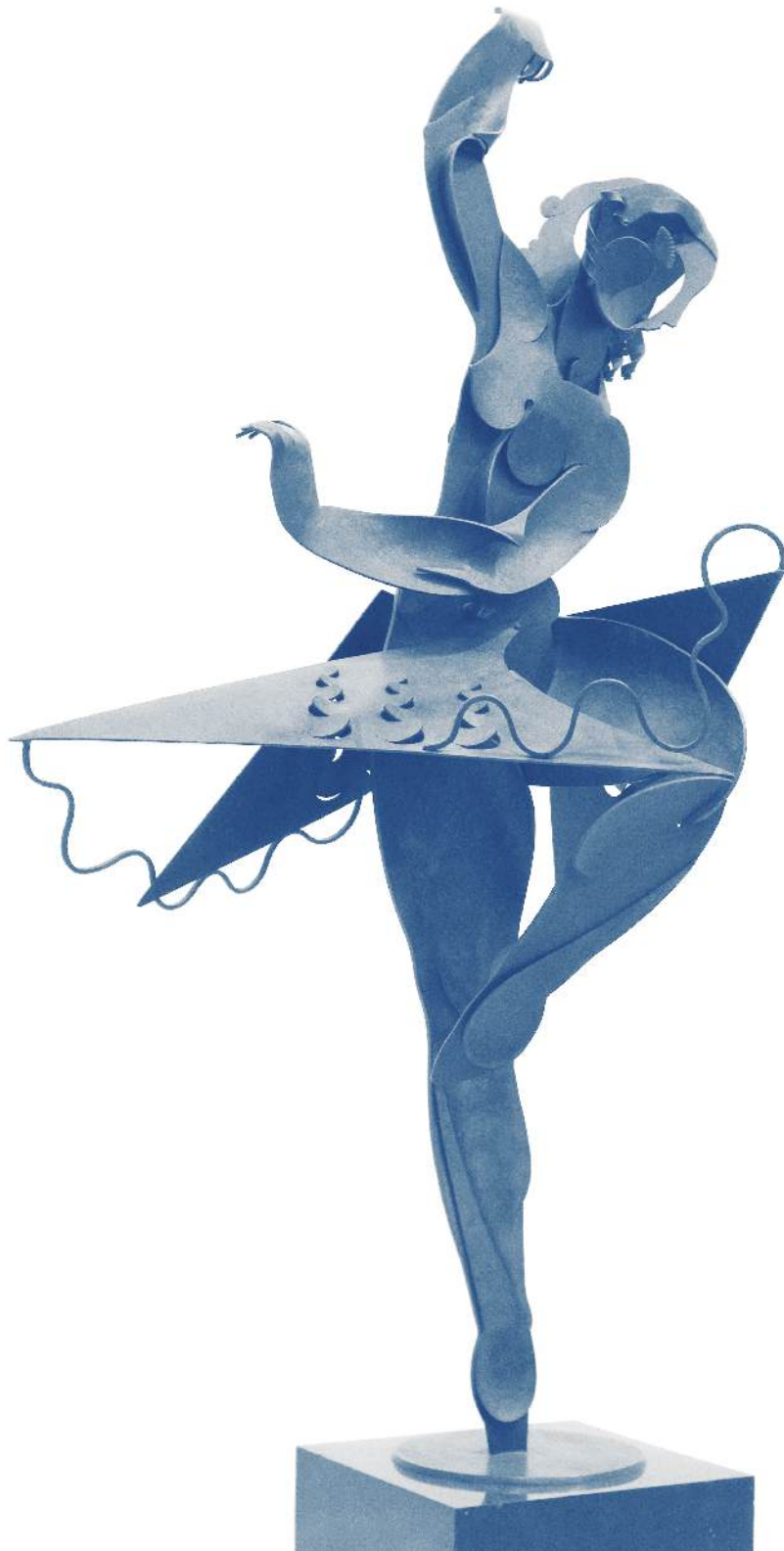




De ziel van de voorganger *revisited*

Er is alle reden te zoeken naar 'rust voor de ziel'. Ook al is de kerkelijke voorganger niet de enige die daarnaar zoekt, het predikantschap heeft iets eigens waardoor die zoektocht nog klemmender wordt. Henk de Roest inventariseert een aantal onderzoeken naar het welbevinden van pastores, beschouwt de relatie tussen psychische gezondheid en spiritualiteit en staat bij enkele voor voorgangers belastende factoren apart stil.

In de roman De reis van de voorganger van Per Olav Enquist weet de hoofdpersoon, Lewi Petrus, zich in de Verenigde Staten tijdens een burn-out geholpen door het lezen van John Bunyan's Eens Christenreize naar de eeuwigheid. Hij leest er zo intens in, 'dat het boek bijna de Bijbel vervangt'. Lewi Petrus identificeert zich met de pelgrim die 'zoekt naar de vlakte Rust' en die weet heeft van het 'Dal der Wanhoop'. Hij voelt zich opgesloten in het 'Woud van Vertwijfeling' en vraagt zich af waar hij de sleutel kan vinden die hem uit zijn gevangenschap kan bevrijden. We leren hem kennen in zijn 'innerlijke ruimte', zijn lange gesprekken met God en zijn eenzaamheid. Dan zijn we getuige van het ogenblik waarop hij zich niet langer opgebrand voelt. Het is het moment wanneer hij van God een opdracht verneemt: 'Ga op eigen benen staan en loop.' Dit gebod om op te staan geeft hem nieuwe innerlijke energie. Hij is niet meer de oude Lewi Petrus, maar hij voelt zich vernieuwd. 'Dat was Zijn slotwoord geweest. Diezelfde dag, die middag nog had Lewi zijn terugreis naar Zweden geboekt. (...) Hij was dezelfde, alhoewel een ander.'

De aandacht voor de ziel van de voorganger is niet nieuw. Het is sinds de jaren zeventig steeds meer een kernelement geworden van de

Klinisch Pastorale Vorming, het is een adagium in de opleiding Geestelijke Begeleiding, in de oriëntatie op meditatie en mystiek van de werkgroep *Vacare* en het keert terug in supervisie en intervisie. Voorgangers lijken bij uitstek een beroep te hebben, dat vraagt om geloofserva-

< Pau Gargallo, 'Gran ballarina', 1939, Museu Nacional d'Art de Catalunya



ring en dus om spirituele verworteling. De uitdrukking ‘*practice what you preach*’ is letterlijk van toepassing. In dit themanummer lijkt het dan bijna een axioma, dat de voorganger, of het nu een predikant, pastoor, pastoraal of kerkelijk werker betreft, om een burn-out te voorkomen of om een burn-out te doorstaan goed voor de eigen ziel moet zorgen. Ook om bevlogen te kunnen zijn of opnieuw bevlogen te geraken lijkt het een voorwaarde en het wordt bij voorgangers gezien als een essentiële factor om ‘een inspirerende invloed te hebben op de geloofsge-meenschap als geheel’.

In dit artikel inventariseer ik de opbrengst van een aantal onderzoeken naar het welbevinden van pastores. We kunnen constateren dat de aandacht voor de ziel in opleiding en nascholing sterk gegroeid is. De zielzorger verdient zielzorg. Vervolgens sta ik stil bij de relatie tussen psychische gezondheid en spiritualiteit. De kerkelijke voorganger is uiteraard niet de enige die zoekt naar spirituele voeding en verankering. In andere beroepen is er een vergelijkbare zoektocht om innerlijke leegte te voorkomen. Tegelijk heeft het predikantschap iets eigens waardoor die zoektocht nog klemmender wordt. Bij een aantal belastende omstandigheden staan we apart stil. Er is alle reden te zoeken naar ‘rust voor de ziel’. Daarmee eindigt het artikel dan ook.

Zielzorg voor de voorganger

De zorg van de voorganger voor de eigen ziel werd vanaf de jaren zeventig van de vorige eeuw steeds meer een aandachtspunt. In 1977 stelt Floris Kruijne dat een pastor ‘kennis moet hebben aan de geloofsrelatie om in zijn werk

andere mensen te kunnen begrijpen in hun geloof’ (Kruijne 1977, 244). Gebaseerd op Erikson en Tillich en op een analyse van twaalf casusbeschrijvingen, concludeert hij dat een pastor baat heeft bij introspectie en in het zoeken naar zelfacceptatie volop dient te ‘participeren in de relatie met God’. Daar vindt hij zijn ‘ultieme identiteit’. De noties van ‘kennen, gekend en aanvaard worden, zijn eigenwaarde ontdekken en erbij horen, komen in de geloofsrelatie als in een brandpunt tezamen’ (Kruijne 1977, 244). In dit verband valt de term ‘spirituele rijpwording’, door ‘antwoordend’ te leven, door ‘deel te nemen aan het heilige’.

Herman Andriessen wijst erop dat het spreken over de ziel in de jaren tachtig in het theologische discours terugkeerde (Andriessen 1992, 38). Voorgangers kwamen de aandacht voor de ziel tegen in de klinisch pastorale trainingen en in cursussen, bijvoorbeeld in de cursus Geestelijke Begeleiding wanneer hen werd gevraagd om een ‘spirituele autobiografie’ te schrijven. André Zegveld neemt waar dat mensen van een voorganger verlangen ‘dat deze iets laat zien van de invloed van God op zijn leven’ en dat het om die reden noodzakelijk is dat de voorganger een ‘*well-ordered relation*’ heeft ten opzichte van datgene wat heilig voor hem is (Zegveld 1996, 153). In latere boeken borduurt hij voort op de thematiek.

In een empirisch onderzoek naar de spiritualiteit van dertig katholieke voorgangers met als titel ‘De God van de pastor’ geeft Zuidberg aan, dat momenten van inkeer, zelfreflectie, meditatie en rust – volgens de respondenten – onontbeerlijk zijn voor het functioneren (Zuidberg 2000). Volgens het promotieonderzoek

van Bruinsma-de Beer zien veel voorgangers het belang in van ‘een spiritueel of gelovig element in de competentie van de pastor’. Zij acht de spirituele dimensie ‘de voedingsbodem van het totaal’ (Bruinsma-de Beer 2006, 30). Uit het promotieonderzoek van Van Holten naar rolverwachtingen en rolopvattingen, en daarbinnen naar het roepingbesef van predikanten, komt naar voren dat een zeer ruime meerderheid (92 procent) van de predikanten vindt dat ‘het werken aan de eigen spiritualiteit’ *voorwaarde* is voor het predikantschap (Van Holten 2009, 203vv).

De aandacht voor de ziel komt behalve in empirisch onderzoek ten slotte ook tot uiting in interviews in boeken waarin gevraagd wordt naar de *bezieling* van de voorganger. Als in de bundel *Theologen met passie* aan dertien predikanten wordt gevraagd om te ‘vertellen over hun drijfveren en passie’, blijkt in hun verhalen telkens spiritualiteit als thema naar voren te komen. De samenstellers constateren dat predikanten het moeten hebben van authenticiteit en integriteit, maar dan wel ‘in samenhang met een doorleefd verhaal, een doorleefde geloofshouding’. Ze moeten vertoeven bij wat ze zijn gaan ervaren als de ‘diepste essentie’.

Spiritualiteit en psychische gezondheid

Onderzoekers als Peter Hill, Harold Koenig en Kenneth Pargament laten telkens opnieuw zien hoe spiritualiteit, het beoefenen van spirituele praktijken en het toegang hebben tot spirituele bronnen van belang is voor psychische gezondheid (bijvoorbeeld Hill & Pargament 2003; Koenig 2009).

James Nelson vat veel psychologisch onderzoek van de laatste jaren samen in de stelling, dat er een ‘*moderate association*’ is tussen religieuze betrokkenheid en gezondheid (Nelson 2010, 313vv) en een ‘*small positive correlation – but not an automatic relation*’ tussen religiositeit en goede psychische gezondheid (Nelson 2010, 350-359). De specifieke mechanismen laten we hier buiten beschouwing. Vooral ‘intrinsieke religiositeit’ kan een ‘buffer’ creëren om met moeilijke situaties om te kunnen gaan (Nelson 2010, 315vv; 352vv). Verschillende studies suggereren dat het ‘onderhouden van een relatie met een goddelijke Ander’ de focus op het zelf vermindert. Het verschaft een systeem van ‘betekenis en zin, doel en samenhang’ (Nelson 2010, 354). Hetzelfde geldt voor ‘spirituele ervaringen’ (Nelson 2010, 359).

In Nederland beweegt de visie van Van Praag zich langs deze lijnen. Van Praag noemt betekenisgeving, door hem gedefinieerd als ‘inhoud geven aan het leven’, een krachtbron (Van Praag 2010, 705) en deze kan ‘*self-generated*’ zijn, dat wil zeggen een immanent karakter hebben of ze kan worden beleefd als ‘afkomstig uit een buitennatuurlijk bereik’, een ‘metafysisch domein’ (Van Praag 2010, 707). Het gaat bij betekenisgeving om een antwoord op de zogenaamde ‘waartoe-vraag’: waarvoor leeft een mens, wat ziet een mens als de zin van zijn bestaan? Vooral aan het metafysisch domein, het ‘omhoog denken’, kent hij het vermogen toe om geestelijke oriëntatie en heroriëntatie te geven. Hier valt ook het begrip ziel. Het domein helpt ‘om gekwetste delen van de ziel weer enigszins functioneel te krijgen’. De vastgelopen mens kan hier inspiratie opdoen voor een nieuw begin. Van

Praag hecht hierbij aan het onderscheid tussen spiritueel domein en religieus domein. Religieuze spiritualiteit heeft, om het paradoxaal uit te drukken, meer ‘body’ (Van Praag 2010, 711). Een psychiater kan er zijn inziens niet omheen.

Spiritualiteit in andere beroepen

Geestelijk verzorgers die werken in zorginstellingen, detentiecentra of bij de krijgsmacht kunnen gezien worden als professionals op het gebied van zingeving. Om hun beroep goed te kunnen uitoefenen en innerlijk niet ‘leeg’ te raken (Alma & Zock 2001, 9; Zock 2010), wordt persoonlijke inspiratie door zelf toegang te hebben tot bronnen van zingeving als kunst of religie, onontbeerlijk geacht. In de omgang met deze bronnen wijzen Alma en Zock op het genomen belang van receptiviteit en ‘persoonlijke resonantie’ (Alma & Zock 2001, 11v).

Waaijman en Maas (2012) wijzen erop, dat ook leraren op enigerlei wijze contact dienen te hebben met de religieuze dimensie ‘oftewel de Godsverhouding’ om een ‘niet-weten’ binnen te gaan, vertrouwd te raken met het ‘hachelijke en gratuite van mijn bestaan’ en om ‘vanuit momenten van huivering en verwondering naar leerlingen te durven kijken’. Ze vragen aandacht voor deugdbeoefening, vanouds een element van spiritualiteit en voor ‘de binnenkant’ van de praktijk van de vorming in normen en waarden. Hun betoog mondt uit in een pleidooi voor de ziel, waarbij ze met de Leidse filosoof Gerard Visser de ziel zowel als ‘speelruimte in de mens’ schetsen, waarin hij zijn ‘onherhaalbare eigenheid en unieke wezen kan laten zien’ als – in het spoor van Eckhart – ‘de afgrond die de mens is’. Maas en Waaijman stellen: ‘En precies zo – als

ondoorgroendelijk geheim – is de ziel de speelruimte van het Oneindige.’ Een goede leraar legt zijn ziel en zaligheid in het onderwijs waarin hij zielsveel houdt van zijn leerlingen.

Belastende factoren voor voorgangers

In recente onderzoeken naar werkbeleving en taakopvatting, geven voorgangers aan dat zij het gevoel hebben dat hun werk nooit af is. Een onderzoek uit 2004 onder 1468 pastoors liet zien dat 36 procent zich aan het einde van de dag ‘*used up*’ voelde (Francis, Loudon & Rutledge 2004). Het werk staat onder druk, vanwege een zeer ruime taakomschrijving, een toename van het aantal rolverwachtingen en ook door de hoge eisen die de voorgangers zelf stellen aan het eigen functioneren (Bruinsma-de Beer 2006; Van Holten 2009). Door de vele taken wordt het werk bovendien als rommelig en versplinterd ervaren. Het creëren en veilig stellen van ‘sabbatsmomenten’ lijkt een opgave te zijn. Vaak is een voorganger de enige vrijgestelde in een geloofsgemeenschap en ook dat kan belastend zijn. In de voortdurende en vaak intensieve omgang met mensen kan iets als beroepseenzaamheid ontstaan: ‘*Being a solo pastor can be an inherently lonely job*’ (Doolittle 2007, 37). Collega’s en andere evenwaardige sparringpartners zijn ook niet altijd in de buurt. Ook de mentale context van het predikantschap speelt een rol. De kerk is in zekere zin een ‘loser’. Het doet iets met een voorganger als hij of zij voortdurend geconfronteerd wordt met krimp en de idee dat de kerk passé is.

Er wordt al gedurende een aantal jaren onderzoek gedaan naar de psychische gezondheid van voorgangers (Weems & Arnold 2009).

Daarbij gaat het, bij negatieve effecten, om het in elkaar overlopen van privésfeer en het werk, de werkdruk en de grote variëteit in taken (Lewis 2007), een stressvolle werkomgeving (Doolittle 2007), een gebrek aan dagelijkse structuur, onheldere en vage doelstellingen en onzekerheid over rolverwachtingen (‘rolambigüiteit’) gepaard aan meerdere rolverwachtingen (‘rolconflict’) (Kemery 2006, 556; Royle 2005). Het gaat ook om het ontbreken van steun door een partner, mentor, vertrouwenspersoon of coach.

In Nederland schrijft Gerben Heitink in 2001 dat een ‘verbindende kern’ essentieel is, die persoon, ambt en beroep bij elkaar houdt (Heitink 2001, 289). Hij ziet deze kern in de functie van de hermeneut. Elke predikant is volgens hem ‘een pontjesbaas die voortdurend het heen en weer beoefent tussen de ene oever, die van de christelijke traditie en de andere, die van de moderne ervaring’ (Heitink 2001, 284). Dat heen en weer gaan vraagt volgens hem om ‘spirituele diepgang’ (Heitink 2001, 289). Dat is nodig omdat het gaat om een ‘aangevochten beroep’. Efficiëntie en competenties helpen daar niet tegen. Van Dam wijst op de vaagheid waarmee het beroep van de pastor omgeven is, de verschillende verwachtingen en de daardoor geïmpliceerde noodzaak van een heldere beroepsidentiteit.

Bovenstaande schets is uiteraard niet het hele verhaal aangaande het voorganger-zijn, maar het gaat wel om factoren die in veel andere beroepen niet of in mindere mate een rol spelen. Ze maken het tot een kwetsbaar beroep. Het welbevinden van voorgangers vraagt om blijvende actieve aandacht. Waar haalt de voorganger de tijd vandaan om aan zijn eigen ziel aandacht te schenken?

Werken aan mentale gezondheid

Sabbaticals zijn gunstig voor *mental health*. Jurjen Beumer sprak ooit over een ‘heilig halt’, waarin de schoenen worden uitgedaan (Beumer 1996, 229). Ruimte en tijd nemen voor spiritualiteit is heilzaam. Voorgangers hebben een dergelijk ‘heilig halt’ kennelijk meer dan nodig om bezield te blijven. Juist voor hen geldt immers dat ze zich niet altijd sabbatstijd gunnen. Is het echter voor de voorganger noodzakelijk om de werktijd te onderbreken om op een afgezonderde plek of in een van het werk afgezonderde tijd zielzorg te ontvangen?

Ook het dagelijks onderhouden van de eigen spiritualiteit heeft een positieve invloed. Een levendige spiritualiteit, die blijkt uit het ‘gebedsleven, liefde voor de gemeente en een heldere kijk op en hartstocht voor het werk’ (‘*passion and vision for the ministry*’) draagt bij aan de gezondheid van de voorganger (Halaas 2002, 10). Daarbij geeft de voorganger, juist door zorg te geven aan de eigen ziel, ook een goed voorbeeld aan de gemeenteleden (Bullock 2000, 8). De pastor brengt, als mystagoog, mensen ‘dichter bij God’. Van Dam (2003) onderscheidt ‘immanente spiritualiteit’ (God als dragende grond), ‘bevindelijke spiritualiteit’ (bidden, bijbellezen), ‘symbolische spiritualiteit’ (stille, je openen voor God) en ‘liturgisch-gezamenlijke spiritualiteit’ (samen mediteren en vieren). Volgens Van Dam vraagt spiritualiteit om ‘inoefening’ en om begeleiding.

Uit gesprekken met voorgangers leid ik af, dat de één inderdaad vooral inspiratie zoekt *buiten* de werkzaamheden van het voorganger-zijn, door in een koor te zingen, een verdiepingscu-

sus te volgen, naar Taizé of een klooster te gaan, terwijl de ander probeert om structureel pauzementen te creëren *tussen* de verschillende taken. Deze voorgangers ruimen tijd in, en soms ook daadwerkelijk een plekje in de studeerkamer, voor ‘stille tijd’, om te bidden, te brevieren, te zingen, te musiceren of te mediteren. Een tijd voor verborgen omgang met God.

Er is echter ook nog een derde weg: voorgangers kunnen bezieling vinden *in* het werk. Het werk zelf heeft hun hart. In het onderzoek van Van Holten valt op dat ‘het predikantswerk zelf lijkt te leiden tot een intensivering van de persoonlijke spiritualiteit’ (Van Holten 2009, 161). We zouden kunnen zeggen, dat de performance van het predikantswerk zelf inspirerend kan zijn. In het eerder aangehaalde onderzoek onder 1468 pastoors bleek dat weliswaar 36 procent zich ‘*used up*’ voelde, maar ook dat 90 procent een grote tevredenheid kende in het werken met mensen en 81 procent opnieuw zou kiezen voor werken in de parochie (Francis, Loudon & Rutledge 2004).

Zo zijn er de voorgangers die zich bezielt weten omdat ze ervaren dat hun werk betekenisvol is voor mensen en ze er waardering voor ontvangen, maar er zijn ook voorgangers die vertellen dat het regelmatig moeten maken van een preek of vormgeven van een viering ervoor zorgt dat ze hun geloof behouden. Het zijn de verhalen van de Schrift, en de daarin waaiende Geest van God, die hen inspireren.

Het kan zijn, dat een voorganger juist meditatie beoefent in het met de Schrift bezig zijn ter voorbereiding van een preek. De in de liturgie vertelde verhalen, maar ook de rituelen, helpen

mensen, en daarmee ook de voorganger, om hun leven in ruimte en tijd te oriënteren (Van Leeuwen 1998).

Soms ervaren de deelnemers aan de liturgie hoe het goddelijke door de woorden en gebaren heen ‘speelt’. De liturgie is een intermenselijk gebeuren, maar er is de ondervinding dat God zich in dit gebeuren bekend kan maken, zich tegenwoordig kan stellen en zijn heil doen ervaren (Immink 1998, 73). De liturgie kan een belangrijke bron van zingeving zijn.

Andere voorgangers weten zich in het pastoraat of de catechese in hun ziel geraakt door het geloofsvertrouwen, de moed, hoop, trouw en bezieling van de gemeenteleden en parochianen, de mensen voor wie zij pastor zijn. Ze raken bezielt door het onderweg zijn met gemeenteleden, in pastoraat, diaconaat, catechese en liturgie. Het geloof van de ander of het ‘lied op andere lippen’ kan voorgangers inspireren en dragen. Een kanttekening is wel dat er ook een sterke correlatie is tussen spiritualiteit en emotionele uitputting (Doolittle 2007):

‘The data reveal that a pastor can be fully engaged in his mission, with a rich spiritual life, and a high sense of personal accomplishment, yet at the same time feel emotionally exhausted’ (Doolittle 2007, 36).

Een voorganger moet wel alle zeilen bijzetten in het aanboren van zijn spirituele bronnen. <

Literatuur

- Alma, H. & H. Zock (2001). I and me. The spiritual dimension of identity formation. In: *International Journal of Education and Religion* III,1, 1-15.
- Andriessen, H. (1992). *De weg van het verlangen*. Baarn: Ten Have.

- Beumer, J. (1996). Mijmeringen op de drempel. Een essay over godsdienstig-theologische trends. In: J. Beumer (red.), *Zo de ouden zongen ... Leraar en leerling zijn in de theologie-beoefening (tussen 1945 en 2000)*. Baarn: Ten Have, 221-235.
- Bruinsma-de Beer, J. (2006). *Pastor in perspectief. Een praktisch-theologisch onderzoek naar de competentie van de pastor*. Diss. Theologische Universiteit Kampen. Gorinchem: Narratio.
- Bullock, A.R. & R.J. Bruesehoff (2000). *Clergy Renewal: The Alban Guide to Sabbatical Planning*. Bethesda, MD: Alban Institute.
- Dam, G. van (2003). *Dichter bij het Onuitsprekelijke. Over geestelijke begeleiding voor en door pastores*. Baarn: Ten Have.
- Doolittle, B.R. (2007). Burnout and coping among parish-based clergy. In: *Mental Health, Religion & Culture* 10/1, 31-38.
- Francis, L.J., Loudon, S.H. & C.J.F. Rutledge (2004). Burnout among Roman Catholic parochial clergy in England and Wales: Myth or reality. In: *Review of Religious Research*, 46, 5-19.
- Halaas, G.W. (2002). *Ministerial Health and Wellness*. Evangelical Lutheran Church in America. Chicago: ELCA, Division for Ministry.
- Hill, P.C. & K.I. Pargament (2003). Advances in the Conceptualization and Measurement of Religion and Spirituality. Implications for Physical and Mental Health Research. In: *American Psychologist*, 58/3, 64-74.
- Holten, J. van (2009). *Rol en roeping. Een praktisch-theologisch onderzoek naar de rol opvatting van aanstaande, beginnende en oudere predikanten gerelateerd aan hun roepingbegrip*. Diss. Protestantse Theologische Universiteit. Zoetermeer: Boekencentrum
- Immink, F.G. (1998). Een dubbele beweging. In: M. Barnard et al. (red.), *De weg van de liturgie. Tradities, achtergronden, praktijk*. Zoetermeer: Boekencentrum.
- Lewis, Chr.A., D.W. Turton, L.J. Francis (2007). Clergy work-related psychological health, stress, and burnout: An introduction to this special issue. *Mental Health, Religion and Culture* 10/1, 1-8.
- Kaptein, R. (1969). Uitzichten. In: C. Aalders, H.

Faber en R. Kaptein (red.), *Over de predikant*. Utrecht: Ambo, 264-278.

- Koenig, H. (2009). Research on religion, spirituality, and mental health: a review. In: *Canadian Journal of Psychiatry* 54/5, 283-291.
- Leeuwen, M. van (1998). Een weg in tijd en ruimte. In: M. Barnard et al. (red.), *De weg van de liturgie. Tradities, achtergronden, praktijk*. Zoetermeer: Boekencentrum.
- Maas, F. & K. Waaijman (2012). Of in het onderwijs God aan bod moet komen? Op zoek naar de spiritualiteit van de leraar. In: S. Hellemans, J. van der Eijnden o.f.m. & P. Rentinck, *Een katholieke Kerk met toekomst*. Tilburg: Tilburg University.
- Nelson, J.M. (2010). *Psychology, Religion, and Spirituality*. New York: Springer.
- Praag, H.M. van, (2010). Zinverlies; een verwaarloosd onderwerp in de psychiatrie. In: *Tijdschrift voor psychiatrie* 52, 705-714.
- Smits, P. (1969). De predikant in sociologisch perspectief. In: C. Aalders, H. Faber en R. Kaptein (red.), *Over de predikant*. Utrecht: Ambo, 57-80.
- Sundén, H. (1966). *Die Religion und die Rollen. Eine psychologische Untersuchung der Frömmigkeit*. Berlin: Töpelmann.
- Zee, W. van der (1969). Predikant in meervoud. In: C. Aalders, H. Faber en R. Kaptein (red.), *Over de predikant*. Utrecht: Ambo, 231-247.
- Zegveld, A. (1996). Spiritualiteit en pastoraat. In: *Analecta Aartsbisdom Utrecht*, mei/juni, 150-164.
- Zock, H. (2010). The Spiritual Caregiver as a Liaison Officer. Relational Experiences, Spirituality and the Search for Meaning. *Counselling and Spirituality*, 29(2), 65-84.
- Zuidberg, G. (2000). *The God of the pastor: The Spirituality of Roman Catholic Pastors in The Netherlands*. Leiden/Boston: Brill.

Henk (prof.dr. H.P.) de Roest is hoogleraar Praktische Theologie aan de Protestantse Theologische Universiteit, vestiging Groningen.
hpderoest@pthu.nl