

## “Laat de Heer altijd uw vreugde blijven!”

Preek n.a.v. Fil. 4: 4 – themapreek over ‘discipelschap is getuigen’

Ds. Maarten van Loon, februari 2015

### Liturgie

Zingen: NLB gezang 23c: 1, 2 (als votum)

Zegengroet

Zingen: NLB gezang 23c: 3, 4, 5

Gebed

Schriftlezing: Filippenzen 4: 1-9

Zingen: Psalm 43: 3, 4, 5

Preek

Zingen: Opwekking 334

Geloofsbelijdenis

Zingen: Johannes de Heer 33: ‘Daar ruist langs de wolken’

Gebed

Collecte

Zingen: Psalm 105: 1, 2, 20, 21

Zegen

### Preek

[1] Vorige week: intimiteit vanuit Psalm 23. *Mijn Herder, mijn Jezus*. Hij is van mij en ik van Hem.

Vanmiddag gaat het over getuigen – maar we doen even een stapje terug. Ik moet getuigen, ja ... ok. Maar getuigen begint wel bij je eigen hart en ziel. En zal van daaruit ook handen en voeten krijgen. En woorden. En ook je verstand wordt ingeschakeld.

Maar het begint dus bij die intimiteit: hart en ziel.

Die krijgen vanmiddag verdere inkleuring vanuit Filippenzen 4.

De Heer die *mijn Herder is*, mag ook *mijn vreugde* zijn: [1.1] Laat de Heer uw vreugde blijven.

Misschien heeft Paulus bij dit gedeelte wel aan die Psalm gedacht.

Want die andere kern uit Psalm 23 vinden we hier ook.

Psalm 23: al ga ik door een donker dal, *U bent bij mij*. [1.2]

Dat vinden we hier ook: *de Heer is nabij*. Niet ver weg, maar dichtbij.

Vanmiddag wil ik mijn vertrekpunt nemen in die vreugde [2] waar Paulus het over heeft en toe oproept.

En die vreugde wil ik gaan verbinden met getuigen, het thema van vandaag: discipelschap is getuigen van Jezus. Vanuit de *vreugde* zullen we daar vanzelf uitkomen.

Wat is dat eigenlijk, als iemand jouw vreugde is?

Je zou het kunnen vergelijken met een relatie die je hebt met iemand. [2.1]

Bijvoorbeeld je man of je vrouw. Of je verkering. Of een heel goede vriend of vriendin.

Dan vind je die ander helemaal geweldig. Je wilt niet zonder hem of haar. Nooit.

In voor- en tegenspoed. Dan heb je altijd elkaar nog. Elkaars steun en nabijheid.

Ook in donkere dalen dus.

Soms kun je dat zo tegen elkaar zeggen: gelukkig hebben we elkaar nog.

Dat kun je zeggen in de moeite. Of, als je niet in de moeite zit, maar samen op de bank wat zit te mijmeren over hoe het leven gaan zal – dan kun je zeggen: al zouden we alles kwijtraken, al zou er niks overblijven, dan zijn we toch nog samen, dan hebben we elkaar nog.

Op hoogtijdagen is het leven dan geweldig. En in donkere dalen toch nog enigszins dragelijk.

Nou, zo ongeveer is ook wat hier staat over jou en jouw Heer, jouw Jezus. [Psalm 23]

Er staat immers bij: *altijd*. Laat de Heer *altijd* uw vreugde blijven.

Iedereen snapt: dit is geen algemene oproep om een blij, vrolijk mens te zijn.

Hier staat niet: je moet altijd maar vrolijk zijn. Lachen en vrolijk gezicht hebben.

Want dat kan niet. Soms moet je huilen. Om van alles. Om de gebrokenheid.

En dat mag – de Bijbel heeft er alle begrip voor.

Nee, als hier staat ‘altijd’ – dan wordt bedoeld: onder alle omstandigheden.

Dus ook als je moet huilen. Ook dan mag de Heer je vreugde zijn.

En ook als je het heel moeilijk hebt.

Het gaat hier om een heel diepe, innerlijk vreugde. [2.2] Diep binnenin je.

Dit gaat over de grond van je bestaan. ‘Heer u bent mijn leven, de grond waarop ik sta’.

Op de bodem van je ziel ligt deze blijdschap, namelijk de blijdschap dat de Heer er is.

Heel persoonlijk, voor jou. En dat overstijgt de omstandigheden.

Ja, dat kan ik allemaal makkelijk zeggen. Alleen: Paulus zegt het.

In deze brief zelfs verschillende keren.

En dan moet je weten dat Paulus zelf op het moment van schrijven gevangen zit.

[NB: keer in Filippi: lofliederen in de gevangenis. Hand. 16]

Het is dus geen theorie, achter een bureau bedacht.

Nee, met alles wat hij al meegemaakt heeft en nu meemaakt, zegt hij tegen de Filippenzen, die het zelf ook niet makkelijk hebben [blijkt uit brief]: laat de Heer uw vreugde blijven.

Maar het kan dus: je vreugde vinden in de Heer – ook al is het geen rozengeur en maneschijn in je leven.

Paulus is er een levend voorbeeld van. Lees de hele brief aan de Filippenzen en je komt onder de indruk: zo’n leven en dan toch zo’n enorme *blijdschap in de Heer*.

En dat kom je ook vandaag tegen. Misschien tot je verrassing. Maar je kunt het mensen horen zeggen die het heel moeilijk hebben. Die doodziek zijn. Die vervolgd worden. Gevlucht zijn.

Maar ook bij mensen met wie niks bijzonders aan de hand is. Dat ze dit kennen: die diepe vreugde dat God er is, bij hen is. Dat Jezus en jij onafscheidelijk zijn.

Ja, b+z, j+m, dat is het geheim, het mysterie, van een christenleven. Een diepe innerlijke vreugde, die niet afhangt van de omstandigheden. Misschien dat de omstandigheden de vreugde inkleuren – maar het gaat me nu even om de grondtoon, op de bodem van je bestaan: vreugde in de Heer.

Misschien herken je er iets van. Voel je het aan. En vind je het – net als ik – lastig om hier woorden aan te geven, om in woorden uit te drukken wat die vreugde nou eigenlijk precies is. Ik noem een paar dingen op, in de wetenschap dat woorden voor zulke diepe gevoelens altijd tekort schieten.

Het is een diepe innerlijke blijdschap:

- [2.3]over het feit dat jij als zondig en gebrekkig mens toch geliefd bent door God. Dat Hij je waardevol vindt. Dat Hij dankzij Jezus Christus zegt: jij bent mijn geliefde zoon of dochter, net zoals Hij dat tegen Jezus zei toen Hij gedoopt werd in de Jordaan. Zo ook tegen jou: jij bent mijn geliefde zoon/dochter, *in jou vind ik vreugde*. Kort samengevat: de uitbundige genade.
- [2.4]omdat je – en dit is echt een geloofsgeheim – tot in je tenen een diepe vrede ervaart, die alle verstand te boven gaat. De vrede van God, waar Paulus het over heeft.
- [2.5]omdat je in die vrede Gods nabijheid ervaart. Hij is echt dichtbij. Die vrede zal, zoals vers 7 zo mooi zegt, je hart en je gedachten bewaren in Christus Jezus. Daarmee word bedoeld: Hij, Jezus zelf, waakt over je gedachten, over je hart. Dat er geen verkeerde gedachten in je opkomen, je hart niet allerlei kwade neigingen volgt.
- Nog even over die twee: genade en vrede. Woorden die klinken aan het begin van elke dienst, als je door God zelf begroet wordt: ‘genade is er voor je, en vrede’. Nee, die zegen luidt niet: alleen maar rozengeur voor u en maneschijn maar dus: genade en vrede. Daar kan en mag je het mee doen. Wat er ook gebeurt: zijn genade en vrede zijn bij je. Voor jou. Dat is je diepe geluk. Weet je, wanneer je je geluk alleen maar vindt in dingen die je zo maar weer kwijt kunt raken, zoals geld, gezondheid, nou noem maar op, dan maak je je blij met een dooie mus. Genade en vrede zijn echter niet van de omstandigheden afhankelijk.

Ja, genade en vrede: die krijg je, die ervaar je als je leeft uit de Bron. [2.6] Als je intiem omgaat met God. Die krijg je *op gebed*. Dat is een belofte van God. Ik zeg het niet, ten diepste Paulus ook niet, want hij heeft alleen maar een belofte door. God zegt het. Hij belooft. En dan krijg je dat ook. En Paulus wijst ons er ook op: dank Hem in al uw gebeden en dan krijg je die vrede die alle verstand te boven gaat. Even wat breder getrokken: in de gelovige, intieme omgang met God. Zoals Psalm 25 in berijming dat zo mooi zingt: Gods vertrouw’lijk omgang vinden, ..., daar de Heer aan zijn beminden [die met Hem intiem omgaan, liefhebben] zijn verbondsgeheimen toont.

En het is ook innerlijk blijdschap vanwege:

- [2.7]die tafel die de Heer voor je klaarmaakt. Ik gebruik nu even het beeld uit Psalm 23. Die rijk gevulde tafel, waar je beker overvloedt. Blijdschap omdat je weet dat er een eeuwige, veilige toekomst is bij de Heer. En dan geen saaie boel, maar overvloedig, zoals Psalm 23 al laat zien. Zoals de Goede Herder liet zien bij de bruiloft in Kana. Blijdschap omdat je weet dat je daar ook mag komen. Linksom of rechtsom, hoe het leven hier ook zijn zal. Omdat ook dat je moed geeft.

Ik heb nu geprobeerd een beetje te verwoorden wat die diepe vreugde nou is. Ik hoop dat u ’t een beetje aanvoelt. Want, nogmaals, woorden schieten bij zulke dingen altijd te kort.

En nu hoop ik niet alleen dat u ’t een beetje aanvoelt. Maar eigenlijk dat je het herkent: ja, zo werkt dat! Lijkt me prachtig als dat op de groeigroepen met elkaar gedeeld kan worden. [3] Vertel het maar aan elkaar. Probeer maar woorden te geven aan dat diepe gevoel. Dat basisgevoel. Op sommige momenten krijgt dat stem en voel je het misschien extra. Nou, vertel dat dan aan elkaar. *Deel je vreugde met elkaar!* Soms ben je het misschien even kwijt. En dan helpt het als je er weer even stil bij staat. Even bij je gevoel komt, even naar de bodem van je ziel gaat. En daar die vreugde probeert te vinden, terug te vinden. En wat kan het dan ontzettend helpen als je anderen daar vol vuur over hoort spreken. Dat werkt aanstekelijk.

Daarvoor zijn we ook aan elkaar gegeven. Zoals vrijwel altijd in de brieven van Paulus, schrijft hij in het meervoud. Dat 'uw' [in 'uw vreugde' is meervoud. *Jullie* [vreugde] – staat er. Laat de Heer jullie vreugde blijven. Natuurlijk, daar zit een individuele kant aan, maar dus ook een gezamenlijke kant. De Heer is onze gezamenlijke vreugde. En in die vreugde mogen we elkaar voorgaan en meenemen. Elkaar aansteken. Zodat we ieder afzonderlijk en allemaal samen die levensvreugde *in de Heer* mogen ervaren.

\* \* \*

[4=zwart]

We komen nu langzaam meer zeker dichterbij getuigen. Eigenlijk is het maar een kleine stap en in het tekstgedeelte van vanmiddag maakt Paulus die stap ook in één beweging.

Meteen na de oproep in vs. 4 'laat de Heer altijd uw vreugde blijven', volgt een tweede oproep [vs. 5]: [5] "laat iedereen u kennen als vriendelijke mensen."

De oproep als geheel laat zien: jij bent *zelf* de boodschap. [5.1] *Jij* wordt, *wij* worden – hopelijk – gekend als vriendelijke mensen. Waarom, waarom uitgerkend wij? Nou, die vriendelijkheid vloeit voort uit de vreugde die je mag hebben in de Heer. [5.2] Dat is het mechanisme – zogezegd. Die vriendelijkheid komt voort uit je omgang met God. Uit God zelf. Die in jou is. En jij in Hem – waar Jezus zo indringend om bad in het Hogepriesterlijk gebed [Joh. 17]. Dat is nou 'in Christus zijn' – zoals er ook letterlijk staat in Fil. 4. Vanuit de diepe vreugde die de grond vormt van je bestaan, word je een vriendelijk mens.

Wat wordt hier met *vriendelijk* bedoeld? [5.3] In de taal van het NT [Grieks] staat hier een woord wat lastig weer te geven is. NBV, oude vertaling allebei: vriendelijk. SV: bescheiden [5.4]. Mensen die het weten kunnen [verstand hebben v.h. Grieks] zeggen: het heeft de kleur van [5.5] welwillendheid, tegemoetkomendheid, toegeeflijk, mild, goedig. Niet op je strepen staan.

Hé – daar herkennen we onze Heer Jezus. Daar wijst Paulus ons op. Op zijn gezindheid. [5.6] Dat is wat hij eerder in de brief al had geschreven, in iets algemenere bewoordingen: laat onder u de gezindheid van Christus Jezus heersen. En wij, zijn discipelen, herkennen we ons daarin? Dat we die gezindheid hebben. Beetje of meer ...

Gezindheid: ook zo'n woord dat duidt op hoe je *bent*. [5.7] Christen-zijn is niet allereerst dingen *doen*, maar op een bepaalde manier mens *zijn*. En natuurlijk, vervolgens beïnvloedt dat ook je gedrag. Als het goed is, zelfs heel sterk. Maar dan niet krampachtig, omdat het moet. Maar omdat het vooruit komt uit innerlijk vrede, uit het ervaren van de genade. Het houden van Jezus en zijn stem voortdurend horen in je leven. En verwerken wat die stem zegt. Toepassen.

Je mag zelf daar vorm aan geven. Kijk maar wat er in vers 8 staat. [6] Schenk aandacht aan alles wat waar is, wat edel is, wat rechtvaardig is, wat zuiver, wat lieflijk, wat eervol is, kortom alles wat deugdzaam is en lof verdient. Daar moet je aandacht aan schenken. En dan wordt niet bedoeld: even naar kijken. En gauw doorlezen. Nee, er op kauwen. Het tot je nemen en [6.1] je gedachten en je gebed er telkens over laten gaan. En er naar handelen. Het je eigen maken, dat het in je systeem komt. Een discipel is iemand die telkens zich vormt en gevormd wordt. [6.2] En dus richt je je op alles wat deugdzaam is en lof verdient.

Want wat je aandacht geeft, groeit. [6.3]

Wat krijgt je aandacht? Christus. Zijn gezindheid, hoe Hij het voordeed. Dat leer je van anderen. Via anderen. Paulus neemt hier zichzelf als voorbeeld. Kijk maar in vers 9. En dan vooral op wat hij zegt over dat hij niet alleen dingen heeft verteld, maar ook *laten zien*. Hij *is* ook echt zijn boodschap.

[7] Hoe zit dat bij ons? *Zijn* wij onze boodschap? Of vertellen we alleen maar verhaaltjes? Zijn wij mensen met een bepaalde levensvreugde? Mensen met een geheim, zodat andere mensen vragen: wat is jouw geheim? Hoe kom jij zo ... vriendelijk, mild? Dat je niet telkens op je strepen staat? Dat je een ander levensruimte gunt.

Vandaag is het ook deelszondag. [We zamelen basislevensbehoeften in om die later van de week rond te brengen onder de minima in Dalfsen]. Zou deelszondag een voorbeeld zijn van hoe we onze boodschap zijn?[7.1] En vooral ook omdat we dat nu al een paar jaar volhouden. Het is best veel werk, meer dan je op het eerste gezicht zou denken.

Kijk en dat snappen de ontvangers van die dozen ook. En soms zeggen ze het: jullie kennen me niet eens, en toch krijg ik elke maand zo'n doos. Da's toch een verkapt vraag naar: wat is dat toch? Hoe kan het dat mensen dit doen en volhouden? En dan zeg ik vragenderwijs: zit daar niet de vreugde in de Heer achter? Misschien diep doorgedacht –maar toch: zo was Hij toch ook? Mensen opzoeken die Hij helemaal niet kende en hen een stukje goedheid, mildheid, ontferming laten zien?

Nog een voorbeeld, nu vanuit de eerste paar verzen uit Fil. 4. Eensgezindheid.[7.2] Niet makkelijk, toen niet en nu niet. Paulus moet er toe aansporen en ook wij vandaag moeten er moeite voor doen. Ruzie maken is veel makkelijker. Net als elkaar verketteren, uit elkaar gaan. Bij elkaar komen en bij elkaar blijven – dat is veel moeilijker. Daar moet je in de goede zin van het woord tegemoetkomend voor zijn, inschikkelijk, dat je niet op je strepen gaat staan. Echt lastig in deze tijd[7.3]. Maar als het lukt, juist door te leven uit de Bron[7.4], wat een levend getuigenis is het dan! Wat bijzonder als ruim 600 heel verschillende mensen het niet alleen samen kunnen uithouden maar er ook nog vreugde in vinden om samen die ene Heer te dienen.  
“Wat zou daar toch achter zitten?”

[8=zwart] Wat is dus getuigen? Niet eens *per se* een activiteit.

Getuigen bestaat uit een *leven dat een getuigenis is*, alleen al door de manier waarop dat leven geleefd wordt. Waarin een ander proeft dat er op de bodem van je ziel rust en vrede liggen.

Aan de oppervlakte stormt het misschien, maar je anker zit stevig vast in die bodem van rust en vrede. Dingen die God wil geven. Kijk maar naar de slotzin: doe het, en de God van de vrede zal met u zijn. Dat is en blijft altijd het geheim van een christenleven. De nabijheid van de Heer. En dat die nabijheid maakt dat je ook nabij die ander kunt en wilt zijn. Wat een getuigenis – als dat ook echt zo functioneert!

\* \* \*

[9] Laat de Heer uw vreugde blijven – ik hoop dat we allemaal nu beseffen hoe belangrijk het is dat de Heer inderdaad je vreugde is. Jouw Heer, jouw vreugde. Ik hoop ook dat je ernaar verlangt dat dit in je leven zo mag zijn. Dat je je ernaar wilt uitstrekken. Telkens weer, omdat dit iets is wat altijd aangevochten zal zijn en worden. Daarom doet Paulus ook die oproep: laat de Heer uw vreugde blijven. Dat zal jouzelf, je omgeving en je medemens tot zegen zijn. Wie weet wat voor kansen je dan krijgt om vanuit die vreugde aan een ander het Evangelie – op een manier die bij jou past – nog verder uit te leggen.