

Over kerkpijn: de pijn die we elkaar aandoen in de kerk

Anneke Siemensma • 3 oktober 2025 • [Geloven](#)



„De kerk hoort een plek te zijn waar ruimte is voor tranen en boosheid, juist ook voor mensen met kerkpijn." Foto: ANP

Als oorzaak van teruglopend kerkbezoek wordt vaak de secularisatie als eerste genoemd. Daarmee plaatsen we de oorzaak buiten onszelf en kunnen we er niet zoveel aan doen: zo is het nu eenmaal, dit is de tijd. Maar is dat wel het hele verhaal? Veel mensen lijden in stilte aan kerkpijn en haken geruisloos af.

In dit artikel wil ik aandacht vragen voor kerkpijn: de pijn die we elkaar aandoen in de kerk. Bijna iedereen die betrokken is bij de kerk heeft hier weleens mee te maken gehad. Natuurlijk gaan je gedachten in eerste instantie naar die keren dat jij slachtoffer was van kerkpijn. Tegelijk zijn velen van ons ook weleens dader geweest, al is dat vaak onbewust; zaken komen pas aan het licht als erover gepraat wordt. Veel mensen lijden in stilte aan kerkpijn en haken geruisloos af.

Kerkpijn gaat altijd over de onderlinge relaties. Een conflict tussen ambtsdragers, tussen een kerkenraad en predikant, een onhandige opmerking van een gemeentelid die zeer doet - en vul de lijst maar aan met je eigen ervaringen.

Als er 'gedoe' in de kerk is, weten we vaak niet zo goed wat we ermee aan moeten. We houden ons dan stil en hopen dat het allemaal gauw vergeten en vergeven wordt. Maar zo werkt het helaas niet.

Machtsmisbruik

Vorige week kwam het bericht over een onveilige werksfeer op het landelijk dienstencentrum van de Protestantse Kerk in Utrecht naar buiten. Medewerkers zouden zich geïntimideerd voelen en bang om hun mening te uiten, met een groot verloop van personeel als gevolg. Vrijdag besloot de synode dat er een extern onderzoek komt naar de werkcultuur binnen de dienstenorganisatie van de Protestantse Kerk in Nederland.

Machtsmisbruik komt helaas relatief veel voor in kerken en christelijke organisaties. Transparantie over besluitvorming ontbreekt bijvoorbeeld. Eén of enkele personen maken de dienst uit. Kritische vragen mogen niet worden gesteld. Er is bijvoorbeeld een predikant die door zijn houding en/of verbaal geweld over mensen heenloopt. Schofferend gedrag van ambtsdragers ('We dogge it sa en net oars') en kerkvrijwilligers die - ondanks hun goedbedoelde inzet - niet goed om weten te gaan met macht of verantwoordelijkheid. De meeste kerkgangers hoeven niet diep te graven om hiervan een voorbeeld noemen. Ook dit veroorzaakt kerkpijn.

Niet zelden verdwijnen mensen met kerkpijn - die ooit erg betrokken waren - op een bepaald moment stilletjes uit de kerk. De achterblijvers stellen hen vaak geen vragen - als het hen al opvalt. Uit het oog - uit het hart, lijkt het. Dat zorgt bij mensen met kerkpijn opnieuw voor pijn. Mensen van wie je dacht dat ze je broeders en zusters waren, vragen niet meer naar je. Draaien misschien zelfs hun hoofd om als ze je tegenkomen of hebben bij voorbaat hun oordeel al klaar. Die tweede pijn is nog erger dan de oorspronkelijke kerkpijn.

Mantel der liefde?

We vegen moeilijke zaken, conflicten en onenigheden in de kerk geregeld onder het vloerkleed en noemen dat dan 'de mantel der liefde'. Vergeven en vergeten, zeggen we. We moeten immers verder. Maar waarheen eigenlijk? Is dit christelijk? Heel veel kerkpijn blijft zo onopgelost. Ik denk dat velen van ons het liever anders willen. Maar hoe dan?

Conflicten en kerkpijn kunnen we niet voorkomen. Overal waar mensen zijn, komen onenigheden voor. De belangrijkste vraag is dus niet: hoe voorkómen we dat er conflicten in de kerk ontstaan? Maar: hoe kunnen we samen kerk zijn mét conflicten en kerkpijn?

Dit begint met de erkenning dat kerkpijn in elke gemeente aanwezig is. Zet als kerkenraad het onderwerp bijvoorbeeld eens op de agenda. Vraag er eens naar als je bij een gemeentelid op bezoek komt. Verdiep je erin hoe je mensen met kerkpijn het beste kunt benaderen.

Geen mening, wel nabij zijn

In concrete gevallen van machtsmisbruik of conflicten is handelen geboden. Externe hulp, bijvoorbeeld in de vorm van visitatie of *churchmediation*, kan in ingewikkelde situaties heel waardevol zijn. Maar heb als kerkgemeenschap ook oog voor de kerkpijn die ontstaan is. Als je niet direct met de situatie te maken hebt, realiseer je dan dat je geen partij hoeft te kiezen. Jij hoeft geen mening te hebben over dit conflict. Dat kan immers niet, want je weet niet alles. Dat neemt niet weg dat je aan de betrokkenen kunt vragen hoe het met hen gaat. Luisteren, nabij zijn, laten weten dat je oog hebt voor de pijn van de ander.

Wees niet bang voor de tranen of de boosheid van mensen met kerkpijn. Geef ruimte aan hun emoties en hun verhaal. Oordeel niet en wees heel terughoudend met het geven van je eigen mening. Jij hoeft niets op te lossen. Maak er niet je eigen verhaal van, maar vraag door als je iets niet begrijpt.

Toon interesse. Bagatelliseer de pijn niet. Zeg niet te snel: 'het is nu genoeg geweest, we richten ons op de toekomst: de blik vooruit!'. De kans is dan namelijk groot dat de problemen als een boemerang in je gemeente terugkeren. En zet nooit iemand onder druk om te vergeven. *Vergeven* en *moeten* zijn twee woorden die elkaar niet verdragen. Meestal komt dat vanzelf als iemand zich écht gehoord en gezien voelt.

Delen is helen. Wat zou het heilzaam zijn als je zo samen gemeente bent.



Anneke Siemensma is lid van de Protestantse Kerk in Nederland en werkt als psychosociaal therapeut.

Reageren? annekesiemensma@outlook.com