

Wat kun je doen om bewust in Gods regie te blijven?

Op het moment dat je je bewust wordt dat God een grotere bedoeling heeft met het huwelijk, dan mag je er ook op vertrouwen dat Hij er alles aan zal willen doen om je huwelijk tot bloei te brengen. Een aantal tips om je te helpen je besef over Gods 'grotere plaatje' voor ogen te houden.

- God is veel 'groter' dan wij überhaupt maar kunnen bedenken. Probeer jouw Godsbeeld nooit passend te krijgen voor jouw verstand. Jesaja 55:8 en 9 lees je: "Want Mijn gedachten zijn niet uw gedachten, en uw wegen zijn niet Mijn wegen, spreekt de HEERE. Want zoals de hemel hoger is dan de aarde, zo zijn Mijn wegen hoger dan uw wegen en Mijn gedachten dan uw gedachten."
- God wil dat we groeien in geloof. Dat is hetzelfde woord als 'vertrouwen'. Wij mogen leren om hem meer en meer te vertrouwen. Ook al voelen we het niet en ook al begrijpen we het niet.
- God weet dat we zwakke mensen zijn. Hij zal ons nooit veroordelen voor het feit dat we fouten maken. David was een man die ongeveer alle fouten maakte die we allemaal 'verafschuwen'. Toch noemt de Bijbel hem een man naar Gods hart (1 Sam 13:14 en Hand 13:22). Dat komt omdat David 'corrigeerbaar' was. Hij was eerlijk over zijn fouten, zijn zonden. En hij erkende dat hij gezondigd had. God zoekt dus geen foutloze mensen, Hij zoekt corrigeerbare mensen.
- Jouw huwelijk is een voorproefje van de geheimenis dat later in volle glorie onthuld zal worden: de bruiloft van het Lam. De verbintenis tussen Christus en de gemeente. Zie Efeze 5:32 en Openbaring 19:7. Dat betekent dat God er ook belang bij heeft om jouw huwelijk te beschermen, ook tegen de tijdgeest. Daar mag je Hem dan ook om vragen. Maar het zal vooral betekenen dat Hij jezelf aanspoort tot actie. Tot 'trouw' in alle omstandigheden. Vooral ook omdat Hijzelf trouw is.

Als je het onderwerp van de etalages praktisch wilt maken, dan zou je met onderstaande vragen het gesprek kunnen openen. Met je partner, maar ook met vrienden.

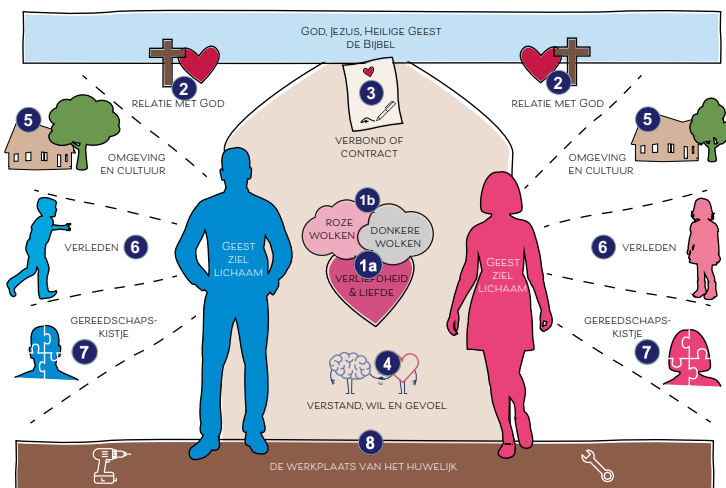
- Herken je het vergif van de tijdgeest? Op welke gebieden zou jij hiermee besmet kunnen raken?
- Naast het huwelijk heeft God nog vier (of zes) etalages:
 - de schepping,
 - het volk Israël
 - de kerk
 - je persoonlijke leven als christen
 - En je kunt ook de Bijbel (Gods Woord) en wonderen/tekenen nog een etalage noemen. Zie jij ze ook als etalage?
- Hoe kerken je de etalages in de praktijk van jullie leven?
 - Herken je ook dat ze worden aangevallen?
 - Bespreek met elkaar eens een voorbeeld van die aanvallen.
 - Kun je er ook iets aan doen? Of moet je er ook iets aan doen?
- Met welke etalage heb je de meeste moeite?
 - Hoe zou je dat kunnen veranderen?
- Hoe zit dat in jullie huwelijk? Fungeert jullie huwelijk als zo'n etalage of showroom van God?
 - Wat zou er beter kunnen?
 - Hoe krijgt de duivel invloed in jouw leven en in je huwelijk?
- Je kunt van een etalage zelf ook een soort 'afgod' maken... dan verheerlijk je de schaduw (voorproefje) en plaats van de 'Maker-van-die-etalage'...
 - We moeten de heerlijkheid van God centraal zetten en niet de etalage
 - Kun je dat ook?

Voor meer informatie kijk op www.TripleCord.nl

Bij aflevering 2

De samenhang van de bouwstenen in een huwelijk

Als je het onderwerp van de bouwstenen praktisch wilt maken, dan zou je met onderstaande toelichting en vragen het gesprek kunnen openen. Met je partner, maar ook met vrienden.



De uitleg van het model. Man en vrouw krijgen een relatie die bijna altijd begint met verliefdheid en die moet doorgroeien naar liefde (1a). Als de roze wolk voorbij is, gaat het soms mis en lijkt de liefde verdwenen. De communicatie hapert, irritaties zijn aan de orde van de dag enzovoort (1b). Voor veel mensen in de wereld betekent dit vaak dat er een punt achter de relatie wordt gezet.

Maar voor een christen begint het begrip 'liefde' ergens anders. Zowel man als vrouw staan ook afzonderlijk in een relatie met God (2). Hoe is die relatie in de praktijk? Heeft die relatie een levend en geestelijk

fundament en is daar ook sprake van het hebben leren kennen van de liefde van God? En als ze dan getrouwd zijn, met welk idee is dat gebeurd? Met een soort contract- idee waarbij je, als je niet 'geleverd' krijgt, het contract nietig mag verklaren? Of is je huwelijk een verbond waar God Zelf bij betrokken is (3)? Elk van de huwelijkspartners is niet alleen door gevoel aan elkaar verbonden. Ook de wil en het verstand spelen een rol en eigenlijk zijn die de belangrijkste fundamenten voor een huwelijk. Die fundamenten worden in onze moderne samenleving ondergewaardeerd, terwijl ze prachtige reddingsboeien zijn (4). Verder spelen de cultuur en de achtergrond (opvoeding) van elk van de huwelijkspartners bewust of onbewust een positieve of risicovolle rol in een (nieuw) huwelijk en gezin (5). Datzelfde geldt ook voor het persoonlijke verleden, de levensgeschiedenis, van elk van de partners (6).

Dan hebben we ook nog te maken met het karakter en de competenties van de levenspartners. We noemen dat het gereedschapskistje (7). Die karakters verschillen vrijwel altijd veel van elkaar. Dat is prachtig als het goed gaat, omdat je dan ervaart dat je elkaar aanvult. Als er spanningen zijn, zijn verschillende karakters vaak een extra bron van irritatie. Hoe ga je daar dan mee om?

En dan- niet in de laatste plaats- is er ook nog de werkplaats, de oefenschool (8). De deuken, de dorens en de rozen van het (huwelijks-)leven, met daarbij de cruciale vraag wat we daarvan leren. Want de werkplaats is een prachtig praktisch onderdeel van een huwelijksverbond, waar de groei en bloei van een echtpaar en hun gezin zichtbaar worden.

Verwerkingsvragen

- Op welk van die 8 verschillende bouwstenen heb je zelf al eens aanvallen gehad?
 - Hoe was dat in de praktijk?
 - Wat heb je toen gedaan?
- Elk van deze acht terreinen zijn ook 'bouwplaatsen' waar je de fundamenten van je huwelijk kunt versterken?
 - Waar heb je al kunnen bouwen?
 - Waar zou je verder kunnen bouwen?
- Hoe doen jullie dat in de praktijk?
- Hoe herken je de zwakke plekken bij andere huwelijken?
 - Hoe kun je ze dan helpen?
 - Waar moet je terughoudend zijn in het helpen van huwelijken van vrienden of familie?

Voor meer informatie kijk op www.TripleCord.nl

Bij aflevering 3

Van verliefdheid naar liefde

Zomaar een aantal tips om het gesprek op gang te brengen

Stel dat je nog moet gaan trouwen... (of plaats jezelf even terug voordat je ging trouwen) en praat dan eens vanuit die (veronderstelde) situatie.

- a. Hoe ga je God betrekken bij je zoektocht?
 - Vraag Hem hoe jij naar iemand mag leren kijken.
 - Op welke manier zou God je antwoord kunnen geven, denk je?
- b. Vraag je af wat Hij belangrijk vindt in een huwelijksrelatie?
 - Maak hier eens een lijstje van voor jezelf, maar bespreek het (later) ook met je partner
 - Wat betekent dit in de praktijk? Hoe weet je of iemand echt bij je past?
- c. Luister niet alleen naar je gevoelens, leer te vertrouwen je nuchtere attributen (verstand en wil)
 - Hoe gevaarlijk is het, denk je, om met iemand het huwelijksbootje in te stappen die geen christen is?
 - Ken je Gods principes over een 'ongelijk juk' (2 Kor 6:14-15)?
- d. Ben je bereid om "in te leveren" tijdens die zoektocht en later in een huwelijk?
 - Wat dat inleveren dan ook zou kunnen betekenen? Dat kan gaan over geld, tijd, hobby's, dromen enzovoort. Hier is wellicht geen pasklaar antwoord op, maar als jij nu al weet dat bepaalde dingen 'niet onderhandelbaar' zijn, dan is het goed om hierover na te denken en je af te vragen of dat terecht is.
- e. Hoe ga je elkaar leren kennen? Heb je daar een plan voor of laat je het maar gebeuren?
 - Heb je grenzen in je verkeringsstijd?
- f. Verkering' is overigens een ouderwets woord waar veel mooie dingen in verstopt zitten. Want je 'verkeert' met elkaar. Je gaat met elkaar om, je leert elkaar écht kennen. Je leert samen bidden. Je leert om problemen samen op te lossen.
 - Heb je tijd genomen om samen na te denken over hoe je naar de toekomst kijkt?
- g. Zou je graag kinderen willen? Waarom wel en niet?
 - Wat zijn jouw ideeën over de opvoeding?
 - Hoe wil je omgaan met familie?

Vragen om verder te bespreken

1. Hoe ging dat bij jullie, dat groeien van verliefdheid naar echte liefde? Hoe weet je nu van elkaar wat echte liefde is?
2. Stel dat jouw/jullie ouders voor jullie een gearrangeerd huwelijk hadden moeten sluiten, wat zouden zij dan de belangrijkste drie criteria hebben gevonden voor hun aanstaande schoonzoon/schoondochter?
3. Misschien had je zelf ook wel een ideaalplaatje van een toekomstige levenspartner voordat je een relatie kreeg. Wat is daarvan terechtgekomen? Hoe erg is het als dat niet helemaal overeenkomt?
4. Liefde is een werkwoord, zeggen we vaak. Dat is ook zo. Echte liefde kost wat. Kun je hiervan een voorbeeld geven van jezelf? Wat kost het jou in de praktijk?
5. Seksuele aantrekkingskracht tussen een man en een vrouw is vanzelfsprekend. Maar seks buiten een (vellig) huwelijksverbond laat (geestelijke) sporen na. Hoe zit dat bij jullie? Hebben jullie een seksuele geschiedenis buiten jullie huwelijk? Hoe heb je dat 'opgeruimd' en zielsbanden' schoongemaakt?
6. Voor huwelijkspartners met een echtscheiding achter de rug komt een aparte aflevering. Maar begrijp je dat je eerdere huwelijk invloed heeft op je huidige leven? Hoe ga je daarmee om? Hoe heb je dat afgehecht en opgeruimd? Naar God, naar je partner, naar je kinderen, naar je (schoon-)ouders enzovoort?

Voor meer informatie kijk op www.TripleCord.nl

Bij aflevering 4

Als het begint te schuren

Waardoor ontstaan eigenlijk spanningen in een huwelijk. Dit is een klein lijstje van vaak voorkomende oorzaken voor die spanningen.

1. Er wordt niet (of te weinig) met elkaar gesproken. Vooral wordt er vaak niet dóór-gepraat over de gedachten en gevoelens die spelen. Soms schiet één van de partners tekort, soms beide.
2. De partners delen onvoldoende elkaars leven en wetenswaardigheden.
3. In de praktijk blijkt dat de 'waarden' van elk van de huwelijkspartners toch meer botsen dan gedacht.
4. Partners hebben een totaal verschillend beeld van hoe je met elkaar omgaat in een huwelijk.
5. De partners voldoen niet aan elkaars verwachtingen. Bij beiden staan de eigen wensen, verlangens en behoeften zó centraal, dat er twee eilanden in een huwelijk ontstaan.
6. De rol van ouders/schoonouders in het huwelijk is te dominant.
7. Over de (opvoeding van de) kinderen wordt verschillend gedacht.
8. Kerk, werk, collega's, oude relaties, vrienden/vriendinnen, sport, hobby's spelen een verkeerde (versturende) rol in het huwelijk.
9. De seksuele praktijk en verwachtingen komen niet overeen.
10. Er is voor elk van de partners te weinig tijd om al of niet met vrienden iets alleen te doen. Soms is er sprake van het tegenovergestelde: partners nemen onvoldoende tijd voor elkaar.
11. Het verzwegen verleden speelt parten en de cultuurverschillen en achtergronden van beide partners gaan botsen.

Verwerkingsvragen

- a. Kijk eens naar dit lijstje van die 11 punten Welke daarvan hebben jullie zelf al eens meegemaakt? Hoe ben je eruit gekomen?
- b. Kun je een voorbeeld geven waarin je in je leven door God bent gecorrigeerd? Wat heb je daarvan geleerd?
- c. Heb je zelf wel eens meegemaakt dat je je onbegrepen voelde door je partner? Wat heb je gedaan om tot een oplossing te komen?
- d. Heb je al eens geprobeerd om echt keuzes in je huwelijk te maken die tegen je gevoel ingingen, maar die je partner een groot plezier hebben gedaan?

Voor meer informatie kijk op www.TripleCord.nl

Bij aflevering 5

Weten wat liefde is

Toelichting en gespreksvragen bij aflevering 5. Hier hoort ook formulier over 'vergeving' bij (volgende pag)

Vier dingen gaan vaak mis om het woord Liefde (Agapè) te begrijpen

1. We hebben een verkeerd beeld van die Goddelijke liefde; een sterk verwesterd beeld waarin gevoelens de boventoon voeren. Dat projecteren we ook op ons huwelijk.
2. We hebben die Goddelijke liefde nooit echt diep tot ons door laten dringen. We praten, zingen en lezen erover, maar wat is er met onszelf gebeurd? Zijn wij er al door veranderd? Heeft die liefde ons gegrepen?
3. We hebben de rol van de Heilige Geest, die binnenin ons woning wil maken, verwaarloosd. Hij is immers Degene die dag en nacht in ons woont. Hebben we contact met Hem?
4. We hebben niet geleerd om vanuit die liefde ook echt te leven en uit te delen. De liefde van de Drie-enige God is een kiezende liefde, een liefde in actie. Soms tegen alle logica en gevoelens in. Liefde is genade en waarheid tegelijkertijd.

In feite zijn er slechts drie dingen nodig om Gods Liefde in je leven te onderhouden en die hebben te maken met je keuzes.

1. Ervoor kiezen om het stuur van je leven in handen van de grote Stuurman te geven. Dat is tegen Jezus zeggen dat Hij de Heer van je leven mag worden. Dan ben je pas echt een discipel van Jezus Christus, jouw Koning.
2. Het levende Woord 'eten'. Dat wil zeggen: je dagelijks voeden met Gods Woord en oprecht Gods Geest vragen om tot je te spreken door dat Woord.
3. Met God communiceren. Dat is bidden. Jij praat met God en vertelt Hem alles wat in je hart is en je geeft Hem de gelegenheid terug te praten, te fluisteren in je hart. Dat doet Hij door Zijn Woord, maar ook door de Heilige Geest.

Vergeven

Heb je moeite met vergeven en wil je weten hoe je dat doet? Kijk eens naar dat schema over het proces verbaal. Vergeven is eerst een proces verbaal opmaken. Je doet even alsof je de aanklager bent. Alles wat pijn deed en wat er gebeurd is schrijf je op. Je maakt de aanklacht zo duidelijk mogelijk. En als je dat allemaal hebt gedaan, dan leg je dat proces verbaal als het ware aan de voet van het kruis van Jezus en jij kiest ervoor om nu niet langer de aanklager te zijn. Dat is 'vergeven'. Jij maakt je daarmee los van de 'dader(s)' en laat het over aan Jezus Christus.



Verwerkingsvragen

1. Wanneer heb je echt ontdekt wat Gods liefde voor jou betekent? Hoe helpt dat om je partner die agapè-liefde te geven?
2. Heb je wel eens geprobeerd om met een ongelovige over die Goddelijke liefde te praten? Waar liep je dan tegenaan?
3. Hoe moeilijk is het om met een ongelovige te praten over bekering?
4. Merk je in je eigen leven dat die vier Bijbelse begrippen (woorden) over liefde toch echt verschillend zijn? Kun je voorbeelden geven van die verschillen?
4. Hoe weet je en merk je dat de Heilige Geest in je woont? Praat je wel eens met Hem?
5. Hoe zou je meer van de Heilige Geest in je leven kunnen ontvangen? Lees bijvoorbeeld Lukas 11:13 nog eens.
6. Hoe weet je van jezelf of je echt een discipel van Jezus bent? Kun je een voorbeeld geven dat Hij je heeft geleid, misschien wel tegen je gevoel in?
7. Heb je een voorbeeld in je eigen leven of je omgeving waarin je hebt gezien hoe helend en genezend vergeving uitwerkt?

Voor meer informatie kijk op www.TripleCord.nl

Invulformulier “Vergevings-Procesverbaal”

Vergeven is een keuze. Soms een moeilijke keuze. Toch is het een geweldige ontsnappingsroute die God ons aanreikt om zelf ‘vrij’ te worden. Mensen vergeven die jou iets hebben aangedaan, die jou pijn hebben gedaan, die jou zelfs écht kwaad hebben gedaan, dat voelt vaak volkomen onrechtvaardig. En God is toch een rechtvaardig God? Dat onrecht mag toch niet zomaar met de mantel van de liefde worden bedekt? Het kan toch niet zo zijn dat het afgedaan wordt met “zand erover”?

Nee, zeker niet. Maar je vergeeft ook niet voor de ander. **Je vergeeft om zelf in de vrijheid te komen.** Om zelf vrij te worden van al die stemmetjes die je aanklagen en je pijnlijke herinneringen voortdurend willen voeden.

Je mag leren vergeven om zelf niet langer te worden aangevallen. De Bijbel is nogal confronterend als het gaat om dat vergeven... Want dit zegt Jezus: *“Als jullie de mensen vergeven wat ze verkeerd doen, zal jullie hemelse Vader jullie ook vergeven wat jullie verkeerd doen. Maar als jullie andere mensen niet vergeven, zal jullie Vader jullie ook niet vergeven”* (Math 6:14-15 uit de Basisbijbel). Daar kun je al zien dat vergeven van “levensbelang” is voor ons allemaal.

En als we naar de gelijkenis van Jezus kijken over vergeving (Math 18:21-35) dan zegt Hij dat de mens die uiteindelijk niet kan vergeven in de handen gegeven wordt van de “folteraars” (vers 34 en 35). Wij hebben al zo vaak gezien dat mensen die niet kunnen (of willen) vergeven helemaal in de knoop komen, zowel lichamelijk als geestelijk. Ze worden als het ware letterlijk gefolterd. Alleen daarom al is het van groot belang om de keuze te maken om “de ander” te gaan vergeven.

Maar hoe doe je dat dan? Wij gebruiken het model van het Proces-Verbaal opmaken. Want wat jou is aangedaan, dat is ook onrecht. Dat hoef je niet te vergoelijken. Daarom is ons advies: maak van al het onrecht (en alle pijn) die jou is aangedaan een proces-verbaal. Wij hebben in ons team een voormalige politiecommandant. Die heeft ons geleerd hoe een proces-verbaal eruitziet. We hebben het toegepast op dit onderwerp van vergeving. **Vul het hieronder eens in.**

Maar doe dat biddend en vraag Jezus met Zijn Heilige Geest om erbij te zijn bij dat invullen. Hij gaat je leiden.

1. Wie heeft het gedaan?
2. Wanneer is het gebeurd?
3. Waar is het gebeurd?
4. Waarom gebeurde het?
5. Wat was het onrecht?
6. Wat was/is de pijn?
7. Wat zijn ook nu nog de gevolgen?

Door dit in te vullen kan het zijn dat alles weer ‘boven’ komt. Maar wees daar niet bang voor want Jezus is er nu bij. En als je het allemaal hebt opgeschreven (en weer hebt doorleefd tijdens het invullen), pas dan ga je vervolgens vergeven. Hoe doe je dat dan? Heel praktisch is het dit:

- Lees nog een keer zorgvuldig door wat je op hebt geschreven over iedereen die jou onrecht heeft aangedaan.
- Stop het proces-verbaal in een envelop en doe die envelop “figuurlijk” op de bus en stuur die aan Jezus Christus. Of leg die letterlijk neer bij een kruis.
- En terwijl je dat doet zeg je hardop dit: *“Heer dit is wat mij is aangedaan. Ik heb geprobeerd alle pijn en alle onrecht onder woorden te brengen. U wist het al, maar nu heb ik het samen met U goed tot mij laten doordringen. U kent mijn verdriet en mijn pijn. En nu kies ik ervoor om niet langer de officier van justitie te zijn die deze aanklacht in behandeling neemt. Ik kies er ook voor om niet de rechter te willen zijn die over deze aanklacht rechtvaardig gaat oordelen. Ik laat dat aan U over.”*
- Je kunt er nog bij zeggen (als je er al aan toe bent): *“Heer ik vergeef hem/haar (noem de namen expliciet) en breng hem met een zegen bij Uw Troon van Genade. Heer kom hem/haar tegemoet”.*
- En zeker mag je zeggen: *“Heer maak mij nu vrij van al die gebeurtenissen en maak me vrij van elke aanklacht en elke pijn en elk onrecht dat me heeft gekweld”.*

Verbrand daarna (bijvoorbeeld) die envelop in een vuurkorf

En dan mag je geloven (erop vertrouwen) dat Jezus Christus je in de vrijheid zet!

Verskil tussen een contract en een verbond

Wat zegt de wet over een huwelijk? Een korte opsomming.

De plichten

- **Onderhoudsplicht.** Je bent verplicht om ervoor te zorgen dat jouw partner is voorzien van de basisbehoeften, zoals een dak boven het hoofd, eten en drinken, kleding en medische hulp.
- Verrichten van **rechtshandelingen.** Bij bepaalde rechtshandelingen, zoals het aangaan van een hypotheek, het verkopen van het huis waar jullie samen wonen of het geven van een grote gift, heb je toestemming nodig van je partner. Heb je die toestemming niet? Dan mag jouw partner binnen drie jaar een zogenaamde 'vernietiging van de handeling' invoeren, waarmee de rechtshandeling ongedaan kan worden gemaakt.
- **Erfenis.** Jij en jouw partner zijn wettelijke erfgenamen van elkaar. Als je dit niet wilt, kun je dit laten aanpassen in een testament.
- **Pensioen.** Het pensioen dat jullie hebben opgebouwd tijdens het huwelijk wordt bij een eventuele scheiding verevend.
- **Verzorgen en opvoeden van kinderen.** Als jullie samen kinderen krijgen, zijn jullie verplicht deze kinderen van levensonderhoud te voorzien.

De rechten

- **Gebruik van elkaars achternaam.** Als je in ondertrouw gaat, moet je aangeven welke achternaam jullie willen gebruiken. Dit kan jouw achternaam zijn, die van je partner of een combinatie van beide namen.
- **Verschoningsrecht.** Dit betekent dat jullie niet verplicht zijn om tegen elkaar te getuigen in een rechtszaak. Dit geldt ook voor directe familieleden. Je bent dus niet verplicht tegen de vader van jouw partner te getuigen in een eventuele rechtszaak. Het mag natuurlijk wel als je dat zelf graag wilt.
- **Wijzigingen.** Als jullie bepaalde onderdelen willen veranderen, kunnen jullie ervoor kiezen om huwelijkse voorwaarden op te (laten) stellen waar jullie deze wijzigingen in vastleggen, bijvoorbeeld als je bij een eventuele scheiding jouw eigen pensioen volledig wilt behouden.

Wat zou een belofte in een kerk kunnen zijn? Een voorbeeld van onszelf.

'Ik, Jan-Willem, belof - en daar bent u allen getuigen van - aan U Here God en aan jou, Joke, dat ik in liefde voor jou zal zorgen. Ik belof je dat ik samen met jou God als Koning over ons leven zal stellen. Ik belof je voor te gaan, maar juist ook te ondersteunen in alle dingen die naar de wil van God zijn. Ik zal heilig met je leven. Ik zal jou liefhebben en nooit verlaten, maar je trouw blijven in goede en kwade dagen, in rijkdom en armoede, in gezondheid en ziekte, totdat één van ons sterft of totdat Jezus terugkomt. Amen!

Ik, Joke, belof - en daar bent u allemaal getuigen van - aan U Here God en aan jou, Jan-Willem, dat ik in liefde voor jou zal zorgen. Ik belof je dat ik samen met jou God als Koning over ons leven zal stellen. Ik belof je te helpen en je te volgen in alle dingen die naar de wil van God zijn. Ik zal heilig met je leven. Ik zal jou nooit verlaten, maar je eren en trouw blijven in goede en kwade dagen, in rijkdom en armoede, in gezondheid en ziekte, totdat één van ons sterft of totdat Jezus terugkomt. Amen!'

Vragen om over na te denken

1. Wat voor beeld hadden jullie bij je huwelijk toen jullie trouwden?
2. Wat hebben jullie elkaar beloofd toen jullie trouwden?
3. Waarin was dat meer dan de wet voorschrijft?
4. Was jullie beeld van een huwelijk meer dat van een contract of van een verbond?
5. Hoe weet je dat je er ook in de praktijk alles voor over hebt om de behoeftes van de ander belangrijker te maken dan je eigen behoeftes?
6. Bij een verbond hoort een offer, zo schreven we. Wat zou dat voor jou/jullie geweest zijn, denk je?
7. In een huwelijk maak je de ander compleet. Hoe werkt dat bij jullie? Kun je een voorbeeld geven aan elkaar?

Voor meer informatie kijk op www.TripleCord.nl

Voor aflevering 7

Verstand, wil en gevoel

Er is een aantal stappen die je samen in je huwelijk kunt nemen, waarmee je allebei gaat bouwen aan je eigen karakter en daarmee ook de kwaliteit van jullie huwelijk gaat verbeteren.

1. Je mag leren om steeds meer vanuit geloof te leven en je door Gods Geest te laten leiden.
2. Je mag leren om met je verstand de waarheid te geloven. De waarheid is een persoon- Jezus Christus- en wordt zichtbaar in Gods Woord.
3. Maak de keuze om je niet primair door je gevoelens te laten leiden. Die zullen immers door de wisselende omstandigheden pieken en dalen kennen.
4. Je mag leren om trouw te zijn, geduldig te zijn en jezelf te beheersen.
5. Pak de persoonlijke problemen die je relatie beïnvloeden aan en maak je geestelijke en emotionele rugzakjes leeg. Vergeving is hierin heel belangrijk, zoals we al eerder hebben uitgelegd.

Verwerkingsvragen

- a. Bespreek eens met elkaar wie er meer of minder een gevoelsmens is. Hoe merk je dat bij elkaar?
- b. Heb je een voorbeeld van besluiten die je in emotie hebt genomen waar je nu achteraf van denkt dat je het beter anders had kunnen doen?
- c. Hoe kunnen jullie voorkomen dat gevoelens te belangrijk worden in de dagelijkse praktijk van je huwelijk?
- d. Herken je de stelling dat we in een samenleving leven waarin 'het-moet-goed-voelen' wel heel belangrijk geworden is? Hoe zouden jullie daarmee besmet kunnen raken?
- e. Toch zijn gevoelens belangrijk in een huwelijk, vooral als vrucht van Gods Geest in elk van jullie en ook in jullie relatie. Zie je dat ook in de praktijk? Heb je al gemerkt dat de Heilige Geest jullie denken vernieuwt? Merk je dat je gevoelens vaak werken als een signaalfunctie om te onderzoeken of je iets moet veranderen?
- f. Het voorzien in de behoeften van de ander ken je vast wel. Geef eens voorbeelden waarin jij hebt gemerkt dat je partner jou tegemoetkwam in dingen waar je inderdaad echt veel behoefte aan had.
- g. Wat zijn dingen waarin jullie elkaar het meeste aanvullen?

Voor meer informatie kijk op www.TripleCord.nl

Je ouders verlaten, hoe gaat dat?

Aandachtspunten voor ouders om hun kinderen ook echt los te laten

- Geef je getrouwde kinderen nooit ongevraagd advies en bemoei je niet met de manier waarop je kinderen hun gezin en opvoeding vormgeven.
- Als je kinderen om advies vragen, mag je uiteraard jouw mening geven en je levenservaring delen.
- Vertel over je eigen jonge huwelijksjaren. Wees open over de fouten die je zelf maakte.
- Vraag als ouders eens aan je kinderen of je hen niet te dicht op de huid zit.
- Pas op dat je geen verwachtingen uitspreekt ten aanzien van je zojuist getrouwde kinderen. Laat ze los en eis geen bepaald gedrag van ze, maar laat ze zelf aangeven wat ze willen.
- Verwacht niet dat alle familierituelen bij je getrouwde kinderen net zo zullen gaan als je zelf deed. Denk aan Sinterklaas, kerst, verjaardagen, koffievissies, met elkaar op vakantie gaan, enzovoort.
- Vraag je als ouders ook eens af hoe gezond het is als je dagelijks contact hebt.
- Uiteraard mag je hopen, bidden, verlangen dat je een gezonde relatie en omgang zult krijgen met je kinderen. Hoe die relatie er uit zal zien, moet niet alleen afhangen van jouw verlangens als ouder. Probeer dit voorzichtig bespreekbaar te maken.
- Verwacht niet van al je getrouwde kinderen dat ze exact hetzelfde doen qua omgangsvormen of bezoekfrequentie. Er zal onderling verschil zijn tussen ieder kind en dat is prima.

Ben je als (jong) echtpaar losgelaten?

De vragen die we aan ouders stellen over loslaten, stellen we ook aan hun kinderen. Zijn jullie ook echt losgelaten door je ouders? Hebben jullie er samen ook echt voor gekozen om los te komen van je ouders? Hebben jullie het er samen over gehad wat dat in de praktijk betekent. We zetten hieronder een aantal vragen op een rijtje die je samen kunt bespreken en later misschien ook met jullie ouders.

- Hoe vaak willen jullie gemiddeld bij ouders op bezoek?
- Hoe vaak willen jullie contact hebben met ouders? Dagelijks, wekelijks of ongeregeld?
- Is dit voor ouders en schoonouders hetzelfde of verschilt dat?
- Is digitaal contact voor jullie gelijkwaardig aan telefonisch contact?
- Horen bij dat contact met je (schoon)ouders vaste gewoontes en vaste ritmes of doen jullie dat meer spontaan?
- Op welke manier informeren jullie je ouders over dagelijkse of bijzondere gebeurtenissen?
- Hoe willen jullie kerst of verjaardagen vieren?
- Hoe gaat jullie contact veranderen als er kinderen worden geboren?
- Vind je het fijn als je ouders op de kinderen passen of juist niet?
- Zou je met je ouders mee op vakantie gaan als ze jullie dat vragen?
- Zouden er spanningen kunnen ontstaan als jullie grenzen aangeven bij het contact met de ouders?
- Hoe gaan jullie reageren als ze voor je gevoel jullie grenzen overschrijden?
- Op welke manier zou je later voor je ouders kunnen en willen zorgen mochten ze hulpbehoevend worden?

Verwerkingsvragen

- Maak voor jezelf eens een lijstje met typische familiegewoontes waarmee jij bent opgegroeid. Bespreek daarna met je partner wat die van deze gewoontes vindt.
- Welke dingen zijn jullie juist bewust anders gaan doen in jullie huwelijk? Wellicht is dat het tegenovergestelde van wat vroeger thuis de gewoonte was?
- Zijn er ook dingen waar je je ouders juist heel dankbaar voor bent? Heb je hen dat al wel eens verteld?
- Hebben jullie een voorkeur voor het bij elkaar zijn met grote groepen uit de familie of juist niet? Waarom vind je dat juist wel of geen aantrekkelijk idee?
- Weten jullie van geheimen of verborgen zonden in je familie of je voorgeslacht? Zijn die wel eens besproken?
- Wat voor gewoontes en familierituelen ontwikkelen jullie zelf in het gezin?

Voor meer informatie kijk op www.TripleCord.nl

Het opruimen van je verleden, hoe doe je dat?

Een handig hulpmiddel met de 5B's

Het proces van het loskomen van je verleden en de zonden uit je eigen levensgeschiedenis is weliswaar bij elk mens steeds anders, maar er is wel sprake van een patroon.

Dat patroon vind je in de Bijbel, maar ook in de praktijk van het leven. Wij ontdekten dit patroon in ons eigen leven, maar ook bij de vele echtparen die we hebben mogen begeleiden. We vatten dit patroon samen in vijf B's, die de vijf stappen naar bevrijding laten zien.

vanuit je IDENTITEIT (in Christus)... opruimen, hoe doe je dat?	
1. BESEF	wat is er aan de hand
2. BEROUW	leren kijken met Gods ogen (gedrag)
3. BELIJDEN	helemaal bloot geven
4. BEKEREN	gedrag en denken willen omdraaien
5. BEVRIJDEN	de 'macht' die dat verhindert breken

1. **Besef.** Bevrijding begint meestal met een geleidelijk beseffen wat er is gebeurd en de invloed ervan. Het gaat over dingen die in jouw leven mis zijn, over verkeerde dingen die je zelf hebt gedaan, waar je direct of indirect verantwoordelijkheid voor draagt. Er komen momenten in je leven, ook na je bekering, dat je over je verleden en je daden gaat nadenken. God zal dat stimuleren, want Hij wil dat je steeds verder groeit. Dit nadenken leidt er vroeg of laat toe dat je gaat beseffen en erkennen dat jouw daden je leven beïnvloeden en dat ze je ervan weerhouden om echt in Gods vrijheid te leven.
2. **Berouw.** De volgende stap is dat je berouw krijgt over je verkeerde daden. Je leert (met Gods ogen) naar die daden te kijken en die ook als zonde te benoemen. Je weet dat God genadig is, maar die genade kan pas genade worden als Gods waarheid je eerst heeft mogen laten zien dat je hebt gezondigd en die genade nodig hebt, ook na je bekering. Er is een groot verschil tussen berouw en spijt. Spijt is oppervlakkiger dan berouw. Bij spijt baal je dat je hebt gefaald en dat het je niet is gelukt om het goed te doen. Je kijkt dan naar jezelf en jouw tekortkomingen. Berouw gaat een stuk dieper. Als je berouw hebt, kijk je naar de gevolgen voor de ander en de oneer die je God hebt aangedaan. Om het wat steviger uit te drukken: bij spijt zit jij nog op de troon en baal je dat je de norm niet hebt gehaald. Bij berouw zit God op de troon en kniel je voor Hem. Bij berouw stel je het belang van de ander boven je eigen belang.
3. **Belijden.** Hierna komt de fase van het openleggen, het belijden. Dit doe je door woorden te geven aan wat er is gebeurd en wat je hebt gedaan. Hierbij is het belang- rijk om het niet te vergoelijken of klein te maken ('daar hebben we allemaal toch wel eens last van?'), maar voluit de verantwoordelijkheid te nemen voor je eigen daden. Belijden doe je allereerst aan God, maar ook aan degene tegen wie je hebt gezondigd. Psalm 32 is daar een goed voorbeeld van, zoals we net hebben ontdekt.
4. **Bekeren.** De vierde stap is de keuze om het anders te gaan doen. Je gaat je gedrag omdraaien. Vaak kiezen mensen al eerder om hun leven te beteren, maar vaak is die keuze niet voldoende. Daarom is bekering het sterkst als het komt na berouw en belijden. Aan het eind van het gesprek tussen Jezus en de overspelige vrouw komt dat punt van bekering ook aan de orde. Jezus liet haar naar huis gaan met de oproep om niet meer te zondigen: *En Jezus zei tegen haar: Ook Ik veroordeel u niet; ga heen en zondig niet meer* (Johannes 8:11).
5. **Bevrijding.** Bevrijding is het resultaat van de vorige vier stappen. Het is niets anders dan het verbreken van de macht die je tot dusver aanklaagde. Als je de eerste vier stappen met je hele hart hebt gezet, dan moet de boze zijn grip op je leven loslaten. Je geweten wordt gereinigd, de plaatjes op je netvlies worden verwijderd, de aan- klachten glijden van je af en de gebeurtenissen van vroeger (je verkeerde keuzes en verkeerde daden) blijven niet langer met weerhaakjes in je herinnering hangen. Je bent vrij! Die vrijheid mag je ter afronding van de eerste vier stappen over jezelf uitspreken in de Naam van Jezus. Hij heeft niet alleen je zonden weggenomen, maar ook de machten van de duisternis overwonnen: *Hij heeft de overheden en de machten ontwapend, die openlijk te schande gemaakt en daardoor over hen getriomfeerd* (Kolossenzen 2:15). Het kan zijn dat je iemand anders nodig hebt om je bij deze stappen te helpen. Zeker als er sprake is van demonische gebondenheid kan het zijn dat je samen met je hulpverlener die banden in Jezus' Naam mag verbreken en de macht erachter wegsturen.

Questionnaire als hulpmiddel

Als je besluit om je levensgeschiedenis op te ruimen is het eerst nodig dat je je bewust wordt wat er allemaal aan de hand zou kunnen zijn. Daar zijn hulpmiddelen voor. De beste Questionnaire die we hebben gezien is die van Vrij Zijn. Je kunt die bestellen via deze link <https://www.vrijzijn.nl/product/questionnaire/>.

Met behulp van zo'n Questionnaire breng je als het ware je levensgeschiedenis in beeld. Het is goed als elk van de partners in een huwelijk deze vragenlijst – biddend – invult. Daarna kun je je antwoorden met elkaar delen en eventueel aanvullen.

Heel vaak heb je hulp van een pastoraal medewerker nodig om – na het invullen – ook daadwerkelijk het verleden op te ruimen.

Hieronder een aantal voorbeelden van onderwerpen die in zo'n Questionnaire aan bod komen. Er zijn er veel meer.

1. De samenstelling van de familie en de familiegeschiedenis. En vragen hoe het er in je gezin/familie aan toe ging.
2. De vraag of er in de familielijn al sprake was van problemen en zorgen.
3. Vragen over de geloofs-opvoeding en de -beleving die je al of niet hebt meegekregen, zowel in je familie als in de kerk.
4. Vragen over het huwelijk van je ouders en grootouders en de bijbehorende waarden en levenspraktijk.
5. Vragen over al of niet verstoorde relaties in de familie of het gezin.
6. Vragen over je eigen kinder- en tienertijd en wat er gebeurd is tijdens de opvoeding, thuis en op school.
7. Vragen over vriendschappen en relaties en eventuele negatieve gevolgen.
8. Vragen over je eigen huwelijk, de mate van openheid, veiligheid, rolverdeling, waarden, behoeftes enzovoort.
9. Vragen over de rol van persoonlijk geloof en kerkelijk leven in de praktijk van jullie huwelijk.
10. Vragen over lichamelijk welzijn, al vanuit de kinderjaren tot en met nu toe.
11. Datzelfde, maar dan over psychisch, emotioneel en geestelijk welzijn.
12. Vragen over mogelijke contacten met de occulte wereld, bewust of onbewust aangegaan; en hun invloed nu.
13. Vragen over mogelijke onreine banden, al vanuit het voorgeslacht, maar mogelijk ook in je eigen leven.
14. De vraag of je ooit in contact bent geweest met krachten die we ook wel 'doodsbanden' noemen.
15. Vragen over invloeden in je leven die een manipulatief karakter hebben.
16. Vragen over mogelijke vormen van rebellie in je leven (opstandigheid tegen vormen van gezag).
17. Vragen over mogelijke vormen van hoogmoed die zich in je denken hebben genesteld.
18. Vragen over mogelijke afwijzingen in je leven.
19. Vragen over allerlei soorten misleidingen of 'leugens' waarin je wellicht bent gaan geloven.
20. Vragen om na te gaan of er nog onbeleden zonden in je leven zijn.

Al die vragen helpen om duidelijk te maken óf er iets aan de hand zou kunnen zijn dat een duidelijke 'geestelijke' (bovennatuurlijke) oorzaak heeft. Let wel: zo'n Questionnaire is geen intake-formulier voor een arts of psychiater. En bidden vóór en met mensen mag jullie er nooit van weerhouden om een arts of psychiater te raadplegen.

Voor ons als hulpverleners is zo'n Questionnaire een soort loep die we (onder leiding van de Heilige Geest) gebruiken om te zien of er een rode draad tevoorschijn komt uit de levensgeschiedenis van elk van de huwelijkspartners. En als daar duidelijkheid over is – en herkend wordt door de partners – dan kunnen we beginnen om de huwelijkspartners te helpen met een proces van opruimen. Een soort stappenplan dat wel iets complexer is dan we hieronder samenvatten.

Daarvoor gebruiken we de 5B's, zoals we die zijn gaan noemen (zie model hierboven)

Dit klinkt allemaal gemakkelijk. In feite is dat ook zo en gelijktijdig is het ontzettend moeilijk om je bloot te geven, je over te geven aan Jezus als Heer van je leven. Alles bij Hem én bij je huwelijkspartner in het licht te brengen.

Lukt het jullie niet goed, vraag dan hulp. Vooral bij het pastoraal team in je eigen kerk.

Gods zegen toe gebieden bij dit alles.

Voor meer informatie kijk op www.TripleCord.nl

Gereedschapstijde van man en vrouw verschillen nogal

Enkele voorbeelden van verschillen tussen de partners in een huwelijk

- Ben je emotioneel stabiel of juist niet?
- Ben je van nature argwanend of goedgelovig?
- Zoek je graag veiligheid bij andere mensen of ben je ontwijkend in je contacten?
- Ben je een type dat graag alles heel ordelijk wil hebben of voel je je prima bij wat anderen chaos zouden noemen?
- Kijk je onbevangen of argwanend naar de wereld?

Invloed op gezin en opvoeding

Je vaardigheden, interesses en levenservaring kun je positief inzetten in de opvoeding van je kinderen. Een paar suggesties:

- Het grootste cadeau dat je als ouders een kind kunt geven zijn de levenslessen die je zelf hebt geleerd. Vertel de verhalen van wat in je leven met God en met elkaar goed en verkeerd is gegaan. Vertel wat je ervan hebt geleerd. Leef je kinderen voor wat een leven met God betekent, wees een leesbare brief van Christus voor je eigen gezin, niet alleen met woorden, maar vooral door je doen en laten.
- Als jij en je kind ergens samen goed in zijn, kun je dat samendoen. Pas er wel voor op dat je het kind dat jouw interesses deelt niet gaat voortrekken. En laat merken dat het niet erg is als een kind liever andere dingen doet.
- Leer je kind dat heersen over je tijd van groot belang is. Dat geldt vooral voor digitale hobby's die vaak een verslavend effect hebben, zoals gamen.

Liefdestalen leren spreken

Een relevant en praktisch toepasbaar boek is dat van Gary Chapman over de vijf talen van de liefde. Als voorganger benadrukt hij dat je in een huwelijk op vijf manieren kunt laten zien en merken dat je de ander geweldig vindt. Je gaat dan zoeken welk van deze vijf talen het beste past bij je partner. We vatten ze kort samen.

1. **Positieve woorden.** Complimentjes en lieve woorden uitspreken. Ieder mens vindt het leuk om complimenten te krijgen, maar sommige mensen zijn daar extra gevoelig voor.
2. **Tijd en aandacht.** Oprecht in de ander geïnteresseerd zijn en tijd maken om met je partner dingen te doen die hij/zij leuk vindt.
3. **Cadeautjes geven.** Dat kan een bos bloemen zijn, maar ook iets kleins dat je op een bijzondere manier hebt verpakt en dat je op een onverwacht moment geeft.
4. **Dienstbaarheid.** Je gaat iets voor de ander doen. Iets waar de ander tegenop ziet. Je laat praktisch merken dat je de ander wilt ontzorgen omdat je van die ander houdt.
5. **Aanraken.** Zomaar even knuffelen, de ander aanraken, omhelzen of onverwacht een zoen geven. Dat kan een heel sterke taal zijn in een huwelijk als je partner daar erg ontvankelijk voor is.

Verwerkingsvragen

- Wat zijn de drie grootste verschillen tussen jullie? Schrijf eens op hoe jij dat ziet en laat je partner dat ook doen. Daarna kun je die lijstjes eens naast elkaar leggen en bespreken.
- Op welke punten van je karakter ben je wel eens in botsing gekomen met je partner? Ken je de sterke punten van je eigen karakter? Vraag je partner eens of het herkenbaar is. Maar vraag ook eens wat dan de valkuilen zijn van jouw sterke punten.
- Waarin zijn jullie heel erg verschillend van elkaar? Niet alleen qua karakter, maar ook wat betreft je vaardigheden en je hobby's waar je (veel) tijd in steekt? Vraag eens aan de ander wanneer het voorkomt dat die verschillen tussen jullie tot irritaties gaan leiden? Hoe zou je die verschillen juist zo kunnen gebruiken dat je de ander ermee dient of aanvult?

Voor meer informatie kijk op www.TripleCord.nl

Bij aflevering 11

Je huwelijk als werkplaats

Hoe ga je om met een crisis?

Dat er strubbelingen ontstaan in een huwelijk is onvermijdelijk en gezond. Om het gezond te houden zijn er zeven vuistregels.

1. Ontdek op tijd waar je je aan ergert.
2. Ga na wat de ergernis veroorzaakt en of jij daar zelf ook debet aan bent.
3. Vraag je eerlijk af (met God) of het terecht is dat je je gekwetst of afgewezen voelt.
4. Bespreek het zonder verwijt met je partner.
5. Vertel eerlijk wat bepaald gedrag of gewoontes met jou doen.
6. Wacht nooit te lang om zo'n conflict op te ruimen.
7. Zorg ervoor dat je er samen iets van leert, spreek dat uit en schrijf het desnoods op. Lees goede boeken over deze thema's en praat erover met andere echtparen.

Andere dagelijkse gewoontes die een huwelijk levend houden:

- Ga nooit boos slapen, maar verzoen je met elkaar en praat dingen uit.
- Neem aan het eind van de dag een moment om samen op de dag terug te kijken, door te vragen wat de ander heeft beleefd, gedaan, ervaren enzovoort.
- Sluit de dag af door samen te danken en te bidden voor al deze dingen. In de ochtend kun je samen God betrekken bij de dingen die voor je liggen.
- Ga zeer regelmatig samen dingen doen. Van eenvoudige dingen als de vaatwasser leegruimen tot en met samen sporten, winkelen, een terrasje pakken enzovoort.
- Ga er regelmatig samen even één of meer nachties tussenuit, ook zonder kinderen.

Verwerkingsvragen

Wanneer je na de uitzending wilt doorpraten met elkaar, dan kun je bijvoorbeeld deze vragen daarvoor gebruiken.

- Kun je één of twee grote fouten in je leven noemen waar je veel van hebt geleerd?
 - Hoe zou je de lessen die je daaruit hebt geleerd kunnen toepassen in je huwelijk?
- Hoe zou je je kinderen kunnen leren wat trouw is?
 - Hoe kun je dat met hen oefenen op een manier die bij ze past?
- Stel dat jij partner bent in een samengesteld gezin. Wat zou jij dan wel en juist niet doen als je merkt dat het kind van je partner zich onbehoorlijk gedraagt?
 - Hoe zou je met de logische gevoeligheden kunnen omgaan?
 - Kun je die überhaupt voorkomen?
- Welke praktische dingen kunnen jullie bedenken om (nog) meer tijd voor elkaar te nemen?
- Heb je wel eens een situatie meegemaakt waarbij het je grote moeite kostte om jezelf te vergeven?
 - Praat hier eens met elkaar over.

Voor meer informatie kijk op www.TripleCord.nl

Je gezin is de kleinste gemeente die er is

Ook bij gebroken gezinnen kun je "heel" maken

Gezin zijn moet je ook leren

We komen allemaal uit een gezin, groot of klein, gebroken of heel. Het gezin waarin we zijn opgegroeid beïnvloedt onze kijk op ons (te bouwen) eigen gezin. Wil je dingen op dezelfde manier doen als je ouders of juist helemaal niet? Hier zou je in je verkeringstijd al met elkaar over moeten praten. We geven puntsgewijs aan wat onze voornemens waren. Uiteraard hebben we onderweg moeten bijsturen, want theoretisch kun je wel van alles bedenken, maar in de praktijk blijkt het dan soms toch weer anders te gaan. Toch konden we de meeste van onze voornemens ook in praktijk brengen.

- Ons eerste gebed was steeds dat we onze kinderen zouden opvoeden met God en dat zij Hem zelf zouden leren kennen. We wilden ze een echt leven met God voorleven. Dan mochten ze zelf kiezen, ook als ze naar een andere kerk zouden gaan of andere keuzes zouden maken. Dat is overigens ook gebeurd. Een van onze kinderen ging al op jonge leeftijd naar een andere kerk.
- We stimuleerden de kinderen al jong om zelf met de Bijbel bezig te zijn op een manier die bij hun leeftijd paste. Met voorlezen, dagboekjes, door ze naar kinderclubs te brengen enzovoort.
- We wilden onze kinderen zo snel mogelijk eigen verantwoordelijkheden geven, passend bij hun leeftijd en hun karakter. Taken in het huishouden, hun eigen kamers netjes houden, zakgeld en kleedgeld geven en er mee leren omgaan enzovoort.
- We gaven ze steeds vertrouwen (ook over hoe laat ze thuis zouden komen) en wilden niet voortdurend alles voor ze invullen of alles controleren. Wanneer ze ons vertrouwen beschaamden, praatten we erover.
- Als wij fouten maakten, dan wilden we dat (ook aan de kinderen) erkennen en er vergeving voor vragen (sorry zeggen). We hebben onze kinderen vooral ook geleerd om onderling om vergeving te vragen wanneer ze elkaar iets hadden aangedaan.
- We wilden dat ze ons zouden tutoyeren en de drempel laag maken om ons te benaderen. Respect voor ons als ouders wilden we verdienen, niet afdwingen.
- We wilden onze kinderen niet 'pamperen': ze proberen voor alle fouten en blunders te behoeden. Wanneer ze zelf zouden gaan ervaren wat het effect was van hun 'blunder', dan konden wij hen leren hoe je daar vervolgens mee omgaat.
- We lieten de kinderen wel eens bewust in bed liggen als ze voor de tiende keer door hun wekker sliepen die ze hadden gezet om een proefwerk te leren. Daar leerden ze meer van dan wanneer we hen steeds zouden blijven vertellen dat ze nu toch echt moesten opstaan.
- Als ze graag iets wilden hebben, vonden we dat ze het geld ervoor zelf moesten verdienen of ervoor moesten sparen.
- Toen ze ouder werden en langer mochten opblijven, moesten ze doordeweeks op tijd naar hun kamer omdat wij als man en vrouw ook tijd voor onszelf wilden hebben.

De complexiteit van gebroken gezinnen

We noemen een aantal punten die ons de afgelopen twintig jaar zijn opgevallen bij het begeleiden van echtparen die zijn gescheiden. Misschien helpen ze jullie.

- Te vaak staat na een echtscheiding en in de start van een nieuwe relatie het eigen geluksgevoel centraal en wordt het belang van het kind ondergeschikt.
- Kinderen vinden diep in hun hart een echtscheiding van hun ouders verschrikkelijk, ook al zullen ze dat niet altijd laten merken.
- Je wordt nooit de echte vader of moeder van je bonuskind(eren). Probeer dat ook niet te spelen. Maar trek je eigen kinderen niet voor.
- Partners die in een nieuw huwelijk stappen vergeten vaak om het oude huwelijk echt goed af te sluiten. Dat zou je in elk geval moeten doen door je ex-partner en ex-schoonouders om vergeving te vragen voor dat waarin jij tekort bent geschoten. En vergeet niet om dat ook te doen bij je kinderen.

- Je moet eerlijk durven erkennen dat God een echtscheiding niet heeft bedoeld. Er is een verbond verbroken. Als je zelf hierin hebt gefaald en je bent al gescheiden, dan mag je eerlijk tegen God zeggen dat je beseft dat het niet Zijn wil was dat dit zou gebeuren. Vraag God om de oude huwelijksband in de hemelse gewesten door te snijden.
- Je blijft- ook na een moeilijke scheiding- vader of moeder van je kind, maar wees je ervan bewust dat je je kinderen met die scheiding hebt gekwetst. Deze pijn kan heel lang duren. Daar moet je begrip voor hebben. Je mag niet van je kind eisen dat het begrip heeft voor jouw behoeftes.
- Gun de grootouders van je kinderen, ook na je scheiding en eventueel hertrouwen, een gezonde relatie met hun kleinkinderen.
- Wij kennen meerdere echtparen die zijn gescheiden en ervoor kozen om alleen verder te gaan, die na verloop van tijd tóch weer met elkaar zijn getrouwd. Dat is het werk van God. Een van de namen van Jezus is Heiland, dat betekent "heelmaker". God is de uitvinder van het huwelijk en we weten zeker dat Hij er alle belang bij heeft om zelfs een gebroken huwelijk te herstellen.
- Als je nog niet bent gescheiden, maar je overweegt het, dan is ons advies: doe het niet! De kans op een nieuwe echtscheiding is meer dan dubbel zo groot. Het is veel beter om even uit elkaar te gaan en actief hulp te zoeken.
- Er is één grote troost: als gebroken huwelijken herstellen, dan glimlacht de hemel en wordt zo'n huwelijk sterker dan ooit.
- Er kunnen ook (zeldzame) situaties zijn waarbij blijven in een huwelijk gevaarlijk is, voor jezelf en je kinderen. Dan zou je bijvoorbeeld eerst een tijdje uit elkaar kunnen gaan, voordat je de radicale stap neemt om je huwelijk te ontbinden.

Voor meer informatie kijk op www.TripleCord.nl

Bij aflevering 13

Wat doe je als je gescheiden bent?

Belangrijke punten als je te maken hebt met echtscheiding

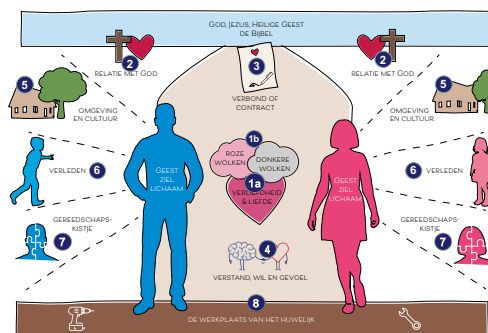
Het onderwerp echtscheiding is in feite veel te groot voor één uitzending. We raden je in elk geval aan om een goed boek daarover te lezen. Een voorbeeld is het boek “Gebroken en toch heel” van Bram de Blouw. Je kunt info daarover vinden op de website www.heartworkcoaching.nl

Wel een aantal punten om bij stil te staan.

- God heeft echtscheiding nooit gewild. Jezus zegt ook dat een mens niet moet scheiden wat God heeft verbonden (zie bijvoorbeeld Math 19:5). Hij heeft een huwelijk dus tot een ‘verbond’ gemaakt.
- Dat betekent dat – als jouw huwelijk is verbroken – dat je dan zou moeten erkennen dat je hebt gefaald. En je zou allereerst God om vergeving moeten vragen, zelfs als jij die echtscheiding niet hebt gewild.
- Daarnaast speelt dat vergeving vragen (of geven, afhankelijk van wie de oorzaak van de scheiding is) ook voor heel veel andere spelers in je vorige huwelijk.
 - Je partner en je kinderen
 - Je ouders en zeker ook je schoonouders
 - De overige familieleden, zeker ook de aangetrouwde
- Wees je bewust dat vooral de kinderen heel veel pijn hebben van de echtscheiding.
 - Overweeg wat je in hun richting zou kunnen doen om dat zo goed mogelijk een plek te geven, ook voor de toekomst.
- Zoek allereerst oorzaken bij jezelf in geval van echtscheiding. Zelfs al heb je maar het gevoel dat 10% van de oorzaken bij jou ligt, ga dan aan het werk met die 10%. Dat is wat Jezus van je vraagt (Math 7:1-6).
- Vraag hulp om de ‘zielsbanden’ van je vorige huwelijk te verbreken. Dat is in feite: God vragen om de oude banden (met al zijn gevolgen) door te snijden. Dit onderwerp is belangrijk. Zoek meer informatie daarover bijvoorbeeld in het boek ‘Bevrijd van banden’ van Wilkin vd Kamp (zie www.vrijzijn.nl).
- Hoe weet je nu zeker dat jij veranderd bent? Hoe weet je dat je nieuwe huwelijk wel gaat lukken?
 - Wat zou je moeten doen om dat zo goed mogelijk te waarborgen?
 - Wat heb je eigenlijk concreet geleerd van je vorige huwelijk?
 - Lees het boek ‘Werkplaats huwelijk’ om je te helpen om de ankers van je huwelijk allemaal in beeld te krijgen. Zie informatie op www.TripleCord.nl

Verwerkingsvragen

- Ga eens met je huidige partner in gesprek en maak beide een lijst van punten waar je eerste huwelijk is stukgelopen.
 - Ga na in hoeverre je in staat bent in dezelfde fouten te vervallen?
 - Wat moet je doen om dat te voorkomen?
- Ga eens in gesprek met je kinderen en vraag hen hetzelfde.
 - Als de kinderen nog jong zijn, doe het dan op een kinderlijke manier. Vanaf 7 of 8 jaar kan een kind al op kinderlijke manier antwoord geven op de vraag wat Papa en Mama ‘anders’ hadden kunnen doen. En zeker kunnen ze vertellen waarom ze het ‘stom’ vinden dat je gescheiden bent.
- Ga eens na – aan de hand van het schema – op welke terreinen de boze je huidige huwelijk zou kunnen aanvallen. En wat je zou kunnen doen om die aanval (met Gods hulp) af te slaan.
 - Hoe zou je zo’n aanval van tevoren kunnen zien aankomen?



Voor meer informatie kijk op www.TripleCord.nl