

IN GESPREK OVER: handen

Hoe meer je over je handen nadent en ernaar kijkt, hoe meer je je erover verwondert. Wat hebben die handen allemaal al gedaan? Ze dragen een heel verleden met zich mee. Anderen lezen er juist weer hun toekomst aan af. Handwerk, handvaardigheid, daar hebben veel mensen iets over te vertellen. Maar ook van God wordt gezegd dat Hij handen heeft. Wat doen die handen dan? En wat betekent het als menselijke handen aanraken of zegenen? We gaan erover in gesprek.

Inleiding

Op de lagere school kregen wij het vak 'handvaardigheid'. De jongens moesten figuurzagen, de meisjes breien. Maar er werd ook getekend, geschilderd en geknutseld. Mijn vader vertelde dat hij in zijn jeugd ook buiten schooltijd aan handvaardigheid deed: er was een jongensclub ('het Zonnepitje') waar hij allerlei mooie dingen knutselde. En in één moeite door leerde hij zodoende werken met de draaibank en verschillende gereedschappen.

- Welke herinneringen heeft u als het gaat om 'handvaardigheid'?
- Waar was u goed in? Waar had u een hekel aan?
- Heeft u een vaardigheid opgedaan waar u later nog veel plezier van heeft gehad?

Er was een tijd dat 'met je handen werken' met gemengde gevoelens werd bekeken. In de huidige tijd wordt de waarde ervan weer meer gezien, en worden ambachtslieden weer hoger aangeschreven.

- Bent u vanuit uw achtergrond bekend met bepaalde ambachten? Wat was bijvoorbeeld het beroep van uw vader/ouders? Komt u uit een familie die verbonden was aan een bepaald ambacht?
- Welk vak bent u zelf en/of uw partner gaan uitoefenen?
- Herkent u de hernieuwde interesse voor ambachten om u heen? Bijvoorbeeld bij jongere familieleden of bij uw kinderen?

Handen doen iets met je

Er wordt weleens gezegd: werken met je handen geeft veel voldoening.

- Herkent u dat bij uzelf of bij anderen?
- Waar zit die voldoening in denkt u? Waarom zou werken met je handen een andere beleving geven dan werken met je hoofd?

Esther van der Panne schrijft hoe in de Bijbel handen vaak worden verbonden met macht en kracht. 'Aangeraakt worden betekent dan ook dat er kracht stroomt van de een naar de ander.' (pag. 3) Ook Jezus gebruikte zijn handen om anderen aan te raken.

- Op welke momenten gebruikt u uw handen om anderen aan te raken?
- Wordt u zelf wel eens aangeraakt? Wanneer gebeurt dat? En wat doet dat met u?
- Kunt u zich een moment herinneren dat iemand u aanraakte en u dat heel veel steun gaf?

Neem de tijd om de volgende stellingen te overdenken:

- 'Wie aangeraakt wordt, wordt aanvaard.' (pag. 3)
- 'Aanraken geeft een uiterste nabijheid, je vereenzelvig je met elkaar.' (pag. 3)

Als iemand hier iets over wil zeggen, geef daar dan gelegenheid voor.

Onthand zijn

Handen... Je hebt ze overal bij nodig. Maar soms zijn ze ook een struikelblok.

- Bent u links- of rechtshandig? En als u linkshandig bent, heeft u hier wel eens moeite mee gehad, bijvoorbeeld op school?
- Hoe is uw handschrift? Heeft dat wel eens voor problemen gezorgd of niet?
- Heeft u twee linkerhanden? Of kent u iemand die ze heeft?

'Ik voel mij onthand' – er zijn tijden in je leven dat je dat moet zeggen. Er is je iets ontvallen wat je nodig had in je dagelijkse functioneren. Het kan ook zijn dat je te maken krijgt met fysieke beperkingen: je handen functioneren niet meer zoals ze eerst deden door een ongeluk of een bepaalde aandoening.

- Bent u in uw leven (wel eens) onthand geraakt en zo ja, kunt u aangeven wat daarbij het moeilijkst voor u is/was?

De hand van God

- Wat stelt u zich voor bij 'de hand van God'?
- Heeft u 'de hand van God' wel eens gevoeld/ervaren? Zo ja, wilt u daar iets over vertellen?

Richtjse Abma schrijft op pag. 12 en 13 over de verschillende betekenissen die de Bijbel geeft aan de 'hand van God':

- de hand van God is bevrijdend
 - de hand van God grijpt in
 - de hand van God beschermt
 - de hand van God is scheppend
 - de hand van God vernietigt
 - de hand van God brengt geborgenheid
 - de hand van God houdt je vast
 - de hand van God grijpt in je nekvel
-
- Als u al deze betekenissen leest, welk beeld krijgt u dan van de Eigenaar van deze hand?
 - Welke betekenis van 'de hand van God' is voor u het meest belangrijk? Waarom?

Lees met elkaar Psalm 90:

- ¹ Een gebed van Mozes, de godsman.
Heer, u bent ons een toevlucht geweest
van geslacht op geslacht.
- ² Nog voor de bergen waren geboren,
voor u aarde en land had gebaard –
u bent, o God, van eeuwigheid tot eeuwigheid.
- ³ U doet de sterveling terugkeren tot stof
en zegt: 'Keer terug, mensenkind.'
- ⁴ Duizend jaar zijn in uw ogen
als de dag van gisteren die voorbij is,
niet meer dan een wake in de nacht.
- ⁵ U vaagt ons weg als slaap
in de morgen, als opschietend gras
- ⁶ dat ontkiemt in de morgen en opschiet,
en 's avonds verwelkt en verdort.
- ⁷ Wij komen om door uw toorn,

door uw woede bezwijken wij.
⁸ U hebt onze zonden vóór u geleid,
onze geheimen onthuld in het licht van uw gelaat.
⁹ Al onze dagen gaan heen door uw woede,
wij beëindigen onze jaren in een zucht.
¹⁰ Zeventig jaar duren onze dagen,
of tachtig als wij sterk zijn.
Het beste daarvan is moeite en leed,
het gaat snel voorbij en wij vliegen heen.
¹¹ Wie kent de kracht van uw toorn,
wie vreest oprecht uw woede?
¹² Leer ons zo onze dagen te tellen
dat wijsheid ons hart vervult.
¹³ Keer u tot ons, HEER – hoe lang nog?
Ontferm u over uw dienaren.
¹⁴ Vervul ons in de morgen met uw liefde,
laat ons van blijdschap juichen, al onze dagen.
¹⁵ Geef ons vreugde, vergoed de dagen dat u ons kwelde,
de jaren dat wij ellende doorstonden.
¹⁶ Toon uw daden aan uw dienaren,
maak uw glorie bekend aan hun kinderen.
¹⁷ Laat ons uw genade zien, Heer, onze God.
Bevestig het werk van onze handen,
het werk van onze handen, bevestig dat.

- Op welke manier komen de hiervoor genoemde betekenissen van ‘de hand van God’ terug in deze psalm? Probeer bij iedere betekenis een vers te zoeken – als dat lukt.
- Wat bidt de psalmist eigenlijk als hij vers 17 uitspreekt?
- Op welke momenten zou u zelf vers 17 willen of kunnen bidden?

Tot slot: zegen

Corja Menken Bekius schrijft over de manieren waarop mensen elkaar zegenen: door een handoplegging of door een kruisje op het voorhoofd.

- Bent u wel eens gezegend? Is er een specifiek moment van zegening dat u zich herinnert?
- Heeft u zelf een ander wel eens gezegend?

Esther van der Panne schrijft hoe als afsluiting van wakes bij het detentiecentrum de wakers een kring vormen, elkaars hand vasthouden en elkaar ‘vrede en alle goeds wensen’.

Doe dit als afsluiting van deze gespreksbijeenkomst ook:

- Maak een kring, houd elkaars hand vast en laat iedereen tegen zijn of haar burens zeggen: ‘ik wens je vrede en alle goeds.’

Annemarie Roding, predikant binnen de Protestantse Kerk in Nederland en geestelijk verzorger bij Careyn