

Hoe gaat het ÉCHT met jou?



In de eerste twee maanden van dit nieuwe jaar werd ik opgeschrikt door het nieuws uit onze regio. Drie mensen kwamen om het leven door zelfdoding op of nabij het spoor in de omgeving van Deinze (waar wij wonen). Eén van hen was een leerling aan het station van Deinze; de twee andere slachtoffers waren volwassenen. Het zijn berichten die je niet onberoerd laten.

Tegelijk voel ik terughoudendheid om dit publiek te benoemen, want ik weet dat het voor sommigen iets heel gevoelig is. Toch geloof ik dat zwijgen het probleem niet kleiner maakt. Als we het met respect en zorgvuldigheid bespreekbaar maken, kan het een begin zijn van grotere waakzaamheid en onderlinge zorg.

We stellen elkaar vaak de vraag: “Hoe gaat het?” Het is een goedbedoelde gewoonte, maar meestal krijgen we een kort antwoord: “Goed”, “’t gaat wel”, “druk, maar oké.” We antwoorden zo omdat we geen last willen zijn, omdat er geen tijd lijkt voor een lang gesprek, of omdat we onze binnenkant moeilijk onder woorden kunnen brengen. Soms is dat voldoende. Maar er zijn momenten waarop die vraag meer ruimte verdient. Wanneer iemand de kans krijgt om zonder haast te spreken, zonder onmiddellijk advies of oordeel, kan er iets openbreken dat anders verborgen blijft. De eenvoudige vraag “Hoe gaat het écht?” kan een uitnodiging zijn voor mensen om meer met ons te delen.

Spreuken 4:23 zegt: **“BESCHERM JE HART BOVEN ALLES WAT TE BEHOEDEN IS, WANT DAARUIT ZIJN DE UITINGEN VAN HET LEVEN”** (HSV). Zelfs vanuit biologisch oogpunt is het opmerkelijk hoe zorgvuldig het hart in ons lichaam geplaatst is. Het ligt beschermd achter het borstbeen, omringd door ribben, ingebed in een stevige structuur. Het meest vitale orgaan werd niet bloot en onbeschermd aan de buitenkant gelegd. Voor ons die gelovig zijn, is dat geen toeval. God heeft het leven zo ontworpen dat wat essentieel is, bescherming nodig heeft. Toch leven wij vandaag in een tijd waarin onze innerlijke wereld, ons denken, voelen en verlangen, vaak wijd openstaat voor invloeden die ongemerkt binnensluipen. Beelden, woorden, verwachtingen en druk kunnen zich opstapelen en onze mentale en emotionele gezondheid aantasten. Wat lichamelijk vanzelf beschermd wordt, laten wij geestelijk soms onbewaakt.

Daarom is het belangrijk dat wij als gemeente leren kijken voorbij wat onmiddellijk zichtbaar is. Misschien begint het beschermen van het hart wel bij het ernstig nemen van één eenvoudige vraag. Niet vluchtig, niet uit gewoonte, maar met bereidheid om het antwoord te horen. Als wij als gemeente leren om aandachtiger te luisteren, zorgvuldiger te spreken en sneller nabij te zijn, bouwen we aan een plaats waar harten niet verborgen hoeven te lijden.

Moge Spreuken 4:23 ons daarbij leiden: dat wij waken over onze eigen binnenwereld en tegelijk mee waken over die van elkaar, opdat de (uitingen) bronnen van het leven niet opdrogen, maar beschermd en gevoed worden in verbondenheid en hoop.

Marcelo Reis

Predikant

*Bescherm je hart
boven alles wat te behoeden is,
want daaruit zijn de uitingen
van het leven.*

Spreuken 4:23 (© HSV)