

Elke week komt een expert aan het woord over gezin, opvoeding en relaties. Samen schrijven ze het *Visie Gezinsboek*.

Eert uw vader en uw moeder

“Waar staat dan dat je van je ouders moet houden?” vroeg ik haar. Anja keek me een beetje verbaasd en niet begrijpend aan en zei: “Maar dat moet toch, dat vraagt het vijfde gebod toch van ons?”

Anja had zich bij mij aangemeld omdat de relatie met haar ouders niet makkelijk liep. Niet dat ze geen contact hadden, integendeel. Ze bracht regelmatig de kinderen voor een logeerpartij, of hielp haar moeder bij lastige klusjes. En natuurlijk bezocht ze de verjaardagen en zo. Maar elk ritje naar haar ouderlijk huis was een ‘moeten’ voor haar. Ze schaamde zich ervoor dat ze niet van hen kon houden.

Schuldgevoelens

Anja is niet de enige die worstelt met het vijfde gebod. Of beter: met haar uitleg daarvan. Want wat betekent het eren van je ouders eigenlijk? Voor Anja was dat ‘houden van’. Voor een ander is het ‘gehoorzaam zijn’. Weer een ander ziet het als ‘hun de eerste plaats in je leven geven’. Al die interpretaties kunnen je beklemmen en je een schuldgevoel geven als het je niet lukt. Het kan je de vrijheid benemen om je eigen leven te leven.

Bevrijd van een zware last

Eigenlijk is het eren van je ouders het passende antwoord op het feit dat je uit hen geboren bent, dat zij je opgevoed en verzorgd hebben. Daar is mogelijk van alles op aan te merken, maar dat neemt niet weg dat ze ook een zeker recht hebben op jouw respect daarvoor, dat je ze daarvoor eert. De vorm waarin je dat doet, is aan jou. En uiteraard zal jouw geschiedenis met hen daarin doorklinken. Toen Anja inzag dat haar zorg voor haar ouders, de manier waarop ze hen grootouders liet zijn en de regelmatige bezoeken háár manier van eren kon zijn, voelde ze zich van een zware last bevrijd. Maanden later vertelde ze me dat ze sindsdien eigenlijk met meer plezier naar haar ouders ging.



Tip

Ga eens met goede vrienden, je broer of zus of op de Bijbelkring in gesprek over de manier waarop ieder invulling geeft aan het vijfde gebod.

Je wordt er nooit slechter van als je je ouders met respect behandelt. Integendeel, het zal je goed doen.

Jaap van der Meiden (55) heeft een eigen praktijk voor contextuele therapie, geeft les aan de opleiding Contextuele Hulpverlening van de Christelijke Hogeschool Ede en is oprichter van het Instituut Contextuele Benadering. Jaapvandermeiden.nl

