

# Bezinning & Inspiratie Twello

Jaarverslag seizoen 2018-2019

Feiten, observaties, beschouwingen en meningen

Twello, juni 2019



## - *Voortdurend bezinnen en inspiratie opdoen*

De oecumenische werkgroep Bezinning & Inspiratie Twello bestaat uit vier leden en doet met veel plezier haar werk, ze heeft een gevarieerde invulling kunnen geven aan het seizoen 2018-2019.

De werkgroep bestaat uit een stel enthousiaste mensen, geïnspireerd door de idealen van Christus, elkaar op het spoor gekomen vanuit de protestantse gemeente en de R.K. parochie in Twello. Wij herkennen onze zoektocht naar zingeving en innerlijke verdieping bij anderen van nu en vroeger. Vooral Jezus is voor ons een liefdevolle inspirator, die nog steeds bezielt en waarbij we God voelen als een oceaan om ons heen. De werkgroep is niet alleen maatschappelijk betrokken, maar in de 'binnenkant' van het leven zoekend naar wat mensen verbindt vanuit een totale openheid voor al wat is. Niet vanuit dogma's maar vanuit onze levensvragen en daardoor voortdurend lerend aan het leven. Gelovend vanuit een innerlijke kracht, zekerheid en zelfvertrouwen om recht overeind te blijven als mens, die een ander hoort.

Het hoogtepunt van een avond is vaak het met elkaar delen van hoop en vertrouwen, waarbij we twijfel en angst ook durven benoemen. Bij elkaar om jezelf en een ander liefdevol van dienst te kunnen zijn. Samen op zoek naar het M(m)ysterie van het leven. Door de gevarieerdheid van de sprekers is er steeds een andere insteek en een zoeken naar wat ons bindt.

De droom van die jonge joodse man Jezus is nog steeds springlevend. Dat ideaal, dat ook buiten de kerken weerklinkt, blijft uitdagen. Daar hoort iedereen bij. Ieder mens heeft een drang om in vrijheid betekenis te geven aan zijn leven en is daar ook zelf verantwoordelijk voor. Wij zijn allemaal onderweg en, zoals Hij zei: 'mensen van de weg'.



Onze roots liggen in het christendom, daar zijn de zaadjes in ons gelegd en ontkiemt. En elke bloem is uitgegroeid tot een andere kleur en bijzondere vorm; elkaar accepteren zoals je bent is de mooiste vorm van 'kerkzijn'. De werkgroep ziet deze avonden dan ook als een vorm van 'kerkzijn' met elkaar. Spiritualiteit en religie, evenals denkbeelden uit de filosofie, verbinden ons met elkaar. Wij kunnen ons geraakt voelen, verwonderd zijn, vervuld van ontzag en je afhankelijk weten. Niet alleen de spreker op een avond is van belang, maar meer wat deze losmaakt bij mensen en hoe we dat in het interactieve gedeelte na de pauze kunnen delen met elkaar.

## *Werkgroep Bezinning & Inspiratie Twello*

Ruud Pragt - voorzitter  
Marianne Vlietstra - secretariaat  
Marian Otten - financiën  
Marja Bouwman

### *- Organisatie en financiën*

De werkgroep kwam in het seizoen 2018-2019 maandelijks bij elkaar. Vanaf het begin van het seizoen begint de werkgroep al weer met de planning voor een volgend seizoen. Dit is nodig omdat bekende sprekers vaak volle agenda's hebben.

De werkgroep wordt financieel ondersteund bij de PR activiteiten. Door verbetering van de PR kan de werkgroep zich verheugen op een gemiddelde opkomst bij de lezingen van 80 bezoekers en realiseert zich daarbij ook dat kwantiteit niet automatisch kwaliteit is.

De drukkosten van het programma en de posters worden betaald door de Protestantse Gemeente Twello en de Franciscus en Clara Parochie die in het Oecumenisch Beraad vertegenwoordigd zijn. De werkgroep valt onder dit Oecumenisch Beraad en wordt daarin vertegenwoordigd door de voorzitter Ruud Pragt.

Dit seizoen bedragen de inkomsten € 1050,90 en de uitgaven bedragen € 1000,12 zodat we kunnen afsluiten met een positief saldo van € 50,78.

Met beide kerken is er een afspraak dat de werkgroep, indien nodig, gesubsidieerd wordt door het Oecumenisch Beraad.

### *- PR activiteiten*

PR activiteiten voor de thema-avonden zijn van groot belang. De werkgroep maakt gebruik van een mailbestand zodat belangstellenden optimaal op de hoogte worden gehouden van de thema-avonden. Deze mailgroep bestaat uit ongeveer 320 adressen. Ook worden de regionale dag- en weekbladen van PR materiaal voorzien evenals de kerkbladen en predikanten/pastores in de regio.

Op goedbezochte plaatsen worden posters aangebracht. Ook RTV Voorst geeft aandacht aan onze activiteiten.

### *- Thema-avonden*

Tot slot een terugblik op de thema-avonden die de werkgroep organiseerde voor diegenen die niet aanwezig konden zijn. Hierbij krijgt u een indruk van de inhoud van de lezingen. In totaal zijn er 10 activiteiten georganiseerd. Hiervan heeft de werkgroep 6 thema-avonden gehouden. De andere avonden, inclusief een maandelijks meditatie-uur zijn georganiseerd door de predikanten/pastores.

## 1. Hulp bij radeloosheid - 113 zelfmoordpreventie



Terugblik op een bijzondere avond op donderdag 23 oktober in de bibliotheek.

U kent nog wel die beelden van de Twin-towers in New York, zo begon Karen Keukelaar van de stichting 113 Zelfmoordpreventie. Je kunt geen kant uit, verbranden of springen. Zo ook is kiezen voor zelfdoding altijd een wanhoopsdaad. Mensen die het overleven zijn dankbaar dat anderen hielpen.

Die zagen dat er iets aan de hand was en bleven vragen. Niet alleen “hoe gaat het” maar ook “nee, ik zie dat je het niet goed maakt, volgens mij heb je het helemaal gehad” of zinnen van die strekking. Wat niet werkt is de opmerking dat het wel weer goed komt of laten beloven dat men geen gekke dingen doet. Wat wel werkt is doorvragen. Vanuit echte belangstelling vragen wat het leven zo moeilijk maakt.

De avond was georganiseerd door Bezinning & Inspiratie Twello met ondersteuning van de Gemeente Voorst. Zo'n 70 aanwezigen waaronder veel jongeren van het ROC stelden vragen en luisterden met aandacht. Er kwamen diverse vooroordelen voorbij, zoals “Niet over praten, je brengt een ander op verkeerde ideeën”. Juist wel over praten, want die ideeën zijn er al lang. Praten doorbreekt het isolement waarin iemand zit.

Suïcide gebeurt ook niet plotseling. Je kunt het vaak zien aankomen. De gedachten die tot suïcide leiden beginnen in het klein. Je verliest je baan, je gezondheid of je partner en er komen andere dingen bij. Van daaruit ontstaat een wens en een plan. Het negatieve stapelt zich op tot er iets gebeurt waardoor de stoppen doorslaan.

Waarom veel bij jongeren, vroeg iemand. Hun hersens zijn nog niet volgroeid; ze overzien hun leven nog niet en zijn ook vaak perfectionisten.

113 Zelfmoordpreventie werkt anoniem. Telefoon: 0900 0113. Ze hebben wel 50.000 contacten per jaar. Hun missie is: we laten mensen met radeloosheid niet in de steek. 113 doet meer door voorlichting, workshops en trainingen.

Ook heeft 113 Zelfmoordpreventie de VraagMaar app ontwikkeld in het kader van de landelijke campagne in november met het doel zelfmoord bespreekbaar te maken en het taboe op zelfmoord weg te nemen.

De aanwezigen namen mee naar huis dat we wel iets kunnen doen. Iedereen kan helpen met de weg naar een huisarts of met de weg naar andere vormen van professionele zorg. Maar vooral kan iedereen naast een ander gaan staan en zeggen: ik ben er voor jou.

Tenslotte wees de consulent Zorg en Veiligheid Wim Liestro van de Gemeente Voorst op een nieuw project om mensen met verward gedrag te helpen. MentalHealthFirstAid (MHFA) is een internationaal project. In Voorst is subsidie voor 80 trainingen.

Mooi dat het project aansluit op deze avond.

## 2. De ziekte verslaving



Op dinsdagavond 27 november gaf Ben van der Putten van Tactus Verslavingszorg uit Deventer samen met ervaringsdeskundige Luc een boeiende lezing in de bibliotheek over verslaving. Deze lezing was geïnitieerd door Bezinning & Inspiratie uit Twello. De kleine groep aanwezigen werd zelfs nog getraakteerd op een extra thema namelijk hoe komt iemand in de zware criminaliteit terecht. Luc gaf de aftrap en vertelde hoe hij vanaf zijn 14<sup>e</sup> in aanraking komt met drugs. Zijn verhaal maakt indruk en roept veel vragen op. We zien een vriendelijke man die zomaar iedereen zou kunnen zijn. Het dringt tot ons door dat dit iedereen kan overkomen.

Ben van der Putten gaf uitleg hoe een verslaving kan ontstaan en wat de behandeling hiervan is. Sommige mensen zijn verslavingsgevoelig door een genetische component waardoor ze verslavingsgevoelig kunnen zijn. Zij hebben vaak meer dopamine nodig om zich happy te voelen. Daarnaast is er een context waardoor de één eerder in aanraking komt met drugs dan de ander. Voorbeelden zijn vrienden die al drinken, rokende ouders, of ouders die in het bijzijn van hun kinderen drinken of teveel drinken. En soms is er sprake van allerlei psychische factoren waardoor mensen de behoefte krijgen om iets te voorkomen met behulp van drugs. We weten nog lang niet alles en de omstandigheden waardoor mensen verslaafd raken is net zo divers als de mens zelf. Ook door een ongezonde levenswijze, stress of problemen kan men naar verdovende middelen grijpen. Met de verkeerde mensen in aanraking komen en daarvoor gevoelig zijn kan ook tot afhankelijkheid van middelen leiden. Er wordt doorgaans helaas te weinig over deze problematiek gesproken zodat oplossingen niet ter sprake kunnen worden gebracht.

Maar hoe kom je van een verslaving af? Roep altijd professionele hulpverlening in, aldus Ben van der Putten. Familie en vrienden zijn belangrijk maar kunnen de rol van hulpverlener niet innemen. Het is belangrijk dat hulpverleners en andere mensen geloven dat mensen in staat zijn om hun gedrag te veranderen. De hulpverlener moet geloven in gedragsverandering van de cliënt en gedragsverandering aanleren. Als hulpverlener moet je zeggen en uitstralen, "Jij kunt het". Cliënten hebben dit vertrouwen nodig. Cliënten hebben ook inzichten nodig waardoor het veranderproces ingezet kan worden. Zogenaamde veranderwensen kunnen ontdekken en bespreken is belangrijk om tot verandering te komen. Zingeving, een doel hebben en blij zijn met kleine dingen is iets wat weer terug kan komen in het leven van mensen die met een verslaving kampen. Leren verdragen en leren vermijden als je van een verslaving af wil komen hoort er ook bij. Bijv. alcoholreclame op tv roept gelijk zin in de verkeerde gewoonte op, het is handig als je deze prikkels kunt verdragen. Ook nazorg verlenen na een verslaving is belangrijk om niet in dezelfde valkuilen te trappen.

Wat kunnen familie of vrienden doen voor de verslaafde? Een luisterend oor en veel liefde bieden maar ook duidelijk grenzen stellen. Helder zijn in wat je wel wil en wat niet, bijvoorbeeld: "als je dronken bent dan mag je niet binnen komen". En aan de andere kant als je familielid nuchter is degene warm verwelkomen. Deze duidelijkheid kan hard klinken maar kan ook ondersteunend werken voor mensen die met een verslaving kampen. De verslavingsgevoelige niet extra straffen maar spiegelen. Gemiddeld duurt het maar liefst 7 tot 10 jaar voordat een verslaving toegegeven wordt. De alcoholverslaafden zijn het meest in aantal. Namelijk een half miljoen. Het is een langzaam verlopend proces wat verlies van leven inhoudt. De WHO heeft onlangs bekend gemaakt dat 1 glas alcohol per dag het advies is waarbij men rekening moet houden dat alcohol drinken geen dagelijkse gewoonte wordt. Dit om nadelige lichamelijke of geestelijke gevolgen zoveel mogelijk te voorkomen. Het zou dus normaal moeten worden dat het ook gezellig kan zijn zonder "een glas" erbij. Naderhand kwamen er reacties van bezoekers, wat jammer dat er niet meer mensen aanwezig waren, het was zeer de moeite waard.

### 3. Monnikenwijsheid voor u en mij



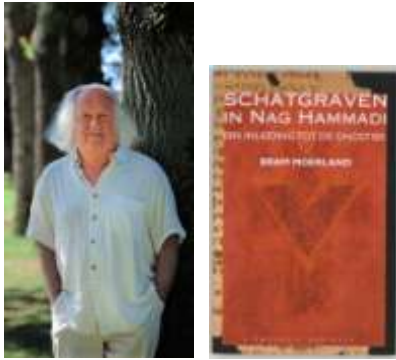
Vijftien mensen trotseerden sneeuw en kou. Ze kwamen 22 januari af op die intrigerende oproep van Bezinning & Inspiratie Twello: "Monnikenwijsheid voor u en mij" Rita Vermeltoort vertelde over de zoektocht van de eerste christelijke monniken, over Benedictus, en zoveel contemplatieven na hem. Over de gebedspraktijk van de monniken in Orval. Maar toen nam ze ons mee naar een stukje van een psalm en het gebeurde gewoon. "Wat gebeurde er?", mailde iemand die niet op de avond aanwezig kon zijn. Tijdens het mailen voelde ik nog de intensiteit van de avond en ik kon alleen maar antwoorden: "Dit moet je meemaken"

Hoe leg je uit op welke manier die vier stappen van de "Lectio Divina" je bij je lurven pakken en eigenlijk tegen je zeggen: "ik heb het tegen jou, hoor"

We waren even "part-time-monnikjes" in een kring rond een kruis met lichtjes en bloemen. De stiltes tussen de woorden waren weldadig en welsprekend.

Het was een "heilige" en "helende" avond en waren blij dat we dit samen mochten meemaken.

#### 4. De Nag Hammadi geschriften



De voorbereiding was rond en vanwege de grote belangstelling was er een andere locatie gezocht. De werkgroep was blij met de toezegging dat de Dorpskerk gebruikt kon worden. Voor deze lezing waren er 229 reserveringen binnengekomen. Maar op de bewuste ochtend kreeg de werkgroep het bericht dat Bram Moerland de avond er voor opgenomen was in het ziekenhuis.

Binnen een uur zijn de aanmelders via de mail geïnformeerd maar zoals die middag bleek checkt niet iedereen de mailbox voor vertrek en kwamen er alsnog zo'n 25 bezoekers bij de Dorpskerk, zelfs uit België, Zoetermeer, Nijmegen en Amsterdam. Iedereen nam het sportief op, ook zijn er nog mooie gesprekken gevoerd bij de kerk. Wel was het mooi om te ervaren dat we als werkgroep in staat zijn een activiteit voor zoveel belangstellenden te organiseren. De werkgroep is nog in contact met Bram Moerland over een mogelijke nieuwe datum.

#### 5. Nabij-de-Doodervaring



Ruim 70 belangstellenden waren 19 maart naar de bibliotheek gekomen om te luisteren naar het verhaal van Rinus van Warven over zijn nabij de doodervaring.

Het was doodstil in de zaal toen Rinus met emotie vertelde over zijn ongeluk in 1981. Zijn leven flitste voorbij zoals een filmrolletje dat versneld terugspoelt. De tijd, ruimte en afstand die wegvielen. En het gevoel van loslaten en afscheid nemen van alles wat hem lief was om naar de leegte te gaan.

De leegte, die anderen gene zijde noemen, is voor hem een ándere dimensie van het bestaan in het hier en nu. Hij gelooft niet meer, hij weet.

Het heeft hem doen beseffen dat de nadruk ligt op 'Is er een leven voor de dood?'

Het leven zelf is het doel waarvoor wij mensen leven. Wij zijn een licht, ook wel gezegd 'liefde' voor onszelf en voor onze medemens.

Het heeft hem een andere kijk gegeven op leven en dood. En hij staat hierin niet alleen, 1 op de 20 mensen maken dit in hun leven mee, soms zelfs meerdere malen.  
Het verhaal gaf de zaai veel om over na te denken. In de pauze werd er veel met elkaar uitgewisseld. Voor sommigen was het ( te) -veel om te bevatten. Er waren ook vragen: waar is God?  
Rinus vatte dat kort samen, voor hem is God overal om ons heen. Als een oceaan. En het geluk waar wij mensen zo naarstig naar op zoek zijn, dat is heel simpel. Geluk is wat je bent.  
Want leven is simpel en alleen het denken maakt dat wij het leven als heel ingewikkeld ervaren.  
Hij gaf ons tot slot één zin mee.  
Leef – leef – leef in verbinding!

## 6. Geert Groote; een parallel naar deze tijd?

“Wat een mooie afsluiting van dit werkjaar” en “ook dit was een tijdscapsule, maar dan naar de Middeleeuwen”.

Op 14 april waren we op bezoek bij het Geert-Groote-huis in Deventer. Zelf daar rondkijken of meemaken dat iemand, Wim van Sijl in dit geval, een boeiend verhaal houdt is echt een groot verschil. Het was een ontdekking dat er in de tijd van Geert Groote ook mensen waren die sceptisch waren tegen een groot economisch machtsblok. In die tijd was dat het verband van Hanzesteden en ook het machtsblok van de kerk. Juist de overeenkomsten met onze tijd zijn interessant.

Geert Groote ondervond veel tegenwerking, maar hij bleef geloven in zijn idealen. Juist de meest heftige dingen in zijn leven als ernstige ziekte, het afstand moeten doen van boeken en zaken waarin hij geloofde en tegenwerking hebben ertoe geleid dat hij dichter bij zijn eigen idealen kwam en dichter bij medemensen.

Nog altijd spreekt hij ons aan met zijn religieus humanisme: op ieder zelf komt het aan; uiteindelijk maak je zelf uit wat bij je past;

In het Geert Groote Huis herkenden we als Bezinning & Inspiratie hoe het werkt als iemand vanuit zijn persoonlijke interesse vertelt wat hem bezielt. Goed dat er boeken en tijdschriften zijn maar af en toe wil je je ook laten inspireren door het enthousiasme van een inleider.



### *- Afsluitend*

De werkgroep Bezinning & Inspiratie Twello wil graag iedereen bedanken die het mogelijk heeft gemaakt dat we een seizoen hebben kunnen aanbieden vol spirituele intensiteit en nieuwe inzichten. Blij zijn we met de vele bezoekers die ons altijd weer weten te vinden. In totaal mochten we ruim 180 bezoekers ontvangen. Terugkijkend naar het afgelopen seizoen herkennen we dat ook wij als werkgroep worden geïnspireerd door enthousiaste sprekers.

Na de meeste avonden hoorden we vaak de opmerking: “dit had ik niet willen missen” en “fijn dat jullie dit organiseren”.

Met dit jaarverslag sluiten we dit seizoen af. Wij zetten de schouders er weer onder om een nieuw en inspirerend programma voor het seizoen 2019-2020 aan te kunnen bieden.

Mocht u vragen of opmerkingen hebben, dan kunt u uiteraard contact met ons opnemen.

We heten u in het nieuwe seizoen van harte welkom op onze avonden.

*Mailadres: [bi.twello@gmail.com](mailto:bi.twello@gmail.com)*