



Leven vanuit RUST WegWijs

jaargang 78, nr. 4

hijbel
studie
bond
lezenlerenleven

- 4 **Daarom houdt de HEER van tenten | Koert van Bekkum**
Rust in beweging In het doorlopende verhaal van Genesis tot 2 Koningen blijkt dat mensen pas echt tot rust komen als God bij ze woont. Alleen wordt dat 'wonen' telkens uitgesteld. Door rond te trekken in een tent bereikt de HEER toch zijn doel.
- 8 **Je wortels uitslaan | Janneke Burger- Niemeijer**
De rust van een boom Hoe wil je leven? Wil je zo druk en snel en rusteloos leven als het kaf, het verpakkingsmateriaal? Spul dat snel en doeltreffend lijkt, maar uiteindelijk wegwaait in de wind. Of leef je als een boom?
- 12 **Een gesprek met Catharinus van den Berg | Maarten Boersema**
Rust vinden in je heilige ruimte 'Als je het eten van de boom van kennis van goed en kwaad in het paradijs interpreteert als aantasting van Gods heilige ruimte, dan is het van Adam en Eva geen overtreding van een regeltje. Nee, het is dan gebrek aan liefde. En als je die liefde niet kunt opbrengen, dan zien we dat alles naar de ratsmodee gaat.'
- 16 **En zó voort | Huib Noordzij**
Brood en spelen – gekakker op de rustdag 'Vanaf heden is het verboden om tijdens een kerkdienst paarden, schapen, varkens en andere dieren door de kerk te drijven of er met kruiwagens doorheen te rijden.'

Verder

Gedicht Lichtdragers	11
Weetje Stiltetuin & Kloosterervaring	14
Met luide Trom(p) My vrou is Huistoe	15
Verbeelding verwoord Een droom verbeeld	18
Aan het Woord Rust	20
Boeken	22
Beeldspraak De kroon op de schepping	23
InZicht Ratrace & rust	24
Multimediaal	26
In het volgende nummer	27



Zoek rust, mijn ziel, bij God alleen,
 van Hem blijf ik alles verwachten.

Psalmen 62:6

Voorwoord

Heb je een goede zomer gehad? Misschien ook nog kunnen genieten van vakantie? Binnen of buitenshuis? Of heb je het gevoel dat dit alweer een eeuwigheid achter je ligt en ben je alweer toe aan nieuwe georganiseerde rust?

Het geinige, althans dat vind ik, is dat we dit nummer van *WegWijs* voor de zomervakantie hebben gemaakt met het oog gericht op de tijd na de zomervakantie. Genieten van rust is namelijk één, maar het blijven leven vanuit rust gedurende het hele jaar door is twee. Zeker in een wereld die alsmaar doordraait.

Hopelijk wijst dit nummer je wijze wegen om het komende seizoen in alle rust te gaan. Zo kijkt Janneke Burger met ons naar bomen,

schrijft Koert van Bakkum waarom de Heer van tenten houdt, zien we kunst van een Canadees-Chinese kunstenaar.

Frits Tromp weet rust te vinden in een Afrikaans liedje en Catharinus van de Berg voert ons naar de rust van onze heilige ruimte.

Veel leesplezier en een gezegend en vooral bijzonder rustig nieuw seizoen gewenst!

Het ga jullie goed,

Maarten Boersema
Hoofdredacteur

PS

Mochten jullie trouwens wensen hebben ten aanzien van een bijbelgedeelte dat een keer centraal zou moeten staan in een nummer van *WegWijs*. Schroom niet en mail ons gerust! (redactie@steunpuntbijbelstudie.nl) We horen het graag.

Rust in beweging, of waarom de HEER van tenten houdt

In het doorlopende verhaal van Genesis tot 2 Koningen blijkt dat mensen pas echt tot rust komen als God bij ze woont. Alleen wordt dat ‘wonen’ telkens uitgesteld. Door rond te trekken in een tent bereikt de HEER toch zijn doel.

Wanneer je bezig bent geweest, bent wezen wandelen of een tijd hebt gestaan en je gaat daarna zitten, dan kom je lichamelijk tot rust. In het Oude Testament wordt ‘zitten’ vaak geassocieerd met ‘wonen’. Het Hebreeuws gebruikt voor beide hetzelfde werkwoord. Wonen betekent dat je een plek hebt, een thuis. Een uitgangspunt van waaruit je de akker kunt bewerken of andere activiteiten kunt ontplooiën. Ook van koningen en rechters wordt gezegd dat zij ‘zetelen’ en ‘zittend’ rechtspreken (1 Koningen 1:46; Numeri 21:34; Psalm 122:5).

Zo’n thuis voor de mens is tegelijk een plek waarnaar je kunt terugkeren om te zitten onder je wijnstok en vijgenboom. Zo kom je tot rust en leer je dat het leven een geschenk is van God. Het is deze rust van een stabiel bestaan die God zelf voorleeft door te rusten op de zevende dag en die dag de kroon te maken van zijn schepping (Genesis 2:1-3). Die dag vormt ook

het fundament onder Gods voorschrift dat je je akker niet tot de rand mag afmaaien (Leviticus 19:9). Een sabbats- en jubeljaar zorgt er zelfs voor dat de hele samenleving schoon schip kan maken en het land zelf ook rust krijgt (Leviticus 25). Daarbij helpt het als je de eerstelingen van de oogst aan God geeft, er feest mee viert bij het heiligdom, en daarbij belijdt hoe God je voorouders en jou alles gaf en Hem plechtig verzekert dat je ook daadwerkelijk zorgt voor de zwakken in de samenleving (Deuteronomium 26).

Dat bedoelt God dus met rust. Het is alleen nogal een strijd om aan die rust toe te komen. Dat is zo in het jachtige bestaan van de eenentwintigste eeuw. Maar niet minder in de tijd van de Bijbel. De mens en zijn vrouw zouden met God leven in de tuin, de hof van Eden. Maar wat gebeurt er? Door verleiding en een doorbraak van zonde en kwaad worden Adam en Eva verdreven uit de hof. Naar het oosten, weg van de nabijheid van God.



De HEER kiest er vervolgens voor de aarde te zegenen door verder te gaan met Abraham. Maar hij en zijn familie zijn nomadenvorsten en migranten, zonder vaste woon- en verblijfplaats. En als het volk dat uit hem voortkomt het beloofde land uiteindelijk veroverd en er zich vestigt, blijken ‘wonen’ en ‘rust vinden’ zo goed als onbereikbaar. Jozua zelf en



beeld: Maarten Boersema

de stammen Ruben en Gad aan de overkant van de Jordaan komen wel zo ver (Jozua 19:50; 22:33). Maar voor de overige stammen ligt het ingewikkelder. Wie goed leest, merkt dat ze de Kanaänieten nog moeten dulden, bij hen te gast zijn, of er zelfs niet in slagen land te verkrijgen (Jozua 15-19; Rechters 1). Geen wonder dat er een roerige tijd volgt met de rechters.

Pas onder David is er sprake van een door God gekozen koning die ergens 'zetelt' (2 Samuël 5:9). Nu pas is er rust en veilig wonen (2 Samuël). Toch gaat het vanaf Salomo alweer mis. Israël volhardt in zonde en afgoderij en wordt na vierhonderd jaar van profetische waarschuwingen naar het oosten gevoerd (2 Koningen 25). Net als Adam en Eva aan het begin van

het verhaal, weg van Gods aangezicht.

Deze verhaallijn laat zien dat gebrek aan rust, en het onvermogen om vanuit rust te leven, alles te maken heeft met zonde en gebrokenheid. Gods doel met zijn schepping, iedereen veilig bij Hem aan tafel, wordt niet bereikt. Gods kinderen lopen telkens weer weg.

Gods kinderen lopen telkens weer weg

De vraag is daarom: wat doet Hij daarmee? Hier wordt het interessant. Zonder het einddoel uit het oog te verliezen blijkt de HEER namelijk een meester in het creëren van tijdelijke plekken van rust en ontmoeting. Hij laat zich zien aan Abraham, Isaak en Jakob, zodat ze altaren bouwen en Hem eren. In Sichem (Genesis 12:7; 33:20), tussen Ai en Betel (Genesis 12:8), in Hebron (Genesis 13:18), op

Zonder het einddoel uit het oog te verliezen blijkt de HEER namelijk een meester in het creëren van tijdelijke plekken van rust en ontmoeting

de berg Moria (Genesis 22:9), in Bersaba (Genesis 26:25). En weer in Betel, de plek die de HEER tot een 'huis van God' had gemaakt toen Jakob op de vlucht was na alles te hebben verloren (Genesis 28:11; 35:7).

Bij de uittocht pleegt God een soortgelijke ingreep. Israël gaat niet direct naar het beloofde land. 'Laat mijn volk gaan om in de woestijn ter ere van Mij een feest te vieren', klinkt het voor farao (Exodus 5:1). Blijkbaar vindt de HEER het verstandiger dat het volk Hem eerst buiten de drukte van het dagelijks bestaan, op de hei,

leert kennen. Bovendien neemt Hij zijn intrek in een tentheiligdom, boven de ark van het verbond, een troon die je zo oppakt en weer meeneemt (Exodus 25-31; 33-40). De HEER 'kampeert' als het ware bij zijn volk. Later in de boeken Rechters en Samuël land blijkt dat opnieuw, als Israël God eert en rust zoekt op oude, maar ook nieuwe plekken voor altaren, zoals Bet-Semes, Mispa, Gilgal, Rama, Gibeon en Betlehem. Zo zwerven ark en tabernakel door het land langs Silo, Betel, Nob, Kirjath Jearim en Jeruzalem.

Natuurlijk neemt dat intussen de behoefte aan een vast gebouw als heiligdom niet weg. Het begin van 1 Samuël vermeldt dat de priester Eli in Silo naast de 'tempel' 'zetelt' op een 'stoel' of 'troon' (1 Samuël 1:9). De tabernakel is honkvast geworden en Eli zetelt er als een koning.

David werd wel door God gekozen. Maar als hij graag een tempel wil bouwen om God aan zich te binden, reageert de HEER afhoudend. Bleek zijn vrijheid en macht niet juist uit het feit dat Hij rondtrok? Was dat niet zijn manier om zijn volk nabij te zijn en rust te geven? (2 Samuël 7:6-7, 11). Gods wonen bij zijn volk in een tempel, op de 'plaats die Hij uit de stammen zal uitkiezen om er te wonen' (Deuteronomium 12:5), kan pas plaatsvinden als de HEER vanuit die vrijmacht eerst zelf een huis bouwt,

Hoe komt het dat mensen zo moeilijk 'Gods rustplaats binnengaan' (Psalm 95:10-11; Hebrëen 3:12-4:11)?

Wat zegt het over rust vinden bij God dat het nieuwe Jeruzalem geen tempel meer heeft (Openbaring 21:22)?

Noem drie concrete manieren waarop je als levende steen in een geestelijke tempel (1 Petrus 2:5) kan fungeren als een tijdelijke rustplaats van God in een jachtige samenleving.

namelijk het huis van David. Daarom houdt de HEER van tenten. Als het mensen niet lukt tot rust te komen en het doel om bij zijn volk te wonen ligt buiten bereik, tonen zijn kampeeractiviteiten zijn vrijmacht. Zo kon Israël na zoveel jaar rust telkens weer verder. Zo koos Hij David. En zo werd Hij in Jezus Christus mens om bij zijn volk te 'tabernakelen' en zijn heerlijkheid te tonen (Johannes 1:14).

.....

Koert van Bakkum is hoogleraar Oude Testament aan de Evangelische Theologische Faculteit, Leuven; hij doceert ook aan de Theologische Universiteit Utrecht



HART

- » Lees wat Janneke Burger schrijft over de huidige samenleving. Herken je dat? Kun je concrete voorbeelden noemen?
- » Wat voor beelden heb jij bij het leven met God?
- » Koert van Bakkum schrijft over altaren als plaatsen van rust en ontmoeting. Wat zijn voor jou de plaatsen waar je steeds naar terugkeert om rust te vinden en God te ontmoeten.



HANDEN

- » Lees en zing Psalm 1 in verschillende vertalingen en verdichtingen. Wat valt je op?
- » Teken, schilder, fotografeer of knutsel jouw ideale boom. Vertel elkaar over je boom. Kun je ook een verbinding leggen met je geloof?
- » Ga eens naar een Hortus Botanicus en zoek naar de 'Bijbelse' bomen. Lees de Bijbelgedeelten waarin ze voorkomen.
- » Ontwerp een kerkgebouw waarin het thema rust bij God zoveel mogelijk tot uiting komt.



HOOFD

- » Koert van Bakkum legt in zijn artikel een verband tussen de sabbat en de zorg voor de zwakken in de samenleving. Kun je in je eigen woorden uitleggen hoe dat verband er is? Wat betekent dat voor de manier waarop wij ons leven leiden en de keuzes die we maken?
- » Waarom was het voor het volk Israël goed om God in de woestijn te leren kennen?
- » Lange tijd 'kampeerde' God bij zijn volk (2 Samuel 7:6-7). David mocht geen tempel bouwen en de tempels na hem bestaan allang niet meer. De vroege christelijke gemeenten kwamen niet bij elkaar in kerken. Waarom zijn er later toch zoveel kerken gebouwd?
- » Zoek eens in de Bijbel op wat er over bomen staat. Wat valt je op? Kijk bijvoorbeeld eens in Genesis 2:15-17, Genesis 3, Openbaring 22:1-2, Matteüs 13:31-32

CITATEN

Als je naar de wereld kijkt, word je bedroefd. Als je naar binnen kijkt, word je depressief. Als je kijkt naar God, word je rustig.
Corrie ten Boom

U heeft ons voor Uzelf geschapen, o Heer, en rusteloos is ons hart tot het rust vindt in U.
Augustinus van Hippo

Er ligt deugd in werk en er ligt deugd in rust. Gebruik beide en laat geen van beide na.
Alan Cohen

Rust uit en wees dankbaar William Wordsworth.
Liefde verandert werk in rust.
Theresia van Ávila

De rust van een boom

Onlangs las ik het boek van Bert Wienen, 'Van individueel naar inclusief onderwijs'. Hij tekent daarin onze samenleving als een prestatiesamenleving. Altijd op zoek naar meer winst, meer zelfontplooiing, meer ontwikkeling. En tegelijk: zoveel jongeren, volwassenen die ongelukkig zijn. In al dat winstdenken en in al die zelfontplooiing zit ook zoveel doelloosheid en vluchtigheid. Waar is de rust? Waar is de genade van het leven met God?

Hoe wil ik leven?

Ik moest aan die prestatiesamenleving denken, toen ik Psalm 1 nog weer eens las. De eerste psalm, een soort leesregel voor het psalmenboek en een leefregel voor het leven zelf. Wat is de goede weg in het leven? Hoe wil je leven? Wil je zo druk en snel en rusteloos leven als het kaf, het verpakkingsmateriaal? Spul dat snel en doeltreffend lijkt, maar uiteindelijk wegwaait in de wind. Of leef je als een boom? Een boom, die langzaam groeit. Die groeit om daar te blijven staan. Een boom is het tegendeel van snelle productiviteit, van vluchtigheid, van zelfontplooiing. Een boom is de vertrager bij uitstek. En een boom: zo is de mens die met God leeft, die leeft van Gods woorden, die leeft vanuit het stromende, levende water: Jezus zelf natuurlijk. En wat me op eens opviel: een boom doet dat niet voor zichzelf. De bladeren: daar leven

andere planten onder, daar leven dieren. De vruchten: die eet de boom niet zelf op! Die zijn voor dieren en mensen. Een boom is een prachtig beeld van rust dat voor de hele schepping bedoeld is.

Een beeld van rust

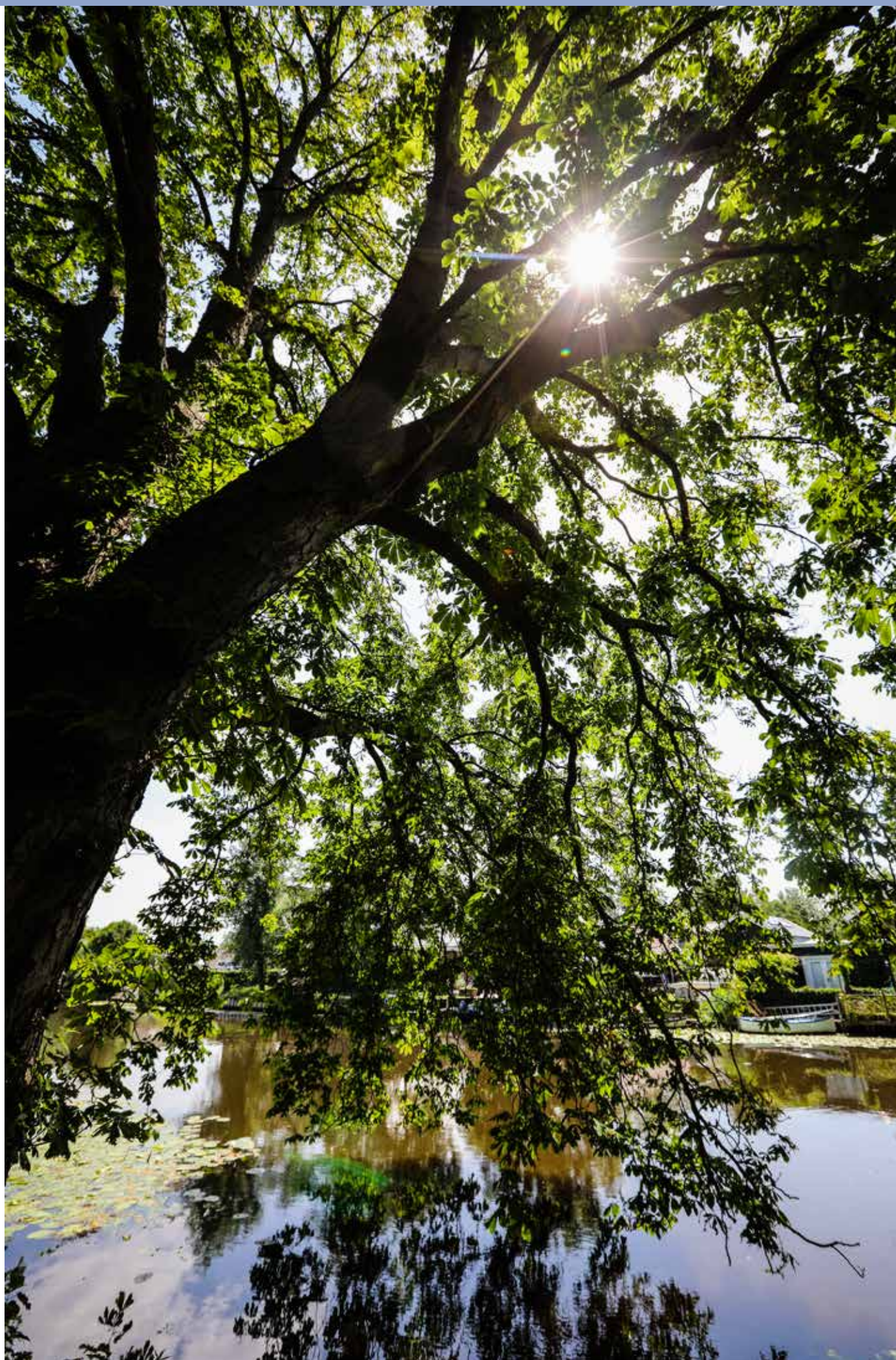
Als je op zoek bent naar teksten over rust, kom je gemakkelijk bij de psalmen uit. En als je in de psalmen op zoek bent naar rust, zijn er vrij eenvoudig psalmverzen te vinden. 'De stilte zingt U toe, o Here' (Psalm 65:10 LB '73). 'Wees stil, mijn ziel, keer u tot God' (Psalm 62:3 GK). Prachtige liederen om te zingen, gebeden om te bidden. Psalm 1 gaat niet in eerste instantie over rust. Psalm 1 gaat over het goede leven. En hoe dat in God te vinden is. Het gaat over de belangrijkste keuzes die je als mens maakt.

Toch denk ik dat Psalm 1 een beeld aanreikt dat erg behulpzaam is, als je een leven wilt opbouwen dat spreekt van rust bij God, in een onrustige wereld. Lees het maar: 'Zij is als een boom, geplant aan stromend water. Op tijd draagt zij vrucht, haar bladeren verdorren niet' (Psalm 1:3).

Het belang van beelden

In een overstesste samenleving die bol staat van de prestatiedruk vinden we niet makkelijk rust. Of nog anders: ook rust nemen wordt onderdeel van onze prestaties. Hoe goed kun jij rust vinden? Hoe plan jij het in, welke tips heb jij voor mij? We gaan cursussen, boeken, podcasts en retraites volgen. Om maar goed in rust te worden. Maar wat helpt ons dan? Hoe zou de Bijbel ons in deze rusteloze zoektocht kunnen helpen? Ooit leerde ik van Lin Button het

Rust nemen wordt onderdeel van onze prestaties



verschil tussen met het verstand iets weten en de beelden van God die daaronder liggen. Het is van het grootste belang om niet alleen kennis van God, maar ook het goede beeld van God te ontvangen. Anders ligt er onder ons denken en voelen een verkeerd beeld dat alles beïnvloedt. Als je wilt veranderen, moet je eerst je onderliggende beelden veranderen. En dat principe is natuurlijk breder toepasbaar dan alleen op Godsbeelden. Als we het zo moeilijk vinden om in de rust van God te leven; misschien moeten we dan niet stapels bijbelteksten en boeken lezen. Maar eerst in nieuwe beelden gaan denken. Juist het bijbelboek Spreuken, vol praktische adviezen, begint daarmee: *Van alles waarover je waakt, waak vooral over je hart, het is de bron van je leven* (Spreuken 4:23). Begin niet met het veranderen van je gedrag; zelfs niet met het veranderen van je denken. Maar begin met nieuwe beelden van God, van het goede leven. Juist daarom is het zo mooi dat Psalm 1 met zo'n krachtig beeld begint: de boom.

Het beeld van de boom

Het beeld van de boom komt niet alleen in Psalm 1 terug. Ook in Psalm 92 lees je over de rechtvaardigen die als palmen en ceders zijn, geplant in de voorhoven van God. En in Jeremia 17:7-8 kom je een tekst tegen die een kopie van Psalm 1 lijkt. De boom is een krachtig beeld, vooral door wat er

tegenover wordt gesteld: de vluchtigheid van kaf, afval dat wegwaait in de wind. Een boom is duurzaam: heeft de tijd nodig om te groeien en blijft dan jarenlang op dezelfde plek. Een soort 'stabilitas loci', zoals de monniken dat noemen. Een boom ademt langdurigheid, tijd, rust. Heb je ooit een haastige boom gezien? Als je op zoek bent naar rust, ben je op zoek naar duurzaamheid: langdurig ergens kunnen zijn. Niet met elke wind meewaaïen. Neem dan dat beeld van de boom ter harte. Psalm 1 kleurt het beeld van de boom in vanuit God: zo leef je als gelovige. Je vindt je stevigheid in de woorden van God, in het leven van de Here Jezus. Dat is de basis van die sterke boom. En die heeft de tijd nodig: dat ben je niet op één dag. Elke dag heeft een boom wortels nodig, grond om in te staan, levend (stromend) water om levend te blijven. Zo heb je als mens elke dag de woorden van onze God nodig. Het levende woord van God: de Here Jezus.

Geen boom staat op zichzelf

Het mooiste van die boom vind ik misschien wel dat een boom niet op zichzelf staat. Juist in onze zoektocht naar rust kunnen we ons zo individueel opstellen. We zoeken rust voor onszelf, bij onszelf, in onszelf. Rust wordt zomaar ook iets om in te excelleren, te presteren. Een boom is juist een schepsel van God dat verbonden leeft. Een boom heeft water

Om over door te praten

Als jij in psalm 1 over de boom leest, welke boom heb jij dan voor ogen? Hoe geef jij jezelf de rust om te groeien, als een boom? Kijk eens of je een afbeelding kunt vinden van het ecosysteem van een boom. Hoeveel andere schepselen leven er niet dankzij bomen! Hoe kunnen andere schepselen in jouw schaduw tot rust komen, groeien, bestaan? "Je wortels uitslaan in het stromende water" – waar denk jij dan aan? Hoe kun je dat in praktijk brengen; en hoe kun je elkaar daarin aanmoedigen? Waarom zou psalm 1 de eerste psalm van het psalmboek zijn?

nodig: buiten zichzelf. Een boom heeft grond nodig: buiten zichzelf. En een boom heeft bladeren: voor andere schepselen. Een boom geeft vruchten: aan andere schepselen. Een boom leeft afhankelijk en dienstbaar. Als wij onze wortels uitslaan in Gods woord, in de Here Jezus: zouden wij dan zulke bomen kunnen worden?

.....

Janneke Burger-Niemeijer is predikant van de Lasonderkerk in Enschede

*Een boom ademt langdurigheid, tijd, rust.
Heb je ooit een haastige boom gezien?*

Lichtdragers

Gefeliciteerd, van harte en nog
vele jaren tijd tot in eeuwigheid.
Bedelaars, volkorengenadebrood
eters, voor wie het hemels koninkrijk
op aarde leer en leven is; die rijk
zijn door te geven, die kwetsbaar de dood
van een geliefde niet wreken. Wie bidt
voor de vijand; wie onrecht, pijn en smaad
verdraagt; wie de duif van de vrede wit
loslaat naar een open hemel; wie haat - poolijskoud -
laat smelten door milde ogen
vol rust en liefde. Wie hartgrondig treuren
om ongeloof, misdaad; wie zuiver, hoge
eisen stellen aan zichzelf; wie de deuren
naar gesloten harten, machtsystemen,
willen openen. Wie dat biddend doen,
van harte: gefeliciteerd!

Lenze L. Bouwers Bij Mattheus 5: 1-12
Uit: Schriftgedichten, Poezie bij het kerkelijk jaar,
2013 Royal Jongbloed



Rust vinden in je heilige ruimte

'Heilige ruimte. Daar draait het om. Dat je niet alleen de heilige ruimte van de ander accepteert, maar dat de heilige ruimte van de ander en van jezelf juist groter probeert te maken om tot bloei en groei te komen.' Catharinus van den Berg spreekt de woorden met zichtbaar plezier uit. Hij is schrijver, dichter en verhalenverteller. Velen kennen hem als voormalig journalist en literatuurcriticus bij het Nederlands Dagblad. Ook was hij initiatiefnemer van Psalmen voor Nu, dominee en medeoprichter van het Jongerenklooster.

Nu draait veel in zijn leven rondom die zogezegde *heilige ruimte*. Een term die woordkunstenaar Van den Berg zelf bedacht aan de hand van het Bijbelse paradijsverhaal. 'Als je het eten van de boom van kennis van goed en kwaad in het paradijs interpreteert als aantasting van Gods heilige ruimte, dan is het van Adam en Eva geen overtreding van een regeltje. Nee, het is dan gebrek aan liefde. En als je die liefde niet kunt opbrengen, dan zien we dat alles naar de ratsmodee gaat.' Op deze manier wil Van den Berg duidelijk maken dat het fundamentele probleem in de wereld gebrek aan liefde is. 'Ik merk dat deze uitleg ook bij niet-gelovigen hout snijdt en op begrip kan rekenen.'

Wat heeft dit met rust te maken? Dat is immers het thema van deze Wegwijs. Veel, zo blijkt. Maar om dat uit te leggen is het nodig om te weten dat Van den Berg samen met Alba van der Velden activiteiten organiseert waarbij het gaat om het vergroten van de heilige ruimte. Dat

zijn bijvoorbeeld kloosterweekenden en pelgrimages. Voor jongeren, maar ook voor ouderen. En binnen deze activiteiten speelt rust een grote rol. Daarover straks meer. Eerst over de thema's die volgens Van den Berg een belangrijke rol spelen bij de jonge generaties.

Samengevat zijn dat drie vrijheden en een bepaalde druk. 'Allereerst is er de informatievrijheid. Alles komt binnen via bijvoorbeeld de telefoon. Van de meest banale nonsens tot de diepste zielenroerselen. Je mag zelf weten wat je kijkt en leest, want alles is vrij. Van scheppingsfoto's tot porno. Dat is enerzijds mooi, want je ligt niet aan de leiband van bijvoorbeeld de kerk, maar het brengt ook chaos.'

Als tweede ziet hij relatievrijheid. 'Op het gebied van relaties is ook bijna alles vrij en moet alles kunnen. Dat is ergens schitterend, maar brengt ook ongekende chaos. De gender-discussie brengt vele jongeren niet alleen vrijheid maar juist ook

verwarring. Want ze moeten al op jonge leeftijd nadenken over wie ze zouden zijn.'

Als derde spreekt hij over oriëntatievrijheid. Daarmee bedoelt hij dat je alles mag geloven wat je wilt. 'Of je nou New Age wordt of wappie of wat dan ook. Alles is vrij en bijna niemand die aan jongeren de vraag durven te stellen of ze de weg wel in *moeten* slaan die ze in slaan. Of dat wel de beste keuze voor ze is. Ook hierin zie ik dat deze vrijheid tot chaos kan leiden.'

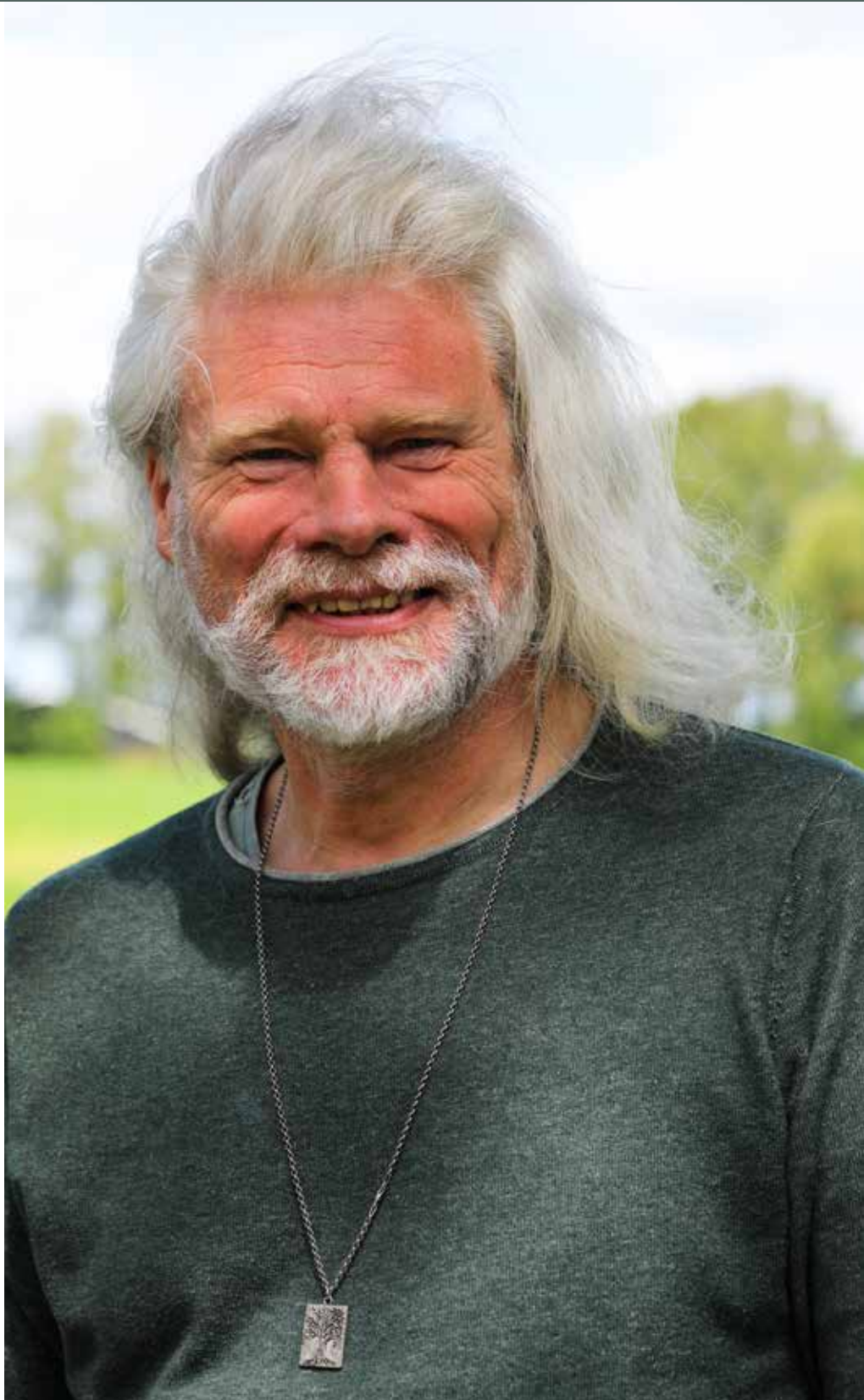
Van den Berg heeft afgelopen jaren de paradoxale ontwikkeling waargenomen dat deze vrijheden tot dwingende systemen kunnen leiden. 'Je moet alles gezien hebben, je moet wel met meerdere mensen naar bed zijn geweest en je moet ook een set stellige overtuiging hebben gekozen. De ogenschijnlijke vrijheid kan zomaar leiden tot nieuwe dwang en onvrijheid. De nuance is gesneuveld. Dat is een recept voor ongekende onrust.'

*En als je die liefde niet kunt opbrengen,
dan zien we dat alles naar de ratsmodee gaat*

Naast deze drie vrijheden gaan jongeren dan ook nog eens gebukt onder prestatiedruk. 'Dat is op zich iets nastrevenswaardigs, want door ambitie kun je boven jezelf uitstijgen. Als je echter druk uitoefent op chaos, dan schiet het alle kanten op.' Dat laatste is wat hij bij jongeren geregeld ziet gebeuren. Het schiet alle kanten op, omdat er geen ankerpunten meer zijn.

De zoektocht naar heilige ruimte is nu juist een zoektocht naar nieuwe ankerpunten. En in die zoektocht spelen stilte, kwetsbaarheid en geconcentreerde aandacht een belangrijke rol. 'Jongeren zeggen weleens dat ze voor de rust naar onze pelgrimages of kloosterweekenden komen, want ze hebben geen idee hoe ze die rust zelf moeten vinden. Begrijp me goed; ik geloof niet dat stilte het doel is. Rust vinden, dat is het doel.'

In die zoektocht naar rust zijn een paar zaken belangrijk voor Van den Berg. 'We zorgen dat de deelnemers licht kunnen reizen en zich geen zorgen hoeven te maken over het programma, over eten, drinken en overnachtingen. Ook zorgen we ervoor dat ze zich niet druk hoeven te maken over de route. Deelnemers kunnen de onrust van het dagelijks leven achter zich laten en daarom kunnen momenten van stilte tijdens de pelgrimages daadwerkelijk momenten tussen hen en God zijn.'



Catharinus van den Berg organiseert al sinds 2014 kloosterweekenden en pelgrimages voor jongerengroepen. Meestal zijn het grote, jeugdrijke gemeenten die zo'n groep bij elkaar kunnen brengen. Speciaal voor Wegwijs heeft Heilige Ruimte nu voor het eerst twee kloosterweekenden voor jonge mensen (18-28 jaar) georganiseerd met een 'open intekening'. Op die manier kunnen ook gemeenten met kleinere groepen oudere jeugd, of maar enkele jongeren in deze leeftijdscategorie, hun jonge mensen dit aanbieden. De weekenden zijn van 15-17 november 2024, en van 11-13 april 2025. Zie: www.heiligeruimte.org.

'Als je de pelgrimage ziet als een metafoor van het leven, dan leert een pelgrimage belangrijke dingen over leven vanuit rust. 'Rust is de afwezigheid van alles wat je niet nodig hebt en die rust skipt de informatiechaos. Het bepaalt je bij de kern. Rust is ook licht reizen en echte aandacht hebben voor de mensen om je heen, dat skipt de relatiechaos. Rust is richting hebben, dat skipt de oriëntatiechaos, want je weet waar je heen gaat en dat doel geeft helderheid en richting. Van prestatiedruk is geen sprake, want we zijn samen met elkaar op weg en niemand hoeft te winnen.'

Tijdens de pelgrimages zijn er tal van liturgische vieringen. Bij een ervan spelen stenen een belangrijke rol. 'We vragen mensen overdag om een steen uit te zoeken die iets vertelt

De nuance is gesneuveld. Dat is een recept voor ongekennde onrust

over wie zij zijn. In de avond is er dan een moment waarop deelnemers iets over de uitgekozen steen vertellen. Tijdens deze momenten gebeuren de mooiste dingen. We horen van pelgrims dat ze de steen jaren na

dato nog hebben. Ik ken het verhaal van een moeder die haar dochter welterusten wenst en haar dochter voorovergebogen in bed aantreft. Deze moeder wordt boos omdat ze denkt dat de dochter nog op haar telefoon spelletjes aan het doen is, waarop de dochter verontwaardigd omkijkt en zegt: "Ik kijk niet op mijn telefoon, maar ik heb mijn steen vast. Als ik de steen vast heb, dan ervaar ik de rust die ik tijdens de pelgrimage heb ervaren en waar ik graag naar toe terugkeer. Die stilte geeft mij houvast."

WEETJE



Stiltetuin

Behalve de uitroeping in 2020 tot mooiste dorp in Nederland, heeft Winsum nog iets om trots op te zijn. De kerkgemeenschap De Poort heeft naast haar gebouw van een onopvallende stukje grond een prachtige stiltetuin gemaakt. Iedereen wordt uitgenodigd om daar te komen genieten van de rust en de natuur. Tuinen staan al eeuwenlang symbool voor paradijs en hebben ook een lange traditie in de kerkelijke architectuur: denk aan de kloostertuinen. Bloemen, planten, insecten, vlinders en vogels doen "in stilte" hun werk en eren hun Schepper. Mooie plek om op adem te komen.



Kloosterervaring

Steeds vaker hoor je dat mensen verlangen om aan de hectiek van het dagelijkse leven te ontsnappen en hiervoor een klooster met bijbehorend programma kiezen. Ook zijn er kloosters waar je wordt uitgenodigd om gewoon mee te doen aan de structuur en dagorde van het klooster qua gebed en maaltijden. Zuid-Nederland met name en België kennen genoeg kloosters om deze ervaring op te doen. Abdij Onze lieve vrouw van Nazareth (Brecht) is er zo een. Haar motto luidt:

*"Alle gasten die aankomen moeten worden ontvangen als Christus zelf,
want Hij zal eens zeggen: Ik kwam als gast en gij hebt Mij opgenomen."*

(Regel van Benedictus, hoofdstuk 53).

My vrou is Huistoe

Stef Bos zingt langs de randen van de Nederlandse Taal. Opgegroeid in Veenendaal, na een studie Docent Nederlands naar Antwerpen getrokken voor de kleinkunstopleiding gedaan en sinds jaar en dag getrouwd met een Zuid-Afrikaanse vrouw. De Bosjes wonen deels in Vlaanderen en deels in Zuid-Afrika.

In 2010 verscheen het album Kloofstraat, met daarop teksten in hoofdzakelijk Afrikaans. Een van de Afrikaanstalige liedjes is 'My Vrou Is Huistoe'. In het begeleidende boekje schrijft Bos achtergrondinformatie over de 12 songs van Kloofstraat; bij 'My Vrou Is Huistoe' beschrijft hij dat de titel een zin uit een gesprek is. "Ik had een mooi gesprek met een oude man. Ontstaan tussen dezelfde bevolkingsgroep 'bruinmense' [een mengeling van kleuren en afkomst in Wuppteral in de Cederbergen, een dorp gesticht door Duits-Moravische zendelingen.] Hij had een gezicht als een landkaart, waarop je een leven kunt lezen. Ik vroeg hem na verloop van tijd 'Waar is jou vrou' en hij zei met een lichtheid in zijn stem 'My vrou is huistoe, sy sing in die hemel'. Begin van een lied."

Het is een prachtig liedje geworden. Over een weduwnaar, die met liefde over zijn overleden vrouw praat. 'Sy het gesê, sy wag daar in die wolke op

my'. De man vertelt hoe hij zijn dagen invult. Hoe hij elke dag zijn stukje grond bewerkt en 's avonds weer naar huis gaat. Hij zit dan bij zonsondergang voor zijn huis, kijkend naar de maan en de sterren. Het is een man die geduldig wacht op het moment dat hij verenigd wordt met zijn vrouw. In het vertrouwen dat zij 'in die wolke op my wag'. In de tussentijd doet hij wat zijn hand vindt om te doen.

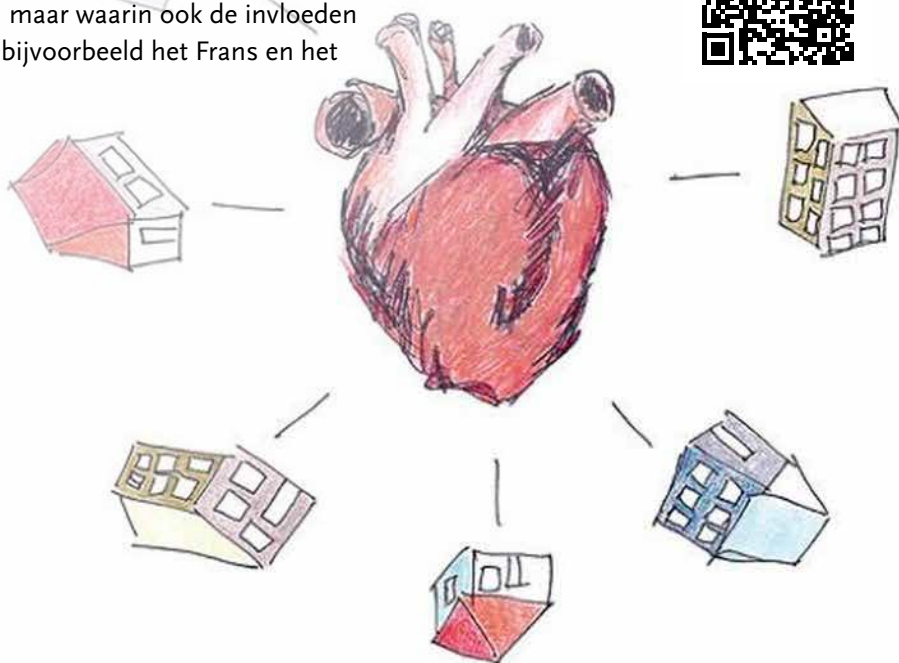
Iets meer dan twee minuten duurt het liedje. Bos begeleidt zichzelf op de piano. Door de lengte en de muziek is het een klein liedje geworden. Ik draai het vlak voor het slapen gaan. Er zit namelijk ook een boel vertrouwen in, zoals dat ook in slaapliedjes en avond-gezangen zit. Je legt je leven in de hand van iemand, die over je zal waken.

Het is ook het Afrikaans dat me trekt. Een taal die zo erg lijkt op onze eigen taal, maar waarin ook de invloeden van bijvoorbeeld het Frans en het

Engels hoorbaar zijn. De taal is ontstaan uit kolonisten, die zich in de zeventiende eeuw in Kaapstad vestigden. Zoals vaker, ontwikkelt de taal in de koloniën en in gebieden waar migranten zich groeperen, anders dan in het moederland. En zo is het Afrikaans herkenbaar als een Nederlandse dochtertaal, maar is het een zelfstandige taal in een eigenzinnig land. Misschien dat deze taal daarom zo goed past bij Stef Bos. En bij dit lieve liedje.

'My Vrou Is Huistoe' is een aangename manier om rust te vinden. Om rust te houden. We hoeven geen ijzer met handen te breken, maar mogen in alle ontspannenheid onze werkzaamheden uitvoeren. Wie ons zijn voorgedaan wachten in de wolken op ons.

Lied: Stef Bos –
My vrou is huistoe:



Brood en spelen – gejakkker op de rustdag

‘Vanaf heden is het verboden om tijdens een kerkdienst paarden, schapen, varkens en andere dieren door de kerk te drijven of er met kruiwagens doorheen te rijden’, besloot het Utrechtse stadsbestuur in 1612. Kijk, dat waren nog eens laagdrempelige diensten daar in Utrecht. Daar konden de spreekwoordelijke Jan Rap en zijn malle maat ook binnenstappen. Maar het gaat ons deze keer om iets heel anders.

Want wij proberen met dit voorbeeld een indruk te geven van het leven op zondag in de 17e eeuw. En ook al zal het kerkgebouw niet overal onderdeel hebben uitgemaakt van de veemarkt, de situatie van Utrecht zal niet uitzonderlijk zijn geweest. Ook elders gebeurde het dat van overheidswege besloten werd om kerkdeuren tijdens diensten op slot te doen, om te voorkomen dat allerlei volk er dan doorheen liep. In 's-Hertogenbosch werd het verboden om tijdens kerkdiensten te dobbelen, te kegelen, te schermen, of 'eenige goederen, oft waeren door de kerck te draegen ofte cruyen'. Daar dus ook. De grote kerkgebouwen stonden vaak midden in de stad. Daar doorheen lopen was de kortste weg om aan de andere kant te komen. Bovendien

bestond - juist op zondagen - het nodige vermaak en vertier op het kerkhof, of op de markt bij het kerkgebouw. Soms zelfs (vee)markten.

Centrumfunctie

Om een beeld te krijgen van hoe zondagen er vierhonderd jaar geleden uitzagen, moeten we proberen in de zeventiende eeuw te kruipen. En van daaruit om ons heen kijken. De kerk stond vaak niet alleen midden in de stad, maar ook in het centrum van het leven. Vaak het enige publieke gebouw binnen de samenleving. In de toren hing de klok. Die meldde wanneer het etenstijd was (of gevaar), ook voor mensen die buiten de stadsmuren op het land woonden of werkten. De kerkklok was een vast en - naast de stand van de zon - het

enige ijkpunt om de tijd te weten. In de kerk was je gedoopt en - als je samen was - getrouwd. Daarin of direct er omheen lagen geliefden van je begraven. Tijdens kerkdiensten kreeg je ook het laatste nieuws door. Zowel meldingen van de plaatselijke overheid over pachten, belastingen en ander andere ambtelijke mededelingen, als meer landelijk nieuws. Dat laatste soms ook in de preken. Voor jongelui waren de zondagse diensten gelegenheden bij uitstek om elkaar te ontmoeten. Zij werkten immers zes dagen lang, van 's morgens vroeg tot vaak laat in de avond. Maar op zondag troffen zij elkaar in en rond de kerk. In die zin fungeerde het kerkgebouw ook als huwelijksmarkt. Tijdens kerkdiensten zagen predikanten soms met lede ogen aan hoe

jongeren meer aandacht hadden voor elkaar dan voor de preek. Volgens een Amsterdamse dominee maakten sommige vrouwen de gewijde ruimte tot een 'Venustempel, daer sy verschijnen met haer hoeren aengesicht, lonckende oogen en onreynne begeerlijkheden'.

Ook wie geen kerkdienst bezocht kwam op zondag vaak naar het kerkgebouw. Want daar gebeurde het. Rondom de kerk vonden allerlei activiteiten plaats voor vertier en vermaak. Legio klachten van kerkenraden en kerkelijke vergaderingen zijn overgeleverd over de herrie buiten, tijdens kerkdiensten. Bij overheden werd aangedrongen op strengere maatregelen tegen markten en horecaopening tijdens kerkdiensten. En ook tegen de populaire spelen als kaatsen, klossen, kegelen, ringsteken, ganzentrekken, papegaaischieten en wat al niet meer, pal naast de kerk.

Brood en spelen

De overheden traden niet altijd op tegen dit soort activiteiten. Dat was niet altijd uit onwil maar ook uit een zekere onmacht. Want al dit vermaak op zondagen, had heel diepe wortels. Het was nog een erfenis uit de roomse Middeleeuwen. Tijdens de



late Middeleeuwen wemelde het van christelijke feestdagen. Meer dan 50 in een jaar. Naast de zondag telde een week gemiddeld nog een of twee kerkelijke feestdagen, waarop niet gewerkt werd en veel buitenactiviteiten plaatsvonden. Met de Reformatie waren de meeste van die dagen komen te vervallen. Alleen Kerst, Goede Vrijdag en Pasen, Hemelvaart en Pinksteren bleven daarvan over. Met als gevolg dat veel rust-verstorende volksvermaken zich op de zondagen concentreerden; de enige vrije dag die mensen nog hadden.

Kerk en overheid hebben niet anders dan door krachtige hand en met taai geduld langzaam maar zeker verandering kunnen aanbrengen in deze

situatie. Wij leven ondertussen vier eeuwen later. En we weten dat dat met de ontkerkelijking die vooral na de Tweede Wereldoorlog doorzette, de zondag voor velen weer een dag van 'brood en spelen' is geworden.

Ook wie geen kerkdienst bezocht kwam op zondag vaak naar het kerkgebouw. Want daar gebeurde het Rondom de kerk vonden allerlei activiteiten plaats voor vertier en vermaak

Een droom verbeeld

Dit kleurrijke werk is van de Chinees-Canadese kunstenaar Matthew Wong (1984-2019). Wong was een autodidactisch kunstenaar, hij leerde zichzelf schilderen door veel naar andere kunstenaars te kijken. Kunstenaars zoals Henri Matisse, Shitao, Yayoi Kusama, Jonas Wood, Alex Katz en Vincent van Gogh inspireerden hem door hun schilderstijl en kleurgebruik.

Naast een bron van artistieke inspiratie was Vincent Van Gogh voor Matthew Wong ook een zielsverwant. Wong identificeerde zich met het levensverhaal van Van Gogh. 'Ik zie mezelf in hem. In de onmogelijkheid ergens toe te behoren in deze wereld.' Matthew was vaak depressief en schilderen was voor hem zijn 'laatste toevlucht', zoals hij dat zelf noemde.

Wong leefde een teruggetrokken leven en schilderde vanuit zijn fantasie in de veiligheid van zijn atelier. Landschappen en stilleven in vrolijke kleuren, ze laten hem ontsnappen aan de werkelijkheid en net als Van Gogh gebruikt hij kleur om zichzelf te bemoedigen, een verweer tegen zijn aanhoudende depressies.

Hij voelt zich eenzaam en onbehaaglijk, een outsider die zich niet kan aanpassen aan zijn omgeving. Hij creëert daarom zijn eigen wereld, een droomwereld waar hij rust vindt, een plek waar hij zou kunnen verdwijnen. Die plek wil hij schilderen, daar waar het volmaakt is.

In de Bijbel krijgt Johannes door de Heilige Geest een droombeeld van een volmaakte plek te zien. Hij krijgt

een visioen van het nieuwe Jeruzalem, de voorafspiegeling van de nieuwe hemel en de nieuwe aarde. Hij ziet in een droombeeld een stad van zuiver goud, helder als glas met op de muren edelstenen in de allermooiste kleuren. De stad heeft het licht van de zon en maan niet nodig, want God zelf is het licht. Het is de perfecte stad waar het kwaad niet kan binnendringen. God zal er tussen de mensen wonen en er zal geen verdriet meer zijn. Alle tranen worden weggevoerd. Er zal geen dood meer zijn, geen rouw, geen jammerklacht en geen pijn. God maakt alles nieuw! Het is de plek waar je veilig bent, waar iedereen tot rust mag komen.

Verbeelding Verwoord wordt voortgezet met een nieuwe bedenker van beelden en woorden bij het thema: Margré van de Geest. De redactie is, ongetwijfeld net als de lezers, nieuwsgierig naar haar 'kunsten' voor deze rubriek. Margré is grafisch ontwerper en keramisch kunstenaar, wiens werk haar liefde voor de geschiedenis en cultuur van haar geboortedorp Spakenburg weerspiegelt. Ze is lid van de Noorderkerk in Spakenburg en organiseert tijdens de dorpsbrede 'kunstroute' een tentoonstelling in de kerk, waarbij ze het jaarthema verbindt aan de christelijke boodschap.



Matthew Wong, *The Realm of appearances*, 2018 Olieverf op doek, 165,1 x 203,3 cm
Private Collection © Matthew Wong Foundation c/o Pictoright Amsterdam 2023
Van Gogh Museum Amsterdam

Rust

Je zou het niet verwachten, maar rusten in God is vooral een zware inspanning voor ons mensen. Het vraagt iets dat wij niet makkelijk doen: overgave aan God. Rusten betekent dat je de handen loslaat, de grip op het leven laat vieren, en leeft van wat God dan geeft.

Dat gold voor het volk Israël wekelijks tijdens de sabbat, maar ook om de zeven jaar tijdens het sabbatsjaar. Eens in de zeven jaar moesten de Israëlieten hun aanspraak op de techniek (de landbouw), op de welvaart (het land) en op mensen (slaven en schulden) radicaal overgeven aan God. Land bleef braak liggen, je oogstte van wat er op het land spontaan groeide, slaven werden vrijgesproken, schulden werden kwijtgescholden. Het sabbatsjaar had dus als belangrijk effect sociale rechtvaardigheid, economische gelijkheid en ecologische duurzaamheid. Het is een vroeg voorbeeld van een systeem dat zowel de menselijke samenleving als de natuurlijke wereld ten goede kwam door perioden van rust en herstel in te bouwen.

Kan een mens een jaar zo leven uit vertrouwen? Israël kon het waarschijnlijk niet. De kroniekschrijver zegt namelijk in 2 Kronieken 36:21: 'Zo ging in vervulling wat de HEER bij monde van Jeremia had voorzegt.

Zeventig jaar bleef het land braak liggen en had het rust, totdat alle niet in acht genomen sabbatsjaren vergoed waren. Waarschijnlijk is er dus in al die jaren geen sabbatsjaar gevierd. En waar de mens niet kan loslaten, maar blijft grijpen, daar verdwijnt de rust uit het land en daar verdwijnt ook de rust in het samenleven.

Wij zijn vandaag geen haar beter. We leven in een wereldwijde economie die je zonder overdrijving kan omschrijven als een 'rupsje nooit genoeg'. De machine is zo groot geworden door een onlosmakelijke afhankelijkheid van volken en grote multinationals en bedrijven. Nooit

*Onze wereldwijde
economie is hét bewijs
dat de mensheid leeft
zonder de rust in God*

kan deze trein meer stoppen zonder dat het wereldwijd de economieën zal verpletteren. Hoe hoger we dit Babel bouwen, hoe groter de schade als deze toren valt. Onze wereldwijde economie is hét bewijs dat de mensheid leeft zonder de rust in God. Daarom geloven wij in het oordeel over de levenden en de doden. Alleen God kan een einde maken aan de gro-

teske onderneming van de mensheid. Alleen Hij kan stoppen én opnieuw beginnen.

Wij kunnen deze wereld niet redden van de machine. Wij kunnen wel ons in het klein verzetten tegen het motto van deze machine: groter, meer en beter. Jezus leerde ons in de Bergrede een belangrijke les om te groeien in rust: 'Zoek liever eerst het koninkrijk van God en zijn gerechtigheid, dan zullen al die andere dingen je erbij gegeven worden. Maak je dus geen zorgen voor de dag van morgen, want de dag van morgen zorgt wel voor zichzelf. Elke dag heeft genoeg aan zijn eigen kwaad.'

Eigenlijk zegt Jezus hier: wat vraagt God van mij vandaag? Liefde en trouw gaat zelden over grote heroïsche momenten maar om dagelijkse routines waarin je trouw bent en liefdevol. Doe trouw je werk om uit te kunnen delen, wees liefdevol en trouw aan de mensen en gemeenschappen waaraan jij verbonden bent en oefen jezelf in een leven dat je niet lekker gaat slapen vanwege de cijfers van je bankrekening maar vanwege je Vader in de hemel.

Luistertip: Joke Buis
Wat vraagt God van mij



‘De radicale uitbanning van haast’ – als lawaai en spullen je leven vullen maar je ziel legen



Wat is volgens jou het grootste probleem waar ons land onder gebukt gaat? Is dat de woningnood, de almaar groeiende kloof tussen bloedgroepen of de oorlogsdreiging waar zoveel over gespeculeerd

wordt? Weinig mensen zullen denken aan ‘haast’ en toch is dat volgens John Mark Comer één van de grootste problemen vandaag. Hij schreef een herkenbaar boek over hoe haast onze ziel ontwortelt, uitholt en dodelijk vermoeit. Comer begint autobiografisch waarin hij vertelt hoe hij verstrikt raakte in een westerse visie op succes en daardoor verstikt werd door haast. Hij schrijft: ‘Het voelt alsof ik ben overreden door een goederentrein. In Amerika kun je succesvol zijn als dominee en tegelijk mislukken als volgeling van Jezus. Je kunt een kerk winnen en je ziel verliezen.’ Voortdurend proef je in het boek dat hij zelf heeft doorleefd wat hij deelt. Zodoende is het boek toegankelijk ondanks de confronterende waarheid die hij blootlegt. Een belangrijke stelling van Comer is dat onze cultuur zichzelf

helemaal kapot haast en daardoor de liefde om zeep helpt. Haast en liefde gaan niet samen zegt hij: ‘Al mijn grootste fouten als vader, echtgenoot, dominee, en zelfs als mens worden gemaakt als ik haast heb – als ik laat ben voor een afspraak, als ik achterloop met mijn onrealistische to-do-list, als ik probeer te veel op één dag te doen. Dan ben ik boos, gespannen, kritisch en zeurderig – het tegenovergestelde van liefdevol.’ God is daarentegen traag omdat hij liefdevol is. Neem alleen al het geduld waarmee hij de mensheid al eeuwen verdraagt. God is traag, omdat Hij liefheeft. Doordat we zo druk zijn lopen we het verre van ondenkbare risico dat we ons leven verspelen. Een leven op jacht naar groter, beter of meer; een leven lang op de vlucht voor de pijn in jezelf, uit je verleden, of in je relaties leidt tot een leven zonder bestemming. Is dat wat we willen? Een altijd afgeleid leven zodat je niet meer weet waar je hart voor klopt? In het tweede deel van het boek wijst Comer zowel inhoudelijk als praktisch richting. Zonder moralistisch te worden werkt hij uit hoe leven in het nu ons verbindt met de eeuwigheid, hoe

‘stilte’ ruimte kan maken voor je ziel en hoe ‘minimalisme’ je bevrijdt van de ballast van de wereld. De oplettende lezer denkt nu: maar stilte en minimalisme zijn toch hypes vandaag de dag? Mensen die via allerlei oosterse tradities aan het mediteren slaan en hun huizen leegruimen en kledingkasten uitdunnen, dat is niet nieuw. Nee, onze niet-christelijke tijdgenoten voelen blijkbaar ook aan dat lawaai en spullen je leven vullen maar je ziel legen. Waarin Comer verschilt is dat het bij hem een middel is en niet het doel. Stilte is niet het doel, minimalistisch leven niet het einde, maar Jezus kennen en uit hem leven is de bestemming. Daarbij past geen bezitterig leven vol herrie. Zo schrijft hij zelf: ‘Blijven in Jezus’ is een beeld waar ik steeds op terugkom. Ik wil zo heel graag leven vanuit die diepe plek van liefde, vreugde en vrede.’ Dat is het doel en als je denkt: ‘dat wil ik ook,’ dan kan ik je dit boek van harte aanraden. Het leest eenvoudig, het is herkenbaar en het is werkelijk hoopvol. Is het niet voor jou dan is er vast wel iemand die je kent die zich leeg rent. (CvZ)

John Mark Comer, De radicale uitbanning van haast | EAN 9789033802942 Ark Media | 272 pag. | € 24,99 | €16,99 Ebook

Tegendraadse lessen voor een nieuwe levenshouding



Waarom willen we zoveel *doen*? Simpelweg omdat we er liever toe doen dan ertoe willen *zijn*. Niets is zo onverdraaglijk voor de mens als volledige rust. ‘Dat is een leuke binnenkomer’, denk ik, wanneer ik het boek

van Mirjam van der Vegt, ‘De kracht van rust’ opensla en dit citaat uit de 17e eeuw (!) van Blaise Pascal in het oog springt. Een citaat dat direct al veel gedachten oproept. Het boek staat er vol mee. Inspirerende citaten

en oneliners van mensen van heel divers pluimage: bisschop Ancelimo, rapper Typhoon, bergbeklimmer Katja Staartjes en ook Eisenhower, Churchill en Mandela. Bij de inleiding staat: ‘Wie met vreugde wil werken mag goed leren rusten.’ Een paar hoofdstukken verder: ‘Je kunt de wereld besmetten met kalmte in plaats van haast.’ 8 hoofdstukken met elk een eigen insteek. Lessen, quotes, wijsheden en opdrachten. Stuk voor stuk dingen die je aan het denken zetten over het leven in een nogal chaotische wereld vol verwachtingen en

prestatiedruk. Stilte, pauzes nemen, natuur, visie, het alledaagse, onaf durven zijn. Wat mij opviel toen ik op internet wat achtergrondinformatie zocht, is dat dit boek veel gelezen wordt door mannen in het zakenleven, en moeders. Ook dát geeft te denken. Dit boek biedt zeker handvatten, niet als een tool, maar helpend bij het zoeken naar een levenshouding voor jezelf privé en in je werkzame leven. Dicht bij de chaos te zijn en te kijken en te luisteren. Omdat daar misschien wel het wonder van vrede en rust verborgen ligt. (MR)

Mirjam van der Vegt, De kracht van rust | ISBN 9789025912192 | Ten Have | 222 pag. | € 22,99



De kroon op de schepping

LEZEN: Genesis 1

Zo werden de hemel en de aarde in al hun rijkdom voltooid. Op de zevende dag had God zijn werk voltooid. Op de zevende dag rustte Hij van het werk dat Hij gedaan had. (Genesis 2:1-2)

Wat heeft deze foto te maken met bovenstaande tekst? Laat mij het uitleggen. In Genesis lezen we dat God op de zesde dag – als laatste – de mens heeft geschapen. Het is een gegeven dat ervoor heeft gezorgd dat de mens als kroon van en op de schepping wordt gezien. Met veel moois, maar ook veel destructiefs tot gevolg. We gaan het vandaag alleen niet hebben over plofkippen, voetbalvelden aan regenwoud die dagelijks worden gekapt en de plasticsoep in de oceaan.



Nee, we moeten het hebben over waar de schepping daadwerkelijk mee eindigt. Dat is niet met de mens, maar met de sabbat. De dag waarop God niets doet en geniet van wat Hij heeft geschapen. De dag die Hij heilig noemt; apart gezet van de andere dagen. Is deze dag daarom niet de kroon op de schepping? Wordt in de sabbat de bedoeling van de schepping niet het meest zichtbaar? 'Het gaat uiteindelijk niet om zwoe-gen maar spelen, niet werken maar genade.'

Dit is een inzicht dat ooit tot mij kwam door een lezing van Jean Jacques Suurmond bij de studentenvereniging waar ik lid van was. Hij wijdde er daags na de lezing een column aan in een dagkrant en zette ons als studenten op een voetstuk. 'De studenten die overbodige sjerpen dragen en zingen in een taal die niemand spreekt, hebben het goed begrepen. (...) Ze herinneren ons eraan hoe vervreemd we zijn van onze bestemming. We weten ons geen raad met de nutteloosheid, met

de ruimte van genade.' Nu begrijp je hopelijk wat deze foto bij bovenstaande tekst doet. Lang leve de nuttelozen van de nacht! Deze foto is trouwens allereerst een confronterende spiegel voor mijzelf, want ik weet me vaak ook geen raad met nutteloosheid. Maar dat is nutteloze informatie voor jou en je hebt hoogstwaarschijnlijk al voldoende om voor jezelf te overdenken.

Ratrace & rust

Dat onze welvaart steeds meer toeneemt, is geen nieuws. We hebben het goed en het wordt ook steeds beter. Het uit zich onder meer in goede arbeidsomstandigheden. De veertigurige werkweek is niet meer de standaard, steeds vaker werken we 32 tot 36 uur in de week. Uitzonderingen daargelaten: een wethouder of minister maakt zomaar zestig of tachtig uur in de week.

Nog niet heel lang geleden was een veertigurige werkweek een sociale doorbraak. Tot in de 19e eeuw waren werkweken van 75 uur de norm. Dat kwam onder meer doordat we zes dagen in de week aan het werk waren, geheel in lijn met het vierde gebod ('Zes dagen zult gij arbeiden en al uw werk doen...'). Pas net na de Eerste Wereldoorlog regelde de Arbeidswet dat een werkdag gemiddeld 8 uur duurt, met een maximum van 45 uur.

Je zou dus kunnen stellen dat naarmate de welvaart toeneemt, de werkweken minder belastend worden. We hoeven immers minder uren te werken om het vergelijkbare welvaartsniveau te behouden. En minder uren werken levert kansen op voor andere werknemers: de niet-werkuren worden door collega's overgenomen. Je zou ook kunnen

zeggen dat we door de toegenomen vrije tijd meer rust en ontspanning hebben. Of in ieder geval ervaren.

Niets blijkt overigens minder waar. Vooral onder jongeren groeit het aantal diagnoses burn-out. Klachten als een uitgeput gevoel, concentratieproblemen, onrustig slapen, prikkelbaar en een gejaagd gevoel zijn aan de orde van de dag. Gevoelens die niet te linken zijn aan veel werk, want zoveel werken we dus niet (meer). We raken overspannen doordat we overal aan mee moeten doen. We moeten accounts hebben en bijhouden op Instagram, Facebook en TikTok, we willen vooraan staan bij het concert van Taylor Swift, vakanties naar verre oorden volgen elkaar steeds sneller op.

We moeten, we moeten, we moeten. Het liefst nu allemaal tegelijkertijd. En het moet op z'n minst mooi en goed zijn, voor minder doen we het niet en bij voorkeur is alles mooier en beter dan het voorgaande. Het is een slopend bestaan om te voldoen aan al die verwachtingen, die we onszelf aanpraten. Want al die dingen zijn nergens voorgeschreven. We houden onszelf voor de gek dat het zo moet. Geen wonder dat burn-outs en de bijbehorende klachten

steeds meer voorkomen. Hoe bewaar je in die ratrace je rust?

Schrijver Martin Bril had een eigen credo, een eigen levensstijl: "Je mist meer dan dat je meemaakt/ Helemaal niet erg." Dat is een ontspannen gedachte. Je hoeft niet aan alles mee te doen, er is heel veel waar je geen idee van hebt dat het gebeurt. En laat dat dan ook maar buiten je leven plaatsvinden. Doe maar gewoon wat je moet doen, dat is al ruim voldoende.

Misschien zit hier een echo in van Brils (synodaal-)gereformeerde jeugd. Het vierde gebod is immers niet een verplichting om zes dagen in de week te werken. Dit gebod is juist een inperking om niet teveel te werken. Je hebt zes opeenvolgende dagen de tijd om je werkzaamheden te doen, en na zo'n periode moet je minstens een dag rust nemen.

De eerste volledige kalenderdag die Adam en Eva meemaakten, was de zevende scheppingsdag. De dag dat de Schepper rustte van Zijn werk. Het eerste echtpaar begon dus met een rustdag. Ze hoefden niets, maar begonnen met een 'uitslaapdag'. Het is heerlijk om op zo'n manier te beginnen.

Het eerste echtpaar begon dus met een rustdag. Ze hoefden niets, maar begonnen met een 'uitslaapdag'



Denk eens mee...



Rust roest? Rust als een door God gegeven genade en kroon op de schepping.

Wat is rust eigenlijk? Rust is een verandering van moeheid, een insluiten van onrust. Onrust, als tegenovergestelde van rust, waarschuwt ons, net als angst.

Herken je dat? Herken je ook de onrust in onze maatschappij, in je eigen leven?

We krijgen de opdracht van God om te werken, niet om bezit te verwerven. Hoe speelt dat een rol in ons arbeidsethos? Je daaraan onttrekken is haast onmogelijk, maar hoe leef je dan vanuit rust... Heb je tools nodig om tot rust te komen? Vakantie?

Aansluitend bij het thema 'Rust' hebben we twee mooie gesprekken toegevoegd aan onze site, waarin bovenstaande gedachten aan de orde komen.

In Hattem ging Martinus Bos in gesprek met Dick Mostert. En in Berkum spraken Renske Bakker en Maurits Oldenhuis door over het thema. Bekijk ze hier en denk mee over rust.



Gesprek Martinus Bos met Dick Mostert



Gesprek Renske Bakker en Maurits Oldenhuis



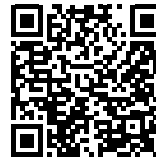
GAAF

“Ik ben ‘n beetje een chaoot en altijd druk met dingen. Ik heb dan ruimte nodig om mijn hoofd tot rust te laten komen”, zegt hij. “Ik ga dan vaak een poos op een bankje zitten om mijn gedachten te laten gaan en te praten met God. Ik zeg Hem gewoon de dingen die ik kwijt wil. Aan het woord is Wim Geelhoed. Met Arnold Lassche wandelt hij door Klein Bylaer:

“Als je ziet hoe God alles gemaakt heeft... de helft snappen we nog niet

eens. Als God dat allemaal kan dan zal hij mijn leven ook in zijn handen houden. Dan kan hij de chaos in mijn leven ook wel handelen. Hij houdt de touwtjes in handen ook al snap ik het niet”, zegt hij. “Ik kan hier gewoon bijtanken. Je hoeft hier niks.”

scan de QR-code
om deze aflevering
te bekijken



Christelijk Gemengd Koor Zwolle
Jubileumconcert 75 jaar - deel 2
Deel 2 van het prachtige jubileumconcert. Zin om mee te genieten?

Scan de QR code om naar deel 2 van deze opname te kijken en te luisteren, en misschien wel mee te zingen.



ADRESSEN

Voor **abbonementen, adreswijzigingen** etc.:
Administratie steunpunt Bijbelstudie
Postbus 499, 8000 AL Zwolle
tel. 038 427 04 48 (uitsluitend bereikbaar op woensdagochtend tussen 9-12 uur)
Voorkeur gaat uit naar contact per e-mail:
administratie@steunpuntbijbelstudie.nl

WegWijs is een uitgave van de
Gereformeerde Bijbelstudiebond
Alles over de bond vind je op
www.steunpuntbijbelstudie.nl.

Redactie *WegWijs*

Hoofdredacteur: Maarten Boersema
Eindredacteur: Martha Riemer
Redactieleden: Dienneke van de Kamp,
Ria Kuijper, Chris van Zwol.
Beelden: Maarten Boersema,
Martha Riemer, LPB media.

Voor de **inhoud** van *WegWijs*:
Postadres: Redactie *WegWijs*
Postbus 499, 8000 AL Zwolle
e-mail: redactie@steunpuntbijbelstudie.nl

Abbonementen *WegWijs*

Leden van verenigingen die bij steunpunt Bijbelstudie zijn aangesloten, krijgen *WegWijs* gratis. Particulier abonnement: €22,50 per kalenderjaar.

Opzeggen: schriftelijk of via e-mail vóór 1 december

Losse nummers van *WegWijs* zijn te bestellen via het bestelformulier op de website www.steunpuntbijbelstudie.nl. De kosten zijn: € 4,25 per stuk. Dit is incl. verzendkosten. De betaling van uw bestelling kunt u direct overschrijven naar bankrekening NL74 INGB 0000 8394 84 t.n.v. van Gereformeerde Bijbelstudiebond te Zwolle o.v.v. *WegWijs*-nummer als betalingsreferentie.

WegWijs is ook verkrijgbaar in **braille, grootletter, digitale en gesproken** vorm via CBB, Christelijke Bibliotheek voor blinden en slechtzienden, Postbus 131, 3850 AC Ermelo, tel. (0341) 565499

Overname van artikelen is alleen toegestaan na toestemming van de redactie.

Vormgeving en opmaak *WegWijs*:
LPB media | www.lpbmedia.nl
Druk: Scholma, Bedum;
ISSN-nummer 0929-2136

In het volgende nummer: Micha

Verschijningsdatum
omstreeks 1 november 2024

