

BOUW EEN GELUKKIG GEZIN

LIEFDE EN HUWELIJK HEBBEN HUN EIGEN SPELREGELS. OVERBRUG
DE GENERATIEKLOOF. DE VROUW IS NIET MINDERWAARDIG.
KINDEREN ZIJN OOK MENSEN. GEZAMENLIJK ETEN



Dit boekje bevat artikelen over verschillende facetten van het gezinsleven. Het is niet bedoeld als volledige gids om huwelijks- en kinderopvoedingsproblemen op te lossen; ook bestrijkt het niet alle aspecten van het gezinsleven. Toch hopen wij dat dit materiaal de lezer meer bewust zal maken van het grote belang van een gelukkig en standvastig huwelijk als een gezonde basis voor een goed geïntegreerd gezin. Zelfs in een hecht gezinsverband zullen zich tussen man en vrouw zo nu en dan problemen voordoen. Waar twee mensen samen leven is dat onvermijdelijk. Maar soms bestaat de neiging om zulke problemen eerder te verzwijgen dan ze openlijk het hoofd te bieden. Wij zijn van mening dat het noodzakelijk is om zulke problemen te onderzoeken en het hoofd te bieden, teneinde doeltreffend met ze af te rekenen. Hopelijk zullen de voorbeelden en suggesties in dit boekje in dat opzicht van nut zijn. De mens is gemaakt naar Gods beeld, en de verhouding in een gezin is gevormd naar een veel hoger soort verhouding op geestelijk niveau. Vader, moeder en kinderen zijn afzonderlijke, unieke individuen geschapen naar Gods beeld. Als zodanig, draagt elk van hen op unieke wijze bij tot de totale eenheid van het gezin, en elk dient daarom het respect en de waardigheid te krijgen die hij verdient. Door het waarderen van ieders persoonlijke rol in het gezin, en door elk lid een gevoel van eigenwaarde toe te staan, wordt de eenheid van het gezin versterkt. Wat binnen het gezin gebeurt, is niet alleen van buitengewoon belang voor de toekomst van elk van zijn leden, het zal ook zijn invloed hebben op de omgang met anderen in Gods familie, de kerk en de houding t.o.v. de gemeenschap als geheel.

door David Antion

Hoofdstuk 1

LIEFDE EN HUWELIJK HEBBEN HUN EIGEN SPELREGELS

Het zal niemand verbazen te vernemen, dat echtparen van mening verschillen. In feite doen ze soms meer dan van mening verschillen. Ze maken ruzie!

Maar het is niet beleefd het „ruzie” te noemen — laten wij het dus „gelegenheden” noemen.

Dit hoofdstuk gaat over gelegenheden al dan niet kalm hete hangijzers te bespreken, de communicatie in een huwelijk te verbeteren en ware intimiteit tussen man en vrouw te vergroten.

Volgens Robert Kelley; auteur van *Courtship, Marriage and the Family*, is een echtelijk meningsverschil „een gevolg van een storing in de bestaande gemeenschap tussen man en vrouw”. Deze storingen kunnen zich om een aantal redenen voordoen — emotionele frustraties, gekwetste gevoelens, onbegrepen rolverwachtingen en elke mogelijke variëteit van slechte communicatie. Seks, geld en kinderen schijnen de onderwerpen te zijn waarover men het meest van mening verschilt.

Er is bekwaamheid en zelfbeheersing voor nodig om deze afbrekende kibbelpartijen om te zetten in „eerlijke gevechten”, die de communicatie

tussen man en vrouw verbeteren, problemen oplossen en positieve resultaten afwerpen. Het kan door enkele spelregels in acht te nemen:

1) Blaas stoom af op je eigen manier

Wat ook de aanleiding van een meningsverschil is, als het eenmaal begint kunnen mensen buitengewoon boos worden. In een sfeer van angst, spanning, frustratie en gekwetste gevoelens kunnen feiten verdraaid worden en wordt er niet altijd verstandig gepraat. In plaats daarvan kunnen bijna aan elke uitspraak slechte bedoelingen toegedicht worden. Woorden kunnen eruit gelicht, opgeblazen en gedeeltelijk of geheel uit hun verband gehaald worden. Als dus een paar kennelijk op een verschil van mening afstevent, is het het beste het niveau van hun emotionele toestand omlaag te brengen voor ze beginnen.

Ieder van ons heeft zijn of haar eigen specifieke manier van stoom afblazen. Sommige mensen gaan graag een eind lopen; anderen zullen zich in heftige sportactiviteiten willen storten. Hoe u het ook doet, blaas stoom af!

Als uw aanvankelijke boosheid gekalmeerd is, kunt u wel verkiezen het

hele geval te vergeten. Zo niet, dan bent u gereed om regel 2 uit te voeren.

2) Redetwist met de juiste persoon

Dit kan belachelijk klinken. Ten slotte, kunt u vragen, met wie anders zou ik van mening verschillen? Wat deze regel feitelijk betekent is, dat we moeten redetwisten met de persoon waar we werkelijk boos op zijn en niet met een onschuldige ruzie moeten zoeken. Als u, bijvoorbeeld, boos bent op uw chef, moet u het niet afreageren op uw vrouw. Als uw vrouw het probleem is, moet u het niet uitleven op de kinderen of de hond. Een duidelijk teken, dat u met de verkeerde persoon redetwist, is als uw boosheid naar verhouding van het eigenlijke vergrijp buiten alle proporties is.

Sommige Amerikaanse psychologen duiden dit soort meningsverschillen aan met „dumping”; Nederlandse psychologen spreken van „verplaatsen van affect” — het ontladen van uw frustraties, boosheid en agressies op anderen. Kinderen zijn vaak de dupe van dit „dumping” spel. Zij worden soms uitgescholden, geslagen of bekritiseerd omdat hun ouders door anderen en niet werkelijk door hen gefrustreerd zijn.

„Dumping” is wreed en stelt iemand in staat een confrontatie met het werkelijk aanwezige probleem uit de weg te gaan. Het lost niets op.

3) Twist over het juiste onderwerp

U zou er verbaasd van staan hoeveel twisten begonnen en verwoed uitgeschoten worden over de verkeerde onderwerpen! Adviseurs en psychologen zijn zich er goed van bewust, dat de problemen die mensen voorleggen voor hen niet noodzakelijkerwijs de belangrijkste problemen zijn.

Een echtgenoot kan bijvoorbeeld kritiek hebben op de manier van huishouden van zijn vrouw, terwijl hij in wezen ontdaan is over haar manier van liefde bedrijven. Of een vrouw kan kritiek hebben op haar man omdat hij altijd maar aan het werk is, terwijl zij in wezen gekwetst is omdat zij vindt, dat hij haar niet genoeg aandacht en genegenheid schenkt.

Als we een verschil van mening hebben, moeten we bij onszelf zorgvuldig te rade gaan wat we voelen en wat precies de bron van onze irritatie is. Een echtgenoot zou zichzelf moeten afvragen: „Ben ik werkelijk boos over de manier van huishouden van mijn vrouw. Is dat waar het om draait?” Natuurlijk is het soms moeilijk — vernederend, gênant en mogelijk pijnlijk — voor ons om onze partners deelgenoot te maken van wat ons werkelijk dwarszit! Het vereist moed om ons uit te spreken en bloot te geven. Wij worden kwetsbaar als we laten zien wat ons werkelijk kwetst. Het zou tegen ons gebruikt kunnen worden. Er moet liefde en vertrouwen in de verhouding bestaan ten einde te kunnen redetwisten over het ware onderwerp. Het levert grote winst op als het wordt gedaan.

4) Twist op het juiste moment

Het aan de orde stellen van een gevoelig onderwerp bij iemands partner, vereist niet alleen moed en vertrouwen, maar ook het kiezen van het juiste moment. In feite is de keuze van het juiste moment belangrijker dan de keuze van de juiste woorden. Het kan goed uitwerken als u fris van de lever eruit gooit wat u dwars zit, in plaats van het verborgen te houden. Maar als u niet het juiste moment kiest om een gevoelig onderwerp aan de orde te stellen, kunt u de dingen alleen maar erger maken.

Hoe vaak beginnen echtparen niet te ruziën vlak voordat zij geacht worden te vertrekken naar een feestje? Niet alleen beschadigen zij hun huwelijksrelatie, maar zij bederven ook een plezierige avond.

Als u een gevoelig onderwerp aanroert tegenover uw partner — een onderwerp, waardoor u geïrriteerd bent en dat u hem of haar onder ogen moet brengen — doe dat dan op het juiste moment, als u beiden een discussie aankunt. Stel het niet aan de orde in aanwezigheid van anderen. Stel het ook niet aan de orde, als u weet, dat uw tijd te beperkt is om het onderwerp behoorlijk te bespreken.

Sommige mensen spelen wat Eric Berne in zijn boek „*The Games People Play*” het „Schat” spelletje noemt. De ene partner stelt gebreken van de ander aan de orde waar anderen bij zijn. Hij doet dit gewoonlijk op een manier, die zijn echtgenote tot zwijgen brengt. Maar aan het eind van zijn betoog zegt hij gewoonlijk iets als „Niet waar, schat?”. Door het gebruik van deze uitdrukking van genegenheid maakt hij een goede beurt. Het brengt zijn partner ook in de ongelukkige positie niet in staat te zijn iets te zeggen, dat hem betaald zet. Dit is een „spelletje” — maar het is niet grappig of leuk om te spelen! Ook gebruiken echtparen soms andere namen dan „Schat” bij hun ruzies.

5) Haal geen oude koeien uit de sloot

Als een ruzie eenmaal heeft plaatsgehad, moet die afgewikkeld en begraven worden om nooit meer als „oude koe uit de sloot gehaald te worden”. Sommige mensen echter hebben de neiging „toe te geven” ten einde de ruzie te beëindigen voordat ze werkelijk tevreden zijn met de uitkomst. Omdat zij een ruzie opgeven, voordat deze werkelijk afgewikkeld is, zullen zij de neiging hebben die oude ruzie op te rakelen in het kader van een nieuwe. Men is niet tevreden met de uitkomst van de voorbije ruzies. De niets vermoedende partner was bij eerdere gelegenheden *ten onrechte in de veronderstelling gebracht* dat alles weer goed was. Dit kweekt wantrouwen en gebrek aan zelfvertrouwen en schaadt de huwelijksrelatie.

6) Niet schelden

Bij „eerlijk vechten” proberen beide partijen een conflict op de beste manier die mogelijk is op te lossen. Maar in de loop van een twist kunnen partners, die gefrustreerd en gekwetst zijn, uithalen en op hun beurt hun echtgenoten kwetsen en frustreren. En zij doen dat gewoonlijk door middel van beledigingen en schelden.

Deze vorm van een persoonlijke, mondelinge aanval is erg afbrekend. In plaats van te proberen het probleem, dat aan de orde is, op te lossen, helpt het alleen maar een ander pro-

bleem eraan toe te voegen. In plaats van de eigen woorden en daden te onderzoeken om te zien waar ze verbeterd zouden kunnen worden en hoe ze zouden kunnen bijdragen tot een oplossing, richt de partij, die zijn toevlucht neemt tot schelden, de aandacht op de partner en probeert hem of haar de schuld te geven.

In elk geval doet schelden pijn. Het beschadigt de relatie tussen het echtpaar. Het gaat de werkelijke reden voor de twist uit de weg. Het vernietigt het wederzijds respect dat gehuwde mensen voor elkaar zouden moeten hebben.

7) Geen „postzegels verzamelen”

Soms sparen we grieven op, zoals we postzegels verzamelen. Misschien zeggen we niet onmiddellijk iets tegen onze partner over een bepaald probleem. Maar dan na weken of maanden, als we redetwisten, ontladen wij allerlei dingen, waarover we in het verleden vijandige gevoelens hebben gehad.

Een partner kan geschokt zijn te vernemen over onbetekenende voorvallen (die misschien niet zo onbetekenend waren voor hun echtgenote), die nu dagen, weken of zelfs maanden later tijdens een ruzie over iets anders naar voren gebracht worden. De man of vrouw kan er zelfs geen vermoeden van hebben, dat de andere partner er zo over dacht, omdat hun ware gevoelens niet blootgegeven werden op het moment dat de oorspronkelijke belediging plaats vond. Maar nu, omdat er een ruzie plaats vindt, besluit een partner al deze „ruilzegels” tegelijk te gelde te maken.

„Postzegels verzamelen” kweekt een reactie van wantrouwen en gebrek aan zelfvertrouwen. Uw partner kan beginnen zich vragen te gaan stellen bij alles wat er vanaf dat moment gebeurt in de volgende redenatie: „Hij schijnt het nu goed te vinden, maar zal hij mij dit later voor de voeten gooien?”

Uw partner kan een gevoel van onzekerheid en wantrouwen ontwikkelen, omdat hij niet weet of voorbije incidenten in de toekomst weer opgebracht kunnen worden.

De remedie tegen het te gelde maken van postzegels is dit: óf uw ongehoogen over voorvallen uiten *op het moment dat ze plaats vinden* of zo spoedig mogelijk daarna, óf besluiten ze voor altijd te vergeten!

Maar wat te doen als u een fout zich steeds ziet herhalen en u vindt, dat die gecorrigeerd dient te worden? Breng dan die fout of daad naar voren op het juiste moment — als die zich

weer voordoet. Maar breng het niet naar voren tijdens een ruzie over iets anders.

Samenvatting

Echtelijke ruzies zouden altijd opbouwend moeten zijn — heilzaam voor een huwelijk. Ze moeten het wederzijds begrip voor de partner vergroten en de basis leggen voor een grotere harmonie in de toekomst. Ze moeten twee mensen dichter bij elkaar brengen als het probleem is opgelost. Want beiden moeten leren de dingen vanuit elkaars standpunt te bezien evenals vanuit het eigen standpunt.

Als rijpe partners kan ieder beseffen, dat het voor twee mensen mogelijk is samen te leven en verschil van mening te hebben — dat verschil van mening op zichzelf niet kwaad of slecht is — en dat die verschillen op harmonieuze, vriendschappelijke en liefhebbende wijze uitgewerkt kunnen worden.

Ze kunnen leren, dat er geen reden is zich te verschuilen of te veinzen. In plaats daarvan kunnen beiden eerlijk en recht door zee zijn en niet toe staan, dat er een muur van stilte tussen hen ontstaat of vijandigheid hen uiteendrijft.

De meeste mensen tasten volkomen

in het duister. Zij wensen hun problemen op *hun* manier op te lossen — en het smadelijke resultaat is ruzie, vloeken, schelden en weglopen, gebroken huwelijken en uit elkaar geslagen gezinnen. Een geslaagd huwelijksleven is gebaseerd op regels!

Als u en uw partner deze regels samen kunt bespreken en toepassen, zult u minder echtelijke kibbelarijen hebben. U zult ervaren, dat uw incidentele ruzies niet de oorzaak hoeven te zijn van een grote depressie, maar in plaats daarvan een bron van winst voor u beiden en een ware weldaad voor de kostbare relatie, die u beiden in stand hoopt te houden.

Hoofdstuk 2

OVERBRUG DE GENERATIEKLOOF

Mijn ouders maken ruzie! Ze begrijpen mij niet! Mijn vader praat niet met mij! Ik heb echt een hekel aan allebei mijn ouders! Mijn vader is vaak van huis. Ik heb geen contact met mijn vader.

Dit zijn de bekentenissen van steeds grotere aantallen tieners. Maar waarom zou een van de nauwste, innigste menselijke betrekkingen schipbreuk lijden?

Een van de grootste sociale problemen van vandaag is het probleem ouder-kind. Een communicatie-kloof heeft tieners van hun ouders gescheiden. Hoe is deze ontstaan? Hoe heeft deze muur van misverstand zich ontwikkeld? Wanneer begint het? En wat kan men doen om er verbetering in te brengen?

Tieners storten hun hart uit

Gesprekken met tieners, eens geliefde, gekoesterde kinderen met wie men speelde en praatte, brengen enkele verrassende zaken aan het licht.

„Van een heleboel dingen van mijn ouders weet ik niets af,” zegt Chris, een zestienjarige middelbare-schoulerling. „Mijn vader gaat erop uit. Hij praat nooit over wat hij doet, maar ik vraag het me wel eens af. Mijn ouders maken ruzie. Ze maken de hele avond ruzie” (The Music of Their Laughter, Thorpe and Blake. p.1.).

Sandy is zestien, de tweede van drie meisjes. Haar kijk op haar ouders luidt als volgt: „Mijn vader werkt voor een chemisch bedrijf. Ik weet niet wat hij doet of hoeveel hij verdient, maar het moet een heleboel zijn, want wij leven goed.

„Mijn ouders maken zich druk om wat andere mensen denken. Mijn moeder eigenlijk niet. Het is meestal mijn vader. Zij is echt aardig. Hij is een beste man, maar hij begrijpt de situatie gewoonweg niet. Hij zegt dat hij alles wil begrijpen en zo, maar ik geloof echt niet dat hij dat ooit zou kunnen. Ik vermoed dat hij eigenlijk bezorgd is om zijn baan, en hij is bij de Lions Club en wat daar aan vastzit. Ik weet niet wat dat is. Hij is ergens hoofd van of zoiets. Hij gaat daar een paar keer per week naar toe, verder weet ik er niets van. Ik weet niet hoe ik hem eigenlijk moet beschrijven.” (*ibid.* p.3).

Hoe droevig! Hier heeft men te maken met een jong meisje dat haar eigen vader feitelijk niet kent en zich niet zo goed kan uitdrukken zodat hij haar begrijpen zal. Er is blijkbaar weinig contact in het gezin. Ze weet niet eens wat haar vader voor werk doet of wat zijn positie in de club is.

Het ontbreekt in Sandy's familie aan communicatie en samenhang. Sandy heeft contact met haar moeder

en vindt haar moeder „echt aardig”. Maar zij meent dat haar vader „niet begrijpt”, „niet zou kunnen begrijpen en niet wil begrijpen”. Ze begon met te zeggen „Hij is gewoonweg niet zoals . . .” Toen onderbrak ze haar woorden. Wij kunnen slechts gissen met wie ze haar vader vergeleek. Misschien wenste ze dat haar vader evenveel begrip zou hebben als een van haar leraren.

Maar in ieder geval kunnen wij duidelijk zien dat Sandy feitelijk de hoop heeft opgegeven dat er ooit begrip tussen haar en haar vader zal ontstaan.

Wij hebben hier te maken met een meisje dat, gerekend vanaf haar geboorte, in zestien jaar zo ongeveer iedere kameraadschappelijke omgang met haar vader heeft beëindigd. Hoe is dit mogelijk?

Hoe is hij in werkelijkheid?

Indien u Sandy's vader zou kunnen ontmoeten en met hem praten, zou u hem waarschijnlijk sympathiek vinden. Bij zijn collega's en in de Lions Club geniet hij ongetwijfeld hoge achting. Men beschouwt hem waarschijnlijk als een trouw lid van de gemeenschap, een actief, nuttig lid van de maatschappij.

Naar alle waarschijnlijkheid weet hij eigenlijk niet wat zijn dochter denkt. Hij werkt blijkbaar hard en be-

steedt tijd en energie aan zijn werk om zijn gezin te onderhouden. Hij ziet zijn dochter thuis, waar zij zich voorbereidt op haar bezigheden, school, verenigingen enz. Soms moet hij zich gefrustreerd voelen en merkt hij wellicht op: „Ik begrijp die kinderen van tegenwoordig niet”. Af en toe probeert hij misschien iets tegen zijn dochter te zeggen, maar ziet geen kans contact met haar te krijgen. En omdat hij geen gemeenschappelijk terrein kan vinden, verbergt hij zijn gezicht achter de krant en rept zich naar zijn clubwerkzaamheden.

Bovenstaande situatie bestaat in duizenden gezinnen waar de invloed van de vader feitelijk ontbreekt. De moeilijkheid is dat teveel tijd wordt besteed aan pogingen om iemand de schuld op te leggen, in plaats van het probleem op te lossen. Ouders beschuldigen tieners: „Ze zijn jong, opstandig en willen niet luisteren”. Tieners op hun beurt beschuldigen ouders: „Zij zijn ouderwets en willen niet luisteren”.

De gemeenschappelijke noemer? Geen van beide partijen wil luisteren. Elk meent doorgaans dat de ander in gebreke blijft. Voor tieners is het onderwerp ouders zo emotioneel geladen dat velen er niet eens met andere gesprekspartners over willen discussiëren.

Resultaten van een ander onderzoek

Bibi Wein, de schrijfster van „The Runaway Generation”, verklaarde: „Er was meer terughoudendheid en emotionele spanning met betrekking tot het thema ouders dan met welk ter sprake gebracht onderwerp ook”. Zij verklaarde voorts dat de geïnterviewde tieners openlijker over hun seksuele activiteiten, drugs enz. spraken dan over hun ouders.

Ze vervolgde: „Eerder dan het aan de dag leggen van vijandigheid, boosheid of neerbuigendheid jegens de oudere generatie, schenen de meeste jongeren er eenvoudig niet over te willen spreken”.

Tieners werd gevraagd: „Is er een tijd geweest dat je meer van je ouders hield dan nu”? Bibi Wein verklaart: „De meesten antwoordden ja, maar konden niet zeggen wanneer dit veranderd was of wat er was gebeurd. Ongeveer 65% zei dat hun ouders niet veel van hun opvattingen en gevoelens afwisten. Bibi Wein stelde toen een reeks vragen om achter de houding van tieners tegenover hun ouders te komen.

Vraag: „Wil je dat ze meer weten”?

Velen antwoordden: „Ja”. Zij die neen zeiden, deden dit niet wegens ge-

heimen of vrees voor straf, maar uit angst om hun ouders te ontgoochelen of teleur te stellen, of omdat ze meenden dat er eenvoudig geen mogelijkheid tot meer begrip was.

Vraag: „Zou je meer over hen willen weten”?

Bijna allen zeiden ja.

Vraag: „Is er een tijd geweest dat je besloot dat je je ouders beter geen persoonlijke dingen kon vertellen”?

„Ik heb nooit met mijn ouders gepraat”, was een vrij veel voorkomend antwoord. Anderen zeiden dat er zo'n tijd was geweest, maar ze konden zich die niet herinneren. Velen schenen van mening dat het de tijd omstreeks hun zesde jaar was geweest.

Een veel voorkomende opvatting was dat de ouders niet meer over hun kinderen *wilden* weten en niet geneigd waren mededelingen te ontvangen over enig onderwerp waar onenigheid over zou kunnen bestaan.

Wanneer het contact wegvalt

Ouders beginnen omstreeks de leeftijd van zes jaar contact met hun kinderen te verliezen — omstreeks de tijd waarop ze naar school gaan. Het schijnt dat in dit stadium ouder en kind in twee verschillende werelden beginnen te leven. Hun interesses lopen uiteen. Hun levens worden raadselachtiger voor elkaar, tot er niets meer is om over te praten.

Hier ligt in vele gevallen het probleem. Zolang alle leden van het gezin alles met elkaar delen en de kinderen niet door belangen van buitenaf worden beïnvloed, schijnt alles goed te gaan. Het gebrek aan contact, oprechte belangstelling en aandacht voor andere zaken onder leden van het gezin heeft op dit punt in een kinderleven nog niet zijn zwakte onthuld. Maar wanneer kinderen op school komen en ouder worden, beginnen nieuwe belangen en invloeden hun sporen achter te laten. Naarmate de tijd voortgaat, treedt de verzwakking, die zich in de gezinsgroep heeft ontwikkeld, duidelijker aan de dag. Niet alle ouders beseffen dat ze geen contact meer met hun kinderen hebben, dat invloeden van de school sterker zijn dan die van het gezin.

Onze jeugd heeft leiding nodig en een consequente reeks richtlijnen. Iedere ouder moet al het mogelijke doen om bij kinderen die nog niet naar school gaan de grondslag voor discipline en juist onderricht te leggen.

Een tienermeisje vatte de gevoelens van vele tieners samen toen haar gevraagd werd: „Heb je wel eens vertrouwelijke gesprekken met je vader,

waarbij jullie een kopje koffie drinken en hij je iets vertelt”?

„Neen.”

„Zou je dat wel willen?”

„Nee, ik heb alles gedaan om dat soort dingen te vermijden.”

Ze vervolgt: „Ik heb geen contact met mijn vader. Ik geloof niet dat er een band tussen mijn vader en mij bestaat. Ik heb nooit seksuele voorlichting gehad toen ik jonger was. Ik heb die opgedaan zoals, naar ik vermoed, de meeste meisjes van mijn leeftijd, op school, vieze grappen, vieze boeken”.

Is dit van toepassing op uw gezin? Wat hebt u uw kinderen geleerd?

Tijdens een gesprek liet Mark, een middelbare-scholier, zich openhartig over zijn ouders uit: „Ik heb nooit een jota seksuele voorlichting van mijn ouders gehad. Ik geloof dat ouders erg naïef zijn”.

Hij zegt verder over zijn moeder: „Ik kan niet rustig met mijn moeder praten over iets dat me dwarszit”.

Deze jongelui zijn geen uitzonderingen. Deze ouders zijn helaas geen zeldzaamheid in onze maatschappij. Deze gezinssituaties zijn typerend.

Wanneer wij denken aan de ontbinding van het gezin, de verschrikkelijk ongelukkige huwelijken, valt het dan nog te verwonderen dat onze samenleving letterlijk stap voor stap uiteenvalt? De structuur die aan een gezonde samenleving ten grondslag ligt — het gezin zelf — wordt uiteengereten.

Wat kunnen ouders doen om te zorgen dat deze generatie opgroeit tot de gelijke, fatsoenlijke, nuttige burgers in een verwilderde wereld?

Wat kunt u doen?

Het antwoord omvat één fundamentele factor. U kunt geen goede vader zijn tenzij u eerst een goede echtgenoot bent. En u kunt geen goede moeder zijn tenzij u eerst een goede echtgenote bent.

Het door man en vrouw bepaalde klimaat is van beslissende invloed op het klimaat waarin een kind zal worden grootgebracht. Indien een kind te midden van beroering, strijd en verwarring wordt opgevoed, hoe kan het dan stabiliteit en vrede leren? Kinderen leren door nabootsing. Wanneer het enige dat zij thuis ter nabootsing hebben, gekibbel en getwist tussen hun vader en moeder is, worden ze vijandig en agressief jegens anderen en verliezen het gevoel van veiligheid dat voortvloeit uit hartelijke, huiselijke betrekkingen.

De twee mensen waarvan een jong kind het meest in de wereld houdt, zijn zijn vader en moeder. Het kind

wil hen gelukkig zien, hen bij elkaar zien. Maar wanneer ze door onenigheid uit elkaar worden gerukt, schijnt heel de wereld van het kind onveilig.

Men begint nog maar pas begrip te krijgen van de uitwerking die deze onveilige omgeving op het gevoelsleven heeft. Wij worden thans geconfronteerd met een generatie die is opgevoed, of liever, heeft moeten opgroeien, in van liefde en genegenheid verstoken gezinnen, in milieus zonder behoorlijke regels van gedrag of organisatie. Geen wonder dat wij een „op hol geslagen generatie” hebben.

Indien u getrouwd bent, bent u in de eerste plaats verantwoordelijk voor uw huwelijkspartner. U dient uw huwelijk gelukkig te maken. Niets is voor uw kind emotioneel van meer belang. Volkomen liefde voor uw man of uw vrouw is een van de grootste geschenken die u uw kind kunt bieden.

Voorts moeten ouders evenzeer als tieners de communicatie-brug beginnen te bouwen. In het kader van een onderzoek bij jonge mensen werd deze vraag gesteld: „Wat doe je wanneer je thuis bent”?

„De meest genoemde bezigheid was luisteren naar grammofonplaten. Ongeveer de helft maakte melding van enkele huishoudelijke werkzaamheden, maar over het algemeen kreeg ik geen kennis van enige activiteiten die niet van op zichzelf staande aard waren, waaronder TV kijken. In de meeste gevallen kreeg ik de indruk van geringe deelneming aan het gezinsleven” (Wein, p. 308).

Maar al te vaak komt het voor dat terwijl ouders met hun kinderen thuis zijn, zij zich net zo goed op honderd kilometer afstand zouden kunnen bevinden. Indien u tijd met uw kinderen gaat doorbrengen, breng hem dan op vruchtbare wijze door. Maak het de moeite waard.

U hebt gemeenschappelijke vormen van belangstelling nodig indien u met elkaar wilt praten. Indien u en een goede vriend een hele poos uit elkaar gaan, is het moeilijk met elkaar te praten als u elkaar weer ontmoet. U merkt misschien dat u weinig gemeen hebt. U zult uren nodig hebben om elkaar van uw verschillende activiteiten en ervaringen op de hoogte te brengen. Ieder van u zal zowel veel moeten praten als moeten luisteren.

Dit is de sleutel voor het herstellen van een communicatie-brug met uw kinderen. U zult erachter moeten komen waar ze belang in stellen. U zult hen ook met uw ervaringen in contact moeten brengen. Maar zelfs hierbij zult u een gemeenschappelijke band van ervaringen en belangen moeten hebben.

Ouder zijn vereist betrokkenheid

Sommige mannen plegen op te gaan in hun werk, hobbies en carrière. Als een vader niet oplet, kan hij weldra door allerlei activiteiten buitenshuis worden opgeslokt, waardoor hij weinig tijd voor zijn gezin overhoudt.

Vele vrouwen klagen dat hun man hen te veel alleen laat. Ze hebben feitelijk geen kameraadschap met hun

man en het huwelijk lijdt daaronder.

Bij het indelen van zijn leven moet de man op den duur erkennen dat hij toen hij trouwde bepaalde duidelijke verantwoordelijkheden op zich heeft genomen. En deze verantwoordelijkheden hebben de voorrang boven de meeste persoonlijke liefhebberijen in zijn leven. Hij moet zorgen dat hij genoeg tijd doorbrengt met zijn vrouw. Dit moet inhouden dat hij zijn vrouw af en toe mee uitneemt en tijd afzonderd om met haar te praten.

Indien hij deze belangrijke verantwoordelijkheden nakomt en tijd overhoudt voor persoonlijke belangen, uitstekend. Maar wat in de meeste gevallen gebeurt is dat een man „van twee wallen wil eten”. Hij wil zijn tijd merendeels besteden aan zijn werk of aan zijn geliefkoosde vormen van ontspanning en hobbies. Dan hoopt hij na zijn werk genoeg tijd aan zijn gezin te kunnen wijden. En het is gewoonlijk zijn gezin dat niet behoorlijk de aandacht krijgt.

Als ouders hebben we een grote verantwoordelijkheid die we heel ernstig dienen op te nemen. Het is mogelijk dat de geschiedenis van onze volken en misschien zelfs van heel de civilisatie afhangt van *hoeveel* tijd wij op zinnvolle wijze met onze kinderen doorbrengen. Daarom dient iedere vader en iedere moeder er eens over na te denken hoe het bij henzelf is gesteld, wat zij zouden kunnen doen om in hun eigen gezin de kloof tussen de generaties te voorkomen of te overbruggen.

Hoofdstuk 3

DE VROUW IS NIET MINDERWAARDIG

In 1975 riep de National Organization of Women in Amerika de 29e oktober uit tot „Alice Doesn't Day” (naar de film *Alice Doesn't Live Here Anymore*). De vrouwen werd verzocht 24 uur te staken — weg te blijven van school, geen boodschappen te doen of geld naar de bank te brengen en zo mogelijk niet naar hun werk te gaan (indien onmogelijk dan werd hun gevraagd een mouwband naar hun werk

te dragen of te weigeren „vrouwenklusjes” te verrichten, zoals het maken van koffie).

Deze massademonstratie was een poging de mensen in de Verenigde Staten (en wat dat aangaat in heel de wereld) te laten zien dat vrouwen een essentiële functie hebben in de hedendaagse maatschappij. In feite zou de maatschappij zoals wij die kennen niet kunnen functioneren als „Alice” niet

naar haar werk ging of als ze geen boodschappen deed, onderwijs gaf, auto kon rijden, de telefoon opnam, typte en brieven aflegde, maaltijden klaarmaakte, koffie zette, enz., enz., enz.

Maar wat dreef deze vrouwen ertoe zo nadrukkelijk te demonstreren tegen het doen van wat ze altijd al gedaan hadden? Waarom werden velen van hen ontevreden met hun traditionele rol in het leven?

De vrouw in de hedendaagse wereld

De tijden zijn de laatste vijftig jaar radicaal veranderd en wel voornamelijk door nieuwe technologie. Overal in de wereld zijn er problemen ontstaan omdat de dingen om ons heen sneller veranderen dan onze maatschappelijke instellingen. De veranderingen worden ons opgedrongen voordat we ze aan kunnen.

Alvin Toffler schreef in zijn bestseller *Toekomstshock*: „Toekomstshock is een tijdverschijnsel, een produkt van het sterk versnelde tempo van verandering in de samenleving. Hij komt voort uit de plaatsing van een nieuwe cultuur boven de oude. Het is cultuurshock in de eigen samenlevens... [Het] is de desoriëntatie die veroorzaakt wordt door de voortijdige verschijning van de toekomst. Het zou wel eens de belangrijkste ziekte van morgen kunnen worden... De malaise, de massaneurose, de irrationaliteit en de alom voorkomende gewelddadigheid die in ons huidig leven al merkbaar zijn, betekenen niet meer dan een voorproefje van wat voor ons kan liggen, tenzij we deze ziekte leren begrijpen en behandelen” (Unieboek N.V. Bussum 1971, blz. 17).

Een voorbeeld van deze moeilijk te verkroppen veranderingen is het tempo waarmee de levensstijl van de gemiddelde vrouw zich sinds 1900 heeft ontwikkeld. Waar een vrouw vroeger kon rekenen op een groot gezin en het besteden van nagenoeg haar hele leven aan het grootbrengen van kinderen, krijgt de gemiddelde vrouw in de Verenigde Staten tegenwoordig haar laatste kind voor ze 30 is. Tegen dat ze 34 is, gaat dat kind naar school en op haar 46ste gaat hij of zij buitenshuis studeren.

Bijgevolg zien vele vrouwen hun taak als moeder geëindigd wanneer ze midden veertig zijn. Voeg daarbij het feit dat de doorsnee Amerikaanse vrouw op haar 56ste jaar weduwe is en een gemiddelde ouderdom van 76 bereikt, dan is het geen wonder dat veel vrouwen bezorgd zijn over hun snel veranderende rol in het leven. Wat moeten ze doen wanneer hun kinderen niet meer afhankelijk van hen zijn en hun echtgenoot misschien is gestorven?

Helaas verliezen veel vrouwen de moed. Sommigen raken aan de drank — cijfers tonen aan dat steeds meer vrouwen alcoholiste worden. Anderen gaan pillen slikken of plegen zelfmoord, of ze streven er uit alle macht naar weer te trouwen. Deze neerslachtigheid of moedeloosheid is echter heel normaal. Het is te vergelijken

met het gevoel van teleurstelling dat een man heeft wanneer hij zijn baan verliest of ontslagen wordt.

Als een vrouw er niet op kan rekenen haar hele leven huisvrouw, moeder en echtgenote te zijn, dan krijgt zij zeker moeilijkheden, tenzij ze andere opties ontdekt. Naarmate ze ouder wordt, wordt de taak die zij in de eerste helft van haar leven vervulde steeds geringer en dient zij naar iets anders uit te zien dat haar leven inhoud geeft.

Kort bijbels overzicht

Volgens de bijbel is de vrouw ongeveer even lang op aarde als de man. Wat heeft de bijbel dus over haar te zeggen? Wordt haar rol in het leven werkelijk zo zeer begrensd als sommige mensen denken? Wil God dat de vrouw als een minderwaardig wezen beschouwd wordt? Wat kunnen we in Zijn Woord vinden over Zijn houding jegens de vrouw? En hoe moet de vrouw haarzelf en haar doel in het leven zien in het licht van de bijbel?

Zoals Christus in Mattheus 19 zei, wilde God van den beginne dat de man en zijn vrouw tot „een vlees” zouden zijn (Matth. 19:3-6). Een man zou zijn vader en moeder verlaten en zijn vrouw aanhangen. Hij zou niet van haar scheiden of haar wegzenden, of meer dan een vrouw nemen.

De mens schoot echter te kort ten opzichte van dit ideaal. Polygamie treffen we al aan in Genesis 4:19. Tegen de tijd van Mozes was het zelfs wettelijk toegestaan, met regelingen die vastlegden hoe een man zijn verschillende vrouwen moest behandelen (Deut. 21:15-17).

Onder de Israëlitische wetgeving in de oudheid was het duidelijk dat de vrouw als enigszins inferieur aan haar man werd beschouwd. Toch was de vrouw onder het Mozaische en Levitische systeem en nog later bij het jodaisme, veel beter af dan haar seksegenoten in de meeste, omringende landen. Zij werd als moeder geëerd (Ex. 20:12) en haar kinderen moesten respect voor haar hebben en haar gehoorzamen (Lev. 19:3; Deut. 21:18-19). De moeder was een diep gerespecteerd persoon. Zij hielp vaak met het naamgeven van de kinderen en was in vele gevallen verantwoordelijk voor hun vroegste ontwikkeling.

De Israëlitische vrouw mocht godsdienstoefeningen bijwonen en zelfs brandoffers brengen (Lev. 12:5-6). Het zal sommigen misschien verwonderen dat in oudtestamentische tijden de vrouw, evenals de man, een nazareeërge-lofte kon afleggen ten einde haarzelf aan God te wijden (zie Numeri 6:2).

De vrouw eist haar rechten op

Onder de aan Mozes gegeven wetten betreffende het erfrecht konden echter alleen manlijke erfgenamen het land van hun vader erven. Als gevolg daarvan zou zijn land als hij geen zonen had, naar het naaste manlijke familielid gaan.

In die tijd stierf er een man, Zelafead genaamd, die alleen dochters had. Deze dochters gingen naar Mozes om te protesteren tegen wat zij een oneerlijke wet achtten. Mozes bracht de zaak voor bij God en God gaf de volgende beslissing: „De dochters van Zelafead *hebben gelijk*; gij zult haar voorzeker erfelijk bezit onder de broeders van haar vader geven, en gij zult het erfdeel van haar vader op haar doen overgaan” (Num. 27:1-11).

Wegens het pittige protest van deze vrouwen vervolgde God met de volgende toevoeging aan de wet: „Wanneer iemand sterft zonder een zoon te hebben, dan zult gij zijn erfdeel op zijn dochter doen overgaan. Heeft hij geen dochter, dan zult gij zijn erfdeel aan zijn broeders geven. Heeft hij geen broeders, dan zult gij zijn erfdeel aan de broeders van zijn vader geven.”

De onorthodoxe aanpak van Jezus

Toen Jezus Christus op het toneel verscheen, leerde Hij in tegenstelling tot het joodse establishment van Zijn dagen dat „oordeel, barmhartigheid en trouw” belangrijker waren dan de weinig zin hebbende farizeese rituelen. Sommige van Zijn daden waren radicaal vergeleken met wat „men” toen als algemeen geaccepteerd achtte. In hoofdstuk vier van Johannes lezen we b.v. dat Jezus een lang gesprek had met een Samaritaanse vrouw. Toen Zijn discipelen het zagen, waren ze verbaasd „dat Hij met een vrouw in gesprek was, en toch zei niemand: ... Waarom spreekt Gij met haar?” (Vers 27.)

De discipelen waren werkelijk ontzet — en niet alleen omdat Jezus met een verachte Samaritaanse sprak, maar met een *vrouw*. Om hun reactie te kunnen begrijpen, moeten we ons realiseren dat het naar de gewoonte van die tijd voor een rabbijn of leraar onbetamelijk — zelfs schandelijk — was in het openbaar met een vrouw te spreken. De meeste rabbijnen zouden trouwens niet eens hun eigen vrouw in het openbaar hebben aangesproken. Het verlaagde iemands openbare aanzien als hij een vrouw waardig achtte voor conversatie.

Daarom waren de discipelen ontzet over Jezus' onorthodoxe gedrag. Ze

wisten echter wie Hij was en ze hadden zo'n groot ontzag en respect voor Hem, dat niemand Hem reukenschap durfde te vragen over wat Hij deed.

De les van Maria en Martha

In Lukas 10:39-42 staat een kort verslag van Jezus' bezoek aan Maria en Martha, de zusters van Lazarus. Toen Jezus gast was in hun huis, fungeerde Martha als gastvrouw, terwijl Maria „aan de voeten des Heren zat” (een uitdrukking om de relatie leerling-leermeester aan te duiden) en naar Zijn woord luisterde. Martha ergerde zich hier vreselijk aan, omdat zij totaál „in beslag werd genomen door het vele bedienen”. Dus kwam ze uiteindelijk bij Jezus klagen en vroeg Hem haar zuster te zeggen dat ze haar plicht als vrouw moest waarnemen. „Heer,” zei ze; „trekt Gij het U niet aan, dat mijn zuster mij alleen laat dienen? Zeg haar dan, dat zij mij komt helpen.”

Natuurlijk was het haar taak — te bedienen, gastvrij te zijn en voedsel klaar te maken. Aan de mannen was het te zitten, te eten en schriftuurlijke zaken te bespreken.

Dit is precies zoals het eeuwen daarvoor was toen de engelenboodschappers Abraham kwamen bezoeken (Gen. 18). Sara bleef uit de buurt toen Abraham met deze „mannen” sprak. Zij bakte brood, bereidde de maaltijd en luisterde het gesprek af.

Maria daarentegen zat tussen de discipelen begerig te luisteren naar Jezus' woorden. Hoe zag Jezus dit? Hij antwoordde haar bezorgde zuster: „Martha, Martha, gij maakt u bezorgd en druk over veel dingen, maar weinige zijn nodig of slechts één; want Maria heeft het goede deel uitgekozen, dat van haar niet zal worden weggenomen” (vers 41-42).

Jezus bedoelde niet dat bedienen overbodig was. Vanzelfsprekend moest iemand het doen en we moeten Martha bewonderen voor haar ijver, maar Jezus legde er de nadruk op dat de rol van de vrouw meer omvat dan fysieke plichten. Vrouwen en mannen tezamen moeten het „ene ding” dat „nodig” is leren. Christus vond dat de vrouw even zeer als de man zou moeten luisteren naar Gods woorden en zich bezig houden met geestelijke kwesties.

Nogmaals: dit was revolutionair.

De meeste rabbijnen zouden verkozen hebben dat de vrouwen in de keuken bij de bereiding van het voedsel bleven en het bespreken van geestelijke dingen aan de mannen overlieten. Maar Jezus niet!

Vrouwen die trouw waren

De houding van respect voor de waardigheid van ieder mens die Christus had, trok heel wat vrouwelijke volgelingen die Hem dienden met wat zij bezaten (Lukas 8:1-3). Deze vrouwen die Jezus volgden en Hem van hun geld of bezit gaven, bleven Hem trouw tot aan het eind van Zijn leven. Toen Zijn discipelen op de vlucht sloegen en Hem in de steek lieten, volgden deze trouw gebleven vrouwen Jezus helemaal naar het kruis (Matth. 27:55-56 en Joh. 19:25-26).

En op de eerste dag der week, nadat ze gerust hadden op de sabbat, waren het opnieuw de vrouwen die heel vroeg 's morgens naar het graf gingen met specerijen die zij bereid hadden. Zij waren het die de spelonk open vonden, de steen weggerold en het lichaam van Jezus verdwenen (Lukas 24:1-3). De discipelen hadden geen idee wat er was gebeurd, maar de vrouwen die de engelen zagen en hoorden wat zij zeiden, „herinnerden zich Zijn [Christus'] woorden” (Lukas 24:8). Zij keerden terug van het graf en vertelden de discipelen en de rest van de volgelingen wat zij gezien hadden, maar de discipelen geloofden hen eigenlijk niet (vers 9-12). We zien dat deze vrouwen ook tot de groep behoorden die samen met de apostelen wachtten op de belofte van de heilige Geest (Hand. 1:13-14).

Buitengewone vrouwen

In zijn brieven vermeldde de apostel Paulus een aantal vrouwen die de Kerk met hun werken diensten hadden bewezen en aldus geholpen hadden het evangelie van Jezus Christus te verbreiden.

Een markant voorbeeld is Phebe. Paulus zei van haar: „Ik beveel Phebe, onze zuster, [tevens] dienaress der gemeente te Kenchreae, bij u aan, dat gij haar ontvangt in de Heer op een wijze, de heiligen waardig, en haar bijstaat, indien zij u in het een of ander mocht nodig hebben. Want zij zelf heeft velen, ook mij persoonlijk, bijstand verleend” (Rom. 16:1-2). Paulus introduceerde haar bij de Kerk te

Rome, haar aanbevelend wegens haar buitengewone diensten.

In hetzelfde hoofdstuk prijst Paulus verscheidene andere vrouwen voor hun diensten en hulp. Daaronder is Priscilla, de vrouw van Aquila, beiden medewerkers van Paulus in Corinthe (Hand. 18:1-3). Het is interessant te zien dat in sommige gevallen Priscilla's naam nog voor die van haar echtgenoot staat vermeld. Hoewel, wanneer zij in verband met hun huis genoemd worden, Aquila als eerste wordt vermeld.

Paulus schrijft dat Euodia en Syntyche vrouwen waren die „tezamen met mij in de prediking van het evangelie gestreden hadden, naast Clemens en mijn overige medearbeiders, wier namen staan in het boek des levens” (Filipp. 4:2-3). Deze vrouwen speelden zo'n buitengewone rol in de verbreiding van het evangelie dat Paulus hen eervol vermeldde naast Clemens en andere medewerkers.

Ook de gaven van de Geest werden in die eerste eeuw van Gods Kerk net zo goed aan vrouwen geschonken als aan mannen. De dochters van Filipus waren profetessen (Hand. 21:9).

Bijdrage van de vrouw

Door heel de bijbel heen geeft God blijk dat Hij ingenomen is met Zijn schepping van de mensheid als man en vrouw. God wil deze onderscheiden kenmerken van seksualiteit niet afgeschaft hebben. De man en de vrouw zijn echter beiden mens, en als mens hebben zij gelijke rechten op respect en waardigheid. Onverschillig wat het geslacht is, wij zijn allen kinderen van God en in staat gesteld dezelfde bestemming te bereiken (Gal. 3:28-29).

Als tijden en omstandigheden veranderen verwacht God niet van christenen dat ze voor altijd aan de oude status quo van de vrouw van hun samenleving in het bijzonder blijven vasthouden. Christus deed dat zeker niet. In onze snel veranderende cultuur is het misschien nodig het traditionele denken te herzien ten einde de vrouw in de gelegenheid te stellen een grotere bijdrage aan de samenleving als geheel te leveren. Wij allen als christenen dienen ons eigen leven, onze gewoonten en vooroordelen te herzien en ons ervan te overtuigen dat onze individuele houding tegenover de vrouw overeenkomt met die van Christus.

Hoofdstuk 4

KINDEREN ZIJN OOK MENSEN!

Omdat kinderen volkomen hulpeloos en totaal zonder enige kennis het leven in deze wereld aanvangen, beschouwen ouders hen soms als voorwerpen — en dan nog wel als hulpeloze voorwerpen. Dit wil niet zeggen dat men niet van ze houdt, verzorgt en vol genegenheid knuffelt. Dat kan best wel het geval zijn. Maar aangezien kinderen volkomen van hen afhankelijk zijn, beschouwen vele ouders hen niet als individuele menselijke wezens. Met andere woorden, voor vele volwassenen zijn kinderen niet echt „mensen”.

De automatische veronderstelling waarvan velen uitgaan, is dat een kind als persoon hoegenaamd geen waarde heeft. Kinderen zijn voorwerpen om bekeken te worden, maar geen werkelijke personen die het waard zijn aangehoord te worden. Wat kan een kind per slot van rekening voor bijdrage leveren? Wat hebben zijn woorden voor inbreng?

Uitwerking van het vijfde gebod

De bijbel heeft veel te zeggen over de status en waarde van kinderen en de behandeling die zij van volwassenen dienen te ontvangen. Wij kennen allemaal het elementaire gebod: „Eert uw vader en uw moeder”. Het is een van de tien geboden die in Exodus 20 en Deuteronomium 5 staan en het wordt in het Nieuwe Testament herhaald door de apostel Paulus en Jezus Christus.

Kijk eens hoe dit vijfde gebod in de brief aan de Efeziërs verklaard wordt: „Kinderen, weest uw ouders gehoorzaam [in de Here,], want dat is recht. Eer uw vader en uw moeder — dit is immers het eerste gebod, met een belofte — opdat het u welga en gij lang leeft op aarde” (Ef. 6:1-3). Hier betreft Paulus dit op kinderen en zegt dat ze hun ouders moeten gehoorzamen „in de Here”.

Maar kijk eens iets verder in vers 4. „En gij, vaders, verbittert uw kinderen niet, maar voedt hen op in de tucht en in de terechtiging des Heren.” Dit is een gebod voor ouders — dat ze hun kinderen niet moeten verbitteren. Verbitteren betekent volgens Van Dale: vergrammen, boos en tot heftige vijand maken. De Groot Nieuws vert. geeft Ef. 6:4 als volgt weer: „Ouders jaag uw kin-

deren niet tegen u in het harnas, maar breng ze groot met christelijke tucht en vorming”.

In Col. 3:21 zegt Paulus ook: „Vaders, prikkel uw kinderen niet, opdat zij niet moedeloos worden”. Van Dale definieert prikkelen als: ontstemmen. Ontstemmen is „in een onaangename stemming, uit zijn humeur brengen”. De Staten vert. geeft Col. 3:21 weer als: „tergt uw kinderen niet”. Tergen betekent: (iem.) door onaangename bejegening, kwetsende plagerij enz. prikkelen, trachten boos te maken; sarren.

Steeds weer worden ouders gewaar-schuw om hun kinderen niet te tergen en te verbitteren, anders gaan die kinderen zich uiteindelijk als vijanden gedragen. Daarentegen moeten de ouders de kinderen grootbrengen met christelijke tucht en vorming.

Ouderlijke provocatie

Als volwassenen kunnen wij vaak ergens onze toevlucht nemen als we geprovoceerd worden. Als iemand ons waarlijk van onze burgerrechten heeft beroofd, kunnen wij deze misschien via het gerechtshof terugkrijgen. Als iemand ons belasterd of vals beschuldigd heeft, kunnen wij mogelijk genoegdoening krijgen door een proces. Of als wij in de aanwezigheid verkeren van iemand die ons voortdurend kleineert, beledigt of provoceert, kunnen wij eenvoudig weggaan. Als volwassenen zijn wij over het algemeen vrij in het kiezen van onze betrekkingen met mensen.

Maar verplaatst u zich eens in de positie van een kind, dat door zijn vader of moeder geprovoceerd wordt. In wezen is het hulpeloos — het kan nergens zijn toevlucht nemen. Als een ouder zijn kind van zijn eigenwaarde berooft, het verbittert of het irriteert en prikkel, wordt het kind volkomen gefrustreerd en ontmoedigd. Het kan het verlangen bij zich voelen opkomen van huis weg te lopen, maar als het dat doet, brengt het zijn fundamentele geborgenheid in gevaar. Vóór de tienerjaren is het voor een kind moeilijk zelfstandig door het leven te gaan. Het heeft geen financiële middelen en is praktisch niet in staat om voor zichzelf te zorgen. Het is in hoge mate van zijn ouders afhankelijk; ge-

tergd of niet, het moet bij hen blijven. Bovendien kan het wel van zijn ouders houden en er naar verlangen een goede relatie met hen te hebben.

Het uiteindelijke resultaat van ouderlijke provocatie is een gevoel van ontmoediging, verbittering en nietigheid bij het kind. Het leidt tot het koesteren van wrok en gedachten aan wraak, die het kind niet in staat is ten uitvoer te brengen.

Het principe van de wisselwerking

Bij het bestuderen van menselijke verhoudingen, hebben sociologen het belangrijke principe van de *wisselwerking* ontdekt. Dat wil zeggen, we hebben allemaal de neiging anderen te behandelen zoals ze ons behandeld hebben.

Als iemand iets aan u geeft, is het natuurlijk de wens te voelen opkomen iets terug te geven. Als een buurman u vriendelijk behandelt, is het gewoon vanzelfsprekend dat u hem ook vriendelijk wilt behandelen. Als iemand buitengewoon beleefd tegen u is, krijgt u de neiging in zijn aanwezigheid uw beste manieren ten toon te spreiden. Als iemand sarcastisch tegen u praat, met bijtende spot en vol steken onder water, dan krijgt u vanzelfsprekend de neiging u ook scherper uit te drukken.

Jezus bevestigde dit principe van de wisselwerking in de bergrede. Hij zei: „Want indien gij liefhebt, die u liefhebben, wat voor loon hebt gij? Doen ook de tollenaars niet hetzelfde? En indien gij alleen uw broeders groet, waarin doet gij meer dan het gewone? Doen ook de heidenen niet hetzelfde?” (Matth. 5:46-47.) Hier zegt Jezus dat de tollenaars van nature houden van de mensen, die van hen houden. Zij reageren vanuit het principe van de wisselwerking. De tollenaars groeten de mensen, die hen groeten.

Krachten die werkzaam zijn

Of ouders het nu beseffen of niet, de krachten van de wisselwerking werken in hun eigen kinderen. Kinderen hebben de neiging ouders te behandelen, zoals de ouders hen behandeld hebben. Of, als zij de nuttelosheid van weerwraak inzien, zullen zij *iemand anders* behandelen, zoals hun ouders hen behandeld hebben.

Zodoende zullen ouders, die sarcastisch, minachtend, beledigend en te veeleisend zijn, waarschijnlijk kinderen hebben die ook beledigend, minachtend en te veeleisend jegens anderen zijn. Deze „anderen” kunnen hun vriendjes, onderwijzers op school of andere „gezagdragende” figuren in hun leven zijn, die de kinderen in de plaats van hun ouders nemen.

Het principe van de wisselwerking is dus nu werkzaam in uw kinderen! Het was werkzaam toen u opgroeide. Het vormde uw houding jegens uw eigen ouders.

Het is deerniswekkend en schandelijk, dat er zo veel mensen zijn die hun eigen ouders haten en minachten. En het lijkt in veel gevallen zo moeilijk te begrijpen. U kunt een stel ouders ontmoeten die erg aardige, behoorlijke mensen lijken te zijn. Oppervlakkig gezien is het moeilijk te begrijpen waarom hun kinderen hen minachten of jegens hen in woord en daad op wraak en vergelding uit zijn.

Maar zoals eerder uitgelegd is, nemen veel ouders jegens hun kinderen een andere houding aan dan ze jegens volwassenen doen. De meeste mensen behandelen een andere volwassene met respect. Als ze dat niet doen, zal de ander waarschijnlijk de relatie verbreken. Aangezien we het niet prettig vinden vrienden te verliezen, onderhouden we de vriendschap door behoorlijk gedrag. We beledigen of kleineren niet, omdat ze als volwassenen in staat zijn tot een scherp weerwoord en in een enkel geval zelfs hun toevlucht kunnen nemen tot lichamelijk geweld of „wettelijke wraak” via het gerecht.

Maar als het om kinderen gaat, schijnen volwassenen op de een of andere manier een ander standpunt in te nemen. Kinderen schijnen wat volwassenen betreft geen enkel recht te hebben. Kinderen moeten altijd „doen wat er gezegd wordt” of „wel gezien maar niet gehoord worden” of „als laatste nemen” of „eerbied hebben voor mensen die ouder zijn”. Terwijl sommige van deze afgezaagde standaarduitdrukkingen inderdaad op goede principes berusten, duiden ze toch op een algemeen geldende houding van éézijdig respect. Iedereen heeft behoefte aan zelfrespect en een gevoel van eigenwaarde. Niemand vindt het leuk vernederd, op zijn plaats gezet of het zwijgen opgelegd te

worden. Zelfs kinderen niet! Wederzijds respect is een onmisbare sleutel tot elke gezonde relatie — vooral die tussen ouders en kinderen.

Veel ouders schijnen hun kinderen te willen kleineren en hun het zelfrespect en gevoel van eigenwaarde te willen ontnemen en toch het respect, de liefde en de bewondering van hun kinderen te willen behouden. Ze komen gewoonlijk tot de ontdekking dat zo iets niet mogelijk is! (Natuurlijk denken ze er niet op deze manier over. Zij zijn zich gewoonlijk niet eens van hun daden bewust, als zij hun kinderen niet met respect behandelen.)

Respect wekt respect op

Er is voor een kind misschien niets overweldigenders, dan dat zijn ouders hem met eerbied en respect behandelen. Probeer het eens en kijk dan eens naar het resultaat. Denk er eens over gastvrij te zijn tegen uw eigen kinderen. Denk aan hun gemak en welzijn en praat tegen hen op een toon die uw respect voor hun persoon, hun eigenwaarde en hun door God geschonken individuele rechten overbrengt. Als u respect voor hun mening en kennis toont, zult u waarschijnlijk zien dat zij wederkerig respect voor uw mening en kennis tonen.

Maar als u achteloos elk voorstel dat uw kind doet, afwijst en als „belachelijk” of „dom” bestempelt en zelfs niet de moeite van het overwegen waard, zal het principe van de wisselwerking in werking treden. Bovendien blokkeert u de creativiteit van uw kind.

Vraag uzelf eens af voor wie u respect voelt. De kans bestaat, dat u in hoge mate respect en bewondering voelt voor mensen, die u met respect behandelen. U wilt mensen behagen, die een goede indruk van u hebben, die u eerbied betonen en u hoogachten. Zijn uw kinderen anders dan u?

Jonge mensen zijn vaak verbaasd als ze merken hoe anders ze worden behandeld als ze eenmaal volwassen worden. Inderdaad heb ik van jonge mensen opmerkingen gehoord hoe verbaasd ze waren over het respect en de achting die hun betoond werd, toen ze eenmaal getrouwd waren. Of hoe, toen ze eenmaal het ouderlijk huis verlieten en naar de universiteit gingen, hun ouders hen beschouwden alsof ze echt mensen waren. Waarom

kan dit niet veel eerder in het leven van een kind beginnen? Waarom kan hij niet merken dat zijn ouders hem vanaf zijn geboorte als een echt mens beschouwen?

Dorothy Law Nolte schreef een gedicht: „Kinderen leren wat ze in hun jonge leven ervaren”. Het luidt als volgt:

Als een kind in zijn jonge leven kritiek ondervindt, leert het te veroordelen.

Als een kind in zijn jonge leven vijandigheid ervaart, leert het te vechten.

Als een kind in zijn jonge leven angst ervaart, leert het bang te zijn.

Als een kind in zijn jonge leven met medelijden wordt omringd, leert het zichzelf te beklagen.

Als een kind in zijn jonge leven belachelijk wordt gemaakt, leert het verlegen te zijn.

Als een kind in zijn jonge leven het voorwerp van jaloezie is, leert het zich schuldig te voelen.

MAAR

Als een kind in zijn jonge leven verdraagzaamheid ervaart, leert het geduld te hebben.

Als een kind in zijn jonge leven aangemoedigd wordt, leert het vertrouwen te hebben.

Als een kind in zijn jonge leven geprezen wordt, leert het waardering te hebben.

Als een kind in zijn jonge leven aanvaard wordt zoals het is, leert het lief te hebben.

Als een kind in zijn jonge leven bijval ervaart, leert het van zichzelf te houden.

Als een kind in zijn jonge leven erkentelijkheid ondervindt, leert het dat het goed is een doel te hebben.

Als een kind in zijn jonge leven eerlijk wordt behandeld, leert het wat waarheid is.

Als een kind in zijn jonge leven billijkheid ondervindt, leert het wat rechtvaardigheid is.

Als een kind in zijn jonge leven zich geborgen voelt, leert het vertrouwen te hebben in zichzelf en in diegenen die boven hem geplaatst zijn.

Als een kind in zijn jonge leven vriendelijkheid ervaart, leert het dat de wereld een prettige plaats is om in te leven.

Wat ervaart uw kind in zijn jonge leven?

Hoofdstuk 5

GEZAMENLIJK ETEN

Maakt het enig verschil of de leden van uw gezin al dan niet gezamenlijk eten? Waarom gaat ieder mens niet ergens apart in huis zitten eten? Is een maaltijd meer dan alleen maar het eten zelf?

Waarschijnlijk denken weinig mensen erover na als ze als gezin altijd al samen eten. Misschien realiseren de meesten van ons zich niet hoe de maaltijd samenhangt met een van de grootste problemen van onze tijd, n.l. de generatiekloof, het achteruitgaan van de communicatie tussen de gezinsleden.

Communicatiestoornis

De achteruitgang van de communicatie tussen ouders en kinderen draagt tegenwoordig bij tot het uiteenvallen van het gezin. Dit is vooral het geval in gezinnen waarin de jongelui hun eigen waarden zijn gaan vaststellen, waarden die meestal strijdig zijn met die van hun ouders. Ouders kunnen heel dicht bij hun kinderen staan als deze voor het eerst naar school gaan, maar met het naderen van de tienerleeftijd vindt er iets tragisch plaats. De communicatie gaat achteruit; vervreemding zet in en veel kinderen blijken overhoop te liggen met hun ouders.

Bekijk uw eigen situatie eens. Wanneer komt uw hele gezin — ieder lid ervan — bijeen om te praten — werkelijk een goed gesprek te voeren? De kans is groot dat het zelden of nooit gebeurt.

U weet wel hoe dat gaat. Iedereen heeft het druk. Elk lid van het gezin is dagelijks verwickeld in activiteiten van allerlei aard.

En dan is er om niet te vergeten, de televisie. „Ssssst!” „Stil nou!” „Houd nu eens even je mond!” zijn uitdrukkingen die iemand naar z'n hoofd krijgt als hij iets probeert te zeggen tijdens een tv-programma.

Is het met school, werk, sport, tv-kijken en andere bezigheden geen wonder dat de gezinsleden zelden allen tegelijk thuis zijn — behalve tijdens het eten? Iedereen moet tenslotte eten. Dat is de reden waarom de maaltijd zo'n machtige gelegenheid bij u thuis kan zijn.

Het avondeten

De meeste ouders doen het uiterste om hun kinderen het allerbeste te ge-

ven. In een aan inflatie lijdende economie is het vaak zo dat beide ouders moeten werken om de nodige geldmiddelen te verschaffen. Het kan ook noodzakelijk zijn om genoeg te kunnen sparen voor de toekomstige opleiding van de kinderen. Ieder mens wil geluk en geborgenheid. Het is daarom logisch dat er veel tijd en energie besteed wordt aan het verkrijgen van de noodzakelijke financiën.

Helaas wordt te vaak naar verhouding te weinig tijd en energie besteed aan de zorg voor het geestelijk en emotioneel welzijn van het gezin. En hierin ligt de werkelijke tragedie bij te veel gezinnen.

Het gezin staat tegenwoordig onder een enorme druk. In dit „basisgezin” van vader, moeder, en kinderen moet niet alleen tegemoet gekomen worden aan de fysieke, maar ook aan de emotionele en geestelijke behoeften van elk gezinslid.

Door het gejaag en gejacht in het gemiddelde gezin komen deze behoeften vaak niet aan bod. De enige geschikte tijd om samen te zijn wordt veronachtzaamd en men zit steeds minder samen aan tafel. In vele gezinnen ontbijten bepaalde gezinsleden helemaal niet. Bovendien schiet er in de ochtendhaast zeer weinig tijd over voor een gezinsontbijt of rustig gesprek. Meestal eet ieder met de lunch ergens anders — vader op z'n werk, de kinderen op school en moeder waar ze dan ook mag zijn. In ieder geval biedt het middagmaal ook niet de tijd om samen te zijn.

Over het algemeen is er maar één tijdstip op de dag dat het hele gezin bijeen kan zijn en wel bij het avondeten. Het is een unieke maar vaak verwaarloosde gelegenheid om elkaars emotionele behoeften te bevredigen.

Helaas laten gezinnen deze gelegenheid maar al te vaak voorbijgaan. Misschien beseffen ze niet hoe belangrijk deze is. Of misschien zitten ze ook vast aan het eten-en-weg-wezen-syndroom dat een groot deel van de huidige maatschappij kenmerkt. Snackbars, patatkramen en automatieken staan ten dienste van een haast-mentaliteit. En vaak is het gezin de dupe van deze razende levensstijl.

Er kunnen wel gezinsleden zijn die

vurig verlangen naar gemeenschap. Toch is er geen tijd voor gemeenschap — geen tijd om samen te zijn en elkaars leven te delen.

In veel landen en onder bepaalde etnische groepen wordt het vooralsnog als *essentieel* beschouwd dat het hele gezin bij de maaltijd aan tafel zit. In deze culturen betekent een maaltijd veel meer dan alleen voldoende voeding. Het is een gelegenheid voor familie-gemeenschap: omgang met elkaar, gesprekken en vreugde.

Zijn de maaltijden bij u thuis zo? Komen alle leden van uw gezin bijeen voor de avondmaaltijd? Is dit niet het geval, dan laat u wellicht een grote kans voorbijgaan, een kans om uw hele gezin — de meest geliefde personen in uw leven — in een sfeer van liefde om u heen te verzamelen.

Samen eten heeft altijd al een band van liefde en saamhorigheid gekweekt. Een feestelijke gebeurtenis wordt meestal gevierd met een speciale maaltijd of een diner. Samen eten is een beproefde manier om de banden tussen mensen te verstevigen.

Psychologen zijn erachter gekomen dat men niet voor niets zegt: „De liefde van de man gaat door de maag”. Over het algemeen is het zo dat mensen ontvankelijker en binnelijker zijn bij een plezierig entetje.

In de bijbel diende het samen eten als voorbeeld van hoogste intimiteit. Toen Christus aan Abraham verscheen, aten zij samen een bijzondere maaltijd (Gen. 18). En voor Zijn kruisiging verzamelde Jezus Zijn discipelen om zich heen voor het laatste avondmaal.

De juiste sfeer kan helpen

Hoe is de sfeer aan tafel in uw gezin? Is die plezierig?

In al te veel gevallen is dat niet zo. Er is niets dan ruw gepraat, ruzie, onaangename onderwerpen, slechte manieren, roddelen en conflicten tussen ouders en kinderen. In veel huizegezinnen zijn de maaltijden een onaangename ervaring; zij worden genuttigd in een onzekere en van streek brengende sfeer van luidruchtige televisie en lawaaierige kinderen.

Wanneer etenstijd wordt gebruikt als een gelegenheid om te kibbelen en

te ruziën, dan heeft dat niet alleen emotioneel een sterk van streek brennend effect, maar ook het functioneren van het lichaam wordt benadeeld. De spijsvertering wordt rechtstreeks beïnvloed door emoties. Emotionele verwarring bederft de eetlust en belemmert een goede spijsvertering. Dit feit is al van ouds bekend.

Maar wanneer de sfeer aan tafel plezierig en opgewekt is, ontstaat er een verhoging in de afscheiding van speeksel en spijsverteringssappen in de maag. De daaruit voortvloeiende verbeterde spijsvertering betekent een veel betere gezondheid.

Maak tijd vrij voor de maaltijd

Deskundigen hebben sinds lang de betekenis erkend van de maaltijd. Een bekende persoonlijkheid op het gebied van de voedingsleer schreef: „In het gezinsleven zijn de mogelijkheden van de maaltijd onbeperkt. Dikwijls is het de enige tijd van de dag dat het gehele gezin bijeen is. Aan de ouders biedt het de gelegenheid door voordoen en onderricht goede eetgewoonten bij te brengen; ieder kinds karakter en behoeften te leren kennen; belangstelling in leren te stimuleren d.m.v. een gestadige keur van gesprekstof aan tafel; de gebeurtenissen van de dag te vertellen; zich te verheugen in kleine triomfen en waardering te tonen voor goed uitgevoerde taken.

Wellicht nog waardevoller dan deze kansen zijn de rijke mogelijkheden die de maaltijd biedt voor de sociale en emotionele ontwikkeling van de kinderen. Het is een gelegenheid om de kinderen te helpen beleefdheid te leren, een goede evenwichtige persoonlijkheid te ontwikkelen, zelfbeheersing te beoefenen door niet te gaan eten totdat allen opgeschept hebben en respect te tonen voor de gevoelens van anderen door goede tafelmanieren en vermindering van gespreks- onderwerpen die aanstoot kunnen geven.

Tenslotte biedt de maaltijd de gelegenheid kinderen verantwoordelijkheden te geven, enigszins verwant aan de huishoudelijke taken van de ouders, die niet alleen bijdragen tot de ontwikkeling van handvaardigheden, maar ook, en dat is nog belangrijker, het kind aanzien geven in het gezin. Misschien moeten degenen die vinden dat dit te fantastisch klinkt, erop gewezen worden dat we dagelijks drie maaltijden nuttigen die van 10 minuten tot een uur duren, 365 dagen per jaar en dat de meeste kinderen de eerste 17 jaar van hun leven thuis wonen” (Fay Kinder, *Meal Management*, blz. 2-3).

De maaltijd is een uitstekende gelegenheid kinderen de juiste etiquette bij te brengen. U zult blij zijn dat u het heeft gedaan als u ze meeneemt naar een restaurant of op bezoek bij uw chef. Kinderen die thuis de juiste manieren leren, voelen zich bij anderen beter op hun gemak. Ze ontwikkelen zelfvertrouwen in de omgang met anderen en dit zelfvertrouwen komt hun van pas bij de ontwikkeling van hun hele persoonlijkheid.

Hier volgen een paar aanwijzingen voor het aanleren van manieren. Ten eerste dienen ouders te leren hoe zij kinderen aan tafel moeten onderwijzen en terechtwijzen. Vit nooit op een kind onder het eten om het zodoende tot goede manieren te brengen. Maak liever een spelsituatie van het leren en het zal voor uw kinderen als vanzelf gaan. Dit is vooral zo bij kleine kinderen. En goede manieren moeten vroeg bijgebracht worden.

Ten tweede, breng uw kinderen niet in de war door hun alle regels van de etiquette tegelijk voor te houden. Leer ze een of twee regels per keer en laat ze zich daarop concentreren totdat deze gewoonte zijn.

Als u bijvoorbeeld uw kinderen leert hoe zij hun bestek goed moeten vasthouden, doe dit dan voor het eten. Tijdens de maaltijd kunt u hen prijzen als ze het goed doen. Vanzelfsprekend dienen vader en moeder het juiste voorbeeld te geven. Deze fase van etiquette kan geduldig en geleidelijk onderwezen worden. Wanneer het eenmaal tweede natuur geworden is, kunt u aan een ander aspect van tafelmanieren gaan werken.

Conversatie aan tafel

Wellicht betekent de gezinsmaaltijd meer voor een vader dan voor iemand anders. Het geeft hem de kans zijn hele gezin om zich heen te zien. Het is een gelegenheid zich tot voorbeeld van zijn kinderen te stellen. Zij zien wat het betekent de volwassen man van het gezin te zijn.

Een vader kan het gesprek een plezierige en opgewekte kant op leiden. Hij kan ervoor zorgen dat de gespreksonderwerpen interessant zijn voor heel het gezin. Het geeft hem de gelegenheid z'n kinderen beter te leren kennen en zich op zijn beurt voor hen open te stellen.

Er zijn tientallen onderwerpen voor een plezierig gesprek aan tafel, maar het is wel zaak het gesprek aangenaam te houden. Hier ligt een taak voor ouders om de juiste leiding te geven door de conversatie te sturen en op peil te houden.

In een gezond en hecht gezin komen ook wel eens meningsverschillen voor. Strijdpunten zullen zich beslist voordoen, maar deze conflicten kunnen onder vier ogen, na het eten, besproken worden. Het zou zeker een domper op de maaltijd zetten als iedere avond gekenmerkt zou worden door meningsverschillen en ruzie.

De maaltijd dient een plezierige ervaring van onderlinge welwillendheid te zijn, die de gezinseenheid en -liefde versterkt. Sommige gezinnen willen de indruk geven dat alles goed gaat, dat er geen problemen zijn. Sommigen gaan zelfs zo ver iedere toespeling op conflicten tussen gezinsleden de kop in te drukken. In plaats van zulke conflicten uit de wereld te helpen, ontkennen ze zelfs dat er problemen bestaan. Hoewel dit hoofdstuk niet is bedoeld om het oplossen van problemen te behandelen, is het toch van belang te benadrukken dat conflicten in het juiste verband kunnen en moeten worden behandeld.

De maaltijd een kunstwerk

Goed bereide en prettige maaltijden kunnen de vorm aannemen van een kunstwerk. Of nu een of beide ouders aan de voorbereiding van de maaltijd deelnemen, moeten zij weten, maar creativiteit kan ontegenzeggelijk bij de maaltijd tot uitdrukking komen. Een volledig diner — voorbereid en opgediend — is verwant aan een klein bouwkundig project. Van tevoren moet een plan opgesteld worden, daarna moet ieder onderdeel bekwaam in elkaar gezet worden, zodat alle fasen in de juiste volgorde klaar komen. Voeg daarbij de ontelbare mogelijkheden om een tafel te versieren en u heeft een waar meesterwerk. Een gedekte tafel kan op zich al een kunstwerk zijn. Bloemstukjes kunnen het geheel opvrolijken. Kleurschakeringen kunnen de maaltijd eveneens verrijken.

„De eettafel is twee- of driemaal per dag het punt voor de gezinsreünie en niets mag nagelaten worden om deze samenkomsten prettig en vrolijk te maken. Versieringen, hoe mooi ook, kunnen geen slordig tafellinnen, aangeslagen glaswerk of halfgepoetst zilver verbergen. Er moet op alle details gelet worden, dan kan men een volmaakte huishouding verwachten.” Dit advies uit een *English Penny Weekly* van 1896 heeft nog niets van zijn geldigheid verloren” (Patricia E. Roberts, *Table Settings, Entertaining, and Etiquette*, blz. 54).

Wij dienen allen te beseffen dat de wijze waarop een tafel is gedekt en de manier waarop het voedsel wordt opge-

diend een belangrijk psychologisch effect op de etenden heeft. Een prettige sfeer kan in feite een schotel smakelijker en aangenamer doen voorkomen.

U hoeft niet noodzakelijkerwijs duur voedsel, servies, of versieringen te hebben om de tafel aantrekkelijk te maken. Er zijn couverts in vele verschillende prijsklassen die alle bij de juiste gelegenheid benut kunnen worden. Slechts één roos, of een paar bloemen uit uw tuin, kan al enorm bijdragen tot het uiterlijk van uw tafel.

Zelfs bij een picnic met papieren borden, bekertjes en plastic bestek kan een gedekte „tafel” veel bijdragen tot het genot van een maal.

Wanneer er veel moeite is gedaan om voor een aantrekkelijke tafel en een goed gebalanceerd maal te zorgen,

is het van belang dat alle gezinsleden op tijd voor het eten zijn. Dit is misschien niet altijd mogelijk, maar overweging van deze factor is belangrijk. Als één gezinslid te laat zal komen of helemaal niet komt eten, dan dient hij of zij de familieleden hiervan in kennis te stellen.

Wanneer er een hechte gezinsband is, ontbreekt er beslist iets als niet alle leden van het gezin samen om de eet-tafel zitten.

Gebed van waardering

De mooiste manier om een maaltijd te beginnen is met een ogenblik van dankbaarheid. De mensen schijnen tegenwoordig te vergeten dat alles wat we eten uit de grond komt en dat daarvoor regen en zonneschijn nodig

zijn. Zelfs dierlijke produkten zijn afhankelijk van de plantengroei die uit de grond komt.

Eén is er die deze aarde heeft gemaakt en die zorgt voor regen en zonneschijn. Het is goed daaraan te denken en Hem te danken voor het voedsel dat we eten, voor onze gezondheid en bewaring, voor ons thuis en voor elk lid van ons gezin.

Het is onze taak onze kinderen thuis een leven van warmte, zekerheid, comfort, geborgenheid en liefde te geven. Er is geen betere gelegenheid daarmee te beginnen dan bij de gezinsmaaltijd. Ga dus uw maaltijden hieraan dienstbaar maken en geniet van de weldaden die hieruit voortvloeien voor het gezin dat gezamenlijk eet!

De ECHTE WAARHEID

Als u nog niet geabonneerd bent op het unieke nieuws- en familieblad *De ECHTE WAARHEID*, vraag dan een gratis abonnement aan. Dit tijdschrift bevat artikelen betreffende internationaal nieuws, politiek, filosofie, godsdienst en opvoeding, speciaal die artikelen die betrekking hebben op de kwaliteit van het leven. Schrijf voor een gratis abonnement naar:

De ECHTE WAARHEID,
Postbus 333,
3500 AH Utrecht
(Nederland)

DIT BOEKJE MAG NIET VERKOCHT WORDEN. Het wordt door de Worldwide Church of God beschikbaar gesteld als een dienstbetoon in het algemeen belang, en wordt mogelijk gemaakt door de bijdragen van degenen die vrijwillig medewerkers geworden zijn in de ondersteuning van dit wereldomvattende werk. De uitgevers hebben niets te koop, en hoewel bijdragen dankbaar worden aanvaard, wordt het publiek nooit om financiële steun verzocht.