

Mens uit één stuk

Het gebedspastoraat van 'in Christus heel'

Door Irma en Henk Jansen

'In Christus heel' is een interkerkelijke werkgroep die mensen uitnodigt zich in de veilige setting van een pastoraal gesprek uit te spreken over hun leven met alles wat daarin goed en niet goed is en met alles wat vreugde geeft en wat zeer doet. In dit gesprek – soms deel uitmakend van een retraite – neemt de voorbede een belangrijke plek in. Blokkades in iemands levensloop worden zo soms weggenomen of verkleind.

'In Christus heel'

Voor wie verlangt naar groei in de omgang met God, met jezelf of met anderen, bestaat de mogelijkheid van gebedspastoraat. In een pastorale ontmoeting met twee pastores wordt ruim tijd genomen voor je levensverhaal en de knelpunten daarin. Daar ben je samen een tijdje stil bij. Er is tijd om te bidden en te luisteren naar onderliggende vragen. Tijd om te ontdekken hoe God hierin heilzaam met je meegaat.

'In Christus heel' heeft hiervoor een landelijk team van pastores. Zij ontvangen mensen thuis voor eenmalig gebedspastoraat en er zijn retraiteweekenden waarbij het gebedspastoraat is ingebed in een aantal dagen van bezinning, stilte en viering.

Het is een vorm van charismatisch pastoraat: de focus is op luisterend bidden, samen vol verwachting uitzien naar wat God door de heilige Geest wil geven.

Gebedspastoraat

Na een openingsgebed is er tijd om je verhaal te vertellen en de vragen te benoemen waar je mee binnenkomt. Daarna worden we samen stil. Vanuit de stilte delen we met elkaar waar onze aandacht bij bepaald wordt, een woord of beeld dat bovenkomt. Van daaruit zoeken we samen al biddend de weg verder. Daarin kan ook een heilzaam ritueel een plek krijgen, zoals zalving of zegening. Het gebedspastoraat wordt afgesloten met een gebed waarin de deelnemers elkaar loslaten in het vertrouwen dat God met ieder een eigen weg verder gaat.

Zorgvuldig

Als je een heel dagdeel samen de diepte ingaat, kan er veel gebeuren. Dan luistert het nauw. Het vraagt om vertrouwelijkheid en zorgvuldigheid. De pastores blijven zelf ook steeds leerlingen die verdere vorming nodig hebben en geregeld een gebedspastoraat ontvangen. Van de deelnemer vraagt het ook wat. Er is een zekere mentale stabiliteit nodig om zo diep te gaan. En omdat dit gebedspastoraat in principe eenmalig is, is het ook van belang dat iemand deel uitmaakt van een christelijke gemeenschap waarin je kunt rekenen op ondersteuning met gebed en pastorale begeleiding.

De cirkel van Gods liefde

Wat komt er aan de orde? Alle levensvragen kunnen een plek krijgen. Het gaat om de hele mens en hoe je in het licht van Christus al een heel mens *bent*. In ons leven lopen we tegen veel gebrokenheid en knelpunten aan. Die nemen allerlei vormen aan. Maar het uitgangspunt van het gebedspastoraat is dat die in Christus al overwonnen en geheeld zijn. Samen willen we gaan ontdekken hoe zijn overwinning in ons leven uitwerking krijgt.

We zijn omvat door de cirkel van Gods liefde. Die wordt prachtig verwoord in Psalm 103,2-5:

'Prijs de Heer, mijn ziel, vergeet niet één van zijn weldaden.

Hij vergeeft u alle schuld,
 Hij geneest al uw kwalen
 Hij redt uw leven van het graf,
 Hij kroont u met trouw en liefde,
 Hij overlaadt u met schoonheid en geluk,
 uw jeugd vernieuwt zich als een adelaar.’
 Bij ‘in Christus heel’ is dit op een oud wandkleed verbeeld.
 Wat God met ons doet, ligt als een cirkel van liefde om ons
 leven heen: God vergeeft, geneest, verlost, kroont, verzadigt,
 vernieuwt. Binnen die cirkel is het veld van ons bestaan. Dat is
 getekend door scheuren en scherven. Die scheuren vormen
 samen een kruis. Daarin tekent zich al af waar heil te vinden is.
 We hebben te maken met de *wonden* en blutsen die we in het
 leven oplopen in lichaam, ziel en hart. Vaak door wat anderen
 ons hebben aangedaan of door wat ons is overkomen. Die wonden vragen om *genezing*.



We maken, soms vanuit onze verwondingen, zelf ook verkeerde keuzes, *zonden* die we onder ogen moeten zien en waar we *vergeving* voor mogen ontvangen.
 Doordat we hebben leren leven met de pijn van een wond of met de gevolgen van onze verkeerde keuzes kunnen we op een ongezonde manier houvast hebben gezocht in een patroon of iets of iemand. Die *bindingen* moeten *verbroken* worden zodat we weer vrijuit kunnen leven en ons op een gezonde manier met het leven en met anderen kunnen verbinden.
 En door al deze dingen heen zijn allerlei *tegenkrachten* van buitenaf aan het werk, verkeerde structuren in de samenleving, geestelijke machten enz. die vergeving, genezing en verlossing in de weg staan, ons verder vasthechten aan de gebrokenheid. Die tegenkrachten worden in Christus' naam *gebonden en uitgeworpen*.
 Het goede nieuws is dat we in Christus kunnen rekenen op genezing, vergeving, verbreking van bindingen en bevrijding van kwade machten.

Een flinke stap op je levensweg

Gebedspastoraat is een avontuur. Je gaat dat niet zomaar aan. Het komt voort uit een diep verlangen dat zich op de een of andere manier in je leven aandient. Een vastgelopen relatie, een valkuil waar je opnieuw ingetuimeld bent, een mislukking, een vaag of juist heel sterk gevoel van onbehagen, een geloofscrisis. Of juist een positief verlangen naar nog meer van het goede dat je in je leven of werk ontvangen hebt. Daar kun je in je eentje mee aan het werk gaan, maar hoe heilzaam is het om dit verlangen te delen. In het gebedspastoraat zoeken we ons heil bij de Bron: samen verlangen we te ontdekken hoe God op jouw levensweg al helend aanwezig is en hoe je nog meer van de helende kracht van Christus kunt ontvangen.

Dat kan confronterend zijn. Je loopt aan tegen je eigen scherpe kanten. Het voelen van de pijn die de verwonding doet, hoe je met je eigen slachtofferschap bent omgegaan, hoe je zelf anderen behandeld hebt, hoe je Gods stem in je leven genegeerd hebt, of hoe je ruimte gegeven hebt aan kwade krachten. In de veilige ruimte van twee pastores met een open, luisterende houding kan zich dit aandienen. Het is een oefening in vertrouwen op de leiding van de Geest die hier wel weg mee weet.

In een gebedspastoraat gebeuren verrassende dingen. Meer dan je zelf van tevoren had bedacht of wie dan ook had kunnen bedenken. Gods liefde is een kracht die je omvormt, die je op een nieuw spoor zet.

Tegelijk blijf je zelf verantwoordelijk voor je eigen weg. Je kunt altijd kiezen: tot hiertoe, verder laat ik mij niet raken. Maar ook kun je je voor Gods Geest openstellen en die zachte, aandringende kracht toelaten. Die zal je nooit teleurstellen.

Uitwerking

Dit ene dagdeel staat niet op zichzelf. Je hebt een hele weg afgelegd hier naartoe. En van hieruit opent zich weer een nieuwe weg. Het is hierna niet af. Wat je in deze pastorale ontmoeting ontvangen hebt, moet rijpen. Het mag doorwerken in je leven, in je karakter, in je relaties, in je werk en in je keuzes.

Na een gebedspastoraat of retraiteweekend wordt benadrukt: neem tijd om wat je ontvangen hebt 'uit te wandelen'. Geen haast van 'nu moet alles ineens anders zijn', maar tijd om verder te bidden, bezinnen, leven en dan gaandeweg ontdekken wat er anders is. De wereld om je heen, partners in je relaties, situaties van elke dag – die zijn allemaal niet veranderd. Jij zelf misschien wel. Je mag ontdekken hoe het geheim van Gods liefde in jou een veranderingsproces in gang heeft gezet.

Opbrengst

Zo kan een dagdeel heel wat uitwerken.

In de eerste plaats persoonlijk in je karakter, in je levensloop en in je eigen opstelling in relaties. Daarnaast is het een waardevolle ervaring voor iedereen die zelf ook pastorale aandacht heeft voor anderen. Wat je ontvangt, mag je doorgeven. Als er zo naar jou en samen met jou geluisterd wordt, brengt dat focus aan in hoe je zelf naar en met anderen luistert.

Als pastores ervaren wij dat het geven van gebedspastoraat ons vormt in de manier waarop we zelf invulling geven aan het 'gewone' kerkelijke pastoraat in onze eigen omgeving. En wat we bij degenen die gebedspastoraat ontvangen zien gebeuren wekt ook bij onszelf weer verlangen naar verdere groei, om dat ook zelf opnieuw en nog meer te mogen ontvangen.

Gebedspastoraat is geen pastorale trukendoos. Het is een eenvoudige, geïntegreerde benadering van de mens als een geheel. Er is oog voor wie je bent in al je relaties: met jezelf, je partner, gezin, familie, andere sociale verbanden, nu en in het verleden en toekomst, en met God. Voor wie daar vertrouwd mee is: er zitten elementen in uit systemische en contextuele benaderingen. Maar niet als een format of theorie. Het gaat om de praktische ervaring van de helende kracht van Gods liefde in Christus. Door de gelovige gerichtheid op de heilige Geest krijgt die kracht uitwerking in ons hele leven. Zo mogen we ervaren met hoofd en hart en heel ons wezen dat we in Christus al mens uit één stuk zijn.

Meer informatie, ook over de mogelijkheid van aanmelding: www.gebedspastoraat.nl

[Henk en Irma Jansen-Kleinjan zijn teamleden bij 'in Christus heel'. Samen zijn ze predikant van de wijkgemeente Oosterkerk van de PG Zeist. Henk is tevens predikant van de missionaire wijkgemeente Fonteinwerk van de PG Harderwijk.]