

Een Bijbels antwoord op manipulatie

(Dit artikel is een boekbespreking van 'Manipulation', Lou Priolo, P&R Publishing 2008, ISBN 978-1-59638-128-5)

Manipulatie. Misschien heb jij er mee te maken. Iemand probeert macht over je te krijgen en weet je op zwakke punten te treffen. Niet iedereen die gemanipuleerd wordt, heeft dat door. Het is soms moeilijk te herkennen. Je wilt de ander te vriend houden. Of je denkt dat de moeizame relatie *jouw* schuld is. Dat zijn precies de reacties die een manipulator van pas komen. Maar daar hoeft je niet in mee te gaan. Je kunt manipulatie het hoofd bieden met een Bijbelse reactie, met de richtlijn die Spreuken 26 ons geeft: 'Antwoord een dwaas niet met dwaasheid, maar antwoord hem zoals zijn dwaasheid verdient.'

1. Manipulatief gedrag herkennen

Manipuleren is het gebruik van onbijbels manieren om invloed op iemand uit te oefenen door een emotionele reactie uit te lokken. Een manipulatief persoon doet zich vaak zwak voor. Hulpeloos, kwetsbaar, beschadigd, bang, of beledigd. De waarheid is dat een manipulatief persoon juist een keiharde vechter is, die er alles voor doet om zijn zin door te drijven en zijn zelfzuchtige, afgodische verlangens door te drukken.

Vanwaar al die strijd en al die conflicten in uw midden? Vloeien ze hier niet uit voort: uit uw hartstochten, die in alle delen van uw lichaam strijd voeren? U verlangt naar iets en krijgt het niet. U benijdt anderen en beijvert u om dingen te bemachtigen en kunt ze niet krijgen. U maakt ruzie en voert strijd, maar u krijgt niet, omdat u niet bidt. U bidt wel, maar u ontvangt niet, omdat u verkeerd bidt, met het doel het in uw hartstochten door te brengen. (Jak. 4:1-3)

Het hoeft niet zo te zijn dat de manipulator doelbewust met kwade opzet handelt. Het kan zijn dat het in de loop der jaren zo gegroeid is. Als we de manipulator op een Bijbelse manier kunnen confronteren met zijn gedrag, zou dat die persoon verder kunnen helpen.

Een voorbeeld van manipulatief gedrag is als iemand laat blijken dat hij jou niet meer aardig vindt of zelfs dreigt dat hij het contact met jou zal verbreken. Het motief kan controledwang zijn. Het doel van dit manipuleren is dat jij zal toegeven en dat jij je schikt naar zijn wil. Een ander voorbeeld is dat iemand zich gekwetst of beledigd opstelt, eventueel met tranen erbij, met als doel om je met de situatie verlegen te maken en je van gedachten te laten veranderen. Kritiek, beschuldigingen, angst zaaien, een slachtofferrol, het hoort allemaal bij de uitgebreide trukendoos van een manipulator. Het doel is om jou een bepaald gevoel aan te praten, waardoor je denkt dat het aan *jou* ligt, en waardoor je je uiteindelijk gedwongen voelt om toch aan de manipulator toe te geven. 'Je moet...', 'Het kan toch niet zo zijn dat...', 'Waarom doe je me dit aan?' - het zijn allemaal trucjes om iets te bereiken, waarbij een (Bijbelse) argumentatie wordt vermeden en de manipulator op je schuldgevoel inspeelt.

2. Een Bijbels antwoord

Er waren allerlei mensen die Jezus voor hun karretje wilden spannen en die daarbij manipulatieve middelen niet schuwden. Jezus bestreed dwaasheid nooit met dwaasheid en liet zich niet verleiden tot onbijbels handelen of de trucjes van zijn tegenpartij te gebruiken. Bij strikvragen en pogingen om Hem te beïnvloeden paste Hij consequent de richtlijn van Spreuken 26:4-5 toe.

Antwoord een dwaas niet met dwaasheid,
Word niet als hij.
Antwoord hem zoals zijn dwaasheid verdient,
Anders zou hij denken dat hij wijs was.
(Spreuken 26:4-5)

Onze automatische reactie als we gemanipuleerd worden, is om de dwaas met dwaasheid te antwoorden. We kruipen in onze schulp, we raken in conflict met de manipulator, we geven toe, we worden zelf boos en onredelijk, we gaan bekvechten en onszelf verdedigen en proberen antwoord te geven op argumentatieloze vragen. Uiteindelijk blijven we als slachtoffer achter met een schuldgevoel, geïntimideerd, gefrustreerd, uitgeput en mislukt.

Een bijbelse reactie is om de dwaas te antwoorden zoals zijn dwaasheid verdient. We komen niet in conflict, maar weten het manipulatieve gedrag te herkennen. We nemen de leiding van het gesprek en kunnen de manipulator op een Bijbelse manier met zijn gedrag confronteren. We reageren uit Gods genade met liefde en met een goed doordacht Bijbels antwoord. Uiteindelijk blijven we na de confrontatie als christen achter in vertrouwen op God; maar de manipulator moet het veld ruimen na zijn mislukte manipulaties en kan misschien tot erkenning van zijn dwaasheid komen.

3. Jezus als voorbeeld

Een woord van waarschuwing is op zijn plaats als we Jezus als voorbeeld nemen voor hoe we om moeten gaan met manipulatief gedrag. Jezus zondigde nooit. Hij wilde altijd de wil van Zijn Vader doen en Hem verheerlijken. Onze motieven zijn niet altijd zo zuiver. Als je deze middelen aanwendt voor je eigen egoïstische doeleinden, zou het op jezelf kunnen terugslaan. Onderzoek jezelf!

Jezus gebruikte in reactie op manipulatief gedrag vaak twee methoden. Ten eerste deed Hij een beroep op het geweten van de manipulator waar die een bepaalde verantwoordelijkheid had laten liggen. Ten tweede beriep Hij zich op de wil en het Woord van God als de norm waarmee de manipulator geoordeeld zal worden. Aan de hand van enkele voorbeelden zullen we zien hoe Jezus dit deed.

3.1. Kan het je dan niets schelen?

Het gebeurde, toen zij onderweg waren, dat Hij in een dorp kwam. En een vrouw van wie de naam Martha was, ontving Hem in haar huis. En zij had een zuster die Maria heette, die ook aan de voeten van Jezus zat en naar Zijn woord luisterde. Maar Martha was druk bezig met bedienen. Nadat zij erbij was komen staan, zei zij: Heere, trekt U het Zich niet aan dat mijn zuster mij alleen laat bedienen? Zeg toch tegen haar dat zij mij helpt. Jezus antwoordde en zei tegen haar: Martha, Martha, u bent bezorgd en maakt u druk over veel dingen. Slechts één ding is nodig. Maria heeft het goede deel uitgekozen, dat niet van haar zal worden afgenomen. (Luk. 10:38-42)

Terwijl Maria naar Jezus luisterde, was Martha druk in de weer en nam het haar zus kwalijk dat ze niet meehielp. Ze probeerde Jezus in haar boosheid te betrekken. ‘Kan het U dan niets schelen?’ Jezus ging daar niet in mee, maar gaf een Bijbels antwoord. Ten eerste deed Hij een beroep op haar eigen verantwoordelijkheid: in plaats van zich bezorgd en druk te maken, zou ze moeten doen wat Jezus eerder had gezegd. Hij had gezegd dat Zijn discipelen zich niet bezorgd hoeven te maken, maar eerst Gods Koninkrijk moeten zoeken. Ten tweede wees Hij haar op het feit dat Maria handelde naar Gods wil, dat zij het *goede deel* had gekozen. De mens zal tenslotte niet ‘van brood alleen leven, maar van elk woord dat uit de mond van God komt.’ (Matt. 4:4, Luk. 4:4).

3.2. Waarom doe je ons dit aan?

We kennen ook het verhaal van de twaalfjarige Jezus in de tempel. Zijn vader en moeder waren ernstig bezorgd toen ze op de terugreis ontdekten dat ze Hem kwijt waren. Na drie dagen vonden ze Hem in de tempel, waar Hij ‘te midden van de leraars zat, naar hen luisterde en vragen aan hen stelde.’ Zijn moeder wees Hem terecht.

Kind, waarom hebt U ons dit aangedaan? Zie, Uw vader en ik hebben U met angst gezocht. (Luk. 2:48)

Let op de ‘waarom’-vraag. Dat is vaak een manipulatieve manier om iemand een schuldgevoel aan te praten. Maria deed het misschien niet met opzet, maar op dat moment gebeurde het wel: ze probeerde Jezus de schuld voor haar angst in de schoenen te schuiven. Maar Jezus antwoordde:

Waarom hebt u Mij gezocht? *Wist u niet dat Ik moet zijn* in de dingen van mijn Vader? (Luk. 2:49)

Ten eerste wees Jezus Zijn ouders erop dat zij toch hadden kunnen weten wie Hij was en welke verantwoordelijkheden Hij had gekregen. Ten tweede liet Jezus zien wat Gods wil was: ‘dat *Ik moet zijn...*’

3.3. Waarom doe je dat?

Op een ander moment beschuldigden de Farizeeën Jezus ervan dat Hij zou werken op de sabbat.

En het gebeurde op de tweede sabbat na het Paasfeest dat Hij door de korenvelden ging; en Zijn discipelen plukten aren, wreven die met de handen stuk en aten ze op. Sommigen van de Farizeeën zeiden tegen hen: Waarom doet u wat niet geoorloofd is te doen op de sabbat? (Luk. 6:1-2)

Let op de argumentatieloze ‘waarom’-vraag. Zijn beschuldigers probeerden Jezus op deze manier in een kwaad daglicht te stellen en Hem een schuldgevoel aan te praten. Jezus gaf op deze manipulatieve vraag een wijs antwoord.

Jezus antwoordde en zei tegen hen: Hebt u ook dat niet gelezen wat David deed toen hij honger had, en zij die bij hem waren? Hoe hij het huis van God binnengegaan is en de toonbroden genomen en gegeten heeft en ook gegeven heeft aan hen die bij hem waren, broden die niemand mag eten dan alleen de priesters? En Hij zei tegen hen: De Zoon des mensen is Heere, óók van de sabbat. (Luk 6:3-5)

In zijn antwoord wees Hij de Farizeeën op hun verantwoordelijkheid, namelijk dat ze de Schriften hadden moeten kennen. En Hij deed weer een beroep op de wil van God die in de Schriften lag. Hij liet vanuit 1 Samuël 21 zien dat er uitzonderingen op de wet bestonden. En als dat voor David gold, gold dat des te meer voor de Heere.

3.4. Jij weet er toch zoveel vanaf?

Toen Jezus de gelijkenis van de heer van de wijngaard en de slechte landbouwers vertelde, was dat tegen de overpriesters en schriftgeleerden gericht. Die waren daar niet blij mee en wilden Hem dat betaald zetten.

En de overpriesters en schriftgeleerden probeerden op datzelfde moment de hand aan Hem te slaan. Zij waren echter bevreesd voor het volk, want zij begrepen dat Hij deze

gelijkenis met het oog op hen gesproken had. En zij hielden Hem nauwlettend in het oog en stuurden spionnen die zich voordeden alsof zij rechtvaardig waren, met de bedoeling Hem op een woord te vangen en Hem dan over te leveren aan de overheid en aan de macht van de stadhouder.

En zij stelden Hem een vraag en zeiden: Meester, wij weten dat U juist spreekt en onderwijs geeft en niemand naar de ogen ziet, maar de weg van God naar waarheid onderwijst. Is het ons geoorloofd de keizer belasting te betalen of niet? (Luk. 20:19-22)

Let op de vleierij, die alleen een vroom masker was. Ze stelden Jezus een strikvraag die Hem in een kwaad daglicht moest stellen bij het volk of bij de overheid.

En Hij merkte hun sluwheid en zei tegen hen: Waarom verzoekt u Mij? Laat Mij een penning zien. Van wie is het beeld en opschrift? Zij antwoordden en zeiden: Van de keizer. En Hij zei tegen hen: Geef dan aan de keizer wat van de keizer is en aan God wat van God is. Zij nu konden Hem tegenover het volk op Zijn woord niet vangen en zij verwonderden zich over Zijn antwoord en zwegen. (Luk. 20:23-26)

Jezus laat ze opnieuw hun verantwoordelijkheid zien ('geef dan...') en wijst op Gods wil, dat wij rechtvaardig moeten zijn in geldzaken naar God en naar de overheid.

4. Schuldgevoel

Zo zijn er meer voorbeelden te vinden van hoe Jezus antwoordt op suggestieve en manipulatieve vragen. Lees bijvoorbeeld Matt. 15:1-9 en Matt. 20:20-23. Zijn tegenstanders gebruikten meestal de tactiek dat ze Jezus beschuldigden van zonden *die Hij niet had gedaan*. En dat is misschien wel de meest effectieve manier van anderen manipuleren: probeer je slachtoffer een schuldgevoel aan te praten.

Iemand een schuldgevoel aanpraten gebeurt meestal met opmerkingen waar een of andere vorm van *moeten* in zit. Bedenk dan dat zo iemand geen autoriteit over jou heeft en jou tot niets kan verplichten als dat geen Bijbelse basis heeft. Let op zinnen die beginnen met 'je moet', 'je zou eigenlijk', 'je mag niet', 'je bent verplicht om', 'het zou beter zijn als je', 'er wordt van je verwacht dat', 'het is in het belang van ... dat je'. Als die signaalwoorden in een zin voorkomen, dan mag je jezelf afvragen, 'waar staat geschreven dat ik dat *moet* doen?' Als er geen duidelijke Bijbelse opdracht achter zit, dan is het waarschijnlijk een manipulatieve manier om controle over je te krijgen.

5. Voorbeelden

In de volgende voorbeelden kun je zien hoe je op manipulatie kunt reageren in verschillende situaties. De voorbeelden geven niet per se de enige of de beste manier van reageren - er zijn meerdere wegen die naar Rome leiden.

5.1. Vrienden

Manipulatieve vraag: 'Hoe kun je me dit aandoen?'

Bijbelse reactie: 'Heb ik tegen je gezondigd? Ben je boos op me over iets waar God niet boos over is?'

5.2. Moeder en dochter

Manipulatieve opmerking: 'Ik ben het niet eens met jouw opvoeding van mijn kleinkinderen.'

Bijbelse reactie: 'God heeft jou ook niet de verantwoordelijkheid over de opvoeding van onze kinderen gegeven. Volgens de Bijbel heb jij geen gezag meer over mij sinds ik getrouwd ben - ik neem nu samen

met mijn man mijn besluiten. Het is onbijbels dat je ons de wet probeert voor te schrijven. We zijn blij met alle Bijbelse adviezen en ondersteuning die je ons kunt geven bij onze opvoeding, maar het uiteindelijke besluit over hoe wij onze kinderen opvoeden, nemen wij zelf.'

5.3. Echtgenoten

Manipulatieve opmerking: 'Waarom wijs je mij op mijn fouten? Kijk naar jezelf!'

Bijbelse reactie: 'Lieverling, het is jouw verantwoordelijkheid om mij om mijn zonden te wijzen, en het is mijn verantwoordelijkheid om jou op de jouwe te wijzen. De Bijbel zegt dat ik naar vermaning moet luisteren en jij ook. Ik wil graag met je op een bijbelse manier over mijn zonden praten. Maar eerst hebben we het over die van jou.'

Manipulatieve opmerking: 'Als je echt van me hield, zou je me verdedigen.'

Bijbels antwoord: 'Liefde is niet blij met onrecht, maar is blij met de waarheid. Dat ik niet voor jou ga liegen, betekent dat ik van je houd.'

5.4. Werkgever en werknemer

Manipulatieve opmerking: 'Als je een teamspeler zou zijn, zou je er net als de anderen geen bezwaar tegen hebben om in het weekend over te werken.'

Bijbelse reactie: 'Ik ben een christen en ik wil me houden aan Gods regels. God zegt dat ik mijn werkgever oprecht moet dienen, maar Hij heeft me buiten mijn werk ook andere verantwoordelijkheden toevertrouwd, die ik niet kan verwaarlozen. Ik kan niet altijd in het weekend werken zonder tegen mijn Heere te zondigen. Vind je dat het correct is als een werkgever zijn werknemer vraagt om zijn religieuze principes te schenden?'

5.5. Gemeenteleden en leiders

Manipulatieve opmerking: 'Als je je prioriteiten op de juiste plaats had, zou je bij elke activiteit in de kerk aanwezig zijn.'

Bijbels antwoord: 'Broeder, wijs mij eens in de Bijbel aan waar er staat dat christenen bij elke activiteit in de kerk aanwezig zouden moeten zijn? Leren we juist niet dat God christenen naast de gemeente ook andere prioriteiten geeft?'

6. Besluit

Denk er aan dat we niet in staat zijn de verborgen motieven van anderen te beoordelen en dat het niet aan ons is om onrecht te vergelden.

Oordeel daarom niets vóór de tijd, totdat de Heere komt. Hij zal ook wat in de duisternis verborgen is aan het licht brengen, en de voornemens van het hart openbaar maken. En dan zal ieder van God lof ontvangen. (1 Kor. 4:5; zie ook 1 Sam. 16:7; Luk. 16:15)

De bedoeling is niet dat je 'gedachten gaat lezen' van potentieel manipulatieve mensen, maar dat je na het lezen van dit artikel hopelijk beter bent toegerust om manipulatie te herkennen en tegen te gaan. Door je in Gods genade aan Zijn Woord te houden.