

# Eindelijk vakantie

THEMA: RUST

# Onderweg

Inspiratie  
voor  
reisgenoten

06 **PSYCHOLOGIE** DE RUST IS VER TE ZOEKEN > 10 **JACOB KRUIDHOF** RUST ERVAREN IN HET VOLLE LEVEN >  
28 **MIRJAM VAN DER VEGT** TIEN MOMENTEN VAN VERSTILLING > 38 **TWEELUIK** DE VROUW IN HET AMBT



06 **OPINIE**

### De rust is ver te zoeken – waarom toch?

Jezus belooft ons rust als we vermoeid en belast tot Hem komen en zijn juk op ons nemen. Een juk dat niet hard en zwaar is, maar zacht en licht. Maar de rust is tegenwoordig ver te zoeken, ook onder al die mensen die Jezus willen volgen. Hoe komt dat toch? Een antwoord vanuit de psychologie, steeds ook weer terugkerend naar de grazige weiden en stille wateren van het Woord.



10 **INTERVIEW**

### Rust ervaren in het volle leven

We zijn altijd druk en bezig. Is het niet letterlijk, dan wel in ons hoofd. Daarom snakken we vaak naar vrije tijd en vakantie. Emeritus predikant Jacob Kruidhof weet dat je juist ook rust kunt ervaren in de dagelijkse hectiek. Maar dat is geen kunstje dat je jezelf kunt aanleren. 'Rust is het gevolg van jouw goede positie bij God. Die positie is ongelooflijk rustgevend.'

32 **ONTMOETING**

### 'Het preken is voorbij'

Jan Schelhaas is 91 jaar en heeft net zijn zestigjarig ambtsjubileum als predikant achter de rug. Tot vorig jaar preekte hij nog iedere zondag, maar afgelopen september legde de Nederlands-gereformeerde predikant uit Zwolle het preken gedwongen neer. Prostaatanker en uitzaaiingen, met als gevolg veel pijn. Die pijn is nu grotendeels onder controle. Een interview geven lukt weer. En preken? 'Daarmee is het wel gebeurd.'

38 **TWEELUIK**

### Vrouw en ambt

Twee GKv-synodeleden, twee verschillende keuzes. Maarten van Loon stemde tegen ruimte op dit moment voor vrouwelijke ouderlingen en predikanten, Robert Roth stemde voor. Maar allebei blijven ze het gesprek tussen voor- en tegenstanders zoeken.

36 **JEUGDWERK**

### Terugblik op de kerk

Karen Scheele is terugverhuisd naar het dorp waar ze jarenlang actief was in het jeugdwerk, onder meer in de Rock Solidclub. Eén van de enthousiaste bezoekers van deze club was Merel. Na enkele jaren spreekt Karen haar weer. Merel gaat niet meer naar de kerk. Ze vond er niet waar ze naar op zoek was: een antwoord op haar vragen.

42 **OPINIE**

### Deo volente

De onder moslims veelgebruikte uitdrukking *insjallah* is tegenwoordig vermoedelijk bekender dan de christelijke tegenhanger *Deo volente*. In het dagelijks spraakgebruik van moslims is *insjallah* veel meer ingeburgerd dan *Deo volente* bij de meeste christenen. Rob van Houwelingen onderzoekt de betekenis van *Deo volente* voor ons.

## 23 INTERVIEWS

**Rust volgens...**

Tjitske Volkerink, Andries Knevel, Rick Timmermans, Ria Borkent en Janneke de Leede vertellen wat rust voor hen betekent. 'Rust is voor mij iets anders dan niet druk zijn. Het is een gemoedstoestand.'

## 28 TOERUSTING

**Tien momenten van verstillig**

Hoe geef je rust en ruimte heel praktisch een plek in het leven van elke dag? Stiltetrainer Mirjam van der Vegt geeft tien aanwijzingen voor bezielend leven. 'Rust biedt het broodnodige tegenwicht waardoor je kunt leven vanuit je hart, zonder opgebrand te raken.'

**EN VERDER:**

- 4 **Praktijklokaal**
- 12 **Redactioneel**
- 14 **Liederen: voertuigen richting rust en vrede**
- 17 **Nieuws**
- 17 **Colofon**
- 18 **Stimulans**
- 19 **Column Eline de Boo**
- 20 **Eyeopener**
- 24 **Lezersbijdragen over rust**
- 27 **Column Dick Westerkamp**

Stockbeelden: Soloviova Liudmyla/Shutterstock (voorkant); Pearl/Lightstock (pagina 5); Isaeva Anna/Shutterstock (pagina 6-9); Tithi Luadthong/Shutterstock (pagina 14-15); deyangeorgiev/iStock (pagina 20); Wutsje/Wikimedia Commons (pagina 24); Damion Hamilton/Lightstock (pagina 37); eugeneseergeev/iStock (pagina 38); yatigra/iStock (pagina 41); S.J. de Waard/Wikimedia Commons (pagina 43).

**Zomer**

Lange zomeravonden, lekker buiten eten, een minder drukke agenda en weinig of geen avondverplichtingen. Of je nou een baan hebt of niet en of je nou thuisblijft of weggaat, in deze zomermaanden schakelt iedereen een tandje terug. Gek genoeg hebben we nogal eens de neiging om ons daarvoor te verontschuldigen, alsof werken de norm is en rusten een luxe. We hebben het dan over 'genieten van welverdiende rust' en 'energie opdoen voor het nieuwe seizoen'. Door te verwijzen naar de activiteiten ervoor en erna rechtvaardigen we dat we het nu even wat rustiger aan doen.

Het heeft er allemaal mee te maken dat wij mensen onze identiteit van nature baseren op wat we doen. Zo zitten we zelf in elkaar, maar die gedachte is ook een sturende kracht in de samenleving. 'De hardwerkende Nederlander' had bij het demissionaire kabinet beslist een streepje voor en het is nog maar zeer de vraag of het accent na de formatie op iets anders zal komen te liggen. Als tegenprestatie voor onze noeste arbeid denken we recht te hebben op van alles en nog wat, waaronder een riant hoeveelheid doorbetaalde vakantiedagen. Werken en verdienen, daar draait het vaak om.

Zoals altijd zet God ook op dit terrein ons leven op z'n kop. In zijn koninkrijk draait het niet om presteren en zijn we niet iemand door wat we zelf doen, maar door wat Jezus voor ons heeft gedaan. Het is volbracht en Gods genade is genoeg, zo simpel is het. Dus, zegt Jezus, wie moe is en onder lasten gebukt gaat, kom maar bij Mij, Ik geef je rust.

In dit nummer van *OnderWeg* proberen we te ontdekken wat dat voor een rust is die Jezus belooft en hoe we daaruit kunnen leven. Niet alleen in de zomer, maar alle maanden van het jaar.



**Heleen Sytsma-van Loo**  
(GKv), redacteur *OnderWeg*

## GKv Assen-Peelo: twee keer belijdenis doen

Niet alleen evangelische, ook gevestigde kerken komen ermee in aanraking: mensen die pas als volwassene God leren kennen en daarom de doop aanvragen. Daar gaat vaak een traject van catechese aan vooraf dat al snel een paar jaar in beslag neemt. En aan het einde volgt, net als bij de 'gewone' catechisanten, een gesprek met de kerkenraad. Maar wat als zo iemand al veel eerder zeker weet dat hij of zij bij God wil horen, maar in kennis nog niet zover is? De kerkenraad van Assen-Peelo (GKv) heeft daarover nagedacht en kwam met een oplossing: doe dan gewoon twee keer belijdenis. De eerste keer als het voor de toetreders duidelijk is dat hij of zij echt bij de gemeente en bij God wil horen, en een tweede keer op een later moment, bij het afronden van het hele traject. De kerkenraad heeft zich daarbij laten leiden door de geschiedenis van de eunuch uit Ethiopië uit Handelingen 8. Daarbij spelen



Het Noorderlicht is het kerkgebouw van de GKv Assen-Peelo.

volgens de raad drie elementen een rol:

- Is er sprake van een serieuze belangstelling? Dat had die hoge ambtenaar wel, blijkens zijn reis naar het verre Jeruzalem.
- Proeven we een serieus verlangen om God beter te leren kennen als Vader en verlosser en gever van het geloof? Zoals de Ethiopiër Filippus bij zich in de wagen nodigde om meer te weten te komen.
- Komt het verzoek om gedoopt te worden, net als bij de Ethiopiër, van de gedoopte zelf?

De raad wil hierbij de weg van de heilige Geest volgen en als hij zo'n hartelijk verlangen opmerkt, de man of vrouw toelaten tot de doop: 'De doop van een volwassene is dan geen eindpunt van een lang traject. Het is het stempel van Gods beloften aan iemand die op eigen verzoek graag het teken en zegel van Gods reddende aanwezigheid in zijn of haar leven wil ontvangen.' Daarna volgt een voortgezet traject van catechese dat afgesloten kan worden met een vernieuwing van de eerder afgelegde geloofsbelijdenis.

## Nadenken over het begin van de dienst



En tussen alles door speelt de organist of pianist, maar die wordt soms amper gehoord.

Wat delen de NGK/CGK van Hengelo en de CGKv van Nijmegen? In ieder geval dat ze allebei de zogenaamde mededelingen voor de dienst opgeschoond hebben. Daarvoor zijn tegenwoordig andere middelen meer geschikt: de beamer en (in Nijmegen) de wekelijkse digitale nieuwsbrief. Het nut van de soms uitgebreide lijst mededelingen aan het begin van de dienst wordt betwijfeld: er komt (te) veel informatie in (te) weinig tijd op mensen af en het komt niet altijd tot zijn recht in de drukte voor de kerkdienst. In Nijmegen vindt men het soms zakelijke karakter van de mededelingen ook niet op het niveau van de kerkdienst staan. Voor beide gemeenten is dat een belang-

rijk punt: waar gaat het om in de eredienst? Hengelo ziet in ieder geval twee aspecten die voor de kerkgangers belangrijk zijn: 'De kerkdienst als ontmoeting tussen God en de mensen, en de kerkdienst als eredienst waar we ons in stilte op voorbereiden', aldus de liturgiecommissie. Dat leidt tot verschillende gedragingen: maak je een praatje met je buurman of -vrouw of bereid je je in stilte voor op wat

komen gaat? En tussen alles door speelt de organist of pianist, maar die wordt soms amper gehoord. Voortaan is er voor beide aspecten meer ruimte in Hengelo: een paar minuten voor het begin van de dienst houdt de muzikant op en verschijnt er een tekst op de beamer met de vraag om stil te zijn. In de kerkenraadskamer wordt dan ook gebeden. Na binnenkomst van de kerkenraad volgen het lied van de maand

›› *Waar gaat het om in de eredienst?* ‹‹

en de handdruk. Eventuele mededelingen met betrekking tot de voorbede worden gedaan voor het gebed zelf en via een liturgiebrief kunnen ook de luisteraars kennisnemen van de mededelingen.

## Buddy's voor twintigers in Dordrecht

Veel kerkleden werden in de afgelopen weken stil van de jongeren die belijdenis deden en die daarover, zoals steeds vaker gebruik is, prachtige getuigenissen gaven: waarom ze belijdenis deden en hoe ze Gods leiding in hun leven hebben ervaren. Maar wat gebeurt er daarna? In de GKv Dordrecht is er ook aandacht voor deze jonge belijdende leden en worden voor hen buddy's gezocht. Die waren er al voor de jongeren

van 12 tot 18 jaar. Voor de tieners zijn dat de jeugdleiders en soms de kring, als de jongeren daar een klik mee hebben.

›› *'De jongeren vinden er een luisterend oor'* ‹‹

Wat is precies een buddy? De jeugdouders: 'De jongeren krijgen een contactadres waar ze terecht kunnen om bijvoorbeeld een keer mee te eten of een biertje/kop koffie te drinken. Maar ook om een gesprek te voeren en misschien wel samen te bidden. De jongeren vinden er een luisterend oor en kunnen zo geholpen worden met hun rol in de gemeente of met ontwikkelingen/blokkades in hun leven.' Het eerste contact wordt door de buddy gelegd. Ook moeten de buddy's alert zijn op eventuele problemen en hierover in overleg gaan met de jeugdouders of de interne vertrouwenspersonen. Op die manier kan er een netwerk ontstaan voor jongeren, naast het gezin en de familie en kan er meer verbinding groeien tussen jong en oud.



Het eerste contact wordt door de buddy gelegd.

## En verder

... houdt de NGK Heemstede op zondag 9 juli na de dienst een diensteneiling: mensen kunnen een dienst aanbieden of kopen. De opbrengst is bestemd voor de financiering van Sonrise, een sportweek met een missionair karakter;



... heeft de classis Arnhem van de GKv een gesprek gevoerd met ds. Wout van Veelen, die vanuit Frankrijk een beroep heeft aangenomen naar de kerk van Tiel; het bijzondere is dat het gesprek via Skype is gevoerd;

... heeft de pioniersgemeente Stroom in Amsterdam een bijeenkomst georganiseerd over vragen rond het niet krijgen van kinderen, bewust of ongewild. Aanleiding was de overweging dat mensen er te vanzelfsprekend van uitgaan dat er in een relatie kinderen komen.

# *De rust is ver te zoeken - waarom toch?*

Jezus belooft ons rust als we vermoeid en belast tot Hem komen en zijn juk op ons nemen. Een juk dat niet hard en zwaar is, maar zacht en licht. Maar de rust is tegenwoordig ver te zoeken, ook onder al die mensen die Jezus willen volgen. Hoe komt dat toch? Een antwoord vanuit de psychologie, steeds ook weer terugkerend naar de grazige weiden en stille wateren van het Woord.

tekst **Kees Roest**

Elke dag worden we aan een enorme hoeveelheid prikkels blootgesteld. Ons brein is daar zelfs min of meer verslaafd aan geraakt; als het een poosje rustig is om ons heen, worden we vanbinnen al snel gejaagd. Ons brein vraagt om nieuwe prikkels. Vergelijk het met een verslaving aan zoetheid. Het brein geeft dan steeds weer een krachtig signaal af om op zoek te gaan naar nieuwe etenswaar. Maar zo slecht als al die suiker voor ons is, zo slecht zijn al die prikkels voor ons. Het leidt tot permante onrust en een onvermogen om werkelijk rust te vinden. De moderne mens verdraagt geen rust meer. Wat voor een eetverslaafde een gevulde koelkast is, is voor de prikkelverslaafde zijn telefoon: letterlijk een wereld aan prikkels binnen handbereik. 'Rusteloos blijft ons hart totdat het zijn rust

vindt in U.' Mooie woorden van Augustinus. Maar wie kan die rust nog verdragen, gesteld dat hij die vindt?

## **Ademhaling**

Vaak mist het zoeken naar prikkels een focus. We waaieren met onze gedachten alle kanten op. Voor postmoderne mensen is alles ongeveer even belangrijk. Dat is het gevolg van het verdwijnen van een besef van het heilige, van eerbied. Eerbied brengt vanzelf stilte en aandacht met zich mee. Niets creëert zo veel rust als de volledige gerichtheid van het hart op God. Dan verandert divergeren in convergeren. We krijgen een focus, een doel en worden bevrijd van de enorme kakofonie aan prikkels. Er ontstaat harmonie, rust. Het verlangen naar die gerichtheid

van het hart klinkt prachtig door in Psalm 86:6: 'Neig mijn hart en voeg het saam tot de vrees van Uw naam' (berijming 1773).

De enorme vraag naar trainingen in mindfulness heeft alles met dit verlangen naar innerlijke rust te maken. Mindfulness-oefeningen draaien om het richten van de aandacht, vaak op de ademhaling, waarbij gedachten en gevoelens die voorbijkomen wel worden opgemerkt, maar niet meer worden gevolgd. Iedere keer dat iemand afdwaalt, leidt hij zijn aandacht op een vriendelijke manier terug naar het ankerpunt, bijvoorbeeld de ademhaling. Daarbij wordt niet geoordeeld over wat zich in de binnenwereld aandient. Wie voortdurend boos wordt op zichzelf, vindt geen rust. Een mooie christelijke variant hiervan is

dat we ons richten op Christus en alle gedachten die ons afleiden bij Hem brengen, naar het advies van Paulus in 2 Korintiërs 5:5.

## Inlegkunde

Niet alleen structurele overprikkeling leidt tot onrust, ook onze neiging tot oordelen. De klassieke cognitieve gedragstherapie kent de empirische stroming van Aaron Beck en de filosofische van Albert Ellis. Zou je met je onrust bij Beck aangeklopt hebben, dan zou hij gevraagd hebben waarover je je dan precies zo druk maakt of wat je rust in de weg staat. Stel dat je antwoord is dat je nog zo veel moet doen en voortdurend achter jezelf aanloopt, dan zou Beck doorvragen: Wat moet je allemaal doen? Van wie moet dat? Waar baseer je op dat je niets mag overslaan of dat het allemaal even precies en zorgvuldig moet? En wordt je baas echt boos als je aangeeft dat je voor een bepaalde taak geen tijd hebt? Beck zou ons met andere woorden graag het verschil uitleggen tussen observaties en interpretaties.

Wij vullen voortdurend van alles voor elkaar in. We denken dat anderen kritiek op ons hebben of bepaalde dingen van ons verwachten, maar we kunnen de gedachten van anderen niet lezen. Bij navraag blijkt vaak dat we het toch bij het verkeerde eind hadden. Hoeveel onrust zou ons bespaard blijven als we simpelweg stoppen met deze inlegkunde en ons beperken tot observaties: datgene wat de ander werkelijk zegt en doet.

Albert Ellis gaat nog een stap verder. Hij richt zijn pijlen niet op onze interpretaties van het gedrag van anderen, maar op de manier waarop we daarover oordelen. In het geval van de baas die boos zou kunnen worden is de aanpak van Ellis rustgevend. Niet omdat hij ons duidelijk maakt dat dit misschien wel niet gebeuren zal, maar omdat hij dit eventuele boos worden relativeert. Wie vindt dat niemand boos op hem mag zijn, zal heel onrustig worden van het idee dat hij door zijn gedrag mogelijk die boosheid uitlokt. Wie geleerd



**Alle prikkels om ons heen leiden tot permante onrust en een onvermogen om werkelijk rust te vinden.**

heeft dat het weliswaar vervelend is dat een ander boos wordt, maar geen ramp, zal veel rustiger blijven.

Die relatieve onverschilligheid ten aanzien van het oordeel van een ander over ons gedrag vinden we ook bij Paulus in 1 Korintiërs 3:3. Tim Keller werkt dit op een rustgevende manier uit in zijn boek *Bevrijd van jezelf*.

Paulus zegt niet alleen dat het hem weinig uitmaakt hoe een ander over hem denkt, maar ook dat hij zichzelf niet oordeelt, maar het oordeel over zijn doen en laten aan God overlaat.

## Betaalpas

Onlangs sprak ik een vrouw die net haar zwager verloren had. Hij was een aange-naam, rustig en vriendelijk mens. Toen hem ooit werd gevraagd wat het geheim was van zijn kalme aanwezigheid, antwoordde hij: 'Bij alles wat gebeurt, hoe naar en ver-

velend ook, denk ik altijd: het is zoals het is.'

Misschien is dit wel het belangrijkste recept voor rust. Veel mensen besteden driekwart van hun energie aan het piekeren over gemaakte fouten uit het verleden, over wat anderen in hun ogen niet goed gedaan hebben of over vervelende omstandigheden. Rustgevende activiteiten, zoals een vakantie, geven daardoor soms meer stress dan ontspanning. De reden: mensen winden zich op over het slechte weer, het tegenvallende huisje of het drukke verkeer. Deze mensen richten zich almaar op hoe het had kunnen zijn en niet op hoe het is. Ze laten zich leven door het ideaal in plaats van door de werkelijkheid. Het glas is halfleeg, niet halfvol.

Het lijkt zo'n simpele uitspraak: het is zoals het is. Daarachter schuilt echter een optimum aan realiteitszin: het weten dat de >>

dingen gebeuren omdat er aan voldoende voorwaarden is voldaan om ze te laten gebeuren.

Als ik er in de winkel achter kom dat ik mijn betaalpas vergeten heb, kan ik me daar heel druk om maken. Hoe kon ik zo dom zijn? Maar ik realiseer me dan te weinig dat het feit dat ik mijn pas vergeten heb de volstrekt logische en noodzakelijke uitkomst is van een optelsom van factoren, bijvoorbeeld het feit dat ik moe was, dat ik aan iets anders liep te denken of dat ik mijn portemonnee wel bij me had, maar vergeten had mijn pas er weer in te stoppen. Als ik die oorzakelijke factoren ken, helpt dat om in de toekomst die fout niet meer te maken. Ik zou bijvoorbeeld een

>> We kunnen vaak geen wijs worden uit Gods leiding in ons leven, en toch heeft elke draad zijn betekenis <<

briefje bij mijn voordeur kunnen hangen waarop ik een paar zaken zet die ik altijd bij me wil hebben. Maak ik diezelfde fout in de toekomst weer – bijvoorbeeld omdat ik door de achterdeur ben weggegaan – dan heeft het geen zin om gestresst of boos te worden, maar kan ik beter bedenken of er een manier is om het in de toekomst te voorkomen. Misschien ook een briefje bij de achterdeur?

Het geeft veel rust, of misschien vooral berusting, als we de werkelijkheid van anderen en onszelf kunnen accepteren. Als ik ergens teleurgesteld over ben, kan ik me afvragen of ik die situatie gemakkelijk kan

veranderen. Als dat zo is, kan ik dat uiteraard doen (heb je last van tocht, dan kun je een raam dichtdoen). Maar als dat niet zo is, kan ik de situatie beter accepteren. Rustgevende wijsheid is dat we het verschil kennen tussen wat wel en wat niet veranderbaar is.

### Borduurwerk

Ook veel niet-christenen vinden troost in de filosofie dat het is zoals het is. Zij geloven in een blind noodlot. Het kwaad treft hierin toevalligsgewijs ieder mens. Louis Couperus zei in dit verband eens dat zijn fatalisme hem 'eerder een wijsgerige troost was geweest dan een naar het verderf slende, boze macht'.

Als een atheïst rust kan vinden in een stoïcijnse fatalisme, hoeveel te meer zou een christen dan rust kunnen vinden in het geloof dat alle dingen hem worden toegeschikt door zijn hemelse Vader. Wie Zondag 1 van de Heidelbergse Catechismus, het troostboek van de kerk, tot zijn kompas maakt, weet dat zijn leven geleid wordt door zijn hemelse Vader, die het roer stevig in handen heeft, en dat alles mee zal werken ten goede. Geen blind noodlot dus, maar een Vader met wijdgeopende ogen, die precies weet wat nodig is om ook jou aan het beeld van zijn Zoon gelijk te maken.

Als er dan veel op je afkomt dat zeer doet, vind je rust in de wetenschap dat het niet toevallig gebeurt, maar tot jouw nut, jouw heil. Met de woorden van een oud lied: 'Wat God doet, dat is welgedaan. Zijn wil is wijs en heilig. 'k Zal aan zijn hand vertrouwend gaan. Die hand geleidt mij veilig.' Een borduurwerk is hiervan een prachtige illustratie. De zwaarbeproefde Corrie ten Boom trok er de wereld mee rond. Eerst liet ze de achterkant zien: een wirwar van draden, waaraan niet te zien was wat het voorstelde. Dan liet ze de voorkant zien: een prachtige kroon. Zo is het met ons leven. We kunnen vaak geen wijs worden uit Gods leiding in ons leven. En toch heeft elke draad zijn betekenis, ook die zwarte draden.



**Richt je op Christus en breng alle gedachten die je afleiden bij Hem, naar het advies van Paulus in 2 Korintiërs 5:5.**

### Diepste schreeuw

Rust vinden heeft alles te maken met overgave. Denk aan een klein kind dat veel energie verliest aan het tegenspartelen als het iets moet doen wat het niet wil. Zo spartelen wij ook nogal eens tegen. Waarom? Omdat we ons niet kunnen voorstellen dat ons leven werkelijk zin heeft en werkelijk geleid wordt. Veel mensen ervaren stress als het meezit, omdat ze bang zijn dat het elk moment weer fout kan gaan, en evenzo als het tegenzit, omdat ze denken dat ze iets heel erg fout doen, anders zouden ze wel gelukkig zijn.



De christenpsycholoog Larry Crabb geeft in zijn boek *Gebroken dromen* een rustgevende visie op moeite en tegenslag in je leven: dit betekent niet dat God zich niet met je bemoeit of dat zijn zorg tekortschiet. Crabb citeert Luther, die ergens schrijft: 'We zullen Christus pas zien als onze beste Vriend, als de Bron van alle werkelijke goedheid, als de Ene die zorgt voor de hoogste vreugde voor onze zielen, als we onszelf aan Hem overgeven. En tot volledige overgave, echt vertrouwen, komt het zelden als we niet God ontmoeten tijdens gebroken dromen, en in onze gebrokenheid Hem als het enige en overvloedige antwoord zien op de diepste schreeuw van onze ziel.' Het gaat er niet om dat we hier de wind

mee hebben of dat we ons goed en gelukkig voelen. Het gaat erom dat we 'dwars door gebroken dromen heen de hoogste vreugde gaan vinden in de ontmoeting met Christus'. Dan zijn we weer terug bij het begin, want de ontmoeting waar Luther het over heeft, is de ontmoeting met degene die rust belooft als we tot Hem komen. Jezus wist waar de rust te vinden was: bij zijn Vader. Steeds weer zocht Hij stille plaatsen op, om daar in alle rust met zijn Vader te kunnen spreken. Hij leefde volkomen in het ritme van de schepping. Zes dagen deed Hij zijn werk en de zevende nam Hij rust. Maar niet door alle sabbatswetten van de farizeeën in acht te nemen. Hij wandelde door het veld en plukte aren, luisterde en sprak in de synagoge, liet zich omringen door zijn vrienden en schroomde niet om goed te doen en te genezen waar het kon. De sabbat is er voor de mens, niet de mens voor de sabbat.

### Venster

Zonder afwisseling van inspanning en ontspanning raken we uitgeput. De 24-uurseconomie staat echter haaks op dit gegeven. Er is zelfs een therapie voor mensen met burn-outklachten die zich volledig hierop richt: neem je pauzes overdag in acht, zorg voor vaste eetmomenten en neem daar de tijd voor, laat het werk 's avonds los, zorg voor vrije avonden en vrije dagen, wees niet altijd en overal bereikbaar. Laat op inspanning steeds weer ontspanning volgen. Wat ook waar blijft: we leven hier uiteindelijk niet in het land van de rust. De sabbat is dan ook vooral een venster dat ons een blik verschaft op de eeuwige rust. Want er blijft een rust over voor het volk van God (Hebreeën 4:9), voor hen die aan Jezus' uitnodiging gevolg gaven. Zij volgen een herder van wie ze zingend geloven: 'Hij zal mij geleiden naar grazige weiden. Hij voert mij al zachtens aan waat'eren der rust.'

**Kees Roest is klinisch psycholoog, psychotherapeut, gezondheidszorgpsycholoog en cognitief gedragstherapeut. Hij schreef onder meer *Niets moet, alles mag* en *Tijd maken*.**

## Leestips

Kees Roest, *Niets moet, alles mag. Praktische handleiding voor gezond denken en zelfvertrouwen*, Zoetermeer (Boekencentrum), 2016 (twaalfde herziene druk).

Larry Crabb, *Gebroken dromen*, Vaassen (Medema), 2003.

Rick Timmermans, *Hunkeren naar rust. Pelgrimeren door de regel van Benedictus*, Utrecht (Ten Have), 2011.

Wil Derkse, *Een levensregel voor beginners. Benedictijnse spiritualiteit voor het dagelijks leven*, Houten (Lannoo), 2004.

Carianne Ros, *Rust. In drie maanden minder stress in je leven*, Amsterdam (Buijten & Schipperheijn), 2012.

Jac. Kruidhof, *Rust vinden in de samenleving van sabbat en avondmaal*, Bedum (Woord en Wereld), 2009.

Tim Keller, *Bevrijd van jezelf*, Franeker (Van Wijnen), 2012.

Philip Troost, *Mindful met Jezus*, Kampen (Kok), 2013.

## Webtips

[www.dailyverses.net/nl/rust](http://www.dailyverses.net/nl/rust)  
Tien Bijbelteksten over rust.

[www.mirjamvandervegt.nl](http://www.mirjamvandervegt.nl)  
Op de website van 'stiltecoach' Mirjam van der Vegt kun je onder de knoppen 'Mirjams leestafel' en 'Winkel' al het materiaal vinden dat zij geschreven heeft en aanbiedt.

***Emeritus predikant Jacob Kruidhof:***

# Rust ervaren in het volle leven

***We zijn altijd druk en bezig. Is het niet letterlijk, dan wel in ons hoofd.***

***Daarom snakken we vaak naar vrije tijd en vakantie. Emeritus predikant Jacob Kruidhof weet dat je juist ook rust kunt ervaren in je dagelijkse hectiek. Maar dat is geen kunstje dat je jezelf kunt aanleren. 'Rust is het gevolg van jouw goede positie bij God. Die positie is ongelooflijk rustgevend.'***

tekst **Elleke van den Burg-Poortvliet**  
beeld **Jan Haveman**

Rust: wie verlangt er niet naar? Emeritus predikant Jacob Kruidhof wel. Onder meer daarom schreef hij enkele jaren geleden het boek *Rust vinden in de samenleving van sabbat en avondmaal*. Hij merkt dat velen bezig zijn met een zoektocht naar rust. 'Dat we verlangen naar rust, is altijd zo geweest, maar tegenwoordig hebben we meer informatie en prikkels om ons heen dan vroeger. Veel mensen ervaren daardoor een spanning tussen enerzijds alles willen meemaken en anderzijds jezelf willen zijn. Maar als je gaat zoeken naar rust, maak je het jezelf moeilijk. Zelf rust verwerven werkt vaak even bevredigend, want je kunt de baas zijn en je denkt controle te hebben. Ook veel praten over rust heeft iets aantrekkelijks. Maar het helpt niet, het bedriegt je. Als je rust

najaagt, ben je druk en in beweging. Dat is tegenstrijdig met wat rust is. Rust heeft stilte in zich.'

## **Positie**

Kruidhof vergelijkt rust met een vrucht: als je wilt dat een vrucht groter wordt, werkt het niet om eraan te trekken. 'Om te groeien heeft een vrucht een goede boom met stevige wortels nodig. Zo is het ook met rust. Rust is het gevolg van een goede positie. Daar bedoel ik mee: een goede positie bij God, in zijn wereld, in zijn volk, in zijn zaak. God geeft ons die positie: we zijn zijn kinderen, zijn erfgenamen. Ik weet daardoor: ik heb het goed.'

De emeritus predikant vindt de gelijkenis van de verloren zoon in dit verband treffend. Daarin komt goed naar voren

hoe onze positie in Gods wereld is. 'Zowel de jongste als de oudste zoon vonden er niets aan om bij hun vader thuis te zijn. Maar de vader zegt: "Alles wat van mij is, is van jou! Je mag meedenken, meebeheren, meewerken. Ik geef je de verantwoordelijkheid over mijn land." Die positie is dus heel hoog. En tegelijk is het geen zelfstandige positie, niet los van een goede Vader. Die kind-vaderpositie zijn we soms een beetje kwijt.' Volgens Kruidhof mogen we vanwege deze goede positie rust in het volle leven ervaren. 'We hebben vaak het gevoel dat rust hoort bij vrije tijd. Maar dat is niet zo. Als je je bewust bent van jouw positie, dan realiseer je je dat je Vader je elke dag helpt. Dat geeft altijd rust.

>> *'We hebben vaak het gevoel dat rust hoort bij vrije tijd, maar dat is niet zo'* <<

Vaak denken we dat ons leven gaat over materie, geld, eten en drinken, en dat geloven daar niet veel mee te maken heeft, dat het geloof een overtuiging is in ons gevoel en in ons hart. Maar we krijgen het volle leven van God: de tijd die we te besteden hebben, ons bezit, ons lichaam, ons voedsel. Dat zijn geschenken van God, waarmee we mogen werken.'

Volgens Kruidhof heeft Jezus het ook over deze rust als Hij zegt: 'Neem mijn juk op je en leer van Mij. Dan zal Ik je werkelijk rust geven, want mijn juk is zacht en mijn last is licht.' Kruidhof: 'Jezus zegt eigenlijk: ga met Mij mee, Ik geef je een goede taak in Gods wereld. Dan zul je merken dat je niet alles zelf hoeft te verzinnen en moet vasthouden. Hij zegt: geef de leiding uit handen en volg Mij. Die positie is ongelooflijk rustgevend. Dan ben je niet rust aan het najagen, maar precies het tegenovergestelde: dan ontvang je rust.'

### **Helend**

Volgens de emeritus predikant wordt rust vaak gezien als een individueel gevoel. Volgens hem is dat een misvatting. Je hebt elkaar juist nodig om rust te ervaren. Kruidhof: 'Je krijgt je positie van God in de wereld. Je bent nooit in je eentje, je maakt deel uit van Gods zaak, met veel personeel. Dat is juist zo helend. Want je ontdekt jezelf pas en je vindt pas rust in het samenleven >>



Jacob Kruidhof: 'We zijn Gods kinderen, zijn erfgenamen. Ik weet daardoor: ik heb het goed.'

# Game changer

Wie van dichtbij een huwelijk stuk ziet gaan, of dat zelf aan lijf en ziel heeft ondervonden, weet hoe onherstelbaar diep dat ingrijpt in mensenlevens. Maar heel soms gebeurt het dat twee mensen die uit elkaar gingen hun liefde voor elkaar terugvinden. Ongelooflijk, feest op aarde en in de hemel. Wow! Halleluja! Iemand vergeleek eens een hereniging van de GKv en de NGK met hertrouwen na echtscheiding: wat eens van elkaar werd losgescheurd, wordt weer één. Een kerk ging stuk en wordt weer heel. Toen de GKv-synode recent onomkeerbare stappen zette op weg naar die hereniging, was mijn reactie dan ook: ongelooflijk, feest op aarde en in de hemel. Wow! Halleluja!

## » Wenen met de wenenden: ik kwam er dichtbij «

Wees niet al te euforisch in je uitingen, werd er al snel gewaarschuwd. Er zijn immers ook mensen die pijn lijden aan de synodebesluiten. Ik snap dat en houd me dus in, al vind ik blij zijn met de handrem erop best lastig. Maar na de oproep in Romeinen 12 om blij te zijn met de blijden schrijft Paulus in één adem: 'Weent met de wenenden' (NBG-vertaling 1951). Geldt dat alleen voor wie een geliefde verloor aan de dood of aan het leven? Of ook voor meehuilen met wie verdriet hebben over hun onherkenbaar geworden kerk? Met hen die de vrouw in het ambt 'zwichten voor de tijdgeest en ontrouw aan Gods Woord' vinden?

Een paar jaar geleden was ik op een bijeenkomst van verontruste GKv'ers in Bunschoten. Ik proefde hun pijn: 'Dit is mijn kerk niet meer.' En zo boos als ik toen was op sommige fanatieke sprekers, zo diep raakte me de beleving van de gewone kerkleden daar, die hun verdriet en hun verlangen uitzongen in oude, vertrouwde psalmen. Wenen met de wenenden: ik kwam er toen dichtbij.

Maar Romeinen 12 gaat verder, weer in één adem: 'Weest onderling eensgezind.' En dat tegen een gemeente met megagrote onderlinge verschillen: voor ons peanuts, maar voor toen kaliber vrouw in het ambt. En juist dan: 'Weest eensgezind, niet hoogmoedig, maar bescheiden.' Slappe praat, kun je denken. Sta pal voor de waarheid, Paulus. En toch is dit een woord van God. Want 'jullie

zijn – met al je verschillende visies op Gods wil – samen één lichaam van Christus'. Als ik binnenkort een dienst mocht leiden, las ik Romeinen 12 als Gods richtlijn voor ons leven. Niet als doodoener, maar als *game changer*.



**Ad de Boer (NGK),  
hoofdredacteur OnderWeg**

met elkaar. Alleen samen kom je tot je recht.'

Dit betekent ook dat je elkaar helpt en je je geen zorgen hoeft te maken over eten of drinken. Over dat principe lezen we al in Leviticus, waar God het sabbatsjaar en jubeljaar uitroept. Kruidhof: 'God zegt: "Dit land is van Mij en jullie zijn mijn gasten. Regel het zo dat jullie samen altijd genoeg hebben." Als je samen werkt in Gods wereld, hoef je je geen zorgen te maken, want je deelt altijd met elkaar wat je hebt.'

'Dit komt ook naar voren bij het avondmaal', zegt Kruidhof. 'Als we avondmaal vieren zonder ons eten en drinken en andere levensmiddelen te willen delen, dan eten en drinken we onszelf een onderdeel, zegt Paulus in 1 Korintiërs 11.'

## Oproepje

Onze welvaart heeft vaak een verblindende werking, ziet Kruidhof. 'Op bestaansniveau lijken we elkaar niet meer nodig te hebben.' Dat kan tot gevolg hebben dat we geen hulp meer durven vragen, terwijl juist dat zo belangrijk is om rust te ervaren, vindt Kruidhof. 'Als je met elkaar aan tafel een maaltijd nuttigt, vraag je ook: Mag ik die schaal even? Kan ik je ergens bij helpen? Of: Sorry, ik had het niet gezien. Zo werkt het ook in Gods gezin. Maak je positie praktisch, wees eerlijk en help elkaar. Dat betekent ook dat je zelf geholpen wilt worden. We bidden vaak: "Vader in de hemel, helpt U mij." Maar Hij wil je helpen via je broers en zussen! Bel daarom iemand op en vraag om hulp, zet een oproepje in het kerkblad. Je zult merken dat mensen het goed vinden dat je het vraagt en dat je ontzettend veel hulp krijgt.'

Volgens Kruidhof gaan we als christenen iets uitstralen naar anderen als we vanuit deze positie leven. 'Eigendom van Christus zijn geeft rust, troost en vastigheid. Dat valt op. Ik merk het zelf bijvoorbeeld als ik in gesprek ben met mijn buurvrouw. Zij zegt: jullie hebben elkaar, jullie zijn een gemeenschap, jullie hebben echte vrienden. In Handelingen 2 lezen we dat ook. Daar staat dat de gelovigen trouw en eensgezind samenkwamen, hun spullen verdeelden en het brood braken, in een geest van eenheid en blijdschap. Daardoor stonden ze in de gunst bij het hele volk.'

## Startmotor

Welke rol speelt de zondag hierin? Kan die ook

helpen om tot rust te komen? Kruidhof: 'Het gevaar is dat de zondag een dag wordt waar je naartoe vlucht. Ik wil dat niet per se afkeuren, dat kan helpend zijn. Maar ik wil de zondag niet isoleren, niet los van de werkelijkheid zien. Het is niet de bedoeling dat we in de kerkdienst alles vergeten; we mogen juist met alles bij God komen. De zondag is een dag waarop we horen hoe God ons een plek geeft. Het is een dag van rustige bezinning: je ogen worden geopend voor je omgeving, je werk enzovoort. Van daaruit ga je weer beginnen en kun je de week aan. De zondag is dus niet alleen een vluchtheuvel, maar vooral ook een startmotor. Het is een dag van op adem komen en weer verder kunnen.'

Hij vervolgt: 'Het koffiedrinken na de dienst vind ik ontzettend belangrijk. Dan spreek je elkaar, dan kun je vragen: hoe gaat het met je? Of je praat door over



**Kruidhof: 'Als we doordeweeks druk zijn en als het ware uit elkaar getrokken worden, is het goed om in de kerk weer te ervaren hoe de samenhang is.'**

## >> 'Ik ben huiverig voor algemene handreikingen, iedereen vliegt erop af' <<

de preek en vraagt: zou je me daarbij kunnen helpen? Als we doordeweeks druk zijn en als het ware uit elkaar getrokken worden, is het goed om in de kerk weer te ervaren hoe de samenhang is.'

### Huiverig

Hoe ziet het dagelijkse leven vanuit die échte rust er voor de emeritus predikant zelf uit? Kruidhof vertelt dat hij elke morgen probeert te bedenken dat hij de dag van God ontvangen heeft. Hij legt

zijn leven aan God voor en probeert te doen wat God van hem vraagt. Maar is dat niet juist heel lastig: elke dag beseffen dat je het leven van God ontvangen hebt? 'Het woordje "lastig" is buitengewoon misleidend. Zo'n vraag nodigt je uit om enorm je best te gaan doen. En te denken: het zal toch wel niet lukken. Ik heb geleerd dit los te laten. Hoe? Dat is een goede vraag. Bedenk: elke dag is een nieuw begin dat God je geeft. Daar richt ik me op.' Kruidhof wil geen concrete tips geven voor hoe je tot rust komt. 'Ik ben huiverig voor algemene handreikingen. Iedereen vliegt erop af – daar word ik alleen maar moe van.' Wel stimuleert hij om elke dag weer 'te gaan staan in de zaak van je Vader en te luisteren naar wat Hij wil'.

Hij vertelt dat dat enerzijds betekent dat je uitzoomt: 'Je neemt het grote verhaal van het evangelie tot je, je concentreert

je op waar God in de hemel mee bezig is: op zijn zaak, op het positieve en het wonderbaarlijke van Gods wereld.' Anderzijds betekent het dat je inzoomt: 'Je doet wat je doen moet, op de plek waar jij bent.'

Hij vervolgt: 'Wees daarbij rustig bezig met het goede te ontvangen. Dat geeft rust en zekerheid. Op bestaansniveau – je weet dat je altijd hulp krijgt van de mensen uit je gemeente – maar ook rondom je positie: die is bij God. Dat geeft mij rust ten aanzien van alle vragen die mij de verkeerde kant op trekken. Als ik bezig ben met mijn eigen idealen, met wat ik wil, met mijn moeiten, dan kom ik nergens. Als ik op mijn plek doe wat ik mag doen – niet activistisch, maar precies wat op dat moment nodig is – dan ervaar ik echte rust.'

**Elleke van den Burg-Poortvliet is tekstschrijver, journalist en uitgever.**

Liederen: voertuigen  
richting rust en vrede



# Dan zweef ik op de wind

Voertuig, route en bestemming. Dan denk je in vakantietijden aan fiets, auto, bus, trein, boot of vliegtuig. Of simpelweg de schoenzool. En dat alles om te komen op dat mooie vakantieplekje, met zijn ontspanning en rust – alleen of met anderen. Hebben geloofsliederen misschien ook iets van zo’n voertuig: ze nemen je mee en brengen je in rust en vrede met God? Neem de regels uit Opwekking 488: ‘Heer, ik kom tot U, neem mijn hart, verander mij. Als ik U ontmoet, vind ik rust bij U.’ Kan een lied je brengen waar je soms met enkel woorden niet komt: dicht bij God?



tekst **Freddy Gerkema**

Ik vind het wel mooi om bij de psalmen te beginnen. Niet alleen omdat ze op allerlei manieren in onze kerken gezongen worden, maar ook omdat de psalmen altijd weer een inspiratiebron zijn voor nieuwe liederen.

Als je een beetje vertrouwd bent met de psalmen, zijn er altijd wel een paar waar je aan verknocht raakt. Liederen waaraan je proeft dat de Heer goed is, zoals Psalm 34 dat zegt. Niet alleen een lied van toen, maar ook voor nu, en voor jou.

Geloofsliederen in het algemeen hebben iets uitnodigends en de psalmen hebben dat ook. Als ze al niet geschréven zijn om anderen te betrekken bij God, dan is het psalter als geheel wel zo bedoeld. Door alle tijden heen is van de psalmen iets uitgegaan van: stap in en laat je meenemen, om zo dicht bij God te komen. Instapmogelijkheden zijn er

daarbij legio door de grote variatie aan thema's en vormen in de 150 psalmen.

Het meest expliciet vind je de uitnodiging om in te stappen bij de lofpsalmen. In de eerste regel is het vaak al raak en word je aangemoedigd om God te loven en te prijzen. Een mooi voorbeeld is de zeer korte Psalm 117: 'Loof de HEER, alle volken.' Indrukwekkend om van die wereldwijde lof iets te ervaren in een zomers Taizé met duizenden jongeren, denk ik dan in 2017.

Soms komt zo'n expliciete aansporing ook gaandeweg de psalm, nadat je door allerlei tegenslag en weerstand bent gegaan. Zoals in Psalm 22, waar je in vers 24 de oproep hoort om God te loven. En dat na de hartverscheurende opening: 'Mijn God, mijn God, waarom hebt U me verlaten.'

>> Door alle tijden heen is van de psalmen iets uitgegaan van: stap in en laat je meenemen <<

Bijzonder zijn de psalmen die iets van een zelfaansporing hebben. Psalm 103 begint en eindigt met zo'n opwekking: 'Prijs de HEER, mijn ziel.' Met zo'n aansporing van binnenuit zet je jezelf op het spoor richting God.

Heilzaam is de combi van deze beide vormen van aansporing – van buitenaf en van binnenuit – zodat het 'Loof de HEER, alle volken' uit Psalm 117 echoot in je binnenste: 'Prijs de HEER, mijn ziel.' En zo zijn er meer persoonlijk getinte aanzetten tot de lofzang, zoals 'Ik wil U loven, HEER, met heel mijn hart', een fragment uit Psalm 9 dat Opwekking heeft gehaald (Opwekking 145).

### **Sores**

Naast de expliciete oproep om binnen te stappen in een lied en zo je bestaan te laten verbinden met God, heb je bij de psalmen tal van impliciete instapmogelijkheden. Dan denk ik aan psalmfragmenten waarin je je eigen onrust, falen, verdriet, ziekte en gemis herkent.

>>

### **Webtip**

De liederen die in dit artikel genoemd worden, zijn te beluisteren via [www.onderwegonline.nl/9770-dan-zweef-ik-op-de-wind](http://www.onderwegonline.nl/9770-dan-zweef-ik-op-de-wind).

## >> Een vroegtijdige weduwe klampte zich vast aan de zin: 'God, U bent mijn God' <<

Iemand vertelde me pas dat Psalm 42 haar zo veel rust geeft. Vroeger al bij de oude berijming (''t Hijgend hert der jacht ontkomen') en nu bij Opwekking 281 ('Als een hert') en Mendelssohns 'Wie der Hirsch schreit'. Al pratend kwamen we erop dat dat misschien wel komt omdat je zo veel onrust en eenzaamheid tegenkomt in dit lied, maar dat de psalm je niet laat zitten in de sores, maar uitnodigt om vrede te vinden bij God. Bijvoorbeeld met de zin: 'Overdag bewijst de HEER mij zijn liefde, 's nachts klinkt een lied in mij op, een gebed tot de God van mijn leven' (42:9). Het kan ook dat je vanuit de dagelijkse rompslomp door een psalm de verstillings wordt binnengeleid (Psalm 62), waarin zelfs een lied tot leven kan komen (Psalm 65). Of dat je in een somber moment kunt aanhaken bij een lied als Psalm 27, zoals mijzelf weleens gebeurde via de versie van Sons of Korah: 'The Lord is my light'.

### Geloofsgoed

Een andere en mooie mogelijkheid om geraakt te worden heb je bij liederen die iets van een getuigenis of belijdenis hebben. Neem bijvoorbeeld Psalm 116, waar je meteen in de eerste regel bij het hart van je geloof komt: 'De HEER heb ik lief, Hij hoort mijn stem, mijn smeken.' Wie weet klikt het hier al, anders misschien in het vervolg, waar je langs alle mogelijke hoogtes en dieptes van geloof en leven wordt geleid.

Psalm 23 neemt je weer op een andere manier mee. Het begint met een krachtige belijdenis: 'De HEER is mijn herder', die een paar regels verder tot een gebed wordt: 'Ik vrees geen kwaad, want U bent bij mij.' Zulke bewegingen zijn karakteristiek voor de psalmen: van klacht tot lof, of, zoals hier, van belijdenis tot gebed.

Kun je je oefenen om zulke bewegingen mee te maken en lukt het zo om het geloofsgoed van een psalm te verbinden met je eigen ervaringen? Dat kan ook met een oud en vertrouwd gezang (Liedboek voor de Kerken 14) of met recente versies, zoals die van Psalmen voor Nu of Opwekking 790.

### Barnard

Waarom kan het ene lied je zo raken en doet het andere je niks? En hoe komt het dat je plotsklaps verrast en ontroerd kunt worden door een lied dat je voordien vele keren gezongen hebt, zonder dat er veel gebeurde?

Verbazingwekkend is het dat liederen ineens opduiken,

zodat je ze voor je gevoel overal om je heen hoort. Even plotseling kan een lied ook weer verdwijnen, waarbij de gemiddelde leeftijd van liederen de laatste decennia flink omlaag is gegaan. Hoe anders is dat voor de hoogbejaarde bij wie bijna alles is vervaagd, maar die een psalm of een lied van Johannes de Heer feilloos meezingt. Zo'n lied ging dus een leven lang mee.

Zo zingen we onze liederen. De één geniet in geloof van de nieuwste Opwekkingsliederen, de ander werd al in de jaren zeventig diep geraakt door de zeggingskracht van Barnard en de zijnen, en raakte die liederen nooit meer kwijt. Zoals 'De aarde is vervuld van goedertierenheid' (Liedboek voor de Kerken 223). 'Mijn geloof wordt er ook zo door gevoed', voegde hij eraan toe.

Wat gebeurt er veel tussen tekst (soms maar één zinnetje), melodie, eigen omstandigheden en vaak ook herinneringen die meekomen in zo'n lied. Bart Visser schreef er in het eerste nummer van *OnderWeg* van dit jaar een boeiend artikel over - 'Wat een lied met je doet' - aan de hand van het lied 'Amazing Grace'.

### Gemis

Vooraf rond doop, belijdenis, trouwen en rouwen merk je vaak wat een lied met mensen doet. Bij een doopdienst zongen we 'Wat hou ik van uw huis' (Psalmen voor Nu 84), vooral vanwege die ene regel: 'Ik kan zo sterk verlangen naar de binnenpleinen van de Heer.' Die zin liep maandenlang mee met de moeder, omdat de zwangerschap al in een vroeg stadium om volstreekte rust vroeg. Ook 's zondags. Daarover zei ze: 'Nooit gedacht dat ik de zondagse samenkomst van onze gemeente zo zou missen.' Precies dat gemis zat in dat ene zinnetje.

Kort daarvoor werd dit pelgrimslied vanuit een heel andere achtergrond gezongen in een trouwdienst. En het was nog weer anders toen het door jongeren werd opgegeven bij hun belijdenisdienst.

Wat kan een lied ook veel doen in tijden van afscheid en dood. Ik denk aan een vroegtijdige weduwe, die zich vastklampte aan de zin: 'God, U bent mijn God' (Opwekking 717). Of aan een lied uit de Sela-school dat meeloopt van de wieg tot het graf: 'Hoe wonderlijk mooi is uw eeuwige naam', een lied over de trouw van God, eeuwig en verborgen aanwezig. 'Juist die verborgen aanwezigheid van God helpt me in de overtuiging dat Hij bij me is', schreef iemand me.

Moet een geloofslied meer doen dan dat? Kijk ik dit artikel nog eens terug, dan denk ik: als liederen iets van een voertuig hebben, wat zijn er dan veel merken en types!

**Freddy Gerkema is predikant van de NGK Amersfoort-Noord.**

## GKv- en NGK-predikanten mogen over en weer preken

De GKv-synode heeft op zijn laatste zittingsdag voor de zomer een dikke streep gezet onder het eerdere besluit om te gaan werken aan een snelle hereniging met de NGK. Volgens de synode zijn er geen wezenlijke verschillen meer op het punt van de hermeneutiek, de ruimte voor vrouwelijke ambtsdragers en de binding aan de belijdenis. Vanaf dit moment kunnen NGK-predikanten in principe in GKv-gemeenten preken en GKv-predikanten in NGK-gemeenten. Deputaten krijgen opdracht om samen met de NGK-commissie het proces van herstel en verzoening op plaatselijk vlak te stimuleren. De synode sprak uit dat dat niet kan 'zonder goede zorg voor de wonden die vijftig jaar geleden zijn geslagen'. De besluiten over de NGK werden met de grootst mogelijke meerderheid (één tegenstem) genomen.

## Positie GKv in ICRC ter discussie

Deze maand zal naar verwachting de positie van de GKv in de International Conference of Reformed Churches (ICRC) ter discussie komen, nu de GKv-synode ruimte heeft gemaakt voor de vrouw in het ambt. Dit internationale samenwerkingsverband van ruim dertig gereformeerde en presbyteriaanse kerken uit diverse werelddelen vergadert van 13 tot 19 juli in Jordan, Canada. Diverse lidkerken hebben zich eerder al scherp uitgelaten over de koers van de GKv. De Australische predikant Bredenhof typeerde het recente synodebesluit over vrouwelijke ambtsdragers als 'een aanval op het Schriftgezag'. Behalve de vrouw in het ambt spelen ook theologische ontwikkelingen aan de universiteit in Kampen en de toenadering tot de NGK een rol in de bezwaren tegen de GKv.

## Jan Rietkerk overleden

Op 22 juni is Jan P.M. Rietkerk (81) tijdens een vakantie in Indonesië overleden. Hij werkte van 1959 tot 1962 in dienst van de GKv-zending als onderwijzer op Nederlands-Nieuw-Guinea (Indonesië). Daarna werkte hij in Nederland in het onderwijs en de politiek. In de NGK was hij actief als drijvende kracht achter de tweejaarlijkse landelijke Ontmoetingsdag. Hij was lid van de NGK Kampen.

## Komen en gaan

Aangenomen naar GKv Groningen-Oost: E.J. van den Bos (GKv Hengelo).

Beroepbaar (GKv): G. Berrevoets (Houten), die pas vanaf januari 2018 een beroep in overweging kan nemen.

Ds. J. Trommel (Ter Aar) is beroepbaar gesteld in de NGK. Hij was vanaf 1985 CGK-predikant, eerst in Kornhorn, daarna in de CGK/NGK Lisse en in de CGK/NGK Lelystad, waar hij in 2013 werd losgemaakt. Hij heeft een beroep aangenomen naar de NGK Alphen aan den Rijn.

### Kernredactie

Ad de Boer (hoofdredacteur), Debbie den Boer, Jan Haveman, Johanne de Heus (beeldredacteur), Leendert de Jong (hoofdredacteur), Peter Hommes, Erik Koning (eindredacteur), Jordi Kooiman (eindredacteur), Heleen Sytsma-van Loo, Maarten van Loon, Karel Smouter, Jolyn van Varik-Nijsink.

### Brede redactie

Kernredactie plus Rob van Houwelingen, Hans Schaeffer, Peter Strating, Hans Vel Tromp.

### Medewerkers

Eline de Boo, Han Hagg, Myriam Klinker-De Klerck, Jan Kuiper, Roel Kuiper, Almatine Leene, Bas Luiten, Jan Mudde, Maurits Oldenhuis, Anko Oussoren, Wim van der Schee, Karen Scheele, Joost Smit, Paul Smit, Esther Spiering-de Hek, Jeroen Sytsma, Roel Venderbos, Maarten Verkerk, Dick Westerkamp, Jeannette Westerkamp-Stegeman.

### Redactieadres

't Hazeveld 115, 3862 XA Nijkerk, 033-750 67 87, redactie@onderwegonline.nl.

### Lezersservice

Voor abonnementen, adreswijzigingen, opzeggingen en bezorgklachten: Nico Schenk, Droogoven 7, 3961 EW Wijk bij Duurstede, 0343-57 50 27, administratie@onderwegonline.nl.

### OnderWeg in braille, grootletter en audio

OnderWeg is beschikbaar in passende leesvormen bij de Christelijke Bibliotheek voor Blinden en Slechtzienden (CBB). Neem voor meer informatie contact op met de CBB: 0341-565499.

### Abonnementsprijzen

Jaarabonnement: € 48,50 (studenten € 24,25,- / Europa € 85,- / buiten Europa € 115,-).

Halfjaarabonnement € 26,75.

Abonnement OnderWegOnline: € 37,50.

Proefabonnement: drie maanden gratis.

Neem voor het afsluiten van een abonnement contact op met de lezersservice (zie hierboven) of vul uw aanvraag online in op [www.onderwegonline.nl](http://www.onderwegonline.nl).

IBAN: NL89INGB0000404945 t.n.v. Gereformeerde Persvereniging OnderWeg te Wijk bij Duurstede.

### Persvereniging

OnderWeg is een uitgave van de Gereformeerde Persvereniging OnderWeg.

Informatie: Marga van Gent-Petter (secretaris), [persvereniging@onderwegonline.nl](mailto:persvereniging@onderwegonline.nl).

### Bestuur Persvereniging

Bernard Bos, Marga van Gent-Petter, Aad Lootens, Hillie van de Streek en Tjirk van der Ziel.

### Adverteren

Nico Postuma, 06-139 959 05, [adverteren@onderwegonline.nl](mailto:adverteren@onderwegonline.nl).

Zie voor de formaten, tarieven en verschijningsdata [www.onderwegonline.nl/adverteren](http://www.onderwegonline.nl/adverteren).

### Vormgeving

Bredewold. Creatie, web & print. Postbus 86, 8090 AB Wezep, 038-376 33 90, fax 038-376 53 03, [onderweg@bredewold.nl](mailto:onderweg@bredewold.nl), [www.bredewold.nl](http://www.bredewold.nl).

### Technische realisatie en druk

Zalsman B.V., Steinfurtstraat 1, 8028 PP Zwolle, Postbus 1025, 8001 BA Zwolle, 038-467 00 70.

[www.onderwegonline.nl](http://www.onderwegonline.nl)

[www.facebook.com/onderwegonline](https://www.facebook.com/onderwegonline)

[www.twitter.com/onderwegonline](https://www.twitter.com/onderwegonline)

## Een hart vol vuur

W il je na de zomer met je kring of met de hele gemeente aan de slag met een project, kijk dan eens op het Steunpunt Bijbelstudie. Dat maakt al jarenlang materiaal dat geschikt is voor themadiensten en/of Bijbelstudieavonden voor verschillende leeftijden en doelgroepen.

>> Waar is mijn hart op gericht? <<

Betrekkelijk nieuw is de gemeenteschets *Een hart vol vuur – bewust op God gericht*. Die gaat over vragen als: Waar is mijn hart op gericht? Waar wil ik vol van zijn? Wat belemmert mij daarbij? Welke wegen wijst God? Het onderlinge gesprek helpt om ons hart op God te richten en om vanuit Hem te genieten van ons bestaan op aarde. De gemeenteschets leidt het onderwerp in door middel van tien korte hoofdstukken: vol van het koninkrijk, vol van rust, vol goede wil, vol van bevrijding, vol van een betere wereld, volop echt contact, vol van het feest, vol van gerechtigheid, vol van Chris-



tus en vol van de Geest. De schets is te bestellen via [www.steunpuntbijbelstudie.nl](http://www.steunpuntbijbelstudie.nl); zoek onder 'Wat bieden wij' naar gemeenteschetsen. Alle beschikbare schetsen zijn na een inlog gratis te downloaden.

## Eten, bidden, vieren

A nder projectmatig materiaal dat speciaal bedoeld is voor kringen kun je vinden op de website van Dit Koningskind, een landelijke vereniging voor christenen met een handicap en allen die bij hen betrokken zijn. Onder de naam 'Samen eten, bidden, vieren' heeft de vereniging begin dit jaar een mooi vormgegeven map uitgegeven voor zes kringavonden, geïnspireerd op het werk van Jean Vanier, een christelijk filosoof en stichter van de Arkgemeenschappen. Samen eten, bidden en vieren bevorderen volgens Vanier de verbondenheid met elkaar. Elk onderdeel van de map bestaat uit een korte inleiding over een Bijbeltekst, met daarbij vragen en opdrachten om een gesprek op gang te brengen. Daarnaast wordt er aandacht besteed aan de voorbereiding van het gebed. Elk hoofdstuk biedt ook een recept dat gemakkelijk van tevo-



ren klaar te maken is. De volgende thema's komen aan bod: eeuwige jeugd, veelkleurigheid, welkom thuis, het familiediner, vasten en delen maakt rijk. De map kost € 9,00 (excl. verzendkosten). Meer informatie is te vinden op [www.ditkoningskind.nl](http://www.ditkoningskind.nl); zoek onder 'Kringmateriaal'.

## Hechting en geloof

**B**ij uitgeverij Boekencentrum verscheen dit voorjaar een boek over hechtingsproblematiek en geloofsvertrouwen. Gezonde hechting is van grote invloed op het vermogen om later in het leven emotionele verbindingen aan te gaan. Helaas verloopt de hechting in de eerste levensfase niet altijd goed. Dat kan gevolgen hebben voor de relatie met God. In *Breekbaar verbonden* (onder redactie van Hanneke Schaap-Jonker) gaan verschillende auteurs in op de gevolgen van hechtingsproblematiek voor het geloof. Ook behandelt het boek de vraag hoe de kerkelijke gemeente goed kan omgaan

met mensen met hechtingsproblemen en hoe hiervoor aandacht kan zijn in pastoraat en prediking. *Breekbaar verbonden* start met unieke, sprekende interviews met ervaringsdeskundigen. Zij laten indringend zien wat de gevolgen zijn van een verkeerde hechting in de jonge jaren. Het boek is geschreven voor mensen met hechtingsproblemen en hun familie, en voor pastoraal werkers en ambtsdragers.



## Stilte

**H**et Nederlands Bijbelgenootschap biedt geregeld nieuwe leesroosters aan om zo het Bijbellezende te stimuleren en te helpen integreren in je dagelijks leven. Momenteel kun je je via e-mail abonneren op het zogenaamde 'Stilterooster' dat zeven afleveringen telt. Zeven stilte-experts en Bijbelwetenschappers vertellen iets over hun favoriete passages. Elke aflevering bevat een Bijbeltekst, een korte meditatie en een vraag om over na te denken. Het rooster begint bij Genesis 1. Daarna volgen favoriete stilleteksten van onder meer Eckhartkennner Marga Haas (Psalm 42) en van schrijfster Elise Lengkeek (de godsverschijsning aan Elia, 1 Koningen 19). Mirjam van der Vegt denkt na over het zwijgen van de vrienden van Job. Jezuiet Nikolaas Sintobin geeft een Ignatiaanse meditatie over de storm op het meer (Matteüs 14). Inschrijven voor het stilterooster kan op [www.debijbel.nl/stilte](http://www.debijbel.nl/stilte).



## >> Column

## De grote gele M

**H**et is zomers warm buiten, de preek lijkt meer minuten te duren dan het aantal graden op de thermometer. De taie zinnen van Paulus vliegen over de hoofden van het rijtje jonge tieners op de voorste bank. Later in de dienst nemen deze twaalfjarigen afscheid van de kindernevendienst. Tot het zover is, laten ze hun gedachten afdwalen naar die lange zomervakantie die voor de deur staat. Na het lied dat volgt op de preek moeten ze voor de hele gemeente gaan staan. Ze voelen zich ongemakkelijk. De juf heeft het over een schat die je in de kindernevendienst gevonden hebt en die je met je mee mag nemen. Op de vraag wat die schat is, geeft een meisje giechelend antwoord: Jezus? Hij was de afgelopen acht jaar altijd het antwoord. Maar dat is nu klaar, denken ze.

De juf wil nog even verder praten over die schat. Ze hebben even gemist waarom, maar opeens gaat het over McDonald's. Het lijkt een magisch woord om ze weer bij de les te krijgen. Wat is het spannend, telkens als je dat Happy Meal-doodsje opent op zoek naar de speelgoed-schat. Je ziet de gezichten oplichten, de kindermenu's liggen nog niet zover

## >> Deze gouden bogen vormen de poorten naar de snackhemel <<

achter hen. 'Misschien kies je nu zo'n menu niet meer', zegt de juf, 'maar als je straks op vakantie gaat en over de snelweg raast, duikt er regelmatig zo'n grote, gele M op. Deze gouden bogen vormen de poorten naar de snackhemel. Natuurlijk kun je dan aan je ouders vragen of ze stoppen, maar deze M kan je ook aan een andere grote M herinneren. Aan je Maker, Messias en Majesteit.'

Als cadeautje krijgen ze zo'n rood Happy Meal-doodsje met de gele M als handvat. Er zit een Bijbels dagboekje in. De preek is vergeten, eigenlijk willen we applaudisseren voor deze juf die aanhaakt bij de wereld van onze kinderen. Maar dat doen we in onze kerk niet voor mensen. Ook niet voor God trouwens, dat is te evangelisch. McDonald's zal in ieder geval nooit meer hetzelfde zijn.



Eline de Boo is schrijfster met een missionaire roeping.

A young boy with dark hair is sleeping peacefully in bed. He is wearing a dark blue and white striped t-shirt. He is hugging a large brown teddy bear. The room is dimly lit with a blue light. The bed has white sheets with a green and blue pattern.

*Vergeefs is het dat je vroeg opstaat,  
je laat te ruste legt,  
je aftobt voor wat brood –  
Hij geeft het zijn lieveling in de slaap.  
(Psalm 127:2)*

# Hemels cadeau in de nacht

Druk, druk, druk. We zijn er maar druk mee, met het leven. Vroeg op, laat naar bed. Gelukkig komt de vakantieperiode er weer aan. Tijd om even stil te staan. Om je af te vragen wat de waarde is van al dat getob.

tekst **Han Hagg**

Tien voor zes in de ochtend. Onze brievenbus kleppert: trouw als hij is stond de krantenbezorger weer om vijf uur naast zijn bed om ons het *Nederlands Dagblad* te kunnen bezorgen. Half zeven: de buurman pakt zijn bus in om op karwei te gaan. Zeven uur: de buurvrouw aan de andere kant gaat naar haar dienst in het zorgcentrum. Zelf ben ik wakker geworden met de vergadering van gisteravond in mijn hoofd: hebben we de goede dingen gedacht, gezegd, gedaan? Wat zal het effect zijn? Gods nieuwe dag was intussen allang begonnen: de eerste merel kondigde vóór vieren al aan dat het echt gedaan was met de nacht en een gloednieuwe morgen was aangebroken. Opnieuw een creatie van onze maker, zo maar aan onze zorg toevertrouwd. Wat zal er van komen vandaag? De handen uit de mouwen. Er tegenaan, zwoegen en zweeten als 't moet. En dan ook resultaat mogen zien: daar gaat het toch om in het leven? Hard werken en zo veel mogelijk winst maken?

## Verdieping

Ik lees Psalm 127 en merk dat deze psalm een verdieping brengt in mijn waarneming van het alledaagse. Dit lied is het commentaar van een wijze dichter op het leven van ons christenen in z'n volle breedte. Nee, het gaat niet alleen om bouwen aan je carrière, om de vraag: hoe sta ik in de maatschappij?, maar net zo goed over het bouwen van de gemeente: hoe geef ik mezelf in de gemeente? En ook het bouwen van een gezin komt ter sprake: hoe investeren we in elkaar en in de kinderen, als God ons die geeft? Dat is bouwen aan je leven.

Wanneer we ergens voor onszelf winst uit denken te halen, hebben we de neiging om kosten noch moeiten te sparen. Dat zit blijkbaar in ons. Als mensheid zijn we ambitieus. Daar hoeft op zich helemaal niets mis mee te zijn. We krijgen als mensen gaven en mogelijkheden om ermee aan de slag te gaan en ze tot bloei te brengen.

## >> Wat zal er van komen vandaag? <<

Kijk maar eens om je heen: niets van wat je ziet zou bestaan als mensen zich niet hadden laten uitdagen om hun hersenen te laten kraken en hun handen te laten wapperen. De bril op je neus, het horloge om je pols, de smartphone in je zak en wat je aan materiële en immateriële mogelijkheden maar kunt bedenken: waar zou het allemaal geweest zijn zonder menselijke drive? We vinden wat uit en we maken wat klaar hier op aarde – en we onderhouden het ook nog eens zo goed mogelijk.

## Doe-het-zelvers

Maar nu: al die verworvenheden, wat is het wáárd? Luister eens naar wat Salomo, de wijze, hierover zegt: 'Wat het waard is? Niets, helemaal niets – als de Heer er niet achter staat, als Hij niet je drive is, als Hij niet de eigenlijke bouwer is. Dan is het niet meer dan vergeefs geploeter van de mens, van jou en van mij, doe-het-zelvers pur sang. Het heeft dan geen waarde.'

>>

Vergelijk dat eens met hoe Jezus ons daarover aanspreekt in Johannes 15: 'Ik ben de wijnstok – jullie zijn de ranken: wil je vrucht dragen voor God? Blijf dan met Mij verbonden.' Hij bedoelt: zonder Mij kun je prestaties leveren op allerlei gebied die misschien geweldig genoemd worden, maar denk er goed om: dat fruit komt dan toch niet op Gods fruitschaal.

Dat zet mij – als iemand die Christus wil volgen – wel aan het denken. Ben ik echt verbonden met Jezus, gaat het mij om Hem, richt ik mij telkens opnieuw op Hem? Of sta ik centraal met mijn 'kunstje'? Dan is het vergeefse moeite.

Ja, dat kan ook gelden voor gemeenteopbouw. Een bruisende gemeente, actie zus, project zo, mooie diensten, keihard aan gewerkt, jeugdwerk en jeugdpastoraat draaien, alles is geregeld... Maar is het wel echt vrucht dragen voor God?

Altijd weer zullen we in de spiegel moeten kijken: hoe zit het met ons? Is het 'dat organiseren we wel', of is het echt van begin tot eind een biddend proces? Weten en voelen we ons met elkaar voortdurend verbonden met Jezus? Beseffen we altijd dat het God zelf is die zijn vrucht in ons tot stand brengt?

### 'Het'

'Hij geeft het zijn lieveling in de slaap.' Dat is de clou van Psalm 127. We hoeven het niet te veroveren met noeste arbeid, uiteindelijk is het een geschenk van onze maker en behoeder, een genadegave. En om die verrassing nog eens extra

te benadrukken: we krijgen dat cadeau midden in de nacht, nota bene terwijl we slapen.

Zoals het Adam overkwam, wiens toekomst open ging door 'die ene speciale' die God voor hem maakte, terwijl hij sliep. Zoals bij Jacob, die bij Betel bevrijd werd van zijn angsten en ongedacht beloftevol verder kon.

Zoals bij Jozef, die 's nachts levensverheldering kreeg, waardoor Gods messias met zijn moeder in leven bleef.

Zoals bij Paulus, toen 's nachts een moedgevende engel bij hem kwam (Handelingen 27:23).

En zoals bij Salomo, de maker van dit lied. God verscheen hem midden in de nacht in een droom om zijn jonge 'lieveling' (Jedidja, 2 Samuël 12:25), die worstelde met zijn onervarenheid, met gaven toe te rusten. Deze psalm van Salomo, de bouwer en de waker, is autobiografisch!

Dat 'het' dat we krijgen kan allerlei verschijningsvormen hebben. Als we maar weten dat het een cadeau van God is, dat wij nodig hebben op onze verdere tocht, hand in hand met Hem. We hebben het nodig om de obstakels uit te bannen die verhinderen dat we zijn vrucht dragen. De tevergeefsheid (vers 1) verdwijnt. Is dat niet een groot geluk: te mogen meemaken dat je inspanningen hierdoor toch Gods doel mogen dienen?

**Han Hagg is predikant van de Koningskerk (GKv) in Zwolle.**

## Om over na te denken

- Hoe zouden we 'het' kunnen samenvatten? Ik denk aan: dat wat nodig is om zinloos om te zetten in zinvol. Is het niet de levend-makende Geest die ons bestaan voor doodlopen behoedt? Kijk eens met me mee, met hulp van het lied 'Zoals de wind' van Martin de Geus en stel jezelf de vraag: herken ik 'het' in mijn leven?

### *Zoals de wind\**

*Zoals de wind een boom tot ruisen brengt,  
zijn stam bestrijkt, zijn bladeren doet horen,  
zo werkt een geest van hoop op mensen in  
om ons tot recht en liefde aan te sporen.*

*Die geest is God, die hand van scheppen heeft,  
die ons voorziet van krachten om te leven,  
die ons bezielt, doet zingen van geluk,  
doorgloeit van Hem die ons zijn hart wil geven.*

*En niemand die dat zo heeft voorgeleefd,  
zo onverdeeld, zo één van daad en adem,  
als Jezus, mens van liefde, wind en vuur –  
Hij helpt ook ons te leven van genade.*

*Uw adem doet ons opstaan uit de nacht,  
U blaast ons moed in, hoop in lijf en longen,  
we zien weer licht, een nieuwe dag gebaart:  
uw liefde is de wereld bijgesprongen.*

- Felix Mendelssohn-Bartholdy vertelt in zijn oratorium *Elias* (1846) hoe Elia burn-out onder de bremstruik ligt (2 Koningen 19). In de aria '*O rest in the Lord, wait patiently for Him*' komt een engel Elia bemoedigen. Luister eens op YouTube naar de uitvoering van deze aria door de jongenssopraan David Wigram. Misschien helpt het ook jou om tot deze rust te komen. Of denk je dat engelen niet via YouTube kunnen werken?

\* Dit lied is met 24 andere liederen van Martin de Geus op muziek gezet door Dirk Zwart en als verzameling verschenen op de cd *Bron van Leven* (2012). Zie [www.dirkzwart.com](http://www.dirkzwart.com).

# Rust volgens...

tekst Heleen Sytsma-van Loo



**Tjitske Volkerink: 'Als ik het over rust heb, gaat het niet allereerst over vakantierust, maar over rust vanbinnen'**

>> 'Om rustig te worden vanbinnen heb ik baat bij gebed, adem- en meditatie-oefeningen, aangevuld met aromatherapie' <<

## Tjitske Volkerink, pionier en sociaal ondernemer in het Christelijk Spiritueel Centrum

### **Wat versta jij onder rust?**

'Als ik het over rust heb, gaat het niet allereerst over vakantierust, maar over rust vanbinnen, in je hoofd en je hart. Een rust die je kunt hebben ondanks omstandigheden. Zoals het zo prachtig staat in Filippenzen 4:7: "De vrede van God, die alle verstand te boven gaat."

### **Wat geeft jou rust of waar vind jij rust?**

'Ik kan rust vinden op veel verschillende plekken, bijvoorbeeld in de natuur, op de bank met een mooi (puzzel)boek, tijdens een ontmoeting met goede vrienden of door een dagje wellness en een lekkere massage. Om rustig te worden vanbinnen heb ik baat bij gebed, adem- en meditatieoefeningen, aangevuld met aromatherapie. Bewust stilstaan en aandacht geven aan wat er is en eerlijk kijken naar gedachten of de onrust die er is, helpt me om te bepalen wat er aan de hand is en wat me te doen staat. Ik zie dit allemaal als geschenken van God om zijn rust te ontvangen.'

### **Wat zijn valkuilen voor jou waardoor de onrust kan toeslaan, en hoe vermijd je die?**

'Wegduwen of rationaliseren van dingen die niet oké zijn en onrust veroorzaken. Vaak is dat een onbewust proces. Door regelmatig de stilte op te zoeken met gebed en meditatie word ik me bewust wat er speelt. Eerlijk zijn tegen jezelf, anderen en God over wat er vanbinnen speelt, is heel helpend. Overigens heeft onrust een goede kant: het zet je in beweging. Vermijden van onrust is volgens mij onmogelijk en volgens mij ook onwenselijk. Hoe ga je met de onrust om? Dat is een zinvolle vraag.'

### **Hoe houd je het vol als je het enorm druk hebt?**

'Genoeg momenten tussendoor nemen om op te laden en een vinger aan de pols houden van mijn drive. Ben ik bezig vanuit de goede bron? Kan ik ook anders plannen? Kijken naar mijn prioriteiten en als laatste opnieuw die eerlijkheid. Stilte en meditatie, Gods Woord en wijze mensen in je omgeving helpen hierbij enorm.'

### **Hoe ga je deze zomer doorbrengen?**

'Met mijn gezin ga ik een weekje naar New Wine, daarna gaan we een weekje naar Drenthe in een vakantiehuisje en nog een paar dagen op een camping aan zee. Mooie combinatie van spirituele input en rust, ruimte en ontspanning.'

## Wat betekent rust voor de lezers van *OnderWeg*? Op deze pagina's een selectie van de inzendingen.

Dingeman van Wijnen zond een fragment uit *Duizendmaal dank* van Ann Voskamp in:

Haast. Haastig op weg naar het volgende zonder dat wat voor me ligt echt gedaan te hebben. Ik kan geen enkel voordeel bedenken dat ik ooit heb behaald door gehaast zijn. Maar wel duizend dingen die ik kapotgemaakt heb, gemist heb, tien-duizend, als gevolg van al dat hollen en vliegen... Door al die haast dacht ik dat ik tijd inhaalde. Maar wat ik deed, was tijd weggoien.

Met al die haast, als olifanten in een porseleinkast, slaan we ons eigen leven aan gruzelementen.

Haast zit ernaast.

En ik stond even stil (...) en ik hoor nog meer woorden, van een andere zoekende vrouw: 'Op elk niveau van het leven, van het huishouden tot de hoogte van het gebed, in alle pogingen om dingen voor elkaar te krijgen, zijn haast en ongeduld de duidelijkste merktekenen van de amateur.'

Ik boen over de schaal en probeer de spijt weg te poetsen van mijn eigen leven als amateur. Want zo heb ik geleefd. Vanaf het moment dat de wekker gaat en ik wakker word op mijn kussen tegen het zijne, me uitstrek over zijn blote rug en naar die genadeloze wijzers kijk. De tijd, altijd die tijd, ik ben een amateur die probeert de tijd te verslaan. De zes kinderen worden wakker. De race begint. De stal... snel. Ontbijt... snel. De boeken, de schriften, snel! In een wereld verslaafd aan snelheid, verdoezel ik de momenten tot één grote, onheilige veeg. Ik deed het. Ik doe het nog steeds. De wijzers van de klok zijn harde meesters. En dus duw ik hard en brom ik hard en val ik hard uit en als hun grote ogen zich vullen met verdriet en hun lippen trillen, dan ben ik moe en weerspiegelt mijn dunne huid hun vermoeidheid, mijn glanzende ogen hun zelfde pijn.

Haast doet ons zeer.



En misschien drijft die pijn ons wel voort. Al dat gejakker, schijnbaar op weg naar iets, kan het ook zijn dat we in werkelijkheid op de vlucht zijn – wanhopig proberen te ontsnappen aan de pijn die ons achtervolgt?

Welk tempo we ook aanhouden, de tijd houdt het wel bij en we kunnen haar niet ontlopen, alleen nog maar harder gaan en harder draven; de minuten gaan even hard mee. Race nog harder en precies op tijd zul je knappen en leeglopen. Hoe langer ik doordraaf, hoe groter de scheur en ik bloed dood.

Haast maakt onze ziel leeg, altijd.

En het zijn die zes zielen die ik liefheb, die daar onder die sparren, daar buiten. Twaalf armen die dennenappels rapen. Twaalf gebogen knieën. De armen van de Jongens-Man harken een berg gras bij elkaar, resten van de winter. Het Grote-Meisje duwt verwaaide blonde lokken van Kleintje terug onder haar voorjaarshoed. Twee kleine jongens bukken om dennenappels in de emmer te gooien, ze stoten voor de grap met hun hoofden tegen elkaar en ik zie de lichte lach op hun gezicht, hun schouders die schudden van plezier. En o, ik ken het geluid en ik lach mee.

De roestige pan waar ik de chocola in gesmolten heb glijdt van de vloer. Ik raap hem op en zie hem wegzinken in de gootsteen.

Ik spreek het uit tegenover God: ik wil niet echt meer tijd; ik wil gewoon genoeg tijd. Tijd om diep adem te halen en tijd om echt te kijken en tijd om vrijuit te lachen, tijd om U eer te geven en diep uit te rusten en vreugde te zingen en net genoeg tijd op een dag om me niet opgejaagd te voelen, onder druk gezet, opgedreven, gekgemaakt om alles af te krijgen – gisteren. In een wereld waarin koeien moeten worden gekocht en maïsvelden moeten worden bekeken en werk gedaan moet worden, in het geknipper en geflakker van de eenentwintigste eeuw, met zijn rondzingende stelregel 'leef het moment', maar niemand van de wervelvermoeide stervelingen lijkt te weten hoe dat moet, wie weet er in die wereld hoe je tijd moet maken en ziel en lichaam en God allemaal op een rijtje moet houden? Tijd om je jas van de kapstok te plukken en tijd om eruit te gaan, er op uit richting lucht en groen en tijd voor verwondering over dat alles in al dat licht, die tijd die breekt in een prisma.

Ik wil gewoon de tijd om dit ene leven goed te leven.

Een zeepbel knapt tegen mijn huid.

**Ann Voskamp, *Duizendmaal dank. Zoek het ware leven waar het te vinden is: vlak voor je neus*, Franeker (Van Wijnen), 2012.**



Arjan Minnema uit Baflo schreef een haiku in een Groningse setting:

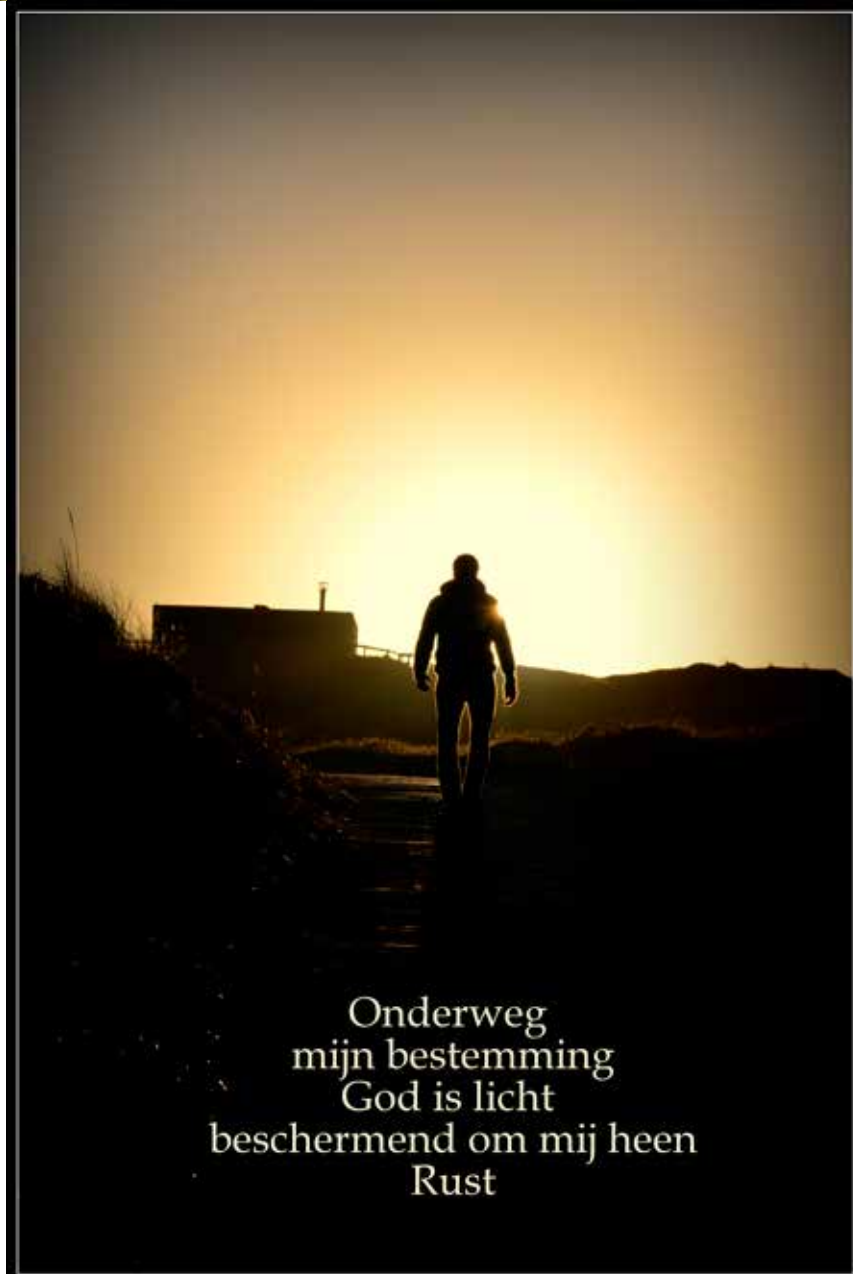
< de rust van het Wad  
haalt de onrust van het hart  
uit bevende grond



Dirk Jan van Veelen denkt bij rust onder meer aan het boek *Gebed als ontmoeting* van Anselm Grün. 'Het heeft mij geholpen om meer rust te vinden in mijn gebed.' Ook denkt hij aan de film *De grote stilte*, waarin niet gesproken wordt, en het boekje *Tien geboden voor innerlijke rust* van Lisette Thooft.

Ook Ellen Postma maakte een foto rond het thema. Ter toelichting schrijft ze:

Rust is voor mij een hartsge-steldheid. Ik heb innerlijke rust als ik in mijn hart weet dat ik het leven leef dat God voor mij bestemd heeft, en dat Hij mij helpt met zijn Geest. Dan straalt Gods licht door mij heen naar anderen toe. Ook tijdens zware, donkere en moeilijke tijden is God beschermend om mij heen.



# Rust volgens...

tekst Heleen Sytsma-van Loo

Andries Knevel, voormalig programmadirecteur bij de EO, theoloog en auteur

## Wat versta jij onder rust?

'Rust is voor mij een moment dat ik geen verplichtingen voel. Ik hoef geen programma, lezing of preek af te hebben. De druk is er even af.'

## Wat geeft jou rust of waar vind jij rust?

'Er zijn een paar plekken waar ik rust ervaar. In de eerste plaats in mijn studeerkamer, wanneer ik een theologisch boek zit te lezen. Het zijn uurtjes van korte duurtjes, maar dan ervaar ik rust, zeker als het boek mij uitnodigt

>> 'Nu ik wat ouder geworden ben, heb ik niet zo veel valkuilen meer' <<

en uitdaagt om erbij te mediteren. Daarvoor heb ik een speciale stoel (gewoon een makkelijke stoel van IKEA), waarin ik tot rust kom.

In de tweede plaats wanneer ik uit mijn luie leunstoel uitkijk over het heuvelland van Toscane, met de cipressen, korenvelden en in de verte de kerktorens van de kleine plaatsjes.

En in de derde plaats, wanneer ik zomaar met mijn vrouw een paar dagen weg ben, liefst naar een drukke stad, en we het samen onuitgesproken goed hebben. Wat een zegen.'

## Wat zijn valkuilen voor jou waardoor de onrust kan toeslaan, en hoe vermijd je die?

'Uiteraard zijn ook voor mij de sociale media een valkuil. Daarin wil ik gedisciplineerd zijn. Maar nu ik wat ouder geworden ben, heb ik niet zo veel valkuilen meer. In het verleden kon ik mijn onrustige hart bestrijden door dat theologische boek in mijn meditatiestoel. Voorwaar een probaat middel tegen onrust.'

## Hoe houd je het vol als je het enorm druk hebt?

'Als ik terugkijk, verwonder ik me inderdaad over het feit dat ik meer dan veertig jaar erg hard heb gewerkt, maar

het tegelijkertijd ook wel tamelijk makkelijk volhield. Ik heb geen geheime tips. Voor mij werkte in willekeurige volgorde: zelfspot, een goede gezondheid en een heerlijke, vreugdevolle, intense relatie met mijn vrouw. Een mooi glas rode wijn 's avonds kan ook goed helpen. En af en toe zeggen: "Heer, het is uw zaak."

## Hoe ga je deze zomer doorbrengen?

'Zoals altijd gaan we D.V. met het hele gezin naar Toscane. Daar huur ik een grote boerderij, met zwembad, waar iedereen welkom is. Nadat ik vijf kleinkinderen gedurende twee weken heb vermaakt, reizen mijn vrouw en ik nog wat verder Italië in. Gelet op mijn ziekte van het afgelopen jaar is het voor ons heel bijzonder om dit weer met elkaar te kunnen doen.'



Andries Knevel: 'Er zijn een paar plekken waar ik rust ervaar. In de eerste plaats in mijn studeerkamer.'

Van je hoofd naar je hart

# Tien momenten van verstilling



Hoe geef je rust en ruimte heel praktisch een plek in het leven van elke dag? Stiltetrainer Mirjam van der Vegt geeft tien aanwijzingen voor bezielend leven. 'Rust biedt het broodnodige tegenwicht waardoor je kunt leven vanuit je hart, zonder opgebrand te raken.'

tekst **Mirjam van der Vegt**

## ***1. Koester je hart***

In een wereld waarin we dagelijks overspoeld worden door informatie van buitenaf, hebben we innerlijk tegenwicht nodig: stevige wortels, waardoor we niet zomaar overvallen worden door een stroom aan tegenslagen of informatie. Je hart heeft geen afleiding nodig; het wil gekoesterd worden. Pleeg zielsonderhoud, net zoals je je auto jaarlijks naar de APK brengt. Je bent dan heus geen zweverig type, maar geeft voeding aan je hart. Bied je hart dagelijks een paar keer aan God aan en maak daar een gewoonte van. Wortel in vrede, bloei in liefde.

## ***2. Blaas je verlangen adem in, in plaats van je problemen***

God gaf ons de levensadem. Deze levensadem geeft ons inzicht, zei Job al (Job 32:8). Gebruik je adem om het verlangen van God de wereld in te brengen, in plaats van dat je steeds maar weer met iedereen praat over je problemen. Dat scheelt veel verspilde energie en geeft rust in je leven. Het wil niet zeggen dat je nooit over problemen mag praten; soms is dat nodig. Zoek daarvoor goede hulp of een specifieke persoon. Zorg dat er balans is in je praten over je problemen en over je verlangens.

### **3. Ontprikkel je brein, dat maakt je leven fijn**

Ons brein staat bloot aan een continue stroom van prikkels; er is twintig keer zo veel informatie als twintig jaar geleden! Willen we gezond blijven, dan is het noodzakelijk rust te nemen. Rust zorgt ervoor dat je adrenalinespiegel weer normaal wordt. Het elastiek kan niet altijd strak gespannen staan. Bovendien maakt rust dat je meer kunt ontvangen en slimmer kunt nadenken. Je archiverende brein gaat in werking zodra al het stof even neerdaalt.

### **4. Verander je gewoontes**

95 procent van ons gedrag komt voort uit gewoontes. Wanneer je rust in je leven wilt inbouwen, ben je er niet met alleen maar denken aan rust. Je zult ook je gewoontes moeten aanpassen. Niet voor niets is dit in de benedictijnse kloostertraditie één van de drie leefregels: *conversio morum*, verander je gewoontes. Richt je dagelijkse bezigheden zo in dat je bezield blijft. Welke gewoontes maken je tot vrij mens en welke tot slaaf? Een heel praktische gewoonte kan zijn dat je eerst met God in contact bent (*heavenly media*) voordat je aan de slag gaat met social media.

### **5. Durf onaf te zijn**

Wie vooruit wil – ook dus meer wil leren over rust – moet vaak door periodes van onduidelijkheid. Durf onaf te zijn, zegt Pierre Teilhard de Chardin. Oefen geen druk uit. Alsof je vandaag al zou kunnen zijn wat de tijd, genade en omstandigheden pas morgen voor jou voorzien hebben. Gun God het geloof dat zijn hand je leidt. Vertrouw op het trage werken van God.

### **6. Loop in en uit bij Jezus**

In Johannes 10:9 zegt Jezus dat Hij de deur is. Als je bij Hem binnenloopt, zul je gered zijn. Je zult in- en uitlopen en een weide vinden. Dit is een prachtige tekst om een tijdje mee op te wandelen. Jezus belooft hier nogal wat: je mag bij Hem in- en uitlopen en steeds zullen er dan weer nieuwe grazige velden zich voor je openen. Laat je redden: loop bij Jezus naar binnen.

### **7. Poot rust in je levenstuin**

Net zoals je bloembollen in de tuin poot, kun je ook rust 'poten' in je leven. Dat doe je bij voorkeur aan het begin van een nieuw jaar of een nieuwe maand. Rust als beginpunt, in plaats van eindpunt. Wil Derkse, als oblaat verbonden aan een klooster, geeft de volgende handreiking:

Een half uur stille tijd per dag  
Een avond stilte per week  
Een stille dag per maand

Een stil weekend per kwartaal  
Een stille week per jaar

### **8. Een stil uur bij God is genoeg**

David wist het al: 'In het uur dat ik U aanroep, wijk mijn vijanden' (Psalm 56:10a). Er zijn vaak zo veel stemmen om ons heen. De één vindt dit, de ander dat. Wat moet je geloven en wie heeft het goede met je voor? In het stille uur met God is het zijn mening die telt. Je oefent in 'zijn' met God. Misschien hoor je niet altijd direct iets, maar je bent in zijn aanwezigheid. Ontdek hoe je op adem komt.

### **9. Beoordeel de dag naar wat je zaait in plaats van wat je oogst**

We leven in een prestatie maatschappij. Voordat je het weet, leef je alleen nog maar voor het resultaat, en denk je dat dit door jouw handen tot stand is gebracht. Onze opdracht is om te zaaien. Alles wat opkomt, is Gods werk. Natuurlijk mag je gaan voor een doel, maar verlies het zaaien niet. Dat is je eerste taak. Zaai liefde.

### **10. Doe het telkens weer een keer**

Wanneer je gevangen bent door de ratrace, is rust nemen moeilijk. Besef dat je leeft onder Gods genade en dat je het niet alleen hoeft te doen. Vallen hoor erbij, opstaan ook. Doe het telkens weer, zoals je kunt lezen in een gedeelte van een gedicht van Bernard van Clairvaux:

Wanneer je je hele leven en beleven  
volledig met bezigheden doorbrengt  
en geen ruimte meer voor bezinning hebt,  
moet ik je dan hierom prijzen?  
Denk eraan: gun je jezelf.

Ik zeg niet: doe het altijd, ik zeg niet: doe het vaak,  
maar ik zeg: doe het telkens weer een keer.  
Wees er net als voor alle anderen ook voor jezelf.

**Mirjam van der Vegt is journalist, schrijver, spreker en trainer.**

### **Lezersaanbieding**

In het boek *Adem de dag* geeft Mirjam van der Vegt nog 355 aanwijzingen rond rust en verstillig. Bij het boek horen werkboekjes, die de tips uitwerken met opdrachten, ook voor Bijbelstudieclubs. *OnderWeg* stelt gratis vier exemplaren beschikbaar; twee van het eerste deel *Balans* en twee van het tweede deel *Moed*. Stuur om kans te maken vóór 20 juli uw naam en adres naar [redactie@onderwegonline.nl](mailto:redactie@onderwegonline.nl). Vermeld daarbij welk boekje u graag zou willen ontvangen. De winnende lezers krijgen op 20 juli bericht.

# Rust volgens...

tekst Heleen Sytsma-van Loo

Rick Timmermans, journalist en auteur, schreef onder andere *Hunkeren naar rust. Pelgrimeren door de Regel van Benedictus*



**Rick Timmermans: 'Rust is voor mij iets anders dan niet druk zijn. Het is een gemoedstoestand.'**

## **Wat versta jij onder rust?**

'Rust is voor mij iets anders dan niet druk zijn. Het is een gemoedstoestand. Een ervaring van eenheid. Eén met jezelf, met de mensen om je heen die je dierbaar zijn, met de rest van de wereld. Een eenheid die ontspringt in de bron der bronnen: God.'

>> 'Als er geen ruimte is voor de A/ander, slaat de onrust onvermijdelijk toe' <<

## **Wat geeft jou rust of waar vind jij rust?**

'Christus geeft die rust. Soms kan ik mij verward of ontheemd voelen in mijzelf, dat is voor mij onrust. De dingen in mijn leven kloppen niet meer. De metronoom is ontspoord. Dan weet ik dat ik weer tijd moet doorbrengen met Jezus. Simpelweg door een evangelieverhaal te lezen

en mij in te beelden dat ik daarin een rol speel, letterlijk aan de voeten van Jezus.'

## **Wat zijn valkuilen voor jou waardoor de onrust kan toeslaan, en hoe vermijd je die?**

'Te veel eigenliefde en zelfzucht. Wanneer de dingen vooral om mijn kleine ik draaien. Als er geen ruimte meer is voor de A/ander, slaat de onrust onvermijdelijk toe.'

## **Hoe houd je het vol als je het enorm druk hebt?**

'Die ervaring ken ik niet zo. Ik heb het nooit enorm druk. Ik ken mijn grenzen en daar ga ik zelden overheen. Soms is een dag wel heel vol, maar dan volgen altijd enkele rustigere dagen. Zo niet, dan word ik een heel vervelend mens – en ik ben geroepen altijd vriendelijk te zijn.'

## **Hoe ga je deze zomer doorbrengen?**

'Eerst op vakantie met vrouw en dochter. Enkele weken daarna krijgen wij als alles goed gaat onze tweede dochter. En dan is het wel even gedaan met de uiterlijke rust...'

## Ria Borkent, auteur en dichteres, onder meer van liedteksten

### **Wat versta jij onder rust?**

'Rust is voor mij allereerst innerlijke vrede met God, mezelf en mijn omgeving. Het is ook een fysieke ervaring van uitgerust zijn.'

### **Wat geeft jou rust of waar vind jij rust?**

'Mijn leven zoals ik het mag leven geeft me rust. Ik ben een stabiele persoonlijk-

heid, vrij saai eigenlijk en dat is heel fijn. Tegelijk ben ik iemand van initiatieven en levendigheid. Dat zijn de bloemen die op mijn bodem bloeien.

Rust ontvang ik via het ritme van zes dagen werken en dan zondag vieren. Een geweldige uitvinding. De viering in de kerk is balsem op de pijnlijke wonden van dit zo complexe leven, en geeft

focus. Dagelijks in de Bijbel lezen geeft rust.

Als ik een goed boek heb, bijvoorbeeld een biografie, kan ik daarvan genieten. Een weekend met kinderen en kleinkinderen vind ik ook heerlijk. Hoewel niet bepaald rustig, krijg ik er wel energie van. En mijn werk geeft me energie, omdat ik er plezier in heb. Zoals recent >>



**Ria Borkent: 'Rust is voor mij allereerst innerlijke vrede met God, mezelf en mijn omgeving.'**

de kinderbijbel *God wil bij mensen wonen*, enorm fijn om te doen.'

**Wat zijn valkuilen voor jou waardoor de onrust kan toeslaan, en hoe vermijd je die?**

'Door ervaring weet ik dat ik niet avonden achter elkaar weg moet zijn en niet langdurig tot na tienen op de computer moet werken.'

**Hoe houd je het vol als je het enorm druk hebt?**

'Als ik veel dingen te doen heb voor verschillende "baantjes", maak ik een doe-lijst. Tussendoor iets huishoudelijks om het

>> 'Ik ben een stabiele persoonlijkheid, vrij saai eigenlijk' <<

hoofd leeg te maken, boodschappen op de fiets, of een dag naar dochter of zoon.'

**Hoe ga je deze zomer doorbrengen?**

'Mijn man en ik varen deze zomer door Nederland. We gaan verder een paar dagen naar Engeland (Evensongs) en in september is het plan dat we met mijn familie gaan kamperen. Als we thuis zijn, hoop ik op mooie zomeravonden: lezen op het terras, vogels, wolkenluchten.'

## Janneke de Leede, psycholoog, coach en trainer

**Wat versta jij onder rust?**

'Voor mij is rust een toestand waarin je je lichamelijk en geestelijk ontspannen voelt. Het betekent voor mij niet dat je niets hoeft te doen, maar dat er ruimte is om met echte aandacht te genieten van natuur, muziek of een goed boek.'

**Wat geeft jou rust of waar vind jij rust?**

'Het geeft mij rust om te weten dat ik niet perfect hoeft te zijn en niet alles goed hoeft te doen. Ik ben geliefd, dat is de basis waar je steeds weer op mag rusten. Een plek waar ik tot rust kom is de hangmat op onze veranda in de tuin. Dat geeft mij gelijk een vakantiegevoel. Lekker dichtbij en gemakkelijk in te passen in een dag of weekend. Verder vind ik het heerlijk om te wandelen of te fietsen. We wonen in een

moie omgeving, dus ik doe dat vaak. Muziek kan me ook rustig maken. Ik houd erg van de liederen van Taizé.'

**Wat zijn valkuilen voor jou waardoor de onrust kan toeslaan, en hoe vermijd je die?**

'Ik ben soms met te veel dingen tegelijk bezig. Ook stop ik mijn agenda soms te vol. Ik leer steeds beter dat ik iemand ben die regelmatig tijd en ruimte voor zichzelf nodig heeft om weer op te laden. Dus regelmatig plan ik een avond of weekend waarin niets moet.'

**Hoe houd je het vol als je het enorm druk hebt?**

'Door toch momenten in te plannen om te ontspannen, ademhalingsoefeningen te doen en door te sporten, gezond te eten en goed te slapen.'

**Hoe ga je deze zomer doorbrengen?**

'We gaan een week aan zee in ons familiehuisje doorbrengen om lekker uit te rusten en daarna gaan we met het

hele gezin een rondreis maken door Oost-Europa. Nieuwe dingen zien, inspiratie opdoen en genieten van elkaar.'



**Janneke de Leede: 'Voor mij is rust een toestand waarin je je lichamelijk en geestelijk ontspannen voelt.'**

>> 'Het geeft mij rust om te weten dat ik niet perfect hoeft te zijn' <<

Jan Schelhaas is al zestig jaar actief als predikant

# ‘Het preken is voorbij’

Hij is 91 jaar en heeft net zijn zestigjarig ambtsjubileum als predikant achter de rug. Tot vorig jaar preekte hij nog iedere zondag, maar afgelopen september legde de Nederlands-gereformeerde predikant Jan Schelhaas uit Zwolle het preken gedwongen neer. Prostaatanker en uitzaaiingen, met als gevolg veel pijn. Die pijn is nu grotendeels onder controle. Een interview geven lukt weer. En preken? ‘Daarmee is het wel gebeurd.’

tekst **Embert Messelink** beeld **Dirk Jan van Veelen**

‘Natuurlijk heb ik zo mijn vragen aan God. Je bent het in zo’n geval natuurlijk niet meteen eens met Gods weg. Maar ik erken dat Hij wel de weg wijst. Dus heb ik gevraagd: Heer, wat hebt U voor bedoelingen met de laatste periode van mijn leven? En toen merkte ik hoeveel mensen ik nog op bezoek krijg. Dat ik nog naar de schaakclub kan, waar ik veel buitenkerkelijken ontmoet. Ik voer bijna dagelijks gesprekken over het geloof. Ik denk dat ik daarin Gods antwoord mag zien.’

**Voor u ligt een stapel kranten en tijdschriften. U leest nog van alles?**

‘Ik lees vijf kranten: *Reformatorisch*

*Dagblad, Nederlands Dagblad, Trouw, NRC en De Stentor.* Daarnaast samen met mijn burens nog een stuk of 25 tijdschriften, de meeste theologisch, maar ook politiek. Zolang mijn hoofd goed blijft, vind ik mijn hoge leeftijd een zegen. Met Pasen keek ik naar *The Passion*. Daar ben ik het niet helemaal mee eens. Ik mis de boodschap van verzoening door Jezus. Maar het paasverhaal komt zo wel bij drie miljoen mensen! Ik heb zelf een duidelijke mening en die verkondig ik ook, maar niet zo dat men zich eraan ergert.

Ik volg ook het nieuws over de kabinetsformatie. Segers heeft als harde eis gesteld: we gaan geen oude

mensen de dood in drijven omdat ze overbodig zijn. Buma heeft dat ook gezegd, maar of hij woord houdt, moeten we maar even afwachten. Van het christelijk-sociaal denken zie ik bij het CDA helaas weinig. Van der Staaij doet het trouwens ook erg goed. Ik vind het grappig dat de SGP’ers nu niet meer voor de camera zijn weg te slaan; vroeger mochten die televisie-interviews niet bij de SGP.

Ik kan nog alles bijhouden. Ik heb wel een plaatje om mijn nek hangen: niet reanimeren. Mijn vrouw is enkele jaren geleden overleden, we hebben geen kinderen gekregen. Als het einde komt, is het goed. Op ons graf – waar zij al

ligt – staat het visteken met het kruis erin. En daarbij de woorden: Jezus is onze redder. Wij verwachten het nieuwe Jeruzalem.'

**Ik ken u vooral als preker. Was dat uw lust en uw leven?**

'Zeker! Toen ik dominee werd, twijfelde ik eerst erg of ik het zou kunnen. Ik hoorde mezelf terug op een bandje en dacht: dat wordt niks. Maar met hulp van mijn vrouw heb ik 58 jaar op allerlei plekken gepreekt. Toen bleek dat wij geen kinderen konden krijgen, zei ze: dan wil ik jou helpen. Mijn vrouw kon goed organiseren, ze plande alle preekafspraken in en hield mijn agenda goed bij. Meer dan vijftig jaar bivakkeerden we samen veel weekenden met de caravan op boerencampings, in de buurt van de plekken waar ik zou preken. Het mooiste compliment kreeg ik soms van jongeren na de preek: "Mooi zoals u de Bijbel midden in het leven van nu weet te plaatsen." En dat voor een oude dominee als ik! Ik hield ervan om de tekst in verband te brengen met de actualiteit.

Tot september heb ik praktisch iedere zondag een keer gepreekt. Eén van de laatste keren was in Kampen. De hoge preekstoel op hoefde niet meer, ik heb beneden gepreekt. Ik mis het nu vreselijk. Ik hoop dat ik het misschien nog een keer mag doen in Wollega, in de Vrije Gereformeerde Kerk daar. Daar ben ik mentor van geweest. Daar zou ik zittend op de preekstoel kunnen preken, het is daar net een groot

>> 'Ik heb wel een plaatje om mijn nek hangen: niet reanimeren' <<



**Jan Schelhaas: 'Het mooiste compliment kreeg ik soms van jongeren: "Mooi zoals u de Bijbel midden in het leven van nu weet te plaatsen." En dat voor een oude dominee als ik!'**

gezin. Verder is het wel gebeurd met het preken.'

**Waar lag uw hart als predikant?**

'Ik noem altijd drie dingen. Allereerst zonder meer spreken en preken, daar heb ik ontzettend van genoten. Op twee staat de politiek. Ik hoorde bij een clubje verontruste ARP'ers en later was ik betrokken bij de RPF. Ik trok er geregeld op uit, met de politici het land in. De politici hielden een politiek verhaal, ik hield een soort tijdrede. Ik was de afgelopen jaren vaak lijstduwer van de ChristenUnie, voor de Kamer en plaatselijk in Zwolle. Het derde was de hbo-opleiding pastorale leergangen. Toen ik in Delft stond zijn we daar met een aantal andere predikanten en lera-

ren mee begonnen. We wilden theologisch tegenwicht bieden aan de VU. We hebben honderden mensen opgeleid. Ik ben er dertig jaar bij betrokken geweest, ik gaf homiletiek (preekkunde), liturgiek en ethiek. Later is de opleiding ondergebracht bij de gereformeerde hbo in Zwolle.'

**En het pastoraat?**

'Mijn vrouw en ik hebben altijd veel bezoekwerk gedaan. In Delft hebben we in tien jaar zo'n vijfduizend studenten bezocht. Ik was toen nog predikant in de (synodale) Gereformeerde Kerk. Ik kon gebruikmaken van de gegevens van de burgerlijke stand, die aan de kerk werden doorgegeven. We gingen er altijd zonder afspraak op uit. Op een



**Jan Schelhaas: 'Wat ben je nou eigenlijk echt, hebben ze me vaak gevraagd. Dan zeg ik: evangelisch-gereformeerd.'**

gegeven moment herken je mensen aan hun reactie. Hagenezen zeggen: even met mijn vrouw overleggen of het uitkomt. Rotterdammers zeggen: leuk, komt u binnen! Goed pastoraat is het behoud van de gemeente, leerde ik. Gewoon een bezoekje brengen, het hoefde vaak niet eens een diepzinnig gesprek te zijn. En de volgende zondag zaten ze in de kerk.'

**U bent als predikant ook nog actief geweest voor allerlei organisaties. Zijn er eigenlijk ook dingen die u minder lagen?**

'Ik was inderdaad betrokken bij organisaties als de Evangelische Omroep, de Evangelische Hogeschool, Christenen voor Israël en Bijbelschool De Wittenberg. Ik had er voldoende tijd voor. Maar geen enkele predikant is een schaap met vijf poten. Catechisatie geven aan jongere kinderen vond ik

ingewikkeld, juist omdat we zelf geen kinderen hadden. Gemeenteleden verzorgden die catechisaties, ik deed de oudste groepen en de belijdenscatechisatie. Dat lag me meer: ik mocht graag met ze discussiëren.'

**Zijn er dingen waar u spijt van hebt?**

'Ik ben geen ruziemaker. Ik kom uit Noord-Holland, waar mijn vader burgemeester was in een gemeente met een derde protestanten, een derde katholieken en een derde niet-gelovigen. Ik leerde van mijn vader: je moet relaties leggen. Ik ben altijd open geweest en heb goede contacten gehad. Als er dingetjes waren, breide mijn vrouw dat recht. Zelfs in het conflict in Zwolle in 1983, toen de Nederlands Gereformeerde Kerk splitste, ben ik er grotendeels buiten gehouden door een commissie die alles regelde. Ik hield me er ook wijselijk buiten. Ik kreeg wel de schuld. Men wilde mij afzetten, maar dat lukte niet. Met de andere predikant, collega Van Oene, verschilde ik van mening over veel zaken. Maar op persoonlijk vlak had ik geen problemen met hem. Onlangs heb ik zijn weduwe nog gesproken. Toen het bezoek voorbij was, zei ze: "Ik ben zo blij dat je geweest bent, mag ik je een zoen geven?" Tussen Zwolle I en II is de vrede intussen gelukkig al lang weer getekend.'

**U was synodaal-gereformeerd en werd Nederlands-gereformeerd. Hoe ging dat?**

'In Delft was de boot aan met die Kuitert-toestand. Wat heeft die man een hoop kapot gemaakt in de kerk. Jij kunt beter vrijgemaakt worden, zeiden collega's tegen me. Maar ik had niet zoveel met het warekerkdenken. Dus werd het Nederlands-gereformeerd, met veel dank aan wijlen ds. Moggré. Wat ben je nou eigenlijk echt, hebben ze me vaak gevraagd. Dan zeg

ik: evangelisch-gereformeerd. Ik kom uit een afgescheiden familie met een gezond bevindelijke levenshouding. Je moet in je leven getuigen wie Jezus voor je is. Ik riep mensen in mijn preken ook altijd op om voor Jezus te kiezen. Ik ben het eens met evangelischen die tegen ons zeggen: jullie getuigen niet genoeg.

Voordat ik in Delft stond hebben we in Leeuwarden zeven vette jaren mee-gemaakt. Het was nog midden in de bloeitijd van het gereformeerde leven. Er waren 13.000 gereformeerden en negen predikanten in de stad. Later in Delft veranderde het kerkelijke klimaat al. Orthodox-gereformeerde gemeenteleden kwamen naar mij, er moesten vaak stoelen bij. Bij minder orthodox-

>> 'In Delft hebben we in tien jaar zo'n vijfduizend studenten bezocht' <<

gereformeerde collega's in de omgeving kwamen er veel minder mensen in de zondagse eredienst. Iemand zei in die tijd tegen me: "U preekt Jezus, de anderen niet."

Het mooie van het Nederlands-gereformeerde kerkverband heb ik altijd gevonden dat we samen bekijken hoe iets Schriftuurlijk zit, maar dat elke plaatselijke gemeente vervolgens zelf moet kijken of ze het tot eer van God en tot heil van de gemeente vindt. Vandaag de dag is er wel veel veranderd in de kerken. Ik gebruik daar het woord "verwatering" voor. Ik zit in een clubje emeritus predikanten en wij signaleren allemaal dat een goede

## Ononderhandelbaar

doorwrochte preek tegenwoordig al gauw te veel is. Veel mensen gaan voor de gezelligheid naar de kerk. Het moet fijn zijn voor de kinderen. De tweede kerkdienst begint ook hier in Zwolle hard af te zakken. Wij hadden tot vorig jaar altijd 's avonds een gezamenlijke dienst met de CGK. Maar van de 4500

>> 'Veel mensen gaan voor de gezelligheid naar de kerk' <<

gemeenteleden komen er nog maar 150. Veel jongeren gaan hier 's morgens naar de Vrije Evangelisatie Zwolle. Ouderen in de kerk klagen juist over te veel Opwekkingsliederen. Zij missen de psalmen en bekende gezangen. Als ouderen missen wij het echt gereformeerde in de preken vaak. Dat God ook oordelend kan zijn als je nee tegen Hem blijft zeggen. Voor mij is dat de lijn van de theologen Augustinus, Calvijn, Bavinck en nu ook de dogmatiek van Van den Brink en Van der Kooi.

Ik volg de ontwikkelingen rond bijvoorbeeld vrouwen in het ambt en de vraag hoe de kerk met homo's omgaat. Als puntje bij paaltje komt ben ik geen voorstander van veel ontwikkelingen op dat vlak. Maar ik stel mezelf ook de vraag: is het iets van de eerste orde, waar je geloof mee staat of valt? Tast je hiermee het Schriftgezag aan? Dat denk ik niet.'

### Waar gaat het heen met de gereformeerde kerken?

'Qua aantal wordt het minder. Maar God zorgt er wel voor dat de kerk blijft bestaan. Dat geloof kom ik dwars door de kerken heen tegen. Aan de ene kant ben ik niet blij dat het een beetje ongereformeerder wordt. Aan de andere kant stelde ik pas een evangelische student de kernvraag: geloof je in de Heer Jezus? Ja, zei hij. Fijn is dat! Dan ben ik gewoon blij.'

**Embert Messelink is freelance journalist.**

Binnenkort worden nieuwkomers in de Nederlandse samenleving verplicht een participatieverklaring te ondertekenen. 'Met de participatieverklaring maken nieuwkomers kennis met de ononderhandelbare rechten en plichten en de fundamentele waarden van de Nederlandse samenleving', aldus minister Lodewijk Asscher. Het hoort bij de inburgeringscursus die men verplicht moet volgen, tezamen met een dito examen waarvoor je ook kunt zakken. In dat geval: geen verblijfsvergunning en ook geen Nederlanderschap.

De Nederlandse waarden onderschrijven? Wat zijn die dan? Ik ging maar eens zoeken op internet.

Want ik ben er niet gerust op. Stel dat ik geen Nederlander was van geboorte, zou ik dan in aanmerking komen voor het Nederlanderschap? Op het eerste gezicht zijn het geen onredelijke dingen die verwacht worden, al doet het me denken aan de Franse Revolutie, met haar *liberté, égalité et fraternité* (deze

>> De Nederlandse waarden onderschrijven? Wat zijn die dan? <<

begrippen worden weergegeven met vrijheid, gelijkwaardigheid en solidariteit). De vraag is natuurlijk dan wel hoe zo'n algemene verklaring wordt vertaald naar wetten en regelgeving.

Niet discrimineren 'naar geloof, geslacht, afkomst of seksuele geaardheid'? Soit (ik blijf maar even bij het Frans, maar voor degenen die dat niet verstaan: Oké). Maar mag je straks nog wel geloven en uitdragen dat seksuele gemeenschap exclusief thuishoort in het huwelijk tussen man en vrouw? Dat leerkrachten op een christelijke school die gaan samenwonen een slecht voorbeeld geven? Dat ouders het recht hebben hun kinderen op te voeden en in te wijden in hun geloof, ook als daar (ik noem maar wat) besnijdenis van jongetjes bij hoort? Als orthodoxe christen mag je je al verheugen in extra aandacht van de kant van de overheid. Een rapport van het SCP stelt dat initiatieven om de acceptatie van homoseksualiteit in orthodox-christelijke kring te vergroten 'niet overbodig' zijn.

Kunnen wij straks voor de zekerheid ook de uitnodiging voor het tekenen van zo'n participatieverklaring verwachten?



**Dick Westerkamp is predikant van De Lichtboog (NGK) in Houten.**

# Terugblik op de kerk

*We zijn enkele weken geleden van Utrecht verhuisd naar het dorp waar ik vandaan kom. Hier ben ik jarenlang actief geweest in het jeugdwerk, onder meer in de Rock Solidclub. Eén van de enthousiaste bezoekers van deze club was Merel. Ik heb haar al heel lang niet meer echt gesproken. Nu wonen we vlakbij elkaar. Een mooie reden om haar eens uit te nodigen.*

tekst **Karen Scheele**

## Agenda

- 22 tot 28 juli: New Wine Zomerconferentie, in Biddinghuizen. Thema: God in ons midden. Meer hierover op [www.new-wine.nl/zomerconferentie](http://www.new-wine.nl/zomerconferentie).
- 27 juli tot 2 augustus: TeenStreet, in Offenburg (Duitsland). Thema: *Unshakeable*. Zie [www.om.org/teenstreet/nl\\_NL/content/teenstreet17](http://www.om.org/teenstreet/nl_NL/content/teenstreet17).



- 18 tot 20 augustus: Graceland Festival, op evenemententerrein Paasheuvel in Vierhouten. Zie [gracelandfestival.nl](http://gracelandfestival.nl).

Merel is nu 19 jaar en de afgelopen jaren heeft ze van alles ondernomen en veel gereisd. Ze heeft vorig jaar haar vwo-opleiding afgerond. Tijdens haar vwo-opleiding is ze ook mee geweest op een reis naar Afrika. Ze vond de ervaring erg bijzonder en zou graag nog een keer teruggaan. Na haar examens is ze niet direct gaan studeren, maar heeft ze een tussenjaar genomen. Ze heeft een tijd op Kos gewerkt als entertainer voor kinderen en een aantal maanden als au pair in Australië. Het waren stuk voor stuk mooie ervaringen: het reizen, andere culturen ontdekken, nieuwe mensen leren kennen. Nu is dat tussenjaar bijna voorbij. Na de zomervakantie gaat ze op kamers in Breda, waar ze begint aan de studie International Leisure Management.

## Welkom

We blikken samen terug op de periode van enkele jaren geleden. Merel ging naar de christelijke basisschool in het dorp. Bijna haar hele klas nam toen deel aan Rock Solid, in de kerk. Dat was een erg leuke tijd. Ze moet er zelf om lachen, want ze waren een erg drukke groep: 'Na twee

weken school konden we bij Rock Solid lekker uitrazen.' Dat herinner ik me ook nog...

Haar ouders gingen vroeger wel naar de kerk, maar later niet meer. Merel ging dus ook niet naar de kerk. Toch vond ze de Bijbelverhalen die ze op school hoorde wel interessant en ook Rock Solid sprak haar aan. Ze begon toen met een bevriend gezin mee te gaan naar de kerk. Zonder haar ouders, maar na een tijdje ging haar zusje ook mee. Na Rock Solid sloot ze zich aan bij de 15+-groep die bij mensen thuis samenkwam.

Ze vindt het nog steeds bijzonder dat ze echt welkom was in de kerk. Mensen zeiden altijd dat ze het zo leuk vonden dat ze er was: 'Ik hoefde mezelf niet te bewijzen, het is in de kerk minder hard dan in de wereld.'

>> 'Na twee weken school konden we bij Rock Solid lekker uitrazen' <<



Merel gaat nu niet meer naar de kerk. De kerk zorgde ervoor dat er vragen op haar afkwamen, waar ze vervolgens mee bleef zitten.

## Vragen

Toch gaat ze nu niet meer naar de kerk. Ze vond er niet waar ze naar op zoek was. De kerk zorgde er juist voor dat er vragen op haar afkwamen, waar ze vervolgens mee bleef zitten. Ze kwam er niet uit, en dat maakte haar onrustig. 'Eigenlijk heb ik nu dezelfde houding als mijn moeder: ik geloof nog wel in God en ik wil graag een goed mens zijn, maar ik ga niet naar de kerk.' Toch vindt ze het geloof in God ook wel lastig. 'Wat tastbaar is aan het geloof is de Bijbel, maar die is ook door mensen geschreven, dat vind ik bijvoorbeeld ingewikkeld.'

'Ik kon merken dat de dienst zo is ingericht dat oudere mensen het fijn vinden, ik vond het niet zo aantrekkelijk voor jongeren. Er waren bijna geen leeftijdsgenoten. Natuurlijk gaan veel van hen studeren en daardoor op kamers, maar de kerkdienst is niet echt op hen afgestemd.'

## Geschrokken

Merel komt op me over als een denker én een doener. Ze onderneemt veel, maar wat ze meemaakt zet haar ook aan het denken. Ze is zich er bijvoorbeeld erg van bewust dat het leven tijdelijk is en zomaar over kan zijn. De laatste maanden heeft ze

contact met een jongen die nu op reis is in Indonesië, maar daar een ernstig ongeluk heeft gehad waardoor hij in het ziekenhuis ligt. Hij had dood kunnen zijn. Daar is ze natuurlijk erg van geschrokken en het zet haar ook aan het denken over het leven. Ze vindt het belangrijk om een goed mens te zijn én ze wil graag mooie ervaringen opdoen. Ik merk dat ze nog steeds veel vragen heeft, dat ze zoekt naar antwoorden, maar ook rust probeert te vinden op het moment dat ze die antwoorden niet krijgt. Het was een mooi gesprek met Merel. Ze was eerlijk, open, positief en ook kritisch. Het gesprek laat zien waar zij mee bezig is, waar ze over nadent en wat haar daarbij helpt, of juist niet. Daarbij valt op dat haar levensvragen meer op haar afkwamen doordat ze naar de kerk ging, maar dat ze er wel mee bleef zitten. Ook uit recente onderzoeken blijkt dit de grootste reden voor kerkverlating onder twintigers: ze vinden er geen antwoorden op levensvragen en/of ze zijn op zoek naar een goed verhaal.

**Karen Scheele is jeugdwerkadviseur bij het NGJ. Met bijdragen van Paul Smit (NGJ) en Anko Oussoren (Praktijkcentrum GKv). Merels naam is vanwege haar privacy gefingeerd.**

## Media/tips

- Uit een recent onderzoek van ForumC, een forum over geloof, wetenschap en samenleving, blijkt dat hogeropgeleide jongeren van 18 tot 30 jaar in Nederland, zowel christelijk als niet-christelijk, grote vragen hebben over God, religie en wetenschap. Daarom lanceert ForumC in 2017 de website [www.degrotevragen.nl](http://www.degrotevragen.nl).
- *OnderWeg* wijdde in april 2016 een nummer aan twintigers in de kerk (jaargang 2 nummer 8). Exemplaren zijn nog te bestellen via [administratie@onderwegonline.nl](mailto:administratie@onderwegonline.nl).
- In opdracht van het online magazine Lazarus zijn begin 2016 ruim vijfhonderd lezers ondervraagd. Daaronder bevonden zich 150 kerkverlaters. De ondervraagden konden meerdere redenen aangeven waarom ze de kerk hadden verlaten en de vijf belangrijkste worden besproken in een artikel op de website: <http://lazarus.nl/2016/05/5-belangrijkste-redenen-om-de-kerk-te-verlaten>.

Vrouw en ambt

# Terugkijken in vijf spiegels

Mogen vrouwen ook als ouderling en predikant dienen? Ik vond als lid van de Gkv-synode geen vrijmoedigheid om voor te stemmen. Ik zeg het expres zo. Ik ben er dus niet tegen, maar ik ben er niet voor. Maar de gedachte dat het op grond van de Schrift absoluut niet mag, is bij mij wel wat barstjes gaan vertonen. Die wil ik in dit artikel eens nader bekijken in de vorm van een aantal spiegels die ik mezelf voorhoud.

tekst **Maarten van Loon**

Spiegel 1 wordt gevormd door de vraag die mij voortdurend plaagt: leert de Bijbel nu wel of niet een scheppingsorde waarin mannen voorop gaan en de leiding hebben? Houd ik mezelf voor de gek als ik de indruk krijg van wel? Of kan ik me gewoon niet losmaken van een bepaald gedachtepatroon dat er jarenlang ingesleten is? Deze en soortgelijke vragen werden steeds sterker naarmate ik erachter kwam dat er in de

Bijbel veel meer reliëf is wat betreft het optreden van vrouwen in allerlei bedieningen dan ik me realiseerde.

Als klap op de vuurpijl werd ik me ervan bewust dat er nog maar één tekst was die me weerhield om vrijmoediger te zijn en wel 1 Timoteüs 2:13-15, waar Paulus de schepping en zondeval noemt als argument voor het voorafgaande gebod tot zwijgen. Je moet wel heel zeker zijn van je uitleg van

## Tweeluik

Twee Gkv-synodeleden, twee verschillende keuzes. Maarten van Loon stemde tegen ruimte op dit moment voor vrouwelijke ouderlingen en predikanten, Robert Roth stemde voor. Maar allebei blijven ze het gesprek tussen voor- en tegenstanders zoeken.

deze tekst als je die tot basis van een totaalvisie wilt maken. Wat je in zo'n visie – meestal onbewust – doet, is alle andere gegevens kloppend maken met je uitgangspunt. De Debora's moeten dan wel uitzonderingen zijn die de regel bevestigen. Methodisch is dat onzuiver, zeker als blijkt dat er op de klassieke exegese van genoemde verzen wel wat valt af te dingen. In ieder geval heb ik heel wat alternatieve exegeses gezien die ik niet zomaar als ondeugdelijk aan de kant kan schuiven. Laat staan dat ik ze zou durven labelen als ongereformeerd of Schriftkritisch.

### Schriftbewijs

Spiegel 2 is het besluit van de synode van Jeruzalem (Handelingen 15) en de manier waarop dit besluit tot stand kwam. Deze synode werd bijeengeroepen omdat er een groot verschil van mening was over de vraag of niet-Joodse christenen besneden moesten worden. Vooraf en op de synode zelf is er sprake van een felle woordenstrijd. De voorstanders van verplichte besnijdenis hebben zich er vast op beroepen dat niets in het Oude Testament erop wijst dat de verplichting ooit zou mogen vervallen. Wie volwaardig tot het jodendom toe wilde treden, werd in die tijd dan ook besneden. De tegenstanders hebben zich vast beroepen op een zekere voortgang in de openbaring, die weliswaar nog niet uitgekristalliseerd was, maar toch duidelijk wees in de richting van afschaffing van de verplichting. Kortom, er waren twee lijnen ten aanzien van het onderhouden van de joodse wetten die blijkens het Nieuwe Testament tot op zekere hoogte ook na het besluit blijven bestaan. Opvallend vind ik dat er nauwelijks fatsoenlijk Schriftbewijs wordt gegeven voor de beslissing om geen verplichting op te leggen. Althans, in de verslaglegging in Handelingen; misschien was

daarvoor al het nodige gepasseerd. Maar misschien viel het ook niet zo eenduidig uit de Schrift af te leiden? Van de sprekers – achtereenvolgens Petrus, Paulus, Barnabas en Jakobus – haalt alleen de laatste Bijbelteksten aan, maar deze gaan hooguit heel indirect over de kwestie. De eerste drie voeren het werk van de heilige Geest aan als grond voor de uiteindelijke beslissing. Opvallend is de verwoording: 'Het heeft de heilige Geest en ons goed gedacht...' Kennelijk bevatte de Schrift zelf geen directe aanwijzingen en heeft men biddend de weg gezocht en gevonden die de Geest wijst.

Minstens zo opvallend is dat heel aardse afwegingen kennelijk een rol mogen spelen. Petrus noemt het 'God trotseren' als ze de heidenen het juk zouden opleggen dat de Joden eeuwenlang zelf niet konden dragen! Jakobus heeft het over 'niet al te zware lasten opleggen'. En zo komt het ook in de acta: 'alleen wat strikt noodzakelijk is', om de voortgang van het evangelie niet onnodig te hinderen. Met alle verschil tussen daar en toen en hier en nu zal de spiegel wel duidelijk zijn.

### Tegenvoorbeeld

Spiegel 3 wordt gevormd door de NGK. Uit binnen- en vooral buitenland wordt geroepen dat de vrouw in het ambt het begin is van de aantasting van het Schriftgezag. Zelfs het hart van het evangelie, Jezus Christus en die gekruisigd, zou vroeg of laat in geding komen. Het zou niet de eerste keer zijn. Ik geloof niet zo in deze wetmatigheid en weet van minstens één lichtend tegenvoorbeeld: de NGK. Na ruim tien jaar vrouwen in alle ambten zijn deze kerken nog net zo Schriftgetrouw als daarvoor. In de laatste jaren is er zelfs een duidelijke trend om dit expliciet te onderstrepen. Het bindingsformulier wordt standaard ondertekend.

### Lef

Spiegel 4 is een heel persoonlijke. Zegt mijn enigszins aarzelende positie niet allereerst iets over mijn karakter en is deze dus niet zo principieel als het lijkt? Ik moet denken aan Petrus in Antiochië, jaren na de synode van Jeruzalem (zie Galaten 2). Er komen tegenstanders uit Jeruzalem op bezoek en hup, Petrus gaat aan de veilige kant zitten. Hij wil geen

>> En hup, Petrus gaat aan de veilige kant zitten <<

gedoe. Geen aanstoot geven of zoiets. Maar Paulus wijst hem fel terecht: zo sta je het evangelie in de weg. Misschien heb ik wel te weinig lef en noemde ik het heel mooi een gebrek aan vrijmoedigheid. De kool en de geit willen sparen wordt ons in de Bijbel niet als hét handelsmerk van een christen aangeprezen.

### Opblazen

Van die gebeurtenis in Antiochië valt trouwens nog iets te leren. Kennelijk zijn er jaren later nog altijd voor- en tegenstanders. Die voor- en tegenstanders zitten nog steeds in één kerk. Dat kan kennelijk. Kunnen wij dat ook? Of kunnen wij kwesties alleen maar tot het hoogste principiële niveau opblazen zodat we uit elkaar spatten? En daarom is dit mijn vijfde spiegel: wat bindt ons? En daar heb ik gek genoeg wél een onduidelijk antwoord op: meer dan genoeg. Met dank aan de broeders uit Elspeet. Ik wens alle plaatselijke gemeentes een zelfde broederlijk en zusterlijk proces toe.

**Maarten van Loon is predikant van de GKv Dalfsen-Oost, lid van de GKv-synode en redacteur van *OnderWeg*.**

## Vrouw en ambt

# 1 Timoteüs 2: een leesoefening

*Ik ben toegegroeid naar de overtuiging dat de Bijbel ruimte geeft voor vrouwen in alle ambten. Maar ik blijf graag luisteren naar mensen die daartegen zijn. En ik wil graag ervaren dat mensen blijven luisteren als ik vertel waarom ik van harte voor ben. Ik vraag hun: Wil jij je openstellen voor vragen van mensen met een andere mening? Wil je de nieuwe inzichten van anderen verkennen vanuit de houding: zij willen naar Gods Woord luisteren, maar horen daarin andere dingen dan ik; wat horen ze en waarom? Bij wijze van voorbeeld schets ik hoe ik 1 Timoteüs 2:11-12 ben gaan lezen.*

tekst **Robert Roth**

Eerst iets over de verzen ervoor. In 1 Timoteüs 1:5 zegt Paulus tegen Timoteüs: 'Het doel van je opdracht is de liefde die voortkomt uit een rein hart, een zuiver geweten en een oprecht geloof.' In Efeze, waar Timoteüs werkt, staat die liefde onder druk. In hoofdstuk 2 wordt die draad opgepakt: bid voor alle mensen (vers 1). Kennelijk gebeurde dat niet en was dat een blijk van gebrek aan liefde. Gods liefde gaat uit naar alle mensen (vers 4-7). Een gemeente die bidt voor alle mensen en overheden, beantwoordt dan ook aan het onderwijs van Paulus. Daarin wordt liefde zichtbaar die voortkomt uit een rein hart. Paulus verwacht er rust door binnen de gemeente zelf (vers 2). In het vervolg komt dat thema rust steeds terug. Vers 8: mannen moeten

bidden met geheven handen, met toewijding en zonder wrok en onenigheid. Kennelijk is deze oproep nodig. Geen wapperende handjes in de relaties die je hebt met mensen, geen huiselijk geweld (gaat het over de huwelijksrelatie of over relaties tussen mannen en vrouwen in de gemeente?), maar geheven handen tot God: bid liever (vers 1-2). Bedenk: er wordt dus niet gezegd dat *vrouwen* niet moeten bidden met geheven handen. Vers 9 wekt de indruk dat vrouwen er kennelijk een handje van hadden om te pronken met zichzelf en hun rijkdom. Ook zij worden gewezen op wat ze beter kunnen doen (vers 10), op hun goede werken. Ook hier geldt: er wordt niet gezegd dat *mannen* wel mogen pronken met hun rijkdom.

### Naar school

In vers 11 en 12 worden de vrouwen nog eens aangesproken. Ze moeten zich laten onderwijzen, ze moeten bescheiden zijn. Hetzelfde woord als in vers 2 komt hier in de Griekse tekst terug: rust. Kennelijk willen vrouwen graag onderwijs geven, maar wordt die wens hier ingeperkt. Ze moeten juist onderwijs willen *ontvangen*. Aan de studie!

Dan rijst de vraag: waarom? Moet een man dat niet? Kennelijk weten vrouwen in Efeze te weinig van de Bijbel en moet hun kennis worden bijgespijkerd. Maar met het oog *waarop* moeten vrouwen naar school? Om er alleen zelf beter van te worden?

Dan komt bij mij Matteüs 28 boven-drijven. Leerde Jezus daar niet dat zijn

leerlingen alle volkeren (dat is toch m/v?) moesten onderwijzen, zodat iedereen leerde onderhouden alles wat Jezus aan zijn leerlingen had geleerd? Alles: dat betekent ook dat ieder ander leert doen wat de leerlingen doen: je houdt het evangelie niet voor jezelf, maar vertelt het door aan anderen. Je ziet het gebeuren met Pinksteren. In Handelingen 2:1-4 spreken mannen en vrouwen, omdat 'allen' daar verwijst naar de mannen en vrouwen uit Handelingen 1:14-16. Dit thema van het evangelie voor de wereld wordt door Paulus genoemd in 1 Timoteüs 2:1-7! Zou het ook zo kunnen zijn: vrouwen moeten hun kennis laten bijspijkeren, met als doel dat ze kunnen meedoen met het geven van onderwijs?

### Specifieke toestemming

Vers 12 onderstreept die vraag. Dat is best een lastig vers. Er zijn mensen die menen dat 'gezag over mannen hebben' niet sterk genoeg is vertaald. Het gaat over 'overheersen over mannen', 'mannen de les willen lezen'. Het Griekse woord dat daarvoor wordt gebruikt, kan goed zo worden vertaald. Dan zou het betekenen dat de gemeente door deze overheersingsdrang door vrouwen in de conflictsfeer blijft hangen. Terwijl nu juist rust nodig is (vers 2 en 12). Dan gaat het dus niet over vrouwen die op een goede manier

onderwijs geven, zonder mannen te willen overheersen. Kan dat dan wel? Die vraag blijft nog openstaan. De versen 13-15 houden deze vraag levend: de vrouw kwam na Adam en zij werd verleid. Een plek 'boven de man' ligt dus niet voor de hand. Maar er staat niet dat haar dus een plek 'onder de man' toekomt. Dat staat ook niet in Genesis 1 en 2: samen hadden man en vrouw een taak in de schepping van God.

Nog een element uit dit vers: 'Ik sta (niet) toe'. Wat betekent dat toestaan? Als dit woord in het Nieuwe Testament wordt gebruikt, verwijst het vaak naar een specifieke toestemming in een specifieke context (vergelijk Matteüs 8:21, Marcus 5:13, Johannes 19:38, Handelingen 21:39-40). Er is bijna altijd sprake van een tijdelijke maatregel, al zijn er ook andere voorbeelden (Marcus 10:4 en 1 Korintiërs 14:34). Levert de context van 1 Timoteüs 2 misschien op dat hier inderdaad sprake is van zo'n tijdelijke maatregel? Wel als je bedenkt dat Priscilla in Efeze werkte (Handelingen 18:18-26) en daar met haar man Aquila Apollos met gezag mocht onderwijzen.

Het lijkt mij goed mogelijk om de vraag naar het doel van onderwijs aan vrouwen (context: vers 11) zo te verwerken: vrouwen moeten (net als mannen) voldoende onderwezen zijn, voordat ze met gezag onderwijs mogen geven in de gemeente.

### Overheersen

Wat zegt dit nu over vrouwelijke ambtsdragers? Gaat het hier wel over ambtsdragers? Onderwijs geven kan horen bij mensen met functies (Efeziërs 4:11), maar hoort ook bij de gaven aan mensen in de gemeente (Romeinen 12:7, Kolossenzen 3:16). Gezag zit niet specifiek vast aan een ambt (Kolossenzen 3:16-17). 1 Timoteüs 2 is er niet helder over. Maar als je deze woorden



**Kennelijk weten vrouwen in Efeze te weinig van de Bijbel en moet hun kennis worden bijgespijkerd.**

toch betreft op ambtsdragers, omdat je vindt dat met gezag onderwijs geven bij een ambt hoort, verdisconteer dan waarover het hier gaat: over 'overheersen' over mannen. Dat mag niet, maar dat zegt niets over in goede samenwerking onderwijs geven. Ten slotte zou het goed kunnen dat Paulus het hier over een tijdelijke maatregel heeft.

Zo ben ik dit Bijbelgedeelte gaan lezen en ik vraag mijn broers en zussen: wil je dat eens overwegen?

**Robert Roth is predikant van de Gkv Oegstgeest en lid van de Gkv-synode.**

>> Met het oog waarop moeten vrouwen naar school? Om er alleen zelf beter van te worden? <<

# Deo volente

Dan iets voor u die zegt: 'Vandaag of morgen gaan wij naar die en die stad. Daar blijven we een jaar, we zullen er handeldrijven en geld verdienen.' U weet niet eens hoe uw leven er morgen uitziet. U bent immers maar damp, die heel even verschijnt en dan al verdwijnt. U zou moeten zeggen: 'Als de Heer het wil, zijn we dan in leven en zullen we dit of dat doen.' (Jakobus 4:13-15)

tekst **Rob van Houwelingen**

De onder moslims veelgebruikte uitdrukking *insjallah* is tegenwoordig vermoedelijk bekender dan de christelijke tegenhanger *Deo volente*. Als Googlezoekterm levert de islamitische variant zelfs zo'n twintig maal meer resultaten op. In het dagelijks spraakgebruik van moslims is *insjallah* dan ook veel meer ingeburgerd dan *Deo volente* bij de meeste christenen, uitgezonderd reformatorische. Die gebruiken Jakobus 4:15 (Statenvertaling) als vaste formule: 'Indien de Heere wil en wij leven', of er wordt iets aangekondigd 'onder het voorbehoud van Jakobus' of 'onder de jakobitische voorwaarde'.

## Ondernemers

*Deo volente* (schriftelijk vaak afgekort tot D.V.) is een Latijnse uitdrukking, die 'zo God wil' betekent. Strikt genomen spreekt Jakobus niet over God maar over 'de Heer.' Toch is het niet *Domino volente* geworden. Hierachter ligt de exegetische vraag wie met die Heer bedoeld wordt. De Joodse christenen, aan wie Jakobus schrijft, hoorden in het Griekse *kurios* de vertaling van het Hebreeuwse woord *adonai*, waarmee de onuitsprekelijke godsnaam onder Joden op een bedekte manier werd aange-

duid. Wanneer Jakobus op Jezus Christus doelt, geeft hij altijd een nadere omschrijving, bijvoorbeeld 'onze glorierijke Heer' (Jakobus 2:1). Met 'de Heer' wordt hier dus inderdaad niet Jezus Christus aangeduid, maar God de Vader. Tot wie was de opmerking van Jakobus oorspronkelijk gericht? Hij spreekt hier een specifieke groep onder zijn lezers aan. Geen lokale handelaars of marskramers, maar internationale ondernemers die soms verre reizen maakten. De bekendste handelssteden in de oudheid waren Alexandrië, Antiochië, Efeze, Korinte en Rome. Ook in de Dekapolis, dichterbij Jeruzalem, viel geld te verdienen. Het kon gemakkelijk gebeuren dat men vanwege zo'n zakenreis een jaar van huis wegbleef.

Blijkbaar waren er onder de lezers ook rijken. Door zulke vermogende ondernemers sprekend in te voeren, geeft Jakobus hun gedachtewereld levendig weer. Hun spreken verradt buitengewone zelfverzekerdheid: dag van vertrek, reisplanning, winstverwachting, alles staat bij voorbaat vast. Deze ondernemers zijn zo op zichzelf geconcentreerd en dermate ik-gericht, dat je bijna zou spreken over *ego volente*, ware het niet dat dit geen correct Latijn is.

## Ochtendmist

De vooronderstelling bij alle mooie toekomstplannen is dat je nog in leven bent. Alsof dat vanzelf spreekt! Je bent als mens slechts een damp die eventjes verschijnt en vlak daarna alweer verdwijnt (een woordspeling in het Grieks). Zoals Hosea 13:3 afgodendieners vergelijkt met dauw die 's morgens vroeg verdwijnt. In onze situatie kun je denken aan de ochtendmist in het voor- en najaar. Witte flarden hangen over de weilanden, soms zijn de auto's vóór je niet meer zichtbaar. Maar volgens de verkeersdienst zullen de mistbanken spoedig verdwijnen. Jakobus waarschuwt: die mist, dat ben je zelf.

>> De vooronderstelling bij alle mooie toekomstplannen is dat je nog in leven bent <<

## Reisplannen

De eerste christenen wisten zich bij alle plannen die ze maakten afhankelijk van God. Zo zegt Paulus bij zijn afscheid van de gemeente in Efeze: 'Als God het wil, kom ik weer bij jullie terug' (Handelingen 18:21, BGT). Ook gebruikt Paulus de formulering 'indien de Heer het wil,' waarmee hij op Jezus Christus doelt. En deze apostel heeft als geen ander ervaren wat Gods wil voor zijn reisplannen betekende. Het liep soms totaal anders dan hij zelf had gewild. Op bepaalde momenten leek hij van hogerhand tegengehouden te worden, maar dan gingen er weer onverwacht deuren open en kon hij bijvoorbeeld oversteken van Azië naar Europa. Zo kwam Paulus uiteindelijk altijd waar hij moest zijn.

## Bescheiden

Dat God de controle heeft over het leven is geen exclusief christelijke gedachte. Ook grote filosofen uit de oudheid, zoals Plato of Minucius Felix, waren zich ervan bewust dat mensen afhankelijk zijn van wat de goden willen. Onder moslims leeft het idee dat alles geschreven staat (*maktub*). Met *insjallah* drukken ze uit dat hun eigen toekomstwens alleen werkelijkheid zal worden als het in Allah's plan past. Het *insjallah* kan ook misbruikt worden, bijvoorbeeld als strijdkreet bij terroristische acties, maar bij de kruistochten waren er ook mensen die in naam van het christendom riepen: 'God wil het!' Die leus lijkt wel op wat Jakobus zegt, maar is inhoudelijk precies het omgekeerde van 'als de Heer het wil'. Een dergelijke resoluutheid past ons in het geheel niet. We dienen juist bescheiden te zijn, anders gaan we vroeg of laat de mist in.

Toch gaat het christelijke *Deo volente* nog iets dieper dan alleen bescheidenheid tegenover de Almachtige. Opmerkelijk genoeg blijven de toekomstplannen in de formulering die



Misschien beseffen juist schippers hun afhankelijkheid, aangezien ze leven in weer, wind en water.

Jakobus voorstelt veel meer open. Niet 'we zullen naar de stad gaan, handeldrijven, geld verdienen', maar 'we zullen dit of dat doen'. Wát we precies gaan doen, is niet ingevuld. We hebben daar onze gedachten en wensen bij, maar het kan ook anders geleid worden. Die openheid kenmerkt het leven van christenen. Onze planning dient ruimte te laten voor wat God met ons wil. Onderweg of thuis, werkend of vakantie viend: betrek de Heer bij heel je leven. Jezus leerde ons bidden: 'laat uw wil gedaan worden'. Dus niet een compleet pakket plannen presenteren dat vervolgens alleen vroom voorzien wordt van de letters D.V....

## Boeg

Opvallend veel vaartuigen hebben *Deo volente* op de boeg staan: zeilboten, containerschepen, binnenvaartschepen. Waarom zou dit zo'n populaire naam zijn voor schepen? Misschien beseffen juist schippers hun afhankelijkheid, aange-

>> Een dergelijke resoluutheid past ons in het geheel niet <<

zien ze leven in weer, wind en water. Of misschien voel je de hand van God sterker als je geen vaste grond onder de voeten hebt. Uiteindelijk maakt het geen verschil of iemand schippert of niet; laat God hoe dan ook de koers van je leven bepalen. Dan zal het wellicht anders lopen dan je zelf had gedacht of gewild. Toch heb je, met de wind in de zeilen, een behouden vaart voor de boeg. *Deo volente!*

**Rob van Houwelingen is hoogleraar Nieuwe Testament aan de TU Kampen. Dit artikel is ontleend aan hoofdstuk 25 uit zijn boek *Onschatbare teksten*, Amsterdam (Buiten & Schipperheijn), 2014.**

Inspiratie  
voor  
reisgenoten

## Aanbieding

Neem nu een gratis proefabonnement op *OnderWeg* en ontvang als welkomstgeschenk ons themanummer over omgaan met verschillen in de kerk!



Meld u aan via [onderwegonline.nl/proefabonnement](http://onderwegonline.nl/proefabonnement) of [administratie@onderwegonline.nl](mailto:administratie@onderwegonline.nl).

richting inspiratie

**OnderWeg**  
Inspiratie voor reisgenoten