

Helpt het geloof bij het oplossen van problemen?

Gerrit Houtman

Wanneer een gelovig iemand bij mij voor consultatie komt, ontdek ik dat het feit dat ik christenhulpverlener ben, voor hem erg belangrijk is. Hij wil niet alleen een goede therapie, maar ook dat zijn geloof erin betrokken wordt. Sommige mensen zijn bang dat de therapie die ze nodig hebben niet in overeenstemming zal zijn met hun geloof en kiezen daarom bewust voor christelijke hulpverlening. Zij willen allereerst dat de hulpverlening niet in strijd is met hun christelijke waarden en normen. Maar ze willen ook dat ik hen help om hun geloof als een kracht te gebruiken bij het oplossen van hun probleem. De vraag is echter of dat wel mogelijk is? Wordt de hulpverlener hier niet overvraagd. Kan het geloof hulp bieden bij het oplossen van communicatie en relatieproblemen? Of kun je geloof en problemen niet beter gescheiden houden?

We zien dat veel gelovigen ernstige problemen hebben en dat, ondanks dat ze hulp gezocht hebben, lang niet altijd geholpen worden. Het echtscheidingspercentage is toch ook niet gering onder christenen. Veel koppels die nog wel samen blijven, gaan op een ongezonde manier met geloof om en verstarren daarop hun posities naar elkaar. Waarom heeft het geloof hen dan niet geholpen? Waarom heeft bij hen het geloof niet als een inspirerende kracht gewerkt naar verandering.

Ook daarom zou je geneigd zijn om te zeggen dat we geloof en het praktisch dagelijks leven maar beter kunnen scheiden omdat ze elkaar blijkbaar niet positief beïnvloeden.

En toch, mensen komen tot geloof en verwachten dat dit hen zal helpen in hun (relatie)problemen. Ze hopen dat hun leven er een diepere zin en betekenis door zal krijgen. Dat het hun leven rijker en voller zal maken. Dat verlangen kunnen we toch niet zomaar negeren? Het is toch legitiem om iets van het geloof te verwachten? Het geloof moet toch ook een heilbrengend effect hebben op de andere terreinen van ons leven?

Ik wil graag het geloof betrekken bij de hulpverlening in relatieproblemen. Ten eerste omdat ik geloof dat het geloof wel degelijk een motiverende factor kan zijn in het oplossen van relatieproblemen. Ten tweede dat, als het geloof een belemmerende factor is naar verandering, je juist naar dat geloof zal moeten kijken, wil je niet voortdurend tegen een onzichtbare muur van weerstand opbotsen.

Om te zien hoe het geloof wel of juist niet helpt bij het oplossen van relatieproblemen wil ik gebruik maken van de vier grondthema's waar ieder mens mee in het reine moet komen (zoals Zijlstra die beschrijft) autonomie en overgave, vrijheid en gehoorzaamheid. Gaan we op een goede manier om met deze thema's, zodat ons geloof ons niet blokkeert op onze weg naar groei, maar juist verder helpt? Ik wil er twee uitlichten en die wat nader bekijken: autonomie en overgave.

Autonomie

Autonomie betekent dat je jezelf kan zijn. Dat je in de loop van je bestaan ontdekt dat je een eigen unieke persoon bent die de moeite waard is. Dat je in behoorlijke mate jezelf kent en weet wat je wilt. Autonomie betekent dat je je opvoeding en de verschillende invloeden die jouw leven gevormd hebben bewust een plaats hebt gegeven. Het betekent ook dat je verantwoording durft dragen en kunt uitleggen waarom je bepaalde beslissingen neemt. Op twee manieren kun je hierin ontsporen. De eerste manier is door niet-autonoom te zijn. Dat betekent dat je je afhankelijk opstelt naar je omgeving. Je durft niet zelfstandig te denken. Uit angst voor afwijzing durf je de opvattingen van je ouders niet te evalueren, maar neemt ze integraal over.

Een andere ontsparing is dat je zo autonoom wordt dat je je niet meer openstelt voor de ander. Jouw gelijk is dan de enige waarheid.

Sommige mensen geven hun ontsparing een bijbels fundament. Ze gaan hun niet-autonoom zijn motiveren door te zeggen dat God wil dat je als een kind moet worden en dat ze van Hem afhankelijk willen zijn. Geloven is voor hen je aan Hem overgeven en zijn leiding accepteren. Ze zoeken bij God vooral liefde en geborgenheid. Ze misbruiken de tekst uit Johannes 3:30 die zegt: 'Hij moet wassen en ik moet minder worden'. Voor hen is het hoger en anderszijn van God een voorwaarde om te geloven. Dat God ons ook medewerkers noemt en zich door ons laat beïnvloeden (zoal God door Abraham bij het oordeel over Sodom) vinden ze maar griezelig. Ze zoeken eigenlijk de geborgenheid en aanvaarding die ze bij hun ouders gemist hebben. Ze hopen deze bij God in te halen. Op zichzelf is dat zo gek nog niet. Wanneer dit echter hun levensstijl wordt, als deze kinderlijke afhankelijkheid hun enige visie op het geloof gaat worden, dan zal dit niet alleen de persoonlijke relatie met God doen stagneren, maar ook een ernstig effect op hun andere relaties hebben.

Overgave

Autonomie stelt ons in staat om ons open te stellen voor anderen, om tot overgave te komen. Om naast 'ik mag er zijn' ook te kunnen zeggen 'jij mag er zijn'. Om anderen te ontmoeten en er mee samen te werken. De ander is dan geen bedreiging die onze vrijheid en verlangens beknot, maar een uitdaging en verrijking. We verlangen ernaar om de ander te leren kennen en er mee op te trekken. Om ons echter open te stellen voor anderen en ons er mee te durven verbinden is een gezonde portie eigenwaarde nodig. Mensen die zich onzeker voelen zullen juist bang zijn voor sociale contacten, niet weten hoe ze met bewustzijn van eigen waarde en capaciteiten in ontmoeting met anderen kunnen treden.

Naar het geloof kan dat betekenen dat men heel rationeel met het geloof omgaat. Men weet precies wat er in de bijbel staat. Of welke normen en waarden men heeft na te leven. Hun theologie ziet er goed uit en hun ethiek is perfect. Maar tegelijk zijn ze bang voor God en komen ze niet tot overgave. Ze houden Hem op een afstand door braaf te leven. Bijbellezen, het bezoeken van samenkomsten en voorbede doen voor anderen kunnen zelfs een barrière worden. Geloven is ook een persoonlijke relatie met God hebben. Je met Hem verbinden. Jezelf kunnen verliezen in God. Of zelfs ruzie met Hem maken. Hem niet begrijpen en Hem dit voor de voeten gooien. In de psalmen vind je veel van dit ontmoeten terug. Zo zie je daar momenten van diepe intense overgave aan God en dan weer het gevecht met Hem of de verwijten waarom Hij niet helpt.

Is geloven alleen maar een probleem

Heeft de weg van het geloof dan alleen maar voetangels. Moet je hier alleen maar beducht voor zijn of is het geloof ook een bevrijdende kracht die mensen doet groeien en boven hen zelf doet uitstijgen. Ik geloof het laatste. Ik zou veel voorbeelden kunnen noemen van mensen die juist in het geloof een kracht hebben gevonden om bruggen naar elkaar te bouwen en ernstige crisissen door te komen.

Wat zijn de positieve kanten van het geloof. Hoe helpt ons geloof ons in het groeien naar meer volwassenheid?

Ons leven is opgenomen in een groter geheel

Voor mensen die beginnen te geloven is het een geruststellende en troostende zekerheid dat hun leven begint deel uit te maken van een groter geheel. Ze behoren tot een plaatselijke groep gelovigen, waar men samen iets beleeft en elkaar ook steunt en bemoedigt. Maar men behoort ook tot een wereldwijde

gemeenschap van mensen die dezelfde waarde in God hebben gevonden. Een gemeenschap die Hem tot centraal ankerpunt van het leven heeft gemaakt.

Bovenal ontdekken ze dat de geschiedenis en daarin ook hun geschiedenis een doel heeft. Dat deze volgens een bepaald plan verloopt. Dat God achter, in en door de geschiedenis zijn plan met mensen uitvoert en zij daarin opgenomen zijn.

In de partnerrelatie geeft dat een sterke kracht. Ook het huwelijk maakt deel uit van dat plan. Ook het huwelijk met al zijn ups en downs wil God gebruiken om vruchtbaar te zijn in zijn geschiedenis met mensen. Daarom kun je nog steeds de zin van je relatie zien ook al is de passie eruit of heb je ernstige conflicten. Het is zelfs zo dat de zin van je huwelijk niet iets is dat je zelf moet geven, maar dat je ontvangt vanuit het oerplan dat God met mensen heeft. Een plan dat mensen zouden huwen en zich vermenigvuldigen. Het huwelijk is zo geen privé-initiatief, maar beantwoordt aan een oorspronkelijke bedoeling.

De relatie met God als model en draagvlak voor de partnerrelatie

Zoals het eerste gebod om God lief te hebben kracht geeft om ook het tweede te doen: onze naaste lief te hebben als onszelf. Zo geeft onze persoonlijke relatie met God kracht om onze partner te aanvaarden. We hebben een voorbeeld, een model om onze liefde naar de partner te tonen. Paulus werkt dit uit in Efeze 5. Elkaar dienen en samen het mysterie van de liefdesrelatie tussen God en zijn kerk zichtbaar maken. We moeten natuurlijk voorzichtig zijn om een model te overtrekken en er meer uit te halen dan er inzit. Maar het laat iets zien van balans. Dat liefde van twee kanten komt. Bovendien gaat het zowel in de relatie tussen God en zijn kerk niet om de start, maar om het eindpunt, het doel. Eraan werken en je inzetten om de ander te vervolmaken en te doen groeien. Een relatie is eigenlijk een uitdaging. Geloven dat je er samen iets uit kan halen.

Christelijke spiritualiteit geeft hoop

De reden waarom mensen gaan geloven is omdat men hoop ervaart. Men voelt in het evangelie en hoe mensen het verkondigen dat er een uitzicht voor hun leven en problemen is. Nu moeten we hier heel voorzichtig mee omgaan. Want wij mensen kunnen onmogelijk die hoop waar maken. Maar de hoop is wel gerechtvaardigd. Het evangelie geeft hoop en het doet beloftes aan de mens die de blijde boodschap aanneemt. Ook in relatieproblemen verwachten mensen dat het geloof hen steun en verandering zal bieden. Maar als men het probleem vooral bij de ander ziet, zal men in de eerste plaats hopen dat door gebed en hulp deze partner zal veranderen en zo de relatie zal verbeteren. In dit geval zullen we dan de hoop moet ombuigen naar het anders en milder omgaan met zichzelf. Laten zien dat de eerste boodschap van het evangelie verzoening is. Dat we ons mogen verzoenen met wie we zijn en met wat we ervan gemaakt hebben. Dat dit de basis kan worden om innerlijk een plaats van vrede en rust te ontwikkelen. Om de stemmen vanuit de opvoeding het zwijgen op te leggen en zich te laten beminnen door God. Vaak is dit al het halve werk. Want veel verwijten naar de ander zijn verborgen projecties van onszelf. Dus als iemand zich verzoent met zichzelf, zal hij niet langer zijn donkere en onverwerkte kanten op de ander projecteren. De volgende stap is die van het positief bejegenen van de partner. Als de ander niet meer de barrière is naar het eigen geluk, kan men zijn partner ook gaan zien als iemand die verzoening nodig heeft. De ander ruimte bieden om met zichzelf in het reine te komen.

Een volgende stap kan zijn dat men samen doelen stelt die de hoop kunnen concretiseren. Zodat beiden actief hun rol in het gezin of de verantwoording daarbuiten gaan oppakken.

Bijvoorbeeld een man die een deel van de huishoudelijke taken gaat overnemen en zo zijn betrokkenheid naar het gezin vergroot. En een vrouw die een cursus gaat volgen om haar zelfvertrouwen te vergroten. Christelijke hoop is niet dat je door dromen en creatieve fantasie een

nieuwe werkelijkheid krijgt. Christelijke hoop maakt mensen actief. God betreft mensen bij hun eigen genezing. Genezing en herstel die nooit voltooid geraken, maar wel groei en blijdschap geven.

Gebruikte literatuur

Zijlstra W. Op zoek naar een nieuwe horizon, Callenbach, Nijkerk 1989