



ALLEENSTAAND

We zeggen vaak dat gehuwd zijn en ongehuwd zijn twee gelijkwaardige manieren van leven zijn. Twee volwaardige situaties met eigen uitdagingen, mogelijkheden en beperkingen. Verschillende alleenstaanden doordachten en doorleefden eigen situatie. Enkele voor hen heel belangrijke adviezen geven we hierbij door.

Ongehuwd zijn is niet tweederangs

Een eerste advies: Aanvaard en ervaar dat het ongehuwd zijn niet tweederangs is.

Zolang je jezelf niet als waardevol ziet, zul je in botsing kunnen komen met je ongehuwd zijn, waarbij je het als een tweederangs leven ervaart.

Want waarom ben jij niet uitgekozen? Waarom bleef je 'over'? Is het om je uiterlijk of om je karakter of speelt een achtergrond en huidige positie een rol? Ben je te weinig interessant en boeiend, waarbij je te weinig te bieden hebt?

Het zijn vragen die emotionele problemen geven zoals een gevoel van afwijzing, onderkenning en bijvoorbeeld minderwaardigheidsgevoelens.

Hoewel God in Jesaja 43:4 Zijn volk Israël aanspreekt, de mensen die bij Hem horen, spreekt dit vers ook tot ons: mensen die bij Hem willen horen. God belooft hen hierin Zijn nabijheid en zegen: *'Sinds u kostbaar bent in Mijn ogen, bent u verheerlijkt en heb Ik u liefgehad...'*

Voor God zijn we kostbaar en hooggeschat! Maar geloven we dit ook?

Ook als we dit niet uit de mond van een eventuele partner horen?

Geloven we dan toch dat ons leven waardevol is, omdat God het tegen ons zegt?

Een alleenstaande vertelde in dit verband enorm bemoedigd te zijn door Zondag 1 van de Heidelbergse Catechismus, één van de belijdenisgeschriften.

De vraag wordt daarbij gesteld: 'Wat is uw enige troost, zowel in leven als in sterven?'

Het antwoord is: 'Dat ik met lichaam en ziel zowel in leven als in sterven niet mijzelf toebehoor, maar het eigendom ben van mijn getrouwe Heiland Jezus Christus. Hij heeft met Zijn kostbaar bloed voor al mijn zonden volkomen voldaan en mij uit alle heerschappij van de duivel verlost. Hij waakt met zoveel zorg over mij dat zonder de wil van mijn hemelse Vader geen haar van mijn hoofd kan vallen, ja zelfs dat alle dingen mij tot mijn heil moeten dienen. Daarom verzekert Hij mij ook door Zijn Heilige Geest van het eeuwige leven en maakt mij van harte bereid om voortaan voor Hem te leven.'

Jezus gaf Zijn leven. Hij werd een 'losprijs', Hij betaalde de rekening met Zijn eigen leven (Mattheüs 20:28). Door Hem hoeven we niet langer gevangene te zijn van onze schuld, maar mogen

we als vrije mensen leven onder Zijn leiding en bescherming. Hij belooft vernieuwing, bewaring en het eeuwige leven. Uit dat alles blijkt dat we waardevol voor Hem zijn.

Je bent waardevol

Het tweede advies: Leef vanuit een groeiend besef dat je waardevol bent.

Het besef van waarde mag groeien, vooral wanneer je wat dit betreft een achterstand hebt. Bijvoorbeeld omdat je weinig bevestiging ervaart in het contact met mensen en jezelf weleens afvraagt of je voor hen wel de moeite waard bent?

Aan beperkte bevestigende relaties die je op dit moment ervaart, is misschien niet direct veel te doen. Maar weet dan dat échte geborgenheid en erkenning verband houdt met het aangesloten zijn op Gods bronnen: Zijn belofte dat we kostbaar en waardevol zijn en Zijn bevestiging dat we als uniek kind ons bij Hem thuis mogen weten. Wanneer we van daaruit leren denken en voelen, zullen we ons ook vrijer gaan gedragen waardoor we makkelijker aan relaties kunnen werken.

Een alleenstaande zei daarbij dat je dan óók het alleen-zijn thuis als prettig kunt gaan ervaren, en niet voortdurend de situatie ontloopt door maar 'op pad' te zijn en een volle agenda te zoeken. Haar conclusie was: om relaties te kunnen aangaan en ontwikkelen, moet je allereerst geleerd hebben dat je ook alleen met jezelf kunt zijn. Dan heb je je ontwikkeld tot een meer zelfstandige persoon die zichzelf durft te zijn en 'ja' kan zeggen tegen het eigen leven.

Anderen nodig

Advies drie: Besef je dat je anderen nodig hebt.

Vriendschap is een gave van God. Als mensen zijn we niet bestemd om los van elkaar te leven. We hebben elkaar nodig. Ook in het anders-zijn. Dan ontdek je hoe je elkaar kunt stimuleren en aanvullen en dan kun je over en weer iets voor elkaar betekenen en elkaar bevestigen als unieke en waardevolle mensen.

Wanneer je als alleenstaande vriendschappelijke relaties mist is het allereerst goed om na te gaan wat je er zelf aan kunt doen. Is je kamer/huis aantrekkelijk ingericht? Kun je belangstelling tonen? Kun je luisteren en je in de situatie van anderen verplaatsen?

Kun je op gepaste wijze kwetsbaar zijn en je openstellen? En onderken je het probleem van het 'claimen' van iemands aandacht en vriendschap, waardoor de relatie ondermijnd kan worden?

Kun je grenzen stellen voor jezelf in relatie met anderen?

Voor de ontwikkeling van relaties is het verder van belang dat je gezamenlijke interesses leert ontdekken en zo mogelijk ontwikkelen. Maar ook dat je initiatieven ontplooit door bijvoorbeeld naar een fotoclub of tekencursus te gaan, en door samen te eten of een concert te bezoeken.

Contact met gehuwden

Een vierde suggestie: Zoek ook contact met gehuwden.

Jezus zegt tegen Zijn volgelingen dat onderlinge liefde een teken is dat we bij Hem horen: jongeren-ouderen-gehuwden en niet (meer) gehuwden.

In Efeze 4 wordt gesproken over 'het lichaam van Christus'. God wil dat we met elkaar een eenheid gaan vormen en als één lichaam Jezus in deze wereld leren vertegenwoordigen, als alleenstaanden en gehuwden.

Op dit terrein schieten veel gehuwden tekort. Ze kunnen zó opgaan in eigen gezin en activiteiten, dat de alleenstaande nauwelijks in hun denken voorkomt. Veel ongehuwden klagen over de

eenzijdigheid waarmee ze met initiatieven moeten komen: door een echtpaar uit te nodigen, bijvoorbeeld na afloop van de kerkdienst zondagochtend.

Het geeft hen soms zo'n schroom dat ze het maar achterwege laten. In het geval je als ongehuwde hierin nog nooit initiatieven ontplooid hebt: doe het dan binnenkort. Vriendschap met gehuwden moet ergens beginnen...

Gericht op anderen

Tenslotte: Voorkom een op jezelf gerichte manier van denken en leven

Alleenstaande mannen en vrouwen missen soms de uitdaging om regelmatig rekening met anderen te moeten houden. Ze hebben hun eigen tijdsindeling, programma en verlangens en hoeven daarin niet te 'onderhandelen' met een partner of kinderen.

Juist daarom is het advies van alleenstaanden: blijf gericht op anderen en sta open voor zaken die bij familie en vrienden spelen. En sta open voor advies en correctie waar dit nodig en waardevol is. Een lerende houding voorkomt een te eenzijdige en op jezelf gerichte levensstijl.

Daarbij kwam ook ter sprake dat je realistisch onder ogen moet zien dat je binnen relaties wel eens teleurstelling ervaart. Mensen zullen elkaar nooit voor de volle 100% begrijpen en aanvoelen. Ieder mens heeft zijn eigen grenzen en beperkingen. Daardoor kun je zelf teleurstelling bezorgen (!) en kun je teleurgesteld worden. Maar door openheid en een houding waarbij je elkaar wilt vergeven en vasthouden kun je toch een 'open leven' blijven ervaren.

God wil ons gebruiken als gehuwden en ongehuwden. Hij tilt ons leven daarbij uit een slechts 'tijdelijke' context, de levenssituatie die we op deze aarde kennen. Als de Eeuwige geeft Hij de mensen die in Jezus Christus hun vertrouwen hebben uitgesproken eeuwig leven: een leven dat het tijdelijke en beperkte overstijgt.

Het kinderloos zijn is bijvoorbeeld dan geen reden om niet te kunnen geloven in zinvol leven en geestelijke vrucht. In Handelingen 8 lezen we bijvoorbeeld over de kamerling uit Morenland, een ontmande, die echter door God gebruikt wordt om 'geestelijke kinderen' te verwekken. Hij nam het Evangelie mee naar zijn land. En het bijbelgedeelte wat God hierbij gebruikte was de profetie over Jezus: degene die óók ongehuwd was maar door Zijn dood en opstanding mensen het leven kan geven: eeuwig leven. Van Jezus wordt in Jesaja 53:10 gezegd: *'...Als Zijn ziel Zich tot een schuldoffer gesteld zal hebben, zal Hij nageslacht zien...'*

Jezus koos voor een open en delend leven. En Hij biedt ons het eeuwige leven dat onder andere in Jesaja 56:5 verwoord wordt: *'Ik zal hun in Mijn huis en binnen Mijn muren een plaats en een naam geven, beter dan die van zonen en dan die van dochters; een eeuwige naam zal ik ieder van hen geven, een naam die niet uitgewist zal worden.'*

Jezus wijst gehuwden en ongehuwden de weg voor vervuld leven, een leven met inhoud en doel. Walter Trobisch zei daarom dat er vervuld leven is ondanks onvervulde wensen.

Vervuld leven wijst naar de geestelijke dimensie: een leven in verbondenheid met God, de belofte van eeuwig leven en betrokkenheid bij Zijn werk in deze wereld.

Om over na te denken / gespreksvragen:

1. Hoe denk ik over de laatste alinea met de uitspraak van Walter Trobisch?
2. Geeft het herkenning en wat is mijn ervaring?

Tekst: Marleen Ramaker
© 2006
St. Bijbel, Media & Samenleving