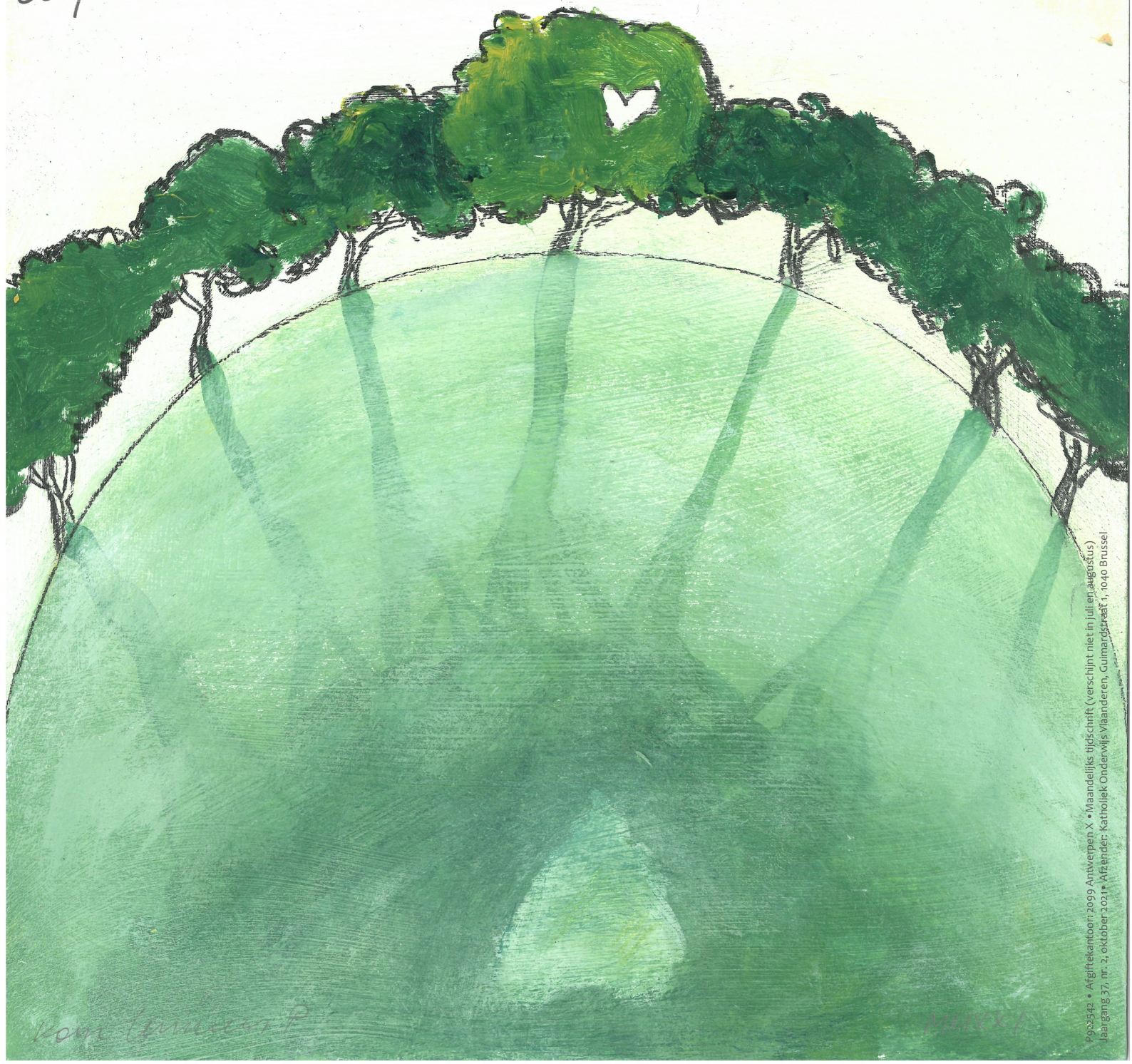


Leefrocht



Koen Gennep P.

MAI 1991

Er zijn mensen met wie het meteen klikt.
Je zit op dezelfde golflengte.
Je waardeert en respecteert elkaar.
Begrip en empathie gaan hand in hand.
Vertrouwen viert hoogtij.
Je wordt vrienden of partners
voor het leven.

Een armband bezegelt vriendschap.
Een ring geldt als teken van een
liefdevolle verbintenis.

Voor de meeste mensen moet je
wat meer moeite doen
om tot verbinding te komen.
Je moet je joker inzetten
om aan de relatie te bouwen.
De sleutels om deuren te openen,
zijn dezelfde,
maar je moet er harder aan werken.

Respect, waardering,
inlevingsvermogen,
eerbied en vertrouwen

zijn als stapstenen
in de stroom van het leven.
Als je aan de overkant geraakt,
krijg je er veel voor terug.

Vind je het de moeite waard
om *de kracht van verbinden*
te exploreren?
Om je met hoofd, hart, handen en ziel
in te zetten voor een
warme schoolgemeenschap?

Ken je die reclame –
dat de jongen naar boven rent
en even niet met zijn papa wil praten
– nu even niet
en dat die papa dan maar
een gekke bek selfie maakt
en door de deur heen stuurt
en de jongen lacht?

Misschien werkt dat wel zo goed
omdat ze elkaar al zo vaak
vast hebben gehouden
bij kleine en grote pijnlijke

En werkt het ook zo bij
het gewriemel in de rij
Waarbij ze toch nog steeds even aan elkaar
Tegen elkaar, op en langs elkaar
– voorzetsels genoeg –
Als om wat reserve op te doen

(Zoals toen Hij was verrezen
Weer even tastbaar dichtbij
En ze zich aan Hem op konden laden)

Wanneer ze dan naar binnen buitelen
Een snelle knipoog voor mij
– kan ook ik weer een weekend verder

Ruth

Liefdevol verbonden



Een pedagogie van de hoop is fundament en bindmiddel voor een waarachtige katholieke dialoogschool. Ze is gericht op een brede en diepe vorming van de mens in al zijn facetten. Acht wegwijzers geven richting, naar Jezus' voorbeeld: duurzaamheid, gastvrijheid, generositeit, kwetsbaarheid en belofte, rechtvaardigheid, uniciteit in verbondenheid, verbeelding en de inspiratie van je eigen school. Ze helpen je om onderweg vreugde te vinden en **de kracht van verbinden** indringend te ervaren. Van maand tot maand levert Leeftocht je proviand voor onderweg.

De schaduw van een klein hartje wordt een groot hart dat allen liefdevol verbindt, is het thema van het kunstwerk van Koen Lemmens op de cover van dit nummer. In zijn pedagogische aanpak staat Katholiek Onderwijs Vlaanderen altijd de combinatie van hart, hoofd, handen en ziel voor.

De coronapandemie heeft soms op schrijnende manier aangetoond dat de simpele aanraking die zo belangrijk is in menselijk contact, een belangrijk aspect is van liefdevol verbinden, het thema van dit nummer.



Foto: Andreas Janssens

Liefdevol verbinden gebeurt niet zomaar.

Het vergt een aantal basishoudingen:

vertrouwen, eerbied, respect, wederkerigheid, inleefvermogen, waardering.

*Ze zijn als stapstenen die in vroegere tijden mensen hielpen
om op doorwaadbare plaatsen een rivier over te steken.*

Voetje voor voetje ga je verder, voorzichtig, maar beslist.

Verbinden is een actiewerkwoord en wederzijds

“Verbinding is de energie die bestaat tussen mensen wanneer zij zich gezien, gehoord en gewaardeerd voelen, kunnen geven en ontvangen zonder oordeel en steun en kracht ontnemen aan de relatie.”

Dat citaat van de Amerikaanse hoogleraar, auteur en blogger Brené Brown vat de basishoudingen waarover het in dit nummer gaat, op een andere manier samen. Meer daarover lees je in haar boek Verlangen naar verbinding, uitgegeven door www.levboeken.nl.

Al deze elementen van verbinding versterken elkaar en horen samen. Tot verbinding komen is een levenshouding, en is zeker een actiewerkwoord. Met andere woorden, je moet er een inspanning voor doen.

Wat verbonden is, blijft sterker. Hoe goed je snijbloemen ook verzorgt, na enkele dagen verliezen ze hun levenskracht. Een tak alleen brengt geen vruchten voort, dat proces begint in de aarde en eindigt in de bloesem die een vrucht wordt. Zoals Johannes het verwoordt: “Als jullie met mij verbonden blijven en ik met jullie, dan zal je veel goeds kunnen doen.”

(Jo 15, 5)

Verbinden is vertrouwen

Een belangrijke voorwaarde om tot verbinding te komen is vertrouwen. Je kan niet verwachten dat je tot zinvolle verbinding komt, zelfs niet met een dier, als er geen vertrouwen is. Vertrouwen betekent op zijn minst dat je verwacht dat de andere je geen kwaad zal doen, dat hij het goed met je voor heeft.

Dat klinkt eenvoudiger dan het is. Durven loslaten en de controle delen met iemand anders is niet gemakkelijk. Nochtans is het een basisvoorwaarde voor verbinding. Zonder vertrouwen blijf je proberen om je voordeel na te jagen, en dat is net wat verbinden niet mag zijn.

Zolang er sprake is van winnaars en verliezers, is er geen echte verbinding. Denk maar aan vele internationale onderhandelingen en conflicten. Maar denk ook aan situaties in ons dagelijks leven, waarin we zo dikwijls vooral de inschatting maken van wat er voor ons inzit, met andere woorden of we er zelf iets aan hebben.

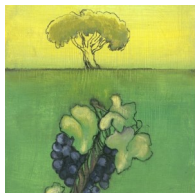
Op die manier komen we niet tot verbinding. Hoogstens ontstaat er een soort van gewapende vrede. Denk maar aan deliberaties, aan gesprekken over fusies, aan vergaderingen van vakwerkgroepen over het verdelen van klassen. Niet iedereen rond de tafel wil tot echte verbinding komen. Dan is het belangrijk zelf de eerste stap te zetten en te tonen dat het ook anders kan.

Kwetsbaarheid

Brené Brown heeft het over geven en ontvangen zonder oordeel. In haar werk als onderzoekster rond leiderschap koppelt ze verbinden aan zich kwetsbaar opstellen. Al de grondhoudingen die we in dit nummer bespreken, kunnen maar vruchten afwerpen als we ons durven kwetsbaar opstellen.

Dat vergt moed. De eerste reflex van mens en dier is om je kwetsbaarheid te verbergen. Camouflage, pochen en vluchten als laatste redmiddel zijn manieren om de andere te misleiden. Maar zolang je zo redeneert, zoek je geen echte verbinding.

Om het anders aan te pakken is moed nodig. Je moet durven tonen wie je bent. Iedereen die tot verbinding wil komen, moet bereid zijn om authentiek te zijn, om te tonen wie hij of zij echt is. Soms doe je dat liever niet. Dan kom je evenwel niet tot verbinding.



Proviand voor onderweg, een verademing voor onderwijsmensen
Maandelijkse inspiratiebron: pro.katholiekonderwijs.vlaanderen@leeftocht
Impressies zijn welkom op leeftocht@katholiekonderwijs.vlaanderen

Er is getracht alle rechthebbenden op copyright te bereiken;
wie toch een overname zonder voorkennis vaststelt,
wordt verzocht contact op te nemen.

Leeftocht



Jaargang 37
nummer 2
oktober 2021

v.u. Lieven Boeve

Goede God,

leer ons verbinden
in plaats van alleen onze weg te zoeken;

leer ons empathie,
zodat we voorrang geven aan de noden van anderen
boven die van ons;

leer ons vertrouwen te geven en op te wekken,
zodat we ons veilig kunnen voelen bij elkaar;

leer ons eerbied en respect voor anderen op te brengen,
zodat we hen ten volle begrijpen;

leer ons erkenning en waardering geven,
zodat we niet blijven steken in ons eigen gelijk;

leer ons dat verbinden wederkerig is,
en een inspanning vergt die van beide kanten,
dus ook van ons komt;

leer ons om zoals Jezus te vragen
wat we voor iemand kunnen doen,
in plaats van ons af te vragen
wat hij voor ons kan doen;

leer ons dat verbinden betere mensen van ons maakt.

Amen.

In het evangelieverhaal van Bartimeüs ([Mc 10, 46-52](#)) ontmoeten we een blinde bedelaar die – ondanks de aanmaningen van de omstaanders – de aandacht van Jezus probeert te trekken. Zijn vertrouwen wordt beloond. De waardering die hij krijgt, doet hem groeien.

Jezus vroeg hem: “Wat kan ik voor je doen?” De blinde man antwoordde: “Meester, ik wil weer kunnen zien.”

De kern van het verhaal ligt in de manier waarop Jezus de man aanspreekt en in het vertrouwen dat hij heeft. Hij erkent hem, Hij laat Bartimeüs bij zich komen en belooft dat vertrouwen.

Dat is al de halve genezing. Jezus geeft de blinde man erkenning en waardering voor wie hij is. Hij is niet langer de bedelaar die voorbijgelopen wordt, Jezus spreekt hem rechtstreeks aan.

Meer nog, Jezus vraagt hem wie hij voor hem kan zijn.

Veel mensen hebben nood aan erkenning en waardering. De moeilijke leerling bijvoorbeeld, die de aandacht van de leraar wil, zelfs op een negatieve manier. Of de collega die dwarsligt om haar eigen onmacht te verbergen.

Reageren we dan zoals Jezus, en vragen we wat we kunnen doen?

Als we dat kunnen, ontstaat liefdevolle verbinding.



Leeftocht



Jaargang 37

nummer 2

oktober 2021

Zelfs heel kleine baby's imiteren je als je je hand naast hen legt en ze langzaam opent of sluit. Ontelbare ouders (en grootouders) hebben van dat fenomeen genoten.

Het is het gevolg van spiegelneuronen, die dezelfde plek in je hersenen stimuleren als datgene wat je waarneemt bij anderen. Het doet je geeuwen als je iemand ziet geeuwen, of onwillekeurig huiveren als iemand een pijnlijke ervaring vertelt.

Op een hoger vlak heet dat inleefvermogen. Empathie, het vermogen zich te verplaatsen in de ervaring van de andere, vraagt een inspanning.

Empathie is ingaan op de ervaring van de andere, en ze niet afdoen met een veralgemening zoals "je moet maar dat of dat doen, er zijn er zo veel".

Inleefvermogen is een voorwaarde tot meevoelen. Zoals andere grondhoudingen om tot liefdevol verbinden te komen, is dat een opdracht.

Als je je niet kan verplaatsen in de gevoelens van anderen, kan je ook niet tot echte verbinding komen met wat ze drijft en met wat ze willen bereiken.

Probeer je als leraar te begrijpen wat het betekent voor een leerling die traag studeert als je als derde een toets vastlegt op dezelfde dag als je collega's?

Probeer je als leerling te begrijpen dat een leraar misschien een moeilijk lesuur achter de rug heeft in een andere klas?

Op die manier worden conflicten vermeden en komt er verbinding tot stand.

Iets dat je arm omsluit, zoals een armband, kan een symbool van verbinding zijn. Hetzelfde geldt voor een ring om je vinger.

Een armband en een ring zijn rond, zonder een echt begin of einde, ze omsluiten. Verbinding doet dat op dezelfde manier. Je voelt je beschermd, veilig en gesterkt.

De verplichting om afstand te houden door de pandemie heeft het belang van dat omsluiten nog onderstreept.

Handboeien bijvoorbeeld zijn twee armbanden, maar je hebt niet de vrijheid ze uit te doen, dan is er geen echte verbinding, maar controle.

Echte verbinding houdt vrijheid in, ze mag geen keurslijf worden. Ze heeft respect voor de eigenheid van de andere.

Een arm rond je schouder kan steun geven, iemand vastgrijpen kan een vorm van geweld zijn. Een stevige handdruk is een teken van oprechtheid, te hard knijpen doet pijn.

Een belangrijk aspect van verbinding is dat ze niet opgelegd kan worden, en in haar zuiverste vorm altijd ruimte geeft. Verbinding is niet top down, niet neerbuigend, niet controlerend, maar wederzijds.

Verbinding laat toe banden aan te halen of te versoepelen, zonder dat daarbij dwang komt kijken.

Liefdevol verbinden vraagt een blijvende inspanning.