

Bij Open Deur nummer 1, januari 2010

In gesprek over: 'AU!'

Pijn is het centrale thema van dit nummer van Open Deur. 'Het is een opgave om met levenspijn om te gaan' staat op pag. 3. Maar hoe doe je dat? Wat doet pijn met je? En als de ander pijn lijdt, sta jij dan machteloos? In de artikelen komen verschillende manieren van omgaan met pijn en lijden naar voren.

Gesprekstips vooraf

Pijn hoort bij het leven. Mensen hebben daar ervaring mee. Wanneer zij over de eigen pijn vertellen, stellen zij zich kwetsbaar op. Spreek daarom met elkaar van tevoren gespreksregels af: luister naar elkaar en respecteer de ander in wat hij/zij vertelt. Neem het verhaal niet over en bied niet tegen elkaar op ('Ik heb ook meegemaakt...'). Bij een persoonlijke ervaring gaat het niet om waar of niet waar, goed of slecht. Vermijd psychologiseren. En alles wat hier besproken wordt, komt niet buiten deze muren.

Als start of afronding

Kaartjes in alle kleuren van de regenboog en paperclips.
Lees alle artikelen. Welke kleur geeft u ieder verhaal? Hecht een gekleurd kaartje met paperclip aan het artikel. Wissel de uitkomsten met elkaar uit.

Levenslang geboortepijn, pag. 2

Tussen geboortepijn en de pijn van het sterven kent iedere levensfase zijn eigen pijn. 'Groeien doet pijn' zegt men, 'om van de ene naar de andere levensfase over te kunnen stappen moet je kunnen loslaten en dat kan met pijn gepaard gaan.' In het artikel 'levenslang geboortepijn' wordt een aantal voorbeelden genoemd.

- Kunt u een voorbeeld uit uw eigen leven aandragen?
- Is er ook een voorbeeld uit uw geloofsleven te noemen?
- Bestaan er ook in het kerkelijk leven fasen waar u pijn hebt ervaren?

Daar waar hemel en aarde, droge en natte grond gescheiden worden, ontstaat ruimte om te leven met grond onder de voeten en het verlangen om het leven te vernieuwen. De spanning van 'reeds' en 'nog niet' zien we in de liturgie van de eredienst terug in het kyrië en gloria.

- Wat valt voor u onder het leed van de wereld (kyrië) en waar ziet u lichtpuntjes (gloria)?
- Lees tot slot 'Geluk is niet gewoon', pag. 6.

Pijn en lijden, pag. 4

'Lijden komt voor mij voort uit de kloof tussen hoe het is, en hoe ik zou willen dat het was' schrijft Hannemieke Stamperius. Op de vraag naar het waarom van het lijden (lees ook 'Waarom' op pag. 16) wordt door mensen gezocht naar een antwoord.

- Er bestaan verschillende visies op lijden (zie hieronder). Welke visie spreekt u het meeste aan? En waarom?

- Lijden als straf voor zonde (Jean-Pierre Wils, pag. 12/13)
- God heeft met de wereld een plan, en een bedoeling met lijden (Wil Kamminga, pag. 11)
- Lijden als instrument tot persoonlijke groei en ontwikkeling; lijden loutert (Johan Drost, pag. 14)
- Lijden is zinloos in zichzelf, God is medelijdend de lijdende nabij (compassie) (Jos Zwetsloot, pag. 14)
- Hoop op verlossing uit lijden, zoals zichtbaar in Jezus' sterven en verrijzenis (plaatsvervangend lijden) (Peter van der Schaft, pag. 6)
- Lijden is een weg tot intensivering van de intieme relatie tussen God en mens (mystieke model) (Esther Disveld, pag. 5)

Nooit een dag zonder, pag.5

De manier waarop mensen praten over pijn, waarop zij betekenis geven aan de pijn, wordt mede bepaald door: het geloof/de Bijbel/de bijbelse traditie; de eigen ervaringen; het eigen karakter.

- Hoe geeft Marleen betekenis aan pijn, en welke rol spelen bovenstaande elementen daarbij?
- Waardoor wordt voor u het betekenis geven aan pijn bepaald?

Esther Disveld beschrijft in wezen het rouwproces van Marleen bij het afscheid nemen van gezondheid: ontkenning bij de confrontatie met pijn; woede en protest bij bewustwording van de pijn; zoekend omgaan met eenzaamheid en leegte; aanvaarding bij acceptatie en integratie in de eigen identiteit.

- Herkent u deze gang ook in het artikel 'Over rotruggen en sudoku', pag. 11? Waar wel en waar niet?

God, verbreek in ons de stilte, pag. 6

Kopieer het lied 'Wat de toekomst brengen moge', gezang 293 uit het *Liedboek voor de kerken*.

- Wat zijn de kenmerken van het godsbeeld dat u in beide liederen leest?
- Welk beeld van God spreekt u het meest aan?
- Heeft u een ander beeld van God dat u helpt bij pijnlijk leegte of gemis?

Er kan veel geheeld worden, pag. 8

Niet alle pijn is te verhelpen, en toch staat Thei Haumann niet met lege handen. Zij kijkt met andere ogen en zoekt andere woorden voor wat de interviewster aandraagt.

- Hoe geeft Thei Haumann een andere inhoud aan structureel en uitzichtloos lijden (blokje 2); ondraaglijk lijden (blokje 3); zinloos lijden (blokje 5)?
- Kunt u het met haar eens zijn als zij zegt: "Elk leven, hoe beperkt ook, heeft een eigen kwaliteit en perspectief, ondanks alles." ? en "Vaak is de behandeling een gezamenlijke zoektocht naar een zo groot mogelijke leefbaarheid." ?

In veel artikelen is sprake van de kwaliteit van leven met pijn die mensen zelf zoeken of ervaren. Lastiger is het hoe de 'buitenwereld' ermee omgaat. Lees ook 'Het gave, sterke leven' op pag.7.

- Herkent u wat hier geschreven staat, zo ja, waaraan dan?

Er kan veel geheeld worden, pag. 8 en In je buurt, pag. 13

Thei en Hilly worden betrokken bij de weg tussen pijn en hoop. Beide vrouwen laten zien dat de onoplosbaarheid, de niet-maakbaarheid van de situatie nog niet betekent dat ze machteloos staan.

- Herkent u dit soort situaties in uw eigen omgeving? Hoe kunt u daarmee overweg?

Hij heeft mijn vlees en huid doen verkwijnen, pag. 12 en 13

Kunt u 'antwoord' geven op: "Misschien is het toch waar dat religie niet zozeer het leven opfleurt als wel een houding kan zijn die wij innemen ten opzichte van de duistere kanten van ons bestaan." ?

- Lees de stukjes tekst van de Klaagliederen van Jeremia. Wat roepen deze teksten bij u op?
- Zijn ze voor u een uitdaging of een troost (Jean Pierre Wils)? Zo ja, kunt u in de tekst aangeven wat u uitdaagt of troostend is? Zo nee, wat ontleent u aan de tekst en waar vindt u dat?

Lydia Roosendaal, gemeenteadviseur binnen de Protestantse Kerk in Nederland

Contactpersoon voor een gratis abonnement op deze gespreksleidraad is mw. Jos Postma, telefoon (030) 880 1468, e-mail: j.postma@pkn.nl.

Voor een abonnement op *Open Deur, oecumenisch maandblad over vragen van geloven en leven, voor mensen binnen en buiten de kerken* kunt u contact opnemen met Boekencentrum uitgevers, Tel. (079) 362 86 28, www.open-deur.nl