

# Workshop 'Bemoedigen doet goed'

Larry Crabb, *Bemoedigen doet goed*. De pastorale opdracht van de gemeente  
[Encouragement: The Key to caring]

## Hebreeën 10:24-25

Laten we opmerkzaam blijven en elkaar ertoe aansporen lief te hebben en goed te doen, en in plaats van weg te blijven van onze samenkomsten, zoals sommigen doen, elkaar juist **bemoedigen**, en dat des te meer naarmate u de dag van zijn komst ziet naderen.

## Kolossenzen 2:2-3

Zo wil ik hen **bemoedigen** en hen in liefde bijeenhouden, opdat ze tot de volle rijkdom van allesomvattend inzicht komen, tot de kennis van Gods mysterie: Christus, in wie alle schatten van wijsheid en kennis verborgen liggen.

## Psalm 23:1,4

De HEER is mijn herder, het ontbreekt mij aan niets.  
Al gaat mijn weg door een donker dal,  
ik vrees geen gevaar, want u bent bij mij,  
uw stok en uw staf, zij **geven** mij **moed**.

---

## Het hart van pastoraat klopt in bemoediging

---

### Wanneer voel je je bemoedigd (als pastor, als pastorant)?

- Als je je gezien en gehoord voelt in wat er is (verdriet, angst, zorg, pijn, behoeften, etc.).
- Als het gesprek daarover (de aandacht daarvoor) het effect heeft dat je weer een groter verlangen hebt om dichtbij Jezus te leven.

### Wat vraagt bemoediging van de bemoediger (de pastor)?

- Toegewijd zijn aan bemoediging.
- Vertrouwen op de heilige Geest die Bemoediger is.
- De ander liefhebben.
- De ander zien zoals Jezus hem of haar ziet.
- Erbij blijven, ook als het moeilijk is.
- Uitnodigen om meer te vertellen (met aandacht voor gevoelens en behoeften).
- Iets van geloof, hoop en liefde, iets van Jezus inbrengen ('ik moet denken aan').
- Hierin luisteren naar en biddend afgestemd zijn op de heilige Geest.

## Drie vormen van gemeenschap:

- **oppervlakte-gemeenschap:** we houden de schijn op en blijven aan de oppervlakte uit angst om onszelf te laten zien en afgewezen te worden
- **de gemeenschap waar volledige openheid heerst:** we gaan voor volledige zelfexpressie, want alles moet gezegd kunnen worden zonder oog voor het effect dat het gezegde op de ander heeft (Crabb: de 'ziekte van het delen')
- **gemeenschap van volledige toewijding:** we gaan voor toewijding allereerst aan Christus en vervolgens aan wat Christus in ons (in mij en in de ander) aan het doen is. Niet onszelf delen, maar de Heer delen. Daar ligt de kern van bemoediging.

Waar gaat het in de bemoediging om? Hierom: *'We moeten inzien dat de tijd die we met elkaar doorbrengen op de een of andere manier onze relatie met Christus kan verrijken. De basis van onze gemeenschap is het leven dat we delen in Christus. Relaties zijn gelegenheden om Christus meer te leren waarderen. Hoe? Doordat we hem weerspiegeld zien in de ander; doordat we elkaar bejegenen als beeld dragers van God; en doordat we elkaar aanvaarden in Christus ondanks onze tekortkomingen.'*

---

### Pastoraat: bemoedigd op weg gaan om de ander te bemoedigen. Hoe?

---

1. Neem tijd (tien minuten? half uur?) om je voor te bereiden op de pastorale ontmoeting.
2. Vraag jezelf af: voel ik me op dit moment bemoedigd? Ben ik in verbinding met de kracht van Christus in mij?
3. Laat je bemoedigen vanuit de Bijbel. Lees iets van wat God zegt en laat dat binnenkomen. (Of vraag iemand anders je te bemoedigen.)
4. Bid voor jezelf: om verbinding met Christus, kracht en wijsheid van de Geest in je binnenste, moed, vastberadenheid, openheid, kwetsbaarheid, vriendelijkheid.
5. Bid voor de ander die je gaat bezoeken en kijk naar hem of haar met de ogen van Jezus.
6. Kies voor een ontmoeting die niet door oppervlakte-gemeenschap of gemeenschap waarin volledige openheid heerst, maar door gemeenschap van volledige toewijding (bemoediging) wordt gekleurd.

Kijk ook hier: [www.plantagekerkzwolle.nl/bemoedigen](http://www.plantagekerkzwolle.nl/bemoedigen)

# Bemoedigen doet goed

Jos Douma, in 'Verlangen naar het goede leven. Samen lezen, samen delen, samen eten', blz. 114-122

In het jaar waarin we in de Plantagekerk aan de gang gingen met het thema 'Verlangen naar het goede leven' (2015-2016), kwam ook de thematiek van bemoediging uitgebreid aan bod. Dat had te maken met het gegeven dat ik opnieuw in het boek van Larry Crabb met de titel 'Bemoedigen doet goed. De pastorale opdracht van de gemeente' was gaan lezen. Opnieuw, want ik merk dat ik regelmatig teruggrijp naar de boeken van Larry Crabb. Hij is als geen ander in staat mij te raken met zijn visie voor kerk zijn: echt kerk zijn wel te verstaan, de kerk als geloofsgemeenschap. De boeken van Larry Crabb hebben iets te bieden wat ik nergens anders zo vind: hoop voor de kerk, passie voor pastoraat, oprechte kwetsbaarheid, diepgaande concentratie op Christus.

En ik merkte, toen ik erover preekte, dat de thematiek van bemoediging landde in de gemeente. Hier was behoefte aan, dit raakte aan iets waar veel gemeenteleden naar op zoek waren. Daarom besteed ik er in dit boek ook een hoofdstuk aan dat zelfs wat langer is dan de meeste andere hoofdstukken. Want ik wil je graag meenemen in mijn eigen ontdekkingsstocht rond het thema bemoediging aan de hand van Larry Crabb.

Bij het lezen werd ik in eerste instantie vooral getroffen door deze uitspraak 'Het gebeurt maar al te vaak dat leraren niet-bemoedigde mensen aanspoort tot verandering.' Dat vraagt wat uitleg (met 'leraren' doelt Crabb overigens op de pastor-voorgangers van een gemeente). Crabb zegt op basis van Hebr 10:24-25 dat elkaar bemoedigen een van de belangrijkste dingen is die we in de kerk kunnen doen. Deze tekst maakt duidelijk dat christenen samenkomen (in zowel kerkdiensten als kleinere bijeenkomsten) om elkaar te bemoedigen! Bemoedigd worden betekent dat we gezien worden in onze zwakheid, mislukking, verslagenheid, frustratie, ongeloof, twijfel of leegheid en dat we daarin niet worden afgewezen maar daarin worden aangeraakt om meer naar Jezus te gaan verlangen. Een bemoedigd mens is iemand die er weer meer naar verlangt om Christus te kennen en zich helemaal van hem afhankelijk te maken.

Maar heel veel mensen (waarschijnlijk wij allemaal) zijn vaak ontmoedigd, ook als ze op zondag in de kerk komen of als ze op weg gaan naar de samenkomst van een groeigroep, miniwijk of kring: Jezus lijkt ver weg, we snappen niet goed wat hij met onze problemen te maken heeft en de wereld van Gods woord lijkt een andere planeet te vormen waar we geen contact mee kunnen maken. En wat is nu het probleem met veel preken en andere evangelie-boodschappen waarin de waarheid die vrij maakt wordt doorgegeven? Deze

waarheid wordt doorgegeven aan niet-bemoedigde mensen, aan een niet-bemoedigde gemeente, aan een niet-bemoedigde pastorant.

Dat raakte me, om dat te lezen. Omdat ik er iets van herken als het om mijn eigen preken gaat en de uitwerking ervan. Nu weet ik wel dat het ook anders ervaren kan worden (want wat zijn al die mensen in de kerk verschillend en wat reageren ze verschillend op preken), maar voor mij was het toch echt weer een eye-opener om te lezen hoe belangrijk bemoediging is als je graag wilt dat er verandering komt in mensenlevens. En dat geldt natuurlijk niet alleen als het gaat om de preken in de kerkdiensten maar ook als het gaat om andere vormen van samen komen waar we samen de bijbel open doen.

Vervolgens kwam ik een andere uitspraak tegen dat me zeer aansprak: 'Als een gemeente de visie ontvangt om een bemoedigende gemeenschap te worden en de leden toerust in het bemoedigen van elkaar, dan zal de waarheid van Gods Woord meer vruchtbare bodem vinden en vaker wortel schieten.' Uit deze zinnen wil ik twee dingen naar voren halen. In de eerste plaats: een gemeente kan blijkbaar 'visie ontvangen' om een bemoedigende gemeenschap te worden. Blijkbaar is het mogelijk dat dit met een extra urgentie naar een gemeente toekomt: dít is nú belangrijk! Je zou ook kunnen zeggen: de Geest kan het op het hart van de gemeente of een gemeentekring leggen om juist hier aandacht aan te besteden. En in de tweede plaats: het is niet altijd gemakkelijk om te ontdekken wat Gods woord uitwerkt in het leven van leden van Christus' gemeente. Soms lijkt het erop dat het weinig uitwerkt. Misschien is het wel veel belangrijker dan ik altijd dacht om de grond eerst ook nog klaar te maken zodat het vruchtbare bodem wordt. En misschien dat bemoediging daarin wel een heel centrale rol speelt.

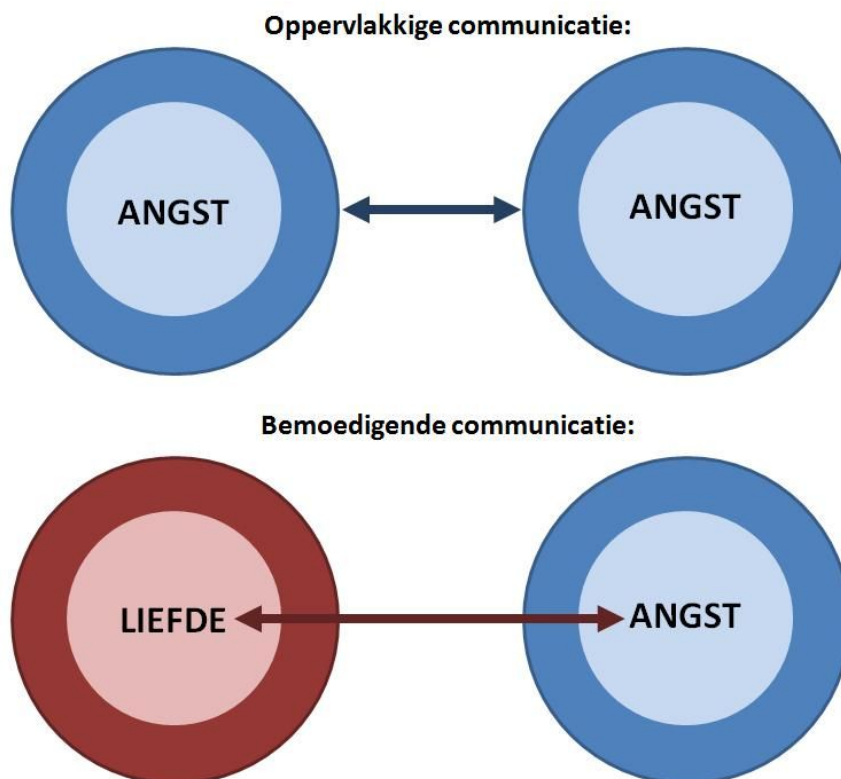
Larry Crabb schildert in zijn boek dus het visioen van een bemoedigende geloofsgemeenschap. En ik droom graag met hem mee. Daarbij is heel helpend dat hij deze bemoedigende gemeente afgrenst van twee andere opties. Optie 1 is die van de oppervlakte-gemeenschap. Optie 2 is die van de gemeenschap waar volledige openheid heerst. Wat wordt daarmee bedoeld?

**Optie 1: De oppervlakte-gemeenschap** | Kern van deze manier van gemeenschap zijn is dat we allemaal angstige mensen zijn die de schijn ophouden en daardoor niet echt verbinding kunnen maken met anderen. Onze angst heeft ermee te maken dat we het gevoel hebben niet acceptabel te zijn in de ogen van andere mensen. We zijn bang voor afwijzing, bang dat mensen ontdekken dat er achter onze maskers iemand schuil gaat met wie ze niks te maken zouden willen hebben. Crabb schrijft zelf: 'We zijn bang om ontmaskerd te worden. We weten bijna intuïtief dat achter de make-up van ons fatsoen, onze vriendelijkheid en onze keurige kleding iemand schuilgaat die de mensen maar

beter niet konden kennen, iemand die afkeuring en kritiek verdient. De beste manier die we weten om hiermee om te gaan is dat leven van achter ons omhulsel. We laten niet onszelf zien (het risico van afwijzing vinden we te groot) en we kiezen voor strategieën en afweermechanismen: een grapje, je aanstellen, hanig gedrag, opscheppen, manipulatief huilen, schijnbekering, geveinsde nederigheid, je mond houden tijdens een groepsgesprek, een borrel voordat je naar je vrienden gaat, televisie kijken, kortom alles wat onszelf in staat stelt de wereld te begroeten zonder onszelf bloot te hoeven geven. En als we dat allemaal doen, dan ontstaat er die oppervlakte-gemeenschap, die natuurlijk helemaal geen gemeenschap is: we communiceren van (defensief) omhulsel naar (defensief) omhulsel terwijl we allemaal ons angstige ik verbergen.

Dat is trouwens helemaal niet vreemd of raar. Iedereen doet dat, soms, vaak, of meestal. Ik doe het ook. Een slimme opmerking, een creatieve gedachte, een boeiende analyse, een belangstellende (maar alleen maar informatieve of nieuwsgierige) vraag aan de ander die zijn of haar verhaal vertelt, uitgebreid het gesprek aangaan over je werkzaamheden – het zijn heel onschuldige manieren om contact te hebben (oppervlakkig, dat dan wel) maar tegelijk het echte contact uit de weg te gaan. Er ontstaat geen verbondenheid. Het blijft oppervlakkig, buitenkant-communicatie: wel gezellig of zelfs geanimeerd, maar er gebeurt niks wat van wezenlijk belang is.

Larry Crabb gebruikt daarvoor het plaatje van cirkels met een kern en een rand.



In de twee bovenste cirkels zien we oppervlakkige communicatie plaatsvinden. De kern van de cirkel is onze angstige binnenkant. De rand is ons defensieve omhulsel (ons masker, onze façade, onze bescherming). Ik heb er nu zelf even kleur aan toegevoegd: blauw staat voor 'koude' communicatie waarin angst (op een verborgen manier) de boventoon voert, terwijl rood staat voor warme communicatie waarin de liefde de bron is van waaruit de een de ander bemoedigt. Dat is aan de hand bij de twee onderste cirkels waar de een vanuit zijn of haar met liefde gevulde binnenst de ander van binnen in zijn of haar angst raakt. Het is uiteraard ook nog mogelijk om twee rode cirkels te tekenen: dan is er sprake van wederzijdse liefdevolle bemoediging.

**Optie 2: De gemeenschap waar volledige openheid heerst** | Het zal duidelijk zijn dat openheid en kwetsbaarheid onmisbaar zijn voor echte communicatie van hart tot hart en dus voor bemoediging. Onze omhulsels moeten we afleggen. Maar dat betekent niet dat onze openheid geen grenzen kent. Crabb spreekt in dit verband over het gevaar van volledige zelf-expressie: dat je zonder meer vertelt wat er in je leeft zonder rekening te houden met de context waarin je bent en zonder na te denken over de vraag of dat wat je zegt ook dienstbaar is aan de ander. We moeten, aldus Crabb, oppassen voor het zo populaire 'delen': dat je zonder belemmeringen aan de ander laat zien wat er binnenin je is. Crabb spreekt zelfs over de 'ziekte van het delen'. Want er zijn twee dingen die mis kunnen gaan. In de eerste plaats: we delen vooral omdat we geaccepteerd willen worden door anderen; dat maakt ons dus afhankelijk van de ander, waar we onze afhankelijkheid juist alleen bij God moeten zoeken. Delen is dan: emotionele eerlijkheid wordt beloond. In de tweede plaats: we delen vooral onszelf, alsof er in Hebréeën 10:24-25 staat: 'wij moeten in plaats van weg te blijven van onze samenkomsten, zoals sommigen doen, elkaar aansporen om eerlijk voor de dag te komen met onze diepste gevoelens'; dan is er sprake van een 'delen' waarbij het kader van de toewijding aan God en aan het welzijn van de ander ontbreekt.

Delen is heel belangrijk. Maar dan moet het wel gaan om een delen dat staat in het kader van het delen van Christus, het delen in het heil van God. Nog sterker gezegd, weer in de woorden van Crabb: 'Het christen-leven is een gedeeld leven. We nemen allen deel aan de goddelijke natuur. In ieder van ons woont dezelfde Geest. Maar: we hebben het begrip 'delen' afgezwakt. In plaats van Christus te tonen aan elkaar, maken we ervan: onszelf blootgeven.'

Volledig open zijn is dus niet de 'oplossing' voor een oppervlakte-gemeenschap. Zeker, we kunnen en mogen volledig en onvoorwaardelijk open zijn tegenover GóD en hem alles zeggen en belijden wat we op ons hart hebben. Maar als christenen tegenover elkaar deze volledige openheid betrachten, is dat vaak ingegeven door een verlangen dat de

ander ons zal aanvaarden zoals we zijn zonder dat we oog hebben voor de toewijding en de dienstbaarheid aan de ander die het evangelie ook altijd van ons vraagt.

De opties 1 en 2 zijn dus onbegaanbare wegen. Maar waar gaat het in de bemoediging dan wel om? Hierom: 'We moeten inzien dat de tijd die we met elkaar doorbrengen op de een of andere manier onze relatie met Christus kan verrijken. De basis van onze gemeenschap is het leven dat we delen in Christus. Relaties zijn gelegenheden om Christus meer te leren waarderen. Hoe? Doordat we hem weerspiegeld zien in de ander; doordat we elkaar bejegenen als beeld dragers van God; en doordat we elkaar aanvaarden in Christus ondanks onze tekortkomingen.' Crabb spreekt in dit verband over volledige toewijding

**Optie 3: een gemeente van volledige toewijding** | Op deze manier een bemoedigende gemeente zijn begint echter niet bij het aanleren van wat luistervaardigheden en gesprekstechnieken. Die kunnen wel behulpzaam zijn, maar nooit de essentie vormen. Er is veel meer nodig om mee te beginnen: we hebben een bovennatuurlijke liefde nodig. Crabb neemt zijn uitgangspunt voor de uitwerking hiervan in een uitspraak van Paulus (Efeziërs 4:29): 'Laat geen vuile taal over uw lippen komen, maar alleen goede en waar nodig opbouwende woorden, die goeddoen aan wie ze hoort.' En hij schrijft vervolgens: 'Voor zover ik Paulus begrijp, verlangt hij van ons niet minder dan dat letterlijk elk woord dat we spreken, afgestemd is op het opbouwen van de ander. De oplossing die Paulus aanreikt, is niet dat we al onze schaamte afwerpen en onszelf volledig bloot geven. Nee, hij leert ons dat we de angsten, afweermechanismen en de behoeften van anderen begrijpen. Hij leert ons dat we ons moeten toewijden, niet aan het delen van onszelf, maar aan het delen van de Heer door het ingaan op de behoeften van anderen. Paulus' oplossing houdt in dat we een zeer bepaalde motivatie ontwikkelen, dat we controle uitoefenen over het doel van onze woorden. Hij vertelt ons niet wat we moeten zeggen, hij zegt ons alleen wat onze motivatie moet zijn.'

Niet onszelf delen, maar de Heer delen. Daar ligt de kern van bemoediging. En de motivatie is dus absolute prioriteit. Dat vraagt om zelfonderzoek. Als je wilt bemoedigen, als je een bemoediger wilt zijn, ben je niet iemand die veel praat, maar iemand die veel luistert, allereerst naar God en naar wat er zich in je eigen hart afspeelt: 'God kent ons door en door. We moeten ons door Hem laten kennen en ons bewust kwetsbaar opstellen tegenover de heilige God. Een absolute voorwaarde voor het onderkennen en rechtzetten van onze motieven, is dat we regelmatig stille tijd houden; momenten waarop we niet gehaast zijn, ons afstemmen op de Heer en ons laten leiden door de Geest die tot ons spreekt door de Schrift. Er is maar één oplossing voor het probleem van de oppervlakte-gemeenschap: volledige toewijding aan het doel instrument van God te zijn in het leven van anderen. Door zelfonderzoek dat gebaseerd op de bijbel en waarin

we ons laten leiden door de Geest, zullen we in staat zijn te onderkennen of onze woorden worden ingegeven door zelfzucht dan wel door dienstbaarheid.'

Tot zover Larry Crabb. Laat het bovenstaande ook een aanmoediging mogen zijn om zelf dat boek van Crabb 'Bemoedigen doet goed' te lezen en toe te passen in je leven en in je gemeente. Want bemoedigen doet goed. Als ik om dit hoofdstuk, dat een bijdrage bedoelt te leveren aan de praktijk van het samen delen in de gemeente, af te ronden nog een omschrijving geef van wat bemoediging is, dan doe ik dat zo: dingen doen en zeggen die de ander dicht bij Christus brengen. Het resultaat van bemoedigen is: dat je een groter verlangen hebt om Jezus te zien en te kennen, om dichtbij Christus te zijn en om hem te hebben als bron van je leven.

Bij alles wat we in de gemeente rond bemoediging doen, telkens als we ons ertoe zetten om samen te delen, moeten we twee dingen beseffen. In de eerste plaats: mensen hebben diepere wonden dan wij weten (en vaak ook dan zij zelf weten). In de tweede plaats: de relatie met Jezus Christus is de unieke en onmisbare bron waaruit we kunnen putten voor genezing.

Bemoediging gebeurt daar waar onze gewonde zielen worden verbonden met Christus, de bron van genade.