

Speciale therapieën

Religieuze gebruiken en gedachten

Rituelen zijn vanzelfsprekende eenmalige of herhaalde, veelal symbolische, handelingen doorgaans vergezeld van bijbehorende formules en teksten waarin de mens lichamelijk en interactief betrokken is op een werkelijkheid die in het ritueel zelf present wordt gesteld.

(Werken met rituelen in het pastoraat Corja Menken – Bekius).

Er valt een heleboel te zeggen over definitie. We zullen er iets uit lichten. De auteur noemt lichamelijk en interactief. Een ritueel maakt iets los, omdat het lichaam daarbij betrokken is. De rituele ervaring doorbreekt barrières. "In het pastoraat biedt de lichamelijkheid een communicatieweg" zegt Menken – Bekius. Hier kunnen we nog aan toevoegen dat de joodse traditie zegt dat er 248 geboden zijn in het jodendom. Het jodendom zegt ook dat de mens 248 ledematen heeft. Een ieder van die geboden is specifiek gemaakt voor een van die ledematen. Het doel is middels die geboden de spirituele weg via en met die ledematen te openen en te plaveien.

Groepsgesprek

In een groepsgesprek gaat de input van alle aanwezigen een rol spelen. De aanwezigen zullen met elkaars opmerkingen moeten leren omgaan en deze ook weer verwerken. Dit vraagt veel van de gespreksleider. Maar het kan ook zeer dankbaar zijn. Er zal plaats zijn voor betere onderlinge relaties, mensen zullen dingen van elkaar horen die verrassend kunnen zijn maar ook bijtend en uitdagend. De vaardigheid en de meevoelendheid van de gespreksleider is bepalend voor het succes. Een groepsgesprek hoeft niet perse alleen op zichzelf te staan, het kan ook in combinatie met andere manieren van aanpak worden gebruikt.

Contextueel

Het gaat om de analyse van een gezin of een familie. In de joodse gemeenschap staan gezin en familie heel centraal. Analyse van de structuur zal veel inzicht verschaffen in het functioneren van het individu.

Men gaat de problemen in deze familie oplossen door te kijken wat er kan veranderen aan de structuur. Het individu is deel van deze structuur daarom heeft het geen zin alleen met dit individu te gaan spreken.

Dit heeft alleen nut voor zover er iets is wat met het individu alleen kan worden besproken zonder iets te moeten doen met allen die in dit systeem thuishoren. De overige familieleden zijn er meestal niet bij.

Het doel van een contextuele insteek wordt dan zoveel mogelijk de structuur in kaart te brengen van vòòr de oorlog, de oorlog èn de periode van wederopbouw tot het huidige moment. Het zal er om gaan om zoveel mogelijk gemeenschappelijk eigenschappen in kaart te brengen. Het zal zeer helend zijn als de Sjoa overlevende zijn vader of moeder in kleinzoon of kleindochter herkent.

Narrativiteit

Narrativiteit leert ons naar verhalen te luisteren en middels deze verhalen te komen tot begrip van anderen. Soms kan ook een verhaal worden ingebracht. Misschien is narrativiteit ook wel gewoon ingeworteld in de ziel van de mens van de westerse wereld. Deze mens die na het afzweren van de grote verhalen van de bijbel daarvoor een vervanging nodig had.

Gyorgy Konrad zei eens "Op de vraag naar de zin van zijn leven antwoordt de mens met een verhaal."

Als iemand luistert naar een verteller dan luistert de verteller ook. Hij luistert naar zichzelf en naar de ander. Het verhaal kan heel bijzondere dingen brengen. Maar ook de reactie kan heel bijzonder maar ook verrassend zijn.

Het jodendom heeft een enorme traditie van verhalen. Iedere situatie heeft een eigen passend verhaal. In de moeilijkste situatie bestaat er een verhaal dat zin geeft, dat hoop geeft, dat verrijking geeft.

Contextuele Narrativiteit

In het gesprek wordt de familie verbonden. Het middel daartoe is het gesprek maar nog veel meer het levensverhaal te vertellen.

Dat hoeft niet alleen het eigen verhaal te zijn. Pruyser vroeg eens aan een cliënt: welk verhaal uit de bijbel inspireert jou het meest? Het verhaal dat volgde zei heel veel over de verteller. Zo kun je naast het eigen verhaal ook nog vragen een joods verhaal te vertellen of iets te zeggen over het mooiste joodse gebruik. Daar komen dingen naar voren die hele diepe lagen blootleggen. Op het moment dat die blootliggen is er de kans om te komen tot heling, zingeving en vooral verbinding.

Kunst

Kunst is iets waar we doorgaans naar kijken. Maar kunst is ook een middel om gevoelens gedachten en emoties naar boven te brengen. Via kunst ontstaat er een geding tussen mensen en ook tussen professional en cliënt. Door te praten over een schilderij maar ook over een stuk muziek komt de persoonlijkheid bloot te liggen. Een persoonlijkheid met allerlei sterke en zwakke kanten. Beschadigingen worden duidelijk. Als zwakke kanten en beschadigingen zichtbaar worden, dan worden ze hopelijk ook bespreekbaar.

Bibliodrama

Bibliodrama is iets wat heel modern is. Binnen de orthodox joodse beleving bestaat heel veel gereserveerdheid daartegen. Kan ik er misschien toch iets mee?

We leven in een tijd van hernieuwde spiritualiteit. De maatschappij laat de oude bronnen voor spiritualiteit liggen en haalt die elders. Bibliodrama heeft een geweldige dimensie namelijk dat je bezig bent met iets van de 21^e eeuw. Met spel, met jezelf uitdrukken en weer te geven.

Tegelijkertijd kun je een kanaaltje openen naar oude spiritualiteit. Veel mensen zullen er geen bezwaar tegen hebben een *taste of the bible* te krijgen in het jasje van bibliodrama. Datzelfde geldt natuurlijk ook voor een benadering waarbij kunst of zelfs muziek wordt gebruikt. Hoe dit exact in te passen in de orthodox joodse belevingswereld is een uitdaging die Zikna gaarne aangaat.

Contextueel Narratief Bibliodrama - Contextueel Narratief kunstgesprek

Zoals met alles in het leven, geldt ook hier dat we het meeste profijt krijgen als we bepaalde zaken combineren. In een dergelijke onderneming wordt een verbinding geschapen tussen iemands eigen en persoonlijke familie achtergrond, zijn levensverhaal en de grote zingevingverhalen van deze wereld. In het geval van het kunstgesprek wordt hiertoe de kunst aangewend in plaats van een verhaal. Er wordt gekeken naar iemands relatie tot anderen en tot zichzelf. Bij deze benadering die heel intensief zal zijn, worden alle emotionele laden opengetrokken. Zikna zou dit dan ook graag samen doen in gesprek en overleg met andere zorgdisciplines. Wij hopen "broeders of zusters" te vinden die hieraan mee willen werken.