



*"Iedereen is uniek en dus verschillend en doet dingen op een andere manier"*

# De 7 deugden van barmhartigheid

Waarden kleuren de christelijke school. Als ouders een christelijke school kiezen voor hun kind verwachten ze dat hun kind vanuit die waarden onderwijs krijgen. Maar wat zijn die waarden? En hoe zorg je er voor dat ze thuis en op school aandacht krijgen?

**W**anneer je daarop doorvraagt komen er verschillende naar voren. Vaak ook verpakt in traditionele begrippen zoals zorg voor de schepping, naastenliefde. Een hele prominente plek heeft barmhartigheid. Een van de oer-waarden uit het christelijk geloof. Maar wat is precies barmhartigheid en hoe leer je kinderen dat aan? In de christelijke traditie zijn er de 7 Werken van Barmhartigheid die mensen voorhouden oog te hebben voor elkaar en elkaars problemen. Maar is dat voldoende voor de tegenwoordige opvoeding en opleiding? Die werken van barmhartigheid zijn immers nogal gericht op een ander soort maatschappij dan waar we nu in leven. Als OUDERS VAN WAARDE gaan we op zoek naar bronnen van dit soort waarden. En in onze zoektocht klopten we aan bij Annelies Wiersma, deugdencoach en deugdenuitgever. Annelies introduceerde in Nederland het Deugdenproject van Linda Kavelin-Popov (zie kader). Het Deugdenproject werkt met elementen die van belang zijn voor de karaktervorming van kinderen en gebruikt daarvoor de term deugden. Annelies vroegen we hoe zij aankijkt tegen barmhartigheid. En we gaven haar een uitdaging: Niet welke 7 werken van

barmhartigheid maar welke 7 deugden heeft een kind nodig om op te groeien tot een barmhartige persoon? En hoe breng je kinderen dat bij?

'Wat een leuke vraag,' reageert Annelies meteen. Ze geeft die week een ouderavond over 'Opvoeden met deugden' op een christelijke school en legt de vraag aan de ouders en leerkrachten voor. Samen komen ze tot een top 7 van deugden die de deugd barmhartigheid in zich heeft:

- 1. Vergevingsgezindheid** Barmhartigheid is met anderen meeleven en vergeven. Het betekent dat je niet boos op iemand blijft, ook al heeft hij ergens de schuld van, of heeft hij je verdriet of pijn gedaan. Je stapt over een fout heen en geeft anderen (en jezelf!) de kans om een fout te herstellen.
- 2. Mededogen** Mededogen betekent geraakt zijn door iemands lijden. Je wilt graag helpen; de pijn verlichten. Mededogen stroomt uit je hart als je vrij bent van oordelen.

### Tips om op thuis en in de klas aandacht te besteden aan barmhartigheid:

- 1. Verhaal** Vertel het bijbelverhaal, 'De barmhartige Samaritaan'. Stel open vragen ('Wat...', 'Hoe...'). Wat vond je van het verhaal? Na 'leuk' doorvragen. Waar ging het verhaal over? Wat raakte je erin? Als je over een deugdenposter beschikt (gratis download op [www.hetdeugdenspel.nl](http://www.hetdeugdenspel.nl)) kun je vragen welke deugden de kinderen in het verhaal herkennen en hoe die deugden getoond werden.
- 2. Gesprek** Nodig kinderen uit de genoemde deugden op zichzelf te betrekken. Wanneer hebben ze zelf mededogen, zorgzaamheid of een van de andere deugden laten zien? Wat deden ze? Hoe voelde dat? En, vanuit de rol van de ontvanger van barmhartigheid: wanneer en hoe hebben ze ervaren dat anderen vrijgevigheid en liefde naar hun toonden? Hoe was dat? Wat doet dat met je? Kennen ze iemand die barmhartig is? Hoe brengt die persoon die deugd tot leven? Op [www.hetdeugdenspel.nl](http://www.hetdeugdenspel.nl) vind je meer voorbeeldvragen om met kinderen over een deugd te praten. Breng een gesprek op gang met voorbeelden van jezelf en hoe en wanneer je een bepaalde deugd bij de kinderen hebt opgemerkt. Op die manier wordt duidelijk dat we in ons leven dagelijks, vrijwel onbewust, talloze deugden toepassen. Hoe mooi is het, als we dit bewuster gaan doen?!

- 3. Project** Scholen doen vaak - in samenwerking met ouders - langlopende projecten, zoals oud papier en kleding verzamelen. De opbrengst hiervan kun je (deels) aan een goed doel schenken, zoals bijvoorbeeld Stichting Jarige Job. In Nederland zijn er ruim 60.000 kinderen die hun verjaardag niet kunnen vieren omdat er thuis te weinig geld is. Op de mooiste dag van het jaar krijgen zij geen cadeautje, hangen er geen vrolijke ballonnen en kunnen ze niet trakteren op school. Stichting Jarige Job maakt een einde aan dit verjaardagsleed en trakteert kinderen uit de armste gezinnen in de samenleving op een leuke dag met cadeautjes. Op die manier oefen je samen vrijgevigheid.

- 4. Actie** Een voorbeeld van een actie is 'Schoenmaatjes', georganiseerd door Edukans, opgericht door de Unie voor Christelijk Onderwijs. Kinderen in Nederland vullen een schoenendoos met schoolspullen, toiletartikelen en speelgoed voor kansarme leeftijdsgenootjes in ontwikkelingslanden, wereldwijd. Je kunt er thuis, vanuit de BSO, of je school aan meedoen. Meer informatie hierover - en onder meer een filmpje met Nick en Simon - is te vinden op [www.schoenmaatjes.edukans.nl](http://www.schoenmaatjes.edukans.nl).

- 5. Gebed** Misschien wel moeilijk, maar kun je ook samen met je kind bidden voor diegene die je kind pest, of op een andere manier je kind dwarszit? Dat maakt wat die ander doet nog niet goed, maar kan een manier zijn om deugden zoals vergevingsgezindheid en barmhartigheid te oefenen. Een bijkomend effect kan zijn dat het je kind ook een beetje uit de slachtofferrol haalt. Bovendien kan bidden de pijn verzachten.

Websites om te raadplegen:  
[www.deugdenproject.nl](http://www.deugdenproject.nl)  
[www.hetdeugdenspel.nl](http://www.hetdeugdenspel.nl)

### Aanbevolen deugdenboeken en deugdenkaarten:

- Het grote deugdenboek voor ouders en kinderen. Uitgeverij De Zaak
- Het deugdenboek voor het onderwijs. Uitgeverij De Zaak
- Karakter; het fundament voor een goed leven. Uitgeverij ACT on Virtues
- Haal het beste uit je kind en jezelf; opvoeden met deugden. Uitgeverij ACT on Virtues
- Deugden voor kinderen (voor kinderen tot en met 8 jaar). Uitgeverij ACT on Virtues
- Het Deugdenspel (voor kinderen vanaf 9 jaar). Uitgeverij ACT on Virtues

### Virtues Project

Het eerste zaadje van Virtues Project™ werd geplant tijdens het Paasweekend in 1988 toen de Canadese Linda Kavelin-Popov, haar echtgenoot Dr. Dan Popov en broer John Kavelin de situatie van de wereld bespraken tijdens een brunch in het Empress Hotel in Victoria, Brits-Columbia.

Ze besloten om iets te doen tegen het toenemende geweld van kinderen naar anderen en zichzelf. Zij beredeneerden dat geweld een symptoom is voortkomend uit 'de ziekte van zinloosheid'. Ze besteedden de zomer samen om verder na te denken over wat kinderen een gevoel van betekenis en een doel in het leven zou geven. Dan's jaren van onderzoek naar wereldreligies gaf hen een 'Aha! moment'. Zij ontdekten dat in elke cultuur, in elk geloof, in elke levensovertuiging, de deugden een diep gewortelde betekenis hebben.

Het internationale Virtues Project is in 1994 door de VN verkozen als beste opvoedmethode voor gezinnen van alle culturen. Het Deugdenproject™ mag rekenen op de morele steun van de Dalai Lama en Oprah Winfrey.

"Wanneer je om een ander geeft, merk je op hoe ze zich voelen"

- 3. Respect** Om vrij te kunnen zijn van oordelen heb je een houding van nederigheid en respect nodig. Respect betekent aanvaarden dat iemand anders is dan jij. Iedereen is uniek dus verschillend en doet dingen op een andere manier. Respect is elkaar de ruimte geven wie je bent, zonder te kijken naar uiterlijk of andere verschillen. Nederigheid herinnert je eraan dat iets jou ook zou kunnen overkomen en jezelf op momenten in je leven ook barmhartigheden van anderen hebt ontvangen.

- 4. Vriendelijkheid** Vanuit die respectvolle houding stel je je vriendelijk en zorgzaam op. Vriendelijkheid betekent aardig en hoffelijk zijn tegen anderen. Je stelt vragen en toont belangstelling en begrip. Je kunt ook vriendelijk naar iemand glimlachen of ergens een handje mee helpen. Daarmee maak je een vriendelijk gebaar.

- 5. Zorgzaamheid** Zorgzaamheid betekent zachtmoedig/voorzichtig en tactisch met iemand omgaan. Je kunt ook zorgzaamheid tonen door rekening met anderen te houden en behulpzaam te zijn.

- 6. Vrijgevigheid** Je kunt vrijgevig zijn als het gaat om het geven van aandacht, maar je kunt ook spullen delen met mensen die minder hebben dan jij. Je weet dat er genoeg is voor iedereen. Je geeft opgewekt, zonder er iets voor terug te verwachten.

- 7. Liefde** Barmhartigheid en alle genoemde deugden die je kunt inzetten om barmhartigheid te tonen, komen voort uit liefde. Wanneer je om anderen geeft, merk je op hoe ze zich voelen en wat ze nodig hebben. Gevoed door betrokkenheid en gekruid door vriendelijkheid is liefde onze grootste gave.



Reflectiekaarten; 100 deugden om je te inspireren (voor volwassenen). Uitgeverij ACT on Virtues