

Preek 1 januari 2020

Een nieuw jaar, het jaar 2020. Na de denkbeeldige punt die we gister hebben gezet is er vandaag de nieuwe bladzijde, een nieuw begin. Het is natuurlijk maar net hoe je er naar kijkt, want in principe is het leven niet anders vandaag dan dat het gisteren was en dat het morgen zal zijn. Alles gaat gewoon door, niets nieuws onder de zon zoals we gister van Prediker hoorden. Toch maken we nog even een pas op de plaats en kijken we vooruit. Wat de toekomst brengt weet niemand maar het is wel goed om een uitspraak van Jezus te bekijken die we in ons achterhoofd kunnen houden als we onze eerste stappen zetten op de weg die voor ons ligt.

Die uitspraak luidt als volgt:

28Kom naar mij, jullie die vermoeid zijn en onder lasten gebukt gaan, dan zal ik jullie rust geven. 29Neem mijn juk op je en leer van mij, want ik ben zachtmoedig en nederig van hart. Dan zullen jullie werkelijk rust vinden, 30want mijn juk is zacht en mijn last is licht.'

Het is Matteüs die deze woorden van Jezus opschreef. Hij schrijft vooral voor gelovigen met een Joodse achtergrond. Zeer godsdienstige mensen, die vaak kunnen piekeren over de vraag: is het genoeg? Ben ik goed genoeg? Doorsta ik de toets van de kritiek? Of wordt het straks allemaal gewogen en te licht bevonden?

Zijn dat ook vragen die ons bezighouden? Ik denk dat het sterk van de generatie afhangt of deze vragen herkenning oproepen. Als je ouder bent ben je vaak wel opgegroeid met een bepaalde angst voor het oordeel, het is nog niet zo vreselijk lang geleden dat die woorden van de kansel hun weg vonden naar de gemeente. Voor de jongeren onder ons speelt het waarschijnlijk minder, maar misschien is dit een aanname, dat zou kunnen.

In elk geval hoeven we van Jezus niet gebukt te gaan onder een zware last. Waar de jongeren waarschijnlijk minder bezig zijn met de vraag of ze het op geloofsgebied wel goed genoeg doen, herkennen ze wel degelijk de druk die de samenleving op hen uitoefent als het gaat om prestaties. In onze tijd en in onze cultuur zijn heel wat mensen, ook jonge mensen, vermoeid en gaan ze onder lasten gebukt. Wij leven vandaag de dag in het Westen met ongezonder hoge stresslevels. Niet alleen bij tegenslag of gevaar maar voor veel mensen altijd.

Veel mensen raken burn out of krijgen er in hun omgeving mee te maken. Zelfs onze koning sprak er in zijn kersttoespraak over, hij zei:

‘In de jacht naar geluk en succes kunnen we onszelf soms voorbijlopen. We willen als vrije mensen het beste uit het leven halen, en verwijten het onszelf als dat niet lukt. We spiegelen ons aan anderen, leggen de lat hoog en presenteren graag een perfecte versie van onszelf aan de buitenwereld. Alsof er een taboe rust op onzekerheid en tekortkomingen.

Maar niemand is perfect.

Gelukkig maar.

Dit zeg ik ook tegen jonge mensen. Trek het je niet teveel aan als het eens tegenzit. Geef jezelf wat ruimte. Het is okee. ‘ Tot zover de koning.

Jezus zegt: als je een juk draagt, draag dan het mijne. Het beeld dat Jezus hier gebruikt is goed gekozen. In die tijd werd een oudere ervaren os altijd gekoppeld aan een jongere os en samen liepen ze onder één juk. Zodat het ervaren dier het jongere beest kon leren hoe je je energie zo verdeelt, hoe je ritmes ontwikkelt waarmee je het ploegen langere tijd kunt volhouden en ook de hitte van de dag kunt doorstaan.

Kijk, zegt Jezus,...als je onder lasten gebukt gaat en het moe bent om altijd maar te piekeren, als je ergens diep van binnen op zoek bent naar rust, naar een vorm van geloven die meer een lust is dan een last dan bied ik je aan om samen op te trekken. Samen onder één juk op weg te gaan. En rust te vinden.

Wat voor soort rust is dat eigenlijk, waar Jezus over spreekt? Nou niet een soort van ‘zen’ rust, een permanent feeling good. Het is ook niet een stoïcijnse rust waarmee je jezelf afschermt, je afstand bewaart, van alles uitfiltert en je onbewogen leeft. Welnee, we komen juist bij Jezus diepe emoties tegen. Hij kan buikpijn krijgen van ellende, in huilen uitbarsten. Hij kent het bloed, zweet en tranen van geestelijke strijd, hij kent heilige woede, maar ook intense vreugde.

Wat bedoelt Jezus dan als hij zegt dat hij ons juist wil leren wat rust is? De rust die hij zelf leeft en aanbiedt is van een heel eigen soort. Het is de innerlijke rust en stabiliteit van een nieuwe verhouding tot God. Waar het onzekere zwoegen,

de angst of het wel genoeg is plaats maakt voor een leven vanuit de goedheid en genade van God.

Jezus verbindt zelf deze rust hier met zachtmoedig zijn en nederig. Dus niet egocentrisch, dominant, veeleisend, streberig, ambitieus. En dit is wat we in Jezus' levenshouding proeven. Want hij ademt in zijn hele manier van zijn eigenlijk nooit stress uit, of overprikkeldheid of overbelasting. Hij heeft een innerlijke rust van waaruit hij ieder mens en iedere situatie alle aandacht kan geven die nodig is. Vanuit een innerlijke rust leert hij ook om te onderscheiden waar het in zijn leven op aankomt. Juist in de rust, in de stilte ontdekt hij zijn roeping.

In dit leven vanuit rust is Jezus ook echt een zoon van zijn Vader. Al in het scheppingsverhaal proeven we een atmosfeer van rust. Tussen het scheppen door neemt God regelmatig pauze. Iedere avond stopt hij, maakt hij een rondje langs zijn werk. Leunt hij even achterover en geniet hij. God raast niet altijd door maar hij weet ook van ophouden. We lezen al in het scheppingsverhaal: *op de zevende dag heeft God zijn werk voltooid, want toen rustte Hij van het werk dat hij gedaan heeft.* Let op: er staat niet: op de zesde dag was hij klaar, dus nam hij de zevende dag vrij. Het scheppingsproject omvat zeven dagen en voor God is de rust een belangrijk onderdeel van zijn werk. En die rust wordt door God met nadruk gezegend. Het Hebreeuwse woord voor deze rust is 'sabbat'. Het betekent een diepe rust en vrede over je werk, over wat je doet, over wie je bent.

We leren al in het scheppingsverhaal dat je zo kunt leven dat er genoeg momenten zijn om op adem te komen. Dat je ook van ophouden weet, grenzen kent. De stopknop weet te vinden, de vliegtuigstand op je smartphone. Voorkom dat je jezelf van 's morgens vroeg tot 's avonds laat zo voorbij rent dat je op de rustdag tot helemaal niets meer komt. Dat je eigenlijk alleen nog maar één ding wilt: slapen. Dat je geen puf meer hebt om het goede leven te vieren. Het goede leven vieren kun je bijvoorbeeld doen met een heerlijke wandeling, een mooie film, samen eten en drinken of een gesprek over wat er echt toe doet.

Een juk is zacht als het je als gegoten zit, als het je past. Een last is licht als het berekend is op jouw draagkracht. Zodat Je je niet vertilt, jezelf niet overvraagt, niet boven je kunnen reikt.

Jezus zegt: kom bij mij. *Als je vermoeid bent en onder lasten gebukt gaat. Kom dan naar Mij, ik zal je rust geven.* Letterlijk staat er: 'Ik zal je pauze geven.' Jezus zegt niet in de eerste plaats: doe dit, doe dat. Maar: kom naar mij. Het juk van Jezus is niet de zoveelste zware last. Het is niet: doe meer. Maar: doe minder. Het juk van Jezus begon niet bij: doe dit voor mij dan hoor je erbij. Maar het begon bij wat Hij deed voor jou. Kom naar mij, ga eens zitten aan de voet van het kruis en wees stil. In het licht van alles wat Hij heeft gedragen, de last van mijn zonde en schuld, is dat wat ik mag dragen met recht een lichte last, een zacht juk.

Aan het begin van deze overdenking zei ik dat we de woorden van Jezus misschien in ons achterhoofd zouden kunnen houden bij onze stappen op weg in het nieuwe jaar. Bij nader inzien vind ik dat eigenlijk niet eens de juiste plaats voor deze mooie woorden, die ruimte en perspectief geven. Ik wens u toe dat u ze in uw hart zult dragen, zodat 2020 een jaar wordt waarin u, waarin jij, steeds meer mens wordt zoals je bent bedoeld.

Amen