

Over geloof, gevoel en godsbeeld

'Ken je dat gevoel dat iemand je niet moet?'

'Hoe kostbaar is uw liefde, God! In de schaduw van uw vleugels schuilen de mensen' leest Anne in haar Bijbel (Psalm 36:8), en ze denkt: ja, zo is het, wat geweldig! Tegelijk overvalt haar een oneindig triest gevoel: God houdt helemaal niet van haar. 'Ken je het gevoel dat iemand je sowieso niet moet, hoe goed je ook je best doet?', vraagt ze me later. 'Nou, precies dat gevoel heb ik bij God.'



Zeker wanneer er sprake is van gevoelens die zo pijnlijk zijn dat ze weggestopt moeten blijven, lopen de bewuste beleving en de onbewuste ervaring uiteen.

tekst **Hanneke Schaap-Jonker**
beeld **Unsplash/Pixabay**

Wie is God voor je? Welke gevoelens en gedachten heb je over Hem? Antwoorden op deze vragen laten iets zien van het godsbeeld van mensen. Tegelijk kunnen die antwoorden tegenstrijdig zijn. Immers, wat je gelooft van God en wat je daarvan beleeft, ligt lang niet altijd op één lijn. In dit artikel wordt verkend hoe geloofsbeleving en godsbeeld verweven zijn en elkaar onderling beïnvloeden.

Ontwikkeling

Bij het godsbeeld (of, in vaktaal: de godsrepresentatie) gaat het om wat God voor iemand persoonlijk betekent. Psychologisch gezien ligt het ontstaan van

het godsbeeld in de vroege ontwikkeling. Vroege ervaringen met andere mensen, waarvan de ouders de belangrijkste zijn, kleuren het godsbeeld. Deze ervaringen gebruiken kinderen voor de vorming van hun zelfbeeld ('Ik ben blijkbaar de moeite waard') en hun beeld van anderen ('Anderen hebben het beste met mij voor'). Op grond van de manier waarop zij naar zichzelf en naar anderen kijken, ontwikkelen kinderen al vroeg een kenmerkende manier van in relatie staan (hechtingsstijl): open en vertrouwend bijvoorbeeld, of juist wantrouwend, angstig en vermijdend. Deze hechtingsstijl is diep verankerd in de persoonlijkheid en kleurt niet alleen de huidige relaties, maar ook nieuwe relaties. En ook de relatie met God – of juist het ontbreken daarvan. Dit is lang niet altijd een bewust proces, maar verloopt ook onbewust.

Als kind moest Anne zich maar alleen zien te redden, omdat haar moeder ziek op bed lag – en vooral ook meehelpen in het gezin. Maar hoe goed ze ook haar best deed, er kwam nooit een waarderend woord. Eerder een sneer: 'Had je ook niet even ...? Wat heb ik nou eigenlijk aan jou?' In de loop van de jaren is Anne dan ook veranderd van een vrolijk meisje in een teruggetrokken kind, dat wel uitkijkt om zich te geven aan anderen. Ze zal zichzelf wel redden. En God? Ach, voor God is het ook nooit goed genoeg.

Selectief

Bij de ontwikkeling van het godsbeeld spelen vroege relationele ervaringen een rol. Tegelijk is dat niet het enige: een kind hoort uit de Bijbel lezen, hoort anderen over God spreken, luistert tijdens de kerkdienst. Kort gezegd: een kind leert over God, en dit leren gaat lang door. De geleerde geloofsovertuigingen, Bijbelse beelden en bijbehorende gevoelens worden eveneens verbonden met het per-

>> 'Hoofd' en 'hart' kunnen elkaar zelfs tegenspreken <<

soonlijke godsbeeld. Echter, dit gebeurt op een selectieve manier. Het reeds aanwezige godsbeeld, gekleurd door zelfbeeld en hechtingsstijl, fungeert als een bril die de waarneming kleurt. Over het algemeen worden Bijbelse noties, verhalen of accenten die passen bij het eigen godsbeeld gemakkelijker opgenomen dan teksten of gedachten die haaks staan op de wijze waarop God gezien en ervaren wordt.

Als kind was Hans een vrolijke, optimistische jongen die vol aandacht luisterde naar de Bijbelverhalen die hem verteld werden. Wat hem vooral is bijgebleven, is het reddende en bevrijdende handelen van God. Dat het er ook heftig aan toe ging en er sprake was van schuld, oordeel en straf heeft hij zich niet echt eigen gemaakt.

(On)bewust

Uit het voorgaande blijkt dat het godsbeeld nooit eenduidig is, maar meerdere lagen kent. Emotionele en rationele aspecten spelen een rol, evenals bewuste en onbewuste processen. Het expliciete godsbeeld laat vooral zien wat iemand op bewust niveau denkt en gelooft, alsook geleerd en gehoord heeft. Dit kan relatief makkelijk verwoord worden. Bij de opvattingen en overtuigingen die het expliciete godsbeeld vormen, horen ook emoties. Zo gaat het beeld van God als herder bijvoorbeeld samen met gevoelens van geborgenheid en vertrouwen, en roept het beeld van de Heilige gevoelens van ontzag op – en soms ook van schuld, schaamte en angst. Tegelijk is er ook een impliciet godsbeeld, een

>>



›› Simpelweg Bijbelteksten aandragen is meestal geen optie ‹‹

godsbeeld waarvan je eigenlijk niet eens weet dat je het hebt. Dit impliciete godsbeeld, dat vooral onbewust een rol speelt in de geloofsbeleving, komt tot uiting in de manier waarop iemand zich op emotioneel niveau 'automatisch' verhoudt tot God (en de bijbehorende impliciete overtuigingen). Het is gekleurd door de manier waarop je in relatie staat tot anderen en kleurt vervolgens de relatie tot de Ander.

Tegengesteld

Bij veel mensen raken het impliciete en expliciete godsbeeld elkaar, of is zelfs sprake van integratie. Een vertrouwensvolle manier van in de wereld staan gaat bijvoorbeeld samen met het vertrouwen dat de hemelse Vader het beste met je voor heeft. Echter, impliciete en expliciete godsbeelden kunnen ook uit elkaar lopen of zelfs tegengesteld zijn. Zo is het mogelijk dat er op bewust niveau een expliciet godsbeeld zichtbaar wordt dat gekenmerkt wordt door vertrouwen en aanvaarding, maar dat daaronder veel onzekerheid en onveiligheid een rol spelen (impliciet godsbeeld). 'Hoofd' en 'hart' zijn dan niet met elkaar in overeenstemming, en kunnen elkaar zelfs tegenspreken. Anne verwoordt dit in de intro van dit artikel. Uit haar voorbeeld wordt duidelijk dat dit verschil zijn aanleiding vindt in negatieve relationele ervaringen. Dat is vaker het geval; zeker wanneer er sprake is van gevoelens die zo pijnlijk zijn dat ze weggestopt moeten blijven, zoals bij traumatische ervaringen, lopen

de bewuste beleving en de onbewuste ervaring uiteen.

Uiteenrafelen

Een impliciet godsbeeld is vaak moeilijk te benaderen. De vraag: hoe kijkt God naar jou?, kan een belangrijk hulpmiddel zijn om erachter te komen hoe mensen God (onbewust) ervaren. Hoe kan een pastor of een christen-hulpverlener vervolgens handreikingen bieden, juist wanneer er sprake is van angst, boosheid, teleurstelling of onveiligheid in relatie tot God? Simpelweg de Bijbel ernaast leggen of teksten aandragen is meestal geen optie – dat sluit immers vooral aan bij het expliciete godsbeeld. Vaak is de eerste opdracht het uiteenrafelen van de kluwen en laten zien dat wie God is niet samenvalt met hoe Hij ervaren wordt; hoe je jezelf en anderen ziet, speelt mee in je relatie tot God. In tweede instantie zijn nieuwe ervaringen cruciaal, juist wanneer eerdere negatieve ervaringen binnen (vroeg) relaties dominant doorklinken in het impliciete godsbeeld. Deze ervaringen kunnen opgedaan worden binnen de pastorale of behandelrelatie, maar ook in relatie tot medegelovigen, vrienden of familieleden. Wanneer je in het heden kunt ervaren dat angst niet nodig is, dat vertrouwen wel mogelijk is, kan dit op termijn tot veranderingen in het godsbeeld leiden. Pastores, hulpverleners of gemeenteleden kunnen hier een essentiële rol vervullen door betrouwbaar te zijn, te aanvaarden in plaats van te veroordelen, mee te lijden en de liefde van Christus zichtbaar en voelbaar te maken.

Levenslang

Het proces van het vinden en vormen van een godsbeeld gaat levenslang door. Iedere leeftijdsfase, maar ook een belangrijke levensgebeurtenis of crisis, zoals ziekte, verliefd worden, ontslag of wat dan ook, vraagt om nieuwe antwoorden op de vraag wie God voor je is –

antwoorden die bevredigend zijn in deze leeftijdsfase of situatie. Die antwoorden (meervoud!) hoeven niet eenduidig te zijn; meer dan eens staan in de beleving van mensen meerdere beelden van God naast elkaar, soms zelfs in een spanningsvolle relatie.

Hans verliest zijn vrouw aan kanker. Het zet zijn wereld op z'n kop: waarom heeft God niet voorkomen dat zijn kinderen op zo'n jonge leeftijd hun moeder moeten missen? Hij behoudt zijn rotsvaste vertrouwen in God, zijn redder, en ervaart Gods nabijheid en troost. Maar het voelt wel dubbel: God troost nadat Hijzelf de slag heeft toegebracht.

Bij het zoeken naar antwoorden speelt (ook) het impliciete godsbeeld een rol; wanneer dat negatief gekleurd is, is het moeilijker om na heftige ervaringen (opnieuw) te komen tot geloofsovergave dan wanneer er sprake is van een positieve grondhouding.

Gave

Gelukkig is geloof niet alleen een menselijk antwoord op de roep van God, maar ook een gave van de heilige Geest. De Geest woont en werkt in ons, en maakt daarbij vaak gebruik van menselijke processen en psychologische mechanismen. Hij kent onze beperkingen en tekorten, maar is daar niet aan gebonden. Hij kan daarbij aansluiten, maar er ook doorheen breken wanneer Hij ons herschept naar het beeld van Christus en ons leert om de liefde van God steeds dieper te ervaren en die steeds meer bepalend te laten zijn in ons kennen en beleven van God – tot eer van zijn naam (zie Efeziërs 3:16-20).

Hanneke Schaap-Jonker (PKN) is godsdienstpsycholoog en rector van het Kennisinstituut christelijke ggz, een initiatief van De Hoop en Eleos.