



Veerkrachtig geloof in een verstrooide samenleving

*Een systematisch theologische verkenning van veerkracht
gericht op individuen en geloofsgemeenschappen gebaseerd
op het werk van Jürgen Moltmann en Jonathan Sacks*

Veerkrachtig geloof in een verstrooide samenleving

*Een systematisch theologische verkenning van veerkracht
gericht op individuen en geloofsgemeenschappen gebaseerd
op het werk van Jürgen Moltmann en Jonathan Sacks*

Drs. Birgit Jaarsma (B.Ed) (Studentnummer: 0274054)

Systematische Theologie . Protestantse Theologische Universiteit
31 mei 2025

Begeleider: Prof. Dr. A. Huijgen
Beoordelaar: Prof. Dr. D. Nagy

Woord vooraf 2

Inleiding

Veerkrachtig geloof in een verstrooide samenleving, een Oergrondtheologie

- 1.1 Kerk-zijn in tijden van onzekerheid 3
- 1.2 Theologische veerkracht: meer dan aanpassingsvermogen 4
- 1.3 Methodologie 7
- 1.4 Lacune in theologisch veerkrachtonderzoek 8

Hoofdstuk 2

De verstrooide samenleving

- 2.1 Inleiding 11
- 2.2 Kenmerken van een verstrooide samenleving 12
 - 2.2.1 Existentiële vermoeidheid als diagnose 12
 - 2.2.2 Digitalisering en de fragiele mens 13
 - 2.2.3 Chronische stress en existentiële onzekerheid 14
- 2.3 Tussen overleven en uitputting: fragmentatie van kennis, macht en moraal 16
- 2.4 Verticale en horizontale verbondenheid als grond van veerkracht 17
- 2.5 Van verstrooiing naar gemeenschap: pleidooi voor relationeel herstel 18

Hoofdstuk 3

Veerkracht als theologisch en maatschappelijk relevant concept

- 3.1 Inleiding 22
- 3.2 Wat is veerkracht? 24
- 3.3 Veerkracht vanuit verschillende perspectieven 25
 - 3.3.1 Veerkracht als dynamisch proces 25
 - 3.3.2 Neurobiologische basis van veerkracht 26
 - 3.3.3 Sociologische en culturele kaders 28
 - 3.3.4 Narratieve en spirituele dimensies 28
- 3.4 Theologische reflectie: een lacune in het onderzoek 29
- 3.5 Naar een werkdefinitie van theologische veerkracht 30

Hoofdstuk 4

Veerkracht in het licht van Gods toekomst, de theologie van Jürgen Moltmann

4.1 Inleiding: Veerkracht en de theologie van Jürgen Moltmann	33
4.2 Gemeenschap: De kracht van verbondenheid	34
4.2.1 Gemeenschap als eschatologisch vooruitzicht	35
4.2.2 De kerk als contrasterende gemeenschap	35
4.2.3 Gemeenschap en veerkracht	36
4.2.4 Kritische beschouwingen bij Moltmanns visie op gemeenschap	37
4.3 Solidariteit: God in het lijden	37
4.3.1 Gedeeld lijden als bron van veerkracht	38
4.3.2 Kritische beschouwing op Moltmanns kruistheologie	39
4.4 Hoop: Leven vanuit de belofte – Eschatologische hoop als bron van transformatie	42
4.4.1 Hoop als existentiële grondhouding	42
4.4.2 Hoop als adventische tegenbeweging	43
4.4.3 Hoop als het hart van eschatologisch geloven	44
4.4.4 Hoop als richting: missionaire oriëntatie in een gebroken wereld	45
4.4.5 Hoop als geestelijke kracht tot volharding	47
4.4.6 Kritische beschouwingen bij Moltmanns theologie van de hoop	47
4.5 Levenskracht: De Geest als levensadem	49
4.6 Bevrijding als theologische structuur van veerkracht	50

Hoofdstuk 5

De ruimte tussen mensen: veerkracht in het werk van Jonathan Sacks

5.1 Inleiding: Veerkracht en de theologie van Jonathan Sacks	54
5.2 Geroepen tot gemeenschap: civil society als morele bedding van menselijkheid	55
5.2.1 Gemeenschap als morele structuur voor samenleving	55
5.2.2 Verbondenheid als ontologisch-theologische voorwaarde voor mens-zijn	56
5.2.3 Gemeenschap als theologische bedding van veerkracht: Sacks en Moltmann in gesprek	57
5.2.4 Kritische beschouwingen bij Sacks' visie op gemeenschap	58
5.2.5 De theologische onderstroom van relationele verbondenheid en het neurobiologisch belang van gemeenschap	59
5.3 Verbond en verantwoordelijkheid: solidariteit als morele roeping	60
5.3.1 Verbond als fundament voor veerkracht	60
5.3.2 Het verbond in theologisch gesprek met Moltmann	62
5.4 Verhalen die dragen: narratieve hoop in tijden van onzekerheid	63
5.4.1 Hoop als gedeelde oriëntatie op toekomst	63
5.4.2 Hoop als gedeelde weg: Sacks en Moltmann in gesprek	64
5.5 Levenskracht: Overgave en participatie als theologische dimensie	66
5.5.1 Moreel leiderschap als belichaamde veerkracht	66

5.6 Vrijheid als ethische opdracht	67
5.6.1 Bevrijding als kernmotief bij Jonathan Sacks	67
5.6.2 De Exodus als paradigma	68
5.6.3 Van slachtoffer naar verantwoordelijkheid	68
5.6.4 Bevrijding als narratief veld	69
5.6.5 Bevrijding als universele opdracht	69
5.6.6 Bevrijding als doorlopende beweging	69
5.7 Veerkracht in het denken van Jonathan Sacks	70

Hoofdstuk 6

Theologische Veerkracht – een blauwdruk voor hoop en gemeenschap in een verstrooide tijd

6.1 Inleiding: de noodzaak van een theologisch verstaan van veerkracht	73
6.2 De werkdefinitie van theologische veerkracht: gedragen in gebrokenheid	74
6.3 De Oergrond: Het theologische fundament van gedragenheid	75
6.4 Het vijfdimensionale model van Theologische veerkracht	77
6.5 Het Model: Een concentrische structuur	77
6.6 De vijf dimensies van Theologische veerkracht	78
6.6.1 Gemeenschap (Ergens bij horen)	78
6.6.2 Solidariteit (Het geloof van de ander in jou)	81
6.6.3 Hoop (De kracht om te veranderen)	82
6.6.4 Levenskracht (Gedeelde verhalen)	84
6.6.5 Overgave en participatie (Bevrijding)	86
6.7 De Samenhang tussen de dimensies	87
6.8 Implicaties voor Kerk-zijn: de Kerk als dragende gemeenschap van hoop	90
6.9 Theologische veerkracht als pneumatologisch gedragen verbondenheid	90

Conclusie

Veerkrachtig geloof als grondlaag voor Kerk-zijn en samenleving	92
---	----



Theologie is nooit een neutrale bezigheid, maar echo van een biografische en maatschappelijke context waarin vragen naar God, mens en betekenis als existentiële levensvragen opkomen. Deze masterthesis is een systematische verwoording van een theologie die geboren is uit de ervaring van lijden, het falen van systemen, en het verlangen naar genezing en gemeenschap. Het is een theologie die zich niet eenvoudig laat onderbrengen in bestaande dogmatische kaders, maar beweegt in het spanningsveld van trauma en hoop, traditie en persoonlijke getuigenis, ecclesiologie en maatschappelijke breuklijnen.

Mijn persoonlijke zoektocht naar wie ik ben, en wat Gods liefde in mij betekent, is daarbij onlosmakelijk verbonden met intense levenservaringen. Deze ervaringen hebben mijn visie op 'hoe wij kerk kunnen zijn' gevormd. Zij hebben me laten zien dat kerk-zijn niet iets abstracts is, maar ons midden in het leven plaatst, in al zijn kwetsbaarheid en vragen. Tegelijkertijd is deze visie niet slechts een persoonlijke overtuiging, maar ook een praktische oriëntatie: een geloof in de kerk als een ruimte van verbinding en hoop in een samenleving die vaak zoekend en gefragmenteerd is. Het model dat ik hier presenteer wil dan ook niet blijven steken in theoretische bespiegelingen, maar bijdragen aan een nieuwe oriëntatie voor kerk-zijn in een samenleving die steeds meer uiteenvalt. Zo kan de kerk wellicht uitgroeien tot een nieuwe vorm van 'open gemeenschap': een plek waar gedeelde kwetsbaarheid en menselijkheid samenkomen, en verschil niet verdeelt, maar juist verbindt.

Deze masterthesis heb ik niet alleen willen schrijven in het kader van afronden van mijn studie, maar raakt aan iets diepers: een roeping om God zichtbaar te maken in een wereld die steeds vaker slechts in zichzelf gelooft. In mijn eigen leven heb ik momenten van diepe mystieke ervaring gekend – momenten die me deden beseffen dat God niet ver weg is, maar nabij, juist wanneer de wereld zich onverschillig toont. Mijn angst is dat we vergeten waar we vandaan komen en waarheen wij op weg zijn. Dat we ons verliezen in het nu, en de verbinding met het grotere verhaal waartoe wij behoren uit het oog verliezen.

In mijn eigen leven heb ik keer op keer gevoeld hoe ik werd gedragen door een God die niet afwezig bleef, maar aanwezig was als onvoorwaardelijke liefde en dragende kracht. Het is die nabijheid van God die mij door moeilijke tijden heeft geleid en me heeft laten zien wat veerkracht werkelijk betekent: niet het ontkennen van het gebroken leven, maar het vinden van een weg erdoorheen en een grond onder de voeten. Opdat ik na het vallen telkens weer kon opstaan. Dit alles heeft me gevormd tot wie ik ben. Het heeft me geleerd dat veerkracht geen abstract begrip is, maar een weg die ons wijst, en een grond die ons draagt –en opent voor een werkelijkheid groter dan onszelf. Een werkelijkheid waarin geloof, hoop en liefde—zoals de trinitaire God zelf—samenkomen en ons steeds opnieuw oproepen om te leven, en om lief te hebben.

Leiden, 31 mei 2025



Een mantel van gedragen lijden

Achter ieder mens schuilt een verhaal
dat niet gezien wil worden
Een lijden diep binnen in
dat schreeuwend niet gehoord kan worden

Omdat de woorden van het lijden
geen rust kennen
de geest bezitten
het hart bezetten

Onverenigd in het hart
gebroken vertwijfeld
door het verhaal dat schuilt
en niet gezien wil worden
de ander beroeren die woordeloos wijsheid vouwt
gedragen schoonheid neerlegt
op de schouders van hen die lijden
om het gebroken hart
de vertwijfelde geest
rust te bieden

Opdat het verhaal dat schuilt
zichtbaar mag lijden
zich gedragen weten
door ieder ander
die woordeloos
een mantel van gedragen lijden deelt

Veerkrachtig geloof in een verstrooide samenleving, een Oergrondtheologie.

Een systematisch theologische verkenning van veerkracht gericht op individuen en geloofsgemeenschappen gebaseerd op het werk van Jürgen Moltmann en Jonathan Sacks.

1.1 Kerk-zijn in tijden van onzekerheid

Als student theologie en therapeut in de geestelijke gezondheidszorg sta ik dagelijks op het kruispunt van existentiële vragen en menselijke kwetsbaarheid. In mijn praktijk ontmoet ik steeds meer (jonge)mensen die eerder overleven dan leven; en zoeken naar betekenis en verbinding. Wat mij raakt, is dat velen tussen de instituties vallen waarop ze zijn aangewezen. Gezin, school, zorg en kerk lijken hun dragende kracht deels te hebben verloren. Steeds vaker komt de vraag naar boven: waar vind ik grond onder mijn voeten?

Ook de PKN bevindt zich in een fase van noodgedwongen heroriëntatie. In een samenleving die getekend is door individualisering, digitalisering en versnippering, kalft het kerkelijk draagvlak af. Kerkgebouwen sluiten, bestuurlijke structuren worden vereenvoudigd, en er zijn pogingen tot inclusie en samenwerking met nieuwe geloofsgemeenschappen. Wat betekent het om in zo'n tijd kerk te zijn? Kan de kerk méér zijn dan een instituut in krimp met mensen in de kramp? Zou zij een ruimte van hoop, gemeenschap en zingeving kunnen worden aansluitend bij de behoefte van de zoekende en verstrooide mens?

Geloven is voor mij geen zeker weten, maar een “onzeker weten en betwijfeld geloof”, zoals Huub Oosterhuis het ooit uitdrukte.¹ Het is tegelijk kwetsbaar en funderend, persoonlijk en relationeel. Hoewel mijn geloof zich niet helemaal laat vangen binnen de grenzen van één kerk of specifieke kerkelijke traditie, zoek ik wel met heel mijn wezen naar vormen van kerk-zijn waarin mijn verlangen om kerk te zijn gestalte krijgt: ademende gemeenschappen waarin mensen gezien, gehoord en gedragen worden.

Vanuit die persoonlijke zoektocht naar de rol en missie van de kerk rees een bredere theologische vraag: Hoe kan de kerk, geworteld in haar traditie, een veerkrachtige en dragende gemeenschap zijn in een gefragmenteerde samenleving waarin mensen zoeken naar betekenis, verbondenheid en ruimte om te ademen? Daar wilde ik over nadenken en besloot weer theologie te gaan studeren. Ik

¹ Huub Oosterhuis, *Verzameld werk*, deel 1 (Baarn: De Pro, 2010), 35.

vroeg me af: hoe kunnen geloofsgemeenschappen standhouden én zich vernieuwen in een samenleving vol prestatiedruk en existentiële onzekerheid? Hoe verhoudt zich dat tot de realiteit waarin kerkgebouwen leeg blijven, mensen afhaken en de kerk steeds minder vanzelfsprekend aanwezig is? Waarom lukt het veel kerken niet om aan te sluiten bij de samenleving van nu? Zou het kunnen dat mensen de kerk niet de rug toekeren uit onverschilligheid, maar omdat ze verlangen naar iets wat de bestaande vormen onvoldoende bieden? En zou een andere gestalte van kerk-zijn—met behoud van liturgische en spirituele tradities, maar met meer ruimte voor betrokkenheid, kwetsbaarheid en gedeelde betekenis—precies datgene kunnen zijn waar velen naar zoeken?

Bij het zoeken naar antwoorden kwam ik uit bij het werk van Jürgen Moltmann en Jonathan Sacks. Niet uit abstracte interesse, maar omdat hun theologie resoneerde met wat ik zelf innerlijk voelde. Bij Moltmann vond ik taal voor het inzicht dat hoop niet slechts toekomstgericht is, maar ook een dragende en vooral transformatieve kracht in het heden.² Bij Jonathan Sacks herkende ik mijn verlangen naar een gemeenschap die ruimte geeft en draagt en waar ‘deelnemen aan’ gelijk staat aan ‘deelnemer zijn’.³ Hun werk gaf woorden aan wat voor mij eerder intuïtief en gevoelsmatig aanwezig was. Daarom zijn zij in deze thesis geen toevallige referentiepunten, maar funderende bronnen: hun denken heeft mijn eigen theologische visie mede gevormd en verdiept.

In deze thesis onderzoek ik veerkracht als theologisch begrip. Niet primair als psychologische competentie van het individu, maar als een kracht die geloofsgemeenschappen in staat stelt te volharden én zich te vernieuwen te midden van crisis en verandering. Ik verbind inzichten uit de systematische theologie –de eschatologische hoop van Jürgen Moltmann en het gemeenschapsdenken van Jonathan Sacks– met de sociaal-culturele context van kwetsbaarheid. In een ‘liquid society’ zonder vaste structuren heeft de kerk geen vanzelfsprekende plaats meer.⁴ Maar misschien ligt juist daarin haar roeping: om ruimte te bieden aan mensen die verlangen naar een gedeelde, dragende werkelijkheid. Kan theologisch verstaan van veerkracht leiden tot een ecclesiologische herbronning van kerk-zijn vandaag? En hoe kan de kerk een ademende gemeenschap zijn die leeft vanuit dezelfde bron—niet als bastion van zekerheid, zoals Moltmann het benoemt, maar als pelgrimsruimte van hoop, openheid en verbondenheid, waarin de eschatologische belofte van God en het ethische appel tot gemeenschap, zoals verwoord bij Moltmann en Sacks, concrete gestalte krijgen?

1.2. Theologische veerkracht: meer dan aanpassingsvermogen

In een ‘verstrooide’ samenleving, waarin individualisering, prestatiedruk en existentiële onzekerheid toenemen, raken mensen steeds meer vervreemd van vormen van gedeelde steun en verbondenheid. Uit onderzoek van het Trimbos-instituut blijkt dat afnemende sociale cohesie en toenemende bestaansonzekerheid de psychologische veerkracht van mensen verzwakken.⁵

² Jürgen Moltmann, *Theology of Hope: On the Ground and the Implications of a Christian Eschatology*, trans. James W. Leitch (London: SCM Press; 1967), 15–35.; zie ook *The Coming of God: Christian Eschatology*, trans. Margaret Kohl (Minneapolis: Fortress Press, 1996), 13–15.

³ Jonathan Sacks, *The Dignity of Difference: How to Avoid the Clash of Civilizations* (London: Continuum, 2002), 65–79.

⁴ Zygmunt Bauman, *Liquid Modernity* (Cambridge: Polity Press, 2000), 2–3.

⁵ Trimbos-instituut, *Mentale gezondheid in Nederland: Trends, kansen en uitdagingen* (Utrecht: Trimbos-instituut, 2021), <https://www.trimbos.nl/kennis/mentale-gezondheid-in-nederland>. Geraadpleegd 6 mei 2025

De groeiende complexiteit en versnelling van het dagelijks leven, in combinatie met individualisering, maakt dat vele moeite hebben om maatschappelijk en emotioneel bij te blijven. Dit leidt tot een toename van psychische problemen die het dagelijks functioneren onder druk zetten en benadrukt het belang van sociale netwerken en gemeenschapszin om veerkracht te versterken.

Klassieke veerkrachttheorieën leggen vaak de nadruk op individuele factoren zoals cognitieve flexibiliteit, copingstrategieën en aanpassingsvermogen. Maar een systematisch-theologische benadering van veerkracht biedt ruimte voor een gelaagder verstaan, waarin veerkracht wordt opgevat als een relationeel en gedeeld proces. Deze benadering sluit aan bij de perspectieven van Jürgen Moltmann en Jonathan Sacks, die veerkracht respectievelijk wortelen in eschatologische hoop en in gemeenschappelijke betekenisgeving. Vanuit deze theologische kaders wordt veerkracht zichtbaar in de wijze waarop geloofsgemeenschappen dragers van hoop en betrokkenheid kunnen zijn, juist in situaties van lijden en ontwrichting. Zo verschuift het accent van individuele adaptatie naar gedeelde praktijken van geloof, solidariteit en narratieve verwerking. De vraag is dan hoe de kerk zich kan heroriënteren en nieuwe vitaliteit kan ontwikkelen als gemeenschap die mensen niet alleen opvangt, maar ook draagt en inspireert. Zou veerkracht in deze zin niet kunnen bijdragen aan het vermogen van geloofsgemeenschappen om in een tijd van crisis en verandering stand te houden én opnieuw te ontdekken waar hun roeping ligt?

De laatmoderne samenleving waarin dit plaatsvindt – gekenmerkt door afnemende sociale cohesie, bestaansonzekerheid en informatiestress – sluit aan bij Zygmunt Baumans analyse van de ‘liquide moderniteit’. In zo’n wereld zijn instituties broos geworden en moeten mensen zich voortdurend aanpassen.⁶ Psychiater Bessel van der Kolk benadrukt in zijn werk over trauma het belang van sociale steun en zingeving als basis voor herstel.⁷ De kerk zou in deze context een belangrijke rol kunnen gaan vervullen: een plek waar mensen zich gezien, gehoord en gedragen weten. Zo kan de kerk – als missionaire gemeenschap – bijdragen aan het versterken van collectieve veerkracht: niet door enkel individuen te helpen met overleven, maar door gemeenschappen te bouwen waarin gedeelde verhalen, rituelen en verbondenheid ruimte scheppen voor hoop en herstel.

Jürgen Moltmanns theologie biedt daarvoor een belangrijk uitgangspunt. In *Theologie van de Hoop* (1967) ziet hij hoop niet als een innerlijke troost of louter toekomstgericht verlangen, maar als een transformatieve kracht die mensen aanzet tot handelen in het hier en nu. Hoop is geworteld in de belofte van Gods uiteindelijke overwinning op lijden en dood, en biedt daarmee niet alleen perspectief voor de toekomst, maar ook kracht om in het heden te blijven staan en verantwoordelijkheid te nemen. Moltmann laat zien dat theologische hoop niet statisch is, maar een dynamische kracht die mensen uitdaagt om bij te dragen aan verandering, in de geest van Gods komende rijk.⁸ Bij Jonathan Sacks zien we een complementaire benadering: hij legt de nadruk op gemeenschap, moreel leiderschap en gedeelde verhalen als fundamenteën voor veerkracht. In werken als *The Dignity of Difference* (2002), *To Heal a Fractured World* (2005) en *Morality* (2020) laat hij zien hoe gemeenschappen, geworteld in gedeelde rituelen en verhalen, een moreel kader kunnen

⁶ Zygmunt Bauman, *Liquid Modernity*

⁷ Bessel van der Kolk, *The Body Keeps the Score: Brain, Mind, and Body in the Healing of Trauma* (New York: Viking, 2014), 53–81.

⁸ Jürgen Moltmann, *Theology of Hope: On the Ground and the Implications of a Christian Eschatology*, trans. James W. Leitch (Minneapolis: Fortress Press, 1993 [1964]), 16–27

bieden dat mensen helpt betekenis te vinden in tijden van crisis.⁹ Voor Sacks is veerkracht geen individuele eigenschap, maar een collectief vermogen tot betrokkenheid en morele verantwoordelijkheid. Hoewel zijn visie normatief is en mogelijk beperkt toepasbaar in een gefragmenteerde samenleving, biedt zij belangrijke inzichten in de rol van rituelen, gedeelde identiteit en sociale cohesie bij het versterken van veerkracht.

De benaderingen van Moltmann en Sacks sluiten aan bij sociaalwetenschappelijke inzichten van Michael Ungar, Nathan White en Cornelia Richter, die veerkracht beschrijven als relationeel en ingebed in sociale en culturele contexten. Terwijl Moltmann veerkracht verbindt met een hoop die ons uitdaagt om het heden te transformeren, legt Sacks de nadruk op het belang van gemeenschap en gedeelde verhalen in het hier en nu. Moltmann biedt zo een theologisch perspectief waarin hoop verankerd is in het eschaton, terwijl Sacks laat zien hoe veerkracht groeit binnen de sociale praktijk van verbondenheid. Samen bieden zij een veelzijdig kader: Moltmann benadrukt de kracht van hoop om mensen in beweging te zetten, terwijl Sacks het belang van gemeenschap en moreel leiderschap vooropstelt.

Deze combinatie sluit naadloos aan bij de centrale metafoor van deze thesis: **De Oergrond**.

Deze Oergrond versta ik als een dragende werkelijkheid van onvoorwaardelijke liefde en verbondenheid, waarin mensen niet alleen geborgenheid vinden in tijden van crisis, maar ook worden uitgenodigd tot participatie en betrokken handelen. Het is een niet-maakbare maar geschonken ruimte waarin mensen kunnen vallen, opstaan en opnieuw beginnen. Het is de grondtoon van het geloof: een werkelijkheid die ons draagt en opvangt voordat we beseffen dat we vallen.

Het woord 'grond' is bewust gekozen; het verwijst naar de aarde waarop we staan – de aarde die ons bestaan voorafgaat en ons draagt. Zonder aarde geen bestaan, en daarmee geen basis. Zoals God de basis is van het leven. Het woord 'grond' is ook gekozen omdat in de grond onze verhalen besloten liggen: verhalen over waar we vandaan komen en waar we naartoe gaan. Onze voorouders liggen erin begraven, maar de grond draagt ook elke dag van de geschiedenis in zich.

Het is tevens de aarde waarin onze huizen staan, waar we wortelen en waar we kunnen groeien. Grond staat theologisch voor alles waarin tradities zich hebben geworteld – van de Bijbelverhalen en oude teksten tot de letterlijke aarde waarop Jezus en de apostelen hebben gelopen. Zo vormt de grond het fundament van ons bestaan, zowel theologisch als existentieel.

⁹ Jonathan Sacks, *The Dignity of Difference: How to Avoid the Clash of Civilizations* (London: Continuum, 2002), 45–60; Sacks, *Morality* (London: Hodder & Stoughton, 2020), 72–93.

Het woord 'oer' is gekozen omdat het wijst naar het meest authentieke, de oorsprong van alles – dat wat ooit begon, dat is ook God en dat is ook de aarde. De oergrond staat voor onze gedeelde menselijkheid, voor het feit dat we allemaal komen en gaan en dat we allemaal deel zijn van het grote verhaal dat verteld wordt – een verhaal dat we dragen en aan elkaar doorgeven. Hoe materialistisch en individualistisch onze samenleving ook is, we kunnen onszelf niet losdenken van dat grotere verhaal, of we nu wel of niet in God geloven.

We zijn allemaal het verhaal van de mens op aarde. We delen allemaal in het lijden en de gebrokenheid van het bestaan. Iedereen draagt zijn eigen lijden, zijn eigen gebroken hart, maar ook de wereld zelf zal altijd lijden en gebroken zijn – totdat Jezus terugkomt, of totdat wij mensen beseffen hoe we in die grond kunnen wortelen en samenleven. In dat alles ligt onze roeping besloten: om zelf het Koninkrijk van God te zijn, in hoe we met elkaar omgaan. Dit alles zit besloten in het woord Oergrond.

In dit onderzoek verken ik daarom hoe theologische veerkracht – geworteld in de eschatologische hoop van Moltmann en de gemeenschapsgerichtheid van Sacks – kan bijdragen aan het vermogen van geloofsgemeenschappen om te volharden én zich te vernieuwen. Door deze theologische inzichten te verbinden met sociaalwetenschappelijke literatuur ontstaat een beeld van veerkracht dat niet alleen individueel, maar vooral collectief en relationeel wordt beleefd. Dit opent perspectieven voor de kerk als missionaire gemeenschap: niet als bastion van zekerheid, maar als ademende ruimte waar mensen opnieuw leren leven vanuit hoop, gedeelde verhalen en wederzijdse betrokkenheid. De centrale onderzoeksvraag die uit deze probleemverkenning voortkomt luidt: *Hoe kan een systematisch-theologische uitwerking van veerkracht, gebaseerd op de hooptheologie van Jürgen Moltmann en de gemeenschapstheologie van Jonathan Sacks, bijdragen aan de vernieuwing van de missie van de Kerk in een verstrooide samenleving?*

Om deze vraag te beantwoorden, wordt een systematisch-theologische analyse gemaakt van het begrip veerkracht in dialoog met psychologische en sociologische inzichten. Daarbij wordt een model ontwikkeld waarin vijf dimensies van veerkracht centraal staan: (1) ergens bij horen, (2) het geloof van de ander in jou, (3) hoop, (4) gedeelde verhalen en (5) overgave en participatie. Zo wordt verkend hoe geloofsgemeenschappen – gedragen door een Oergrond van verbondenheid – veerkracht kunnen ontwikkelen, doorgeven en samen belichamen in een wereld die schreeuwt om houvast en hoop.

1.3. Methodologie

Deze thesis hanteert een kwalitatieve, systematisch-theologische benadering, waarin literatuuronderzoek de voornaamste methode is. De onderzoeksvraag wordt onderzocht via conceptuele analyse, thematische lezing van primaire theologische teksten, hermeneutische reflectie

en dialogen met relevante inzichten uit psychologie en sociologie. Zo ontstaat een interdisciplinair perspectief op veerkracht, dat uitnodigt tot theologische herdefiniëring.

Het veerkrachtmodel dat in deze thesis wordt ontwikkeld, ontstaat niet vanuit een vaststaand dogmatisch systeem, maar in een open en zoekende beweging. Theologische begrippen worden systematisch geordend en geëvalueerd op hun relevantie voor actuele vragen in kerk en samenleving. Theologie wordt hier opgevat als een discipline die zich bevindt op het snijvlak van geloof, gemeenschap, menselijke kwetsbaarheid en toekomstverwachting, in voortdurende dialoog met traditie en context. Vanuit dit perspectief wordt veerkracht niet enkel psychologisch gedefinieerd als individueel aanpassingsvermogen, maar als een gedeelde, relationele en spirituele kracht die mensen verbindt met elkaar en met de belofte van Gods komende rijk.

Dit onderzoek is expliciet interdisciplinair van aard. Het brengt systematisch-theologische reflecties in gesprek met sociaal-psychologische inzichten en maatschappelijke analyses van de verstrooide samenleving. Dit interdisciplinair karakter maakt het mogelijk om veerkracht niet enkel als individueel fenomeen, maar als een sociaal en spiritueel proces te beschouwen. Methodologisch combineer ik literatuuronderzoek (theologisch, filosofisch en sociaal-wetenschappelijk) met analytische reflectie. Deze combinatie stelt mij in staat om de complexiteit van het thema recht te doen en te tonen hoe theologische concepten vruchtbaar kunnen worden gemaakt voor actuele maatschappelijke vraagstukken. Bij het ontwikkelen van deze methodologie heb ik steeds kritisch gewogen hoe verschillende perspectieven elkaar kunnen verrijken en waar grenzen of spanningen zichtbaar worden.

In een vervolgonderzoek zou deze interdisciplinariteit nog verder kunnen worden uitgebouwd. Bijvoorbeeld door gebruik te maken van empirisch onderzoek (zoals casestudies van geloofsgemeenschappen) of door participatief actieonderzoek te verbinden met theologische reflectie. Zo kan de praktische relevantie van de Oergrondtheologie nog sterker worden aangetoond en geconcretiseerd. Deze methodologische benadering onderscheidt zich van traditionele dogmatische of zuiver empirische benaderingen, omdat zij ruimte maakt voor contextuele en existentiële vragen, én de dialoog tussen disciplines systematisch integreert. Zo draagt dit onderzoek niet alleen bij aan het verstaan van veerkracht, maar ook aan een bredere vernieuwing van systematische theologie als discipline in gesprek met de samenleving.

1.4 Lacune in theologisch veerkrachtonderzoek

In de afgelopen decennia is binnen de sociale wetenschappen veel onderzoek gedaan naar individuele en collectieve factoren die bijdragen aan veerkracht. Elementen zoals hoop, betekenisgeving en sociale relaties blijken essentieel en zijn vaak verbonden met religie en spiritualiteit (R/S). Hoewel sociaalwetenschappelijke studies het belang van R/S voor veerkracht bevestigen, is er weinig aandacht besteed aan de duiding van deze inzichten vanuit filosofisch of theologisch perspectief. Vaak ligt de nadruk op psychologische en sociologische aspecten zoals copingstrategieën en sociale netwerken, waardoor veerkracht hoofdzakelijk wordt opgevat als individuele capaciteit, ondersteund door sociale structuren. Wat grotendeels ontbreekt, is een systematisch-theologische reflectie op de manier waarop hoop, gemeenschap en moreel leiderschap – geworteld in religieuze tradities – functioneren als bronnen van veerkracht omdat

veerkracht Juist omdat veerkracht steeds meer wordt gezien als een cruciale factor voor welzijn, kan een theologische blik mogelijk iets toevoegen aan dit wetenschappelijke discours.¹⁰ Een theologische benadering van veerkracht onderzoekt hoe geloof, gemeenschap en zingeving in religieuze tradities concreet vorm krijgen. In dit onderzoek wordt veerkracht daarom vanuit drie samenhangende lagen van geloof benaderd.

1. Geloofsgemeenschappen — hoe mensen in verbondenheid met anderen kracht vinden, steun ervaren en een gedeelde identiteit opbouwen.
2. Religieuze tradities — hoe hoop, overgave en solidariteit gestalte krijgen in verhalen, rituelen en praktijken die generaties overstijgen.
3. De theologische methode — hoe systematisch-theologisch denken bijdraagt aan inzicht in wat veerkracht in theologische zin betekent.

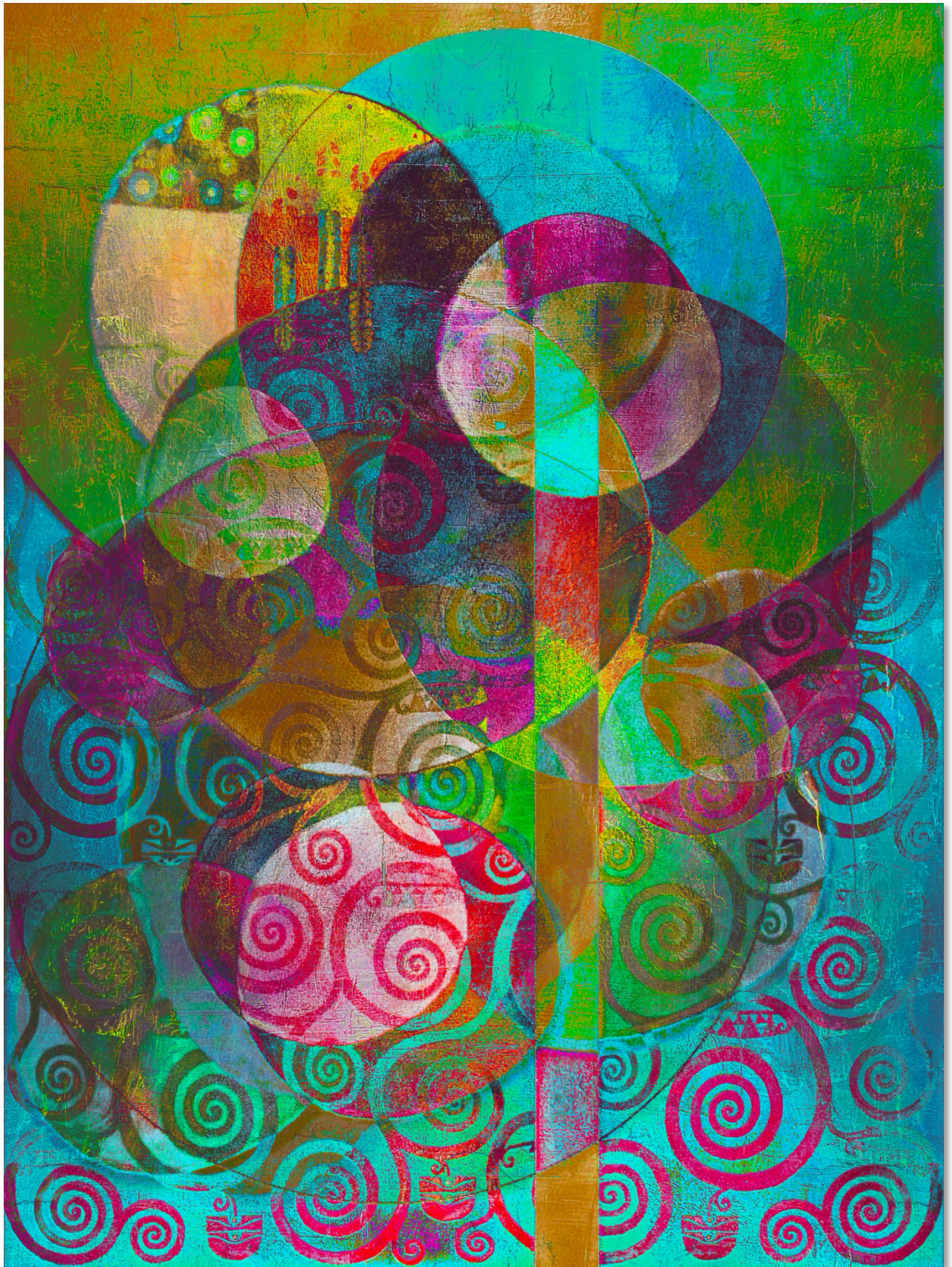
Deze drie lagen sluiten nauw aan bij het vijf-dimensionale model van veerkracht dat in deze thesis wordt ontwikkeld:

1. **Gemeenschap:** (*Ergens bij horen*) krijgt gestalte in de gemeenschap; elkaar dragen, verhalen delen en rituelen vieren waarin verbondenheid tastbaar wordt.
2. **Solidariteit:** (*Het geloof van de ander in jou*) leeft in de traditie van morele verantwoordelijkheid en onderlinge zorg, zoals Sacks benadrukt.
3. **Hoop:** (*Hoop*) wordt verdiept door Moltmanns eschatologische theologie, waarin het Gods toekomst mensen kracht geeft om het heden te dragen én te veranderen.
4. **Levenskracht:** (*Gedeelde verhalen*) vormt het hart van gemeenschappen: verhalen geven taal aan lijden, perspectief en betekenis.
5. **Bevrijding:** (*Overgave en participatie* zichtbaar in de actieve inzet van gelovigen voor elkaar en voor de wereld, gedragen door Gods dragende aanwezigheid: de oergrond.)

Deze masterthesis wil bijdragen aan het vullen van een lacune in de theologische literatuur door de eschatologische hooptheologie van Jürgen Moltmann en de gemeenschapstheologie van Jonathan Sacks te verbinden met sociaalwetenschappelijke inzichten. Zo ontstaat een geïntegreerd model van veerkracht dat zowel relationele als existentiële dimensies omvat.

Hoewel er recent meer aandacht is voor theologische reflectie op veerkracht, blijven deze bijdragen vaak marginaal binnen bredere academische discussies. Daarnaast blijft veel waardevol materiaal uit de joods-christelijke traditie onderbelicht. Deze studie onderzoekt hoe een systematisch-theologisch verstaan van veerkracht kan bijdragen aan het versterken van individuele én collectieve draagkracht. Zo kan veerkrachtig geloof een dragend fundament vormen voor gemeenschappen die in staat zijn tot herstel, verbondenheid en sociale samenhang in tijden van toenemende ontregeling.

¹⁰ David Cook and Nathan White, *Resilience in a Time of Crisis* (Cambridge: Grove Books, 2018).



De verstrooide samenleving.

2.1 Inleiding

We leven in een tijdperk waarin sociale verbondenheid niet langer vanzelfsprekend is. Vaste kaders zoals gezin, kerk, buurt of traditie, die vroeger richting en geborgenheid boden, zijn steeds minder verankerd in het dagelijks leven. In plaats daarvan leven we in een cultuur waarin autonomie, flexibiliteit en zelfredzaamheid vooropstaan. Zygmunt Bauman beschrijft deze laatmoderne werkelijkheid als een “vloeiende samenleving”, waarin instituties, relaties en identiteiten voortdurend van vorm veranderen zonder blijvende bindingen of zekerheden.¹¹ In deze context dreigen functionele gemeenschappen steeds meer te verdwijnen uit het alledaagse leven. De publieke ruimte (werk, zorg, onderwijs) lijkt bezet geraakt door een denken dat gericht is op efficiëntie en marktwerking, waardoor er nauwelijks nog ruimte is voor kwetsbaarheid en onderlinge verbondenheid. Veel mensen ervaren hierdoor gevoelens van onthechting, prestatiedruk, isolatie en vermoeidheid. Tegelijkertijd zien we een blijvende behoefte aan samenhang.

In dit hoofdstuk wordt de paradoxale werkelijkheid van het verdwijnen én het verlangen naar gemeenschap vanuit psychologisch en theologisch perspectief onderzocht. Het eerste deel van dit hoofdstuk onderzoekt de kenmerken van de hedendaagse ‘verstrooide samenleving’, een term waarmee ik verwijs naar processen van individualisering, versnippering en sociale ontbinding. Daarbij wordt onder meer gebruikgemaakt van het werk van Zygmunt Bauman en Byung-Chul Han, die respectievelijk spreken over een liquid modernity waarin vaste structuren verdampen, en over een samenleving die gekenmerkt wordt door prestatie- en overprikkelingsdruk, leidend tot wat Han aanduidt als een ‘uitputtingsmaatschappij’.¹² In het tweede hoofdstuk komt de psychische en lichamelijke impact van deze verstrooide samenleving aan bod. Vanuit een bio-psychosociaal perspectief tonen Bessel van der Kolk en Michael Ungar aan hoe trauma en chronische stress zich verankeren in het lichaam, en hoe veerkracht niet primair een individuele eigenschap is, maar veeleer ontstaat in relationele en contextuele netwerken van veiligheid, verbondenheid en zingeving.¹³ Het derde en vierde hoofdstuk onderzoeken welke elementen uit de theologie van Jürgen Moltmann en Jonathan Sacks bijdragen aan een theologisch verstaan van veerkracht. Het vijfde hoofdstuk werkt deze gedachten uit en onderzoekt hoe gedeelde verbondenheid –zowel

¹¹ Zygmunt Bauman, *Liquid Modernity* (Cambridge: Polity Press, 2000), 1–3.

¹² Zygmunt Bauman, *Liquid Modernity*; Byung-Chul Han, *The Burnout Society* (Stanford: Stanford UP, 2015)

¹³ Bessel van der Kolk, *The Body Keeps the Score: Brain, Mind and Body in the Healing of Trauma* (New York: Viking, 2014); Michael Ungar, “Resilience, Trauma, Context, and Culture,” *Trauma, Violence, & Abuse* 14, no. 3 (2013): 255–66.

horizontaal als verticaal— essentieel is voor duurzame veerkracht. Deze verbondenheid krijgt gestalte in het ecclesiologisch model van de ‘oergrond’: een gedeelde, dragende werkelijkheid die als existentiële bedding functioneert, waarin mensen zich gezien, gedragen en geborgen weten.

2.2 Kenmerken van een verstrooide samenleving

2.2.1 Existentiële vermoeidheid als diagnose

In zijn analyse van de laatmoderne samenleving spreekt Byung-Chul Han over een burn-outsamenleving: een cultuur waarin het individu zichzelf opjaagt in de naam van vrijheid, autonomie en zelfverwerkelijking — maar daarin juist ten diepste uitgeput raakt.¹⁴ De klassieke tegenstelling tussen onderdrukking en bevrijding is verschoven. Niet langer klinkt het ‘ik moet’, maar het ‘ik kan’: een subtielere, maar hardnekkige vorm van dwang die leidt tot zelfexploitatie en chronische vermoeidheid.¹⁵ Han spreekt in dit verband van existentiële vermoeidheid — een uitputting die dieper gaat dan fysieke overbelasting. Deze existentiële vermoeidheid ontstaat uit een innerlijk conflict tussen wat iemand is en wat hij of zij denkt te moeten zijn. In een cultuur die draait om voortdurende prestatie en zichtbaarheid valt ‘zijn’ steeds vaker samen met ‘doen’. Identiteit wordt gemeten aan productiviteit: wat je doet, wat je bereikt, wat je laat zien — dat bepaalt wie je bent. De vraag ‘wie ben ik?’ maakt plaats voor ‘wat heb ik gedaan?’ of ‘hoe profileer ik mij?’.¹⁶

Volgens Han leidt deze verschuiving tot een vorm van zelfvervreemding. Het individu wordt opgejaagd door het ideaalbeeld dat het zichzelf oplegt. De breuk tussen ‘zijn’ en ‘moeten worden’ vormt de kern van de laatmoderne onrust. Men is nooit genoeg: er is altijd iets beters, snellers, efficiënters mogelijk. Vermoeidheid is daarmee geen passieve toestand, maar een actief bijproduct van voortdurende zelfoptimalisatie: een uitputting die het subject zichzelf oplegt in de illusie van grenzeloze maakbaarheid.¹⁷ In deze cultuur van positiviteit verdwijnt de ruimte voor wat Han negativiteit noemt: rust, traagheid, verveling, beperking. Juist deze vormen van niet-doen zijn volgens hem onmisbaar voor vrijheid en menselijke diepgang, maar worden systematisch gemarginaliseerd in een maatschappij die op zichtbaarheid en rendement is gericht.¹⁸

Opmerkelijk is dat zowel Han als Moltmann vermoeidheid zien als probleem én signaal. Vermoeidheid legt breuklijnen bloot en opent ruimte voor alternatieven. In navolging van Peter Handke spreekt Han over *verbindende vermoeidheid*: een toestand waarin de mens zich bevrijd weet van het moeten, en ontvankelijk wordt voor het zijn.¹⁹ Moltmann spreekt op vergelijkbare wijze over sabbat, rust en eschatologische ademruimte: momenten waarin de tijd opent voor genade. Beiden wijzen op het belang van ritmische onderbreking als tegencultuur: voor Han in de vorm van diepe verveling en contemplatie, voor Moltmann in de vorm van liturgie, sabbat en hoop. Zo ontstaat een beeld van de mens in een verstrooide samenleving: moe, verdeeld en zoekend naar richting. Byung-

¹⁴ Byung-Chul Han, *The Burnout Society*, trans. Erik Butler (Stanford: Stanford University Press, 2015), 1–3

¹⁵ *Ibid.*, 4–6

¹⁶ *Ibid.*, 8–12

¹⁷ *Ibid.*, 13–15

¹⁸ *Ibid.*, 16–18

¹⁹ Peter Handke, *Essay on Tiredness*, trans. Gerrit Bussink (Amsterdam: De Arbeiderspers, 2000), 15–17; see also Byung-Chul Han, *The Burnout Society*, 27–30.

Chul Han houdt een scherpe filosofische spiegel voor waarin zichtbaar wordt hoe mensen vastlopen in prestatiedruk.

2.2.2 Digitalisering en de fragiele mens

In de vloeibare moderniteit, zoals Zygmunt Bauman die kernachtig typeert, zijn vaste structuren en collectieve kaders grotendeels verdampt. Waar mensen in de solide moderniteit nog stevig geworteld waren in instituties als kerk, familie of natie, zijn deze structuren verworpen tot ‘zombie-instituties’: schijnbaar aanwezig, maar zonder normatieve kracht.²⁰ Identiteit is geen gegeven meer, maar een doorlopende opdracht in een wereld van individuele verantwoordelijkheid.

Dit proces van individualisering wordt verder versterkt door de toenemende digitalisering. De opkomst van digitale technologieën en sociale media heeft weliswaar nieuwe vormen van verbinding mogelijk gemaakt, maar deze zijn vaak vluchtig, transactioneel en oppervlakkig. De mens is voortdurend ‘online’, zichtbaar en meetbaar, maar raakt tegelijkertijd verwijderd van zichzelf en de ander. De digitale netwerksamenleving suggereert verbondenheid, maar produceert fragmentatie en isolatie. We zijn collectief ‘afge-schermd’ van elkaar. In plaats van geborgen weten, moet de mens zich voortdurend opnieuw heruitvinden en bewijzen. De subjectieve vrijheid –de ervaring van keuzemogelijkheden– wordt gepresenteerd als hoogste ideaal, maar Bauman wijst op de schijn daarvan: objectieve vrijheid, de handelingsruimte, neemt vaak af. In een overdaad aan keuzes zonder richting of gedeelde waarden, ontstaat wat hij aanduidt als ‘anomie’: normloosheid, keuzestress en een voortdurend gevoel tekort te schieten.²¹ De samenleving heeft zich ontwikkeld tot een ‘prestatie maatschappij’, waarin mensen zichzelf uitputten in een voortdurende cyclus van zelfoptimalisatie en zelfverantwoording.²² Overprikkeling is het gevolg: het subject implodeert onder de druk van eigen verwachtingen, met burn-out, depressie en ADHD als tekenen van een culturele pathologie. Han beschrijft hoe de hyperpositiviteit van het neoliberale ethos – ‘alles is mogelijk, jij kunt alles’ – zich keert tegen het individu, dat alleen nog zichzelf heeft om op terug te vallen.²³

In deze context verliest de mens de bedding van betekenisvolle relaties. Sociale verbanden worden consumptiegoederen: aantrekkelijk zolang ze bevrediging bieden, vervangbaar zodra dat niet meer het geval is.²⁴ Geduld, trouw en vergeving raken uit de mode; relaties worden vluchtig, conditioneel en onzeker. Toch blijft het verlangen naar gemeenschap levend, maar vaak in defensieve vormen. In plaats van open netwerken ontstaan homogeen gesloten subgroepen (de zgn ‘bubbels’): ideologisch, nationaal of spiritueel. Deze ‘safe havens’ bieden tijdelijk houvast, maar versterken polarisatie. Bauman wijst op de opkomst van ‘non-places’; lege ruimtes zoals vliegvelden waar ontmoeting gereduceerd wordt tot interactie zonder binding.²⁵

In de meervoudige crisis van individualisering, digitalisering, sociale fragmentatie en overprikkeling groeit bij velen een gevoel van existentiële eenzaamheid –paradoxaal genoeg vaak juist temidden van anderen. Consumptie vervangt gemeenschap, maar mist betrokkenheid en wederkerigheid. Zo

²⁰ Zygmunt Bauman, *Liquid Modernity* (Cambridge: Polity Press, 2000), 6–7.

²¹ *Ibid.*, 21–30.

²² Byung-Chul Han, *The Burnout Society*, trans. Erik Butler (Stanford: Stanford University Press, 2015), 2–5.

²³ *Ibid.*, 9–14.

²⁴ Bauman, *Liquid Modernity*, 44–46.

²⁵ *Ibid.*, 93–99.

komen de relationele structuren onder druk te staan, terwijl juist daarin de basis ligt voor samenleven, veerkracht en onderlinge zorg. Tegenover dit ‘godloze nihilisme’, stelt Moltmann een tegenbeeld: een cultuur van hoop, liefde en verbondenheid. Hoop is voor hem geen vroom verlangen, maar een daad van vertrouwen in de mogelijkheid van vernieuwing, ook, en juist, in tijden van dreiging. *Wo aber Gefahr ist, wächst das Rettende auch*: waar gevaar dreigt, groeit ook het reddende.²⁶

2.2.3. Chronische stress en existentiële onzekerheid

In de laatmoderne samenleving wordt het individu steeds vaker gezien als zelfsturend project. Van zelfhulpboeken tot retraites die ‘innerlijke kracht’ beloven: de onderliggende boodschap is dat wie sterker staat als individu, zich beter zal kunnen handhaven in een onzekere wereld. Deze nadruk op autonomie en mentale weerbaarheid klinkt door in onderwijs, zorg en werkcultuur, en sluit aan bij een samenleving waarin verantwoordelijkheid steeds verder wordt geïnternaliseerd.²⁷ Tegelijkertijd roept deze ontwikkeling fundamentele vragen op. Wat betekent het voor onze samenleving wanneer sociale structuren aan draagkracht verliezen? Wat zijn de psychologische gevolgen van een cultuur waarin mensen steeds minder deel uitmaken van een hechte gemeenschap? En wat gebeurt er met veerkracht, wanneer deze hoofdzakelijk wordt opgevat als een individuele opdracht? Hoe houdbaar is dan het concept van veerkracht wanneer het wordt gereduceerd tot een individuele opdracht?

Om die vragen beter te kunnen begrijpen, biedt het werk van psychiater Bessel van der Kolk een waardevol uitgangspunt. In *The Body Keeps the Score* laat hij zien dat de menselijke behoefte aan verbondenheid geen optioneel sociaal verlangen is, maar verankerd ligt in onze neurologische en lichamelijke structuur. Chronische stress, relationele onveiligheid en trauma laten niet alleen psychische sporen na, maar nestelen zich ook in het lichaam zelf. In een samenleving waarin die verbondenheid onder druk staat, raakt ook de innerlijke samenhang verstoord.²⁸ Van der Kolk toont hoe het lichaam direct reageert op langdurige stress en relationele onveiligheid. Ons brein is immers evolutionair ingesteld op overleving binnen een sociale context: dreiging, ook in moderne vormen zoals sociale uitsluiting of prestatiedruk, activeert oeroude reflexen in het reptielenbrein van vechten, vluchten of bevriezen (fight, flight, freeze).²⁹ Naast deze bekende reacties toont onderzoek ook ‘fawn’ (pleasen) en ‘tend-and-befriend’ (zorgen als overlevingsstrategieën).³⁰

Van der Kolk benadrukt dat trauma zelden voortkomt uit één enkele schokkende gebeurtenis, maar vaak ontstaat uit herhaalde ervaringen van machteloosheid in een omgeving waarin responsieve relaties ontbreken. Sociale afstemming (het gevoel gezien, gehoord en gedragen te worden) is essentieel voor het reguleren van stress. Wanneer die afstemming langdurig uitblijft, raakt het

²⁶ Jürgen Moltmann, *Wo aber Gefahr ist, wächst das Rettende auch: But Where There Is Danger, Salvation Also Grows*. Lezing in der Westminster Abbey, London, zum Hölderlinjahr 2020 (Gütersloh: Gütersloher Verlagshaus, 2021). In deze lezing reflecteert Moltmann op Hölderlins vers uit het gedicht Patmos en verbindt hij dit met actuele bedreigingen zoals terrorisme, neo-nationalisme, ecologische crises en het verlangen naar een cultuur van leven en solidariteit.

²⁷ Eva Illouz, *Saving the Modern Soul: Therapy, Emotions, and the Culture of Self-Help* (Berkeley: University of California Press, 2008), 14–21.

²⁸ Bessel van der Kolk, *The Body Keeps the Score: Brain, Mind and Body in the Healing of Trauma* (New York: Viking, 2014), 51–60.

²⁹ Van der Kolk, *The body Keeps the Score*

³⁰ Shelley E. Taylor et al., “Biobehavioral Responses to Stress in Females: Tend-and-Befriend, Not Fight or Flight,” *Psychological Review* 107, no. 3 (2000): 411–429; Pete Walker, *Complex PTSD: From Surviving to Thriving* (Petaluma, CA: Azure Coyote Books, 2013), 73–75.

lichaam in een toestand van chronische alarmbereidheid (hyperarousal). Dit kan leiden tot angst, somberheid fysieke pijn, geheugenproblemen en gevoelens van vervreemding.³¹ Steeds meer mensen, jong en oud, ontwikkelen op deze manier patronen van hyperwaakzaamheid, dissociatie of emotionele verdoofdheid. Deze primaire reacties, die oorspronkelijk bedoeld zijn voor acute overleving, ontregelen steeds meer het dagelijks functioneren van kinderen en volwassenen.³² De implicaties van Van der Kolks werk zijn fundamenteel. Psychisch lijden is niet uitsluitend een innerlijk, mentaal proces, maar raakt ingebed in een breder relationeel en lichamelijk verhaal. In een samenleving die hoge eisen stelt aan het individu, maar weinig ruimte biedt voor gedeelde kwetsbaarheid, groeit de kans op structurele overbelasting. Het lichaam spreekt daar waar de cultuur zwijgt. Zoals Van der Kolk het treffend formuleert: “*Trauma is not what happens to you, but what happens inside you as a result of what happens to you when you are alone with it.*”³³

Bovenstaande ontwikkelingen leiden niet alleen tot individuele en innerlijke fragmentatie, maar ook tot wat men ‘verstrooiing’ zou kunnen noemen: een toestand waarin mensen fysiek nabij, maar sociaal ver verwijderd van elkaar leven. Hoewel men formeel nog deel uitmaakt van een samenleving of geloofsgemeenschap, ontbreekt gezamenlijkheid. Er is geen gedeeld ritme meer, geen narratief waarin men zichzelf en de ander kan situeren. Dit leidt tot gevoelens van ontheemding en existentiële leegte. Deze toestand doet denken aan het volk Israël in ballingschap: nog bestaand, maar relationeel uiteengevallen. De fysieke verstrooiing symboliseert een dieperliggende crisis van identiteit en gemeenschap (vgl. Ez. 37:21–22). Het volk hoort bij elkaar, maar leeft zo ver van elkaar dat het het gevoel van samenhang verliest. De tempel, de stad, het land en het ritme van het gemeenschappelijke leven ontbreken –en daarmee ook het vermogen om zich als één volk te verstaan.

Vergelijkbaar is de ervaring van veel mensen vandaag. In een wereld van constante digitale verbondenheid leven we paradoxaal genoeg steeds verder uit elkaar. Wijken, werkplekken en zelfs kerkgemeenschappen zijn vaak losse netwerken geworden van mensen die elkaar slechts functioneel of tijdelijk ontmoeten. De gemeenschappelijke ritmes die het leven ooit structuur en betekenis gaven — zoals samen eten, vieren, rouwen en bidden — hebben plaatsgemaakt voor geïndividualiseerde leefwerelden die naast elkaar bestaan, maar zelden echt in verbinding staan. Het ‘wij’ verdwijnt uit beeld, en daarmee ook de spiegel waarin het ‘ik’ zichzelf zou kunnen herkennen en reguleren.³⁴

De socioloog Hartmut Rosa spreekt in dit verband over het verlies van *resonantie*: het vermogen om ons werkelijk geraakt te weten door de wereld en daarin een wederkerige relatie aan te gaan. Wanneer deze resonantie verdwijnt, blijft een zelf over dat zijn leven probeert te organiseren zonder verbinding met een gedeelde werkelijkheid.³⁵ Zonder deze resonantie raakt identiteit los van houvast en wordt voortdurend geconstrueerd. Autonomie verliest haar belofte van vrijheid en wordt een voortdurende opdracht om jezelf te dragen, zonder gedeelde grond onder de voeten. Existentiële onzekerheid blijkt dan geen individueel probleem, maar het symptoom van een samenleving die haar gemeenschappelijke ritmes is kwijtgeraakt. De groei van burn-out, depressie en angststoornissen onder jongeren, evenals de toename van suïdecijfers en langdurige psychische

³¹ Bessel van der Kolk, *The Body Keeps the Score*, 203-208

³² Bessel van der Kolk, *The Body Keeps the Score*, 51–60.

³³ *Ibid.*, 109

³⁴ Deze formulering sluit aan bij werk van Charles Taylor, Hartmut Rosa en Emmanuel Levinas.

³⁵ Hartmut Rosa, *Resonance: A Sociology of Our Relationship to the World*, trans. James C. Wagner (Cambridge: Polity Press, 2019), 38–59.

klachten, getuigen van deze collectieve uitputting.³⁶ Wat rest is de zoektocht naar plekken waar mensen weer mogen 'zijn'. De groeiende populariteit van retraites, stiltecentra en kloosterbezoek laat zien dat dit verlangen breed gedeeld wordt. Mensen hunkeren naar gemeenschappelijkheid, naar rust, ritme en herkenning. Maar zolang die ervaring slechts tijdelijk is en niet ingebed raakt in duurzame structuren, blijft de verstrooiing bestaan.

Deze analyse heeft ook betekenis voor de rol en missie van de kerk. Wanneer trauma en stress voortkomen uit relationele onveiligheid, dan ligt herstel juist in het ervaren van veilige, dragende relaties. De kerk kan –en moet– een plek zijn waar mensen leren leven in verbondenheid: niet als perfecte gemeenschap, maar als oefenplek voor nabijheid, en gedeelde kwetsbaarheid. In dat licht krijgt de roeping van de kerk een aanvullende dimensie: niet alleen als verkondigende of rituele gemeenschap, maar ook als plek van sociale afstemming, presentie en herstel. Deze visie sluit aan bij een bredere theologische missie: de kerk als 'ademruimte' in een overprikkelde samenleving –een plek waar mensen niet hoeven presteren, maar tot rust mogen komen in genade, ritme en relatie. Juist in een cultuur waarin velen kampen met innerlijke fragmentatie, kan de kerk opnieuw betekenis krijgen als een gemeenschap van dragende aanwezigheid.

2.3 Tussen overleven en uitputting: fragmentatie van kennis, macht en moraal

In hedendaagse westerse samenlevingen is een duidelijke tendens zichtbaar waarbij het principe van 'survival of the fittest' –oorspronkelijk afkomstig uit de evolutionaire theorie van Darwin– steeds meer wordt genormaliseerd en geïstitutionaliseerd. Deze logica wordt vooral zichtbaar in de manier waarop kennis, macht en maatschappelijke invloed worden verdeeld. Wie meer toegang heeft tot kennis, verwerft doorgaans ook meer macht, en deze macht vertaalt zich vervolgens in grotere zichtbaarheid, zeggenschap en maatschappelijke waardering. In een kapitalistisch systeem wordt die waardering vaak uitgedrukt in financiële termen, waarmee geld –ooit bedoeld als neutraal ruilmiddel– een instrument wordt van sociale waardebeoordeling.³⁷

Het onderwijs biedt een vroeg voorbeeld van deze dynamiek. Al in het basisonderwijs, met name bij het schooladvies in groep 8, spelen sociaaleconomische status, etniciteit en geografische ligging een bepalende rol. Deze ongelijkheden beïnvloeden de onderwijsroute van kinderen. Hierdoor ontstaat een vicieuze cirkel: wie beperkte toegang heeft tot kwalitatief goed onderwijs, krijgt minder toegang tot kennis, verwerft minder macht, en kan dus moeilijker sociaaleconomisch stijgen. In die zin is competitie binnen het kapitalistische systeem niet alleen normaal geworden, maar ook noodzakelijk voor het individuele voortbestaan. Tegelijkertijd ontbreekt in deze geïndividualiseerde samenleving het weefsel van gemeenschap. Wat we zien zijn steeds meer gefragmenteerde individuen die strijden om te overleven in een context waarin autonomie en competitie worden verheerlijkt.³⁸

³⁶ Trimbos Instituut, *Factsheet Psychische gezondheid jongeren*, 2023. Utrecht: Trimbos, 2023, geraadpleegd 6 mei 2025

³⁷ Zie ook: Michel Foucault, *Discipline, toezicht en straf: de geboorte van de gevangenis*, vert. Frank Lekens en Huub Klinkenberg (Amsterdam: Boom, 2007).

³⁸ Jonathan Sacks, *The Dignity of Difference: How to Avoid the Clash of Civilizations*, rev. ed. (London: Continuum, 2003), 34–38.

Deze maatschappelijke trend kruist bovendien met technologische ontwikkelingen. Digitale technologieën ontwikkelen zich razendsnel, terwijl het menselijk brein evolutionair traag blijft. De hoeveelheid prikkels overstijgt onze verwerkingscapaciteit en leidt tot overprikkeling en stress.³⁹ Zoals eerder beschreven noemt Byung-Chul Han dit fenomeen ‘existentiële vermoeidheid’: een uitgeput subject dat voortdurend moet presteren en zichtbaar moet zijn, zonder de rust van een gedeelde dragende grond. Mensen worden niet langer onderdrukt door externe machten, maar opgejaagd door een intern verlangen naar zelfoptimalisatie.⁴⁰ Michael Ungar, psycholoog en directeur van het Resilience Research Centre in Canada, vult dit aan door te stellen dat veerkracht niet zozeer een individuele eigenschap is, maar veeleer een ecologisch gegeven: zij ontstaat daar waar mensen ingebed zijn in veilige, zorgzame en zinvolle netwerken. Ontbreekt die context dan verliezen mensen hun psychisch evenwicht en vermogen tot sociaal functioneren.⁴¹ Jonathan Sacks noemt dit de “ethische crisis van het ik-tijdperk”, waarin morele verantwoordelijkheid vervangen wordt door expressieve autonomie en verbondenheid ondergeschikt raakt aan zelfontplooiing.⁴² Hij pleit voor een hernieuwde nadruk op gemeenschap, verbond en wederzijdse verantwoordelijkheid –begrippen die centraal staan in de joodse en christelijke tradities. Zonder deze relationele grond verdwijnt het vertrouwen in de ander én in instituties en de toekomst.

2.4 Verticale en horizontale verbondenheid als grond van veerkracht

Binnen hedendaagse laatmoderne samenlevingen groeit de spanning tussen individuele autonomie en collectieve verbondenheid. Deze spanning wordt zichtbaar in de herdefiniëring van ‘relatie’. Waar relaties in premoderne, religieus geïnspireerde contexten doorgaans intrinsiek betekenisvol waren –gedragen door onvoorwaardelijkheid, trouw en wederzijdse verplichting– worden zij in neoliberale samenlevingen steeds vaker benaderd als functionele, doelgerichte interacties. De relationele logica verschuift van ‘zijn-in-relatie’ naar ‘relaties als middelen tot zelfrealisatie’. Relaties worden steeds meer gezien als middel voor persoonlijk voordeel, handige contacten of statusverhoging.⁴³

Jonathan Sacks stelt dat dergelijke verschuivingen een fundamenteel ethisch tekort blootleggen. In zijn uitleg van de Torah benadrukt hij dat menselijke waardigheid geworteld is in relatie, en dat verhalen zoals die van Isaak, Jakob en Esau ons vooral tonen wat onvoorwaardelijke liefde inhoudt, vooral in de ouder-kindrelatie.⁴⁴ Hij beschouwt die relationaliteit als de kern van Bijbelse ethiek, gebaseerd op deugden als geloof, hoop en liefde. In een samenleving waarin relaties vooral economisch gewaardeerd worden, vraagt dat om een ander denken; niet langer de nadruk op autonomie, succes en nut, maar op verantwoordelijkheid, trouw en wederkerige betrokkenheid.

De implicaties van deze verschuiving zijn breed. Religieuze instellingen, en in het bijzonder kerken, functioneren van oudsher als plekken waar verticale (mens-God) en horizontale (mens-mens) verbondenheid samenkomen. Tegelijkertijd kampen veel kerken met interne fragmentatie en

³⁹ Bessel van der Kolk, *The Body Keeps the Score: Brain, Mind, and Body in the Healing of Trauma* (New York: Viking, 2014), 60–63.

⁴⁰ Byung-Chul Han, *The Burnout Society*, trans. Erik Butler (Stanford: Stanford University Press, 2015), 18–24.

⁴¹ Michael Ungar, “Resilience, Trauma, Context, and Culture,” *Trauma, Violence, & Abuse* 14, no. 3 (2013): 255–66.

⁴² Jonathan Sacks, *To Heal a Fractured World: The Ethics of Responsibility* (London: Continuum, 2005), 112–115.

⁴³ Zygmunt Bauman, *Liquid Modernity* (Cambridge: Polity Press, 2000), 38–43.

⁴⁴ Jonathan Sacks, *The Dignity of Difference: How to Avoid the Clash of Civilizations*, rev. ed. (London: Continuum, 2003), 43–49.

vervreemding. Sociologische analyses tonen dat kerken niet zelden kampen met sociale uitsluiting, culturele weerstand tegen diversiteit, en een institutionele traagheid die hun maatschappelijke relevantie aantast.⁴⁵ Vooral jongere generaties ervaren de kerk niet meer als een ruimte van betekenis, maar als een echo van normen en vormen uit het verleden. De vraag is hoe kerken zich opnieuw kunnen positioneren als ruimtes van verbondenheid, waar relaties niet om hun nut, maar om hun waarde voor elkaar worden gezien. De waarden van nederigheid, barmhartigheid en gerechtigheid zoals die bijvoorbeeld in de Bergrede terug te vinden zijn, vormen een duidelijk tegengeluid tegen het dominante meritocratisch denken en wijzen op een visie waarin menselijke waardigheid niet afhankelijk is van verdienste, maar van gelijkwaardigheid en onderlinge zorg.⁴⁶ In deze andere manier van kijken draait zingeving niet om persoonlijke consumptie of zelfontplooiing, maar ontstaat in relatie met anderen – vooral in dienstbaarheid en steun. De populariteit van zelfhulpboeken en coaching laat zien dat veel mensen op zoek zijn naar betekenis. Tegelijk maakt het duidelijk dat er vaak een gebrek is aan gedeelde rituelen en gemeenschappelijke vormen van zingeving. Die zoektocht wordt zo persoonlijk en commercieel gestuurd.

Toch wijst de literatuur over stervensbegeleiding, onder andere het werk van Elisabeth Kübler-Ross, op het cruciale besef dat relaties uiteindelijk zwaarder wegen dan status, werk of bezit.⁴⁷ Dit inzicht, vaak pas laat ontdekt, confronteert ons met onze roeping: leven in verbondenheid, nabijheid en overgave. Deze intuïtie sluit aan bij klassieke theologische noties van agapè, kenosis en gemeenschap. Begrippen die in hedendaagse contexten opnieuw betekenis kunnen krijgen wanneer zij worden ingebed in praktische spiritualiteit. Dit roept de vraag op of de kerk, zo opnieuw betekenisvol kan worden als een plek van relationeel herstel. Niet zozeer als gezagsdragende instelling met regels, maar mogelijkwerwijs als een levende gemeenschap waarin ruimte ontstaat voor eerlijkheid, aandacht en gedeelde hoop. Dat vraagt om nieuwe vormen van kerk-zijn, met meer aandacht voor rituelen die mensen verbinden – zoals stilte, vieren, luisteren en vergeving. Ook het combineren van oude spirituele tradities, zoals monastieke onderscheiding, met hedendaagse vormen van bewustwording – denk aan mindfulness of aandachtstraining – kan helpen om opnieuw in contact te komen met wat Paulus benoemt als geloof, hoop en liefde (1 Kor. 13:13). Deze deugden zijn niet alleen persoonlijke eigenschappen, maar vormen de basis voor samenleven in verbondenheid. In een samenleving die steeds meer uit elkaar valt, kan de kerk zo een tegenkracht zijn: een plek voor gedeelde zingeving en herstelde relaties. Daarmee wordt ook iets zichtbaar van een grotere belofte: dat het Koninkrijk van God geen verre toekomst is, maar een concrete werkelijkheid waarin mensen leren samenleven in liefde, vertrouwen en trouw.

2.5 Van verstrooiing naar gemeenschap: pleidooi voor relationeel herstel

In het licht van de voorafgaande reflectie wordt het steeds duidelijker: we staan voor de vraag hoe de kerk een vernieuwde bedding kan bieden aan hoop en gemeenschap. Niet door zich terug te trekken in vertrouwde vormen van vroeger, noch door nostalgisch te proberen oude structuren te

⁴⁵ Grace Davie, *Religion in Modern Europe: A Memory Mutates* (Oxford: Oxford University Press, 2000), 121–135.

⁴⁶ Michael Sandel, *The Tyranny of Merit: What's Become of the Common Good?* (New York: Farrar, Straus and Giroux, 2020), 67–74.

⁴⁷ Elisabeth Kübler-Ross, *Levenslessen: Over inzichten die ons kunnen helpen werkelijk te leven* (Amsterdam: Ten Have, 2000), 98–101.

herstellen. De neiging om vast te houden aan bekende vormen in tijden van verandering is bekend binnen de psychologie. John Bowlby stelt dat gehechtheid aan vertrouwde structuren veiligheid biedt bij dreiging.⁴⁸ In de context van kerkelijke instellingen kan dit leiden tot een vorm van collectieve regressie: een onbewuste terugval naar eerdere zekerheden die ooit een gevoel van oriëntatie en bescherming boden.⁴⁹

Bessel van der Kolk wijst erop, dat onder stress het brein teruggrijpt op automatische patronen, verbonden met vroegere overlevingservaringen.⁵⁰ Wat individueel gebeurt, kan ook ecclesiologisch optreden: het krampachtig vasthouden aan traditionele vormen als reactie op onzekerheid. Hierdoor wordt echter vaak vergeten dat tradities in hun oorsprong dynamische vormen van geloofsvernieuwing waren, geworteld in openheid voor Gods toekomst.⁵¹ Zoals Moltmann benadrukt, vraagt vernieuwing niet om restauratie van het verleden, maar om het openen van de toekomst in het licht van Gods belofte.⁵² De kerk wordt geroepen om niet slechts een instituut van behoud te zijn, maar een gemeenschap die leeft vanuit de eschatologische dynamiek van hoop. Wat nodig is, is dus geen nostalgische restauratie, maar een theologisch en existentieel antwoord op het diepe verlangen van mensen naar verbondenheid, richting en rust – een kerk als belichaamde verwachting van de komende God. In een samenleving waarin steeds meer mensen gebukt gaan onder chronische stress, relationele onveiligheid en een voortdurende prestatiedruk, krijgt de kerk een vernieuwde betekenis als oefenplek voor verbondenheid. Niet in de eerste plaats als plek van structuren of dogma's, maar als een levende ruimte waar nabijheid, zorg en ademruimte centraal staan. Juist die elementen – relationele afstemming, ritmische onderbreking en onvoorwaardelijke aanwezigheid – zijn, zoals Bessel van der Kolk benadrukt, essentieel voor herstel in contexten van langdurige stress of trauma.⁵³ Wanneer de samenleving tekortschiet kan de kerk –als gemeenschap van aandacht– een alternatieve ruimte worden. Een plek waar mensen niet hoeven te presteren, maar mogen zijn, opnieuw leren ademen in relatie tot zichzelf, anderen en God. Zo'n kerk is geen gesloten bastion, maar een tastbare gestalte van een andere werkelijkheid: een gemeenschap waarin hoop, liturgie, vergeving en gedeelde kwetsbaarheid de contouren tekenen van het Koninkrijk dat komt – en misschien al is begonnen.

In het volgende hoofdstuk wordt dieper ingegaan op de theologie van Jürgen Moltmann, met bijzondere aandacht voor de wijze waarop zijn eschatologische en trinitarische denken relevant is voor een vernieuwd kerkbegrip in tijden van maatschappelijke ontwrichting. Moltmanns visie biedt een theologisch kader waarin de kerk niet zozeer wordt gezien als instituut, maar als levende gemeenschap van hoop en verwachting – voortdurend bewogen door de Geest. In hoofdstuk 4 komt daarnaast de gemeenschapsvisie van Jonathan Sacks uitgebreid aan bod. Sacks beschrijft gemeenschap niet in eerste instantie als een sociologisch fenomeen, maar als een morele en spirituele werkelijkheid: een verbond van verantwoordelijkheid, waarin mensen niet alleen rechten, maar ook plichten delen ten opzichte van elkaar.⁵⁴ In zijn visie is de samenleving pas echt menselijk

⁴⁸ John Bowlby, *Attachment and Loss*, Volume 3: Loss, Sadness and Depression (New York: Basic Books, 1980), 15–17.

⁴⁹ Michael Ungar, "Resilience, Trauma, Context, and Culture," *Trauma, Violence, & Abuse* 14, no. 3 (2013): 255–266.

⁵⁰ Bessel A. van der Kolk, *The Body Keeps the Score: Brain, Mind, and Body in the Healing of Trauma* (New York: Viking, 2014), 75–78.

⁵¹ Jonathan Sacks, *The Dignity of Difference: How to Avoid the Clash of Civilizations* (London: Continuum, 2002), 46–47.

⁵² Jürgen Moltmann, *Theology of Hope: On the Ground and the Implications of a Christian Eschatology* (Minneapolis: Fortress Press, 1993), 16–19.

⁵³ Bessel A. van der Kolk, *The Body Keeps the Score: Brain, Mind, and Body in the Healing of Trauma* (New York: Viking, 2014), 83–85.

⁵⁴ Jonathan Sacks, *The Home We Build Together: Recreating Society* (London: Continuum, 2007), 6–7.

waar individuen zich inzetten voor het welzijn van de ander – juist daar ontstaat gemeenschap. Tegenover een cultuur van onverschilligheid en individualisme stelt Sacks het concept van “covenantal community”: een gedeelde ruimte waarin mensen hun lot verbinden, verhalen delen en morele verantwoordelijkheid op zich nemen.⁵⁵ Voor Sacks is geloof dan ook geen privékwes- tie, maar iets dat pas echt betekenis krijgt in de context van gedeelde verantwoordelijkheid – voor elkaar, voor de wereld, en voor de toekomst.⁵⁶ De kerk wordt zo een ethische ruimte waarin mensen betrokken burgers en medemensen worden. Dit sluit nauw aan bij het in deze thesis ontwikkelde beeld van de kerk als dragende gemeenschap: niet als veilige cocon, maar als een moreel en existentieel kompas in een gefragmenteerde wereld.

In hoofdstuk 5 zal vervolgens een model van veerkracht worden uitgewerkt, waarin ook de ecclesiologische dimensie een centrale plaats krijgt. De kerk wordt daar beschreven als ‘Oergrond’: een ruimte waarin Gods dragende aanwezigheid gestalte krijgt in gedeelde ritmes, relaties en verhalen. Niet als onwrikbare bodem, maar als een levende werkelijkheid waarin mensen zich geborgen weten, bevrijd van prestatiedruk. Juist in deze betekenis krijgt de kerk opnieuw urgentie: als tastbare belichaming van hoop in een samenleving die snakt naar adem, richting en gemeenschap. Deze Oergrond is geworteld in wat Moltmann ‘trinitarische relationaliteit’ noemt: een God die niet op afstand blijft, maar zich geeft in liefde, in gemeenschap, in nabijheid.⁵⁷ In een tijd van fragmentatie en overprikkeling wordt die vorm van kerk-zijn meer dan ooit actueel: als gedeelde ruimte van heling, hoop en toekomst.

- Hoofdstuk 2 onderzoekt de ‘verstrooide samenleving’, gekenmerkt door individualisering, digitalisering en sociale fragmentatie.
- In deze context verliezen traditionele gemeenschapsvormen zoals gezin, kerk en buurt hun dragende kracht.
- Han en Bauman beschrijven deze samenleving als een ‘prestatimaatschappij’ waarin zelfoptimalisatie centraal staat, maar waarin velen juist uitgeput raken.
- Dit leidt tot existentiële vermoeidheid en psychische problemen zoals burn-out, angst en depressie.
- Digitale technologie versterkt dit proces door vluchtige verbindingen en constante zichtbaarheid, terwijl echte verbondenheid verdwijnt.
- Van der Kolk laat zien hoe stress en trauma niet alleen psychisch, maar ook lichamelijk en relationeel verankerd zijn, en hoe herstel alleen mogelijk is binnen veilige sociale netwerken.
- De mens blijft zoeken naar gemeenschappelijkheid en geborgenheid, wat zichtbaar wordt in spirituele praktijken zoals retraites en stilteplekken.
- De kerk wordt beschreven als een mogelijke tegenkracht in deze samenleving: niet als instituut, maar als oefenplek voor nabijheid, zorg en hoop.
- Theologen zoals Moltmann en Sacks bieden perspectieven op gemeenschap die gebaseerd zijn op morele en spirituele verbondenheid.
- Het hoofdstuk pleit voor een kerk als ‘Oergrond’: een ruimte van relationele veiligheid, gedeelde ritmes en hoop, als antwoord op de verstrooiing en fragmentatie van de samenleving.

⁵⁵ Jonathan Sacks, *The Dignity of Difference: How to Avoid the Clash of Civilizations* (London: Continuum, 2002), 58–62.

⁵⁶ Jonathan Sacks, *To Heal a Fractured World: The Ethics of Responsibility* (London: Continuum, 2005), 3–5.

⁵⁷ Jürgen Moltmann, *The Trinity and the Kingdom: The Doctrine of God*, trans. Margaret Kohl (Minneapolis: Fortress Press, 1993), 177–179.



Veerkracht als theologisch en maatschappelijk relevant concept

3.1 Inleiding

We leven in een tijd waarin vanzelfsprekendheden zoals verbondenheid, bestaanszekerheid en vertrouwen onder druk staan. In die context klinkt de roep om ‘veerkracht’ steeds luider: in politiek, onderwijs, zorg en theologie. Veerkracht is een containerbegrip geworden dat opduikt in disciplines als psychologie, pedagogiek, ecologie en sociologie. Dit hoofdstuk verkent de veelzijdige betekenis van veerkracht vanuit drie perspectieven: psychologisch, sociaal-cultureel en neurobiologisch. Zo wordt duidelijk dat veerkracht geen louter innerlijke eigenschap is, maar een relationeel en contextueel proces dat zich ontvouwt in wisselwerking met omgeving, lichaam en sociale structuren.

Ik baseer me onder meer op de systeemtheoretische benadering van Michael Ungar, die veerkracht beschrijft als het proces van het veiligstellen van hulpbronnen binnen complexe sociale netwerken.⁵⁸ Veerkracht is volgens hem niet alleen afhankelijk van persoonlijke kenmerken, maar ook van de beschikbaarheid én toegankelijkheid van sociale, culturele en materiële hulpbronnen die aansluiten bij iemands context en identiteit. Sociaal-culturele denkers als Zygmunt Bauman en Byung-Chul Han laten zien hoe de structuur van de laatmoderne samenleving veerkracht tegelijk noodzakelijk maakt en ondergraaft.⁵⁹ Hun analyses van vloeibare moderniteit en de burn-outmaatschappij tonen aan hoe versnelling, individualisering en een doorgeschoten ideaal van autonomie ten koste gaan van verbondenheid, rust en zin. Neurobiologisch onderzoek, onder andere van Bessel van der Kolk en Harm Krugers, laat vervolgens zien hoe kwetsbaarheid en veerkracht zich ook lichamelijk manifesteren. Chronische stress, traumatische herinneringen en gebrek aan voorspelbaarheid hebben aantoonbare effecten op het brein.⁶⁰

Tegen deze achtergrond stel ik de vraag: hoe kan veerkracht theologisch worden verstaan en welke implicaties heeft dit voor kerk-zijn? In aansluiting op het werk van Jürgen Moltmann en Jonathan Sacks, en met inzichten van Cornelia Richter en Nathan White, laat ik zien dat veerkracht ook een

⁵⁸ Michael Ungar, “Systemic Resilience: Principles and Processes for a Science of Change in Contexts of Adversity,” *Ecology and Society* 23, no. 4 (2018): 34-37.

⁵⁹ Zygmunt Bauman, *Liquid Modernity* (Cambridge: Polity Press, 2000), 2–5; Byung-Chul Han, *The Burnout Society*, trans. Erik Butler (Stanford: Stanford University Press, 2015), 8–13.

⁶⁰ Bessel van der Kolk, *The Body Keeps the Score: Brain, Mind, and Body in the Healing of Trauma* (New York: Penguin Books, 2014), 55–78.; Harm Krugers, “Kwetsbaarheid en veerkracht,” in *Kwetsbaarheid en veerkracht*, ed. Evert van Leeuwen (Delft: Eburon, 2021), 17–31.

spirituele, eschatologische en gemeenschapsdragende dimensie kent.⁶¹ Het hoofdstuk mondt uit in een eigen werkdefinitie van theologische veerkracht, als opmaat naar het model dat in een later hoofdstuk verder wordt uitgewerkt.

De overbelasting van de geestelijke gezondheidszorg (GGZ) weerspiegelt een maatschappelijk tekort aan duurzame gemeenschapsstructuren. Wachtlijden zijn lang en de klachten die mensen presenteren – angst, eenzaamheid, uitputting – hebben vaak direct verband met verlies van verbondenheid en bestaanszekerheid.⁶² De GGZ fungeert zo steeds vaker als opvangnet voor wat in de samenleving zelf ontbreekt: zin, geborgenheid en morele oriëntatie.

In het verlengde van Byung-Chul Han's analyse van de burn-outmaatschappij kunnen deze klachten worden gezien als het gevolg van een verschuiving in de ervaring van druk. Waar klassieke denkers zoals Marx of Foucault onderdrukking vanuit externe structuren (economisch, disciplinair, autoritair) benadrukten, stelt Han dat mensen tegenwoordig vooral van binnenuit worden opgejaagd.⁶³ In een cultuur waarin autonomie en zelfverwerkelijking centraal staan, wordt succes een constante opgave. Wat eerst klonk als vrijheid, wordt zo een onzichtbare dwang om alles uit jezelf te halen.

De prestatiegerichte cultuur waarin veel jongeren opgroeien blijkt problematisch voor de ontwikkeling van veerkracht. Binnen contexten van keuzevrijheid en overvloed groeit het idee dat falen koste wat het kost vermeden moet worden en geluk het hoogste goed is. Tegelijk ontbreken vaak ervaringen met grenzen, verlies of structureel lijden, waardoor er geen taal of kaders zijn om met teleurstelling, gebrokenheid of crisis om te gaan. Pijn en kwetsbaarheid worden bovendien steeds vaker gezien als persoonlijk falen. Volgens Han leidt deze prestatiedwang tot uitputting en depressie, omdat lijden niet meer gedeeld wordt, maar geïnternaliseerd.⁶⁴ Bauman spreekt in dit verband over de "vloeibare moderniteit", waarin stabiele structuren verdwijnen en individuen zelf moeten zien te overleven.⁶⁵ Richter wijst erop dat veerkracht afneemt wanneer negatieve ervaringen niet meer ingebed zijn in een gedeeld of spiritueel kader.⁶⁶ Het resultaat is een generatie die wel geleerd heeft te streven, maar niet om te verdragen – en daardoor op grote schaal vastloopt. Wat traditioneel werd opgevangen in gemeenschappen, geloofsstructuren of familiebanden, ontbreekt nu vaak. Veerkracht – het vermogen om met tegenslag om te gaan – staat daardoor onder druk, en de leegte die zo ontstaat, vergroot de vraag naar professionele hulp.

Om het begrip veerkracht goed te begrijpen, is het belangrijk eerst stil te staan bij de uiteenlopende betekenissen. Daarna kan worden geanalyseerd hoe veerkracht functioneert binnen sociale, psychologische en theologische kadersen hoe het zich kan ontfouwen als gedeelde kracht in geloofsgemeenschappen. Wat bedoelen we met veerkracht, en hoe verandert die betekenis wanneer we haar benaderen vanuit het geloof in een God die kwetsbaarheid deelt en toekomst opent?

⁶¹ Cornelia Richter, "Integration of Negativity, Powerlessness and the Role of the Mediopassive: Resilience Factors and Mechanisms in the Perspective of Religion and Spirituality," *Interdisciplinary Journal for Religion and Transformation in Contemporary Society* 7, no. 2 (2021): 491–513, 498–502.

⁶² Trimbos-instituut, *Staat van de GGZ 2023* (Utrecht: Trimbos-instituut, 2023), geraadpleegd 5 april 2025, <https://www.trimbos.nl>.

⁶³ Byung-Chul Han, *The Burnout Society*, trans. Erik Butler (Stanford, CA: Stanford University Press, 2015), 8–13.

⁶⁴ *Ibid.*, 8–15.

⁶⁵ Zygmunt Bauman, *Liquid Modernity* (Cambridge: Polity Press, 2000), 14–22.

⁶⁶ Cornelia Richter, "Integration of Negativity", 491–513.

3.2 Wat is veerkracht?

Het begrip ‘veerkracht’ heeft de afgelopen decennia een centrale plek gekregen in wetenschappelijke en maatschappelijke discussies. Binnen de psychologie wordt veerkracht meestal gedefinieerd als het vermogen van individuen of groepen om zich aan te passen aan stressvolle of traumatische omstandigheden en daarvan te herstellen zonder blijvende schade aan het functioneren.⁶⁷ Southwick en collega’s benadrukken dat veerkracht niet de afwezigheid van lijden of psychische klachten betekent, maar juist zichtbaar wordt *in en door* het omgaan met ontregeling. Veerkrachtige personen kunnen symptomen van depressie, zelfverwijt of herbelevingen ervaren, terwijl zij toch in staat zijn betekenisvolle relaties te onderhouden of zich in te zetten voor herstel en zorg.⁶⁸ Veerkracht is bovendien een proces dat zich over tijd ontwikkelt: het onmiddellijke functioneren na trauma zegt weinig over iemands veerkracht op de lange termijn.⁶⁹

Neurobiologisch onderzoek van onder anderen Bessel van der Kolk en Harm Krugers laat zien dat stress en trauma sporen nalaten in het lichaam.⁷⁰ Langdurige blootstelling aan stress beïnvloedt hersenstructuren, geheugen en emotionele regulatie en kan het vermogen tot herstel onder druk zetten.⁷¹ Toch blijkt herstel mogelijk – juist wanneer mensen opnieuw betekenis, veiligheid en lichamelijke verbondenheid kunnen ervaren in hun omgeving en relaties.⁷²

De contextuele dimensie van veerkracht is eveneens cruciaal. Michael Ungar definieert veerkracht als een proces waarbij individuen – binnen sociale, culturele en materiële structuren – hulpbronnen vinden, benutten en betekenis geven aan hun ervaringen.⁷³ Veerkracht is daarmee fundamenteel relationeel en situationeel bepaald. Bessel van der Kolk benadrukt dit in zijn werk; herstel vraagt niet alleen cognitieve verwerking, maar ook lichamelijke veiligheid, sociale steun en hernieuwde verbinding met zichzelf, anderen en de wereld.⁷⁴

Binnen de theologie groeit de aandacht voor veerkracht als een existentiële en eschatologische notie. Hoe kan dit begrip vruchtbaar worden doordacht in het licht van klassieke theologische stemmen? Kunnen denkers als Jürgen Moltmann en Jonathan Sacks – ieder vanuit hun eigen traditie en focus – bijdragen aan het verstaan van veerkracht in tijden van crisis en onzekerheid? Bij Moltmann staat de eschatologische hoop centraal. In *Theology of Hope* beschrijft hij hoe christelijke hoop niet ontspringt aan menselijke prestatie, maar geworteld is in de belofte van God.⁷⁵ Die belofte opent het

⁶⁷ Ann S. Masten, “Resilience Theory and Research on Children and Families: Past, Present, and Promise,” *Journal of Family Theory & Review* 10, no. 1 (2018): 12.

⁶⁸ Steven M. Southwick, Dennis S. Charney, and Jonathan M. DePierro, *Resilience: The Science of Mastering Life’s Greatest Challenges*, 3rd ed. (Cambridge: Cambridge University Press, 2023), 3–4.

⁶⁹ *Ibid.*, 3.

⁷⁰ Erik Scherder et al., *Schade door uitzetting: Het neuro-traumatisch schaderisico bij uitzetting van gewortelde kinderen* (Groningen: Rijksuniversiteit Groningen, 2018), geraadpleegd 5 april 2025, <https://www.rug.nl/news/2018/nieuwsberichten/1206-schadenota-geworteldekinderen-def.pdf>.

⁷¹ Bessel van der Kolk, *The Body Keeps the Score: Brain, Mind, and Body in the Healing of Trauma* (New York: Penguin, 2014), 43–67; Harm Krugers, “Een neurobiologisch perspectief op veerkracht en kwetsbaarheid,” in *Kwetsbaarheid en veerkracht*, ed. Evert van Leeuwen (Delft: Eburon, 2018), 75–83.

⁷² Van der Kolk, *The Body Keeps the Score*, 203–210; Krugers, “Een neurobiologisch perspectief,” 81–83.

⁷³ Michael Ungar, *Systemic Resilience: Principles and Processes for a Science of Change in Contexts of Adversity*, *Ecology and Society* 23, no. 4 (2018): 34.

⁷⁴ Van der Kolk, *Body Keeps the Score*, 205–207.

⁷⁵ Jürgen Moltmann, *Theology of Hope: On the Ground and the Implications of a Christian Eschatology*, 1st Fortress Press ed., trans. James W. Leitch; preface trans. Margaret Kohl (Minneapolis: Fortress Press, 1993), 4.

heden naar een toekomst die nog niet zichtbaar is, maar al werkzaam is binnen de gebroken werkelijkheid. Zo rijst de vraag of veerkracht kan worden verstaan als een beweging door de gebrokenheid heen, gedragen door hoop die de werkelijkheid niet ontvlucht, maar transformeert?

Jonathan Sacks benadert veerkracht vanuit een sociaal-ethisch perspectief. In *The Dignity of Difference* stelt hij dat morele gemeenschappen – waarin ruimte is voor verschil en verbondenheid – beter in staat zijn om crises te dragen.⁷⁶ Zijn nadruk op gedeelde waarden, en relationele verantwoordelijkheid roept de vraag op of veerkracht niet ook wezenlijk geworteld is in gemeenschappelijke praktijken en sociaal vertrouwen.

In de rest van dit hoofdstuk volgt eerst een bespreking van sociaal-psychologische literatuur, gevolgd door een theologische reflectie op veerkracht als relationeel en eschatologisch concept. Tot slot worden deze perspectieven met elkaar verweven als fundament voor het veerkrachtmodel dat in hoofdstuk 5 wordt uitgewerkt. Zo vormt dit hoofdstuk de noodzakelijke ondergrond om het model straks goed te kunnen plaatsen.

3.3 Veerkracht vanuit verschillende perspectieven

3.3.1 Veerkracht als dynamisch proces

In de psychologie wordt veerkracht beschreven als het vermogen van mensen om om te gaan met, zich aan te passen aan, en te herstellen van tegenslag.⁷⁷ Veerkracht ontstaat niet in de afwezigheid van pijn, maar juist in de confrontatie ermee.⁷⁸ Het wordt zichtbaar waar kwetsbaarheid wordt geraakt. Daarmee is veerkracht geen vast kenmerk, maar een dynamisch proces dat ontstaat in wisselwerking met biologische, psychologische, sociale en spirituele factoren.⁷⁹ Het ontwikkelt zich vaak pas in de tijd, verschilt per levensfase en context en is altijd ingebed in sociale en culturele structuren.⁸⁰ Ook is veerkracht niet universeel: ze neemt andere vormen aan afhankelijk van levensfase, cultuur en context.⁸¹ Wat voor een kind veerkrachtig gedrag is, kan voor een volwassene juist onvolwassen zijn – en omgekeerd. Nathan White benadrukt, dat veerkracht geen individueel prestatievermogen is, maar een kracht die ontstaat in verbondenheid met anderen en met gedeelde verhalen – en in religieuze context, met God.⁸²

Veerkracht is meer dan overleven: het kan ook leiden tot groei en verdiept zelfinzicht.⁸³ In theologische taal is veerkracht een beweging van gebrokenheid naar nieuw leven, gedragen door de

⁷⁶ Jonathan Sacks, *The Dignity of Difference: How to Avoid the Clash of Civilizations* (London: Continuum, 2002), 55–63.

⁷⁷ Michael Ungar, “Systemic Resilience: Principles and Processes for a Science of Change in Contexts of Adversity,” *Ecology and Society* 23, no. 4 (2018): 34.

⁷⁸ Cornelia Richter, “Integration of Negativity, Powerlessness and the Role of the Mediopassive: Resilience Factors and Mechanisms in the Perspective of Religion and Spirituality,” *Interdisciplinary Journal for Religion and Transformation in Contemporary Society* 7, no. 2 (2021): 491–513, 498.

⁷⁹ Ibid., 499–501; zie ook Bessel van der Kolk, *The Body Keeps the Score: Brain, Mind and Body in the Healing of Trauma* (New York: Viking, 2014), 55–78.

⁸⁰ Nathan H. White, “Re-envisioning the Resilient Individual: Reflections on the Science of Human Adaptation in Light of Paul Ricoeur and Julian of Norwich” (PhD diss., Durham University, 2017), 34

⁸¹ Ibid. 259–260.

⁸² Ibid. 261–268.

⁸³ Ibid., 274; zie ook Jonathan Sacks, *The Home We Build Together* (London: Continuum, 2007), 88–89.

hoop op opstanding.⁸⁴ Het is geen tegenstelling tot kwetsbaarheid, maar wordt juist zichtbaar in kwetsbaarheid, zoals Paulus schrijft: “in zwakheid volmaakt” (2 Kor. 12:9).

Om dit beter te begrijpen, volgen in de rest van dit hoofdstuk drie benaderingen: het neurobiologisch perspectief, de sociologische context en de narratieve en religieuze dimensie. Deze drie perspectieven vormen samen het fundament voor het theologisch veerkrachtmodel in hoofdstuk 5.

3.3.2 Neurobiologische basis van veerkracht

Het menselijk lichaam is verrassend goed toegerust om te reageren op stress. Zodra we geconfronteerd worden met een bedreigende of uitdagende situatie, treedt er een biologisch systeem in werking dat ons helpt om adequaat te reageren. Dit begint met de activatie van het autonome zenuwstelsel, dat ons in staat van paraatheid brengt. Hormonen zoals adrenaline en noradrenaline stuwten ons lichaam in de actiestand: onze hartslag versnelt, bloeddruk stijgt, en energie (in de vorm van glucose) wordt vrijgemaakt. Tegelijkertijd zorgt de afgifte van cortisol – via de zogeheten HPA-as (hypothalamus-hypofyse-bijnier-as) – voor een langere termijn energievoorziening en versterkte geheugenopslag.⁸⁵

Deze hormonale reacties maken het mogelijk om scherp te reageren, informatie beter op te slaan en gebruik te maken van bekende gedragspatronen. We kennen ze vaak onder de naam: fight, flight and freeze reacties.⁸⁶ Ze zijn essentieel als onmiddellijke stressreacties die gericht zijn op overleving bij kortdurende dreiging. Maar wat als stress langdurig aanhoudt? Dan ondermijnt deze constante paraatheid het vermogen tot herstel en aanpassing – precies wat veerkracht kenmerkt.

Het menselijk brein reageert op stress nog steeds op een evolutionair oude, primaire manier. De eerdergenoemde fight, flight en freeze-reacties worden geactiveerd zodra het lichaam een bedreiging signaleert – een mechanisme dat oorspronkelijk gericht was op acute overleving.⁸⁷ Hoewel dergelijke dreigingen in de moderne context zelden levensbedreigend zijn, blijft het lichaam reageren alsof dat wel zo is. Dit verklaart waarom mensen ook bij psychische of sociale stress symptomen van fysieke overbelasting ervaren. Deze constante paraatheid ondermijnt op termijn het vermogen tot herstel en aanpassing: precies de processen die veerkracht kenmerken.

Naast deze stressreacties is het brein evolutionair ook afgestemd op het leven in groepen. Sociale verbondenheid vergrootte de overlevingskansen, terwijl gevoelens als schuld en schaamte functioneerden om het individu bij de groep te houden.⁸⁸ In hedendaagse samenlevingen is deze natuurlijke inbedding echter steeds meer onder druk komen te staan. Individualisering, neoliberale praktijken en prestatiegerichtheid hebben geleid tot het afbrokkelen van gemeenschappelijke kaders en sociale vangnetten, zoals geloofsgemeenschappen.⁸⁹ Wat oorspronkelijk diende om samenleven mogelijk te maken, is in veel gevallen vervangen door een cultuur van zelfoptimalisatie en persoonlijke verantwoordelijkheid. Deze culturele verschuiving verzwakt het relationele fundament waaruit veerkracht zich normaal gesproken ontwikkelt.

⁸⁴ Moltmann, *Theology of Hope*, 38–40.

⁸⁵ Harm Krugers, “Een neurobiologisch perspectief op veerkracht en kwetsbaarheid,” in *Kwetsbaarheid en veerkracht*, onder redactie van Evert van Leeuwen (Delft: Eburon, 2023), 75–76.

⁸⁶ Bessel van der Kolk, *The Body Keeps the Score: Brain, Mind, and Body in the Healing of Trauma* (New York: Penguin Books, 2014), 54–58.

⁸⁷ *Ibid.*, 54–58.

⁸⁸ *Ibid.*, 61–65.

⁸⁹ Zygmunt Bauman, *Liquid Modernity* (Cambridge: Polity Press, 2000), 3–6.

Binnen deze context is een toename zichtbaar van sociale en psychologische problematiek. Kinderen melden zich op steeds jongere leeftijd met schooluitval vanwege pesten of overprikkeling; ouders worstelen met handelingsverlegenheid in de opvoeding; relationele spanningen nemen toe onder druk van prestatienormen, uitsluiting en systeemfalen.⁹⁰ Wat veel van deze situaties gemeen hebben, is het ontbreken van betekenisvolle verbinding en wederkerig contact. Er lijkt geen gedeelde taal meer te zijn waarin mensen elkaar kunnen verstaan. Dit versterkt gevoelens van eenzaamheid, onzichtbaarheid en machteloosheid en holt daarmee de sociale bedding van veerkracht uit.

Binnen het therapeutische en coachingsdomein wordt het antwoord op deze ontwikkeling vaak gezocht in het versterken van individuele autonomie: het stellen van grenzen, het formuleren van eigen behoeften, en het opeisen van rechten. Hoewel deze vaardigheden belangrijk kunnen zijn, dreigt daarbij de sociale dimensie onderbelicht te blijven. De aandacht voor 'het ik' gaat ten koste van 'de ander'.⁹¹ Wat ooit begon als een emancipatiebeweging gericht op gelijkwaardigheid, dreigt te ontaarden in een cultuur waarin individuele belangen domineren – een ontwikkeling die volgens Byung-Chul Han leidt tot chronische overbelasting en uitputting.⁹² Deze toestand blokkeert de ontwikkeling van veerkracht doordat ze mensen structureel loskoppelt van dragende relaties en betekenisvolle collectieve kaders.

Tegelijkertijd groeit de behoefte aan rust en gemeenschap, zichtbaar in de populariteit van retraites en kloosterweken. Ook onder jongeren groeit de belangstelling voor religie en spiritualiteit, een hunkering naar verbondenheid die niet kan worden vervuld door individuele tijd-uitsparingen alleen. Zonder een duurzame bedding blijven deze ervaringen losstaand, waardoor de existentiële honger naar “meer dan ik” onbeantwoord blijft.⁹³

De overbelasting van de geestelijke gezondheidszorg, het toenemend aantal suicides onder jongeren en het collectieve onvermogen om met tegenslag om te gaan, zijn in dit licht te begrijpen als uitingen van structurele spanningen.⁹⁴ Het zijn symptomen van een samenleving waarin chronische stress niet alleen een individueel probleem is, maar een collectief fenomeen. De evolutionaire reflexen van het lichaam – fight, flight, freeze – worden structureel geactiveerd in een context waarin verbondenheid ontbreekt. Juist deze omstandigheden maken het belang van sociale en spirituele structuren des te duidelijker. Ook in volwassenheid veranderen hersenen nog: neurogenese kan door langdurige stress worden geremd, waardoor het leer- en aanpassingsvermogen afneemt.⁹⁵ Veerkracht is echter beïnvloedbaar: ingrijpen in sociale en fysieke omgevingen en het versterken van routines en verbinding kan bijdragen aan herstel.⁹⁶

⁹⁰ Trimbos-instituut, *Staat van de GGZ 2023*, (Utrecht: Trimbos-instituut, 2023), geraadpleegd 5 april 2025, <https://www.trimbos.nl>.

⁹¹ Nathan H. White, “Re-envisioning the Resilient Individual”, 256–260.

⁹² Byung-Chul Han, *The Burnout Society*, 8–13.

⁹³ Paul Post and Kim Knibbe, “Nieuwe spiritualiteit, postseculariteit en religieuze transformatie,” in *Religie in een postseculiere samenleving*, edited by Stef Aupers and Dick Houtman (Amsterdam: Amsterdam University Press, 2010), 93–110; see also Sociaal en Cultureel Planbureau, *Geloven binnen en buiten verband: Godsdienstige ontwikkelingen in Nederland* (The Hague: SCP, 2021), 77–82.

⁹⁴ “Psychiaters luiden noodklok over wachttijden: ‘Mensen komen in de knel,’” *NOS Nieuws*, June 6, 2023, <https://nos.nl>; Trimbos-instituut, *Staat van de GGZ 2023* (Utrecht: Trimbos-instituut, 2023), accessed April 5, 2025, <https://www.trimbos.nl>

⁹⁵ Sociaal en Cultureel Planbureau, *Geloven binnen en buiten verband: Godsdienstige ontwikkelingen in Nederland* (The Hague: SCP, 2021), 80.

⁹⁶ Van der Kolk, *The Body Keeps the Score*, 21–23.

3.3.3 Sociologische en culturele kaders

Veerkracht wordt in de laatmoderne samenleving beïnvloed door prestatiegerichtheid, individualisering en sociale fragmentatie. Bauman beschrijft hoe traditionele kaders (klasse, religie, gemeenschapsverbanden) zijn verdampt, waardoor het individu verantwoordelijk wordt voor zijn biografie. In plaats van bescherming en betekenis, draagt het individu “de last van het zelf”: een voortdurende druk om zichzelf te (re)produceren in een sociaal landschap zonder duurzame verankering.⁹⁷ Cornelia Richter wijst op de nood aan “integration of negativity”: het verwerken van machteloosheid binnen een sociaal-symbolisch kader dat steeds moeilijker te vinden is.⁹⁸

Tegelijkertijd wijst Byung-Chul Han in *The Burnout Society* op de paradoxale vorm van vrijheid in de prestatimaatschappij, waarin het subject zichzelf exploiteert onder het mom van autonomie. De afwezigheid van externe dwang (systemen, autoriteiten) wordt vervangen door een interne dwang tot optimalisatie en succes, wat leidt tot pathologieën zoals depressie en burn-out – uitingen van een ondermijnende veerkracht die geen sociale tegenkracht meer kent.⁹⁹ Bauman spreekt van “*life in fragments*”: losse ervaringen zonder duurzaam narratief of verbinding.¹⁰⁰ De afwezigheid van stabiele structuren verhindert zo de opbouw van wat resilience in klassieke zin vereist: relationele continuïteit, symbolisch houvast en collectieve betekenisgeving. Sociologisch gezien staat de mens er veerkrachtig alleen voor – een contradictio in terminis die vraagt om een hernieuwde visie op veerkracht als sociaal gedragen kracht.

3.3.4 Narratieve en spirituele dimensies

Nathan White ziet veerkracht als meer dan psychologische aanpassing of cognitieve coping. Hij stelt dat de menselijke capaciteit om met tegenslag om te gaan nauw verbonden is met narratieve processen die betekenis genereren. Daarbij leunt hij sterk op Paul Ricoeurs filosofie van narratieve identiteit, waarin de mens wordt begrepen als een wezen dat zichzelf begrijpt door verhalen over zichzelf te vertellen, in dialoog met anderen en met een groter zingevend kader. Volgens White biedt de hermeneutische fenomenologie van Ricoeur een kritische correctie op reductionistische modellen van veerkracht in de sociale wetenschappen, die vaak geen recht doen aan de complexiteit van menselijke subjectiviteit, lijden en hoop. Ricoeur stelt dat het zelf niet transparant of autonoom is, maar slechts verstaan kan worden in de tijdelijkheid en fragmentatie van het leven, via *emplotment* – het proces waarin heterogene elementen van het bestaan worden samengebracht in een betekenisvolle structuur.¹⁰¹

White past deze gedachte toe op de ervaring van lijden en trauma, en stelt dat veerkracht ontstaat wanneer mensen in staat zijn hun ervaringen van breuk en verlies op te nemen in een herverteld, hersteld narratief. Van belang hierin is niet enkel de vaardigheid om een verhaal te vormen, maar dat dit verhaal plaatsvindt binnen een kader van relationele en transcendente betekenisgeving. In het bijzonder richt White zich op de christelijke narratief als dragend verhaal dat lijden niet ontkent, maar doordraagt en doordrenkt met hoop.¹⁰² Dat sluit nauw aan bij Moltmanns theologie van het

⁹⁷ Zygmunt Bauman, *Life in Fragments: Essays in Postmodern Morality* (Oxford: Blackwell, 1995), 33–35.

⁹⁸ Cornelia Richter, “Integration of Negativity, Powerlessness and the Role of the Mediopassive,” *JRAT* 7, no. 2 (2021): 491–513.

⁹⁹ Byung-Chul Han, *The Burnout Society*, 8–13.

¹⁰⁰ Zygmunt Bauman, *Life in Fragments*, 46–47.

¹⁰¹ White, “Re-envisioning the Resilient Individual,” 150–62.

¹⁰² White, *Re-envisioning the Resilient Individual*, 209–252.

kruis, waarin God zich solidair toont met de lijdende mens en daarmee impliciet veerkracht geen product is van autonome kracht, maar van gedeeld en gedragen lijden in gemeenschap.¹⁰³

Deze nadruk op gemeenschap als bedding voor veerkracht wordt versterkt door het werk van Jonathan Sacks, die stelt dat morele veerkracht ontstaat binnen sociale netwerken die mensen verbinden aan gedeelde verhalen, rituelen en verantwoordelijkheden.¹⁰⁴ In een cultuur die volgens Sacks gekenmerkt wordt door moreel relativisme en sociale fragmentatie, functioneert religie als wat hij noemt “*het krachtigste gemeenschapsvormende principe dat de wereld ooit heeft gekend*.”¹⁰⁵ Hier ontstaat morele veerkracht waar mensen niet alleen hopen, maar handelen vanuit een gedeeld verhaal en morele verantwoordelijkheid. Sacks’ visie versterkt White’s idee dat narratieve integratie essentieel is voor herstel. Een lichaam dat “*de score bijhoudt*” (Van der Kolk) heeft een verhaal nodig waarin lijden betekenis krijgt en in verbinding wordt gebracht.¹⁰⁶

Dit idee van het ‘diepe verhaal’ vertoont raakvlakken met Moltmanns nadruk op herinneren van lijden als plek van hoop.¹⁰⁷ Voor Moltmann is God is niet slechts toeschouwer, maar gaat zelf mee in het lijden – en juist daardoor kan er een nieuw begin ontstaan.¹⁰⁸ Ook Sacks’ idee van een “covenant of hope” sluit hierbij aan: veerkracht als gezamenlijk gedragen verantwoordelijkheid voor een wereld die beter kan zijn – juist vanuit de erkenning van haar gebrokenheid.¹⁰⁹ Zo ontstaat een visie op veerkracht die niet alleen psychologisch, maar ook existentieel, moreel en spiritueel verankerd is – gedragen door gemeenschap en georiënteerd op een toekomst die al in het heden oplicht.

3.4 Theologische reflectie: een lacune in het onderzoek

De afgelopen decennia is er binnen de sociale wetenschappen veel onderzoek verricht naar factoren die bijdragen aan veerkracht bij tegenslag. Hieruit komen elementen als hoop, betekenisgeving en sociale relaties naar voren — vaak nauw verbonden met religie en spiritualiteit (R/S). Hoewel sociaalwetenschappelijke literatuur het belang van R/S voor veerkracht erkent, is er tot op heden weinig aandacht besteed aan een theologische duiding van deze bevindingen. Bestaand onderzoek richt zich voornamelijk op psychologische en sociologische aspecten, zoals copingstrategieën en hechtingspatronen. Binnen deze benaderingen wordt veerkracht veelal opgevat als een individuele capaciteit, ondersteund door sociale omgevingen. Veerkracht wordt vaak gezien als een individuele capaciteit, weliswaar ondersteund door sociale netwerken, maar zelden wordt expliciet gekeken naar hoe begrippen als hoop, gemeenschap en moreel leiderschap – geworteld in religieuze tradities – bijdragen aan veerkracht. Gezien de toenemende erkenning van veerkracht als cruciale factor voor welzijn en levenskwaliteit, kan een theologische reflectie hier waardevolle inzichten aan toevoegen.¹¹⁰

¹⁰³ Jürgen Moltmann, *The Crucified God: The Cross of Christ as the Foundation and Criticism of Christian Theology*, trans. R. A. Wilson and John Bowden (Minneapolis: Fortress Press, 1993), 276–289.

¹⁰⁴ Jonathan Sacks, *Morality: Restoring the Common Good in Divided Times* (London: Hodder & Stoughton, 2020), 80–93.

¹⁰⁵ *Ibid.*, 215.

¹⁰⁶ Jonathan Sacks, *The Dignity of Difference: How to Avoid the Clash of Civilizations* (London: Continuum, 2002), 143.

¹⁰⁷ Nathan White, *Re-envisioning the Resilient Individual*, 268.

¹⁰⁸ Jürgen Moltmann, *Theology of Hope*, 41–43.

¹⁰⁹ *Ibid.*, 147–151

¹¹⁰ David Cook and Nathan White, *Resilience in a Time of Crisis* (Cambridge: Grove Books, 2018).

Een theologische benadering van veerkracht onderzoekt hoe manieren van denken en leven – geworteld in geloof, gemeenschap en zingeving binnen religieuze tradities – concreet gestalte krijgen. In dit onderzoek wordt veerkracht benaderd vanuit drie lagen van het geloof.

Geloofsgemeenschappen. Hoe mensen in verbondenheid met anderen kracht vinden, steun ervaren en een gedeelde identiteit opbouwen. Veerkracht krijgt hier gestalte in sociale relaties en morele praktijken, zoals benadrukt door Jonathan Sacks, die het belang van moreel leiderschap en narratieve cohesie binnen geloofsgemeenschappen onderstreept.¹¹¹

Religieuze tradities – Hoe hoop, overgave en solidariteit gestalte krijgen in rituelen, symbolen en verhalen die generaties verbinden. Cornelia Richter en Nathan White tonen aan hoe deze tradities lijden betekenis geven en bijdragen aan herstel en hoop.¹¹²

De theologische methode – Hoe systematisch-theologische reflectie inzicht biedt in de diepere betekenissen van veerkracht als participatie in Gods toekomst.

Door deze lagen te verbinden, wordt veerkracht verstaan als meer dan psychologische weerbaarheid: het is een gedeelde, theologisch gedragen werkelijkheid die individuen en gemeenschappen helpt om zich te oriënteren in een gefragmenteerde wereld. Zo wordt zichtbaar dat veerkracht niet louter een innerlijke competentie is, maar ook een kracht die ontstaat in relationele, spirituele en gedeelde praktijken van geloof en gemeenschap.

3.5 Naar een werkdefinitie van theologische veerkracht

In dit hoofdstuk is veerkracht benaderd als een interdisciplinair en relationeel concept dat op meerdere niveaus werkt: psychologisch, theologisch, sociaal en lichamelijk. Sociaal-psychologisch onderzoek laat zien dat veerkracht geen vast persoonlijkheidskenmerk is, maar een dynamisch proces dat ontstaat in reactie op tegenslag, afhankelijk van relaties, betekenis en gedeelde context. Theologisch krijgt veerkracht verdieping als een beweging door de gebrokenheid heen, gedragen door eschatologische hoop en relationele gemeenschap, zoals zichtbaar bij Moltmann en Sacks. Neurobiologisch onderzoek laat zien hoe chronische stress en trauma zich ook lichamelijk vastzetten, en dat herstel vraagt om ritme, veiligheid en verbinding.

Wat deze perspectieven samenbrengen, is het inzicht dat veerkracht niet in het individu besloten ligt, maar ontstaat in de ruimte tussen mensen — in netwerken van erkenning, rituelen van hoop, en de ervaring dat men gedragen wordt. Veerkracht is geen vaste innerlijke eigenschap of louter psychologische vaardigheid, maar een dynamisch proces dat groeit in het samenspel van relaties, gedeelde verhalen, sociale steun en liturgische of alledaagse praktijken van verbondenheid. Wat mensen helpt om door te gaan in moeilijke omstandigheden, wordt niet uitsluitend bepaald door

¹¹¹ Jonathan Sacks, *To Heal a Fractured World: The Ethics of Responsibility* (London: Continuum, 2005), 51–73.

¹¹² Nathan White and Lydia Cook, eds., *Biblical and Theological Visions of Resilience: Pastoral and Clinical Insights* (London: Routledge, 2022); Cornelia Richter, Resilience in Religion and Spirituality: A Theological Perspective, *Journal of Religion and Health* 56, no. 2 (2017): 672–685.

persoonlijke kracht, maar vooral door de context waarin ze leven — en hoe ze daarin worden gezien en gedragen, juist wanneer er geen eenvoudige oplossingen zijn.

Deze gedeelde ruimte is ook theologisch betekenisvol: het is een plek waarin de Geest zichtbaar wordt als bron van zorg, trouw en vernieuwing. De Geest werkt niet buiten de menselijke relaties om, maar juist daarin als netwerk van verbondenheid, waarin mensen elkaars draagkracht worden.

Op basis van deze inzichten formuleer ik een eigen werkdefinitie van theologische veerkracht, als brug naar de verdere uitwerking in de volgende hoofdstukken:

Theologische veerkracht is het door de Geest gedragen vermogen om in gebrokenheid stand te houden en hoopvol te blijven, gedragen door een relatie met God en anderen.

- Veerkracht is geen statisch kenmerk, maar een dynamisch en relationeel proces dat groeit in wisselwerking met sociale, culturele en lichamelijke contexten.
- De systeemtheoretische benadering (o.a. Michael Ungar) benadrukt het belang van sociale netwerken en gedeelde hulpbronnen voor veerkracht.
- Sociaal-cultureel gezien wordt veerkracht ondermijnd door individualisering, prestatiedruk en het ideaal van zelfredzaamheid.
- Bauman en Han analyseren hoe de vloeibare moderniteit en burn-outmaatschappij leiden tot vervreemding en uitputting.
- Neurobiologisch onderzoek laat zien dat veerkracht ook in het lichaam wordt verankerd en beïnvloed door veiligheid en ritme.
- Psychologisch wordt veerkracht zichtbaar in het omgaan met lijden en het vermogen om opnieuw verbinding en betekenis te ervaren.
- Binnen een theologisch perspectief wordt veerkracht gezien als gedragen door eschatologische hoop en een beweging door gebrokenheid heen.
- Theologen als Moltmann en Sacks verbinden veerkracht met gemeenschapsvorming, ethiek van verantwoordelijkheid en liturgisch ritme.
- Veerkracht groeit daar waar mensen samen verhalen delen en kwetsbaarheid omarmen als fundament voor gezamenlijke hoop.
- De werkdefinitie van theologische veerkracht benadrukt dat het een gedeelde kracht is die ontstaat in relaties, rituelen en gemeenschappen die leven dragen.



Veerkracht in het licht van Gods toekomst, de theologie van Jürgen Moltmann

"Faith, wherever it develops into hope, causes not rest but unrest, not patience but impatience... Those who hope in Christ can no longer put up with reality as it is, but begin to suffer under it, to contradict it."

–Jürgen Moltmann, *Theology of Hope*

4.1 Inleiding: Veerkracht en de theologie van Jürgen Moltmann

Waar hoofdstuk 2 eindigde met een pleidooi voor de kerk als gedeelde ademruimte, verkent dit hoofdstuk hoe de theologie van Jürgen Moltmann richting kan geven aan een theologisch model van veerkracht dat verder reikt dan psychologische coping. In Moltmanns denken staat niet de autonomie van het individu centraal, maar de betrokkenheid op Gods komende werkelijkheid.¹¹³ Die toekomst is geen verre projectie, maar een kracht die het heden opent, draagt en uitdaagt. Veerkracht ontstaat waar mensen zich aangesproken weten door deze beloftevolle beweging.¹¹⁴ In deze benadering is veerkracht geen statische innerlijke balans, maar een dynamisch proces dat zich voltrekt in relatie tot wat de mens overstijgt –een beweging waarin mensen, te midden van crisis en kwetsbaarheid, verbonden blijven met een dragende en vernieuwende werkelijkheid.¹¹⁵ Tegelijk roept Moltmanns theologie kritische vragen op. Zijn pleidooi voor het loslaten van verstarde structuren en voor een open kerk die zich laat bewegen door de Geest, is ingebed in een sterk systematisch en eschatologisch kader. Dit werpt de vraag op of zijn denken werkelijk ruimte laat voor pluraliteit en contingentie, of dat het onbedoeld nieuwe structuren introduceert in andere vorm.¹¹⁶ Daarnaast vraagt zijn werk om contextualisering: hoe is deze theologie toepasbaar in gesecculariseerde contexten zoals Nederland, waar religieuze taal en praktijk geen vanzelfsprekendheid meer zijn, maar het verlangen naar hoop, gemeenschap en heling onverminderd actueel is?

De keuze voor Moltmann is ingegeven door zijn unieke verbinding van hoop, lijden en participatie in God. Waar andere theologen, zoals Bonhoeffer en Sölle, vooral Gods solidariteit met het lijden of

¹¹³ Adam J. Powell, "Restless Resilience: Self-Transcendence and a Shared Humanity in the Theology of Jürgen Moltmann," in *Biblical and Theological Visions of Resilience: Pastoral and Clinical Insights*, ed. Nathan H. White and Christopher Southgate (London: Routledge, 2022), 118.

¹¹⁴ Ibid., 124.

¹¹⁵ Ibid., 126.

¹¹⁶ Ibid., 128.

de politieke dimensie van geloof benadrukken, ontwikkelt Moltmann een trinitair en eschatologisch perspectief waarin hoop geen vlucht is, maar een transformerende kracht die het lijden serieus neemt en uitzicht biedt op bevrijding.¹¹⁷ Zijn nadruk op de toekomst van God, de werking van de Geest en de gemeenschap als proleptische ruimte van heling, maakt zijn theologie bijzonder vruchtbaar voor het denken over veerkracht als gedeelde, geestelijke beweging, gedragen door Gods komende werkelijkheid.

Deze thematiek krijgt extra relevantie in het licht van wat in hoofdstuk 2 werd aangeduid als de verstrooide samenleving –een context waarin zingevingsvragen en kwetsbaarheid steeds vaker op het bord van het individu terechtkomen, terwijl juist de vormen van verbondenheid en gemeenschap die veerkracht mogelijk maken, ontbreken. Moltmanns theologie biedt hier een alternatief: zij wijst op gedeelde en gedragen veerkracht, verankerd in Gods toekomst, geïncarneerd in de Geestelijke gemeenschap en zichtbaar in liturgische en diaconale praktijken.¹¹⁸ Zo opent zijn denken een theologische ruimte waarin mensen, juist te midden van sociale verstrooiing, kunnen leren leven vanuit verbondenheid, verwachting en bevrijdende kracht.

4.2 Gemeenschap: De kracht van verbondenheid

"The mission of Christ creates its own church. Mission does not come from the church; it is from mission and in the light of mission that the church has to be understood."

– Jürgen Moltmann, *The Church in the Power of the Spirit*

In de theologie van Jürgen Moltmann staat gemeenschap centraal als existentiële en theologische werkelijkheid, geworteld in de relationele structuur van de Drie-eenheid. God is volgens Moltmann geen solitair opperwezen, maar een levende gemeenschap van Vader, Zoon en Geest, gekenmerkt door perichoresis –het wederzijdse inwonen, liefhebben en erkennen.¹¹⁹ Binnen deze goddelijke dynamiek komt Gods wezen als liefdevol, relationeel en open naar voren. Dit trinitarisch model doorbreekt het klassieke beeld van God als almachtige monarch, en biedt in plaats daarvan een alternatief: een God die zichzelf realiseert in relatie.¹²⁰ Deze theologische visie heeft directe gevolgen voor ons menselijk bestaan. Volgens Moltmann is de mens, geschapen naar het beeld van God, niet bedoeld als een autonoom individu, maar als een relationeel wezen dat pas werkelijk tot zijn recht komt in verbondenheid met anderen.¹²¹ Dit geldt in het bijzonder voor sociale verbanden zoals gezinnen, gemeenschappen en kerken, die – voor zover zij zich kenmerken door liefde en wederkerigheid – kunnen functioneren als spiegelbeelden van het goddelijk leven.¹²² De kerk wordt dan niet in de eerste plaats gedefinieerd door haar structuur of hiërarchie, maar door haar deelname aan de gemeenschap van de Drie-enige God. Zij is geroepen om een 'icoon' te zijn van de trinitaire

¹¹⁷ Adam J. Powell, "Restless Resilience", 123

¹¹⁸ Ibid., 124.

¹¹⁹ Jürgen Moltmann, *The Trinity and the Kingdom: The Doctrine of God*, trans. Margaret Kohl (Minneapolis: Fortress Press, 1993), 172–74.

¹²⁰ Ibid., 129–35.

¹²¹ Ibid., 120–22.

¹²² Ibid., 188–91.

liefde: een plek van onderlinge erkenning en zorg.¹²³

4.2.1 Gemeenschap als eschatologisch vooruitzicht

Moltmann gaat verder: de kerk is niet slechts een weerspiegeling van de goddelijke gemeenschap, maar ook een eschatologische gemeenschap. Ze leeft vanuit de hoop op Gods toekomst en anticipeert op het komende Koninkrijk waarin gerechtigheid, vrede en verzoening volledig werkelijkheid worden.¹²⁴ Liturgie en gemeenschap functioneren bij Moltmann niet slechts als symbolen van hoop, maar als ‘oefenplaatsen’ van veerkracht: plekken waar gelovigen de beweging van Gods toekomst oefenen, vieren en inlijven. De trinitarische structuur van het geloof – waarin wederkerigheid, relationaliteit en openheid centraal staan – vormt hierbij de theologische grondslag van deze gedeelde veerkracht. Op deze manier, betoogt Moltmann, wordt ze een ‘proleptische gemeenschap’ – een gemeenschap-in-vooruitzicht, gevormd door de Geest die het nieuwe reeds in het heden zichtbaar maakt.¹²⁵

Daarnaast beschrijft Moltmann de kerk als een ruimte van heling en verzoening, waar mensen met hun breekbaarheid en kwetsbaarheid mogen zijn en waar ze tot rust kunnen komen. Daar waar mensen elkaars kwetsbaarheid niet uit de weg gaan, maar in verbondenheid leren dragen, wordt iets tastbaar van Gods meelevende aanwezigheid.¹²⁶ Juist in die betrokken nabijheid geeft de kerk gestalte aan Gods solidariteit met het menselijk lijden – een solidariteit die volgens Moltmann in *The Crucified God* zichtbaar wordt in de gekruisigde Christus, waar God zichzelf met de lijdende wereld verbindt.¹²⁷

Op deze wijze biedt de kerk een ontmoetingsplek waar eenzaamheid, gebrokenheid en onrecht niet worden genegeerd of opgelost, maar erkend en gedeeld gedragen. Vanuit die verbondenheid groeit wat in deze thesis wordt aangeduid als *Oergrond*: een dragende werkelijkheid waarin mensen zich gekend, gezien en gedragen weten. Deze relationele bedding vormt de voedingsbodem waarin veerkracht tot bloei komt. De kerk wordt dan zelf tot een plek van veerkracht, geworteld in de liefdevolle dynamiek van de Drie-enige God, waar mensen opnieuw leren leven vanuit vertrouwen, nabijheid en genade.¹²⁸

4.2.2 De kerk als contrasterende gemeenschap

Tegelijk is de kerk ook een contrasterende gemeenschap: zij functioneert als alternatief sociaal model binnen een cultuur die vaak draait om competitie, autonomie en economische waarde.¹²⁹ Volgens Moltmann wordt de kerk niet gekenmerkt door hiërarchie of prestatie, maar door erkenning van ieder mens als geliefd schepsel binnen het verhaal van Gods genade. Zij vormt een gemeenschap waarin mensen worden opgenomen, ongeacht status of verdienste – een teken van Gods belofte midden in de wereld. In die zin beschouwt Moltmann de kerk als publieke ruimte van hoop en verzet

¹²³ Jürgen Moltmann, *The Trinity and the Kingdom*, 191–219.

¹²⁴ *Ibid.*, 120–122.

¹²⁵ *Ibid.*, 88–191

¹²⁶ *Ibid.*, 157–159

¹²⁷ Jürgen Moltmann, *The Crucified God: The Cross of Christ as the Foundation and Criticism of Christian Theology*, trans. R.A. Wilson and John Bowden (Minneapolis: Fortress Press, 1993), 276–278.

¹²⁸ Zowel het begrip *oergrond* als het theologisch verstaan van veerkracht worden in hoofdstuk 5 verder uitgewerkt als onderdeel van het vijf dimensionaal model van veerkracht

¹²⁹ Moltmann, *The Trinity and the Kingdom*, 120–122.

tegen sociale uitsluiting en morele onverschilligheid. In latere paragrafen zal blijken hoe deze visie nauw aansluit bij de ecclesiologische invulling binnen de Oergrondtheologie.

Tot slot is de kerk missionair van aard. Deelname aan Gods gemeenschap betekent immers ook deelname aan Gods zending: *Missio Dei*.¹³⁰ De kerk leeft niet voor zichzelf, maar is gezonden in de wereld om de waarden van het Koninkrijk gestalte te geven in gerechtigheid, vrede en zorg voor de schepping. Als gemeenschap-in-beweging, geïnspireerd door het motief van de Exodus, belichaamt zij de hoop op een nieuwe wereld – geen idealistisch droombeeld, maar een belofte die verankerd is in Gods eigen wezen. Moltmann tekent de kerk als een gemeenschap die niet heerst, maar dient; niet uitsluit, maar opent; niet controleert, maar draagt.¹³¹ De relationele structuur binnen de Drie-eenheid is daarbij niet slechts een theologisch uitgangspunt, maar fungeert als sociaal-ethisch kompas. Hierin schuilt de kracht van verbondenheid: een leven in gemeenschap dat zowel Gods wezen weerspiegelt als menselijkheid tot haar recht laat komen. Vanuit dit trinitarische denkkader ontstaat een theologisch model van veerkracht, waarin gemeenschap niet alleen wordt gezien als sociale context, maar als spiegel van een dieper principe van verbondenheid.¹³² In de wederkerige relatie tussen Vader, Zoon en Geest ligt een uitnodiging besloten tot een leven waarin zorg, vertrouwen en betrokkenheid centraal staan.¹³³ Deze vormen van relationele steun blijken essentieel voor veerkracht: niet als individuele prestatie, maar als iets wat groeit binnen gedeelde relaties, gedragen door onderlinge verbondenheid.¹³⁴

4.2.3 Gemeenschap en veerkracht

Hoewel Jürgen Moltmann zelf de term veerkracht nauwelijks gebruikt, biedt zijn trinitair denken en visie op de kerk duidelijke aanknopingspunten om die veerkracht theologisch te begrijpen. In zijn werk is gemeenschap onder andere een antwoord op breuken, trauma en vervreemding. Niet als een verzameling losse mensen, maar als een plek van herstel en onderlinge steun. Veerkracht is daarbij niet iets wat iemand alleen in zichzelf moet vinden, maar iets wat groeit in verbondenheid met anderen. De Heilige Geest – die Moltmann beschrijft als de levende liefde tussen de Vader en de Zoon – speelt daarin een actieve rol: zij geeft nieuw leven, brengt mensen bij elkaar en opent ruimte voor hoop. Binnen de beweging van de drie-enige God ontvangen mensen niet alleen troost, maar worden ze ook zelf tot mensen die troost en hoop kunnen doorgeven. Zo wordt Moltmanns visie op gemeenschap een geloofstaal waarin veerkracht niet alleen mogelijk wordt, maar ook gedeeld en versterkt kan worden.¹³⁵

4.2.4 Kritische beschouwingen bij Moltmanns visie op gemeenschap

Hoe inspirerend Moltmanns trinitair denken over gemeenschap ook is, het roept binnen de context

¹³⁰ Jürgen Moltmann, *Hope in These Troubled Times*, trans. Margaret Kohl and Brian McNeil (Geneva: WCC Publications, 2019), 5–7.

¹³¹ Jürgen Moltmann, *Hope in These Troubled Times*, trans. Margaret Kohl and Brian McNeil (Geneva: WCC Publications, 2019), 219.

¹³² Moltmann, *The Trinity and the Kingdom*, 172–177.

¹³³ Ibid., 191; zie ook Amos Yong, *The Coming Spirit of Theology: Moltmann, Pneumatology, and Trinitarian Eschatology for the Third Millennium* (Eugene, OR: Cascade Books, 2011), 54–56.

¹³⁴ Michael Ungar, “Resilience, Trauma, Context, and Culture,” *Trauma, Violence, & Abuse* 14, no. 3 (2013): 255–266.

¹³⁵ Jürgen Moltmann, *The Church in the Power of the Spirit: A Contribution to Messianic Ecclesiology*, trans. Margaret Kohl (London: SCM Press, 1977), 92–93, 202–204; idem, *The Spirit of Life: A Universal Affirmation*, trans. Margaret Kohl (Minneapolis: Fortress Press, 1992), 56–58, 113–117.

van een gesecculariseerde samenleving als de Nederlandse wel kritische vragen op. Zijn beeld van de kerk als 'icoon' van de Drie-enige God klinkt krachtig, maar schuurt met de ervaring van velen voor wie kerkelijke gemeenschappen eerder als irrelevant, gesloten of zelfs beschadigend worden ervaren.¹³⁶ In een samenleving waarin institutioneel vertrouwen laag is en religie vaak functioneert in de marge of als individuele spiritualiteit, komt Moltmanns model al snel over als een theologisch ideaal dat moeilijk te realiseren lijkt.¹³⁷

Tegelijkertijd roept deze spanning de vraag op of het bij theologisch spreken over kerk en gemeenschap wel gaat om de tegenstelling tussen ideaal en realiteit. Moltmanns visie is immers niet bedoeld als beschrijving van de kerk zoals zij nu is, maar als uitnodiging tot transformatie: een eschatologisch perspectief waarin de kerk wordt geroepen zichzelf te hervinden als teken van Gods komende werkelijkheid. Daarnaast schuurt zijn sociale triniteitsleer met het feit dat de Nederlandse samenleving sterk gekenmerkt wordt door pluraliteit, sociale fragmentatie en groeiende eenzaamheid. De vraag rijst of een theologie die zo sterk inzet op harmonie en wederkerigheid voldoende ruimte laat voor breuklijnen, conflicten en asymmetrische verhoudingen – ook binnen kerkelijke gemeenschappen zelf.¹³⁸ Moltmanns nadruk op proleptische hoop – de kerk als voorproef van Gods toekomst – is aantrekkelijk en wenselijk, maar roept in dit opzicht ook vragen op over toepasbaarheid: hoe leeft die hoop in geloofsgemeenschappen die krimpen, zoekende zijn of niet langer vanzelfsprekend als 'dragende gemeenschap' worden ervaren? Deze thesis zoekt bewust naar zo'n vertaalslag. Niet naar een kerk als ideaalbeeld of weerspiegeling van de hemelse gemeenschap, maar als plek waar kwetsbaarheid niet wordt weggepoetst, maar erkend. Waar veerkracht niet optreedt als prestatie, maar groeit uit gedeeld leven. Een gemeenschap dus die niet pretendeert de triniteit te belichamen, maar die – midden in de spanningen van deze tijd – iets laat oplichten van Gods dragende aanwezigheid.

4.3 Solidariteit: God in het lijden

"To know God means to endure God. To know God in the cross of Christ is a crucifying form of knowledge, because it shatters everything to which a man can hold and on which he can build, both his works and his knowledge of reality, and precisely in so doing sets him free."

– Jürgen Moltmann, *The Crucified God*

In onze tijd wordt lijden vaak opgevat als een teken van persoonlijke mislukking, en kwetsbaarheid als iets dat vermeden moet worden. Onder invloed van postmodern denken, met zijn nadruk op autonomie en maakbaarheid, is er steeds minder ruimte voor het openlijk delen van gebrokenheid. Al in de jaren zestig brak Jürgen Moltmann met dit soort dominante denkwijzen. In zijn theologie bood hij een alternatief dat ook vandaag nog verrassend actueel is: een theologisch kader dat recht doet aan de rauwe werkelijkheid van lijden én aan het diepgewortelde menselijke verlangen naar

¹³⁶ Zie de kritische noten bij idealistische ecclesiologie in Paul Avis, *The Identity of Anglicanism: Essentials of Anglican Ecclesiology* (London: T&T Clark, 2008), 97–100; en in de Nederlandse context o.a. Miranda Klaver, *This is My Church: Ecclesiology and Ethnography in Dutch Evangelicalism* (Amsterdam: VU University, 2011).

¹³⁷ Vgl. de analyse van religieuze beleving in Nederland in Joep de Hart (ed.), *Geloven binnen en buiten verband: Godsdienstige ontwikkelingen in Nederland* (Den Haag: SCP, 2011).

¹³⁸ Zie ook: Sarah Coakley, *God, Sexuality, and the Self: An Essay 'On the Trinity'* (Cambridge: CUP, 2013), hfdst. 1, waar zij waarschuwt voor het overschatten van perichoretische harmonie in relationele theologieën.

hoop, erkenning en verbondenheid. In *The Crucified God* stelt Moltmann dat God zich niet op afstand houdt van menselijk lijden. Integendeel: in Christus identificeert God zich radicaal met onze pijn. Niet als toeschouwer, maar als deelgenoot is God binnengegaan in de diepste verlatenheid.

Het kruis is voor Moltmann dan ook geen abstract symbool, maar een plek van echte solidariteit: een plek waar menselijke wanhoop en goddelijke nabijheid elkaar raken.¹³⁹ Daar, waar elke hoop lijkt verdwenen, ontstaat een nieuwe mogelijkheid tot leven. Moltmann toont dat God niet boven het lijden staat, maar erdoorheen spreekt – en juist daardoor bron van troost en kracht kan zijn voor wie lijden doormaakt.

Volgens Moltmann ligt de kracht van het christelijk geloof precies in deze radicale solidariteit van God met de lijdende mens. Toen hij in de jaren zestig zijn theologie van de gekruisigde God ontwikkelde, stond dat in scherp contrast met dominante godsbeelden waarin God werd voorgesteld als onaangedaan, onveranderlijk en verheven boven het lijden. Op Golgotha verschijnt bij Moltmann geen almachtige heerser, maar een God die vrijwillig afstand doet van macht en in de verlatenheid van de gekruisigde Zoon de diepten van het menselijke bestaan binnengaat; “*A God who cannot suffer is poorer than any man*,” stelt hij kernachtig.¹⁴⁰ Daarmee breekt hij met het klassieke godsbeeld waarin God als onaangedaan, onveranderlijk en boven het lijden verheven wordt voorgesteld. In plaats daarvan spreekt hij over een pathische God: een God die lijdt uit liefde, die zich laat raken door het menselijk bestaan en daarin werkelijk aanwezig is.¹⁴¹

4.3.1 Gedeeld lijden als bron van veerkracht

Deze mee-lijdende aanwezigheid van God is in Moltmanns denken geen teken van goddelijke zwakte, maar juist een uitdrukking van de kracht van Gods liefde. In deze gedachte van Moltmann ligt een essentiële bron van veerkracht besloten. Niet omdat het lijden wordt opgeheven of verklaard, maar omdat het gedragen wordt in relatie. In het kruis verschijnt een God die niet op afstand blijft, maar present is in de diepste wanhoop. Zelfs in de schreeuw van verlatenheid – “*Mijn God, waarom hebt U mij verlaten?*” – weerklinkt, paradoxaal genoeg, een dragende nabijheid.¹⁴²

Deze gedeelde verlatenheid biedt geen sluitende verklaring, maar opent een relationele ruimte waarin het lijden kan worden uitgehouden. Het is deze ruimte die veerkracht mogelijk maakt: niet als autonome prestatie, maar als iets wat ontstaat in ontmoeting, herkenning en verbondenheid. Vanuit dit perspectief vraagt Moltmanns theologie om een herwaardering van kwetsbaarheid als theologische categorie. In plaats van gebrokenheid te beschouwen als een teken van zwakte of gebrek, wordt zij een locus theologicus – een plek waar het goddelijke oplicht in en door gedeeld menselijk lijden.

Moltmann zelf spreekt in dit verband over “*the fellowship of the crucified*”: een gemeenschap gevormd rondom gedeeld lijden.¹⁴³ Niet als iets wat eerst moet worden opgelost of overwonnen, maar als iets

¹³⁹ Moltmann, *The Crucified God*, 204.

¹⁴⁰ Moltmann, *The Crucified God*, 222

¹⁴¹ Zie Jürgen Moltmann, *The Crucified God*, 222–226. Moltmann verwierpt hierin expliciet de klassieke leer van de impassibilitas Dei en stelt dat “a God who is only omnipotent is not more divine than a God who is capable of suffering” (p. 222). In de kruisiging openbaart zich geen onaangedane, verheven God, maar een God die zichzelf in liefde opoffert en zich in het lijden van de Zoon ook als Vader laat raken.

¹⁴² Jürgen Moltmann, *The Crucified God*: 252.

¹⁴³ Ibid., 244–246.

dat gezien, erkend en gedragen mag worden. Binnen zo'n gemeenschap krijgt veerkracht gestalte als relationeel gebeuren: in het ervaren van steun, troost en solidariteit. Niet als individueel vermogen tot herstel, maar als gedeelde draagkracht waarin kwetsbaarheid niet verborgen, maar uitgesproken en gedeeld mag worden.

4.3.2 Kritische beschouwing op Moltmanns kruistheologie

Hoewel Moltmanns kruistheologie veel te bieden heeft – vooral in hoe zij lijden, kwetsbaarheid en goddelijke solidariteit theologisch serieus neemt – zijn er ook kritische kanttekeningen te plaatsen. Regelmatig wordt gewezen op het spanningsveld tussen zijn nadruk op het kruis en de bredere context van opstanding en eschatologische verlossing. Hans Urs von Balthasar uit een inhoudelijke kritiek op Moltmanns theologie van het kruis, met name op het gevaar dat de opstanding onderbelicht raakt wanneer het kruis zo allesbepalend wordt. Die vraag raakt aan wezenlijke theologische verschillen: als het kruis het dieptepunt van Godverlatenheid is, waar blijft dan de overwinning, de glorie, de nieuwe schepping?¹⁴⁴

Toch hoeft Moltmanns nadruk op het kruis niet te betekenen dat de opstanding buitenspel wordt gezet. Integendeel, in het licht van de opstanding krijgt het kruis juist zijn volle theologische diepte. De opstanding wist het kruis niet uit, maar bevestigt het als de plaats waar Gods liefde zich tot het uiterste heeft bewezen. Dat wordt zichtbaar in de wonden die de opgestane Christus toont aan Thomas (Joh. 20:27): ook na Pasen blijven de tekenen van het lijden zichtbaar. De gekruisigde leeft — mét wonden. Precies in die paradox leeft het beeld van Christus als de wounded healer, de gewonde genezer: een motief dat theologisch te vinden is in Jesaja 53 (“door zijn striemen is ons genezing geworden”) en in de vroege christelijke traditie. Henri Nouwen was de eerste die deze term expliciet verbond met Jezus in zijn pastorale theologie: het is niet ondanks maar door zijn wonden heen dat Hij geneest. In deze zin is de opgestane Christus geen triomfantelijke overwinnaar die het lijden achter zich heeft gelaten, maar de gekruisigde die leeft –en daarmee genezend nabij blijft aan wie zelf verwond zijn.¹⁴⁵ Daarmee is er geen sprake van een tegenstelling tussen kruis en opstanding, maar van een eenheid waarin het lijden niet ongedaan wordt gemaakt, maar wordt opgenomen en gedragen.¹⁴⁶

Deze spanning tussen gewond zijn en toch leven, tussen herinnering en hoop, is niet alleen theologisch, maar ook existentieel herkenbaar. In het overleven van trauma zien we iets vergelijkbaars. Zoals Bessel van der Kolk stelt, blijven trauma's niet achter als afgesloten hoofdstukken, maar worden zij lichamelijk en psychisch ingeschreven in wie wij zijn; “*The body keeps the score*”.¹⁴⁷ Trauma tekent ons bestaan en beïnvloedt onze waarneming van onszelf, de ander en de wereld om ons heen. Toch is er bij velen sprake van een vorm van opstanding: mensen leren opnieuw leven, zoeken relaties, dragen het verleden zonder erdoor bepaald te worden. Maar de

¹⁴⁴ Hans Urs von Balthasar bekritiseert Moltmanns theologie onder andere in *Mysterium Paschale*, waarin hij waarschuwt voor een onevenwichtige focus op het kruis zonder voldoende theologische doordenking van de paasmorgen. Zie: Hans Urs von Balthasar, *Mysterium Paschale: The Mystery of Easter* (Edinburgh: T&T Clark, 1990).

¹⁴⁵ Henri J.M. Nouwen, *The Wounded Healer: Ministry in Contemporary Society* (New York: Image Books, 1972). Voor de psychologische oorsprong van het archetype, zie Carl Gustav Jung, *The Practice of Psychotherapy*, trans. R.F.C. Hull (Princeton: Princeton University Press, 1966). Het bijbelse fundament ligt onder meer in Jes. 53:5

¹⁴⁶ Jürgen Moltmann, *The Crucified God: The Cross of Christ as the Foundation and Criticism of Christian Theology*, trans. R.A. Wilson and John Bowden (Minneapolis: Fortress Press, 1993), 205–209.

¹⁴⁷ Bessel van der Kolk, *The Body Keeps the Score: Brain, Mind, and Body in the Healing of Trauma* (New York: Penguin, 2014), 21–22.

wonden verdwijnen niet. Ze blijven zichtbaar, voelbaar, latent aanwezig — net als de littekens van het kruis in het lichaam van de Opgestane. Vanuit dat perspectief is de opstanding niet een ontkenning van het lijden, maar juist het bewijs dat er leven mogelijk is in en voorbij dat lijden. Dat is ook wat Moltmanns theologie van de Geest zichtbaar maakt: de Geest is de kracht van de opstanding, maar tegelijk ook de Trooster die aanwezig is in het lijden, die ons optilt uit wanhoop en ons opnieuw laat ademen.¹⁴⁸ Een God die nabij is in verlatenheid maakt opstanding mogelijk — niet als magisch herstel, maar als gedragen wederopstanding uit de diepte.

Precies dát is veerkracht: niet het wegwerken van kwetsbaarheid, maar het vermogen om opnieuw te leven terwijl de breuklijnen zichtbaar blijven. Daarom zijn kruis en opstanding niet van elkaar los te maken. Het kruis krijgt pas betekenis in het licht van de opstanding, zoals trauma pas tot verhaal kan worden als het wordt gedeeld, gedragen en erkend. En de opstanding wordt geloofwaardig waar de wonden nog zichtbaar zijn — als tekenen van lijden dat werkelijk is doorleefd, maar niet het laatste woord heeft gekregen.

Daarnaast roept Moltmanns beeld van een pathische God vragen op over de verhouding tussen Gods nabijheid en zijn radicale andersheid. Wanneer Gods lijden sterk wordt geïnterpreteerd vanuit menselijke ervaringen, dreigt zijn transcendentie te vervagen en God gereduceerd te worden tot categorieën van menselijke herkenbaarheid. Theologen als Kathryn Tanner waarschuwen dat een theologie die nadruk legt op Gods kwetsbaarheid en lijdzaamheid, het onderscheid tussen God en schepping kan vervlakken en daarmee Gods ongrijpbaarheid en vrijheid onvoldoende tot hun recht laat komen.

Moltmanns beeld van een God die zich laat raken – een pathische God – roept onvermijdelijk vragen op over de verhouding tussen Gods nabijheid en zijn anders-zijn. Als Gods lijden te sterk wordt opgevat als een spiegel van onze eigen pijn, dreigt Hij op te gaan in wat voor ons herkenbaar is. God verliest dan zijn eigenheid en wordt een projectie van menselijke ervaring. Theologen zoals Kathryn Tanner waarschuwen daarom terecht dat een theologie die kwetsbaarheid en lijdzaamheid van God centraal stelt, het verschil tussen Schepper en schepping kan vervagen. Dan komt Gods vrijheid, zijn ongrijpbaarheid, niet voldoende tot zijn recht.¹⁴⁹

Toch hoeft de spanning tussen Gods nabijheid en zijn verhevenheid niet opgevat te worden als een tegenstelling die opgelost moet worden. In Moltmanns trinitair denken wordt die spanning juist opgenomen en theologisch doordacht. Hij kiest niet voor een of/of, maar voor een en/en. God is de gekruisigde én de verhevene, de nabije én de geheel Andere. Binnen de dynamiek van de drie-enige God – waarin Vader, Zoon en Geest zich aan elkaar geven en met elkaar verbonden zijn – komt Gods liefde niet tot uiting ondanks zijn heiligheid, maar juist daarin.¹⁵⁰

De pathische kant van God – dat Hij zich laat raken door het lijden van de wereld – is bij Moltmann onlosmakelijk verbonden met het kruis van Christus én met de levendmakende werking van de Geest. Het is geen zwakte dat God zich zo verbindt met onze kwetsbaarheid; het is juist een teken van zijn vrijheid. Zijn solidariteit met een gewonde wereld is geen verlies van goddelijkheid, maar

¹⁴⁸ Jürgen Moltmann, *The Spirit of Life: A Universal Affirmation*, trans. Margaret Kohl (Minneapolis: Fortress Press, 1992), 18.

¹⁴⁹ Kathryn Tanner, *Jesus, Humanity and the Trinity* (Edinburgh: T&T Clark, 2001), 46-47

¹⁵⁰ Jürgen Moltmann, *The Trinity and the Kingdom: The Doctrine of God*, trans. Margaret Kohl (Minneapolis: Fortress Press, 1993), 151-153.

een openbaring ervan. Hij blijft de geheel Andere, juist omdat Hij zich niet te goed acht om nabij te zijn. Heiligheid is hier geen afstand, maar liefde die zich laat vinden.¹⁵¹

Je zou kunnen zeggen: Moltmann bouwt geen gesloten systeem waarin alles klopt, maar zoekt. Zijn theologie is geen afgerond bouwwerk, maar een open weg – een poging om woorden te vinden voor Gods betrokkenheid in een wereld die lijdt. Hij zoekt geen theologische zekerheden, maar opent ruimte. Bijvoorbeeld door het kruis niet alleen te lezen als voorstadium van de opstanding, maar als een openbaring op zichzelf.¹⁵² In die lijn wordt duidelijk dat veerkracht geen kwestie is van herstellen naar het oude of jezelf bijeenrapen, maar van gedeelde kwetsbaarheid. Waar mensen lijden met elkaar delen, ontstaat een ruimte waarin veerkracht geen individuele prestatie is, maar een gedeeld gebeuren.

Precies daar raakt Moltmanns theologie aan de kernvraag van deze thesis: hoe kan kerk-zijn vandaag bijdragen aan veerkracht? In veel hedendaagse veerkrachtmodellen ligt de nadruk op mentale weerbaarheid en persoonlijke coping. Moltmann kiest een ander vertrekpunt. In zijn theologie, en in het bijzonder in zijn visie op de gekruisigde God, verschijnt veerkracht niet als iets wat mensen op eigen kracht ontwikkelen, maar als iets wat oplicht in relatie: waar kwetsbaarheid gedeeld mag worden en verbondenheid dragend wordt. Het kruis staat dan niet voor overwinning ondanks het lijden, maar voor Gods aanwezigheid in het lijden.¹⁵³ Die benadering sluit aan bij wat we terugzien in de trauma- en veerkrachtliteratuur. Daar wordt relationele veiligheid, erkenning en context als sleutel tot herstel genoemd. Denk aan het werk van Bessel van der Kolk, die beschrijft hoe trauma's het lichaam en de ziel tekenen, maar dat herstel mogelijk wordt in de ervaring: "You are not alone anymore."¹⁵⁴ Veerkracht ontstaat waar mensen opnieuw verbinding durven ervaren, zelfs met hun littekens.

Ook actuele stemmen in de ecclesiologie sluiten hierop aan. Henk de Roest spreekt over kerk als 'open gemeenschap', waar ruimte is voor gedeelde kwetsbaarheid.¹⁵⁵ Elaine Graham noemt de kerk een 'plaats van betrokken aanwezigheid' in een samenleving waar religie zich opnieuw moet verhouden tot publieke ruimte.¹⁵⁶ Dergelijke visies leggen de nadruk op nabijheid, niet op succes of onkwetsbaarheid. Juist daarin ligt de kracht van Moltmanns benadering: dat mensen, midden in hun gebrokenheid, de ervaring kunnen hebben niet alleen te zijn – maar gezien, gedragen en verbonden. In die context van gedeelde kwetsbaarheid en relationele draagkracht, komt de echte vraag naar boven: wat houdt mensen werkelijk staande, als zekerheden wegvallen en gebrokenheid blijft? Daar komt het motief van hoop naar voren – als de kern van Moltmanns theologie én als dragende kracht in deze thesis.

¹⁵¹ Moltmann, *The Crucified God*, 244.

¹⁵² *Ibid.*, 204–209.

¹⁵³ Moltmann, *The Spirit of Life*, 17–18.

¹⁵⁴ Van der Kolk, *The Body Keeps the Score*, 81.

¹⁵⁵ Henk de Roest, *En God zag dat het goed was: Over kerk, cultuur en theologie* (Zoetermeer: Meinema, 2010), 198.

¹⁵⁶ Elaine Graham, *Between a Rock and a Hard Place: Public Theology in a Post-Secular Age* (London: SCM Press, 2013), 74–76.

4.4. Hoop: Leven vanuit de belofte - Eschatologische hoop als bron van transformatie

"Hope is nothing else than the expectation of those things
which faith has believed to be truly promised by God."
– Jürgen Moltmann, *Theology of Hope*

4.4.1 Hoop als existentiële grondhouding

Moltmann ontwikkelde zijn theologie van de hoop niet in een vacuüm, maar in de nasleep van oorlog, moreel failliet en existentiële verwarring. Als jonge Duitse krijgsgevangene werd hij geconfronteerd met de verwoestingen van de Tweede Wereldoorlog, het verlies van vrienden, diepe schaamte en een fundamenteel gevoel van verlatenheid. In die context las hij Psalm 39 als een echo van zijn eigen ziel: "Mijn hoop is op U" (Ps. 39:7). Die ontmoeting met de Schrift, in combinatie met de onverwachte vriendelijkheid van Schotse burgers en het horen van Jezus' roep aan het kruis – "Mijn God, waarom hebt U mij verlaten?" – werd voor hem een theologisch keerpunt. Hier begon zijn overtuiging te groeien dat echte hoop alleen gestalte krijgt waar zij opstaat uit lijden en zich laat vormen in relatie. De ervaring van 'niet alleen zijn' werd zijn eerste *locus theologicus*, je zou kunnen zeggen; een oervorm van relationele veerkracht die theologisch verankerd werd in het kruis en de opstanding van Christus.¹⁵⁷

Opmerkelijk is dat Moltmanns reflecties hier nauw aansluiten bij wat Bessel van der Kolk in zijn traumawerk *The Body Keeps the Score* (2014) beschrijft als de kern van herstel: niet het wissen van trauma, maar de ervaring dat je er niet alleen voor staat. Van der Kolk toont aan dat trauma diep in lichaam en geest wordt opgeslagen, en dat genezing begint op het moment dat veiligheid, erkenning en relationele verbondenheid worden hersteld.¹⁵⁸ Voor Van der Kolk betekent heling niet de afwezigheid van pijn, maar het hervinden van betekenis en contact. Moltmanns theologische ontdekking – dat God zelf nabij is in de verlatenheid en dat hoop geboren wordt in relatie – resoneert sterk met deze psychologische inzichten. Zoals Van der Kolk spreekt over 'befriending the body' als voorwaarde voor herstel, zo spreekt Moltmann over de ontmoeting met de gekruisigde Christus als de plaats waar lijden erkend en gedeeld wordt. In beide visies ligt het begin van veerkracht niet in het ontkennen van gebrokenheid, maar in het toelaten van nabijheid binnen die gebrokenheid. Theologisch gesproken: het kruis wordt niet opgeheven door de opstanding, maar juist daarin gedragen – en de wonden blijven zichtbaar.

Toen Moltmann zijn *Theologie der Hoffnung* publiceerde in 1964, brak hij radicaal met een tijdgeest waarin eschatologie vaak werd gezien als speculatie over het einde der tijden. Voor hem werd eschatologie het hart van het christelijk geloof – niet als uitstel, maar als de verwachting dat Gods toekomst al werkzaam is in het heden.¹⁵⁹ Die hoop was voor hem geen gemoedstoestand of innerlijke troost, maar heeft de functie van een existentiële grondhouding die de mens in beweging zet: tot

¹⁵⁷ Adam J. Powell, "A Simple and Warm Common Humanity: Self-Transcendence and Restless Resilience in the Theology of Jürgen Moltmann," in *Biblical and Theological Visions of Resilience: Pastoral and Clinical Insights*, ed. Nathan H. Wit and Christoffel C. H. Kok (London: Routledge, 2023), 181–196.

¹⁵⁸ Van der Kolk, *The Body Keeps the Score*, 205–207.

¹⁵⁹ Moltmann, *Theology of Hope*, 16.

protest tegen onrecht, tot handelen in het licht van wat nog komen moet, en tot het weigeren van elke theologie die zich verzoent met wat onrechtvaardig is.¹⁶⁰

Hoop, zo laat Moltmann zien, is de kracht die mensen staande houdt wanneer hun werkelijkheid uiteenvalt. Ze ontspringt niet aan zekerheden, maar aan de ervaring dat gebrokenheid niet het laatste woord heeft. Hoop maakt veerkracht mogelijk: niet als individuele prestatie, maar als gedragen vertrouwen dat het lijden niet zonder getuige is. Het is deze ‘rusteloze veerkracht’, geboren uit kwetsbaarheid en gedragen in gemeenschap, die de diepere laag van Moltmanns theologie vormt.¹⁶¹ Zijn visie op hoop als existentiële grondhouding overstijgt het individuele en raakt de roeping van de kerk zelf: om als voorlopige gemeenschap van Gods Koninkrijk ruimte te scheppen voor deze hoop – juist te midden van onafgemaakte geschiedenis.¹⁶²

Deze ontdekking van hoop in de diepte van lijden werd voor Moltmann niet alleen een persoonlijke ervaring, maar het vertrekpunt van een theologie waarin de toekomst fundamenteel herijkt wordt. Zijn confrontatie met verlatenheid en herstel in relatie bracht hem ertoe anders over tijd te gaan denken. Tegen de overheersende culturele tijdsbeleving in – waarin toekomst vaak wordt opgevat als futurum, het lineaire verlengde van het heden – ontwikkelt Moltmann een theologisch alternatief: adventus, de komst van iets radicaal nieuws, niet voortvloeiend uit onze planning of beheersing, maar doorbrekend als belofte. Dit onderscheid is niet slechts semantisch, maar raakt aan de kern van zijn hoopstheologie: futurum sluit de vernieuwing vaak in bij wat al is, terwijl adventus opent voor wat nog niet is – en precies daar begint de ruimte voor veerkracht, transformatie en nieuwe schepping. De toekomst van God is in dit denken niet iets wat logisch volgt, maar iets wat bevrijdend onderbreekt: als adem in verstikking, als belofte in uitzichtloosheid.

4.4.2 Hoop als adventische tegenbeweging

Toegepast op onze hedendaagse context biedt het onderscheid dat Moltmann maakt tussen futurum en adventus, in combinatie met zijn pneumatologie, een theologisch kader om het begrip veerkracht verder te verdiepen. Waar hoofdstuk 1 het veerkrachtbegrip vanuit sociaal-wetenschappelijke en psychologische hoek ontwikkelt als multisystemisch, dynamisch en relationeel, opent Moltmann de ruimte om veerkracht te verstaan als een geestelijke beweging richting een open toekomst, gedragen door de Geest van God.¹⁶³

In het dominante futurum-denken van onze neoliberale moderniteit wordt de toekomst vooral gezien als verlengstuk van het heden: maakbaar, planbaar, voorspelbaar. Tijd wordt ervaren als lineair en functioneel – een projectie van economische groei, technologische beheersing en individuele optimalisatie. Deze tijdsorde produceert echter niet alleen vooruitgang, maar ook

¹⁶⁰ Deze bewoording komt uit paper; *Hoop als existentie: Een verkenning in relatie tot ecclesiologie en missie* (2024), voor het vak New Ecclesial Communities, Birgit Jaarsma

¹⁶¹ Adam J. Powell, “A Simple and Warm Common Humanity: Self-Transcendence and Restless Resilience in the Theology of Jürgen Moltmann,” in *Biblical and Theological Visions of Resilience: Pastoral and Clinical Insights*, ed. Nathan H. Wit and Christoffel C. H. Kok (London: Routledge, 2023), 181–196.

¹⁶² Moltmann, *Theology of Hope*, 21.

¹⁶³ Michael Ungar, “Systemic Resilience: Principles and Processes for a Science of Change in Contexts of Adversity,” *Ecology and Society* 23, no. 4 (2018): 34.

uitputting, angst en vervreemding – symptomen die door Byung-Chul Han en Zygmunt Bauman worden herkend als kenmerken van de laatmoderne uitputtingsmaatschappij (burn-out societies).¹⁶⁴

Tegen deze gesloten toekomstverbeelding in stelt Moltmann het adventische denken: een toekomst die niet voortvloeit uit wat al is, maar die doorbreekt vanuit Gods beloftevolle nabijheid.¹⁶⁵ Zij is geen voortzetting van bestaande patronen, maar een theologische onderbreking – een bevrijdende tegenbeweging die ruimte schept voor wat we zelf niet hadden kunnen voorzien.¹⁶⁶ In situaties van crisis, trauma of stilstand is deze adventische horizon geen abstract idee, maar een bron van weerstand en vernieuwing. Ze doorbreekt het gevoel dat alles bij het oude moet blijven, of dat herstel slechts een terugkeer betekent naar hoe het was.

Moltmann nodigt uit om veerkracht niet op te vatten als een kwestie van volhouden of presteren, maar als een houding van openheid: voor bevrijding, genezing en nieuwe verbondenheid die ons wordt aangereikt, juist daar waar controle en zelfredzaamheid tekortschieten. In dat geheel speelt zijn pneumatologie een sleutelrol. De Geest is voor Moltmann niet louter een innerlijke kracht of religieuze beleving, maar de beweging van Gods komende toekomst zelf – al werkzaam in het heden. Zij troost, bevrijdt en beweegt. Zij verbindt wat uiteen is gevallen en opent ademruimte waar het leven beklemmend is geworden.¹⁶⁷ In een wereld die getekend is door collectief trauma – van ecologische ontwrichting tot sociale ongelijkheid en pandemische kwetsbaarheid – betekent dit dat veerkracht niet gezocht hoeft te worden in controle of terugkeer, maar in de ontvankelijkheid voor wat nieuw is. De Geest wijst niet terug, maar vooruit. Zij is de adem die mensen doet opstaan als ze dreigen te vallen. In haar werkt een theologie van hoop die niet draait om reparatie, maar om bevrijding.

In dit licht krijgt veerkracht een dynamisch en relationeel karakter. Het gaat niet om herstel van het oude, maar om het leren leven met breuken en kwetsbaarheid, in vertrouwen dat vernieuwing mogelijk is. Het multidimensionale model van veerkracht uit hoofdstuk 5 krijgt hier een extra laag: een pneumatologische diepgang. *Generational resilience** wordt dan niet alleen zichtbaar in hoe mensen zich sociaal aanpassen of elkaar ondersteunen, maar ook in hun geestelijke openheid voor wat doorbreekt en vernieuwt – voor het onverwachte dat de Geest wekt in tijden van crisis.¹⁶⁸

4.4.3 Hoop als het hart van eschatologisch geloven

Vanuit deze theologische grondslag wordt duidelijk dat hoop geen bijzaak is binnen het geloof, geen leerstuk naast andere dogma's, maar een dragende kracht die het leven oriënteert op wat nu al aan het komen is. Hoop functioneert bij Moltmann als een fundamentele gerichtheid op Gods werkelijkheid die het heden overstijgt, maar daarin toch werkzaam is – als belofte die inbreekt in de

¹⁶⁴ Byung-Chul Han, *The Burnout Society*, translated by Erik Butler (Stanford: Stanford University Press, 2015). Zygmunt Bauman, *Liquid Modernity* (Cambridge: Polity Press, 2000).

¹⁶⁵ Moltmann, *Theology of Hope*, 16-18

¹⁶⁶ Moltmann, *The Coming of God*, 16-23.

¹⁶⁷ Moltmann, *The Spirit of Life*, 110-115.

¹⁶⁸ Laura E. Miller-Graff, "The Multidimensional Taxonomy of Individual Resilience," *Trauma, Violence, & Abuse* 23, no. 2 (2022): 660-675.

* De term "generational resilience" is ontstaan in de marge van verschillende academische en maatschappelijke discussies, vooral als positieve tegenhanger van intergenerationeel trauma. Er is geen specifieke bron, maar het begrip komt voort uit de groeiende aandacht voor systemisch en contextueel denken over veerkracht, waarbij zowel collectieve herinnering als toekomstgericht handelen een rol spelen.

gebrokenheid van nu.¹⁶⁹ Dit betekent dat hoop de gelovige niet in een afwachtende houding plaatst, maar juist oproept tot betrokkenheid en verzet. Wie leeft vanuit hoop, neemt geen genoegen met het heden zoals het is, omdat hij of zij de gebrokenheid van deze wereld niet aanvaardt als laatste woord.¹⁷⁰ In het licht van Gods komende volmaaktheid wordt des te duidelijker zichtbaar waar het leven tekortschiet: onrecht, vervreemding, lijden. Juist daarom roept hoop niet op tot passiviteit, maar wekt zij een innerlijk verzet – een geloof dat weigert zich te verzoenen met wat is, en tegelijk blijft vertrouwen op wat nog komen zal. Geloven is dan geen statisch bezit, maar een dynamische beweging tussen belofte en vervulling, een tocht die gedragen wordt door de Geest en richting krijgt door de toekomst van God.¹⁷¹

Deze beweging is echter niet enkel persoonlijk. In Moltmanns ecclesiologie krijgt hoop een gedeelde, gemeenschappelijke gestalte. De kerk is voor hem niet de hoedster van gevestigde religieuze orde, maar een “community in exodus” – een volk onderweg, zoals Israël in de woestijn.¹⁷² Nog niet aangekomen, maar wel gevormd door de belofte. In deze metafoor klinkt een ecclesiologische overtuiging door: de kerk leeft uit een toekomst die haar voortdurend uitdaagt om te bewegen, te hopen, en te getuigen van wat nog komt. Omdat haar identiteit geworteld is in Gods belofte van het Koninkrijk, is zij principieel niet thuis in het heden zoals het is. Zij hoort niet bij de gevestigde machten, maar wijst daar juist voorbij – als levend teken van een werkelijkheid die in aantocht is.¹⁷³ Waar hoop het leven van individuele gelovigen draagt, krijgt zij zo ook een publieke, gedeelde dimensie. Hoop blijft niet opgesloten in het innerlijke of individuele, maar dringt naar buiten, naar de wereld. Hier komt de kerk in beeld als drager én belichaming van die hoop – als gemeenschap die niet alleen leeft van wat geweest is, maar van wat beloofd is. In het volgende gedeelte staan we daarom stil bij de vraag hoe de kerk, als gemeenschap van verwachting, zich oriënteert in een wereld vol breuklijnen en gemis.

4.4.4 Hoop als richting: missionaire oriëntatie in een gebroken wereld

Volgens Moltmann is het niet de taak van de kerk om de wereld te laten zoals die is, maar om zich te laten raken en vernieuwen door Gods toekomst die op haar afkomt.¹⁷⁴ In haar liturgie, verkondiging en dienst aan de samenleving wordt ze tot een levend teken van de nieuwe schepping die al in beweging is.¹⁷⁵ Die roeping vraagt om flexibiliteit en verwachting, niet om behoudzucht of controle. De kerk hoeft dus geen bastion van stabiliteit te zijn, maar een gemeenschap die leeft van de belofte en openstaat voor wat nog komt. Het is de Geest die haar daarin gaande houdt. Hoop wordt zo niet iets extra's, maar de drijvende kracht achter haar bestaan en missie. Die missie – de *Missio Dei* – is voor Moltmann dan ook niet het verspreiden van religie of het beschermen van tradities, maar het meebewegen met Gods vernieuwing van de wereld. Hoop geeft richting aan die beweging: ze motiveert tot actie, opent ruimte voor verandering en ondermijnt elke schijn van vanzelfsprekendheid.¹⁷⁶

¹⁶⁹ Moltmann, *Theology of Hope*, 16–18.

¹⁷⁰ Moltmann, *Theology of Hope*, 21

¹⁷¹ Moltmann, *The Spirit of Life*, 7–9.

¹⁷² Moltmann, *The Church in the Power of the Spirit*, 201–203.

¹⁷³ *Ibid.*, 194–197.

¹⁷⁴ Moltmann, *Theology of Hope*, 280–281.

¹⁷⁵ Moltmann, *Theology of Hope*, 280–281.

¹⁷⁶ *Ibid.*, 270–72

Tegelijk valt er ook iets op af te dingen. Moltmanns nadruk op toekomst kan het risico in zich dragen dat het heden en het verleden te weinig aandacht krijgen.¹⁷⁷ In pastorale situaties – waar mensen zoeken naar troost, zingeving en verankering – is het juist vaak de ervaring van God in het nu die dragend is.¹⁷⁸ Bovendien kan zijn beeld van de kerk als dynamische gemeenschap “in exodus” wat ideaal blijven: het zegt weinig over de alledaagse realiteit van kerken die ook worstelen met verdeeldheid, bureaucratie of angst voor verandering.¹⁷⁹

Tegelijk roept Moltmanns nadruk op toekomst en vernieuwing vragen op over de aansluiting bij de werkelijkheid van veel kerkgemeenschappen. In pastorale situaties zoeken mensen vaak naar troost, herkenning en houvast in het hier en nu. Moltmanns beeld van de kerk als een dynamische gemeenschap “in exodus” – voortdurend onderweg, opbrekend uit het bestaande – kan dan als veeleisend of abstract overkomen.¹⁸⁰ Zijn theologie spreekt nauwelijks over de alledaagse realiteit van kerken die worstelen met verdeeldheid, vermoeidheid of angst voor verandering. Een kritische stem zou dan ook kunnen stellen dat deze spanning minder iets zegt over een tekort in Moltmanns denken, en meer over de uitdaging waarmee veel gevestigde kerken geconfronteerd worden: durven zij werkelijk te leven vanuit een eschatologisch perspectief waarin toekomst niet iets is dat ooit komt, maar al op hen afkomt?¹⁸¹

Toch biedt zijn benadering waardevolle inzichten – vooral als het gaat om veerkracht. Die is bij Moltmann niet zomaar het vermogen om ‘terug te veren’, maar de geestelijke kracht om te blijven staan wanneer alles om je heen wankelt. Niet vanuit jezelf, maar vanuit vertrouwen op Gods belofte.¹⁸² In die zin zet hij zich af tegen functionele of psychologische ideeën over veerkracht die vooral gaan over aanpassing en zelfredzaamheid.¹⁸³ De vraag blijft wel of zijn visie ook houvast biedt voor gelovigen die minder leven vanuit een groots vergezicht en meer vanuit het ritme van gebed, gemeenschap en liturgie. Zijn theologie vraagt soms om een aanvulling – bijvoorbeeld vanuit mystieke of spirituele stemmen die het geloof van binnenuit verstaan.¹⁸⁴ De missionaire hoop van de kerk komt tot uitdrukking te midden van pijn, kwetsbaarheid en gebrokenheid. Juist daar blijkt hoop geen vanzelfsprekendheid, maar een geestelijke krachtbron. In de afsluitende paragraaf richten we ons op hoop als kracht tot volharding: een gave van de Geest die mensen in staat stelt te blijven verwachten, zelfs waar uitzicht lijkt te ontbreken.

4.4.5 Hoop als geestelijke kracht tot volharding

Waar veel psychologische of seculiere benaderingen van veerkracht nadruk leggen op zelfredzaamheid, laat Moltmann zien dat echte veerkracht geworteld is in een eschatologisch perspectief: het vermogen om ondanks alles in beweging te blijven en vooruit te kijken.¹⁸⁵ Hoop is hier geen naïef optimisme, maar een doorleefde kracht. Ze kent het lijden en weet van het kruis,

¹⁷⁷ Wolfhart Pannenberg, *Systematische Theologie*, Bd. 3 (Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 1993), 588

¹⁷⁸ Henri Nouwen, *Reaching Out: The Three Movements of the Spiritual Life* (New York: Doubleday, 1975), 65–75.

¹⁷⁹ Gerard Mannion, *Ecclesiology and Postmodernity: Questions for the Church in Our Times* (Collegeville: Liturgical Press, 2007), 114.

¹⁸⁰ Moltmann, *The Church in the Power of the Spirit*, 371–373.

¹⁸¹ Moltmann, *The Coming of God*, 16–18.

¹⁸² Moltmann, *Theology of Hope*, 270–272.

¹⁸³ Zie bijv. Michael Ungar, *The Social Ecology of Resilience: A Handbook of Theory and Practice* (New York: Springer, 2012); en Nathan White, “Spiritual Resilience: Helping Students Navigate Meaning-Making in a Postmodern World,” *Journal of Youth and Theology* 17, no. 1 (2018): 44–58.

¹⁸⁴ Henri Nouwen, *The Return of the Prodigal Son: A Story of Homecoming* (New York: Doubleday, 1992).

¹⁸⁵ Moltmann, *Theology of Hope*, 274–275.

maar weigert het als eindpunt te aanvaarden. In *The Crucified God* laat Moltmann zien dat Gods solidariteit met de lijdende mens niet alleen troost biedt, maar ook de basis vormt voor een hoop die werkelijk vernieuwend is.¹⁸⁶

Door hoop niet als een vaste leerstelling maar als een eschatologische houding te benaderen, ontstaat ruimte voor een theologisch doordacht begrip van veerkracht. Bij Moltmann is hoop geen vlucht uit de werkelijkheid, maar een kracht die mensen in staat stelt om in beweging te blijven richting Gods toekomst—juist midden in gebrokenheid en lijden. Veerkracht is in dit perspectief geen innerlijke eigenschap, maar een door de Geest gedragen proces van heroriëntatie: weg van wat dood maakt, en toe naar wat leven mogelijk maakt. Die toekomst is niet uitgesteld, maar werkt al in het heden, als adventische kracht die lijden niet verdoezelt, maar doorlicht. Geloven betekent dan: standhouden zonder te verharderen, protesteren tegen het onrecht zonder cynisch te worden, en hopen zonder weg te kijken van wat gebroken is.¹⁸⁷

Theologische veerkracht is in deze zin nauw verbonden met trinitarische eschatologie en pneumatologische hoop. Zij bestaat in het vermogen om een werkelijkheid voor ogen te houden die nog niet is, maar wel beloofd is –en die reeds invloed uitoefent op het heden. Die toekomst is niet slechts een idee, maar wordt gedragen door de Geest, die richting geeft, beweegt, vernieuwt en versterkt.¹⁸⁸ Moltmanns theologie van de hoop is daarom niet alleen systematisch, maar ook spiritueel en existentieel. Ze biedt een alternatief voor theologieën die vasthouden aan de status quo, en vormt een bron van inspiratie voor iedereen die zoekt naar hoop temidden van persoonlijke of collectieve gebrokenheid.

Binnen het bredere kader van deze masterthesis, die veerkracht onderzoekt vanuit een systematisch-theologisch perspectief, biedt het denken van Moltmann een sterke en inspirerende bijdrage. Zijn theologie laat zien hoe toekomstverwachting (eschatologie), kerk-zijn (ecclesiologie) en mensbeeld (antropologie) samenkomen in een geloof dat gericht is op wat komt. Veerkracht wordt daarbij iets dat niet uit de mens zelf komt, maar gedragen wordt door de Heilige Geest—de Geest die al iets laat zien van Gods toekomst in het hier en nu, en mensen kracht geeft om door te gaan. In deze beweging wordt duidelijk: hoop is geen ontsnapping uit de werkelijkheid, maar een vorm van moed –een volhardend vertrouwen op Gods belofte, midden in een wereld die nog onvoltooid is.

4.4.6 Kritische beschouwingen bij Moltmanns theologie van de hoop

Jürgen Moltmann krijgt regelmatig de kritiek dat hij in zijn theologie te veel nadruk legt op de toekomst — alsof Gods handelen pas in het verre komt zou plaatsvinden — terwijl zijn eigen eschatologie juist benadrukt dat Gods toekomst nu al in beweging is en het heden doorbreekt. Deze kritiek verdient daarom nuanceren. Moltmann beschouwt de toekomst namelijk niet als een verre eindbestemming die ons afleidt van de realiteit van vandaag, maar als een werkzame kracht die het heden verandert en richting geeft. In zijn eigen woorden: “*Eschatology does not teach resignation in history, but responsibility for history*”.¹⁸⁹ Het eschatologische vooruitzicht roept de mens niet op tot berusting of passief wachten, maar tot actieve deelname aan Gods toekomst in het hier en nu. De

¹⁸⁶ Moltmann, *The Crucified God*, 329.

¹⁸⁷ Moltmann, *The Coming of God*, 16–22.

¹⁸⁸ Moltmann, *The Spirit of Life*, 113–118.

¹⁸⁹ Moltmann, *Theology of Hope*, 331.

belofte van de komende God, maar ook het spiritueel ongenoegen met de gebrokenheid in het licht van de volmaaktheid, fungeert als motor voor betrokkenheid bij bevrijding, rechtvaardigheid en hoopvolle transformatie van deze wereld.

Tegelijkertijd benadrukt Moltmann dat God niet alleen werkzaam is in de toekomst, maar juist nu al aanwezig is – en wel op de meest verborgen en pijnlijke plaatsen. In *The Crucified God* laat hij zien dat Gods aanwezigheid zich juist manifesteert in het lijden, niet daarbuiten. God is geen afstandelijke, onbewogen toeschouwer, maar een God die zich laat kennen in de gekruisigde Christus, en die daarom radicaal solidair is met mensen in hun lijden.¹⁹⁰ De ervaring van Godsverlatenheid op Golgotha wordt zo de paradoxale plaats van Gods diepste nabijheid: “*God is not greater than he is in this humiliation. God is not more glorious than he is in this self-surrender*”.¹⁹¹ Door het kruis wordt zichtbaar dat God geen abstract beginsel is, maar een lijdende, kwetsbare God die aanwezig is in het concrete en vaak rauwe bestaan van mensen – ook vandaag. Vanuit deze gedachte corrigeert Moltmann traditionele godsbeelden waarin God boven de wereld verheven is en onbewogen blijft. Hij spreekt in plaats daarvan over een “pathos van God”: een God die zichzelf laat raken, die zichzelf laat lijden.¹⁹²

Tegelijkertijd moet erkend worden dat Moltmanns nadruk op beweging, strijd en verandering ook als veeleisend kan worden ervaren, zeker in contexten waarin mensen juist zoeken naar rust, stabiliteit en verankering. Zijn visie op de kerk als ‘community in exodus’ – een volk onderweg, uitgaand uit de machten van deze wereld – kan als te idealistisch of onrustig overkomen.¹⁹³ In pastorale situaties, waarin het bevorderen van veiligheid, hechting en narratieve continuïteit essentieel is voor het herstel van innerlijke veerkracht, biedt Moltmanns theologie soms minder directe handvatten dan bijvoorbeeld meer liturgisch of mystiek georiënteerde spiritualiteiten. Toch blijft Moltmanns theologie van betekenis, juist omdat zij lijden en hoop niet tegenover elkaar plaatst, maar met elkaar verbindt. Het lijden wordt niet weggepoetst of geminimaliseerd, maar voluit erkend als deel van de menselijke ervaring. Tegelijk klinkt er in zijn theologie de overtuiging door dat het lijden niet het laatste woord heeft. In de spanning tussen kruis en opstanding ontstaat zo een theologisch perspectief waarin gebrokenheid en verwachting elkaar raken. De toekomst van God fungeert daarbij niet als ontsnapping aan het heden, maar als een dragende belofte die het heden opent en draagt.

4.5. Levenskracht: De Geest als levensadem

“The gift and the presence of the Holy Spirit is the greatest and most wonderful thing which we can experience—we ourselves, the human community, all living things and this earth. For with the Holy Spirit it is not just one random spirit that is present, among all the many good and evil spirits that there are. It is God himself, the creative and life-giving, redeeming and saving God.”

– Jürgen Moltmann, *The Source of Life*

De pneumatologie van Jürgen Moltmann vormt naast de eerder beschreven elementen ook een basis voor een theologisch begrip van veerkracht. Centraal in Moltmanns visie staat de Geest (Hebreeuws:

¹⁹⁰ Moltmann, *The Crucified God*, 270.

¹⁹¹ *Ibid.*, 205.

¹⁹² Moltmann, *The Trinity and the Kingdom*, 47–52.

¹⁹³ Moltmann, *The Church in the Power of the Spirit*, 371–373.

ruach) als dynamische en levengevende kracht die vrijheid schept in situaties van onderdrukking, verlamming en trauma.¹⁹⁴ De Geest fungeert als ademruimte waarin mensen kunnen herstellen en zich ontwikkelen na ingrijpende gebeurtenissen, zowel individueel als gemeenschappelijk. Deze pneumatologische ruimte weerspiegelt niet alleen innerlijke, psychologische processen, maar omvat ook lichamelijke, sociale relaties en de bredere ecologische context waarin veerkracht gestalte krijgt.¹⁹⁵ Voor Moltmann is de Geest immers niet een abstracte entiteit, maar een immanente aanwezigheid van God die het leven versterkt en verbindingen herstelt tussen individuen en hun omgeving.¹⁹⁶

Ervaring neemt in Moltmanns pneumatologie een cruciale rol in. Volgens hem manifesteert de ervaring van de Geest zich niet alleen in een persoonlijke, innerlijke dimensie, maar juist ook in relaties en in gemeenschappelijke contexten. Hij benadrukt dat de ervaring van de Geest verweven is met de alledaagse werkelijkheid en niet beperkt blijft tot religieuze momenten of rituelen. De Geest brengt een existentiële ervaring van verbondenheid en solidariteit voort, waarbij Gods nabijheid concreet voelbaar wordt in situaties van crisis en kwetsbaarheid. Het is deze ervaring die nieuwe energie, hoop en veerkracht kan bieden wanneer het leven vastloopt of geblokkeerd raakt door trauma en pijn.

Gemeenschap speelt eveneens een centrale rol in Moltmanns pneumatologie. De Geest schept volgens hem niet alleen individueel herstel, maar brengt vooral nieuwe vormen van gemeenschap tot stand. Deze gemeenschappen worden gekenmerkt door wederkerigheid, gelijkwaardigheid en gedeelde verantwoordelijkheid. Moltmann ziet gemeenschap als de plek waar de Geest actief is in het herstel van sociale verbanden, waar mensen zich gezien weten en waar ruimte ontstaat voor genezing en groei.¹⁹⁷ Dit sluit aan bij Michael Ungars sociaal-ecologisch onderzoek dat aangeeft dat veerkracht vooral gedijt in ondersteunende gemeenschappen waarin individuen toegang hebben tot sociale hulpbronnen en relationele verbondenheid.¹⁹⁸

Herstel is het uiteindelijke doel van de Geest volgens Moltmann, waarbij dit herstel een transformatie betekent van mens en wereld. Dit herstel overstijgt het individuele niveau en strekt zich uit naar sociale en ecologische structuren. Moltmann stelt dat werkelijke heling alleen mogelijk is als lichamelijke, emoties, sociale context en ecologische verbanden geïntegreerd worden in het herstelproces.¹⁹⁹ Hierin sluit zijn visie aan bij het werk van Bessel van der Kolk, die benadrukt dat traumatische ervaringen niet alleen psychologisch zijn, maar fysiek worden opgeslagen in het lichaam en daardoor ook lichamelijke vormen van herstel vereisen.²⁰⁰ Evenzo wijst Moltmann op de noodzaak van een holistische benadering waarbij herstel ook het herstellen van sociale banden en ecologische verbindingen omvat.²⁰¹ Tevens vindt Moltmanns pneumatologische visie weerklink in het werk van Zygmunt Bauman over 'vloeibare moderniteit', waar sociale verbanden en structuren

¹⁹⁴ Moltmann, *The Spirit of Life*, 40-43.

¹⁹⁵ *Ibid.*, 84-88

¹⁹⁶ *Ibid.*, 40-43.

¹⁹⁷ *Ibid.*, 99-115

¹⁹⁸ Michael Ungar, "Systemic resilience: *Ecology and Society* 23, nr. 4 (2018): 34.

¹⁹⁹ Moltmann, *The Spirit of Life*, 217-218; Michael Ungar, "Systemic Resilience" *Ecology and Society* 23, nr. 4 (2018): art. 34, <https://doi.org/10.5751/ES-10385-230434>.

²⁰⁰ Moltmann, *The Spirit of Life: A Universal Affirmation*, vert. Margaret Kohl (Minneapolis: Fortress Press, 1992), 99-115; Van der Kolk, *The Body Keeps the Score*, 17-22.

²⁰¹ Moltmann, *The Spirit of Life*, 259-261

steeds kwetsbaarder worden.²⁰² Binnen deze context benadrukt Moltmann dat de Geest juist in staat is om nieuwe gemeenschappen en verbindingen te vormen, die een antwoord bieden op de sociale fragmentatie van onze tijd. Deze door de Geest gevormde gemeenschappen fungeren als ankers van stabiliteit en veerkracht.

4.6 Bevrijding als theologische structuur van veerkracht

God allows himself to be humiliated and crucified in the Son, in order to free the oppressors and the oppressed from oppression

–Jürgen Moltmann, *The Crucified God*

In het theologisch werk van Moltmann vormt bevrijding een fundamentele structuur van het geloof. Deze structuur is geworteld in de bijbelse oerverhalen van uittocht en verlossing, waarin God zich openbaart als degene die breekt met structuren van onderdrukking en een nieuwe toekomst opent. “Hoop,” schrijft Moltmann, “bevrijdt de geschiedenis van haar gebondenheid aan lijden en dood en opent haar voor de mogelijkheden van Gods toekomst.”²⁰³ Bevrijding is dan ook geen eenmalige gebeurtenis, maar een voortdurende dynamiek die zowel geschiedenis als persoonlijke levens doortrekt: een ritme van opbreken, loslaten en verdergaan – weg uit gesloten systemen, richting de openheid van Gods belofte.

Het Exodusverhaal fungeert in dit kader als theologisch grondpatroon. God breekt in een situatie van onderdrukking binnen en roept mensen uit slavernij naar vrijheid. Deze structuur is voor Moltmann niet alleen historisch van aard, maar vooral existentieel: slavernij is niet alleen een sociale toestand, maar ook een innerlijke realiteit. Mensen kunnen gevangen raken in angst, schuld, schaamte en verlamming – vaak als gevolg van diepgewortelde trauma's. In onze laatmoderne samenleving, waarin het postmoderne denken individuele verantwoordelijkheid tot hoogste norm verheft, wordt deze innerlijke slavernij versterkt. Falen wordt opgevat als persoonlijk tekort, waardoor velen vastlopen in zelfverwijt, eenzaamheid en isolatie. Moltmanns bevrijdingstheologie biedt hierop een krachtig tegenverhaal: bevrijding is niet het resultaat van individuele inspanning, maar een gedeelde roeping. Het is een goddelijke interventie die mensen collectief uit gesloten werkelijkheden haalt en hen samen op weg zet.

Deze gedachte resoneert met de analyse van Zygmunt Bauman. De eerder beschreven ‘vloeibare moderniteit’, waarin instituties oplossen, verbindingen fragiel zijn en existentiële vermoeidheid toeneemt, bekrachtigt gevoelens en ervaringen op ‘opgeslotenheid’.²⁰⁴ In zo'n context biedt Moltmanns theologie van bevrijding een alternatief mens- en wereldbeeld: veerkracht is dan niet enkel een persoonlijke kracht, maar ontstaat in gemeenschap, gevoed door liturgie, gerechtigheid en de Geest die leven wekt. Wie leeft in deze beweging, leeft in uittocht – niet als vlucht, maar als verzet tegen alles wat dood maakt, en als aanvaarding van een toekomst die door God wordt geopend en gedragen.

²⁰² Zygmunt Bauman, *Liquid Modernity*, 1-15.

²⁰³ Moltmann, *Theology of Hope*, 21-22.

²⁰⁴ Zygmunt Bauman, *Liquid Modernity*, 8-15.

Vanuit de beweging van bevrijding krijgt Moltmanns ecclesiologie een nadrukkelijk relationeel profiel. De kerk is geen op zichzelf staande instantie, maar bestaat in en door haar relaties: met God, met elkaar, en met de wereld. Zij is een gemeenschap van wederzijdse betrokkenheid, waarin mensen zichzelf aan elkaar schenken en gezamenlijk verantwoordelijkheid dragen voor de ander. De kerk, zoals Moltmann die beschrijft, leeft vanuit Gods toekomst en bevindt zich daarbij in de werkelijkheid van het kruis – de plaats waar lijden, onmacht en gebrokenheid samenkomen. Zij is geen machtige of zegevierende instantie, maar een gemeenschap die juist dáár haar roeping verstaat: om hoopvol aanwezig te zijn te midden van pijn en verlies. Die hoop doet niet alsof het lijden er niet is, maar draagt het, deelt het, en houdt vol.²⁰⁵

Juist in die gedeelde kwetsbaarheid wordt eenheid zichtbaar: geen eenheid van opvattingen of dogma's, maar verbondenheid in gebed, in volharding, en in het samen dragen van wat zwaar is. Deze vorm van gemeenschap onder het kruis sluit aan bij Moltmanns ervaring in de krijgsgevangenkampen, waar theologische tegenstellingen vervaagden en solidariteit juist ontstond in het gedeeld lijden en bidden.²⁰⁶ In dit beeld van Moltmann krijgt de kerk gestalte als een kwetsbare maar veerkrachtige werkelijkheid – een gemeenschap waarin hoop niet tegen het lijden ingaat, maar erdoorheen draagt.²⁰⁷

Deze vorm van gemeenschap en verbondenheid biedt een theologisch antwoord op wat Bessel van der Kolk beschrijft als de fragmentatie die trauma veroorzaakt. Volgens Van der Kolk worden traumatische ervaringen niet opgeslagen als coherent narratief, maar als gefragmenteerde, zintuiglijke sporen in lichaam en geest, wat leidt tot blokkades in verbondenheid, veiligheid en handelen.²⁰⁸ Moltmann sluit hierop aan wanneer hij stelt dat bevrijding begint waar adem, ruimte en gemeenschap terugkeren. Bevrijding betekent dan: opnieuw leren ademen, hopen, in beweging komen – niet op eigen kracht, maar gedragen door de Geest.

In dat licht krijgt veerkracht een gelaagd, theologisch verstaan. Veerkracht is geen statische toestand van terugkeer naar evenwicht, maar een dynamisch vermogen om – juist te midden van onzekerheid en ontregeling – op te breken en een weg te gaan.

De sociaal-ecologische benadering van Michael Ungar sluit hierop aan. In zijn systemische model benadrukt hij dat veerkracht niet primair een eigenschap van het individu is, maar vooral de capaciteit van een context om toegang te bieden tot hulpbronnen, verbinding en betekenisvolle relaties.²⁰⁹

Moltmann vult dit theologisch aan door te stellen dat de diepste bron van veerkracht de adem van God is – de Heilige Geest, die ruimte schept waar stagnatie heerst, en nieuw leven wekt waar dood het laatste woord leek. Bevrijding is in deze zin geen abstract ideaal, maar een belichaamde,

²⁰⁵ Moltmann, *The Crucified God*, 277–78.

²⁰⁶ Adam J. Powell, "A Simple and Warm Common Humanity: Self-Transcendence and Restless Resilience in the Theology of Jürgen Moltmann," in *Biblical and Theological Visions of Resilience: Pastoral and Clinical Insights*, ed. Nathan H. Wit and Christoffel C. H. Kok (London: Routledge, 2023), 5-6

²⁰⁷ Moltmann, *The Church in the Power of the Spirit*, 62–65.

²⁰⁸ Van der Kolk, *The Body Keeps the Score*, 66–73.

²⁰⁹ Michael Ungar, "Systemic resilience" *Ecology and Society* 23, no. 4 (2018): 34, <https://doi.org/10.5751/ES-10385-230434>.

relationele en geestelijke beweging waarin mensen zich losmaken van wat hen gevangenield, en samen optrekken naar een toekomst die niet langer wordt gedefinieerd door het verleden, maar wordt geopend door belofte. In die beweging wordt veerkracht zichtbaar als opstanding-in-het-klein: een gedeeld vermogen tot leven.

- Het hoofdstuk onderzoekt de theologie van Jürgen Moltmann als inspiratiebron voor een theologisch model van veerkracht dat verder reikt dan psychologische coping.
- Moltmann ziet veerkracht niet als individuele prestatie, maar als een dynamisch proces dat gedragen wordt door Gods toekomst en de kracht van de Geest.
- Gemeenschap is bij Moltmann geen optionele sociale context, maar essentieel voor menselijk bestaan, geworteld in het relationele karakter van de Drie-eenheid.
- De kerk wordt gepresenteerd als proleptische gemeenschap: een voorproef van Gods Koninkrijk waarin liturgie en verbondenheid oefenplaatsen voor veerkracht zijn.
- Moltmann pleit voor een kerk die contrasterend en missionair is: een tegenbeeld van de prestatie maatschappij en een publieke ruimte van hoop.
- Zijn kruistheologie legt de nadruk op Gods solidariteit met lijden: in het kruis verschijnt God als een God-die-lijdt, die nabij is en kracht geeft in gebrokenheid.
- Veerkracht wordt zo verstaan als iets dat groeit in relatie, waar kwetsbaarheid wordt gedeeld en gedragen in gemeenschap.
- Het hoofdstuk bevat kritische kanttekeningen: Moltmanns ideale visie op gemeenschap botst met de ervaring van veel kerkgemeenschappen in een geseculariseerde samenleving.
- Tegelijkertijd biedt zijn eschatologisch en pneumatologisch perspectief nieuwe taal en ruimte voor het verstaan van veerkracht als gave en roeping in plaats van individuele prestatie.
- De centrale boodschap: veerkracht is niet een innerlijke competentie, maar een door Gods Geest gedragen en gedeelde kracht die zichtbaar wordt waar mensen in verbondenheid leven.



De ruimte tussen mensen: veerkracht in het werk van Jonathan Sacks

5.1 Inleiding: veerkracht en de theologie van Jonathan Sacks

“Religion is not an escape from the world. It is a call to responsibility within the world. It does not locate redemption in the afterlife but teaches us to build a society that honours the image of God in other people and thus brings redemption in this life”.

Jonathan Sacks, The home we build together

De voorgaande hoofdstukken hebben laten zien hoezeer onze tijd wordt gekenmerkt door diffuse spanningen: morele kaders verschuiven, traditionele gemeenschappen verliezen hun samenbindende kracht, en het individu draagt steeds meer de last van existentiële en maatschappelijke onzekerheid.²¹⁰ In dat spanningsveld groeit tegelijk een diep verlangen naar houvast, verbondenheid en betekenis. Met deze thesis wordt onderzocht of, en zo ja hoe, we in onze verstrooide samenleving nog op een zinvolle manier kunnen spreken over veerkracht—en in het bijzonder welke bijdrage de theologie daaraan kan leveren.

Tegen deze achtergrond klinkt de stem van Jonathan Sacks als een krachtig pleidooi voor veerkracht die niet alleen psychologisch, maar ook moreel en relationeel is. Zijn theologie biedt een alternatief voor zowel individualistische zelfredzaamheid als voor nostalgisch traditionalisme, door hoop te verstaan als een gedeelde, verbondsmatige opdracht: het samen dragen van onzekerheid, in vertrouwen op een toekomst die niet maakbaar is, maar wél beantwoord kan worden. Sacks verbindt veerkracht met het Bijbelse covenant (verbond) – een gedeelde opdracht om de toekomst niet als bezit te dragen, maar als een belofte. Waarbij er geen sprake is van zekerheid, maar een uitnodiging om samen te bouwen aan vertrouwen, verantwoordelijkheid en hoop.

Veerkracht, zoals beschreven in hoofdstuk 2 krijgt pas betekenis waar mensen elkaar ondersteunen, verhalen delen en samen zoeken naar richting. Zonder die gezamenlijke bedding verwordt veerkracht gemakkelijk tot een psychologische competentie: een individuele strategie om te overleven in een onzekere wereld. Waar Moltmann vooral de verticale as benadrukt—de hoopvolle

²¹⁰ Zygmunt Bauman, *Liquid Modernity* (Cambridge: Polity Press, 2000), 1–3, 22–28.

openheid op Gods toekomst—brengt Sacks daar een horizontale dimensie naast: die van gedeelde verantwoordelijkheid, gemeenschap en ethisch handelen in het hier en nu.

Gezamenlijk laten deze lijnen zien dat veerkracht, ook in de visie van Sacks, niet primair een individuele capaciteit is, maar binnen zijn theologie een moreel-sociaal-ethische en spirituele realiteit. Zij wortelt in verhalen die mensen verbinden, in rituelen die zin geven, in verantwoordelijkheden die gedeeld worden – en in een hoop die gedragen wordt door het vertrouwen dat zelfs te midden van gebrokenheid een ander, helender verhaal mogelijk blijft.

5.2 Geroepen tot gemeenschap: civil society als morele bedding van menselijkheid

Community is the human expression of Divine love. It is where I am valued simply for who I am, how I live and what I give to others. It is the place where they know my name.

Jonathan Sacks, Celebrating Life

5.2.1 Gemeenschap als morele structuur voor samenleving

Jonathan Sacks beschouwt gemeenschap als het morele hart van een gezonde samenleving. In zijn sociaal-theologische visie is gemeenschap geen toevallig netwerk van individuen, maar een verbondsgemeenschap (berit): een vrijwillige en moreel gedragen relatie waarin mensen verantwoordelijkheid nemen voor elkaar en voor het geheel.²¹¹ In tegenstelling tot de laatmoderne 'I-society', waarin rechten, belangen en individuele autonomie centraal staan, pleit Sacks voor een *covenantal society*: een samenleving die gedragen wordt door gedeelde waarden, plichten en verhalen.²¹²

Volgens Sacks kunnen de instituties van markt en staat weliswaar structuur bieden, maar niet het morele cement leveren dat mensen leert samenleven. Daarvoor is de *civil society* essentieel: het brede middenveld van vrijwillige verbanden waarin mensen zich engageren vanuit overtuiging in plaats van economische prikkel of juridische dwang.²¹³ In deze ruimtes, zoals geloofsgemeenschappen en lokale netwerken, wordt volgens Sacks burgerschap geoefend en morele vorming bevorderd. Gemeenschap is zo de drager van maatschappelijke veerkracht, omdat zij mensen verbindt in gedeelde verantwoordelijkheid en wederkerigheid.

In *The Home We Build Together* gebruikt Sacks het beeld van de tabernakel als model voor de samenleving: een heilige ruimte gebouwd door een volk dat, hoewel divers, een gedeeld doel heeft. Hierin komt zijn visie op gemeenschap tot uiting als plek van gezamenlijke arbeid en morele bestemming, waarin verschillen niet worden uitgewist, maar gevierd.²¹⁴ Deze waardering van

²¹¹ Jan Jorrit Hasselaar, *Climate Change, Radical Uncertainty and Hope: Theology and Economics in Conversation* (Amsterdam: Amsterdam University Press, 2023), 66–67.

²¹² Ibid., 67.

²¹³ Jonathan Sacks, *The Dignity of Difference: How to Avoid the Clash of Civilizations* (London: Continuum, 2002), 142–144.

²¹⁴ Jonathan Sacks, *The Home We Build Together: Recreating Society* (London: Continuum, 2007), 51.

pluraliteit sluit nauw aan bij Sacks' bredere inzet voor de 'dignity of difference': het besef dat elk mens, als beeldrager van God, iets unieks bijdraagt aan het geheel.²¹⁵

Gemeenschap, zo betoogt Sacks, is bovendien onmisbaar voor het ontwikkelen van *chèsèd* –een Hebreeuws concept dat hij vertaalt als loyale liefde of solidaire betrokkenheid. *Chèsèd* is een ethiek die niet alleen op individuele compassie wijst, maar op relationele verantwoordelijkheid: een liefde die zichzelf en de ander als intrinsiek waardevol beschouwt. In deze wederkerigheid ontstaat vreugde (*simchah*), vooral waar die verbondenheid onder druk staat.²¹⁶ Deze gemeenschap is niet voorbehouden aan wie de juiste geloofstaal spreekt, maar omarmt ook wie zoekend, twijfelend of stil is—want verbondenheid gaat –zowel bij Sacks als in het vijf- dimensionaal model van veerkracht– immers vooraf aan overtuiging.

Hier sluit Sacks aan bij een joodse traditie waarin gemeenschap fundamenteel is voor menselijke identiteit. Zijn denken is ingebed in wat hij Torah Chokmah noemt: een voortdurende dialoog tussen theologische wijsheid (Torah) en seculiere kennis (chokmah), met als doel bij te dragen aan het 'common good'.²¹⁷ Deze visie draagt bij aan een publieke theologie waarin religie niet terugdeinst voor de wereld, maar haar mede draagt.

In die zin biedt Sacks ook een krachtige correctie op laatmoderne vormen van fragmentatie, zoals geanalyseerd door Zygmunt Bauman in diens idee van 'liquid modernity'. Waar Bauman waarschuwt voor het verlies van vaste structuren, morele kaders en duurzame relaties, biedt Sacks' verbondsgemeenschap een tegenverhaal: geen nostalgie naar gesloten systemen, maar een moreel geïnspireerde vorm van verbondenheid die ruimte laat voor verschil.²¹⁸

Ook in het licht van trauma en crisis, zoals Bessel van der Kolk die beschrijft, toont de gemeenschap haar helende potentie. Daar waar trauma isolatie veroorzaakt, schept gemeenschap volgens Sacks een narratief kader waarin verhalen gedeeld, lijden erkend en hoop herwonnen wordt.²¹⁹ Hij biedt daarbij een expliciet theologisch alternatief voor de vaak psychologiserende benadering van veerkracht: niet als individuele coping, maar als collectief gedragen praktijk van *emunah* (vertrouwen), *chèsèd* (liefde) en verbond (gedeelde toekomst).²²⁰

Vanuit dit perspectief is gemeenschap bij Sacks niet alleen een sociale categorie, maar ook een spirituele/ religieuze opdracht. Ze is de plek waar mensen leren wat het betekent om beeldrager van God te zijn te midden van anderen — juist ook in verschil. In een tijd van onzekerheid en fragmentatie biedt zijn visie een hoopvol en stevig verankerd alternatief voor een samenleving waarin mensen elkaar opnieuw vinden als medebouwers van een gedeelde wereld.

²¹⁵ Jonathan Sacks, *The Dignity of Difference*, 45

²¹⁶ Hasselaar, *Climate Change, Radical Uncertainty and Hope* (Amsterdam: Amsterdam University Press, 2023), 70–72.

²¹⁷ *Ibid.*, 66.

²¹⁸ Zygmunt Bauman, *Liquid Modernity* (Cambridge: Polity Press, 2000), 3–6; Sacks, *The Dignity of Difference*, 87.

²¹⁹ Bessel van der Kolk, *The Body Keeps the Score: Brain, Mind, and Body in the Healing of Trauma* (New York: Penguin Books, 2014), 216–218.

²²⁰ Hasselaar, *Climate Change, Radical Uncertainty and Hope* (Amsterdam: Amsterdam University Press, 2023), 69–71.

5.2.2 Verbondenheid als ontologisch-theologische voorwaarde voor mens-zijn

Mens-zijn begint in verbondenheid. We komen ter wereld in relaties, groeien door anderen, en vinden onze plek niet in onszelf alleen, maar in de gemeenschap die ons draagt. “Freedom,” zo schrijft hij, “requires not just the absence of oppression but the presence of moral bonds that tie us to others.”²²¹ In een cultuur waarin het ‘ik’ vaak het ‘wij’ overschaduwde, herinnert Sacks ons eraan dat menselijke identiteit niet gevormd wordt in isolatie, maar in interactie. De mens vindt zichzelf pas werkelijk terug in een gemeenschap waarin liefde, trouw en zorg niet incidenteel zijn, maar de structuren vormen van het dagelijks bestaan.²²² In *To Heal a Fractured World* beschrijft Sacks hoe morele verantwoordelijkheid niet voortkomt uit abstracte plichten, maar uit de ervaring dat men gezien en gedragen wordt door de ander.²²³ In dat licht is ‘ergens bij horen’ niet slechts een sociale behoefte, maar een spirituele en/of existentiële bestaansvoorwaarde²²⁴.

Theologisch opent deze visie een existentiële laag: verbondenheid is niet slechts sociaal wenselijk, maar weerspiegelt de structuur van de schepping zelf. De scheppingsnarratieven getuigen daarvan in de woorden: “Het is niet goed dat de mens alleen is” (Genesis 2:18). Sacks interpreteert deze uitspraak niet psychologisch, maar existentieel: mens-zijn is vanaf het begin gedeeld-zijn.²²⁵ Deze relationele inslag van het bestaan verwijst naar wat theologisch kan worden aangeduid als de *Oergrond*²²⁶ – de dragende, liefdevolle werkelijkheid die voorafgaat aan al het zijnde en die zich kenbaar maakt in relaties. Binnen dit kader krijgt ook de kerk haar diepste betekenis: niet als optelsom van gelovigen, maar als teken van deze oerrelatie. Zij is een ruimte waarin individuele levens samenklonteren tot een gedeelde existentie waarin veerkracht wordt geboren, gevoed en vernieuwd. In *The Dignity of Difference* onderstreept Sacks, dat deze relationele benadering ook de basis vormt voor een samenleving die diversiteit niet slechts verdraagt, maar actief omarmt. Alleen wanneer mensen zich erkend en opgenomen weten in een netwerk van wederzijdse verantwoordelijkheid, wordt echte vrijheid mogelijk.²²⁷ Op deze manier wordt gemeenschap geen grens, maar een brug: een context waarin het ‘ik’ niet verdwijnt, maar tot bloei komt in het licht van het ‘wij’.

5.2.3 Gemeenschap als theologische bedding van veerkracht: Sacks en Moltmann in gesprek

In de theologie van zowel Sacks als Moltmann staat gemeenschap centraal: het is de ruimte waar mensen tot leven komen. Bij Moltmann is dat de plek waar de Geest beweegt; bij Sacks de morele bedding van het verbond. Wat hen samenbrengt, is de overtuiging dat mensen pas tot hun recht komen in relatie – niet als losse individuen, maar als gemeenschap die samen draagt en leeft.

Voor Sacks is gemeenschap de noodzakelijke structuur waarin moreel leven tot ontwikkeling kan komen. In een samenleving waarin individualisme domineert, pleit hij voor wat hij noemt een *covenantal society*: een samenleving gebaseerd op gedeelde verantwoordelijkheid en gedeelde

²²¹ Jonathan Sacks, *Morality: Restoring the Common Good in Divided Times* (London: Hodder & Stoughton, 2020), 35.

²²² Ibid., 44–47.

²²³ Jonathan Sacks, *To Heal a Fractured World: The Ethics of Responsibility* (London: Continuum, 2005), 54–56.

²²⁴ Hier staat bewust ‘en/of’ omdat het 5-dimensionaal model van theologische veerkracht zowel of gelijktijdig religieus als niet religieus te gebruiken is

²²⁵ Ibid., 89; zie ook Genesis 2:18 op Sefaria: <https://www.sefaria.org/Genesis.2.18>

²²⁶ Het concept Oergrond wordt in hoofdstuk 5 uitgewerkt

²²⁷ Jonathan Sacks, *The Dignity of Difference*, 64–66.

verhalen, waarin mensen zich vrijwillig verbinden aan het welzijn van elkaar en van het geheel.²²⁸ Deze morele vorming vindt niet alleen plaats via verhalen, maar ook via rituele praktijken die de gemeenschap periodiek opnieuw bijeenroepen rond herinnering, solidariteit en hoop. In zijn uitleg van de sabbat, het Pesachmaal of de Kol Nidre-liturgie benadrukt hij dat rituelen de ziel van een gemeenschap zijn: zij structureren de tijd rond het verbond en herinneren mensen eraan dat ze niet alleen leven, maar deel uitmaken van een groter verhaal.²²⁹

Toch verschillen Sacks en Moltmann in nadruk. Waar Moltmann zijn gemeenschapstheologie systematisch verankert in trinitarische en eschatologische categorieën, vertrekt Sacks vanuit het verbond als moreel en narratief weefsel dat de samenleving bijeenhoudt. Zijn nadruk op *chèsèd* (loyale liefde) en *emunah* (vertrouwen dat wederzijds is) geeft handen en voeten aan wat Moltmann theologisch beschrijft als de inwoning van de Geest.²³⁰ Beide visies ontmoeten elkaar in hun verzet tegen de fragmentatie van de laatmoderne cultuur en in hun pleidooi voor een gemeenschap waarin kwetsbaarheid niet verdwijnt, maar gedragen wordt.

Juist in dat dragen ligt de kern van mijn visie op theologische veerkracht: veerkracht als relationele werkelijkheid, gedragen door een bedding van gedeelde hoop, morele betrokkenheid en spirituele openheid. Binnen de ecclesiologie van Moltmann krijgt dat vorm in de kerk als contrasterende gemeenschap – een plek van tegenkracht en heling.²³¹ Bij Sacks is dat zichtbaar in de gemeenschap als *morally formative space*, waar mensen leren mens te zijn in het licht van de ander.²³²

5.2.4 Kritische beschouwingen bij Sacks' visie op gemeenschap

Hoewel Jonathan Sacks een krachtig pleidooi voert voor gemeenschap als fundament van moreel en spiritueel leven, zijn er verschillende kritische kanttekeningen te plaatsen bij zijn benadering. Een eerste punt van kritiek betreft de mogelijke idealisering van gemeenschap. Sacks benadrukt de intrinsieke waarde van gemeenschap en de rol ervan in het bevorderen van moreel gedrag en veerkracht.²³³ Echter, deze benadering kan de complexiteit en ambiguïteit van gemeenschappen over het hoofd zien. Gemeenschappen zijn niet louter bronnen van steun en moraliteit; ze kunnen ook exclusief, onderdrukkend of conflictueus zijn. Door gemeenschap primair te benaderen als een moreel goed, bestaat het risico dat de negatieve aspecten ervan worden geminimaliseerd of genegeerd.²³⁴ Tegelijkertijd kunnen die negatieve aspecten juist des te meer oplichten tegen de achtergrond van de morele lading die aan gemeenschap wordt toegekend

Een tweede kritiekpunt betreft Sacks' afwijzing van individualisme en zijn nadruk op het 'wij' boven het 'ik'. In zijn boek *Morality* stelt Sacks dat de verschuiving van een op gemeenschap gerichte samenleving naar een individualistische cultuur heeft geleid tot moreel verval en sociale fragmentatie.²³⁵ Door individualisme vooral in negatieve termen te beschrijven, blijft onderbelicht

²²⁸ Jonathan Sacks, *The Home We Build Together* (London: Continuum, 2007), 78–83.

²²⁹ Jonathan Sacks, *Ceremony and Celebration: Introduction to the Holidays* (Jerusalem: Maggid, 2011), 14–22; zie ook *The Jonathan Sacks Haggadah* (New York: Continuum, 2007), inleiding.

²³⁰ Jonathan Sacks, *To Heal a Fractured World*, (London: Continuum, 2005), 52–55.

²³¹ Jürgen Moltmann, *Theology of Hope* (London: SCM Press, 1967), 324–331.

²³² Sacks, *To Heal a Fractured World*, 88–93.

²³³ Jonathan Sacks, *The Home We Build Together*, (London: Continuum, 2007), 23–27.

²³⁴ Peter Ochs, "Jewish Theology and the Postliberal Critique," *Modern Theology* 19, no. 2 (2003): 225–246.

²³⁵ Jonathan Sacks, *Morality*: (London: Hodder & Stoughton, 2020), 38

dat het in moderne samenlevingen ook een belangrijke bron van persoonlijke vrijheid, zelfbeschikking en creativiteit vorm

Daarnaast is er kritiek op Sacks' benadering van pluralisme en diversiteit. In *The Dignity of Difference* pleit hij voor het erkennen en waarderen van verschillen tussen religies en culturen.²³⁶ Echter, sommige critici stellen dat Sacks' benadering van pluralisme beperkt blijft tot een bepaald kader van gedeelde waarden en normen, waardoor werkelijk radicale verschillen moeilijk te integreren zijn binnen zijn model van gemeenschap.²³⁷ Dit roept vragen op over de inclusiviteit en toepasbaarheid van zijn visie in diverse en multiculturele samenlevingen.

Ten slotte is er binnen de Joodse gemeenschap zelf kritiek geuit op Sacks' benadering van interreligieuze dialoog en zijn pogingen om bruggen te bouwen tussen verschillende geloofsgemeenschappen. Sommige orthodoxe critici beschuldigden hem van het verwateren van Joodse tradities en het compromitteren van orthodoxe principes in zijn streven naar interreligieuze harmonie.²³⁸ Juist in dialoog met andere denkers, zoals Jürgen Moltmann, ontstaat een rijker beeld van gemeenschap als theologische ruimte van veerkracht.

5.2.5 De theologische onderstroom van relationele verbondenheid en het neurobiologisch belang van gemeenschap

De theologieën van Sacks en Moltmann belichten verschillende aspecten van gemeenschap: het ene als morele verbondsvorm, het andere als pneumatologische ruimte van Gods toekomst. In beide visies ontstaat veerkracht niet in afzondering, maar in gedeelde structuren van zorg voor elkaar en hoop. Toch blijft hun gemeenschappelijke kernovertuiging krachtig: dat het 'ergens bij horen' niet slechts een sociale behoefte is, maar naast een theologische ook een existentiële bestaansvorm die mensen draagt, voedt en vernieuwt.

Bessel van der Kolk voegt aan dit theologische pleidooi een neurobiologisch fundament toe. Hij stelt dat langdurige sociale isolatie en het ontbreken van wederkerige relaties leiden tot een aanhoudende activering van het stress-systeem, omdat ons lichaam fundamenteel is afgestemd op veiligheid in een gedeelde ruimte. Hij benadrukt dat "*for our physiology to calm down, heal, and grow, we need a visceral feeling of safety.*"²³⁹ Van der Kolk beschrijft hoe sociale steun meer is dan slechts de aanwezigheid van anderen; het gaat om werkelijk gezien en gehoord worden binnen een wederkerige relatie. Het ontbreken van deze wederkerigheid leidt tot chronische stress en een verstoorde neuroceptie, waarbij mensen gevaar waarnemen zelfs in relatief veilige omstandigheden.²⁴⁰ Deze inzichten maken duidelijk dat de oproep van Sacks en Moltmann om gemeenschap te zien als dragende kracht niet slechts een moreel of spiritueel ideaal is, maar ook een biologische noodzaak.

Voor de kerkelijke praktijk betekent dit dat gemeenschap niet alleen een abstract ideaal is, maar een concrete uitnodiging om veilige ruimten te creëren. Liturgie, pastorale zorg en rituelen kunnen

²³⁶ Jonathan Sacks, *The Dignity of Difference* (London: Continuum, 2002), 55–57.

²³⁷ David Novak, "The Limits of Religious Pluralism," *First Things* 135 (2003): 18–24.

²³⁸ Matthew LaGrone, "Chief Rabbi Sacks and the Limits of Orthodoxy," *Jewish Review of Books*, Summer 2013.

²³⁹ Van der Kolk, *The Body Keeps the Score*, 110.

²⁴⁰ *Ibid.*, 117–118.

vanuit deze visie gezien worden als aspecten van kerk-zijn die bijdragen aan neurobiologische regulatie en existentiële geborgenheid.²⁴¹ Het werk van van der Kolk, biedt een overtuigend argument om de kerk en andere gemeenschappen als belichaamde plekken van relationele verbondenheid te koesteren. Plekken waar niet alleen het geestelijk leven wordt gevoed, maar ook een neurobiologische bedding voor herstel en veerkracht wordt gecreëerd.

Relationele verbondenheid wordt vanuit deze visie gezien als een manifestatie van Gods helende aanwezigheid. Daarom vormt dit fundament één van de dimensies van het in hoofdstuk 5 te presenteren vijfvoudige dimensionaal model van theologische veerkracht, waarin zowel de morele verantwoordelijkheid bij Sacks als de pneumatologische ruimte bij Moltmann samenkomen in een Oergrond-ecclesiologie van hoop en zorg. In de volgende paragraaf richten we ons daarom op het tweede theologische spoor dat deze relationele verbondenheid verdiept: de covenantale theologie van Jonathan Sacks. Zijn visie op solidariteit als gedeelde roeping, verankerd in het verbond tussen God en mens, vormt een bruikbaar narratief en normatief kader waarin veerkracht niet alleen gedeeld, maar ook geactiveerd wordt.

5.3. Verbond en verantwoordelijkheid: solidariteit als morele roeping

The more friendship I share, the more I have. The more love I give, the more I possess. The best way to learn something is to teach it to others. The best way to have influence is to share it as widely as possible. These are the things that operate by the logic of multiplication not division, and they are precisely what is created and distributed in communities of faith: friendship, love, learning and moral influence, along with those many other things which only exist by virtue of being shared

Jonathan Sacks, Celebrating Life

5.3.1 Verbond als fundament voor veerkracht

Hoewel Jonathan Sacks niet spreekt over veerkracht in psychologische of systemische termen, bevat zijn theologie duidelijke elementen die vruchtbaar kunnen worden geïnterpreteerd binnen het kader van een theologie van veerkracht. Met name zijn nadruk op het *covenant* – het verbond als dragende structuur van verantwoordelijkheid en verbondenheid – opent ruimte voor een verstaan van menselijke bestaanszekerheid dat niet wortelt in zelfredzaamheid, maar in gedeelde morele relaties. In een tijd van sociale fragmentatie en morele vervluchtiging pleit Sacks voor een herstel van het *wij* als morele categorie: niet als collectief boven het individu, maar als bedding waarin menselijke waardigheid en vrijheid tot stand kunnen komen.²⁴² Sacks maakt in zijn werk een fundamenteel onderscheid tussen contracten en verbonden. Waar een contract een tijdelijke overeenkomst is tussen partijen met tegengestelde belangen, is een verbond een morele toewijding van wederzijdse trouw, gestoeld op gedeelde waarden en een gedeelde toekomst.²⁴³

Dit verbond – zichtbaar in zowel de Bijbelse verhalen als in de sociale structuren die daaruit voortvloeien – functioneert als een theologische basis voor wat in hedendaagse termen misschien

²⁴¹ Zie hierover ook Bessel van der Kolk, "Trauma, Attachment, and Neuroscience," in *The Body Keeps the Score*, 241–243.

²⁴² Jonathan Sacks, *The Dignity of Difference*, (London: Continuum, 2011), 65–67.

²⁴³ Jonathan Sacks, *Morality*, (London: Hodder & Stoughton, 2020), 87–89.

zou kunnen worden beschreven als sociale of morele gedragenheid: het vermogen van mensen om elkaars kwetsbaarheid te dragen, gezamenlijk zin te construeren, en verantwoordelijkheid te nemen voor meer dan het eigen leven. Zoals in Marcus 2 de verlamde wordt gedragen door het geloof van zijn vrienden, zo biedt het verbond bij Sacks een structuur waarin mensen gedragen worden door het vertrouwen of geloof van de ander –juist wanneer zichzelf niet (in zichzelf) kunnen geloven of handelen.

In deze zin kan het verbond worden gelezen als een dragende structuur die veerkracht niet enkel mogelijk maakt, maar ook richting geeft. Niet door expliciet het begrip resilience te hanteren, maar door morele stabiliteit te verankeren in relaties van loyaliteit (*chèsèd*), vertrouwen (*emunah*) en wederkerige zorg. Deze concepten vormen de onderstroom van een mens- en wereldbeeld waarin mensen pas tot hun recht komen waar zij opgenomen zijn in relaties die hen dragen en waarin zij zelf tot drager worden.²⁴⁴

Kenmerkend voor Sacks' benadering is dat hij het verbond niet abstract of uitsluitend religieus opvat, maar existentieel: als een manier van in de wereld zijn. In *Morality* benadrukt hij dat vrijheid niet kan bestaan zonder morele verankering: "*Freedom requires not just the absence of oppression but the presence of moral bonds that tie us to others.*"²⁴⁵ Die morele verbondenheid ontstaat niet spontaan, maar moet worden gecultiveerd – door verhalen, rituelen, opvoeding en bovenal: het geloof dat de ander jou het vertrouwen waard acht. In dit licht is het geloof van de ander in jou een theologisch geladen werkelijkheid. Sacks stelt niet letterlijk dat veerkracht ontstaat uit het geloof van de ander in jou, maar zijn hele theologie van verantwoordelijkheid impliceert dat menselijke integriteit niet los gedacht kan worden van de bevestiging door een ander die in jou gelooft wanneer jij zelf dat niet kunt. Het verbond, zo betoogt Sacks, is de vorm waarin deze wederzijdse toewijding gestalte krijgt. Het biedt geen garantie op voorspoed of bescherming tegen tegenslag, maar schept een morele ruimte waarin mensen verantwoordelijkheid kunnen nemen voor elkaar. In die zin kan de theologie van het verbond gelezen worden als een normatief kader waarin zorg en toekomstgerichtheid hun plaats vinden, ook en juist in de gebrokenheid.

Een opvallend aspect van Sacks' benadering is zijn nadruk op verhalen als dragende structuur. In het Exodusverhaal ziet hij een paradigma voor collectieve morele vorming: een volk dat lijdt, bevrijd wordt, en geroepen wordt tot verantwoordelijkheid. Dit lijkt sterk op wat in de veerkrachttheorie 'narratieve integratie' wordt genoemd: het vermogen om een nieuwe betekenis te geven aan breuk en verlies, zoals ook bij het verwerken van trauma gebeurt.²⁴⁶ In Sacks' theologische register is dat echter géén therapeutisch proces, maar een liturgische, morele praktijk.

Daarmee opent hij een alternatief verstaan van identiteit: niet gebaseerd op een (psychologisch)onveranderlijke essentie, maar op een gedeeld verhaal van roeping, falen, vergeving en wederopbouw (vallen en weer opstaan). Mensen worden geen dragers van veerkracht omdat zij onaantastbaar zijn, maar omdat zij opgenomen zijn in een netwerk van herinnering en belofte.²⁴⁷ Veerkracht ontstaat op deze manier doordat kwetsbaarheid gedeeld en verantwoordelijkheid

²⁴⁴ Jan Jorrit Hasselaar, "Jonathan Sacks' Understanding of Hope," in *Climate Change, Radical Uncertainty and Hope: Theology and Economics in Conversation* (Amsterdam: Amsterdam University Press, 2023), 80–83.

²⁴⁵ Sacks, *Morality*, (London: Hodder & Stoughton, 2020), 91.

²⁴⁶ Michael Ungar, *The Social Ecology of Resilience: A Handbook of Theory and Practice* (New York: Springer, 2012)

²⁴⁷ Jonathan Sacks, *The Dignity of Difference*, (London: Continuum, 2011), 64–66;

gedragen wordt. In de taal van Sacks: waar het 'ik' niet verdwijnt, maar gedragen wordt door het 'wij' dat het mogelijk maakt.²⁴⁸ Tegelijk moeten we erkennen dat Sacks denkt vanuit een religieuze en gemeenschapsgerichte houding, die soms schuurt met een plurale en gesecculariseerde samenleving. Zijn model van gemeenschap veronderstelt een gedeeld moreel kader dat in veel laatmoderne samenlevingen juist onder druk staat.²⁴⁹ Ook blijft de vraag of zijn idealisering van covenantale structuren voldoende recht doet aan breuk, asymmetrie en conflict binnen diezelfde gemeenschappen. In het kader van een veerkrachttheologie die wil aansluiten bij complexe sociale werkelijkheden is dit een relevante kritische kanttekening.

Niettemin biedt Sacks een interessant theologisch kader om over veerkracht te denken als een gedeeld en gedragen proces. Zijn nadruk op verantwoordelijkheid, ritueel, verhaal en verbond stelt voorop dat mensen niet geroepen zijn tot overleven, maar tot recht doen – ook als dat gebeurt in de nasleep van crisis of breuk. In een tijd waarin psychologische modellen van veerkracht het accent leggen op zelfregulatie en aanpassing, biedt Sacks een moreel en relationeel tegenverhaal: veerkracht is niet wat je zelf opbrengt, maar wat ontstaat waar anderen je blijven dragen, blijven geloven in jou, en je blijven oproepen tot je roeping.²⁵⁰ In die zin biedt Sacks' verbondstheologie niet alleen een morele structuur, maar een theologisch kader waarin relationele veerkracht zichtbaar wordt: als het geloof van de ander dat mij draagt tot ik zelf weer kan staan. Die ander kan een mens zijn die mij niet loslaat, of God die mij blijft toezeggen dat ik ertoe doe. Het is dit relationele 'geloof in de ander' – én het geloof van de ander, mens of God, in jou – dat misschien wel de diepste dragende structuur vormt waarin hoop gestalte krijgt.²⁵¹

5.3.2 Het verbond in theologisch gesprek met Moltmann

De verbondstheologie van Jonathan Sacks en de eschatologische theologie van Jürgen Moltmann vinden elkaar in hun fundamentele kritiek op systemen die lijden willen beheersen of neutraliseren. Beiden stellen daar een relationele werkelijkheid tegenover, waarin hoop niet voortkomt uit beheersing, maar uit verbondenheid en verwachting. Bij Sacks is het verbond een dragende structuur van morele verantwoordelijkheid en gedeelde toekomst – een netwerk van toewijding waarin mensen elkaar dragen en tot leven wekken.²⁵² Iets van diezelfde beweging resoneert bij Moltmann, die dit verwoordt als adventus: de doorbraak van Gods toekomst die het heden openbreekt en in beweging zet.²⁵³

Tegenover de versnippering en het morele vacuüm van de vloeibare moderniteit (Bauman) en het systeemdenken (Ungar), schetsen Sacks en Moltmann een theologisch kader waarin mensen opnieuw richting en verbondenheid vinden te midden van gebrokenheid. Hun visie maakt duidelijk dat veerkracht pas werkelijk veerkracht is waar zij gedragen wordt door een gedeeld verhaal – van bevrijding, hoop en verbondenheid. Zo ontstaat veerkracht waar mensen zich toevertrouwen aan een groter verhaal – niet als iets wat zij bezitten (zoals in neoliberal denken), maar als belofte (zoals in een Oergrondtheologie waarin de toekomst gegeven wordt, niet gemaakt).

²⁴⁸ Ibid., 65

²⁴⁹ Zygmunt Bauman, *Liquid Modernity* (Cambridge: Polity Press, 2000), 3–5.

²⁵⁰ Jonathan Sacks, *The Dignity of Difference*, (London: Continuum, 2011), 66

²⁵¹ Jürgen Moltmann, *The Spirit of Life*, 119–121.

²⁵² Jonathan Sacks, *Morality* (London: Hodder & Stoughton, 2020), 116–119.

²⁵³ Jürgen Moltmann, *Theology of Hope*, 16–18.

Hoop werkt als een transformatieve kracht die het morele handelen voedt en richting geeft, en die mensen uitnodigt om in het heden al ruimte te maken voor een andere toekomst. Bij Sacks krijgt hoop gestalte in de liturgische praktijken van de gemeenschap; bij Moltmann in de verwachting dat Gods toekomst het heden opent. Hoop is daarmee het fundament voor een veerkracht die verder reikt dan het moment zelf en die mensen uitnodigt om samen te leven met openheid en vertrouwen.

In de volgende paragraaf wordt deze dimensie verder uitgewerkt: als een gedeelde praktijk waarin mensen elkaar vasthouden, verhalen levend houden en ruimte maken voor een toekomst die niet uit onszelf voortkomt, maar die groeit in een houding van bereidheid om mee te bewegen met wat zich aandient – juist als tegenhanger tegen de maakbaarheid en het neoliberale denken.

5.4. Verhalen die dragen: narratieve hoop in tijden van onzekerheid

The deepest difference between linear and covenantal time is that whereas the first gives rise to optimism, the latter leads to hope. These two concepts, often confused, are in fact utterly different. Optimism is the belief that things will get better. Hope is the belief that, together, we can make things better. Optimism is passive virtue, hope an active one. It takes no courage – only a certain naivety – to be an optimist. It takes courage to sustain hope.

Jonathan Sacks, The Chief Rabbi's Haggadah

Waar in de voorgaande paragraaf relationele veerkracht zichtbaar werd in het geloof van de ander, verschuift de focus hier naar de vraag hoe mensen hoopvol blijven handelen wanneer die ander afwezig lijkt, of de toekomst ongewis blijft.

5.4.1 Hoop als gedeelde oriëntatie op toekomst

Wat betekent het om hoopvol te leven in een wereld die gekenmerkt wordt door onzekerheid, breuklijnen en complexiteit? En hoe kan theologie bijdragen aan het verwoorden van een hoop die niet naïef is, maar geworteld blijft in verantwoordelijkheid en verbondenheid? In het werk van Jonathan Sacks komt hoop naar voren als een morele, relationele en narratieve kracht: een houding die zich niet laat reduceren tot innerlijke gemoedstoestand, maar tot uitdrukking komt in gedeeld leven, verhaal en ritueel. Hoop, zo stelt Sacks, krijgt gestalte waar mensen zich niet laten bepalen door het verleden, maar zich oriënteren op een toekomst die open blijft.²⁵⁴ Zijn theologie is verankerd in het verhaal van de Exodus: de uittocht uit slavernij als beweging naar vrijheid, niet enkel als historische gebeurtenis, maar als leerweg van transformatie. In dit verhaal gaat bevrijding niet vooraf aan verantwoordelijkheid, maar zijn beide met elkaar verweven. De weg door de woestijn vraagt om oefening, om gemeenschap, om herinnering. En steeds opnieuw blijkt het 'vertrouwen onderweg' – emunah – cruciaal.²⁵⁵

Sacks verstaat emunah niet als geloof in een reeks waarheden, maar als een relationeel vertrouwen, een morele trouw aan de mogelijkheid dat het anders kan. Deze vorm van hoop lijkt te ontstaan

²⁵⁴ Jan Jorrit Hasselaar, *Climate Change, Radical Uncertainty and Hope*, (Amsterdam: Amsterdam University Press, 2023), 67.

²⁵⁵ Ibid., 79–80.

waar mensen hun bestaan verstaan in het licht van een roepende God – niet als verklarend principe, maar als richtinggevend appel. De naam die God aan Mozes openbaart – “Ik zal er zijn” (Ex. 3:14) – wijst op een toekomst die zich aandient, en die mensen uitnodigt om daarop te antwoorden.²⁵⁶ In dat perspectief is hoop niet gericht op beheersing van de toekomst, maar op beschikbaarheid voor wat zich aandient, op aandacht en trouw. Dit verlangen naar een open toekomst sluit in bepaalde opzichten aan bij het denken van Moltmann, die stelt dat christelijke hoop leeft vanuit adventus – de komst van iets wat het heden opent en uitdaagt.²⁵⁷ Ook bij Sacks is toekomst geen verlengstuk van het heden, maar een ruimte van mogelijkheid waarin mensen worden opgeroepen tot verantwoordelijkheid. Waar Moltmann de Geest noemt als bron van die beweging, spreekt Sacks over het verbond: een morele structuur waarin mensen zich met elkaar verbinden voor een gedeelde toekomst.²⁵⁸

Hoop impliceert bij Sacks ook een verschuiving in hoe mensen zichzelf verstaan. In de Exodus verandert het volk van *am* – een gemeenschap gevormd door een gedeeld verleden – naar *edah*: een gemeenschap die zich laat vormen door een gedeelde toekomst.²⁵⁹ Deze verandering is geen lineair proces, maar een voortdurende oefening in het loslaten van oude patronen, en het aanvaarden van een nieuwe roeping. Wat betekent het dan om je identiteit niet primair af te leiden uit waar je vandaan komt, maar uit het verhaal waar je naartoe onderweg bent?

In het licht van Sacks’ theologie zou hoop kunnen worden verstaan als een gedeelde praktijk van trouw aan wat nog niet zichtbaar is, maar zich wel al aandient. Zij ontstaat mogelijk daar waar mensen verhalen vertellen die het heden openbreken, rituelen vieren die kwetsbaarheid dragen, en gemeenschappen vormen waarin ruimte blijft voor verschil en wederkerigheid. Hoop groeit wellicht niet door zekerheid, maar door vertrouwen – niet alleen in God, maar ook in elkaar, in het besef dat niemand het alleen hoeft te geloven. Zou het dan zo kunnen zijn dat theologische hoop – in de lijn van Sacks – niet zozeer toekomst ‘verwacht’, maar ruimte opent voor verandering, gedragen door verhalen, vertrouwen en gedeelde zorg? En zou het daarmee een dragende kracht kunnen vormen in een tijd waarin veel zekerheden wegvallen, maar waarin mensen blijven zoeken naar richting, samenhang en zin?

5.4.2 Hoop als gedeelde weg: Sacks en Moltmann in gesprek

Hoe verhouden de theologische visies op hoop van Jonathan Sacks en Jürgen Moltmann zich tot elkaar? En wat gebeurt er wanneer hun denkbelden – verankerd in verschillende tradities – elkaar ontmoeten rond een gedeeld narratief als de Exodus? Hoewel hun taalgebruik en accenten verschillen, blijkt in beide benaderingen een verrassende convergentie: hoop als een beweging die het heden openbreekt, als uitnodiging tot verantwoordelijkheid, en als weg die gedragen wordt door gemeenschap, ritueel en verhaal.

Bij Moltmann is hoop allereerst een eschatologische werkelijkheid. Zij wordt gewekt door de belofte van Gods toekomst die het heden onderbreekt – niet als voortzetting van wat al is, maar als adventus: een toekomst die anders is dan verwacht, en daarom bevrijdend. Hoop is hier niet

²⁵⁶ Jonathan Sacks, *Exodus: The Book of Redemption, in Covenant & Conversation* (Jerusalem: Maggid Books, 2010), 287.

²⁵⁷ Jürgen Moltmann, *Theology of Hope* (London: SCM Press, 1967), 15–17.

²⁵⁸ Jonathan Sacks, *Future Tense: Jews, Judaism and Israel in the Twenty-First Century* (New York: Schocken Books, 2009), 164.

²⁵⁹ Hasselaar, *Climate Change, Radical Uncertainty and Hope*, 83–84.

slechts verwachting, maar anticipatie: leven in het licht van wat komen zal.²⁶⁰ En hierdoor een transformatieve kracht. Bij Sacks klinkt een verwante toon, zij het vanuit een ander register. Hoop verschijnt als morele trouw aan een toekomst die nog niet zichtbaar is, maar zich aandient in het verbond – als gedeelde verantwoordelijkheid en oproept tot handelen. In die zin zou de vraag gesteld kunnen worden: wijst de adventus bij Moltmann op eenzelfde morele ontvankelijkheid als het verbond bij Sacks? En zouden beide theologen daarin niet juist iets laten zien van een hoop die niet op zekerheid berust, maar op betrokkenheid?

Het is veelzeggend dat zowel Moltmann als Sacks het Exodusverhaal centraal stellen in hun hoopdenken. Bij Moltmann is de uittocht het moment van bevrijding, dat vooruitwijst naar Gods rijk. De weg uit Egypte wordt gelezen als begin van een geschiedenis waarin God zich solidair toont met mensen die lijden en verlangen naar recht.²⁶¹ Ook bij Sacks is de Exodus geen afgesloten verhaal, maar een steeds opnieuw te vertellen en te interpreteren beweging van breuk naar belofte. Bevrijding wordt daar niet louter door God voltrokken, maar wordt langzaam geleerd, geoefend, verkregen – door ritueel, herinnering en verantwoordelijkheid.²⁶²

Bij beide denkers verschijnt hoop als een narratieve beweging: een levende weg die zich ontvouwt in het gaan, gedragen door verhaal, verwachting en belofte. De uittocht uit Egypte is een begin dat vraagt om herinnering én om navolging. Bij Moltmann krijgt dit navolgen vorm in de kerk als proleptische gemeenschap: een teken van de komende tijd in het heden. Bij Sacks klinkt iets soortgelijks in de sabbat: een ritmisch terugkerende oefening in vrijheid, gastvrijheid en verbondenheid – als provisorische gestalte van een andere wereld.²⁶³ Zou het dan kunnen zijn dat beide theologen – elk in eigen woorden – uitdrukking geven aan een hoop die zich niet bewijst in leer of theorie, maar in het gemeenschappelijk oefenen van een andere manier van leven?

Opvallend is ook dat zowel Moltmann als Sacks aandacht hebben voor de trage dynamiek van hoop. Beiden erkennen dat bevrijding niet in één moment gerealiseerd wordt, maar vraagt om tijd, om geduld en om een gemeenschap die herinnert. Misschien laat juist dat zien hoe hoop niet zomaar een geloofsartikel is, maar een maar een existentiële grondhouding die gedragen wordt door kwetsbaarheid, verbondenheid en gedeeld vertrouwen.

5.5 Levenskracht: Overgave en participatie als theologische dimensie

Don't ever think that leaders are different from the rest of us. They aren't. We all need the courage to live with the challenges, the mistakes and mishaps, and to keep going. It is not their victories that make people leaders; it is the way they cope with their defeats –their ability to learn, to recover, and to grow.

Jonathan Sacks, Lessons in leadership

De vierde dimensie van theologische veerkracht is levenskracht: het vermogen om te blijven handelen en meebewegen te midden van gebrokenheid. In deze dimensie krijgt veerkracht de

²⁶⁰ Jürgen Moltmann, *Theology of Hope*, (London: SCM Press, 1967), 16-18.

²⁶¹ Jürgen Moltmann, *Theology of Hope*, (London: SCM Press, 1967), 90-95

²⁶² Jonathan Sacks, *Exodus: The Book of Redemption, in Covenant & Conversation* (Jerusalem: Maggid Books, 2010), 15-17.

²⁶³ Jonathan Sacks, *To Heal a Fractured World*, (New York: Schocken Books, 2005), 77-78.

gestalte van overgave en participatie – niet als een prestatie, maar als een beweging waarin mensen hun kwetsbaarheid durven inbrengen en ruimte scheppen voor het leven van de ander.

Bij Jonathan Sacks verschijnt deze dimensie in de vorm van moreel leiderschap. Leiderschap is in zijn theologie niet verbonden aan macht of gezag, maar als de kunst om de ander te laten worden wie hij of zij kan zijn.²⁶⁴ Deze vorm van leiderschap gaat niet over jezelf op de voorgrond plaatsen, maar over het dienen van anderen: het besef dat ons eigen leven pas echt betekenis krijgt als het bijdraagt aan het welzijn van de ander. Sacks beschrijft dit als een houding van verantwoordelijkheid: een toewijding aan het gedeelde leven, aan de verhalen die ons verbinden, en aan de toekomst die we samen dragen.²⁶⁵ Voor Sacks is moreel leiderschap niet zomaar een ethische plicht, maar een manier van leven waarin rechtvaardigheid en mededogen zichtbaar worden. Het gaat om een voortdurende oefening: verhalen en rituelen die ons leren dat het leven pas echt betekenis krijgt waar we elkaar dragen in kwetsbaarheid.²⁶⁶ Het blijft daarmee geen individuele eigenschap, maar wordt een deelname aan een groter verhaal dat uitnodigt tot trouw en verantwoordelijkheid.

5.5.1 Moreel leiderschap als belichaamde veerkracht

Moreel leiderschap, dat Jonathan Sacks omschrijft als “het vermogen om anderen te laten worden wie zij kunnen zijn,” kan in de theologie van veerkracht een belangrijke dimensie vormen. Het type leiderschap dat hij voorstaat, draait niet om macht of controle, maar om dienstbaarheid en zorg voor de ander. Theologisch gezien weerspiegelt deze houding hoe God mensen benadert: niet door te beheersen of vast te zetten, maar door ruimte te scheppen waarin en waardoor groei mogelijk wordt. Sacks benadrukt dat verantwoordelijkheid de kern is van moreel leiderschap – een verantwoordelijkheid om de ander op te tillen, om iemand te helpen worden wie hij of zij in wezen kan zijn.²⁶⁷

In dit licht krijgt leiderschap bij Sacks een existentiële lading: het is een levenshouding waarin mensen elkaars kwetsbaarheid dragen en zo samen sterker worden. Dit sluit nauw aan bij wat in deze thesis wordt verstaan als de dimensie van levenskracht: veerkracht als uitnodiging tot handelen en herstel, juist in een gebroken wereld.²⁶⁸ Hier wordt zichtbaar hoe veerkracht een gedeeld en relationeel proces is, waarin mensen elkaar niet alleen ondersteunen, maar ook uitnodigen tot verantwoordelijkheid en morele vernieuwing. Bij Moltmann resoneert deze visie in een bredere eschatologische spanning: leiderschap wordt daar verstaan als participatie in de beweging van de Geest, die mensen draagt, uitdaagt en in beweging zet.²⁶⁹ Zo wordt leiderschap – of levenskracht – niet slechts een menselijke prestatie, maar een deelname aan Gods belofte van toekomst.

Toch vraagt deze idealistische visie ook om een kritische kanttekening. Leiderschap als relationele praktijk gaat uit van vertrouwen en gelijkwaardigheid, maar de werkelijkheid laat vaak zien dat relaties ook breken en dat machtsongelijkheid en onrecht aan de orde van de dag zijn. In zo’n context moet een theologie van veerkracht niet alleen ruimte scheppen voor bevestiging en groei, maar ook

²⁶⁴ Jonathan Sacks, *To Heal a Fractured World*, (London: Continuum, 2005), 67–70.

²⁶⁵ Jonathan Sacks, *Morality*, (London: Hodder & Stoughton, 2020), 99–102.

²⁶⁶ Jonathan Sacks, *The Dignity of Difference*, (London: Continuum, 2002), 63–67.

²⁶⁷ Jonathan Sacks, *To Heal a Fractured World*, (London: Continuum, 2005), 67–70.

²⁶⁸ Zie ook Jonathan Sacks, *Morality* (London: Hodder & Stoughton, 2020), 99–102.

²⁶⁹ Jürgen Moltmann, *The Church in the Power of the Spirit* (London: SCM Press, 1977), 109–115.

voor confrontatie en het noodzakelijke protest tegen structuren die mensen klein houden. Binnen het vijfvoudige model van theologische veerkracht krijgt levenskracht gestalte als een dialectische beweging van verantwoordelijkheid en hoop, waarin mensen balanceren tussen breuk en herstel en leren om tegelijk te dragen en zich te laten dragen. Zij ontstaat als een gedeeld proces in de ruimte tussen mensen, gedragen door Gods Geest en door het geloof van de ander in jou. Overgave krijgt in deze dimensie ook een mystieke diepte. Het is het loslaten van beheersing, het openstaan voor wat niet maakbaar is, en het vertrouwen dat er een dragende werkelijkheid is die groter is dan wij zelf.²⁷⁰ Op die manier wordt overgave een daad van geloof, hoop en liefde – een vertrouwen dat ons bestaan niet ophoudt bij onze eigen grenzen.

Deze dimensie van levenskracht laat zien dat participatie meer is dan alleen maar doen. Het gaat ook over je laten dragen en openstaan voor wat groter is dan jezelf. Veerkracht ontstaat hier niet alleen door ons eigen handelen, maar juist ook door het loslaten van wat we niet vast kunnen houden. Zo vormt levenskracht, in het vijf-dimensionaal model van veerkracht, de schakel tussen handelen en vertrouwen en verbindt het de praktijk van zorg en verantwoordelijkheid met het vertrouwen dat er altijd ruimte is voor een nieuw begin.

5.6 Vrijheid als ethische opdracht

The story of the Bible is the tangled tale of the consequences of God's fateful gift of human freedom. Faith, or more precisely, faithfulness, is born where the freedom of human beings meets the freedom of God in an unconstrained act of mutual commitment.

Jonathan Sacks, The Home we built together

5.6.1 Bevrijding als kernmotief bij Jonathan Sacks

Bij Jonathan Sacks krijgt bevrijding een tastbare, meervoudige lading. Het is niet alleen iets dat ooit gebeurde of nog eens zal gebeuren, maar iets dat steeds opnieuw gestalte moet krijgen – in het leven van mensen, in de manier waarop samenlevingen zijn ingericht, en in hoe we verantwoordelijkheid delen. Zijn denken is diepgeworteld in de Joodse traditie, maar spreekt tegelijk in een universele taal over gerechtigheid, verbondenheid en toekomst. Daarmee raakt hij aan een centrale intuïtie die ook bij Moltmann zichtbaar is: dat bevrijding niet alleen een eschatologisch eindpunt is, maar een actuele beweging van hoop, gedragen door de Geest, die het heden opent.²⁷¹ Bevrijding is bij beiden geen statisch idee, maar een levende opdracht die raakt aan wie wij zijn, hoe wij samenleven, en waarheen wij onderweg zijn.

Bevrijding zet in dit hoofdstuk meerdere tonen tegelijk aan. We beginnen bij Sacks' lezing van de Exodus: een structuur waarin ethiek, identiteit en liturgie elkaar voortdurend optillen (6.1.1). Daarna verschuift de aandacht naar zijn oproep om het etiket 'slachtoffer' af te leggen en vrijheid juist te verstaan als verantwoordelijkheid (6.1.2). In 6.1.3 verschijnt bevrijding als een levend verhaal—een gemeenschappelijke narratief krachtbron die richting geeft, inspireert en mensen

²⁷⁰ Zie ook het mystieke motief van loslaten en vertrouwen in de theologische literatuur, o.a. Meister Eckhart.

²⁷¹ Jürgen Moltmann, *The Spirit of Life*, (Minneapolis: Fortress Press, 1992), 119–121; *Theology of Hope: On the Ground and the Implications of a Christian Eschatology*, trans. James W. Leitch (London: SCM Press, 1967), 16–18.

samenbindt, ook wanneer de druk toeneemt. Paragraaf 6.1.4 verruimt het beeld: Sacks ontvouwt een grensoverstijgende ethiek van verantwoordelijkheid die cynisme en determinisme weerspreekt. De slotparagraaf (6.1.5) vlecht deze lijnen samen tot een theologisch perspectief op bevrijding als gedeelde, veerkrachtige beweging naar een rechtvaardiger wereld.

5.6.2 De Exodus als paradigma

Sacks noemt het verhaal van de Exodus het hart van Joodse theologie, ethiek en identiteit.²⁷² Dit exodusmotief is meer dan een verhaal uit het verleden; het fungeert als een model voor bevrijding dat steeds opnieuw moet worden geleerd en geleefd. Bevrijding begint bij de ervaring van onderdrukking en machteloosheid, maar leidt uiteindelijk naar verantwoordelijkheid. Vrijheid, zo betoogt Sacks, is niet het einde van de ethiek, maar het begin ervan: “*Freedom is not given, it must be learned.*”²⁷³ De bevrijde mens wordt geroepen om de vrijheid van de ander mee mogelijk te maken; dat is volgens hem de diepste inzet van de Tora: “*You shall not oppress the stranger, for you were strangers in the land of Egypt.*”²⁷⁴

De herinnering aan de eigen bevrijding vormt zo de morele bron van solidariteit met de kwetsbare ander. In deze visie raakt het exodusmotief aan Moltmanns lezing van de Exodus als een teken van Gods toekomst die het heden openbreekt. Tegelijk sluit het aan bij Van der Kolks inzicht dat heling van trauma een weg is die begint bij het opnieuw vertellen van het eigen verhaal – een soort exodus, waarin mensen loskomen van het verleden om in het heden ruimte te maken voor herstel en verbondenheid. Zo wordt bevrijding in deze theologieën zichtbaar als een beweging waarin verleden, heden en toekomst elkaar raken: een voortdurende opdracht tot recht doen, helen en leven vanuit het vertrouwen dat er altijd nieuwe mogelijkheden ontstaan.

5.6.3 Van slachtoffer naar verantwoordelijkheid

Een belangrijk aspect van Sacks' visie op bevrijding is zijn verzet tegen een cultuur van slachtofferschap. In verschillende van zijn werken waarschuwt hij dat een maatschappij die zich fixeert op slachtofferschap haar morele kracht verliest.²⁷⁵ Volgens Sacks ligt de ware kracht van de Exodus erin dat het volk Israël niet blijft hangen in het verleden, maar een nieuwe toekomst leert omarmen—door het nemen van verantwoordelijkheid. Hij maakt hierbij onderscheid tussen twee houdingen: *freedom from* en *freedom to*. De eerste verwijst naar bevrijding van onderdrukking, de tweede naar de positieve vrijheid om verantwoordelijkheid te dragen, om het goede te doen. “*There is no freedom,*” stelt hij, “*without responsibility, and no responsibility without memory.*”²⁷⁶ Bevrijding vraagt dus niet alleen om een uittocht, maar ook om een toewijding aan een ander soort leven –een leven dat zich, volgens Sacks, laat ordenen door de geboden van God en de noden van de ander. In deze zin is bevrijding voor Sacks altijd relationeel. Het gaat niet om autonomie in de liberale zin van zelfbeschikking, maar om de mogelijkheid om binnen het kader van gemeenschap en verbond te leven als vrij mens. Dat sluit aan bij zijn bredere visie op de mens als *covenantal being*: een wezen dat vrij wordt door verantwoordelijkheid te delen, niet door haar te ontlopen.²⁷⁷

²⁷² Jonathan Sacks, *The Dignity of Difference*, (London: Continuum, 2002), 42–45

²⁷³ Jonathan Sacks, *To Heal a Fractured World*, (London: Continuum, 2005), 85–86

²⁷⁴ Deuteronomium 10:19; vgl. Sacks, *To Heal a Fractured World*, 102–104.

²⁷⁵ Exodus 22:21.

²⁷⁶ Jonathan Sacks, *To Heal a Fractured World* (New York: Schocken, 2005), 53–56.

²⁷⁷ Jonathan Sacks, *Morality*, (London: Hodder & Stoughton, 2020), 119.

5.6.4 Bevrijding als narratief veld

Sacks benadert bevrijding ook nadrukkelijk narratief. Mensen, zo stelt hij, leven niet van abstracte waarheden, maar van gedeelde verhalen. De kracht van het Exodusverhaal ligt volgens hem in het feit dat het een universeel model biedt dat steeds opnieuw kan worden toegepast. *“The Exodus became the West’s most influential narrative of hope.”*²⁷⁸. Telkens opnieuw blijkt het verhaal van bevrijding inspirerend te zijn voor gemeenschappen die verlangen naar gerechtigheid, waardigheid en toekomst. *“The great faith of the exodus, is that slavery is not the inevitable state of humanity.”*²⁷⁹

Deze narratieve kracht is volgens Sacks essentieel voor veerkracht: mensen die weten dat ze deel uitmaken van een groter verhaal, kunnen betekenis vinden te midden van lijden en crisis. Daarom is het van belang dat het exodusverhaal wordt doorverteld, niet alleen in liturgie, maar ook in onderwijs, politiek en publieke cultuur. Hoewel Sacks de werking van de Geest niet systematisch uitwerkt, ademt zijn visie op bevrijding een spiritualiteit waarin de Geest impliciet aanwezig is als kracht die verbindt, oproept en vernieuwt.

5.6.5 Bevrijding als universele opdracht

Hoewel Sacks stevig geworteld is in de Joodse traditie, pleit hij nadrukkelijk voor een universele vertaling van het bevrijdingsmotief. Hij stelt dat het ethisch appel van de Tora niet exclusief is voor het Joodse volk, maar bijdraagt aan een breder humanitair project. *“Judaism, is not only the story of a people. It is a call to all peoples.”*²⁸⁰ Die oproep wordt urgenter in een tijd van globalisering, klimaatcrisis en politieke fragmentatie. Sacks benadrukt dat bevrijding vandaag betekent: opstaan tegen cynisme, tribalisme en fatalisme. Hij spreekt van een *“ethic of responsibility”* als tegenkracht tegen moderne vormen van determinisme. Bevrijding is dus niet alleen een historische herinnering, maar een actuele roeping: om samenlevingen te bouwen die recht doen aan menselijke waardigheid, juist in tijden van onzekerheid.

5.6.6 Bevrijding als doorlopende beweging

In het denken van Jonathan Sacks is bevrijding een doorlopende beweging. Ze begint in de liturgie – in het herinneren van het Exodusverhaal – en reikt tot in de manier waarop we samenleven en verantwoordelijkheid nemen in de wereld. Dat verhaal van de uittocht werkt als moreel kompas: het herinnert eraan dat het verleden niet vastzet, maar richting geeft. Bevrijding betekent bij Sacks niet dat alle grenzen verdwijnen (zoals het neo-liberaal denken propageert), maar dat menselijke waardigheid hersteld wordt – binnen relaties van wederkerigheid, verantwoordelijkheid en hoop. In een tijd vol druk en verdeeldheid biedt zijn visie een krachtig tegenverhaal: dat mensen samen geroepen zijn om de last én de belofte van vrijheid te dragen, en zo te bouwen aan een rechtvaardiger wereld.

In de taal van deze thesis is bevrijding daarmee een vorm van theologische veerkracht: een gedeelde beweging waarin mensen meebewegen met Gods bevrijdende werk. Niet vanuit controle, maar vanuit roeping en openheid. In fase 5 komt zo de dynamiek naar voren van leven uit genade – een

²⁷⁸ Jonathan Sacks, *To Heal a Fractured World*, (New York: Schocken, 2005), 102.

²⁷⁹ Jonathan Sacks, *The Dignity of Difference*, (London: Continuum, 2002), 63.

²⁸⁰ Jonathan Sacks, *To Heal a Fractured World*, (New York: Schocken, 2005), 28.

overgave aan een toekomst die zich niet laat afdwingen, maar die groeit waar mensen leren vrijheid te delen.

5.7 Veerkracht in het denken van Jonathan Sacks

God teaches, man acts, and together they begin the task of tikkun olam, 'repairing, mending, the world'
Jonathan Sacks, *Radical then, radical now*

Wanneer veerkracht wordt gezien als het vermogen om te leven te midden van gebrokenheid, wijst het werk van Jonathan Sacks op een fundamenteel theologisch inzicht: veerkracht is relationeel. Het exodusmotief vormt hierbij de dragende structuur: een beweging die telkens opnieuw wordt geleerd en geleefd. Van daaruit legt Sacks de nadruk op bevrijding als morele en spirituele opdracht. Veerkracht krijgt betekenis waar mensen elkaar ondersteunen, verhalen delen en samen zoeken naar richting. Kwetsbaarheid is dan geen innerlijke kwestie, maar ingebed in sociale en morele structuren. In tijden van crisis blijkt veerkracht niet los van anderen te bestaan: het ontstaat juist in de ontmoeting. Door ervaringen te delen, ontstaat ruimte voor betekenis, erkenning en richting. Zo wordt veerkracht voor Sacks een collectief vermogen: dragen, hopen en handelen, gedragen door de geest van het verbond.

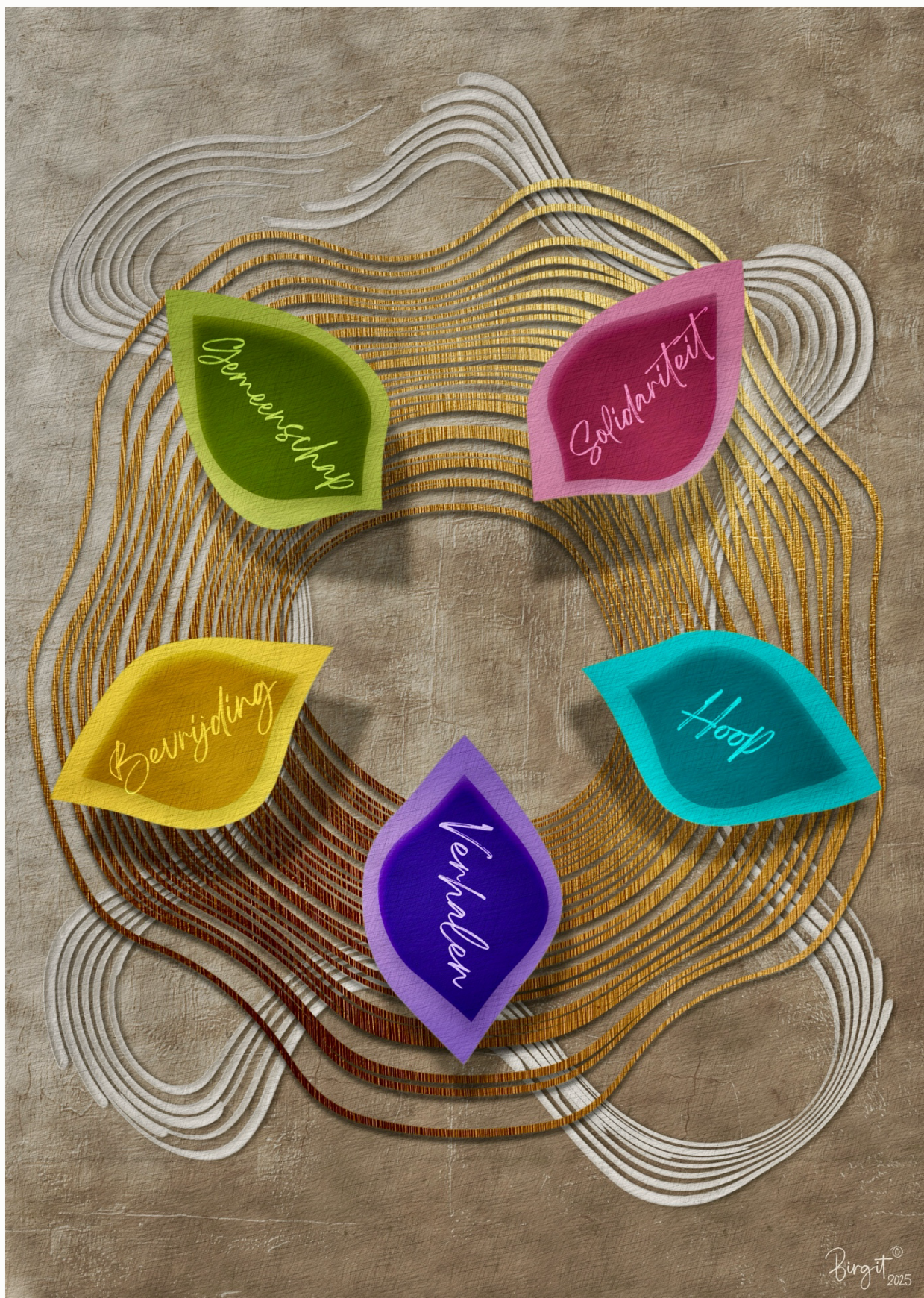
De theologie van (relationele) veerkracht krijgt in dit hoofdstuk gestalte in de vijf dimensies: verbondenheid, vertrouwen, hoop, verhaal en bevrijding.²⁸¹ Elk element is verankerd in het joodse denken zoals Sacks dat ontvouwt. Verbondenheid is geen gevoel, maar een morele toewijding geworteld in het verbond – de ruimte waarin mensen verantwoordelijkheid nemen voor elkaar en voor een gedeelde toekomst. Vertrouwen (emunah) vormt de onderstroom: trouw en betrokkenheid, zonder garanties, maar met bereidheid om te blijven. De ethiek van bevrijding vormt de morele onderstroom in Sacks' denken. Bevrijding is niet alleen iets wat God bewerkt, maar ook een opdracht aan mensen: om ruimte te scheppen voor het leven van de ander. Zo krijgt veerkracht richting: toekomstgericht, dragend en vernieuwend. Van de plek waar we vandaan komen, tot waar we zijn en naartoe gaan; ik was, ik ben, ik zal zijn.

In deze thesis worden deze dimensies verbonden in een vijfvoudig model van theologische veerkracht, waarin breuk en gedragenheid, herinnering en bevrijding samenvloeien tot een gedeeld proces van hoop en gemeenschap. Zoals Moltmann Gods toekomst ziet als adventus, laat Sacks zien hoe die toekomst al in het heden geoefend wordt – in ritueel, gemeenschap en morele toewijding. Zijn visie op leiderschap sluit aan bij Moltmanns pneumatologie: leiderschap als ruimte waar de Geest beweegt, levenskracht wekt en gemeenschap schept. Veerkracht bij Sacks laat zich dan niet uitleggen als de triomf van het ik, maar het vermogen van een gemeenschap om te blijven dragen, geloven en bouwen. Gedeelde hoop, herinnering en verantwoordelijkheid vormen de bedding waarin mensen leren leven met gebrokenheid. Veerkracht beweegt zo van neo-liberale verdienste, naar theologische genade: een antwoord op Gods roep om het leven te blijven verwachten, ook daar

²⁸¹ Deze zullen in het uiteindelijk model vertaald worden naar; gemeenschap, solidariteit, hoop, levenskracht en bevrijding

waar zekerheden wegvallen. In dat antwoord weerklinkt de toekomst van God – niet als iets wat pas komt, maar als iets wat begint op de plekken waar mensen samen blijven hopen en zorgen.

- Het hoofdstuk onderzoekt hoe Jonathan Sacks veerkracht theologisch en sociaal ziet als een relationele en morele realiteit, ingebed in gemeenschap en het verbond.
- Sacks benadrukt dat veerkracht geen individuele prestatie is, maar ontstaat in de context van wederkerige relaties, rituelen en gedeelde verhalen.
- Hij ziet gemeenschap als een ethisch en spiritueel fundament voor menselijkheid, waar mensen elkaar dragen en verantwoordelijkheid delen.
- Tegenover individualisme stelt Sacks het idee van de *covenantal society*: een samenleving die geworteld is in verbond en morele betrokkenheid.
- Sacks verbindt dit met de Bijbelse Exodus: bevrijding is niet alleen uit slavernij, maar ook het opnemen van verantwoordelijkheid voor de vrijheid van de ander.
- Zijn visie op gemeenschap sluit aan bij Moltmanns ecclesiologie, maar legt nadruk op morele narratieven en het belang van rituelen in het vormen van veerkracht.
- Kritisch wordt opgemerkt dat Sacks' ideaal van gemeenschap soms voorbijgaat aan de gebrokenheid, conflicten en machtsverhoudingen binnen werkelijke gemeenschappen.
- De neurobiologie (Van der Kolk) bevestigt dat gemeenschap niet alleen een moreel ideaal is, maar ook een biologische noodzaak voor veiligheid en herstel.
- Sacks' idee van veerkracht als relationeel en narratief proces biedt een alternatief voor neoliberale zelfredzaamheid, en verbindt existentiële kwetsbaarheid met een theologisch draagvlak.
- Het hoofdstuk eindigt met het inzicht dat de kracht van veerkracht ligt in het geloof dat mensen niet alleen staan: dat ze gedragen worden door God en de gemeenschap.



Theologische Veerkracht – een blauwdruk voor hoop en gemeenschap in een verstrooide tijd

6.1 Inleiding: de noodzaak van een theologisch verstaan van veerkracht

Onze samenleving, met afnemende sociale cohesie, toenemende bestaansonzekerheid en informatiestress, verzwakt de psychologische veerkracht van mensen. De overbelasting van de geestelijke gezondheidszorg (GGZ), met lange wachttijden, weerspiegelt een breder maatschappelijk tekort aan duurzame gemeenschapsstructuren en gedeelde draagkracht. De klachten waarmee mensen zich melden – angst, somberheid, eenzaamheid, uitputting – hangen vaak samen met verlies van richting, verbondenheid en bestaanszekerheid. De GGZ fungeert zo steeds vaker als een ‘opvangnet voor normaliteit’, compenserend voor wat in de samenleving zelf moeilijker te vinden is: zingeving, verbondenheid, weerbaarheid, vertrouwen, geborgenheid en morele oriëntatie.²⁸² Pijn en kwetsbaarheid worden in dit kader steeds vaker geïnterpreteerd als persoonlijk falen, wat de ruimte om deze ervaringen binnen relationele of spirituele verbanden te verwerken verder uitholt.²⁸³ Dit is kenmerkend voor de ‘prestatie maatschappij’, waarin de individuele drang tot zelfoptimalisatie uitputting en depressie in de hand werkt, juist omdat lijden geïnternaliseerd wordt in plaats van gedeeld.²⁸⁴

In deze context van sociale fragmentatie en existentiële onzekerheid klinkt de roep om ‘veerkracht’ steeds luider. Het is een concept dat opduikt in diverse disciplines, van psychologie en pedagogiek tot ecologie en sociologie. Echter, veel bestaand onderzoek, met name binnen de psychologie en sociologie, neigt ernaar veerkracht primair op te vatten als een individuele capaciteit, ondersteund door de sociale omgeving.²⁸⁵ Tegelijkertijd lijkt een gemeenschappelijke taal te ontbreken waarin mensen elkaar kunnen verstaan. Dit ontbreken van gedeelde taal en wederkerige luisterpraktijken versterkt het gevoel niet gehoord en gezien te worden. De groepen of gemeenschappen waarin men zich nog wél herkend weet, weerspiegelen vaak dezelfde eenzaamheid en angsten, waardoor er geen wezenlijke ontmoeting plaatsvindt. Zij functioneren veeleer als een spiegel van het eigen onvermogen tot verbinding, vergelijkbaar met de mythische spiegel in het sprookje van Sneeuwwitje die slechts bevestigt wat reeds wordt gezien.

²⁸² Eva Illouz, *Cold Intimacies: The Making of Emotional Capitalism* (Cambridge: Polity Press, 2007), 42–45.

²⁸³ Han, *The Burnout Society*, 18–22.

²⁸⁴ Jonathan Sacks, *The Dignity of Difference* (London: Continuum, 2002), 45–67.

²⁸⁵ Michael Ungar, “Resilience Across Cultures,” *British Journal of Social Work* 38, no. 2 (2008): 218–235.

Veel therapeutische en coachingsbenaderingen richten zich in deze context op het versterken van het ‘ik’ – het beter kunnen aangeven van persoonlijke grenzen, behoeften en rechten. De impliciete overtuiging is dat het versterken van individuele autonomie het antwoord vormt op de ervaring van verloren verbondenheid. Echter, de consequenties van deze nadruk op het ‘ik’ – en het feit dat deze vaak ten koste gaan van de ‘ander’ – blijven vaak onbesproken.²⁸⁶ Vanuit systematisch-theologisch perspectief kan deze individualisering van veerkracht en identiteit worden beschouwd als een symptoom van een dieperliggende verstoring van gemeenschapsvorming en solidariteit.²⁸⁷ In een samenleving die de nadruk legt op zelfoptimalisatie en autonomie, komt het relationele fundament van veerkracht onder druk te staan. De roep om persoonlijke veerkracht dreigt zo paradoxaal genoeg de collectieve basis voor veerkracht verder te verzwakken. Hoewel sociaalwetenschappelijke literatuur het belang van religie en spiritualiteit (R/S) voor het bevorderen van veerkracht bevestigt, is er tot op heden relatief weinig aandacht besteed aan de systematisch-theologische duiding van deze bevindingen.²⁸⁸ Wat grotendeels ontbreekt, is een reflectie op de wijze waarop begrippen als hoop, gemeenschap en moreel leiderschap – geworteld in religieuze tradities – functioneren als bronnen van veerkracht.

In dit hoofdstuk wordt een systematisch-theologisch model van veerkracht gepresenteerd als antwoord op deze maatschappelijke context en de lacune in theologisch onderzoek. Het model wil niet slechts functioneren als een coping-instrument voor individuen, maar als een existentiële en ecclesiologische structuur waarin gemeenschap, hoop, narratief en participatie gestalte krijgen. Het is geworteld in de metafoor van de Oergrond en put inspiratie uit de theologie van Jürgen Moltmann en Jonathan Sacks. Door veerkracht op te bouwen vanuit Moltmanns eschatologische hooptheologie en Sacks’ gemeenschapsgerichte theologie, verkent dit onderzoek hoe geloofsgemeenschappen veerkracht kunnen ontwikkelen en doorgeven – verschuivend van individuele adaptatie naar gedeelde praktijken van geloof, solidariteit en narratief-hermeneutische verwerking.²⁸⁹

6.2 De werkdefinitie van theologische veerkracht: gedragen in gebrokenheid

Theologische veerkracht wordt in deze thesis gedefinieerd als het vermogen om in gebrokenheid stand te houden en hoopvol te blijven, gedragen door een relatie met God en anderen. Een volledige formulering luidt:

Theologische veerkracht is het vermogen om, in en door de Heilige Geest, gedragen door Gods onvoorwaardelijke nabijheid, hoopvol te leven binnen gebrokenheid. Zij ontspringt niet aan zelfredzaamheid, maar groeit waar de Geest mensen verbindt, verhalen tot klinken brengt en gemeenschappen vormt waarin kwetsbaarheid welkom is. Deze veerkracht ontvouwt zich in de ruimte tussen mensen, waar de Heilige Geest onzichtbaar draagt, vernieuwt en bewaart.

²⁸⁶ Illouz, *Cold Intimacies*, 58–60.

²⁸⁷ Sacks, *The Dignity of Difference*, 45–47.

²⁸⁸ Nathan H. White, *Re-envisioning the Resilient Individual: Reflections on the Science of Human Adaptation in Light of Paul Ricoeur and Julian of Norwich* (Durham University, 2017), 66–68

²⁸⁹ Hasselaar, “Jonathan Sacks’ Understanding of Hope,” 66–69

Deze definitie onderscheidt zich fundamenteel van gangbare psychologische en sociologische definities, met name die welke veerkracht primair zien als een individuele capaciteit of aanpassingsvermogen.²⁹⁰ Terwijl psychologische benaderingen vaak focussen op copingstrategieën of hechtingspatronen, en sociologische benaderingen op sociale netwerken en contextuele hulpbronnen, voegt de theologische definitie essentiële spirituele, eschatologische en gemeenschapsdragende dimensies toe.²⁹¹ Het biedt een diepere duiding aan bevindingen uit de sociale wetenschappen over het belang van religie en spiritualiteit.²⁹²

Cruciaal in deze definitie is het element van ‘gedragen worden’. Veerkracht is niet primair een prestatie van het individu, maar ontstaat in relatie en wordt gedragen. Het is een relationele en contextuele realiteit. Kwetsbaarheid en onderlinge afhankelijkheid worden niet vermeden, maar serieus genomen en gedeeld. Veerkracht functioneert als een relationele kracht, gedragen in Gods onvoorwaardelijke nabijheid, die gemeenschappen helpt vol te houden, zich te vernieuwen en hoopvol aanwezig te blijven in tijden van crisis.

De definitie benadrukt bovendien het vermogen om ‘in gebrokenheid stand te houden en hoopvol te blijven’. Dit impliceert dat theologische veerkracht niet het oplossen of overwinnen van kwetsbaarheid beoogt, maar juist het vermogen om te leven met en in die gebrokenheid. Veerkracht ontstaat in de confrontatie met pijn en gebrokenheid, niet in de afwezigheid ervan. Het wordt zichtbaar in en door het omgaan met ontregeling. In dit model wordt kwetsbaarheid gedragen, niet opgelost. Dit sluit aan bij inzichten uit de trauma- en veerkrachtliteratuur, waarin relationele veiligheid, erkenning en context worden genoemd als sleutels tot herstel. Niet het wegpoetsen van pijn staat centraal, maar het hervinden van betekenis en verbondenheid. Zo draagt de gemeenschap de kwetsbaarheid van haar leden. De theologische dimensie komt ook tot uiting in het ‘hoopvol blijven’ en de relatie ‘met God’. Dit verwijst naar een eschatologische gerichtheid op Gods toekomst, die reeds inbreekt in het heden. Hoop is daarbij een actieve, transformerende kracht, geen passieve verwachting. Dit aspect wordt verder uitgewerkt vanuit de theologie van Jürgen Moltmann. De relatie met God en anderen is de dragende basis voor dit alles.

Samenvattend biedt de theologische werkdefinitie een alternatief perspectief op veerkracht, dat zich richt op het gedeelde, relationele, en hoopvolle volhouden *binnen* de realiteit van gebrokenheid, gedragen door een diepere, theologische grond.

6.3 De Oergrond: Het theologische fundament van gedragenheid

De moderne mens leeft in een samenleving die steeds minder verbonden is met het grote verhaal: waar komen we vandaan en waar gaan we naartoe? In deze context raken mensen vervreemd van onze Oergrond: Gods dragende en liefdevolle aanwezigheid waarin wij verankerd zijn. Dit hoofdstuk werkt de Oergrond uit als een pneumatologische ruimte waarin de Geest ons bijeenroept en draagt.

²⁹⁰ Ann S. Masten, *Ordinary Magic: Resilience in Development* (New York: Guilford Press, 2014), 9–12.

²⁹¹ Nathan H. White, *Re-envisioning the Resilient Individual*, 66–68; John Bowlby, *Attachment and Loss: Vol. 1. Attachment* (New York: Basic Books, 1969), 217–230; Michael Ungar, “Resilience Across Cultures,” *British Journal of Social Work* 38, no. 2 (2008): 218–235.

²⁹² Harold G. Koenig, *Medicine, Religion, and Health: Where Science and Spirituality Meet* (West Conshohocken, PA: Templeton Foundation Press, 2008), 45–50.

Het stelt dat de kerk geroepen is een sacramentele gestalte van deze Oergrond te zijn – een gemeenschap van veerkracht en hoop in een cultuur die steeds meer fragmenteert.

De metafoor van de Oergrond biedt een theologisch kader dat verder reikt dan louter psychologische of sociologische beschouwingen over veerkracht. De Oergrond wordt verstaan als de dragende werkelijkheid waarin de menselijke existentie is ingebed: een dynamisch veld van liefde, vrijheid en verbondenheid dat ontspringt in de drie-ene God zelf. Dit trinitarisch verstaan van de Oergrond – zoals ontwikkeld door Jürgen Moltmann – benadrukt dat God geen statisch principe is, maar een levende gemeenschap waarin Vader, Zoon en Geest in een eeuwige beweging van wederzijdse liefde en ruimte voor de ander bestaan (perichoresis).²⁹³

Tegen de achtergrond van de neoliberale samenleving, waarin de mens wordt opgejaagd door prestatie- en optimalisatiedwang, biedt de Oergrond een radicaal alternatief mensbeeld. De mens is geen autonoom, zelfredzaam subject dat zijn bestaansrecht voortdurend moet bewijzen, maar een ontvangen en gedragen wezen.²⁹⁴ De Oergrondtheologie ontmaskert daarmee de illusie van zelfredzaamheid die in de prestatie maatschappij zo centraal staat. Zij herinnert ons eraan dat de menselijke waardigheid niet wortelt in individuele prestaties, maar in het gedeeld-zijn en in het behoren tot een groter geheel – een gemeenschap die haar oorsprong en haar toekomst vindt in de liefdevolle nabijheid van God.

De Oergrond wordt daarom niet opgevat als een ‘beginsel’ of een mystieke abstractie. Ze is een pneumatologisch geladen ruimte die zich manifesteert in de gemeenschap van de kerk, waarin de Geest leeft, ademt en vernieuwt.²⁹⁵ In Moltmanns pneumatologische ecclesiologie is de kerk niet primair een instituut of een bastion van dogma’s, maar een gemeenschap waarin de Geest tastbaar aanwezig is als bron van verzoening, hoop en solidariteit.²⁹⁶ De kerk wordt zo verstaan als een eschatologisch teken: een plek waar de komende wereld van gerechtigheid, verbondenheid en vrijheid al in de kiem aanwezig is. In deze gemeenschap worden mensen niet alleen opgevangen, maar ook ingeschakeld in het delen van verhalen, het dragen van elkaars lasten en het vormgeven van liturgische ritmes die hoop en betekenis genereren.

De Oergrond als theologisch fundament is essentieel omdat zij de basis vormt voor een ecclesiologie die niet gereduceerd kan worden tot haar sociale dimensie. De kerk wordt in deze visie een ‘ruimte van geborgen transcendentie’ (Moltmann) waarin menselijke kwetsbaarheid niet wordt weggeduwd, maar juist wordt erkend en gedeeld.²⁹⁷ De Oergrondtheologie plaatst de kerk zo midden in de samenleving, maar met een andere grondtoon: niet de logica van competitie en zelfoptimalisatie, maar die van ontvankelijkheid, genade en onderlinge zorg. In een samenleving waarin mensen vaak alleen worden gelaten met hun breekbaarheid, wordt de kerk geroepen om een tastbaar teken van Gods dragende nabijheid te zijn. Voor gelovigen wordt de Oergrond expliciet geïnterpreteerd als Gods liefdevolle nabijheid, als het fundament waarin zij geworteld zijn. Maar de kracht van deze metafoor is dat zij ook een open ruimte biedt voor ‘(nog)-niet-gelovigen’: de gemeenschap zelf kan de Oergrond belichamen als een netwerk van erkenning, veiligheid en hoop. Dit sluit aan bij

²⁹³ Jürgen Moltmann, *The Trinity and the Kingdom: The Doctrine of God*, trans. Margaret Kohl (Minneapolis: Fortress Press, 1993), 171–177.

²⁹⁴ Byung-Chul Han, *The Burnout Society*, trans. Erik Butler (Stanford: Stanford University Press, 2015), 9–14.

²⁹⁵ Jürgen Moltmann, *The Spirit of Life: A Universal Affirmation*, 266–272.

²⁹⁶ *Ibid.*, 292–298.

²⁹⁷ *Ibid.*, 270.

inzichten van Jonathan Sacks, die benadrukt dat gemeenschap de basis vormt voor morele veerkracht, omdat zij mensen in staat stelt om zichzelf te verstaan in relatie tot anderen en tot een groter verhaal.²⁹⁸

Zo fungeert de Oergrond als een inclusief concept dat zowel expliciet theologisch als breed existentieel en sociaal kan worden verstaan.

Samenvattend kunnen we zeggen dat de Oergrondtheologie niet alleen een abstract concept is, maar een mogelijke werkelijkheid kan worden zichtbaar en tastbaar wordt in hoe de kerk leeft en werkt. In de theologie van Moltmann wordt duidelijk dat Gods dragende aanwezigheid niet buiten de geschiedenis staat, maar zichtbaar wordt in de participatie van de geloofsgemeenschap aan het lijden en de hoop van de wereld.²⁹⁹ De Oergrond is geen passieve achtergrond, maar een actuele grondtoon van hoop en verbondenheid die de kerk leert zichzelf verstaan als gemeenschap die draagt en gedragen wordt. Daarmee vormt de Oergrond het fundament van het veerkrachtmodel: een theologisch geladen ruimte van adem, verhaal en belichaamde hoop, waarin de Geest mensen bijeenroept om samen te dragen wat ondraaglijk lijkt – in vertrouwen op een God die draagt.

6.4 Het vijfdimensionale model van Theologische veerkracht

Het vijfdimensionale model van veerkracht is concentrisch opgebouwd rond deze kern: de Oergrond vormt het centrum, waaruit de kracht zich verspreidt als rimpelingen over het wateroppervlak. De dimensies worden verstaan als participatie in deze gedeelde, door God gedragen werkelijkheid. De Oergrond is de fundering en de dragende context waarbinnen de vijf dimensies van veerkracht betekenis krijgen en zich ontwikkelen. Het is de grond waarin mensen mogen wortelen, vallen en weer opstaan. Dit theologische fundament verankert veerkracht niet in menselijke zelfredzaamheid, maar in een pneumatologisch gedragen zijn-in-verbondenheid.

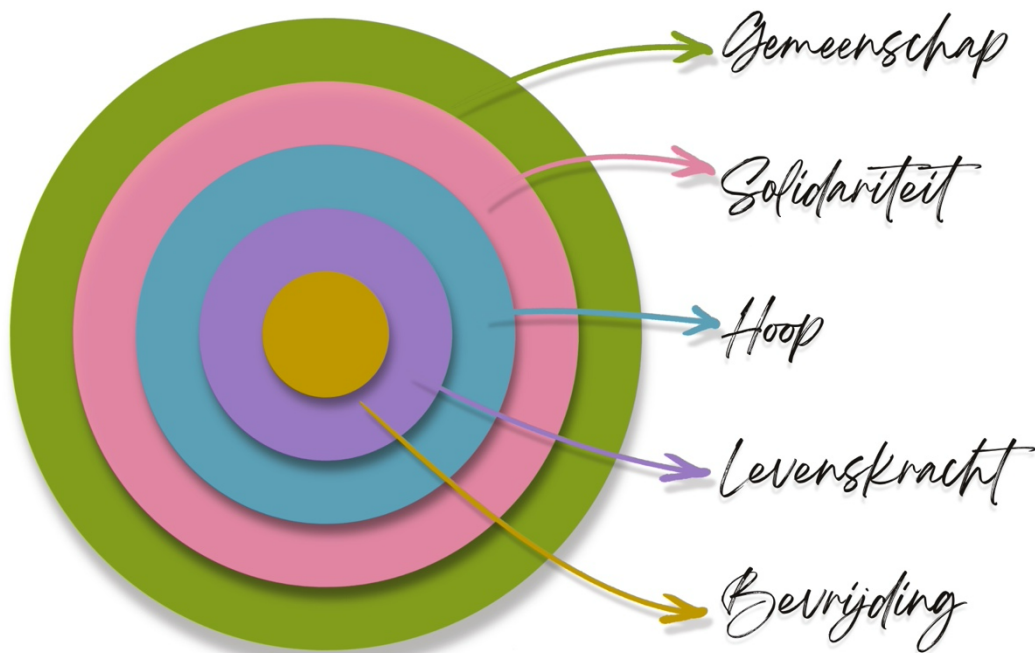
6.5 Het Model: Een concentrische structuur

Het theologische model van veerkracht is geen lineair of hiërarchisch model, maar is concentrisch opgebouwd. De vijf dimensies vormen ringen rond de kern: de Oergrond. Ze zijn niet strikt distincte categorieën, maar functioneren meer als aspecten van een onderliggend theologisch proces. Ze zijn onderling verweven en versterken elkaar, allen voortkomend uit de relatie tot de Oergrond. De beweging naar binnen (naar de kern) is tegelijk een beweging naar buiten. Zoals rimpelingen zich vanuit een kern over het wateroppervlak verspreiden, zo werkt de kracht van de Oergrond door in de verschillende dimensies. Het model is geworteld in een trinitair-relatieve theologie, waarbij God wordt verstaan als de dragende aanwezigheid. Het is gebaseerd op het eschatologische perspectief van Moltmann (gericht op Gods komende toekomst en hoop) en de visie van Sacks op gemeenschap, narratief en moreel leiderschap. Het model ontvouwt zich in vijf dimensies waarin de

²⁹⁸ Jonathan Sacks, *The Dignity of Difference: How to Avoid the Clash of Civilizations* (London: Continuum, 2002), 86–90.

²⁹⁹ Jürgen Moltmann, *Hope in These Troubled Times*, trans. Margaret Kohl and Brian McNeil (Geneva: WCC Publications, 2019), 3–4.

Geest werkzaam is. Deze dimensies bieden handvatten om veerkracht te begrijpen en te versterken in verschillende contexten, zowel gelovige als seculiere of gemengde.



Figuur 1: Het 5-dimensionale model van theologische veerkracht

6.6 De vijf dimensies van Theologische veerkracht

De vijf dimensies van dit theologische model van veerkracht vormen samen een geïntegreerd proces van groei en hoop, geworteld in de Oergrond: Gods dragende en liefdevolle aanwezigheid. Elke dimensie benadrukt een fundamenteel aspect van hoe veerkracht niet alleen een persoonlijke eigenschap is, maar een dynamisch proces van relatie en gemeenschap waarin individu en gemeenschap in elkaar zijn verweven, geïnspireerd door Gods Geest.

6.6.1 Gemeenschap (Ergens bij horen)

Kernidee:

De dimensie van gemeenschap vormt het fundament van veerkracht: het is de dragende ruimte waarin mensen leren omgaan met kwetsbaarheid en tegenslag. In een cultuur die gericht is op autonomie en zelfoptimalisatie, biedt gemeenschap een tegenkracht door te laten zien dat mens-zijn nooit een solitaire oefening is. Hier wordt duidelijk dat veerkracht geen individuele 'eigenschap' is, maar een collectieve dynamiek. De zekerheid dat je erbij hoort, ook als je faalt of gebroken bent, is een essentiële bron van hoop en herstel. Erbij horen heeft hier geen drempels: je hoeft niets te kunnen of te bewijzen. Gebroken mens zijn zoals wij allemaal is 'genoeg' – juist daarin wordt de gedeelde menselijkheid zichtbaar, de overtuiging dat we allemaal gebroken zijn en toch samenleven.

Psychologisch gezien draagt het gevoel van verbondenheid bij aan emotionele stabiliteit en herstelvermogen. Maar theologisch gezien gaat dit nog dieper: gemeenschap belichaamt de realiteit dat wij (gelovigen en (nog)-niet-gelovigen) deel uitmaken van een groter verhaal, gedragen door Gods liefdevolle nabijheid (de Oergrond). Dit maakt het mogelijk om je eigen kwetsbaarheid en die van anderen niet als zwakte, maar als menselijke waarheid te zien – en om in die waarheid ruimte te vinden om te leven en te groeien.

Theologische Fundering:

Theologisch gezien wortelt gemeenschap in het wezen van God zelf. In de trinitarische visie van Moltmann wordt God verstaan als een levende, relationele werkelijkheid: Vader, Zoon en Geest die in eeuwige liefde en beweging bestaan. Gemeenschap is daarmee geen menselijke uitvinding, maar een deelname aan Gods eigen leven. Sacks voegt hieraan toe dat gemeenschap een *covenantale* structuur heeft: mensen verbinden zich aan elkaar in trouw en solidariteit, zoals God zich aan mensen verbindt. Dit verbond is niet gebaseerd op gelijkheid of prestatie, maar op genade en de overtuiging dat ieder mens een plaats heeft in het grotere geheel. Zo wordt gemeenschap een sacramenteel teken van Gods Oergrond: de dragende ruimte waarin mensen kunnen vallen en opstaan, gedragen door een kracht groter dan henzelf.

Existentiële Houding/Spiritueel Inzicht:

Erkenning – “Ik val. Ik voel me machteloos, alleen, uitgeput”. Erbij horen gaat vooraf aan geloof. Je hoort erbij zodat je kunt (gaan) geloven. Dit is een theologisch gefundeerde voorwaarde voor menselijke waardigheid. Geloven is daarbij een persoonlijke relatie met de Oergrond die zich op verschillende manieren kan uitdrukken: religieus, zonder begrenzings van denominaties, of als Yachadia³⁰⁰ – een open en verbindende gemeenschap die verder reikt dan de grenzen van geloof of ongelooft.

Praktische Toepassing:

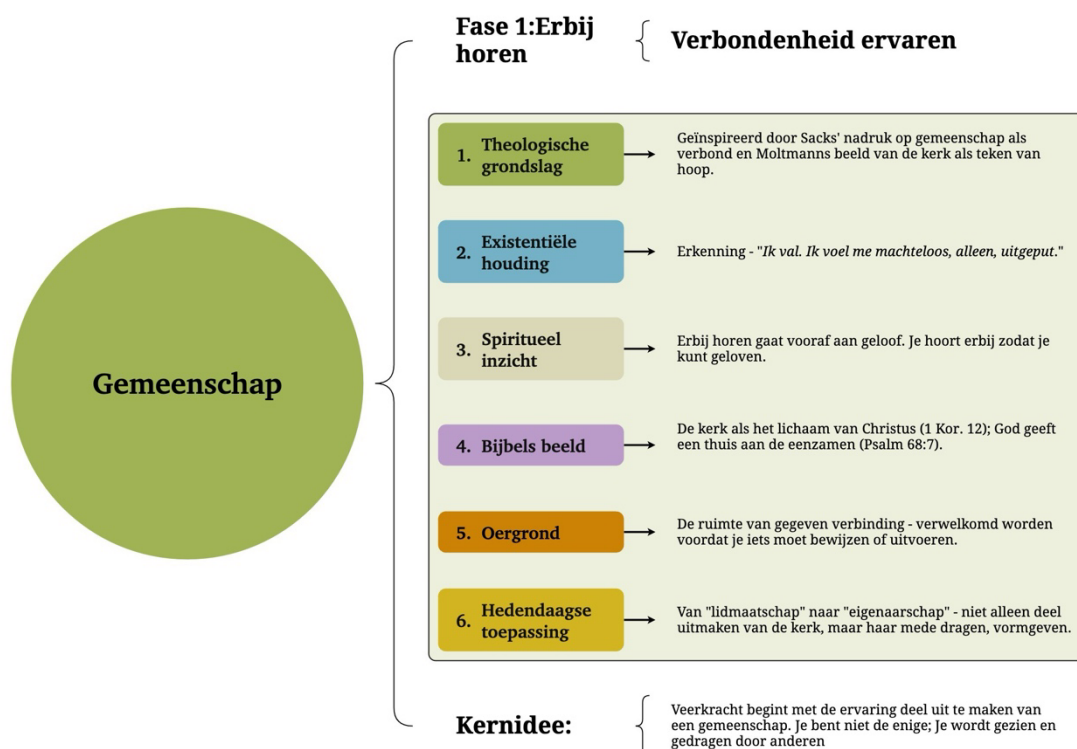
Gemeenschap krijgt praktisch vorm in rituelen en praktijken van *radicale gastvrijheid en onderlinge zorg*. Dit kan binnen de kerk bestaan uit open liturgie, gezamenlijke maaltijden, pastoraat en rituelen van verbinding (zoals doop en avondmaal). Maar ook buiten expliciet religieuze settings kan gemeenschap gestalte krijgen: in buurtkamers, stilteplekken, open huizen of kunstprojecten die ontmoeting faciliteren. De kern is steeds: er is een ruimte waar mensen worden uitgenodigd om aanwezig te zijn – niet om iets te ‘bewijzen’ of te ‘presteren’, maar om gezien, gehoord en gedragen te worden. Dit vraagt een open houding die verschillen niet wegpoetst, maar juist erkent als de mogelijkheid om zelf verder te kunnen ontwikkelen. Het gaat om het scheppen van *gemeenschappelijke taal en narratieven*, waarin mensen herkenning vinden en leren om in het ‘samen’ hun eigen plek in te nemen. Concreet betekent dit het oefenen van luisteren zonder oordeel, het samen vieren van het leven, het ruimte maken voor de verhalen van verdriet én hoop.

Ruimte voor verschil ontstaat waar gemeenschap begint met erkenning, niet met oordeel. Het vraagt een bewuste houding om contact te zoeken dat niet gericht is op gelijkvormigheid, maar op het waarderen van ieders eigenheid. Zoals Jonathan Sacks benadrukt: verschil is geen bedreiging, maar

³⁰⁰ Een verzonnen woord gebaseerd op Yachad - samen

een kans om samen het grotere verhaal van menselijkheid en waardigheid vorm te geven. Het gaat om het cultiveren van relaties die niet bouwen op dwang of gelijkvormigheid, maar op vertrouwen en openheid. In zo'n gemeenschap wordt verbondenheid versterkt tussen mensen die geraakt zijn door verlies, verwarring of conflict. De kerk kan hierin een “*kerk van glas*” zijn: doorzichtig, open en kwetsbaar, een plek waar niet ‘correctie of controle’ de toon zet, maar ruimte en vertrouwen. Vertrouwen dat je er mag zijn, ook als je het even niet weet of niet hetzelfde gelooft als de ander. Deze gemeenschap draait niet om lidmaatschap, maar om eigenaarschap – het samen dragen van wat er is, het nemen van verantwoordelijkheid voor het ‘wij’. Zo groeit een gemeenschap die verschillen juist erkent als een kans om zelf en samen verder te komen. Het is een uitnodiging om deel te nemen, om betrokken te zijn bij een gedeeld verhaal van hoop, gerechtigheid en waardigheid.

De existentiële houding van gemeenschap is die van **kwetsbare verbondenheid en wederzijdse erkenning**. Het is het besef dat je jezelf niet kunt dragen zonder gedragen te worden – en dat dit geen tekort is, maar een diepe waarheid over mens-zijn. Gemeenschap vraagt de moed om jezelf te tonen zoals je bent, zonder maskers. Het is de houding van “Ik mag er zijn, precies zoals ik ben”, én “Jij mag er zijn, precies zoals jij bent”. Dit gaat vooraf aan geloof of overtuiging: eerst komt het behoren, dan pas het geloven of handelen. Het is de ruimte waarin mensen hun gebrokenheid niet hoeven verstoppen, maar juist samen leren dragen. De Geest is in dit verband de adem van het leven die mensen bijeenroept en een huis voor hen schept (gebaseerd op Moltmann). Gemeenschap is op deze manier een *spirituele oefening* in het ontvangen van elkaar als gave – en van het leven zelf als een gave.



Figuur 2: Gemeenschap fase 1 uit het 5-dimensionale model van theologische veerkracht

6.6.2 Solidariteit (Het geloof van de ander in jou)

Kernidee:

Solidariteit wordt hier verstaan als een levenshouding van wederkerigheid en betrokkenheid, geworteld in het besef dat veerkracht geen individuele prestatie is, maar ontstaat in het samen dragen van kwetsbaarheid. Het is het geloof van ‘de a(A)nder’ in jou, het vertrouwen dat je niet alleen draagt, maar gedragen wordt door de gemeenschap en – in theologisch perspectief – door Gods Geest. De gedeelde menselijkheid is het leven als relationeel en gedeeld gegeven. Dit komt tot uiting in een traditie van morele verantwoordelijkheid en onderlinge zorg.

Theologische Fundering:

Deze dimensie sluit nauw aan bij de nadruk die Jonathan Sacks legt op morele gemeenschappen en de manier waarop sociale netwerken kunnen functioneren als morele weefsels. Hij ziet het verbond (covenant) als een morele structuur waarin mensen zich met elkaar verbinden voor een gedeelde toekomst, en waarin gezamenlijke verantwoordelijkheid en morele trouw centraal staan. Daarmee sluit dit aan bij Jürgen Moltmanns visie op de eschatologische beweging van de Geest, waarin toekomst geen vaststaand feit is, maar een open ruimte van mogelijkheden. Waar Moltmann spreekt over adventus, spreekt Sacks over het verbond als een ruimte waarin mensen worden opgeroepen tot verantwoordelijkheid, zichtbaar in concrete praktijken van zorg, solidariteit en wederzijdse betrokkenheid.³⁰¹ Zo wordt solidariteit meer dan alleen het dragen van elkaars lasten. Het gaat ook om het delen van vreugde en het samen vieren van het goede dat ons gegeven wordt. In deze verbondenheid wordt de gemeenschap een plek waar mensen elkaar niet alleen ondersteunen in moeilijke tijden, maar ook samen oogsten wat gezaaid is, en elkaars hoop en levenslust versterken.³⁰² Het is een deelname aan Gods dragende nabijheid, waarin de Geest mensen samenroept en uitnodigt om niet alleen in het lijden, maar ook in het vieren met elkaar verbonden te zijn.³⁰³

Existentiële houding/ spiritueel inzicht:

De existentiële houding van solidariteit is die van **radicale ontvankelijkheid en morele toewijding**. Het vraagt van ons om het eigen leven niet los te zien van het leven van anderen, maar om betrokken te blijven bij de vreugde, de pijn en het lijden van anderen. In deze houding wordt kwetsbaarheid niet weggestopt, maar juist erkend als een plek waar Gods liefde en kracht zichtbaar kunnen worden. God zelf is daarmee de ruimte waarin we leven en bewegen en het is zijn Geest die ons draagt in onze zwakte (gebaseerd op Moltmann). Solidariteit betekent dan: ik zie jou in je gebrokenheid en ik laat me raken – niet als helper op afstand, maar als mededrager van een gedeeld bestaan. Dit is geen passieve compassie, maar een actieve, transformerende houding die zegt: “Ik geloof in jou, omdat God in jou gelooft.”

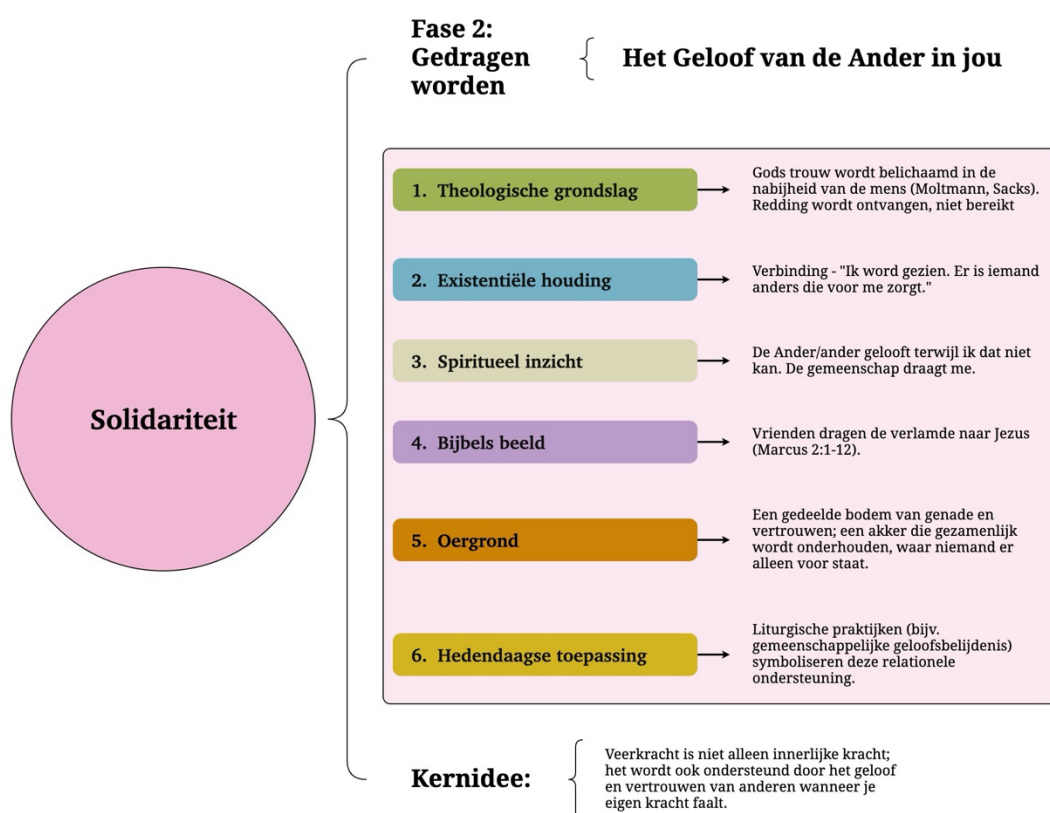
³⁰¹ Jonathan Sacks, *The Dignity of Difference: How to Avoid the Clash of Civilizations*, rev. ed. (London: Continuum, 2003), 67–69; Jürgen Moltmann, *The Spirit of Life: A Universal Affirmation*, trans. Margaret Kohl (Minneapolis: Fortress Press, 1992), 110–112.

³⁰² Sacks, *The Dignity of Difference*, 87–89.

³⁰³ Jürgen Moltmann, *The Coming of God: Christian Eschatology*, trans. Margaret Kohl (Minneapolis: Fortress Press, 1996), 303–305.

Praktische toepassing:

Solidariteit wordt concreet in praktijken van *morele verantwoordelijkheid en zorg*: het helpen dragen van lasten, het delen van middelen en tijd, het aanwezig blijven in moeilijke tijden. Dit kan gestalte krijgen in de geloofsgemeenschap via diaconale betrokkenheid, gezamenlijke gebeden, pastorale aanwezigheid en het meeleven met mensen in crisis. Maar ook in seculiere of gemengde contexten kan solidariteit zichtbaar worden in burgerinitiatieven, collectieve projecten en rituelen van nabijheid (bijvoorbeeld buurtmaaltijden, stilteplekken, rouwrituelen). De essentie is dat mensen elkaars kwetsbaarheid niet ontlopen, maar ruimte scheppen om die kwetsbaarheid te delen – als uitdrukking van het geloof dat niemand het alleen hoeft te dragen. Solidariteit is daarmee een concrete oefening in trouw en nabijheid, waarin de ander wordt gezien als een spiegel van het eigen mens-zijn.

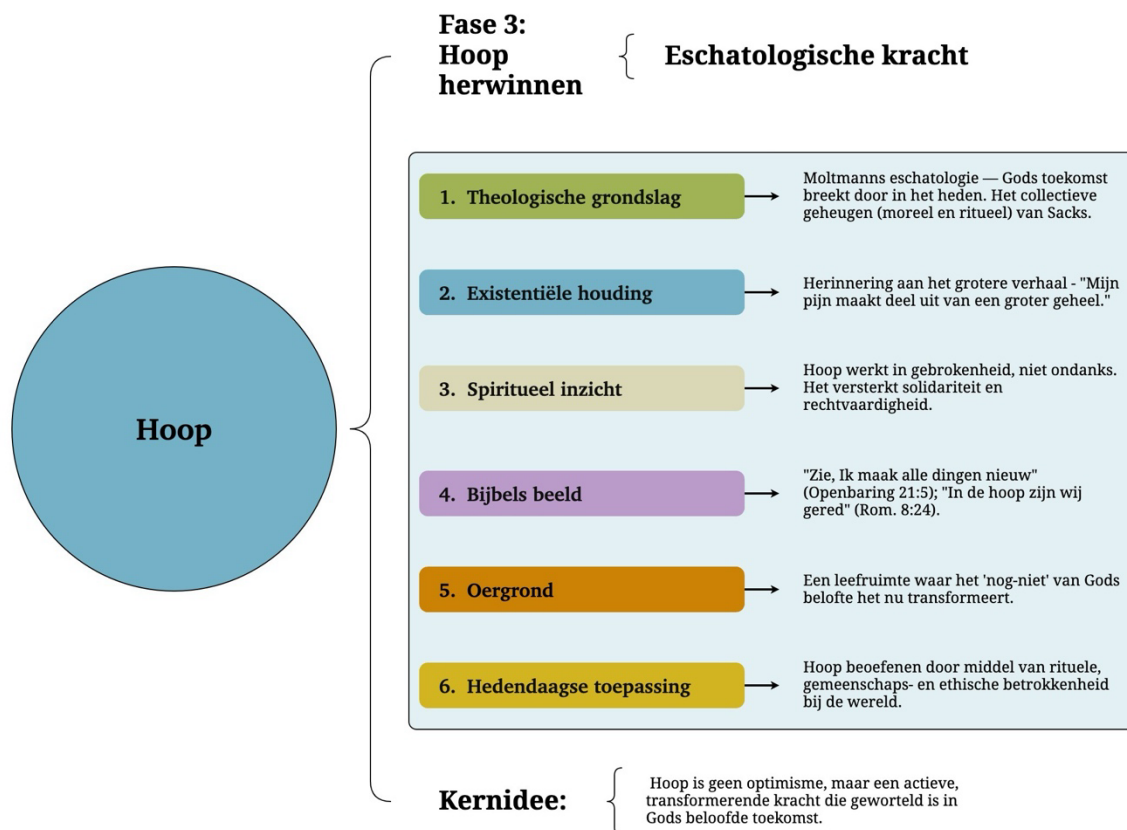


Figuur 3: Solidariteit fase 2 uit het 5-dimensionale model van theologische veerkracht

6.6.3 Hoop (De kracht om te veranderen)

Kernidee:

Hoop is een kracht die geboren wordt uit Gods belofte en die ruimte maakt voor verandering, juist in het heden. Het is een manier van leven die vertrouwt op Gods komende werkelijkheid. Hoop groeit niet ondanks gebrokenheid, maar juist daarin. Het is een gedragen vertrouwen dat het lijden niet zonder getuige blijft.



Figuur 4: Hoop fase 3 uit het 5-dimensionale model van theologische veerkracht

Theologische Fundering:

Deze dimensie is voornamelijk gebaseerd op Moltmanns eschatologische theologie, waarin geloof in Gods toekomst mensen kracht geeft om het heden te dragen én te veranderen. Voor Moltmann is hoop een actieve kracht die ons aanmoedigt te blijven streven naar het goede. Sacks verstaat hoop als een morele, relationele en narratieve kracht. Zijn theologie is verankerd in het verhaal van de Exodus, waar bevrijding en verantwoordelijkheid verweven zijn, en "vertrouwen onderweg" (*emunah*) cruciaal is. *Emunah* is relationeel vertrouwen, morele trouw aan de mogelijkheid dat het anders kan. Samen wijzen ze op hoop als deelname aan Gods toekomst: een vertrouwen dat niet op eigen kracht rust, maar gedragen wordt door de Geest die leven wekt. Dit verbindt hoop direct met de Oergrond als dragende werkelijkheid van Gods liefde en trouw.

Existentiële houding / spiritueel inzicht:

De existentiële houding van hoop is die van **verwachting en daadkracht**. Hoop veronderstelt een open hart dat niet op slot gaat door teleurstellingen, maar durft te blijven verwachten. Het is een houding van 'ik weet niet hoe, maar ik geloof dat het mogelijk is', geworteld in Gods trouw en belofte. Hoop is de kracht van Gods toekomst die het heden opent en transformeert (gebaseerd op Moltmann). Hoop betekent: ik laat me niet bepalen door het verleden of door wat ik nu zie, maar ik leef in het licht van een belofte die groter is dan ikzelf. Het is een *relatie van vertrouwen* – *emunah* – die ruimte maakt voor nieuwe mogelijkheden, ook als die nog niet zichtbaar zijn.

Praktische Toepassing:

Hoop wordt concreet wanneer ze geoefend wordt in rituelen, gemeenschapsleven en ethische betrokkenheid bij de wereld. In seculiere contexten zie je dat bijvoorbeeld terug in burgerinitiatieven, kunst en activisme. In gemengde gemeenschappen kan hoop juist de brug zijn tussen verschillende levensbeschouwingen. Verhalen van veerkracht, gedeelde vieringen en rituelen van rouw en verwachting maken ruimte voor hoop als een gezamenlijke oriëntatie op wat komen kan. Vooral in gemeenschappen die krimpen of zoeken naar houvast vraagt dit om een nieuwe vertaling van hoop. Hoop krijgt vorm in rituelen en praktijken die mensen helpen om het perspectief van Gods toekomst levend te houden: in vieringen waarin het verhaal van bevrijding centraal staat, zoals Pasen en de Exodusverhalen; in gebeden waarin wanhoop en verwachting een plek krijgen; in liederen die vertrouwen ademen. Ook in seculiere of gemengde contexten kan hoop zichtbaar worden in kunst, activisme, burgerinitiatieven en kleine gebaren van solidariteit en opbouw – overall waar mensen weigeren zich neer te leggen bij onrecht of stilstand, maar tegen de stroom in blijven geloven in herstel en rechtvaardigheid. Praktisch betekent hoop dat we oefenen in verwachting: dat we taal en rituelen zoeken die ons blijven herinneren aan de belofte van een wereld die anders kan en zal zijn.

6.6.4 Levenskracht (Gedeelde verhalen)

Kernidee:

Gedeelde verhalen vormen het weefsel waarin lijden, verlangen en hoop betekenis krijgen. Collectief gedragen verhalen of Bijbelse verhalen bieden herkenning, troost en perspectief. Veerkracht ontstaat wanneer persoonlijk lijden opnieuw wordt geplaatst in Gods grotere verhaal van hoop en verlossing. Zo wordt levenskracht zichtbaar in het collectieve vermogen om persoonlijke ervaringen te verbinden aan grotere verhalen die richting geven en herstel mogelijk maken. In deze dimensie is veerkracht geen individuele prestatie, maar een kracht die ontstaat in het delen en doorgeven van verhalen die mensen samen dragen.

Theologische Fundering:

Zowel Moltmann als Sacks onderstrepen de collectieve kracht van verhalen. Moltmann onderzoekt de theologische betekenis van het verhaal van kruis en opstanding als bron van hoop, waarmee lijden (en opstaan) kan worden geïntegreerd in een groter geheel. Sacks ziet het verhaal van het verbond tussen God en zijn volk als fundament voor gemeenschappelijke identiteit en morele verplichtingen; verhalen vormen niet alleen de geschiedenis maar ook de toekomst. Dit vult Moltmanns eschatologische narratief aan door te laten zien hoe hoop en veerkracht worden geoefend en geleerd door concrete praktijken.

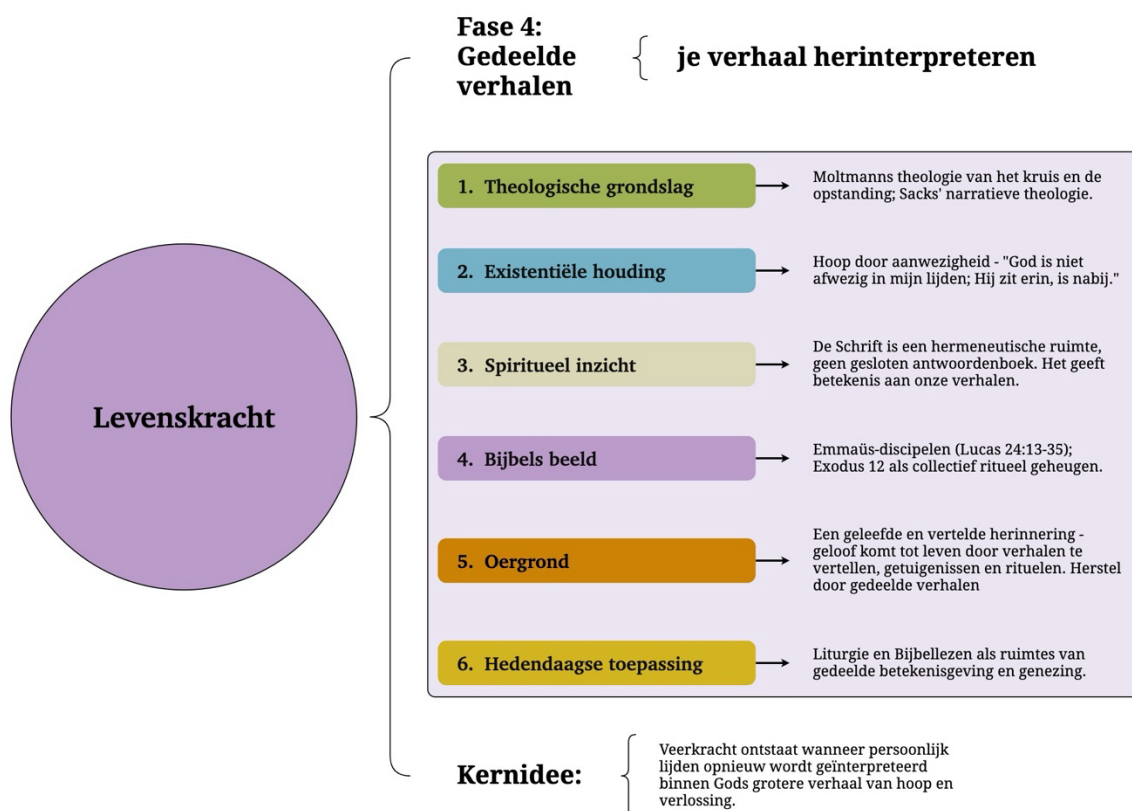
Existentiële houding/ spiritueel inzicht:

De existentiële houding van deze dimensie is **luisterbereidheid en verhalen delen**: de bereidheid om niet alleen je eigen verhaal te vertellen, maar ook te luisteren naar dat van anderen. Het vraagt om kwetsbaarheid – het durven delen van dat wat breekbaar of onvoltooid is – en om ontvankelijkheid – het erkennen van de waarde van de ander als verteller van een uniek

levensverhaal. Spiritueel gezien is dit een oefening in empathie en compassie: het besef dat de ander nooit 'vreemd' is, maar een spiegel van ons gedeelde mens-zijn. Hier wordt het delen van verhalen een *liturgische daad*: een heilige uitwisseling van hoop en erkenning, waarin Gods Geest als Levensadem ruimte schept voor heling en verbinding.

Praktische Toepassing:

Verhalen (en het vertellen/ uitbeelden van verhalen) hebben een helende kracht en werken als sociaal cement. In gemengde contexten kunnen verhalen bruggen slaan door hoop, strijd, zorg en verlies met elkaar te delen, wat onderlinge herkenning oproept. Het vertellen van je eigen verhaal en het luisteren naar dat van een ander wordt zo een oefening in compassie en gemeenschap. Rituelen geven betekenis en herinneren ons aan het grotere verhaal waarin we staan. Ze brengen structuur in de tijd, vaak rond het verbond, en verbinden ons met een groter geheel. Levenskracht krijgt hier praktisch vorm in het vertellen en horen van verhalen. In geloofsgemeenschappen gebeurt dat bijvoorbeeld door Bijbelverhalen te verbinden met onze eigen levensverhalen (omgekeerde volgorde van hoe het nu gebeurt), in vieringen waarin getuigenissen centraal staan, en in rituelen waarin verhalen worden hernomen en gedeeld – zoals de paasmysterieën of rouwrituelen. In seculiere of gemengde contexten gebeurt dit in storytelling-projecten, kunst en theater, of in gespreksgroepen waarin ruimte is voor persoonlijke biografieën, buurtgeschiedenissen en collectief geheugen. Cruciaal is dat verhalen niet 'gebruikt' worden om te entertainen of te oordelen, maar om elkaar te erkennen en te ondersteunen. Verhalen worden zo dragers van levenskracht en bronnen van gedeeld mens-zijn en gedeelde spiritualiteit.



Figuur 5: Levenskracht fase 4 uit het 5-dimensionale model van theologische veerkracht

6.6.5 Overgave en participatie (Bevrijding):

Kernidee:

Overgave en participatie zijn de dynamische, handelingsgerichte dimensie van veerkracht. Overgave betekent hier niet fatalistische berusting, maar het loslaten van controle en het openen van ruimte voor de kracht van Gods Geest. Het is het geloof belichaamd in concrete daden van liefde, recht en barmhartigheid. Het is het oefenen van spiritualiteit als een publieke deugd: een levenshouding van vertrouwen, ontvankelijkheid en medeverantwoordelijkheid.

Theologische Fundering:

Deze dimensie heeft sterke overeenkomsten met Moltmanns pneumatologie: de Geest als de levenskracht die mensen bevrijdt, in beweging zet en uitnodigt tot deelname aan Gods toekomst.³⁰⁴ Moltmann ziet dit als een proleptische beweging: een deelname aan Gods komende koninkrijk dat nu al doorbreekt in gebaren van liefde en recht.³⁰⁵ Ook Sacks benadrukt de actieve verantwoordelijkheid die voortkomt uit het verbond: de gemeenschap als oefenplaats van solidariteit en gerechtigheid.³⁰⁶ Samen maken zij duidelijk: overgave en participatie zijn geen 'extra's' in het geloof, maar de weg waarop de Geest mensen bevrijdt om deel te worden van Gods verhaal van hoop.

Existentiële houding / spiritueel inzicht:

De existentiële houding van deze dimensie is *vertrouwen en openheid voor beweging*: de bereidheid om je eigen beperkingen en angst onder ogen te zien, en toch te blijven meebewegen met wat groter is dan jezelf. Dit vraagt om een houding van overgave: niet het opgeven van verantwoordelijkheid, maar het durven loslaten van controle, het toelaten van kwetsbaarheid en het ontvangen van kracht die buiten het eigen ik ligt. Tegelijkertijd is het een houding van participatie: het besef dat ieder mens een unieke roeping heeft om mee te werken aan een wereld waarin gerechtigheid, liefde en heling tastbaar worden. Theologisch gezien is dit het besef dat Gods Geest ons roept tot bevrijding – niet als toeschouwer, maar als mededragers en medescheppers.

Praktische Toepassing:

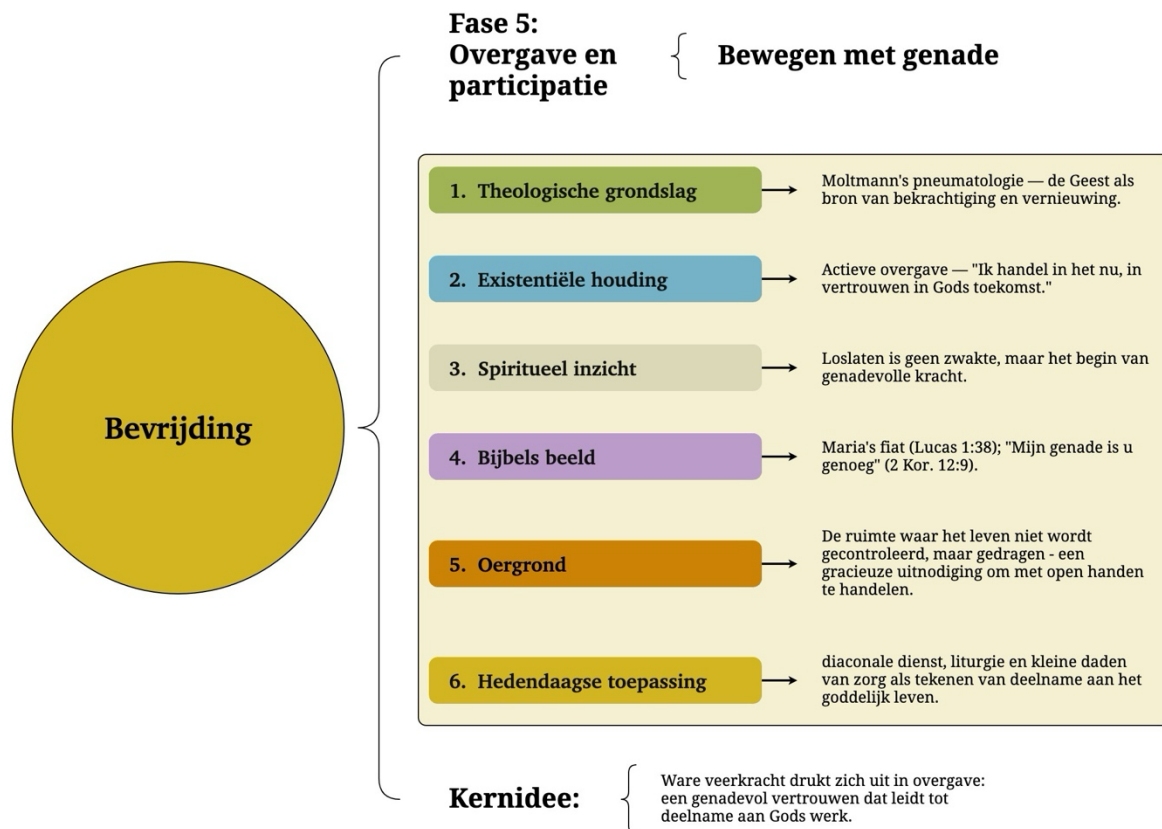
Krijgt gestalte in gebed, diaconie, stilte, en liturgie. Ook in rituelen van loslaten, meditatie, contemplatie en participatieve projecten. Deze fase nodigt uit tot het oefenen van spiritualiteit als een publieke deugd, gericht op een werkelijkheid die ons overstijgt én nabij is. Het gaat om het actief inzetten voor elkaar en de wereld. Overgave en participatie krijgen concreet vorm in acties van solidariteit en gerechtigheid: van eenvoudige daden van aandacht en zorg tot gezamenlijke initiatieven voor sociale verandering. In geloofsgemeenschappen kan dit zichtbaar worden in diaconale projecten, liturgieën van zending en verzoening, gebeden voor de wereld en stille momenten van overgave aan Gods genade. In seculiere of gemengde contexten kan dit gestalte krijgen in burgerinitiatieven, buurtacties of kunst die ruimte maakt voor gemeenschappelijke

³⁰⁴ Jürgen Moltmann, *The Spirit of Life: A Universal Affirmation*, trans. Margaret Kohl (Minneapolis: Fortress Press, 1992), 110–112

³⁰⁵ Jürgen Moltmann, *The Coming of God: Christian Eschatology*, trans. Margaret Kohl (Minneapolis: Fortress Press, 1996), 303–305.

³⁰⁶ Jonathan Sacks, *The Dignity of Difference: How to Avoid the Clash of Civilizations*, rev. ed. (London: Continuum, 2003), 87–89.

betrokkenheid. Cruciaal is dat overgave en participatie niet puur functioneel zijn, maar belichamingen van een innerlijke spiritualiteit: een levenshouding die zegt: *“Ik geef me over, omdat ik vertrouw dat ik gedragen word door God, die me vangt voordat ik beseft dat ik val. Of voor (nog)niet-gelovigen: Ik participeer, omdat ik geloof dat het ertoe doet.”*



Figuur 6: Bevrijding: fase 5 uit het 5-dimensionale model van theologische veerkracht

6.7 De Samenhang tussen de dimensies

Deze vijf dimensies – Gemeenschap, Solidariteit, Hoop, Gedeelde Verhalen (Levenskracht) en Overgave en Participatie (Bevrijding) – vormen samen een dynamisch en onderling verweven geheel. Ze zijn geen losstaande bouwstenen, maar werken in elkaar door als een complex netwerk dat rust in de Oergrond: Gods dragende liefdevolle nabijheid. Dit pneumatologische en relationele raamwerk maakt duidelijk dat veerkracht niet kan worden herleid tot individuele aanpassingskracht of zelfredzaamheid. Zonder de bedding van de Oergrond – het besef dat we gedragen worden door een werkelijkheid die ons omvat en overstijgt – dreigt veerkracht te vervallen tot een individuele prestatie, een geïsoleerde vaardigheid.

In dit model komt gemeenschap als eerste dimensie naar voren: het is de relationele ruimte waar mensen ervaren dat ze erbij horen, precies zoals ze zijn. Solidariteit groeit hieruit als actieve

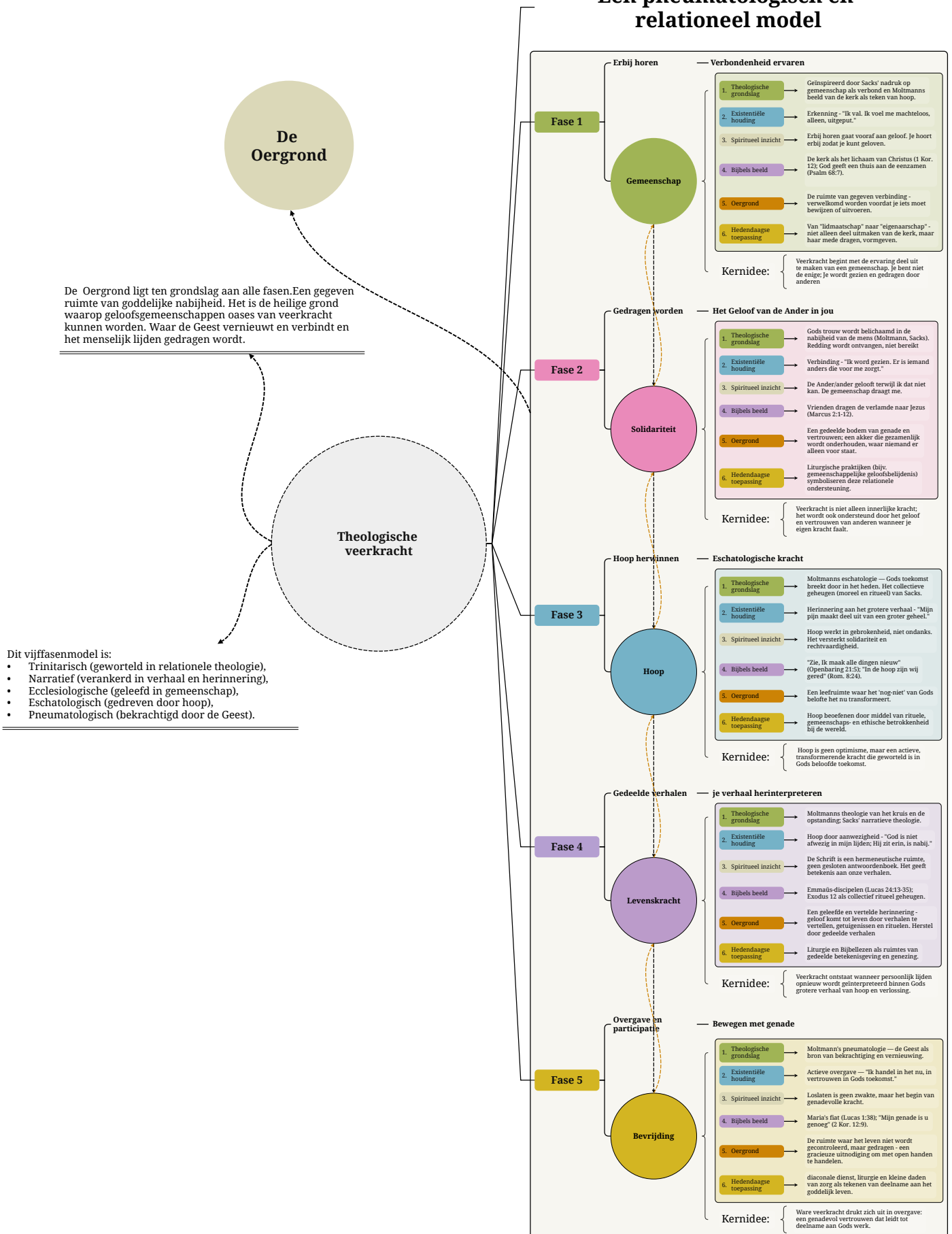
betrokkenheid en het geloof van de ander in jou – de gedeelde verantwoordelijkheid en zorg voor elkaar die Sacks zo benadrukt. Binnen deze bedding van gemeenschap en solidariteit wordt hoop geoefend en gevoed: een hoop die niet wegvlucht voor gebrokenheid, maar het heden opent voor Gods toekomst. Deze hoop wordt verankerd en tot leven gewekt in gedeelde verhalen: het narratieve weefsel waarin lijden, verlangen en belofte met elkaar verbonden raken en veerkracht zichtbaar wordt als levensenergie. Uiteindelijk leidt dit alles tot overgave en participatie: een actieve, bevrijdende beweging waarin mensen zich openstellen voor Gods genade en daarin medeverantwoordelijkheid nemen voor elkaar en voor de wereld.

Zo wordt veerkracht in dit model verstaan als een beweging van ondersteuning, herstel en hoopvolle betrokkenheid – niet een statische eigenschap, maar een dynamisch proces dat steeds opnieuw tot leven komt in de relaties tussen mensen en in hun participatie aan Gods dragende werkelijkheid. Dit proces begint vaak bij het ervaren van verbondenheid (Gemeenschap en Solidariteit), schept ruimte voor betekenisgeving (Gedeelde Verhalen), wordt gedragen door hoop (Hoop), en mondt uit in handelen en overgave (Participatie en Bevrijding). Het is geworteld in de overtuiging dat menselijke kwetsbaarheid niet verdwijnt, maar juist de plek is waar genade en wederzijdse afhankelijkheid kunnen groeien. De gemeenschap wordt zo een ruimte waar kwetsbaarheid niet wordt genegeerd, maar erkend en gedragen – een oefenplek van gedeelde bewogenheid en trouw in een gebroken wereld.

Kortom, dit theologisch gefundeerde model biedt een holistisch en relationeel perspectief op veerkracht. Het laat zien dat veerkracht een gedeeld proces is: gedragen door Gods Geest, verankerd in gemeenschap, gevormd door verhalen en rituelen, gevoed door hoop en uitmondend in bevrijdende participatie. Het is een uitnodiging aan de kerk en aan alle vormen van gemeenschap om een oefenplek van hoop te worden – een ruimte van adem, aanwezigheid en herstel in een gefragmenteerde wereld en verstrooide samenleving. Zo kan de kerk een belichaming worden van het Koninkrijk van God: een levende, hoopvolle gemeenschap die mensen draagt, verbindt en uitdaagt tot veerkrachtig leven.

Deze visie op veerkracht vindt voor mij een krachtige bijbelse verantwoording in de woorden van Jezus in de Bergrede (Mattheüs 5:3-10), waar hij juist de kwetsbaren en nederigen zalig spreekt: *“Zalig de armen van geest, want van hen is het Koninkrijk der hemelen. Zalig die treuren, want zij zullen getroost worden. Zalig de zachtmoedigen, want zij zullen de aarde beërven...”* In deze zaligsprekingen wordt zichtbaar dat het Koninkrijk van God niet begint bij macht of prestatie, maar bij kwetsbaarheid, ontvankelijkheid en het verlangen naar gerechtigheid. Dit sluit naadloos aan bij het theologische model van veerkracht: veerkracht wordt niet gevonden in de illusie van zelfredzaamheid, maar in het vertrouwen dat juist in gebrokenheid Gods Geest aanwezig is – om mensen te troosten, te dragen en te vernieuwen. Zo wordt veerkracht een weg van navolging en een teken van het Koninkrijk dat komt.

Een pneumatologisch en relationeel model



Figuur 7: Het 5-dimensionale model van theologische veerkracht

6.8 Implicaties voor Kerk-zijn: de Kerk als dragende gemeenschap van hoop

De ontwikkeling van dit theologische model van veerkracht kan aanzienlijke implicaties hebben voor het verstaan van kerk-zijn in deze tijd van sociale versnippering en onzekerheid. In een samenleving waar sociale verbondenheid onder druk staat en velen zich zoekend en ‘verstrooid’ voelen, groeit de vraag naar de rol en missie van de kerk. Dit model biedt daarbij een perspectief op hoe geloofsgemeenschappen veerkrachtig kunnen zijn en een dragende rol kunnen vervullen. In plaats van vast te houden aan vertrouwde, maar voor velen niet langer dragende structuren uit het verleden, nodigt dit model kerken uit tot heroriëntatie. Vasthouden aan oude vormen kan een vorm van collectieve regressie worden – een terugval naar schijnzekerheden in tijden van onzekerheid.

Werkelijke vernieuwing vraagt, in lijn met Moltmann, wellicht om het openleggen van de toekomst in het licht van Gods belofte. De kerk wordt daarbij uitgedaagd om niet enkel een instituut van behoud te zijn, maar meer en meer een gemeenschap die leeft vanuit een dynamiek van hoop en ontvankelijkheid voor de Geest. Dit vraagt om een verschuiving van de focus op institutioneel overleven naar het versterken van onderlinge verbondenheid en presentie. De kerk kan zo mogelijk een ruimte worden waar mensen opnieuw richting, betekenis en steun ervaren – een ‘oefenplek’ voor verbondenheid, waar niemand hoeft te voldoen aan vaste criteria of drempels om erbij te horen.

In een samenleving die vaak getekend is door stress, relationele onveiligheid en prestatiedruk, kan de kerk op deze manier een plek zijn waar nabijheid, zorg en ademruimte centraal staan. Aspecten als relationele afstemming, ritmische onderbreking en onvoorwaardelijke aanwezigheid – essentieel voor herstel bij langdurige stress of trauma kunnen hierin tot uitdrukking komen. Wanneer de samenleving tekortschiet in het bieden van veiligheid, zou de kerk zich kunnen ontwikkelen tot een alternatieve ruimte: een plek waar mensen niet hoeven te presteren, maar mogen zijn; waar zij opnieuw kunnen leren ademen in relatie tot zichzelf, anderen en God. Zo’n kerk kan zo een tastbare gestalte worden van een andere werkelijkheid – een gemeenschap waarin hoop, liturgie, vergeving en gedeelde kwetsbaarheid de contouren tekenen van het Koninkrijk dat komt, of misschien al begonnen is. Het model is bovendien bewust ontworpen met praktische toepasbaarheid in gedachten, ook voor kerken buiten de PKN en niet religieuze gemeenschappen. Het biedt handreikingen voor gemeenschappen die zoeken naar nieuwe vormen van verbondenheid, zingeving en hoop. Dit kan bijvoorbeeld zichtbaar worden in thematisch georiënteerde vieringen, voorbede en pastoraat, in geloofsgesprekken waarin twijfel een plek mag hebben, en in het delen van verhalen van hoop, strijd, zorg en verlies. De dimensie van overgave en participatie kan zich vertalen in diaconale projecten, rituelen van loslaten of gezamenlijke inzet voor gerechtigheid en vrede.

6.9 Theologische veerkracht als pneumatologisch gedragen verbondenheid

Dit hoofdstuk heeft veerkracht verkend vanuit een systematisch-theologisch perspectief, als een diepgaand relevant concept in de context van de laatmoderne, ‘verstrooide’ samenleving. Door te vertrekken vanuit een theologische werkdefinitie die veerkracht definieert als het vermogen om in gebrokenheid stand te houden en hoopvol te blijven, gedragen door een relatie met God en anderen,

onderscheidt dit model zich van puur psychologische of sociologische benaderingen die veerkracht vaak reduceren tot een individuele capaciteit.

De metafoor van de Oergrond, Gods dragende aanwezigheid, vormt het theologische fundament van dit model, waarbinnen de vijf dimensies van veerkracht – verbondenheid, gedragenheid, hoop, gedeelde verhalen, en overgave en participatie – betekenis krijgen. Deze dimensies zijn niet louter een opsomming, maar aspecten van een dynamisch, pneumatologisch gedragen proces. De theologieën van Jürgen Moltmann en Jonathan Sacks bieden de theologische diepte aan dit model. Moltmanns eschatologische hooptheologie en pneumatologie benadrukken de oriëntatie op Gods toekomst en de dragende, bevrijdende werking van de Geest te midden van lijden. Sacks' gemeenschapstheologie, met de nadruk op gedeelde verhalen, morele verantwoordelijkheid en het verbond, voegt de cruciale horizontale dimensie van relationele en ethische veerkracht toe.

Het theologische model van veerkracht, als pneumatologisch gedragen zijn-in-verbondenheid, biedt een krachtig alternatief voor de individualiserende logica van de 'burn-out samenleving'. Het is een veerkracht die genade is, geen prestatie; relationeel, geen individualistisch. Het model laat zien dat veerkracht niet gezocht moet worden in het ontkennen of oplossen van gebrokenheid, maar in het vermogen om te leven *met* die gebrokenheid, gedragen door God en de gemeenschap. De implicaties voor kerk-zijn zijn significant. De kerk wordt uitgenodigd om een dragende gemeenschap te zijn, een 'oefenplek' voor verbondenheid, hoop en gedeelde kwetsbaarheid. In een gefragmenteerde wereld kan de kerk, door zich te heroriënteren van institutie naar gemeenschap van aandacht en ontvankelijkheid, opnieuw betekenisvol worden als een ruimte van relationeel herstel en belichaamde verwachting van Gods komende Koninkrijk. Dit model van theologische veerkracht, geworteld in de Oergrond, biedt een nieuw raamwerk voor het verstaan en bevorderen van veerkracht – niet als een individuele psychologische techniek, maar als een diep spirituele en collectieve realiteit, gefundeerd in Gods dragende nabijheid.

- Hoofdstuk 6 introduceert een systematisch-theologisch model van veerkracht als antwoord op de geïndividualiseerde benaderingen van veerkracht in de huidige samenleving.
- Het model benadrukt dat veerkracht niet een individuele prestatie is, maar een relationeel en gedeeld proces dat gedragen wordt door Gods nabijheid (de Oergrond).
- De definitie van theologische veerkracht is: "het vermogen om in gebrokenheid stand te houden en hoopvol te blijven, gedragen door een relatie met God en anderen."
- De Oergrond wordt voorgesteld als theologisch fundament: Gods dragende en liefdevolle aanwezigheid waarin mensen verankerd zijn, als alternatief voor de neoliberale logica van zelfredzaamheid.
- Het model bestaat uit vijf dimensies: gemeenschap, solidariteit, hoop, gedeelde verhalen (levenskracht) en overgave en participatie (bevrijding).
- Deze vijf dimensies vormen een concentrisch en dynamisch geheel, waarin veerkracht niet losstaat, maar in relaties en gemeenschap zichtbaar wordt.
- De dimensie "gemeenschap" legt de nadruk op ergens bij horen als fundament voor veerkracht, ook zonder geloofsvoorwaarde.
- Solidariteit wordt verstaan als het geloof van de ander in jou: veerkracht ontstaat waar kwetsbaarheid wordt gedeeld en gedragen.
- Hoop wordt gezien als actieve kracht, geworteld in Gods toekomst, die mensen in staat stelt om het heden te dragen én te veranderen.
- Het hoofdstuk besluit dat theologische veerkracht niet draait om het oplossen van gebrokenheid, maar om het leren leven met gebrokenheid, gedragen door God en gemeenschap – en dat dit het hart vormt van kerk-zijn in een gefragmenteerde samenleving.

Veerkrachtig geloof als grondlaag voor Kerk-zijn en samenleving

In deze studie is veerkracht beschreven als een relationeel en contextueel proces dat ontstaat in wisselwerking met sociale structuren, de omgeving en de Geest van God. Veerkracht raakt aan de fundamenteën van mens-zijn en kerk-zijn. De analyse van de ‘verstrooide samenleving’ liet zien hoe individualisering, digitalisering en prestatiedruk mensen ontwortelen en kwetsbaar maken. Dit vraagt om nieuwe vormen van gemeenschap en om een kerk die ruimte biedt voor existentiële vragen en relationele verbondenheid.

In de prestatimaatschappij, zoals Byung-Chul Han analyseert, wordt het individu opgejaagd door een ideaalbeeld dat het zichzelf oplegt: altijd sneller, beter, efficiënter. Wat als vrijheid klinkt, verandert in een onzichtbare dwang. Negativiteit zoals rust en verveling wordt gemarginaliseerd, terwijl dit juist essentieel is voor menselijke diepgang. De voortdurende focus op prestatie leidt tot zelfvervreemding en chronische uitputting.

Tegen deze achtergrond richtte deze thesis zich op de vraag hoe een systematisch-theologisch verstaan van veerkracht kan bijdragen aan een vernieuwde visie op kerk-zijn in onze tijd. Daarbij blijft het niet bij een puur theologische benadering, maar zoekt het expliciet de verbinding met sociaalwetenschappelijke analyses. Veerkracht wordt hier niet gereduceerd tot een individuele eigenschap of copingmechanisme, maar opgevat als een proces van wederzijdse ondersteuning, gedragen door verhalen, rituelen en gedeelde hoop. De theologie van Jürgen Moltmann biedt daarbij een eschatologisch kader: hoop als een transformerende kracht die het heden opent naar Gods toekomst en zo perspectief biedt te midden van gebrokenheid. Jonathan Sacks voegt daar een ethisch appel aan toe, waarin gemeenschap en morele verantwoordelijkheid centraal staan als onmisbare voorwaarden voor veerkracht. Samen bieden zij een tegenverhaal tegenover de cultuur van zelfoptimalisatie en prestatie: een kerk als ademruimte, waar kwetsbaarheid niet verdwijnt maar gedragen wordt, en waar het samen dragen en ontvangen een teken wordt van Gods dragende liefde. Dit sluit aan bij mijn eigen visie op een *‘kerk van glas’*: een kerk die niet gesloten of rigide is, maar juist transparant en kwetsbaar – een ruimte waarin licht, lucht en ontmoeting de toon zetten en waar verhalen en rituelen resoneren in de ruimte tussen mensen.

Sociaalwetenschappelijke stemmen, zoals Michael Ungar en Bessel van der Kolk, vullen deze theologische perspectieven aan. Zij laten zien dat veerkracht ingebed is in netwerken van zorg en veiligheid – inclusief lichamelijke dimensies. Zygmunt Bauman wijst erop dat de vloeibare moderniteit zowel vervreemding als ruimte voor nieuwe vormen van verbondenheid schept. In dit spanningsveld kan de kerk een plek zijn waar niet presteren, maar juist ontvangen centraal staat.

Wat deze thesis bijzonder maakt, is dat zij niet bij analyse blijft, maar uitmondt in een concreet, vijfvoudig model van veerkracht: erbij horen, geloof van de ander, hoop, gedeelde verhalen en overgave. Dit model biedt handvatten voor geloofsgemeenschappen in een gefragmenteerde wereld en herinnert eraan dat de Oergrond van Gods liefde geen ‘achtergrond’ is, maar de dragende werkelijkheid die onze veerkracht voedt. Theologisch gezien verwijst deze Oergrond naar de belichaming van Gods liefde en de belofte van het Koninkrijk – een fundament dat uitnodigt om zich opnieuw te verbinden en te vertrouwen op een hoop die het eigen ik overstijgt.

Bovendien reikt dit model verder dan de kerkelijke context. Het raakt aan een breder verlangen naar resonantie en verbondenheid, zoals Hartmut Rosa beschrijft. In een cultuur van maakbaarheid en zelfoptimalisatie biedt het een tegenverhaal: een ruimte waarin verhalen en rituelen opnieuw betekenis krijgen en waarin kwetsbaarheid geen tekort is, maar een gedeeld menselijk gegeven. Religieuze gemeenschappen kunnen zo bijdragen aan het herstel van sociale samenhang door plekken te creëren waar mensen zich gehoord en gedragen weten. Dit vraagt om een open houding en een bereidheid tot gesprek, waarin tradities niet als starre structuren worden gezien, maar als bronnen van levende betekenis.

Veerkracht blijkt zo meer dan een psychologisch vermogen: het is een collectieve, morele en spirituele opdracht, geworteld in gedeelde rituelen en moreel leiderschap, en in de ervaring van geborgenheid in Gods liefde. Narratieve en existentiële dimensies verdiepen dit perspectief: verhalen en rituelen geven zin aan gebrokenheid en scheppen ruimte voor hervormde identiteiten. Daarmee draagt deze thesis niet alleen bij aan theologische reflectie, maar ook aan bredere maatschappelijke vragen: hoe kan de kerk een plek zijn waar mensen leren ademen en ontvangen, in plaats van alleen te presteren? Welke rol spelen verhalen en rituelen in het herstellen van gemeenschap? En hoe kan theologische veerkracht helpen om vervreemding en polarisatie tegen te gaan, juist ook buiten religieuze contexten?

Vanuit een wetenschapsfilosofisch perspectief toont dit onderzoek dat interdisciplinair werken tussen theologie, sociale wetenschappen en filosofie essentieel is om recht te doen aan de complexiteit van menselijk lijden en verlangen. Zoals Nathan White benadrukt, vraagt veerkracht om een hermeneutisch en narratief verstaan van het zelf, waarin ruimte ontstaat voor nieuwe perspectieven en hoop. Tegelijkertijd erkent deze studie de grenzen van literatuuronderzoek: praktijkonderzoek en concrete toepassingen zijn nodig om het ontwikkelde model verder te toetsen en te verfijnen.

Deze thesis positioneert zich op het snijvlak van theologie, psychologie en sociaal-wetenschappelijke analyses. Ze ontwikkelt een theologisch verstaan van veerkracht dat verder reikt dan individuele coping: veerkracht als gedeelde, relationele werkelijkheid, geworteld in een transcendente, dragende aanwezigheid. De originaliteit van deze benadering ligt in de integratie van eschatologische hoop (Moltmann), sociaal-ethische gemeenschapsvorming (Sacks) en sociaal-psychologische theorieën (o.a. Ungar, Van der Kolk). Daarmee wordt een brug geslagen tussen individuele beleving en collectieve, theologisch gefundeerde praktijken van veerkracht – een interdisciplinaire en existentiële verdieping.

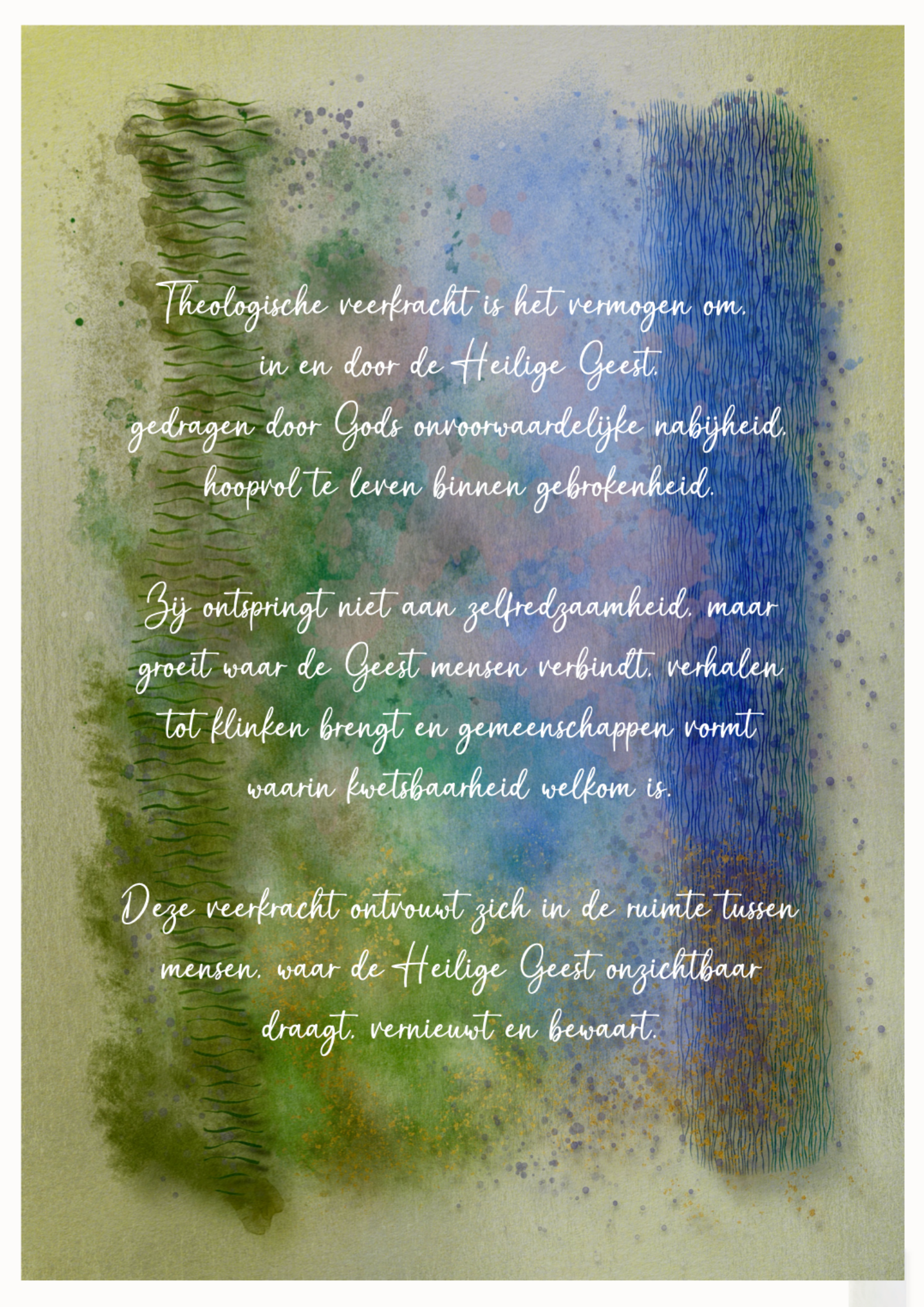
Maatschappelijk gezien biedt dit onderzoek een bijdrage aan het gesprek over kerk-zijn in een gefragmenteerde samenleving. Het laat zien hoe geloofsgemeenschappen – zelfs in contexten waar

religieuze taal niet meer vanzelfsprekend is – ruimte kunnen scheppen voor verhalen, kwetsbaarheid en hoop. Zo reikt het model verder dan confessionele grenzen en kan het relevant zijn voor bredere praktijken van gemeenschapsvorming en zorg. Tegelijkertijd vraagt deze benadering om voortdurende kritische doordenking: hoe kan dit model recht doen aan contextuele verschillen? Hoe kan het inclusief blijven zonder zijn theologische kern te verliezen? Deze vragen vormen aanknopingspunten voor vervolgonderzoek, waarin de toepasbaarheid van de Oergrondtheologie in uiteenlopende contexten verder kan worden geëxploreerd.

Samengevat kan de centrale onderzoeksvraag positief beantwoord worden: een systematisch-theologisch verstaan van veerkracht biedt niet alleen een kritische diagnose van deze tijd, maar ook een bron van hoop en richting. Veerkracht is geen vast gegeven, maar een dynamisch proces van ondersteuning, herstel en hoopvolle betrokkenheid. Het wordt zichtbaar in de ruimte tussen mensen – in verhalen, rituelen en de Oergrond van Gods liefde die mensen samenbrengt en draagt.

In een tijd van sociale versnippering en prestatiedruk kan de kerk, als een '*kerk van glas*', opnieuw betekenis krijgen: een levende ruimte van transparantie, kwetsbaarheid en hoop, waar mensen opnieuw leren ademen, gedragen door Gods liefde en de belofte van het Koninkrijk. Zo wordt veerkracht meer dan een innerlijke kracht – het wordt een gedeelde weg die zichtbaar wordt in de ruimte tussen mensen, in verhalen, rituelen en Gods liefde. In die ruimte wordt de kerk een plek van ontmoeting, heling en toekomst. Daarmee reikt deze studie verder dan de muren van de kerk: het is een pleidooi voor een cultuur van veerkracht die recht doet aan onze gedeelde menselijkheid en aan de hoop die steeds opnieuw oplicht, juist in de breuklijnen van ons bestaan.

Leiden, 31 mei 2025
Drs. Birgit Jaarsma



Theologische veerkracht is het vermogen om,
in en door de Heilige Geest,
gedragen door Gods onvoorwaardelijke nabijheid,
hoopvol te leven binnen gebrokenheid.

Zij ontspringt niet aan zelfredzaamheid, maar
groeit waar de Geest mensen verbindt, verhalen
tot klinken brengt en gemeenschappen vormt
waarin kwetsbaarheid welkom is.

Deze veerkracht ontvouwt zich in de ruimte tussen
mensen, waar de Heilige Geest onzichtbaar
draagt, vernieuwt en bewaart.

- Avis, Paul. *The Identity of Anglicanism: Essentials of Anglican Ecclesiology*. London: T&T Clark, 2008.
- Bauman, Zygmunt. *Life in Fragments: Essays in Postmodern Morality*. Oxford: Blackwell, 1995.
- Bauman, Zygmunt. *Liquid Modernity*. Cambridge: Polity Press, 2000.
- Bessel van der Kolk. *The Body Keeps the Score: Brain, Mind, and Body in the Healing of Trauma*. New York: Penguin, 2014.
- Bowlby, John. *Attachment and Loss, Volume 1: Attachment*. New York: Basic Books, 1969.
- Bowlby, John. *Attachment and Loss, Volume 3: Loss, Sadness and Depression*. New York: Basic Books, 1980.
- Byung-Chul Han. *The Burnout Society*. Translated by Erik Butler. Stanford: Stanford University Press, 2015.
- Cook, David, en Nathan White. *Resilience in a Time of Crisis*. Cambridge: Grove Books, 2018.
- Davie, Grace. *Religion in Modern Europe: A Memory Mutates*. Oxford: Oxford University Press, 2000.
- De Roest, Henk. *En God zag dat het goed was: Over kerk, cultuur en theologie*. Zoetermeer: Meinema, 2010.
- Foucault, Michel. *Discipline, toezicht en straf: de geboorte van de gevangenis*. Translated by Frank Leksens and Huub Klinkenberg. Amsterdam: Boom, 2007.
- Graham, Elaine. *Between a Rock and a Hard Place: Public Theology in a Post-Secular Age*. London: SCM Press, 2013.
- Han, Byung-Chul. *The Burnout Society*. Translated by Erik Butler. Stanford: Stanford University Press, 2015.
- Hasselaar, Jan Jorrit. *Climate Change, Radical Uncertainty and Hope: Theology and Economics in Conversation*. Amsterdam: Amsterdam University Press, 2023.
- Illouz, Eva. *Cold Intimacies: The Making of Emotional Capitalism*. Cambridge: Polity Press, 2007.
- Jung, Carl Gustav. *The Practice of Psychotherapy*. Translated by R. F. C. Hull. Princeton: Princeton University Press, 1966.

Krugers, Harm. "Een neurobiologisch perspectief op veerkracht en kwetsbaarheid." In *Kwetsbaarheid en veerkracht*, edited by Evert van Leeuwen, 75–83. Delft: Eburon, 2018.

Krugers, Harm. "Kwetsbaarheid en veerkracht." In *Kwetsbaarheid en veerkracht*, edited by Evert van Leeuwen, 17–31. Delft: Eburon, 2021.

LaGrone, Matthew. "Chief Rabbi Sacks and the Limits of Orthodoxy." *Jewish Review of Books*, Summer 2013.

Mannion, Gerard. *Ecclesiology and Postmodernity: Questions for the Church in Our Times*. Collegeville: Liturgical Press, 2007.

Masten, Ann S. *Ordinary Magic: Resilience in Development*. New York: Guilford Press, 2014.

Moltmann, Jürgen. *Hope in These Troubled Times*. Translated by Margaret Kohl and Brian McNeil. Geneva: WCC Publications, 2019.

Moltmann, Jürgen. *The Church in the Power of the Spirit: A Contribution to Messianic Ecclesiology*. Translated by Margaret Kohl. London: SCM Press, 1977.

Moltmann, Jürgen. *The Coming of God: Christian Eschatology*. Translated by Margaret Kohl. Minneapolis: Fortress Press, 1996.

Moltmann, Jürgen. *The Crucified God: The Cross of Christ as the Foundation and Criticism of Christian Theology*. Translated by R. A. Wilson and John Bowden. Minneapolis: Fortress Press, 1993.

Moltmann, Jürgen. *The Spirit of Life: A Universal Affirmation*. Translated by Margaret Kohl. Minneapolis: Fortress Press, 1992.

Moltmann, Jürgen. *The Trinity and the Kingdom: The Doctrine of God*. Translated by Margaret Kohl. Minneapolis: Fortress Press, 1993.

Moltmann, Jürgen. *Theology of Hope: On the Ground and the Implications of a Christian Eschatology*. Translated by James W. Leitch. Minneapolis: Fortress Press, 1993.

Nouwen, Henri J.M. *Reaching Out: The Three Movements of the Spiritual Life*. New York: Doubleday, 1975.

Nouwen, Henri J.M. *The Return of the Prodigal Son: A Story of Homecoming*. New York: Doubleday, 1992.

Nouwen, Henri J.M. *The Wounded Healer: Ministry in Contemporary Society*. New York: Image Books, 1972.

Pannenberg, Wolfhart. *Systematische Theologie, Bd. 3*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 1993.

Post, Paul, en Kim Knibbe. "Nieuwe spiritualiteit, postseculariteit en religieuze transformatie." In *Religie in een postseculiere samenleving*, edited by Stef Aupers and Dick Houtman, 93–110. Amsterdam: Amsterdam University Press, 2010.

Richter, Cornelia. "Integration of Negativity, Powerlessness and the Role of the Mediopassive: Resilience Factors and Mechanisms in the Perspective of Religion and Spirituality." *Interdisciplinary Journal for Religion and Transformation in Contemporary Society* 7, no. 2 (2021): 491–513.

Richter, Cornelia. "Resilience in Religion and Spirituality: A Theological Perspective." *Journal of Religion and Health* 56, no. 2 (2017): 672–685.

Sacks, Jonathan. *Ceremony and Celebration: Introduction to the Holidays*. Jerusalem: Maggid, 2011.

Sacks, Jonathan. *Exodus: The Book of Redemption, in Covenant & Conversation*. Jerusalem: Maggid Books, 2010.

Sacks, Jonathan. *Future Tense: Jews, Judaism and Israel in the Twenty-First Century*. New York: Schocken Books, 2009.

Sacks, Jonathan. *Morality: Restoring the Common Good in Divided Times*. London: Hodder & Stoughton, 2020.

Sacks, Jonathan. *The Dignity of Difference: How to Avoid the Clash of Civilizations*. London: Continuum, 2002.

Sacks, Jonathan. *The Home We Build Together: Recreating Society*. London: Continuum, 2007.

Sacks, Jonathan. *The Jonathan Sacks Haggadah*. New York: Continuum, 2007.

Sacks, Jonathan. *To Heal a Fractured World: The Ethics of Responsibility*. New York: Schocken Books, 2005.

Southwick, Steven M., Dennis S. Charney, en Jonathan M. DePierro. *Resilience: The Science of Mastering Life's Greatest Challenges*. 3rd ed. Cambridge: Cambridge University Press, 2023.

Taylor, Charles. *A Secular Age*. Cambridge: Belknap Press of Harvard University Press, 2007.

Taylor, Shelley E., et al. "Biobehavioral Responses to Stress in Females: Tend-and-Befriend, Not Fight or Flight." *Psychological Review* 107, no. 3 (2000): 411–429.

Trimbos-instituut. *Mentale gezondheid in Nederland: Trends, kansen en uitdagingen*. Utrecht: Trimbos-instituut, 2021. Geraadpleegd 6 mei 2025. <https://www.trimbos.nl/kennis/mentale-gezondheid-in-nederland>.

Trimbos-instituut. *Staat van de GGZ 2023*. Utrecht: Trimbos-instituut, 2023.

Ungar, Michael. *The Social Ecology of Resilience: A Handbook of Theory and Practice*. New York: Springer, 2012.

Ungar, Michael. "Systemic Resilience: Principles and Processes for a Science of Change in Contexts of Adversity." *Ecology and Society* 23, no. 4 (2018): 34.

Van der Kolk, Bessel. *The Body Keeps the Score: Brain, Mind, and Body in the Healing of Trauma*. New York: Penguin Books, 2014.

White, Nathan H. *Re-envisioning the Resilient Individual: Reflections on the Science of Human Adaptation in Light of Paul Ricoeur and Julian of Norwich*. PhD diss., Durham University, 2017.