

## DE SPIRITUALITEIT VAN HET LUISTEREN.

Voorjaarslezing 2004 voor het ouderenpastoraat van het dekenaat Haarlem / Beverwijk d.d. 28 april 2004 in het Spaarneziekenhuis te Haarlem.

door Jurjen Beumer

### 1. Inleiding.

Mensen leven en gaan hun weg temidden van elkaar. Mensen zijn aan elkaar gegeven. Ze zijn aan elkaar gegeven door hun Schepper. Hij, die vanaf den beginne zij, 'het is niet goed dat de mens alleen is, Ik zal hem "een tegenover" geven' (Genesis 2,18), iemand die bij hem of haar past (een 'helper' zegt de NBV). Mensen zijn elkaar gegeven. Dat is hun vreugde, maar zo we weten ook dikwijls hun last. In groter verband staan ze elkaar naar het leven in de oorlog, in kleiner verband is de 'oorlog' vaak niet minder. Mensen kunnen dan in de knel raken. Ik zag laatst een overzichtje met de 'problemen' waar het maatschappelijk werk zich mee bezig houdt. Relatie-problemen zijn het grootst in aantal: partners, huwelijk, gezin en scheiding. Het lukt vaak niet tussen mensen, vooral als ze dicht bij elkaar horen, bijvoorbeeld de relatie ouders-kinderen of kinderen-ouders.

Dan zijn er de ongerijmdheden in het leven, de dingen die je overkomen. Ziekte, narigheid en dood. Ziekte in allerlei vormen en narigheid waarvan je niet wist dat het er was; opeens 'sta' je er midden in. Ik wil hierbij ook de psychische ziektes noemen, je leven lijkt een hel. Bij Stem in de Stad werken we veel temidden van mensen met psychische aandoeningen.

Als mensen er zo aan toe zijn dat ze klem komen te zitten, dat ze lijken te verdwijnen in de eigen sores, dán is het belangrijk dat er 'een ander' is die langs komt, die de persoon in kwestie bezoekt, die 'de tweede mijl' (zoals de Bergrede zegt, Mattheus 6,42) met iemand in nood wil gaan. Trouwens, 'de ander' is niet alleen nodig wanneer het onverhoopt mis gaat in een mensenleven. 'De ander', de naaste is altijd onmisbaar, ook als het je voor de wind gaat. Voor beiden geldt, de mens in nood en de mens met de wind in de zeilen, wat is het moeilijk om hulp te vragen. Om te zeggen: ik heb je nodig, wil je me helpen! Want, is het niet vaak zo dat we altijd en allemaal een beetje in nood zijn, ook als het ons zogenaamd goed gaat?

### 2.

Wat doet iemand die bij een ander op bezoek gaat, bij iemand bij wie hij of zij misschien normaal helemaal niet zou komen? Want, zo zitten we hier samen. We bezoeken mensen, in ons geval, oude mensen en steeds meer stokoude mensen.

We komen vanuit een bepaalde setting, het ouderenwerk van het dekenaat hier, of als je actief bent in de kerk als *pastoraal* bezoeker. Dat woord pastoraat of pastoraal houden we even vast. Het heeft te maken met pastor, en dat is herder. We geven als bezoekers *herderlijke* zorg en aandacht aan de mensen bij wie we komen. Vroeger heette pastoraat ook wel *zielzorg*. Ik vind dat een prachtig woord. We hebben aandacht voor de ziel van de ander. Zoals de dokter let op het lichaam, zo let de pastor of de pastorale bezoeker op de ziel. Hoe het ook zij, aandacht en zorg beginnen met *luisteren*. Daar gaat het over vanavond. We luisteren naar de anderen bij wie op bezoek gaan. Luisteren lijkt zo eenvoudig, maar in feite is het heel moeilijk. Je hebt daar echt training voor nodig, je moet jezelf oefenen in luisteren. Het gaat dan om *actief* luisteren. Luisteren is hard werken, je bent heel actief gericht op de ander. De ander verdient het, omdat hij ander is, dat zijn levensverhaal gehoord wordt, dat er aandacht voor is, dat opgespoord wordt waar de ruis zit en waarom bijvoorbeeld de levensvreugde verdwenen is.

### 3.

Soms geeft de taal heel subtiel onderscheid in de begrippen aan. Zoals met het de woorden *luisteren en horen*. Horen gaat meer van de een naar de ander, het is meer monologisch. Je bent bijvoorbeeld hoorder van een preek of van een concert. Uiteraard doet je dat wel heel veel, maar *de zender* van

de boodschap staat centraal. Luisteren is meer dialogisch. De ander bij wie je op bezoek bent kan misschien wel helemaal niks naar jou uitzenden, stukjes van zijn of haar levensverhaal bijvoorbeeld, maar hij kan het niet, of hij wil het niet omdat jij niet de goede luisterhouding naar hem hebt. M.a.w. de goede luisteraar moet er ook voor zorgen dát de ander zijn of haar verhaal kwijt kan.

Ook in de bijbel kennen we het horen, het sjema (hoor!) Israël (Deuteronomium 6,4) is de kernbelijdenis van Israël. Het is een initiatief van Gods kant. Op dát horen volgt ons dóen.

Soortgelijk is het met de woorden *kijken en zien*. Kijken is veel eenzijdiger. Je kijkt naar iets. Bij het zien gebeurt iets tweezijdigs. Je bent een 'ziener' (een profeet) als je door de dingen heen ziet. In Genesis, bij de schepping, staat dat God zag dat het goed was. Zien is doorschouwen. Kijken is meer aan de oppervlakte.

Of, *contact hebben of ontmoeten*. Contact kun je met veel mensen hebben, ontmoeten doe je slechts enkelen. Ontmoeten is wederzijds, is groeien aan elkaar, is delen. Contact hebben is vluchtig, is uitwisselen van gegevens, de ander is vervangbaar, want het maakt immers niet uit van wie je de gegevens krijgt.

4.

Luisteren luistert dus nauw. Luisteren naar de ander is zien met de ogen van het hart, is vooral ook luisteren naar jezelf. Luisteren is ontmoeten, is proberen voorbij het vluchtige contact te komen. Luisteren wordt meer dan horen en meer dan kijken en contact hebben als we letten op de volgende zaken, het zijn de standaard valkuilen die we maken en die je in een gesprekstraining zeker op het spoor komt. Ik noem (uit C.H. Lindijer, *In levende lijve*, 's Gravenhage 1975, p. 32 e.v.)

- wij weten het al
- wij begrijpen je
- we zitten vol van onszelf
- we durven niet te luisteren
- we horen over de dingen heen

In de leerschool van het pastoraat gaat het om *sensitief* leren worden en om *empathie* te ontwikkelen. Gevoelig en invoelend. Er zo voor de ander zijn dat je in hetgeen de ander zegt de beweging van zijn ups en downs voelt en ervaart en de ander daar in vérder helpt. Immers, de ander weet zelf vaak niet eens hoe hij er aan toe is. Mensen kennen zichzelf vaak slecht en zeker in de oudere generaties is het lastig om over gevoelens te praten. Dat deed je vroeger niet. Je moest flink zijn en niet zeuren, gevoelens zijn er voor gevoelige mensen en dat waren slappelingen. Herkent u dat? Bij veel oude(re) mensen zie ik dat, ze hebben moeite met het maken van het wezenlijke onderscheid tussen *gevoel en feit*. Het gevoel bijvoorbeeld dat je bang bent voor de dood (bang en angst is een hevig gevoel), maar dat je het niet mag uiten omdat je over het feit van de dood niet sprak vroeger.

5.

Nu een stap verder, want het gaat vanavond over *de spiritualiteit* van het luisteren. Spiritualiteit, dat is, bezig zijn met de binnenkant van de dingen en de binnenkant van ons geloof. Het gaat dan om de *geloofservaring* en niet zozeer om de *geloofsleer*. Wat dóet het jou en mij, hoe ráákt ons geloof ons, hoe *bezielt* het onze binnenkant. Worden we van binnen langzaam omgevormd om steeds dichter bij onze Schepper te komen. Het landschap van onze ziel, hoe ziet dat eruit. De Geest van God (de spiritus), hoe krijgt die vat op ons - of is het één en al afweer? Dat alles is spiritualiteit, de

ervaringskant van het geloof. Heel kort, hoe zit het met onze relatie met God, hoe werkt de Eeuwige in op ons en hoe krijgt dat vorm in onze eigen biografie.

U zult begrijpen, en dat is heel wezenlijk, dat spiritualiteit en levensloop heel erg met elkaar te maken hebben. Onze levensfasen, die tellen met betrekking tot de stand van zaken in ons geloof. Spiritualiteit is geen aparte sector in ons leven, maar de geloofservaring mengt zich én is gevormd door wat we meemaken en meegemaakt hebben. Ik sprak laatst iemand, ik denk dat hij nu 70 is, die in zijn jonge jaren naar de kerk moest, want als hij niet ging dan ontvingen zijn arme ouders niets van de caritas van de kerk. 'En dan moesten we als kinderen daar zitten', zei hij. En hij wees me een achteraf plek in de kerk aan. Kijk, als je dat meegemaakt hebt dan heeft je geloof wel een knauw gekregen. Of die vrouw, wat had ze wat te verstouwen gekregen in haar leven, een kind verloren, haar man nu ongeneeslijk ziek en zelf ook vaak in de lappenmand. 'Mijn geloof wordt wel heel erg aangevochten', zei ze, 'ik weet niet meer of God een God van liefde is, ik ben erover in de war.' Allemaal hebben we zo ons levensverhaal en onze levensfase. Ons geloof of ons niet-geloof bijvoorbeeld, onze twijfel aan en onze opstand tegen God. Onze spiritualiteit wordt gevormd in de vaak harde leerschool van het leven.

6.

Als wij bij mensen op bezoek mogen komen, gezonden als het ware vanuit onze geloofsgemeenschap om bij mensen te zijn, dan moeten we *stereofonisch* luisteren. We zijn volop betrokken bij het levensverhaal van mensen, het is al heel wat dat men ons wil laten delen, maar we luisteren ook naar het verhaal dat God gaat met die ene mens met wie we een gesprek voeren. We zijn geen therapeuten, hoe nodig die ook zijn. We zijn geen hulpverleners, hoezeer die er soms ook aan te pas moeten komen. We komen niet zomaar voor een praatje, hoe gezellig en fijn dat ook kan zijn, nee, we zijn in de ouderwetse betekenis van het woord *zielzorgers*. Het gaat erom dat we de Stem van God op het spoor komen in het soms sprakeloze verhaal van mensen.

Dit alles veronderstelt dat de kerkelijke bezoeker gelooft dat God ook een verhaal gaat met hem of haar. Dat jouw en mijn leven gedragen wordt door God en zichtbaar wordt in Christus. Natuurlijk hebben we daar best vaak moeite mee. Je huppelt niet elke dag van 'zielevreugd', maar dan moeten we ons oefenen in onze rol, in onze pastorale rol. Daarin kun je getraind worden, je kunt oefenen met elkaar. Er zijn talloze goede methodes voor, tot en met het rollenspel toe.

U vraagt misschien, maar we zijn als 'gewone' bezoekers toch geen opgeleide pastores. Ik zeg dan: denk niet te laag over u zelf. Wat dacht u van uw levenservaring, van uw wijsheid, van uw groei in het geloof. Als voorbeeld hiervan vertel ik u het kleine verhaaltje van een professor in de pastorale psychologie die in het ziekenhuis lag voor een heel kleine en onschuldige operatie. Hij was er nauwelijks ziek van en had dus volop de tijd om te observeren. Hij was er vooral gespitst of de pastores die aan zijn bed zouden komen - en niet wisten wie hij was - het geloof of God op een of andere manier ter sprake zouden brengen. Het werd een ware kwelling voor hem, bekende hij later. De ene pastor kwam maar niet verder dan de psychologie, een ander counselde en spiegelde alsof hij een therapeut was. 'Ik gaf het ze bijna in de mond', zei hij later, 'maar nee hoor.' Tot op een middag een bezoeker van zijn parochie bij hem op bezoek kwam en al heel gauw terzake kwam. 'Heeft u veel aan uw geloof, nu u hier ligt', vroeg ze, 'en uw kerkbezoek, steunt u dat nu'. Of hij samen met haar wilde bidden, 'want God is toch een trooster en iemand die nabij zieken en vermoeiden is', zei ze. Ze vouwden samen de handen en baden tot God die onze Schepper is. Mooi hè.

7.

Nu moeten we er natuurlijk voor waken patsboem met het geloof aan te komen en misschien moet het ook niet meteen de eerste keer. Maar gaandeweg, luisterend naar u zelf, naar de ander en naar

God komt er toch een moment dat u het wel moet doen. Zelf merk ik, dat ik gaandeweg mijn jaren hierin directer ben geworden. Ik sla meer omwegen over merk ik en vraag veel sneller naar de geloofsvragen. Dáárvóór komt men immers bij mij, het is mijn deel in het geheel van de zorg. Opvallend is het hoe vaak de mensen zélf vragen of ik dan 'heel even' met hen wil bidden, of dat we een kaarsje gaan aansteken in de kerk. Het gebed geeft lucht, een kaars ontsteken ontspant. Het is een vorm van God toelaten, Hij die werkt in ons hart en ons zo eminent lief heeft.

Dat geloof ter sprake brengen en bidden misschien te weinig gebeurt en dat we er moeite mee hebben komt misschien ook omdat we moeite hebben met ons eigen gebed, dat we eigenlijk geen trouw gebedsleven (meer) hebben, dat we ook moeite hebben met ons geloof en met onze kerk. Maar weet u, daarom is het zo belangrijk dat we het daarover hebben, zoals het ouderenwerk van het dekenaat, zoals vanavond. Praten over ons geloof en het delen hiervan wordt dan even belangrijk als het op bezoek gaan bij anderen.

De dagelijkse lezing van het evangelie laat ons een Mens zien die écht stereofonisch luisterde. Het gaat in het evangelie om het gewone leven, het zijn alledaagse verhalen, maar Jezus geeft er diepte aan, hij wil er de glans van God in hebben. Omdat hij er diep van overtuigd is dat een leven met God genezend en helend is.

Met mensen die op onze weg komen over deze dingen praten geeft verrijking aan ons eigen leven. Luisteren is geen eenrichtingsverkeer, maar een vruchtbare dialoog zonder einde. Soms komt het voor dat de Derde zich meldt in een gesprek dat u voert. Zie dat als de glimlach van Godswege. Dan daalt de vreugde in uw hart.

©Jurjen beumer  
Haarlem, 27 april 2004