer jezelf zoals je bent

De basis om dit te kunnen is door te weten dat er volledige aanvaarding is in Christus (zie het volgende punt). Dit maakt dat er ruimte komt voor mildheid naar onszelf. Er mag plaats zijn voor acceptatie van wie je bent.

Identiteit

Weten wie je bent in Christus

De bron om deze angst voor afwijzing en de neiging tot perfectionisme te overwinnen ligt in de waarheid van de verbinding met Christus. Voor een Christen is het waarheid dat er aanvaarding is in Christus. Onvoorwaardelijk, omdat de zonden door het offer aan het kruis zijn weggedaan. De relatie is hersteld. Dit herstel van verbondenheid, deze aanvaarding geeft Christenen de veilige haven van waaruit de wereld ingetrokken kan worden. Het is onbelangrijk geworden wat andere mensen vinden, omdat de belangrijkste stem, de stem van God is. De stem van Vader, de stem tegen de jongste zoon:

“En hij (de jongste zoon) stond op en ging naar zijn vader. En toen hij nog ver van hem verwijderd was, zag zijn vader hem en deze was met innerlijke ontferming bewogen en hij snelde hem tegemoet, viel hem om de hals en kuste hem. En de zoon zei tegen hem: Vader, ik heb gezondigd tegen de hemel en tegenover u. Ik ben het niet meer waard uw zoon genoemd te worden. Maar de vader zei tegen de slaven: haal het beste gewaad tevoorschijn en trekt het hem aan en geef hem een ring aan zijn hand en sandalen aan zijn voeten. En breng het gemeste kalf en slacht het, en laten we eten en vrolijk zijn. Want deze, mijn zoon was dood en is weer levend geworden. En hij was verloren en is gevonden. En zij begonnen vrolijk te zijn.” (Luc. 15:20-24)

Het is mooi om te zien hoe de zoon ervoor kiest om zijn keuze sterker te laten zijn dan zijn angst voor afwijzing. Hij weet immers niet hoe zijn vader zal reageren. Hij durft zich kwetsbaar op te stellen en door de overvloedige aanvaarding van de vader is er ruimte om werkelijk weer verder te kunnen. Herstel van de relatie is een feit (ook al zullen er wellicht nog wel wat gesprekken gevoerd moeten worden).

Gods aanvaarding is er wanneer iemand ervoor kiest om naar Hem toe te gaan. Onvoorwaardelijke aanvaarding. Als Christen is het belangrijk om dit tot in de diepste diepten te geloven. Te vaak wordt er gekeken naar uiterlijke zaken, naar het goede of foute handelen op basis waarvan aanvaarding verdiend wordt. Dit is een on-Bijbels denken. Het gaat niet om het handelen, maar om het hart wat zich naar God toekeert, dán is er aanvaarding.

Daarom, aanvaard elkaar zoals ook Christus ons aanvaard heeft, tot heerlijkheid van God. (Rom. 15:7)

In het pastoraat zijn veel mensen die worstelen met verbinding. Soms vol wantrouwen, door beschadigingen of neiging tot perfectionisme om de controle niet te verliezen. Het is de uitdaging dat deze mensen hun afweermechanismen als het ware in durven ruilen voor ontwapeningsmechanismen. Dat kan een heel proces zijn, waarbij er soms nieuwe teleurstellingen zijn, maar uiteindelijk worden mensen er mooier en

completer door. De basis daarvoor is dat ze hun 'identiteit in Christus' kennen.

10.3 ONTWIKKELEN VAN RELATIES

De Bijbel staat vol met het gegeven dat de mens naar Gods beeld geschapen is. En de kern van dat beeld is, dat God een relationeel wezen is, zoals ook al in Hoofdstuk 6 genoemd is. God heeft de mens zo geschapen dat hij in verbinding met anderen mensen het beste op zijn plek is en het beste tot zijn recht komt. Daarom zijn er in de Bijbel ook zoveel verschillende soorten relaties beschreven. Allereerst wordt de aandacht gericht op vriendschappen.

10.3.1 VRIENDSCHAPPEN

Het belang van vriendschappen is allang bewezen. De verbinding tussen mensen onderling geeft stem aan de diepste behoefte om gezien te worden en geliefd te zijn. Adam had een prachtige taak om de tuin te bewerken, om de dieren namen te geven, om met hen samen op te trekken. Maar hij was alleen en eenzaam. Pas nadat Eva aan hem gegeven was, kwam hij tot zijn volle bestemming en kon hij in haar iets van zichzelf terugvinden: 'been van mijn beenderen, en vlees van mijn vlees' (Gen.2:23). Dit vervulde hem met blijdschap. Het was de bedoeling vanaf de eerste bladzijden van de Bijbel dat de mens met een ander op zou trekken.

Kwetsbaarheid van vriendschap

Maar het kan ook anders. Het Hebreeuwse woordje '*allup*' is het diepste woordje voor vriendschap (te vertalen met: boezemvriend) en komt eigenlijk alleen maar voor in de context van verraad en narigheid. Spr.2:17 spreekt van verraad als de 'lichtzinnige vrouw' haar boezemvriend en het verbond met God vergeet' Ruzie kan heel vervelende gevolgen hebben voor een vriendschap (Spr.16:28,17:9). Er moet over vriendschap gewaakt worden. Maar de verbintenis tussen vrienden kan sterk zijn. Spr.27:9 zegt: 'Olie en reukwerk verblijden het hart, zo is de genegenheid van iemands vriend, vanwege de hartelijke raad'

De Bijbel, en met name het boek Spreuken, heeft veel te vertellen over het onderwerp vriendschap. Misschien is wel de mooiste tekst die de basis van echte vriendschap weergeeft te vinden in Spr.17:17: 'Een vriend heeft te allen tijde lief'. Te allen tijde betekent dan ook echt 'te allen tijde', in goede en in minder fraaie tijden. Het mooie voorbeeld van Jonathan en David is veelzeggend (1Sam.18-23). In deze vriendschap zijn enkele bijzondere kenmerken te ontdekken.

Goede vriendschap

Deze vriendschap was een vriendschap **waar God deel van uitmaakte**. Toen Jonathan David voor de eerste keer ontmoette, net nadat hij

Goliath had verslagen, staat er dat 'Jonathan met hart en ziel aan David verbonden raakte' (1Sam.18:1). En dat Jonathan hem liefhad als zichzelf. Dit alles vond plaats net nadat David had aangegeven waarom hij Goliath te lijf ging; omdat 'hij de gelederen van de levende God gehoond heeft'. 'David ging de strijd niet aan om een avontuurtje te beleven, hij ging de strijd aan omdat God bespottelijk werd gemaakt. Dat maakte dat Jonathan verknocht raakte aan David. Later zou hij zeggen: 'de Heer is tussen mij en jou' (1 Sam.20:23). God stond in het middelpunt van hun vriendschap.

Meteen daarop lezen we dat **zij samen een verbond sloten** (1Sam. 18:3). Echte vriendschap is te vergelijken met het sluiten van een verbond. Vriendschap is niet alleen om samen te feesten en samen goede tijden te beleven. Ook in minder goede tijden is er trouw en wederzijdse steun. Jonathan deelde zijn bezit. Hij schonk David zijn koninklijke mantel, zwaard, boog en gordel. David liep rond als een prins en zo kon iedereen zien dat zij beiden een vriendschapsverbond hadden gesloten.

Toen Saul zich bedreigd voelde door de populariteit van David, kwam Jonathan en **nam het voor zijn vriend op** zodat David weer aan het hof terecht kon (1 Sam.19:4-6).

Maar als het tij toch weer keert en de boze Saul David probeert te doden, vlucht David naar Jonathan en vertelt hem alles. Jonathan is ontzet en kan het eerst niet geloven dat het zo erg is. Tegen David zegt hij: 'wat verlang je'? Met andere woorden: 'wat kan ik voor je doen? Opnieuw is Jonathan er voor zijn vriend. **Hij staat open om hulp te geven.**

Op het moment dat Jonathan inziet hoe slecht het ervoor staat voor David beseft hij dat hij afscheid moet nemen van David. Daar komt veel emotie bij te pas, ze kusten elkaar en huilden met elkaar (1Sam.20: 41). Hun harten werden verscheurd, **want ze waren verknocht aan elkaar.**

De laatste ontmoeting die over de twee vrienden beschreven is, staat in 1Sam.23:16 waar staat **dat Jonathan David bemoedigde in God.** In deze laatste ontmoeting gebeuren mooie dingen, naast de al genoemde bemoediging. Jonathan, als kroonprins, zag in David zijn meerdere. Hij wist dat David op de troon zou komen en Jonathan stond die plaats zonder enig nadenken meteen af. De grootste onder hen werd hiermee de minste en David nam de plek van Jonathan in. Jonathan stelde voor om de tweede man in het land te worden (1Sam.23:17).

David was trouw aan zijn vriend. Als Jonathan bij de strijd sneuvelt en David over hem rouwklaagt zegt hij, 'Ik ben benauwd om jou, mijn Jonathan! Je was mij zeer lief; je liefde was mij wonderlijker dan de liefde van vrouwen'. Wat een prachtige ode aan zijn boezemvriend.

Hun **vriendschap ging zelfs over de dood heen.** Het verbond dat zij beiden gesloten hadden werd door David volledig nageleefd toen hij de kreupele Mefiboseth bij hem in het paleis nam en hem voor de rest van zijn leven ondersteunde (2 Sam.9).

De basis van deze bijzondere vriendschap is dat zij beiden in verbinding stonden met, en leefden vanuit God. Je zou het een driehoeksverhouding mogen noemen. En het verbond dat ze met elkaar sloten was een

bescherming voor hun vriendschap. Er was een open en eerlijke communicatie tussen die twee en je ziet hoe ze hun hart met elkaar durfden te delen. Wat kan vriendschap kostbaar zijn! Het staat in schril contrast met de vijandschap die Saul voor David koestert. Aan de ene kant staat Jonathan, die alles voor zijn vriend overheeft, zelfs het koningschap. En aan de andere kan zien we Saul, de aartsvijand die David blijft achtervolgen.

Dit verhaal loopt uit op een nog groter verhaal als de Zoon van God tegen ons zegt; 'U bent Mijn vrienden, als u doet wat Ik u gebied. Ik noem u niet meer dienaren, want een dienaar weet niet wat zijn heer doet, maar Ik heb u vrienden genoemd, omdat Ik u alles wat Ik van Mijn Vader gehoord heb, bekendgemaakt heb' (Joh.15:14-15). Wat gaat dit ongeloofelijk diep. Wij zijn niet langer slaven. Een slaaf wordt gecommandeerd; er wordt gezegd wat hij doen moet en dan moet hij daarmee ook aan de gang gaan. Maar een vriend zijn betekent vertrouwen hebben en verantwoordelijkheid krijgen. Jezus die ons mensen vertrouwt met de diepste dingen die Hij van Zijn Vader te horen heeft gekregen. En daarmee legt Hij ook meteen de verantwoordelijkheid in onze handen. Vriendschap met God en met Jezus...wat een verbinding is dat in het leven!

Destructieve vriendschap

10.3.2 'DESTRUCTIEVE' VRIENDSCHAPPEN

Na dit mooie voorbeeld hoe een vriendschap kan zijn is er het besef dat het lang niet altijd zo positief is. Er zijn ook destructieve vriendschappen. Vriendschappen waarin misschien één van beiden een slechte invloed heeft op de ander. De ander manipuleert of in een hoek probeert te duwen, geen respect toont en altijd de 'nemende partij' is en nooit eens 'geeft'. Slechte vriendschappen kosten veel energie, worden vaak onderhouden uit schuldgevoel of omdat het vroeger toch zo geweldig was of om welke andere reden dan ook.

De Bijbel heeft ook voorbeelden van slechte vrienden. Denk aan de drie vrienden van Job die toen het er echt op aankwam, Job beschuldigden en hem op negatieve manier bestookten met hun vragen en dogma's terwijl ze zijn lijden uit het oog verloren. Alles draaide om hun gelijk ten koste van Job.

Maar ook de raad van Jonadab aan zijn vriend Amnon (2 Sam.13:1-22) loopt zo desastreus af dat doodslag het gevolg is.

Voor beide verhalen is het kenmerkend dat er egoïstische motieven aan ten grondslag liggen, in tegenstelling tot het verhaal van David en Jonathan.

De vrienden van Job wilden hun gelijk halen en Jonadab wilde voor Amnon een oplossing bewerken, gezien zijn status van grote wijsheid (2 Sam.13:3). Het staat niet met zoveel woorden beschreven, maar de combinatie van het verwoorden dat Jonadab een heel wijze man was, met zijn 'goede oplossing' voor Amnon (lees 'Amnon die zijn zin gaat krijgen') doet vermoeden dat Jonadab wel met een oplossing moest komen, anders zou zijn wijsheid in diskrediet komen.

Destructieve vriendschappen en pastoraat

Het voorbeeld van David en Jonatan mag leidend zijn als er nagedacht wordt over vriendschap. Kenmerkend voor die vriendschap was, dat ook God een plaats had binnen hun vriendschap en dat het een opofferende vriendschap was vanuit oprechte liefde voor elkaar. De opdracht uit Joh.15:13, 'Niemand heeft een grotere liefde dan deze, *namelijk* dat iemand zijn leven geeft voor zijn *vrienden*.' wordt duidelijk waargenomen bij David en Jonatan.

De Bijbel waarschuwt op meerdere plaatsen dat we ons niet moeten laten beïnvloeden door slechte relaties met anderen (1Kor.5:11, Spr. 22:24-25, 1Kor.15:33).

Wanneer er geen vreugde meer in een vriendschap ervaren wordt en de vriendschap alleen maar energie vreet en niets meer geeft, is het tijd om een punt achter de vriendschap te zetten, hoe mooi het misschien in het verleden ook geweest is.

Als pastoraal werker kun je steun geven bij de stap om slechte vriendschappen af te sluiten. De teleurstelling dat mensen teleurstellen mag mee beleefd en mee gedragen worden. En in dit proces mag gewezen worden op Christus. Niet als een goedkope oplossing maar als een wezenlijke krachtbron die nabij wil zijn.

Het aloude bekende lied 'Welk een vriend is onze Jezus' mag tot troost zijn, zeker als de achtergrond van het schrijven van dit lied naar voren kan worden gebracht. De auteur is Joseph Scriven (1819-1886) die het lied vanuit zijn tragisch levensverhaal heeft geschreven. (Baayens, 2015).

10.3.3 HUWELIJK

Vriendschappen verbindt mensen met elkaar, maar hoe zit het in de huwelijken? Als iets zou moeten verbinden dan is het toch wel 'een maatje voor het leven' waarmee een huwelijksverbond aangegaan wordt?

In het pastoraat komen veel huwelijksproblemen langs, trouw is geen vanzelfsprekend woord meer. Een aantal decennia geleden was echtscheiding onder christenen not done, maar dat beeld is drastisch veranderd. Het aantal scheidingen is de laatste jaren gegroeid en de acceptatie om te scheiden (en te hertrouwen) onder Christenen ook. In deze module wordt daar niet verder over uitgeweid, daarvoor is de EC-module 'huwelijk & echtscheiding'.

De vraag die hier gesteld wordt is: "Wat vormt de basis voor een goed huwelijk?" Huwelijksproblemen komen veelal voort uit het wankelen van deze basisprincipes. Om de moeilijkheden te overwinnen moet men proberen elkaar te begrijpen, er moet verbinding zijn met elkaar. Dat is de basis en de start van een huwelijk.

Huwelijkspartners moeten elkaar begrijpen.

Johnson spreekt over de behoefte aan verbondenheid in haar boek. Als die verbinding gaat ontbreken, wordt de mens steeds minder emotioneel ontvankelijk voor de ander. Zij stelt zelfs 'het mislopen van een huwelijk begint met toenemende afwezigheid van intieme interacties. Het conflict komt later.

Basis voor een huwelijk

Geliefden balanceren op een koord. Als de wind van twijfel en angst opsteekt, kan er neiging tot vastklampen of afstoten zijn. Juist daardoor zal het koord steeds meer gaan slingeren en wordt het evenwicht steeds labiel. Om op het koord te blijven staan, moeten de partners met elkaars bewegingen meegaan, reageren op elkaars emoties. Door verbinding ontstaat er weer balans, emotioneel evenwicht (Johnson 2011:45-49).

De basis van een huwelijk is allereerst elkaar begrijpen zodat er verbinding met elkaar mogelijk is. Elkaar begrijpen klinkt eenvoudig maar blijkt in werkelijkheid soms weerbarstig te zijn. Om elkaar echt te begrijpen zijn een paar randvoorwaarden essentieel. De belangrijkste zijn (bewerkt vanuit Tournier, z.j. 5-71):

1. *Om elkaar te begrijpen moet de wil daarvoor aanwezig zijn.*

Hoe eenvoudig klinkt dit, maar Tournier stelt (z.j. :5) dat de meeste gesprekken tussen echtelieden net zo zijn als de gesprekken tussen volkeren; gesprekken als tussen doven. Eenieder spreekt om zijn eigen standpunten en denkbeelden naar voren te schuiven en zo de ander te kunnen beschuldigen. Hoe vaak begint een ruzie niet met: "Ik begrijp niet dat....?"

De eerste vraag in een huwelijk mag zijn: "Wil ik mijn partner echt begrijpen? Wil ik in zijn/haar schoenen gaan staan om te snappen waar hij het over heeft?" Door gebrek aan wederzijds begrip ontstaan de moeilijkheden, terwijl als men de wil heeft om de ander echt te begrijpen, als er openheid voor elkaar en elkaars standpunten is, dan is er goede kans op een stabiel huwelijk. Het start met de keuze om de ander te begrijpen.

2. *Om elkaar te begrijpen moet men zich uitspreken.*

Met de wil alleen zijn we er nog niet; dat is namelijk een keuze. Nu moet er ook gehandeld worden in het verlengde van deze keuze. Juist in een open communicatie waar het niet alleen over de dingen van alledag gaat, maar misschien juist over waar de ander mee bezig is, wat hem/haar bezig houdt in gedachten en emoties. Het hart delen in vertrouwen dat de ander daar voorzichtig mee omgaat zonder te oordelen of het belachelijk te maken is stap twee in het verbinden binnen het huwelijk. Spr.18:13 zegt: 'Wie antwoordt voordat hij geluisterd heeft, het is hem tot dwaasheid en schande.'

3. *Om elkaar te begrijpen moet men elkaar liefhebben*

Tussen liefhebben en elkaar begrijpen zit een hele nauwe band. Waar begint het één en eindigt het ander? Het is als met het kip en het ei verhaal. Wie liefheeft, heeft begrip, en wie zich begrepen voelt, voelt zich ook geliefd. Zonder liefde gaat het huwelijk dood. Het is hier niet de plaats om verder op de liefde door te gaan, maar de boeken van Chapman (2015) over de vijf talen van de Liefde hebben de eenentwintigste druk al gezien. Chapman behandelt de vijf liefdestalen in zijn boek onder de noemers: positieve woorden spreken, samen zijn, cadeaus krijgen, elkaar dienen en lichamelijk contact. Liefhebben is verbinden met elkaar en elkaar begrijpen.

4. *Om elkaar te begrijpen moet men de verschillen onder ogen zien*

Nooit eerder zijn er zoveel boeken verschenen die duidelijk proberen te maken hoezeer man en vrouw verschillen van elkaar. Zozeer zelfs dat er titels zijn die willen laten voordoen alsof we van verschillende planeten komen (John Gray, 1992). Het laat zien dat man en vrouw niet hetzelfde, maar aanvullend zijn. Veel onbegrip kan hieruit voortkomen. Hoe beter men de verschillen kent van het andere geslacht en daar goed mee weet om te gaan hoe beter men elkaar begrijpt

5. Om elkaar te begrijpen dienen we ons leven te onderwerpen aan Jezus Christus

In het navolgen van Jezus ligt een totale ommekeer voor de mens. Niet langer is de mens middelpunt van verlangens en behoeften. Terwijl het hart opent naar God wordt het hart ook naar de medemens geopend. Egoïsme, zelfhandhaving, trots en hoogmoed maken plaats voor zachtheid, begrip en de wens de ander het goede mee te delen. Het gebed van Franciscus van Assisi (1182-1226) is een gebed wat nog steeds door christenen gebruikt wordt, omdat het resoneert en een stuk levensverlangen bloot legt.

*Heer, maak mij een instrument van Uw vrede.
Laat mij liefde brengen waar haat heerst,
laat mij vergeven wie mij beledigde,
laat mij verzoenen wie in onmin leven,
laat mij geloof brengen aan wie twijfelt,
laat mij waarheid brengen aan wie dwaalt,
laat mij hoop brengen aan wie wanhoopt,
laat mij licht brengen aan wie in duisternis is,
laat mij vreugde brengen aan wie bedroefd zijn.*

*Laat mij niet zoeken getroost te worden, maar te troosten,
niet begrepen te worden, maar te begrijpen,
niet bemind te worden, maar te beminnen.
Want het is toch door te geven, dat men ontvangt
door te verliezen, dat men vindt
door te vergeven, dat men vergiffenis ervaart
door te sterven, dat men verrijst tot het eeuwige leven. Amen.*

Als dit gebed wordt nageleefd vanuit een oprecht verlangen dan kan het niet anders dat we verbinding leggen met de ander. Zodra we ons afsluiten omdat we pijn gedaan worden door woorden of daden van de partner maken we terugtrekkende bewegingen waarmee we de verbinding verbreken.

10.3.4 PASTORAAT

In het pastoraat wordt niet allereerst de aandacht geschonken aan de 'gelukkig getrouwen', maar juist aan hen die problemen hebben. In deze begeleiding zal ontdekt worden dat bovenstaande vijf punten geheel of gedeeltelijk ontbreken. De basis is daarmee weg en de kunst is om allereerst weer die verbinding te leggen, om de ander weer te

begrijpen. Johnson (2011: 107,149) wijst erop dat als de pijnplekken gevonden zijn er allereerst betrokkenheid en verbondenheid gezocht moet worden. Van daaruit kan er verder weer gebouwd worden aan herstel.

10.4 SINGLES

Het is niet zonder reden dat het kopje boven dit stuk 'singles' is in plaats van 'alleenstaanden'. Dit laatste klinkt zoveel 'erger' dan 'singles'. Niemand wil alleen zijn. Ook in deze module wordt de nadruk gelegd op de verbinding met anderen. Zij die zonder partner door het leven gaan en dus 'alleengaand' zijn, hoeven helemaal niet alleen of eenzaam te zijn. Waar men vroeger naar deze groep keek in termen van 'zielig, erg, overgeschoten' etc. is het beeld tegenwoordig echt veranderd. Er is een steeds grotere groep die welbewust kiest om zonder partner door het leven te gaan. In juni 2018 verscheen er een artikel (Nieuws, 2018) waarin gesteld werd dat in circa zestig jaar het aantal singles gegroeid is van 285.000 naar 3,6 miljoen.

De veranderde normen en waarden werden hiervoor als oorzaak genoemd. Samenwonen, scheidingen, lat-relaties die vroeger veel minder vaak voor kwamen zijn vandaag normaal geworden. Deze cijfers zeggen natuurlijk niets over het gelukkig of ongelukkig zijn van een single. Het zegt wel dat er veel mensen zijn die tot deze groep horen en waar, ook in de kerken, aandacht voor moet zijn. Het gaat er niet om in dit hoofdstuk om in te zoomen op deze groep singles in de breedte van de maatschappij. Maar om de vraag te beantwoorden: wat zijn de meest voorkomende pastorale vraagstukken waar singels mee te maken hebben?

Singles voelen zich vaak een vergeten groep in de kerk, waar vaak veel aandacht is voor huwelijken en gezinnen.

Grofweg zijn er twee posities die te maken hebben met het single zijn. Een groep die hiervoor kiest en er dus ook geen probleem mee heeft om single te zijn, een groep die hier juist erg mee bezig is, hier niet voor kiest en toch single blijft.

Happy single

10.4.1 HAPPY SINGLE

De grote groep singles is grofweg in vier groepen te delen:

1. Alleenstaande gescheidenen
2. Alleenstaande nooit gehuwden
3. Alleenstaande ouders
4. Alleenstaande verweduwen

Het mag duidelijk zijn dat in deze categorieën veel unhappy singles zitten maar dat is lastig te beoordelen. In alle vier de groepen zullen mensen zitten die vrede en vreugde in hun leven vinden, en mensen die er niet gelukkig mee zijn.

Singles die er bewust voor kiezen, stellen een carrière, handelingsbe-kwaam zijn, reizen maken en zich volkomen vrij en onafhankelijk

Unhappy single

voelen, boven het hebben van een partner. Dit alles wil natuurlijk niet zeggen dat zij zielig in een hoekje zitten zonder enige relatie. Singels kunnen vele relaties hebben maar kiezen ervoor om alleen te leven en te wonen. De happy single zal hiervoor geen beroep doen op het pastoraat. Ze verkiezen zelf om zo door het leven te gaan.

10.4.2 UNHAPPY SINGLE

Deze groep van 'unhappy single' zal wellicht vaker een beroep doen op het pastoraat. Er kunnen in deze groep verschillende vragen spelen.

Hoe komt het dat ik geen partner heb?

"Waar ligt het aan dat ik nog steeds alleen ben? Wat doe ik fout?", verzuchtte eens een pastorant. Waarschijnlijk zijn er veel unhappy singles die weleens met deze vraag worstelen. Daar is natuurlijk geen antwoord op te geven omdat de mogelijkheden legio zijn, van de ware Jacob zat er nog niet bij tot aan bindingsangst of angstig zijn voor afwijzing. Wat belangrijk is om vast te houden is, dat niet zozeer het single zijn op zich, maar veel meer hoe je daar zelf mee omgaat, de sleutel is. Soms kan er ook een geestelijke vraag meespelen: "Vindt God mij ongeschikt als partner of als moeder?" Het is begrijpelijk dat deze vragen een moment door het hoofd schieten, en het zijn redelijke vragen, het is immers juist Gods idee om man en vrouw samen te voegen.

Is er een 'oplossing'?

Waar de pastorant eigenlijk naar vroeg was: "Heb *jij* een oplossing voor mij?" En nee, ook de pastoraal werker kan geen partner tevoorschijn toveren.

Het gevaar is om vervolgens met goedkope 'geestelijke' oplossingen te komen, zoals: "God moet een partner aanwijzen en zolang die er niet is, zal dit de leiding van God zijn". Of "Wellicht heb je een Paulusroeping en is je single-zijn een hulpmiddel om je toe te wijden aan God.

Dit soort antwoorden die dicht in de buurt komen van 'wachten en bidden' bieden geen troost of antwoord aan deze groep die meestal vol pijn van verlangen de maanden voorbij ziet gaan.

Weg uit de zielenpotenhoek

Veel singles laten weten dat ze klaar zijn met de denigrerende vragen of statements die ze vaak moeten horen: "Hoe kan dat nou, zo'n leuke meid...en dan nog alleen!", "Stop nu eens met de lat zo hoog te leggen, als je wat minder kritisch bent, ben je zo aan de man", "Voel je je vaak alleen?", "Heerlijk toch die vrijheid. Je hoeft alleen maar aan jezelf te denken". Er zijn singles die ziek worden van dit soort uitspraken en die zich daardoor in een hoek gezet voelen: de zielenpotenhoek. Als pastoraal werker mag de pastorant aangespoord worden om het niet alleen te horen, maar er daadwerkelijk een gesprek over te gaan voeren met de mensen die dit soort dingen zeggen. Op deze manier halen ze zichzelf meteen uit de zielenpotenhoek. Singels zijn niet zielig.

Helpende focus

Abbema (2012: 109) spreekt over twee speerpunten waarvoor in de kerk meer aandacht zou moeten komen. Allereerst is het goed te erkennen dat singles een verlangen mogen hebben naar een relatie zonder meteen met 'geestelijke antwoorden' te komen. En ten tweede, singles mogen zelf verantwoordelijkheid nemen voor de problemen waar ze tegenaan lopen en die bespreekbaar maken. Daar moet natuurlijk wel ruimte voor zijn.

Wat betreft het eerste punt, het verlangen dat er mag zijn, moet ook niet te groot worden. De focus die misschien wel iets te vaak en te lang op een partner ligt, mag verschoven worden naar God. Dit leven draait niet primair om een levenspartner maar om God die de echte 'ware' voor je is (Abbema, 2012: 60). Daarmee wordt het verlangen niet weggeschoven maar mag het naast elkaar blijven bestaan. Paulus erkent dat dit soort verlangens er zijn en mogen zijn (1Kor.7:9).

Wat betreft het tweede speerpunt dat Abbema verwoordt, zegt ze:

Er zit een eindeloze kracht in het bespreekbaar maken van dingen en gevoelens. Het woorden geven, letterlijk, aan wat er vanbinnen gebeurt is enorm waardevol en krachtig....woorden geven blijkt vrijheid en opluchting te geven.' (2012:115).

Deze punten kunnen gemakkelijk in het pastoraat worden aangereikt maar ook buiten het pastorale gesprek. Zowel voor singles als gehuwden zal zo'n gesprek helpend en verrijkend zijn.

Bijbelse voorbeelden

10.4.3 SINGLES EN DE BIJBEL

In de Bijbel treffen we ook een aantal singles aan: Paulus, Jozef, Jeremia, Martha en Maria, Nehemia, Johannes de Doper, etc. en zo zullen er nog wel een aantal te noemen zijn.

Werkend in het pastoraat, luisterend naar de nood van hen die het moeilijk hebben met het alleen zijn, is het natuurlijk mooi om één van de voorbeelden uit de Bijbel te bespreken. Herkenning en erkenning kan helpend zijn. Als voorbeeld wordt Jeremia besproken.

Jeremia, ook wel eens de huilende profeet genoemd, was duidelijk een eenzaam mens (zie Jer.16:2). De roep om hulp uit Ps.13:1-2-3;

'Hoelang nog, HEERE? Zult U mij voor altijd vergeten? Hoelang zult U Uw aangezicht nog voor mij verbergen? Hoelang zal ik nog plannen maken in mijn ziel, verdriet hebben in mijn hart, dag na dag? Hoelang zal mijn vijand zich nog boven mij verheffen? is een schreeuw die zo maar bij het leven van Jeremia past. Hij kwam uit een verstoten priesterlijk geslacht. Jeremia moet zich eenzaam hebben gevoeld omdat hij in zijn opdracht alleen maar werd tegengewerkt. Hij werd tot een bespotting (Jer.20:7), er werden valse plannen gesmeed tegen hem (Jer. 18:18; 20:10) en het kwam zo ver dat zij hem in een put wierpen (Jer. 38:6). Hoe hield Jeremia zijn roeping, die zo duidelijk gegeven werd vol? Hoe kon hij omgaan met zoveel vijandschap en zoveel eenzaamheid?

Gelukkig zullen er heel erg weinig singles zijn die zich in dit levensverhaal van Jeremia herkennen. Maar de manier waarop Jeremia het vol hield kan misschien toch hier en daar een bron van inspiratie zijn om het alleen zijn aan te kunnen. We noemen drie pijlers die meespelen in Jeremia's leven.

1. Door God gekend zijn

Het start bij de roeping van Jeremia en de taak die hij krijgt. Maar voorop staat dat God hem kent (Jer. 1:5). Deze boodschap van 'gekend zijn' is een boodschap die ook voor ons geldt. Ef. 1:4-6 maakt dat duidelijk: "... omdat Hij ons vóór de grondlegging van de wereld in Hem uitverkoren heeft, opdat wij heilig en smetteloos voor Hem zouden zijn in de liefde. Hij heeft ons voorbestemd om als Zijn kinderen aangenomen te worden, door Jezus Christus, in Zichzelf, overeenkomstig het welbehagen van Zijn wil, tot lof van de heerlijkheid van Zijn genade, waarmee Hij ons begenadigd heeft in de Geliefde" Steeds weer opnieuw laat God Jeremia weten dat Hij erbij is en dat niemand hem van zijn leven zal beroven, God zal met Hem zijn (Jer. 15:20). Het is juist ook deze boodschap van God die Jeremia laat ervaren dat samen met God hij toch een gezegend mens is en mag zijn als een boom aan water geplant (Jer. 17:7-8)

2. Focus op God houden

Vertrouwen op God wordt onder meer gevoed door de focus op Hem te houden. Jeremia begrijpt dat alles wat er gebeurt in de handen van God ligt. In Jer. 32:17 zegt hij; 'Ach, Heere HEERE ! Zie, Ú hebt de hemel en de aarde gemaakt door Uw grote kracht en door Uw uitgestrekte arm. Niets is voor U te wonderlijk.' en daarna komt er een soort geschiedenisles waarin hij de daden van God beschrijft. Keer op keer wendt Jeremia zich in vertrouwen tot God en weet hij de gebeurtenissen te koppelen aan datgene wat God van plan is. Gods ingrijpen en trouw aan zijn volk komt verschillende keren naar voren (Jer. 15:19-21, 14:19-22, 19: 6-15 etc.).

3. Een vangnet creëren

Ondanks dat Jeremia zich heel vaak alleen en eenzaam moet hebben gevoeld, liet God ook merken dat hij niet helemaal alleen was. Er waren mensen die hem steunden en die hem ter zijde stonden zoals bijvoorbeeld de Ethiopische slaaf, Ebed- Melech, een hoveling van de koning, die het voor Jeremia opnam toen mannen hem in de put hadden geworpen. Hij speelde hoog spel toen hij koning Zedekia vroeg om Jeremia uit de put te halen. Een ander die Jeremia steunde, was Gedalja. Bij hem kon Jeremia geruime tijd veilig verblijven (Jer. 40:5-6). Elasa, die met gevaar voor eigen leven een brief bezorgde aan de oudsten, priesters, profeten en heel het volk dat in Ballingschap verbleef (Jer. 29:1-3 en natuurlijk Baruch die Jeremia hielp met het opschrijven van alle woorden die God tegen hem gezegd had (Jer. 32:13-15, 36:4-26).

Het zal niet moeilijk zijn om deze drie pijlers om te zetten in het pastoraat aan singles. Natuurlijk heeft de groep singles te maken met moeiten, maar elke andere groep (vrienden, getrouwden) hebben ook

hun eigen moeilijkheden. Maar de grote groep singles in de Bijbel laat zien dat God er ook voor hen is.

VRAGEN BIJ HOOFDSTUK 10

1. Op welke wijze komt een mens in verbinding met God te staan?
2. Waardoor kan een mens soms geen verbinding maken met een ander?
3. Hoe komt het dat kwetsbaarheid en aanvaarding relaties sterker maken? Licht dit toe.
4. Noem drie beschermingsmechanismen ter voorkoming van kwetsbaarheid.
5. Noem drie ontwapeningsmethoden om verbinding te kunnen maken.
6. Waarom is identiteit zo belangrijk?
7. Waarom is een hechte vriendschap een zegen?
8. Noem in ieder geval vijf positieve punten uit de vriendschap van David en Jonathan.
9. Waarom zou er een einde gemaakt moeten worden aan slechte vriendschappen?
10. Wat vormt de basis van een goed huwelijk?
11. Geef aan wat begrip en verbinding betekent voor een huwelijk.
12. Waarom praten we liever over singles dan over alleengaanden?
13. Waarom kunnen er ook happy singles zijn?
14. En als een single unhappy is waar bestaat die 'unhappiness' dan uit?
15. Welke drie pijlers kunnen we van Jeremia leren vanuit het perspectief van single zijn?

11 PASTORAAT RONDOM LOSLATEN

Alle drie de thema's; groeien, verbinden en loslaten, zijn in het hele leven, in meer of mindere mate, met elkaar verweven. Loslaten is iets wat in alle fasen van het leven een plek heeft, maar in de laatste levensfase, als het leven losgelaten moet worden komt dit thema nadrukkelijk naar voren.

11.1 OUDERENPASTORAAT

Natuurlijk is het helemaal niet de bedoeling om te suggereren dat de ouderen altijd speciale pastorale zorg nodig hebben. Ouderen zijn niet per definitie eenzaam, zielig en hulpbehoevend. Aan de andere kant zijn ze wel een kwetsbare groep in de gemeente. Ze zijn onderhevig aan veel 'verliezen' en hun vooruitzicht is toch de onontkoombare dood die steeds dichterbij komt. Er zijn ouderen die hier goed mee om kunnen gaan en die hun laatste levensfase op vruchtbare wijze weten in te vullen, maar anderen zullen wat extra zorg nodig hebben.

11.1.1 AANDACHTSPUNTEN

Er zijn enkele aandachtsgebieden die we in het oog moeten houden bij ouderenpastoraat.

Winst en verlies

Er zijn zowel negatieve als positieve gevoelens over ouderdom. Er zullen zowel verlies- als winstelementen aanwezig zijn in het leven. Verlieselementen zullen allemaal gekenmerkt worden door één woord: kwijtraken. Een oudere verliest zijn vitaliteit, mobiliteit, incasseringsvermogen, de oude vertrouwde omgeving, dierbaren. Verlies van idealen en toekomstdromen, maar ook het verlies van rollen die men vroeger vervulde (een zorgende ouder, een deskundige op eigen vakgebied). De lijst kan natuurlijk eindeloos worden aangevuld.

Toch mag de andere kant, de winstzijde, niet vergeten worden. Een oudere heeft de tijd om onvermoede kansen van het leven te ontvangen, dieper inzicht en levenswijsheid zijn meestal winstelementen. Het kan een uitzien worden naar een leven na dit leven. Er is meestal meer tijd om van de natuur, kinderen en kleinkinderen te genieten dan in het werkzame leven ervoor. Ze kunnen zich uitleven in hobby's en kunnen genieten van alle vrijheid die ze hebben.

Respect

Respect tonen betekent dat ouderen niet gezien worden als 'zielige oudjes' of als niet-volwaardige mensen. Respect tonen betekent dat er gewoon geluisterd mag worden naar de verhalen en de levenswijsheid die velen van deze ouderen graag willen delen met anderen. Betuttel de ouderen niet.

Geen al te directe aanpak

Men moet oppassen voor een al te directe manier van doen. Ouderen hechten aan hun eigen keuzevrijheid. Goede raad, het opdringen van activiteiten of het heft in handen willen nemen door dingen voor ze te willen regelen, ontnemt de ouderen hun eigen zeggenschap. Zolang ze al deze dingen zelf kunnen regelen moeten ze daar ook de vrijheid voor hebben.

Het verleden

Verhalen over vroeger hebben in het leven van een oudere een speciale plek. Ouderen hebben al een heel leven achter zich liggen, ze hebben vele herinneringen en verdiepen zich soms in de vraag wat de betekenis van hun leven is geweest. Wat was de rode draad die door hun leven heenliep? Juist in deze fase kunnen ze de zin van hun leven wel eens kwijtraken. Er overvalt hen dan een gevoel van nutteloosheid en leegte omdat vroegere taken zijn weggevallen. Het risico kan ook zijn dat ze het verleden verheerlijken en daardoor het haast lastig vinden om in het heden te leven en daar nog waarde in te vinden.

11.1.2 EENZAAMHEID

Eenzaamheid is een beleving, een persoonlijke ervaring. Alleen de persoon zelf maakt uit of hij eenzaam is. Een eenzaam mens mist de relaties die hij zou wensen en kan daar verdrietig over zijn. Er is een verschil tussen alleen zijn en eenzaam zijn. Alleen zijn kan een keuze zijn, eenzaam zijn is een vorm van lijden aan het alleen-zijn. Al hoeft het, objectief gezien, helemaal niet zo te zijn dat de persoon alleen is.

In het ouderenpastoraat komen we veel eenzame mensen tegen. Toch mogen we erop wijzen dat dit niet een noodzakelijk kwaad is wat ons allen zal overkomen. Het is vaak de wijze waarop men tegen de dingen aankijkt die maakt of we ons eenzaam voelen of niet.

Om eenzaamheid goed te begrijpen is het nodig wat meer achtergrondinformatie neer te zetten.

Oorzaken

Volgens Warren (2001:96-103) zijn er vier basisoorzaken van eenzaamheid. Deze basisoorzaken gelden voor alle leeftijdsfasen, hier worden ze toegespitst op ouderen.

Overgangsperioden. Ouder worden is een opeenvolging van veranderingen en elke nieuwe ervaring kan eenzaamheid veroorzaken in het leven.

De tweede oorzaak van eenzaamheid is **isolement**. Wanneer men geïsoleerd is, weg van vrienden of familie (omdat men in een verzorgingstehuis is gekomen of omdat steeds meer mensen overlijden), kan dat eenzaamheid veroorzaken.

De derde basisoorzaak van eenzaamheid is **tegenstand**. Tegenstand kan vele gezichten hebben. Dat kunnen moeilijke en pijnlijke ervaringen zijn. Maar het geeft ook een eenzaam gevoel om verkeerd begrepen, beschaamd of vernederd te worden. Het is verleidelijk om dan in de schulp te kruipen en muren te plaatsen. Daardoor wordt de eenzaamheid versterkt.

De vierde basisoorzaak van eenzaamheid is de meest ernstige. Het is de eenzaamheid die veroorzaakt wordt door **afwijzing**. Dat kan komen

Omgaan met eenzaamheid

door onbegrip of onvoldoende aansluiting bij verlangens en behoeften. Het kan ook komen omdat mensen van nabij niet meer langskomen, waardoor het gevoel kan ontstaan dat men niet meer van waarde is.

Sommige mensen doen niets. Ze zitten maar wat en geven zich over aan zelfmedelijden. Paulus deed echter vier dingen om tegen zijn eenzaamheid te vechten en deze zijn vandaag nog net zo toepasbaar als in de tijd dat Paulus zijn eenzame dagen meemaakte. Deze vier dingen zijn te vangen in de begrippen: gebruiken, beperken, herkennen, en invoelen

Gebruiken

De eerste manier om met eenzaamheid om te gaan, is **de tijd wijs gebruiken**. Met andere woorden: het beste maken van de slechte situatie. Bied weerstand aan de verleiding om niets te doen. Eenzaamheid brengt verlamming door passiviteit. Het is bekend dat Paulus verschillende brieven geschreven heeft vanuit de gevangenis.

Beperken

De tweede manier waarop u met eenzaamheid kunt omgaan, is **de pijn beperken**. Maak uw eenzaamheid niet groter dan die is. Overdrijf de eenzaamheid niet en herhaal niet keer op keer: 'Ik ben zo alleen, ik ben zo alleen'. Sta niet toe dat de eenzaamheid u bitter maakt, en sta niet toe dat er wrok in uw leven groeit. In het leven van Paulus merken we niets van dit alles.

Herkennen

De derde manier om met eenzaamheid om te gaan, is **Gods aanwezigheid herkennen**. Paulus zegt: "Opdat Hij u geve...met kracht gesterkt te worden door Zijn Geest in de inwendige mens". Waar is God in de eenzaamheid? Vlakbij! Jezus zegt: 'Ik zal u niet als wezen achterlaten' Joh. 4:18 - 'Ik zal u niet zonder troost achterlaten' (King James vertaling).

Invoelen

De vierde manier om met eenzaamheid om te gaan, is **invoelen wat de behoeften van andere mensen zijn**. Wees gericht op anderen. Ga andere (eenzame) mensen helpen. Dat deed Paulus ook. Zijn doel in het leven was een bediening die zich naar anderen uitstreckte; anderen dienen zonder op zichzelf gericht te zijn. Zoals hij ook zegt: 'De Here heeft mij terzijde gestaan en kracht gegeven, zodat door mij de verkondiging tot haar recht gekomen is en al de heidenen haar hebben kunnen horen' (2 Tim. 4:17).

Liefde is het tegengif voor eenzaamheid. In plaats van te wachten tot iemand van ons houdt, moeten we liefde geven, en dan zal er overvloedig liefde aan ons teruggegeven worden.

11.1.3 HET GESPREK MET DE OUDERE

De Graaff (2018:72) stelt dat het een misverstand is om te denken dat ouderen graag over het verleden spreken. Onderzoek zou hebben

aangetoond dat bijna de helft van de ouderen geen behoefte heeft om herinneringen op te halen en daarover in gesprek te gaan. De andere helft doet het wel en toont soms plezier of soms verdriet, net naar gelang de verhalen zijn. De Graaff maakt onderscheid in de gesprekken tussen 'levensloop', 'levensgeschiedenis' en het 'levensverhaal'. Levensloop is het verhaal hoe het leven is verlopen, met mooie en minder mooie herinneringen. Bij een 'levensgeschiedenis' is er veel meer een chronologische lijn van gebeurtenissen uit het leven. Een persoonlijke visie en of reflectie op het doorlopen leven is kenmerkend voor het 'levensverhaal' van de oudere.

In alle drie de verschillende gesprekken over het leven is de vraag belangrijk: "Waarom vertelt de oudere juist dát verhaal? Wat zit erachter? Is het pijn? Of verdriet? Of zijn het juist mooie herinneringen waar men nog kracht uit put? Kunnen we in de verhalen sporen van Gods leiding ontdekken? Sporen van Zijn aanwezigheid, de kracht in iemands leven? Juist in het terugblikken met iemand in zo'n levensverhaal kunnen we misschien zelf Gods bemoeienis in zo'n leven aanreiken en aanwijzen.

Mocht de oudere er nog toe in staat zijn dan is na het vertellen van zo'n levensgeschiedenis het maken van een levensboek een mooie en aangename tijdsbesteding die veel goede kanten kan hebben. De Graaff (2018:76) noemt er enkele in navolging van anderen:

- Aangename bezigheid
- Om gezien te worden als een mens met een verhaal
- Om grip te krijgen op het leven na ingrijpende gebeurtenissen
- Om de balans op te maken
- Om als een soort 'testament' te dienen voor kinderen en kleinkinderen
- Als aanleiding om met (klein)kinderen in gesprek te gaan
- Als identiteitsdocument voor het geval je zorgafhankelijk wordt

Het mag duidelijk zijn dat dit soort bezigheden een gevoel van dankbaarheid kan geven. Ouderen kunnen ontzettend dankbaar zijn voor het leven wat geweest is. En ook die gesprekken mogen gevoerd worden; gesprekken uit dankbaarheid.

Maar er zal ook een grote groep zijn waar 'ouderpijn' de boventoon zal voeren. Dat kan natuurlijk over heel veel dingen gaan; kinderen die de kerk de rug hebben toegekeerd, kinderen die misschien al zijn overleden, zorgen in de gezinnen van hun kinderen, verwondingen uit hun eigen leven met alle bitterheid en teleurstelling die daarmee gepaard kan gaan. De eenzaamheid, levensmoeheid en het steeds maar weer afscheid moeten nemen van mensen rondom, maar misschien ook van mobiliteit, van gezondheid en zo kan de lijst nog wel even doorgaan. Ook zo'n gesprek hoort er soms helemaal bij en moet met de juiste grondhouding van innerlijke bewogenheid gevoerd worden.

11.2 ZIEKENPASTORAAT

Lichamelijk ziek zijn is moeilijk. Met deze zin begint Nico van der Voet zijn boekje (1993:7) over ziek zijn en de omgang met ernstig zieken. Deze kwetsbare groep in de gemeente verdient speciale aandacht. Bij zieken op bezoek gaan is geen gemakkelijke opgave. Om dat goed te doen en om de liefde van God te kunnen overbrengen aan de zieke is het noodzakelijk om eerst te beseffen wat ziekzijn betekent voor een zieke.

11.2.1 DE BETEKENIS VAN (LICHAMELIJK) ZIEKZIJN

Als mensen vernemen hebben dat ze ernstig ziek zijn dan, gebeurt er in het leven heel veel. Van der Voet (1993:13-25) noemt een aantal aspecten:

Ziekte zet het leven op de kop. Het leven staat niet meer in het perspectief van gezondheid, van groeien en nieuwe plannen maken. Het leven staat nu in het perspectief van het ziek zijn, van afbraak en zinloosheid.

Er zijn echter ook positieve gevolgen van de verandering van perspectief te noemen. Het gewone leven kan door de ziekte rijker en voller worden. De beleving van wat anders gewone zaken waren, kan veel intenser beleefd worden. Het normale wordt kostbaar.

Nabijheid wordt afstand. De meeste zieken hebben een sterke behoefte aan nabijheid. Ze willen juist graag van hart tot hart spreken. Helaas wordt door het ziekzijn de eenzaamheid van de zieke vaak versterkt. Wie ziek is, staat buiten het gewone leven. Bezoek bevestigt juist de kloof die er is tussen ziekzijn en gezondheid. Niemand kan in de huid van een zieke kruipen. Het ziekbed is van de zieke alleen, hij alleen moet de weg van het ziekzijn afleggen. Misschien is het beter om niet langer te zeggen: "Ziekte maakt eenzaam, maar: ziekte maakt openbaar dat wij allen ten diepste ons eigen leven moeten leven, ons eigen kruis moeten dragen en onze eigen dood moeten sterven". Wij kunnen echter wel naast de zieke zitten.

Macht wordt machteloosheid. Bij gezondheid is er controle over eigen leven. Door de ziekte houdt dat op. Er is verandering van onderwerp naar lijdend voorwerp. Er komt afhankelijkheid van anderen. Dit is voor veel zieken moeilijk. Sommigen worden opstandig, anderen juist berustend.

Het lichaam wordt een vijand. Een gezonde is zijn lichaam, dat geeft leven. Een zieke ervaart niet dat hij een lichaam is, maar dat hij een lichaam heeft. En dat lichaam valt niet meer samen met hemzelf, maar is een lastig ding geworden. Hij is er voortdurend mee bezig. Een ziek lichaam is vijandig en heerszuchtig. Het risico is dat de focus komt op zichzelf, het zieke lichaam. Het ziekteproces is een losmakingsproces van het eigen lichaam.

Het bed wordt een gevangenis. Het is na een vermoeiende dag heerlijk om in een bed te kruipen. Voor een zieke ligt dit geheel anders. Ze kunnen veel last hebben van slapeloosheid. Het bed wordt langzaam het enige thuis voor de zieke.

Wat af moet komen, komt niet af. Mensen hebben plannen en koesteren idealen. Ziekte geeft velen het gevoel dat hun leven onvoltooid eindigt. Dat is moeilijk te aanvaarden en doet pijn.

11.2.2 OMGAAN MET ZIEKTE

Het ziekzijn heeft het oude evenwicht van het leven verstoord. Er moet nieuw evenwicht gevonden worden. Elke zieke neemt een eigen houding aan tegenover het lijden. Elke zieke beleeft zijn ziekzijn op een eigen manier. De houding van een zieke hangt samen met drie aspecten:

1. De voortgang van het ziekteproces en de kansen die de zieke heeft op herstel of gedeeltelijk herstel. Wanneer er perspectief is, is kennis van 'de weg van herstel' zeer relevant. (Zie hiervoor de module Pastoraat 3)
2. De al of niet goede begeleiding van familie en deskundigen. Omstanders kunnen vaak onbewust de houding van een zieke versterken of verzachten.
3. Het karakter van de zieke. Onzekere mensen zullen zich anders uiten dan eigenwijze of optimistische mensen (Van der Voet 1993: 34).

We kunnen een globaal overzicht maken van voorbeelden van houdingen en gevoelens van zieken.

Ontkennen en afsluiten. Een zieke wil soms niet weten dat hij ziek is. Dit speelt vooral aan het begin van een ziekteproces. Sommige zieken stellen zich zeer gereserveerd op. Ze vertellen niets van zichzelf en hun beleving. Het gevoelsleven blijft zorgvuldig afgeschermd voor anderen.

Opstandigheid en klagen. Een zieke kan gevoelens van boosheid uiten. Hij kan boos zijn op de medische staf, op familieleden, op God of op allen tegelijk. Er zijn ook zieken die met klagen zichzelf en hun bezoek somber maken. Ze voelen overal pijn. Op deze wijze zullen ze steeds minder bezoek krijgen.

Paniek en onderhandelen. Sommige zieken kunnen het overzicht helemaal kwijt zijn. Alle innerlijke rust ontbreekt. Ze worden besprongen door zorgen en angsten en piekeren zich suf hoe het allemaal verder moet gaan. Ze zijn meestal bang voor de dood. Velen slaan aan het onderhandelen met hun levenslot of met God. Het zal wel weer goed komen als ze maar dat strenge dieet volgen, of voortaan weer tweemaal naar de kerk zullen gaan. Ze maken lange reizen om door een bepaalde specialist behandeld te worden.

Vechten. Deze mensen proberen door te vechten genezing te vinden. Ze zijn van de vroege morgen tot de late avond in de weer met therapeutische oefeningen.

Depressiviteit. Een zieke kan ook opeens intens verdrietig zijn. Als alle hoop verdwenen is, kan depressiviteit toeslaan. Alle zorgen vergroten het verdriet. In deze fase kan de wens er zijn om maar zelf een einde aan het leven te maken.

Getuigen en dankbaarheid. Er zijn mensen die hun ziekzijn vanuit het geloof beleven. Een deel van hen spreekt daar openlijk over. Het is een positieve houding naar God en naar mensen toe. Ze voelen dat God

dichtbij hen is. Soms heeft de zieke een houding van blijdschap en opgewektheid. Ze hoeven ogenschijnlijk niet getroost te worden, maar zijn anderen tot troost. Ze klagen niet maar zijn dankbaar. Maar intussen kunnen ze zich hopeloos voelen. Het kan een masker zijn dat wordt opgezet.

Wispelturigheid en show. Sommige zieken worden heen en weer geslingerd. De ene dag voelen ze zich prima en zijn ze opgewekt. De andere dag zijn ze diep in de put en depressief. Sommige zieken kunnen een hele show van hun ziek zijn maken. Het ziekteproces wordt een spannend verhaal. Soms lijkt het wel alsof ze helemaal niet beter willen worden. Ze vinden het heerlijk om zoveel aandacht te krijgen en om vertroeteld te worden.

Aanvaarden en uitzien naar de hemel. Sommige zieken kunnen hun lot realistisch onder ogen zien. Ze zijn bereid om te sterven. Zij treffen de noodzakelijk voorbereidingen. Deze groep heeft vaak behoefte aan rust. Op een vredige wijze zijn zij bezig zich van het aardse leven te onthechten en zich klaar te maken voor de ontmoeting met God (naar Van der Voet, 1993:33-41).

11.2.3 ZIJN GELOVIGEN ANDERS ZIEK?

Gelovigen hebben dezelfde ziekten als ongelovigen. Ze stellen dezelfde vragen, verwerken hun ziekzijn op dezelfde manier. Maar vanuit de realiteit van het geloof in God, is er toch een hemelsbreed verschil. Gelovigen weten dat ze niet bewaard worden voor de nood. Ze ervaren dat God hen bewaart. De duisternis kan beangstigend zijn, toch is er de vertroosting van God. Een oprecht geloof zal een voortdurende bron van kracht en hoop zijn te midden van beproevingen. Geloofsleven en ziekzijn raken in het leven van de zieke met elkaar verstrengeld.

11.2.4 AANDACHTSPUNTEN VOOR PASTORALE BEGELEIDING

Waar moet opgelet worden bij de begeleiding van zieken door de pastoraal werker?

Het doel van het ziekenbezoek, de ondersteuning van de zieke, moet altijd goed voor ogen blijven. Die ondersteuning kan bestaan uit worsteling en overgave. Worsteling in de zin van samen huilen, wanhopen, strijden tegen de ziekte en de naderende dood. Maar er is ook overgave in de vorm van ontspanning, danken en bidden, spreken over hoop en vertrouwen op God. Worsteling en overgave kunnen samengaan, beiden mogen hun plek hebben.

Hieronder volgt een aantal praktische tips voor de begeleiding van zieken.

Omgaan met angsten. Angst is geen teken van ongeloof. Ook gelovigen hebben hun angsten. Daarom past het niet om deze angsten te veroordelen. Integendeel, gedeelde angst is halve angst. Het is mogelijk om deze angsten te verkleinen door het bespreekbaar te maken. Daarvoor is een sfeer van openheid en veiligheid noodzakelijk. Het is belangrijk om invoelend en zonder oordeel te zijn. Wanneer angsten uitgesproken worden, wordt de angel er als het ware uitgetrokken. Samen kan er dan gezocht worden naar een juiste route om

deze angsten te verminderen en in het juiste perspectief te plaatsen. En er is ruimte om er heel concreet voor te bidden.

Reageren op opstandigheid. Als zieken opstandig zijn, is het belangrijk dit niet te bagatelliseren. Dit mag, moet misschien zelfs wel in bepaalde fasen van de ziekte. Wanneer mensen opstandig blijven, is het wel passend om hier tegen in te gaan. Opstandige zieken vragen veel geduld. Bij sommige helpt het om rationele antwoorden te geven, zodat ze iets begrijpen van de ziekte (zie 8.2 'omgaan met lijden').

Reageren op depressiviteit. Ook nu is er geestelijke verbondenheid nodig met de zieke. Een depressieve zieke is niet geholpen met vermaningen of Bijbelteksten. "Weent met de wenenden!" Er staat niet: "Troost de wenenden." Deel de machteloosheid/hopeloosheid maar, huil maar even mee. En daarna, passend in de fase, is het goed om voorzichtig naar lichtpuntjes te wijzen. Het mooiste is wanneer de zieken deze zelf kan zien en benoemen.

Bidden en Bijbellezen. Dit kan zieken heel goed doen. Eigenlijk geldt hier: luister naar de zieke. Vraag of een bepaald gedeelte dat hun dierbaar is, gelezen kan worden. Zo niet, wees voorbereid om zelf een gedeelte te kiezen (zie bijlage 1). Vraag ook waar voor gebeden mag worden, dan is de aansluiting bij de zieken en zijn proces passend.

11.2.5 ADVIEZEN VOOR HET ZIEKENBEZOEK

Als laatste een aantal praktische adviezen.

Het is goed om van tevoren te bedenken waarom het bezoek plaatsvindt. De focus dient op de zieke te liggen. De motieven dienen eerlijk te zijn. Het is niet om een goed werk te doen, het gaat om de bemoediging van de zieke. Laat de eigen verhalen thuis en luister vooral naar de zieke. Geen woorden hebben en alleen aan het bed zitten, is belangrijker dan krampachtig een gesprek gaande houden. In een ziekenbezoek staat de zieke centraal en daar mag de pastoraal werker een stukje van Jezus brengen. Blijf nooit te lang, ook al lijkt het alsof de zieke het prima aankan. Maar zelfs bij een kort bezoek is volle aandacht gewenst, dus geen jas aanhouden bijvoorbeeld. Leg geen spullen op het bed neer, ga rustig zitten naast het bed. Luister vooral en vraag wat de zieke nodig heeft en wees er voor hem.

11.3 STERVENSPASTORAAT

Stervensbegeleiding bestaat niet uit het volgen en uitvoeren van bepaalde regels. Er kunnen richtlijnen en hier en daar wat adviezen gegeven worden maar meer ook niet. Iedere keer zal de stervensbegeleiding anders zijn, afhankelijk van de patiënt en de omstandigheden. Het begeleiden van een stervende is geen gemakkelijke zaak. Er zullen momenten zijn van 'niet meer weten hoe het verder moet'. Momenten van groot verdriet en machteloosheid. Stervensbegeleiding is ook niet het geven van leiding maar het is veel meer een samen op weg zijn. Een zo ver mogelijk meegaan en hulp bieden, maar het zal altijd een blijven zoeken zijn naar de juiste woorden op het juiste moment, een

aftasten van wat werkelijk belangrijk is en wat op prijs gesteld wordt, trachten zo hulpvaardig mogelijk te zijn. De pastoraal werker heeft naast de stervende ook een intense weg af te leggen. Het is wenselijk om dag en nacht beschikbaar te zijn, en vragen niet uit de weg te gaan. Naast de eventuele lichamelijke verzorging, is het een bijna onmenselijk zware taak de emotionele en geestelijke verlangens op te vangen. Daarom is er ook voor de pastoraal werker tijd nodig om alles te verwerken en op verhaal te komen. Neem die tijd. Richt de aandacht soms op andere zaken om daarna weer verfrist tot nieuwe hulp in staat te zijn.

Stervensbegeleiding kan het beste plaats vinden in een wederzijdse vertrouwensrelatie. Op een open en eerlijke wijze met elkaar omgaan is de beste communicatie. Dan alleen kan men elkaar ten diepste tot hulp zijn.

11.3.1 DOELSTELLINGEN VOOR DE BEGELEIDING

De belevingswereld van stervenden is te vergelijken met de woorden van Ps. 88.

Een lied, een psalm van de zonen van Korach, voor de koorleider, op Machalath Leannoth; een onderwijzing van Heman, de Ezrahiet.

²*HEERE, God van mijn heil,
overdag en in de nacht kom ik voor U en roep ik.*

³*Laat mijn gebed voor Uw aangezicht komen,
neig Uw oor tot mijn roepen.*

⁴*Want mijn ziel is verzadigd van ellende,
mijn leven raakt bijna het graf.*

⁵*Ik word gerekend tot hen die in de kuil neerdalen,
ik ben geworden als een man zonder kracht,*

⁶*afgezonderd onder de doden,
net als de gesneuvelden, die in het graf liggen:
aan hen denkt U niet meer!*

Zij zijn afgesneden van Uw hand.

⁷*U hebt mij in de onderste kuil gelegd,
in duistere oorden, in diepten.*

⁸*Uw grimmigheid leunt op mij,
U hebt mij neergedrukt door al Uw golven. Sela
⁹Mijn bekenden hebt U ver van mij verwijderd,
U hebt mij tot iets gruwelijks voor hen gemaakt;
ik ben opgesloten en kan er niet uit komen.*

¹⁰*Mijn oog is treurig van ellende;
HEERE, ik roep tot U de hele dag,
ik strek mijn handen naar U uit.*

¹¹*Zou U wonderen doen aan de doden?
Of zouden gestorvenen opstaan en U loven? Sela*

¹²*Zou er van Uw goedertierenheid in het graf verteld worden,
van Uw trouw in het verderf?*

¹³*Zouden Uw wonderen bekend worden in de duisternis,
Uw gerechtigheid in het land van vergetelheid?*

*¹⁴Ik echter, ik roep tot U, HEERE,
mijn gebed komt U tegemoet in de morgen.
¹⁵HEERE, waarom verstoot U mijn ziel?
Waarom verbergt U Uw aangezicht voor mij?
¹⁶Ellendig ben ik en stervende van jongs af,
ik draag Uw bedreigingen, ik ben radeloos.
¹⁷Uw brandende toorn gaat over mij heen,
Uw verschrikkingen doen mij omkomen.
¹⁸De hele dag omringen ze mij als water,
ze omsingelen mij, allemaal.
¹⁹Geliefden en vrienden hebt U ver van mij verwijderd,
mijn bekenden zijn duisternis.*

Het is eigenlijk een 'troosteloze' psalm voor hen die gezond zijn, maar voor stervenden beschrijft deze psalm vaak hun gevoelens. Het is een psalm die helpt om uitdrukking te geven aan datgene wat beleefd wordt. Sterven is één van de diepst aangrijpende gebeurtenissen in een mensenleven waarbij de gehele persoon (lichaam, ziel én geest) betrokken is. Een terminale ziekte, eindigend in de dood van de mens, is een echt crisisgebeuren (crisisperiode) in het leven van de mens. Door alles wat de stervende ontnomen wordt, wordt hij plotseling geconfronteerd met de 'waarde van deze dingen' in zijn leven, en dus met de zin van zijn leven.

Stervensbegeleiding mag zich richten op de belevingswereld van de stervende. Globaal zijn dat zes aspecten, namelijk het verwerken van verliezen, het rouwen, het doorbreken van eenzaamheid en isolatie, het bevrijden van angst en onzekerheid, het stabiliseren van stressschommelingen en het omgaan met pijn en andere lichamelijke problemen (Healthcare Christian Fellowship: 10).

Verwerken van verliezen

Verliezen gaan altijd gepaard met gevoelens van rouw. De meest voorkomende verliezen zijn:

- Verlies van normaal fysisch welbehagen en het fysieke gestel. Te denken valt aan het niet lekker voelen en gebrek aan lichamelijke beweeglijkheid en zelfbeheersing waaronder verlies van lichaamskracht en emotionele stabiliteit.
- Verlies van uiterlijke waardigheid zoals erge vermagering, haaruitval.
- Verlies van identiteit omdat anderen het nu voor het zeggen lijken te hebben. Er is geen toekomstperspectief meer.
- Verlies van het leven omdat er steeds meer afscheid genomen moet worden, van krachten, relaties en familie en uiteindelijk van het eigen leven.

Rouw

Ieder verlies gaat gepaard met gevoelens van rouw en verdriet. De patiënt treurt/rouwt over zichzelf: over wie hij was, is en wenste te zijn of te worden. Het rouwen begint op het moment dat een terminale ziekte bekend wordt en wordt herhaald bij elk nieuw verlies. Patiënten, die hun verdriet en emoties kunnen uiten, verwerken de rouw vaak

Doorbreken van eenzaamheid en isolatie

beter dan meer ingetogen patiënten (Healthcare Christian Fellowship: 10).

De hulpverlener kan de patiënt helpen in dit proces van rouwverwerking door uiting te geven aan het verdriet en de gevoelens van rouw. Deze gevoelens kunnen beter niet weggestopt worden maar onmiddellijk naar buiten worden gebracht, openlijk en lang genoeg maar ook weer niet onbeheerst.

Het stervensproces is per definitie een individueel proces. Er zijn verschillende sociale factoren die de isolatie bevorderen zoals bijvoorbeeld hospitalisatie (bijvoorbeeld de plaatsing in een hospice). Ook kan de aard van de ziekte isolatie bevorderen (denk aan erge vermagering of verminking).

De hulpverlener moet altijd de deur voor een gesprek over het sterven openhouden. Niet zelf dat gesprek forceren maar bereid zijn erop in te gaan zodra de patiënt daar zelf over begint. Neem een afwachterende houding aan. Toon begrip en liefde! Bedenk dat de tijd voor een zieke vaak kruipt. Het opvangen van indirecte hulpvragen doorbreekt de eenzaamheid. De patiënt wil graag bevestigd worden in hulp en bijstand ook als de situatie ernstiger wordt. Soms worden er alleen maar vragen gesteld waarop niet eens een antwoord wordt verwacht. Het uitspreken van de vraag is al genoeg. Luisteren en zwijgen is vaak een beter gesprek dan proberen antwoorden te vinden. Accepteer dat 'er zijn' waardevoller is dan 'helpen'.

Het bevrijden van angst en onzekerheid

De stervende is vooral onzeker over de aard en ernst van zijn ziekte, de lijdensweg die misschien gegaan moet worden (de pijn en het lijden) en de persoonlijke toekomst en de toekomst van de nabestaanden. Wat zal de toekomst brengen? Hoe zal de weg verlopen?

Stervensangst bestaat uit verschillende aspecten.

Angst voor pijn en lichamelijk lijden. Dit kan ondraaglijk zwaar zijn. Er wordt zelfs gesproken van mensonterend lijden. De zieke kan dan alleen nog maar naar de dood verlangen.

Angst voor afhankelijkheid. De zieke moet steeds meer vrijheid en zelfstandigheid inleveren. Voor velen is dit een ramp.

Angst voor het alleen zijn. Veel zieken kunnen door intensieve verzorging misschien niet thuis verpleegd worden. De angst om alleen te sterven zonder familie kan groot zijn.

Angst voor het afscheid en de dood. Soms wordt dit gecompenseerd door het verlangen naar het weerzien van bekenden in de hemel.

Angst voor het leven na de dood. Sommigen ervaren troost en kunnen zich overgeven aan Gods genade. Anderen hebben moeite daarmee en vrezen Gods oordeel over hun leven.

Schaamte en verdriet over eigen angst. De ene zieke probeert de angsten voor zich te houden, anderen schamen zich ervoor. Weer anderen proberen haar vanuit het geloof te overwinnen.

Op het moment dat het gesprek over welke angst dan ook met de zieke mogelijk is, ontstaat er ruimte en wordt de angst minder. Het lucht op omdat begrip en aandacht gegeven wordt. Ook Jezus was

Stabiliseren van stress-schommelingen

doodsbang in de hof van Gethsemané voor het naderende einde en voor alles wat Hij moest lijden. Angst hoort bij deze fase maar gedeelde angst geeft verlichting.

Ook schuldgevoelens kunnen de stervende patiënt parten spelen. De twee meest voorkomende schuldgevoelens zijn schuld met betrekking tot een vroegere onverantwoorde levensstijl. Maar ook schuld over goede dingen die niet gedaan zijn, maar die de patiënt wel van plan was geweest of beloofd had. Een onderwerp als vergeving en verzoening kan dan aan de orde komen. Soms kan de zieke zelf ook hele directe vragen stellen in de zin van 'kunt u vandaag sterven?', 'geloof u wat er in de Bijbel over de hemel staat?' of 'wat is voor u echte troost als u in mijn plaats zou zijn?'.

Het feit dat de pastorant zich in een kritieke fase van zijn leven bevindt, verhoogt de spanning waaraan hij blootgesteld wordt. Elke crisis brengt verwarring en innerlijke strijd met zich mee - het bedreigt het innerlijke evenwicht. De gemoedstoestand van de betrokkene schommelt heen en weer tussen verschillende elementen van onmacht en rust, van opstand en aanvaarding, van teleurstelling en moed, van schuldgevoel en zekerheid.

Geef de ruimte om eerlijk te zijn wanneer men aan de negatieve kant van de schommelingen zit. Probeer niet meteen over te gaan op adviseren. Men moet eerst overtuigd zijn dat u als pastoraal werker begrijpend bent. Dan pas is men bereid om wijze woorden te ontvangen en toe te kunnen passen.

Omgaan met pijn en andere lichamelijke problemen

Er zijn tegenwoordig steeds meer mogelijkheden voor goede pijnbestrijding. Pijn heeft lichamelijke en niet-lichamelijke elementen. De hulpverlener kan met de niet-lichamelijke elementen helpen zoals de angst voor (nog meer) pijn.

Pijn duwt tijdelijke dingen snel weg en laat de roepstem om hulp opklinken, ook naar God.

11.3.2 AANDACHTSPUNTEN BIJ DE STERVENSBEGELEIDING

Er zijn zeven aandachtspunten die alle belangrijk zijn als het gaat om de praktische hulpverlening aan en begeleiding van stervenden (Healthcare Christian Fellowship: 6-8).

Agape liefde

1. Agape-liefde hebben

'Want de liefde van Christus dringt ons' (2 Cor. 5:14).

Vanuit deze motivatie mag de hulpverlener barmhartigheid bewijzen.

Van de Here Jezus wordt gezegd dat Hij met 'ontferming was bewogen' (Marc.6:31-34, Luc.7:13). Het Griekse woord dat hier gebruikt wordt is 'splanchnizomai' wat bewogenheid betekent. Dit is een bewogenheid die tot daden aanzet. Soms kan men zo bewogen/begaan zijn met iemand, dat het jezelf naar beneden trekt. Maar wat hier bedoeld is, is een identificatie met de ander tot op het niveau waar het pijn doet zonder dat het naar beneden trekt. Een bewogenheid die

wordt omgezet in daden, zoals de barmhartige Samaritaan werd aangespoord om de gewonde man te helpen en te verzorgen.

Als men een liefdevol hart voor de patiënt heeft dan kan men bouwen aan een vertrouwensrelatie. De basis daarvan moet geloofwaardigheid zijn, vol begrip voor de patiënt en de hulpverlener moet op een tactvolle manier met de patiënt om kunnen gaan. Nuchter, praktisch en tegelijkertijd ook echt geestelijk.

De hulpverlener mag zichzelf inzetten voor het beste voor de ander. Niet zozeer meteen in redevoeringen en goede raad, maar wel in praktische hulp en heel veel begrip.

Luisteren

2. Opmerkzaam luisteren

Dit aspect vraagt bijzondere aandacht, want het is dikwijls zo dat de patiënt iets anders bedoeld dan wat hij in werkelijkheid zegt.

Enkele praktijkvoorbeelden.

Patiënt: 'ik stink'

Als pastoraal werker moet men proberen te ontdekken wat er achter deze opmerking schuilgaat. Pas als men dat in de gaten heeft kan men adequaat hierop reageren.

Waarschijnlijk ligt achter deze opmerking de vrees voor verwerping. Eigenlijk zegt de patiënt 'ik ben bang dat je me vies vindt en straks weggaat.'

Het antwoord moet dus niet zijn 'ik regel wel een luchtverfrisser' maar 'ik ben bij je en blijf bij je wat er verder ook gebeurt.'

Patiënt: 'ik kan de krant niet meer vasthouden'

Achter deze opmerking kunnen verschillende dingen schuil gaan. Allereerst zit er een stuk machteloosheid achter. Er wordt een verlies geconstateerd over iets dat vroeger zo simpel was. Er kan een verkapte vraag om voor te lezen achter zitten. Of een stuk verdriet over het verlies van het vermogen om de krant te lezen.

Het antwoord moet niet zijn 'dat geeft niets, je mist er niets aan', maar veeleer wat wil je dat ik doe? Kan ik je ermee helpen?' Of men kan juist bevestigen dat het erg is en daardoor ruimte scheppen om erover te praten.

Patiënt: 'ik wil niemand tot last zijn'

Achter deze vraag kan een verkapte vraag om aandacht zitten, of een stuk onzekerheid. Eigenlijk wordt er gevraagd: wil je werkelijk wel met zo'n zware last zitten?' De patiënt heeft op dit moment een eerlijke bevestiging nodig 'we gaan de hele weg met je mee en blijven voor je zorgen!'

Patiënt: 'dit hoeft van mij allemaal niet'

Achter deze vraag gaat misschien het volgende schuil 'geef mij een reden om zo te moeten blijven leven'.

De pastoraal werker mag eerlijk antwoorden dat hij dat ook niet weet. Tegelijkertijd kan hij voorstellen om daarover te bidden, want alleen

	Jezus kan een antwoord geven op zo'n vraag. Wij mensen hebben niet alle antwoorden. Als de patiënt (nog) een ongelovige is dan is het misschien nu de tijd om een kort getuigenis te geven. Geen uitvoerig verhaal, maar selecteer alleen datgene wat van toepassing is en verwoord dat kort en bondig. Probeer een deur open te houden in de trant van 'als je hier ooit nog eens over wil praten, dan doe ik dat graag met je'.
Oogcontact	3. Oogcontact De ogen zijn de vensters van de ziel. De liefde van het hart kan naar buiten komen en contact maken met de patiënt via de ogen. 'En Jezus, hem aanziende, kreeg hem lief en zeide tot hem...' (Marc. 10:21a). In dit gedeelte wordt het Griekse woord '<i>emblepas</i>' gebruikt dat 'onderzoekend en indringend kijken naar' betekent (zie Hand.3:4-5). Door nauwkeurige observatie kan men veel te weten komen over de patiënt en zijn omgeving. Oplettendheid en alertheid zijn van groot belang om adequaat te reageren.
Wijze woorden	4. Wijze woorden Pas als men opmerkzaam heeft geluisterd, en echt hoort wat de patiënt zegt, kan men op de juiste wijze reageren. Bedenk twee principes bij het spreken: Wees open. Het is goed om eigen motivaties duidelijk te maken. Ook de eerlijkheid over eigen emoties en gedachten is veel waard. Vraag de patiënt om je te helpen hem te begrijpen Geef ware hoop. Benut het juiste moment om te bemoedigen of te spreken over het evangelie. Stilte is ook een vorm van communicatie en soms wordt daarin meer gezegd dan met woorden het geval is. Bouw aan het vertrouwen op God. Dit kan gedaan worden door een eeuwigheidsperspectief te creëren. Maak de hemel een realiteit. Praat over de overwinning over de dood (Hebr.2:14-15) en over vergeving en verzoening. Geef begeleiding aan het afscheid nemen: beëindiging, loslaten en doorgeven. Gebruik bij het spreken geen woorden die verkeerd begrepen kunnen worden. Vermijd het woordje 'nog' in zinnen als 'eet je nog goed?', 'Lees je de krant nog?', 'je ziet er nog goed uit!'. Al dit soort opmerkingen impliceren dat er straks een tijd gaat komen waarin dit allemaal niet meer het geval zal zijn. Bedenk dat een zieke vaak emotioneel minder stabiel is, zich aan de kleinste 'verkeerde' opmerkingen kan storen en daardoor zal "dichtklappen".
Troostende aanraking	5. Troostende aanraking Dit aspect van de aandachtspunten richt zich op twee zaken. Allereerst kan men door aanraking informatie inwinnen. De aanraking vraagt als het ware: hoe gaat het? Door de aanraking weet men of de patiënt bang, koortsig, gespannen of moe is. Men kan als het ware voelen aan welke kant van de stress-schommelingen de patiënt zich bevindt. Maar men wint niet alleen informatie in door het aanraken. Men kan ook

Gebed, Bijbellezen en zingen

vertroosting geven door middel van het aanraken. Na onderzoek is gebleken dat vele stervenden het als een troost ervaren als iemand hun hand beethield gedurende de laatste dagen van hun leven. Het verzekert de patiënt: er is iemand bij me die om me geeft en van me houdt. Maar er kunnen ook patiënten zijn die juist in de laatste levensfase de aanraking als onprettig of zelfs pijnlijk te ervaren.

6. Gebed, Bijbellezen en zingen

Er is ook een bidden mét. Erken in het gebed de soevereiniteit van God. Bid voor innerlijke rust van de patiënt. Probeer van tevoren te weten te komen waar de patiënt graag gebed voor wil. Bidt altijd op grond van het volbrachte werk van Christus. We kunnen ook Bijbellezen of zingen met zieken. Het kan een goed middel zijn om contact te krijgen. Ook juist bij hen die stervende zijn en die geen kracht meer hebben om te luisteren naar Bijbellesing of gebed is zingen een krachtig middel. Augustinus heeft gezegd: 'Zingen is dubbel bidden.' Zingen kan soms rijker zijn dan een gesprek.

VRAGEN BIJ HOOFDSTUK 11

1. Noem vier aandachtspunten die de module geeft rondom de pastorale zorg van ouderen.
2. Volgens Rick Warren zijn er vier oorzaken van eenzaamheid. Welke vier zijn dat?
3. Welke vier dingen gebruikte Paulus om eenzaamheid tegen te gaan?
4. Wat is het verschil tussen gesprekken die gaan over levensloop, levensgeschiedenis en levensverhaal?
5. Welke positieve punten kun je benoemen van het maken van een levensboek met een oudere?
6. Geef een viertal zaken die we onder 'ouderpijn' neer zouden kunnen zetten.
7. Noem een vijftal gevolgen waar je mee te maken krijgt als je ernstig ziek wordt.
8. Er zijn veel manieren waarop zieken reageren op hun ziekte. Noem er op zijn minst acht.
9. Noem de belangrijkste punten waar je als pastoraal werker op moet letten als je een zieke begeleidt.
10. Wat vind u het beste praktische advies dat u iemand zou meegeven als hij/zij op ziekenbezoek gaat.
11. Wat is het verschil tussen ziekenbezoek en stervensbegeleiding?
12. Noem een Psalm die zeer herkenbaar is voor terminaal zieken die in hun laatste levensfase zijn gekomen?
13. De module geeft zes aspecten van de belevingswereld van de stervende waar stervensbegeleiding zich op mag richten. Welke zes zijn dat?
14. Noem een viertal praktische punten van begeleiding rondom een sterfbed.
15. Waarom zou zingen soms beter zijn bij een stervende dan uit de Bijbel lezen?

BIJLAGE 1

Angst

Deut.31:6, Ps.27:1, 112:7-8, 118:5-7, Jes.41:10, 43:1-4

Beproeving

Jak.1:12-13, 4:7, 1Kor.10:13

Bezorgdheid

Ps.121, Matt.6:25-34, Hebr.4:16

Boosheid

Ef.4:26-27, Jak.1:19-20, Spr.15:1

Dankbaarheid

Ps.100, 1 Tes.5:18, Hebr.13:15

Denken

Ps.19:15, Fil.4:8

Depressie

Ps.34, 40:2-3, 42:6-12

Eenzaamheid

Ps.4:9, 16:8, 23. Matt.28:20, Jes.54:10, Joh.14:18

Eeuwig leven

Joh.3:3,16, 11:25-26, 1 Joh.5:9-13, 2 Kor.5:1-5

Gebed

Matt.6:6, 7:7-8 Ef.6:18, Filem.4:6-7

Geloof

Mar.16:16, Joh.11:25-26, Ef.2:8

Gevaar

Jes.41:10, Joh.14:27, Ps.23

Keuze maken

Jak.1:5-6,, Joz.24:15, 1 Kon.3:9

Kracht

Ps.18:33, Jes.40:28-31

Leiding

Ps.37:23, 48:15, Spr.3:6, Joh.16:13

Lijden

Hebr.12:3-13

Minderwaardigheid

Rom.12:3-5, Mar.12:31, Ps.8

Onrecht

1 Petr.3:16-18, 5:10-11

Onrust

Joh.14:27-28, Filem.4:6-7, Ps.37:7

Ontmoediging

Joh.14:1-3, Deut.31:6

Onzekerheid

Rom. 8:31-32, Hebr.13:6

Problemen

Ps. 46:1, Rom. 8:28, 35-39, Hebr. 12:11

Pijn

Mar.14:36, 2 Kor.4:17, 12:7-10

Rust

Ps.23, Hebr.4

Schuld

1 Joh.1:9, Jes.44:22

Troost

Ps. 23, 91:9-12, 1 Petr. 4:12-13

Vermoeidheid

Jes.40:30-31, Matt.11:28-30

Verdriet

Jes.57:15, Matt. 5:4, Openb.21:4

Vertrouwen

Spr.3:5-6, Filem.4:12,13

Verzoeking

Ps. 1, Matt. 26:41, Jac. 1:12, Hebr. 2:18

Vrede

Joh.14:27, Rom.8:6,15:13, Ef.2:14

Volharding

Kol.1: 21-23, Hebr.6:11-12, 1 Joh.5: 4-5

Ziekte

Rom.8:28,38-39, 2 Kor.12:9-10, Jak.5:14-15

Zonde

Ps.51, 103:10, Spr.28:13, Rom.6:23

Zorgen

Ps.46:2-3, 1 Petr.5:7, Filem.4:6-7, Jes.26: 3 – 4

LITERATUUR

Abbema, Aukelien van. 2012. *Single in de kerk*. Amsterdam: Ark media.

Algemeen Dagblad. 2017. '*Bijna dubbel zoveel zelfmoord onder jeugd; dertien mogelijke verklaringen*'.
<https://www.ad.nl/binnenland/bijna-dubbel-zoveel-zelfmoord-onder-jeugd-dertien-mogelijke-verklaringen~a632dc20/?referrer=https://www.google.com/>.
Bezocht 12 september 2019.

Alpha Youth. <https://alphayouth.nl/twijfelonderzoek/>) Bezocht 12 sept. 2019.

Barrett, W., Vriese J. de. 1996. *Helpen met de Bijbel*. Hoornaar: Gideon.

Baayens, Jan.A. 2015. *Jongerenpastoraat*.
<https://www.pastoralehulpverleningjongeren.nl/dagboek-geestelijk-herstel/geestelijk-herstel-dag-2-jezus-biedt-ons-zijn-vriendschap-aan/> Bezocht: 17 september 2019.

Bidden is een weg. 2019. *Luisterend bidden*.
(<https://www.biddeniseenweg.nl/toerusting/de-praktijk-van-het-bidden/66-luisterend-bidden>). Bezocht 15 juni 2019.

Bons-Storm, Riet. 1984. *Kritisch bezig zijn met pastoraat*. 's Gravenhage: Boekencentrum.

Bridges, Jerry. 2001. *Je leven delen*. Driebergen: Navigators

Centraal Bureau voor de Statistiek.
(<https://www.cbs.nl/nl/achtergrond/2018/26/honderd-jaar-alleenstaanden>) Bezocht 12 sept. 2019.

Chapman, Gary. 2015. *De vijf talen van Liefde*. Heerenveen: Royal Jongbloed.

_____. 2001. *De vijf talen van de liefde van tieners*. Vassen: Medema.

Brown, Brené. 2013. *De kracht van kwetsbaarheid*. Amsterdam: Bruna

_____. 2018. *Verlangen naar verbinding*. Amsterdam: Bruna

Cloud, H. en Townsend, John. 2002. *Hoe mensen groeien naar*

- volwassenheid, Wat zegt de Bijbel over onze persoonlijke ontwikkeling.* Hoogblokland: Koinonia.
- Collins, Gary R. en Jef de Vriese. 1988. *Doeltreffende pastorale counseling.* Hoornaar: Gideon.
- Crabb, Larry, 1977. *Effective Biblical counseling.* Michigan: Zondervan Publishing House
- _____. 1988. *Van binnenuit, werkelijke verandering is mogelijk.* Driebergen: Navigators
- _____. 1998. *Verbondenheid.* Vaassen: Medema
- Crone, Eveline. 2011. *Het puberende brein.* Amsterdam: Bert Bakker.
- Covey, Stephan R. 2010. *De zeven eigenschappen van effectief leiderschap.* Amsterdam/ Antwerpen: Uitgeverij Business Contact
- Cyberpesten doe je niet. Educatieve website over pesten en cyberpesten. Zj. <https://www.cyberpesten.be/onderzoeknederlands>
Bezoekt 1 oktober 2019.
- Dieterich, Michael. e.a. 1996. *Pastoraat aan kinderen.* Leiden: Groen en Zoon.
- Dijk, Els J. van. 2011. *De hunkerende generatie.* De Banier.
- Fernando Ajith. 2008. *De waarde van vriendschap.* Vaassen: Medema.
- Graaff, H.G. de. 2018. *Gij die zo nabij zijt; handreiking voor ouderen-pastoraat.* Heerenveen: Groen.
- Gray, John. 1994. *Vrouwen komen van Venus, mannen komen van Mars.* Houten: Spectrum.
- Haan, André de. 2008. *Nou het beste...over zegenen gesproken.* Heerenveen, Filippus.
- Heitink, Gerben. 1984. *Pastoraat als hulpverlening.* Kampen: Kok.
- Heitink, Gerben, 1993. *Gids voor het pastoraat.* Kampen: Kok.
- Healthcare Christian Fellowship. n. d. *Geestelijke Hulpverlening rondom het Levenseinde. Werkboek.*
- Hoffeditz, David M. 2006. *Singles in de Bijbel.* Heerenveen: Barnabas.
- Karels, Machiel. 2019. *Pesten gevolgen en aanpak.*

- <https://wij-leren.nl/gevolgen-pesten.php>. Bezocht 2 juli 2019.
- Johnson, Sue. 2008. *Houd me vast*. Utrecht: Kosmos.
- Keirse, Manu. 2006. *Kinderen helpen bij verlies*. Tiel: Lannoo
- Keller, Tim. "Gezegend door vergeving". www.redeemer.com. Bezocht 2 juli 2019.
- Meulen, H.C. van der. 1999. *Liefdevol oog en open oor: Handboek pastoraat in de christelijke gemeente*. Zoetermeer: Boekencentrum.
- Nederlands Jeugdinstituut, 2019. *Nieuws uit het jeugdveld* (<https://www.nji.nl/nl/Actueel/Nieuws-uit-het-jeugdveld>). Bezocht 12 sept. 2019.
- Nes, H. van, Vonk H.P. n.d. Module: *Pastoraat 3*. Zwijndrecht: Evangelisch College
- Nieuws.nl. 2018. *Steeds meer alleenstaanden in Nederland* (<https://nieuws.nl/algemeen/20180625/steeds-meer-alleenstaanden-in-nederland/>). Bezocht 30 augustus 2019.
- Opvoeden. 2019. *Pesten*. <https://www.opvoeden.nl/pest-en-482/> Bezocht 16 september 2019
- Onderwaater, A. 1986. *De onverbreekelijke band tussen ouders en kinderen. Over de denkbeelden van Ivan Boszormenyi- Nagy en Helm Stierlin*. Lisse: Swets & Zeitlinger
- Oussoren, Levi. 2010. *Jongeren en kerkverlating*. Pdf. Bezocht 28 juni 2019.
- Price, Dilwyn. 2000. *Als iemand van jullie ziek is*. Barneveld: Plateau.
- Raise up.
<https://www.raiseup.nl/kennisbank/weerbaarheid2/pest-en/> Bezocht 16 september 2019.
- Rhijn, Aart van & Meulink-Korf, Hanneke. 1997. *De context en de Ander. Nagy herlezen in het spoor van Levinas met het oog op pastoraat*. Zoetermeer: Boekencentrum
- Roscam-Abbing, P.J. 1964. *Pastoraat aan zieken*. 's Gravenhage: Boekencentrum.
- Spangenberg, Frits & Lampert Martijn. 2011. *De grenzeloze generatie en hun eeuwige jeugd van hun opvoeders*. Amsterdam: Nieuw Amsterdam.
- Stop pesten nu. 2019. Effecten van pesten op school.

<https://www.stoppestennu.nl/effecten-van-pesten-op-school-zijn-40-jaar-later-nog-merkbaar>. Bezocht 16 september 2019.

Stroeken, Harry. 1983. *Psycho Analyse, Godsdienst en Boisen*. Kampen: Kok.

Terlouw, L. 2009. "Luisteren in het pastoraat staat voorop" Digibron; kenniscentrum Gereformeerde gezindte.
<https://www.digibron.nl/search/detail/012dbc47575ac0fdb1ccd1dc/luisteren-in-het-pastoraat-staat-voorop>. Bezocht 2 juli 2019.

Tournier, Paul. n.d. *Huwelijksmoeilijkheden*. Wageningen: Zomer & Keunings.

Vermade, M. 2015. *Pesten op school; achtergronden en interventies*. Amsterdam: Boom.

Vernon, Mark. 1999. *Pastorale zorg voor jonge mensen*. Kampen: Voorhoeve.

Vonk- de Groot, H.P. n.d. *Module Kinder- tiener- jongerenwerk*. Zwijndrecht: Evangelisch College

Vlug, E. 1988. *Weid mijn lammeren*. Hoornaar: Gideon.

Voet, Nico van der. 1993. *Doorlopend bezoek: over ziek zijn en de omgang met zieken*. 's Gravenhage: Boekencentrum.

Warren, Rick. 2001. *Antwoorden op Levensvragen*. Vaassen: Medema.

Woudenberg, Mariëtte. 2009. *Het grote single boek*. Zoetermeer: Boekencentrum.