

Startweekend Seizoen 2008 – 2009
Oosterparkkerk

Feest
van

Verbinding

Vrijdag 12 september 2008, aanvang 19:30 uur.

Thema:

Hoe wordt het een feest van verbinding?

Spreker: Dick Mostert

Voorwoord

We werken in de Oosterparkkerk in Amsterdam per seizoen met een thema. Bedoeling hiervan is, dat we in gezamenlijkheid denken over en werken aan een bepaald stukje geloof en geloofsleven.

Dit seizoen (2008 – 2009) staat centraal het thema: Feest van Verbinding.

Elk seizoen beginnen we met een zogenaamd startweekend, om dit thema in te leiden en voor te bereiden voor verdere bespreking en verwerking.

Dit seizoen werd er begonnen met een inleiding door Dick Morstert uit Hattem. Dick is o.a. coach en psychotherapeut en kan met veel ervaring spreken over het thema verbinding. Het is zelfs haast een centraal gegeven uit zijn manier van werken.

In deze reader volgt een samenvatting van zijn verhaal, gehouden op vrijdag 12 september 2008. De samenvatting is gemaakt door Willemien Noordhof. Bedankt daarvoor!

Ik hoop dat ieder die dit leest z'n winst ermee kan doen. En wordt getrokken tot meer verbinding, met God, met jezelf en met de ander.

Roelof Telgenhof,
Amsterdam/Duivendrecht, 30 september 2008.

Startweekend Oosterparkkerk Dick Mostert over “Feest van verbinding”

Een “klik”

Wat is verbinding eigenlijk? Wanneer voel je je met iemand verbonden? We denken vaak dat je dan een klik met iemand hebt. Maar wanneer heb je een ‘klik’ met iemand? Je hebt een klik met iemand als de ander iets doet dat bij jou een behoefte vervult. Je kunt bijvoorbeeld een goed open gesprek met de ander voeren. Of de ander lacht op de goede momenten om jouw grappen. Op zulke momenten voel je dat je een klik hebt met de ander. Maar is dat verbondenheid?

Christelijke verbinding is anders

Nee. De gemeente van Christus is niet gebaseerd op de vraag of wij allemaal wel met elkaar klikken. Je bent met elkaar verbonden ook al heb je géén klik met elkaar... Hoe kunnen we dan dus in verbondenheid met elkaar leren omgaan?

Zelfkennis door Gods spiegel

Dat vergt zelfkennis. Dat vergt dat we ieder voor zich in de spiegel leren kijken. Nog beter: in Gods spiegel leren kijken. Denk maar aan het verhaal van David en Batseba. David heeft net misschien wel zijn grootste zonde begaan, maar weigert daar zo over te denken. Hij was toch de koning, stond hij niet in zijn recht? En dan komt Nathan. En Nathan vertelt hem een eenvoudig verhaal van over een rijke man die een lammetje stal van zijn arme buurman. David wordt boos en veroordeelt de man hartgrondig. En dan zegt Nathan: Die man, dat bent u...!

De ander... En zo gaat het ons vaak ook. Hoe snel hebben we ons (voor)oordeel klaar over de ander? En hoelang kunnen we ons verwonderen over de vraag waarom de ander toch zo onverstandig/impulsief/bot/dom/raar handelt... Maar een andere vraag is eigenlijk interessanter: *Wat is er in mij of met mij dat ik zo sterk op deze persoon reageer?*

Het is moeilijk je eerst deze vraag te stellen. Onze neiging tot zelfrechtvaardiging is net als bij David groot. Het vergt een keuze. *Wil je jezelf onderzoeken?*

... ben jezelf...

Doe eens een oefening: schrijf eens op welke associaties jij hebt met bijv. de Eiffeltoren, Bush, etc. En vraag hetzelfde eens aan een ander. De kans is groot dat de antwoorden heel verschillend zijn. Hoezo vind ik/jij dit? Wie ben ik/jij eigenlijk om dat te vinden? De een vindt de Eiffeltoren hoog, omdat hij last heeft van hoogtevrees. De ander vindt hem lelijk, omdat zij vindt dat zij smaak heeft. Een derde vindt de toren provocerend, omdat de Fransen dat zijn. Je mening zegt veel over wie je zélf bent!

Energieke iri's en bewo's

Deze oefening komt al dichterbij als je nu gaat opschrijven welke punten jij echt bewondert en echt irritant vindt bij mensen die een belangrijke rol in je leven spelen, bijv. je ouders, God, een gemeentelid, de kerk. Doe dat eens en stel je vervolgens de vraag: wat zegt dit lijstje van kenmerken die ik bewonder of irritant vind over mezelf? Je energieke irritaties of bewonderingen zijn een spiegel van jezelf.

Spiegelen aan God

Maar met deze twee oefeningen spiegel je jezelf horizontaal: aan andere mensen. De echte uitdaging is om je te verticaal te spiegelen: aan God zelf. Alleen dat is de weg om te leren samenleven in verbinding. Wellicht denk je nu: dat is een goed recept om massaal depressief en ontmoedigd te raken... dus laten we dat maar niet doen! Dat is het niet, het is dé weg naar mildheid en verbondenheid. Dat is het echt niet. Niet als je het volgende uitgangspunt goed voor ogen houdt: *“Je bent slechter dan je ooit had kunnen denken. Maar je bent ook meer geliefd dan je ooit had durven dromen!”* Het vergroten van je zelfkennis moet je doen binnen de omarming van Gods liefde, aan de

voet van het kruis van Jezus.

Oefening

1 Corinthe 13 leent zich goed voor stille tijd, voor een oefening om jezelf echt te doorgronden. Loopt eens rustig de kenmerken van de liefde bij langs en toets jezelf: bijv. "De liefde is geduldig"

1. Spreek het eens uit voor jezelf: "Ik ben geduldig. Ik ben echt heel geduldig". O ja? Waarschijnlijk gaat het ergens wringen... schieten je situaties/personen in gedachten waarbij je het toch moeilijk vindt om geduldig te zijn... Maar ja, met die persoon! Dat is toch geen wonder.... Nee, eerlijk zijn: ik ben toch niet zo geduldig als ik gedacht had. Probeer het niet te verdoezelen. Zelfkennis vergt dat je pijn hebt over dingen die je doet waartoe je niet geroepen bent. Je bent immers geroepen door God tot liefde!
2. Maar blijf er niet in hangen. Spreek ook het volgende uit: "Jezus is geduldig". Hij is echt geduldig. Probeer dat concreet in te vullen waarin je dat in de bijbel en je leven kan zien. Ga met je nieuw verworven zelfkennis dan ook vrijmoedig naar het kruis: daar vind je werkelijk bevrijding! Leer te bidden: Heer, ik doe werkelijk mijn best om de wet van de liefde te vervullen, maar vandaag schiet ik toch echt tekort in... Wilt u mij vergeven? Dank u dat u zelf de wet van Liefde heeft vervuld!

Projectie, zowel negatief als positief

Als we zo ons geloof leren uitleven, als we zo door Gods ogen naar onszelf durven kijken, als we zo leven vanuit genade en vergeving... dán leidt dat tot zelfkennis én mildheid. De mildheid naar onszelf die we hard nodig om in een gemeente van Christus ons met elkaar te verbinden. Of we nu een klik met elkaar hebben of niet! (zie ook 1 Cor 13: 31, Galaten 5:22). Want zoals we in negatieve zin slechte, foute, irritante dingen van onszelf veroordelen in de ander (op de ander projecteren), zo zullen we ook de liefde die wij van God ontvangen en beleven, in anderen zien en beleven. Dan kunnen we ook gerust de verbinding aan gaan met de ander. We zitten immers allemaal in het zelfde schuitje: slechter dan we dachten, maar meer geliefd dan we ooit hadden gedroomd.