

De Bergrede: het echte goede leven leren van Jezus

De Koninkrijkschool van Jezus

Waarom dit artikel?

Dit artikel is bedoeld als inleiding, maar ook als naslagwerk, voor het komende seizoen. Wie het ter inleiding op het seizoen leest krijgt vast een goed idee van de thema's en de samenhang daartussen die in het komende seizoen aan de orde zullen komen. Het idee is niet dat je alles meteen overziet en begrijpt, dat komt hopelijk later wel. En in de loop van het seizoen kun je steeds op dit artikel terugvallen. Je vindt er beschrijvingen van de belangrijkste woorden die Jezus in zijn onderwijs gebruikt, maar ook meer overstijgende lessen over geestelijke vorming van het hart door de beoefening van geestelijke disciplines. De omkaderde stukken gaan over de achtergrond-zaken, de andere gaan over de inhoud van de Bergrede. Die zijn voor de inleiding het belangrijkste.

Hopelijk zul je vast iets proeven van de rijkdom en de overvloed die in de Bergrede te vinden is en daarmee zin krijgen uit die overvloed te leren putten, meer en meer.

Waarom zouden we ons een jaar lang bezighouden met drie hoofdstukken uit één Bijbelboek? Is de Bergrede zo belangrijk dat dit deze tijdsinvestering rechtvaardigt? Het antwoord is: ja. Al in de vroege kerk werd de Bergrede beschouwd als de belangrijkste samenvatting van alles wat Jezus geleerd en belichaamd heeft. Wie werkelijk een leerling van Jezus wil worden, kan niet om deze tekst heen. En niet alleen christenen zagen het belang van deze tekst. Iemand als Gandhi - die Hindoe was - las dagelijks in de Bergrede en noemde het de belangrijkste tekst op aarde. Via de Bergrede belanden we dus in het hart van het Evangelie en daarmee ook in de ruimte van ons eigen hart. Want daar richt Jezus zijn liefdespijlen op in de woorden uit Mattheüs 5-7: op de vernieuwing van ons hart.

De Bergrede is een mooie maar geen gemakkelijke tekst. Dit heeft te maken met het samenvattende karakter en de veelheid van thema's. Als we met de verkeerde bril naar deze woorden kijken, kunnen we zomaar verdwalen en dat is in de loop van de geschiedenis best vaak gebeurd. Het belangrijkste gevolg was, dat de Bergrede voor velen een 'onmogelijke' tekst werd. Een tekst die zo radicaal was, dat hij voor gewone mensen 'ondoenlijk' zou zijn. Misschien is dat jouw beeld ook wel. En dat terwijl Jezus vanaf de openingspassage - de zaligsprekingen - juist duidelijk maakt dat wat Hij leert en geeft bedoeld is voor gewone mensen zoals jij en ik.

Om niet te verdwalen hebben we daarom goede gidsen nodig, mensen die ons de weg wijzen door de verschillende thema's heen en ze voor ons in een vruchtbaar kader zetten. Voor mij is Dallas Willard in de loop van de jaren de belangrijkste gids geworden en omdat zijn naam in het komende seizoen vaker zal vallen en zijn uitleg van de Bergrede richtinggevend zal zijn, stel ik hem graag even voor.

Dallas Willard

Dallas Willard (1935-2013) was een Amerikaanse filosoof die in christelijke kring het meest bekend werd door zijn publicaties over spiritual formation (geestelijke vorming). In zijn werk als filosoof hield hij zich bezig met de vraag naar morele kennis, vanuit zijn observatie dat deze meer en meer uit onze cultuur is verdwenen. De vraag naar goed en kwaad wordt steeds minder beantwoord vanuit een breder geaccepteerde kennisbron, maar steeds meer op basis van gevoel, individuele voorkeur en onuitgesproken culturele ontwikkelingen. Maar leidt dit werkelijk tot het goede leven en tot het hoogste geluk? Willard meende in de wereld om hem heen het tegendeel waar te nemen.

Het interessante is dat Willard bovenstaande vragen aan Jezus ging stellen. Kunnen we Jezus aanvaarden als onze belangrijkste Leraar van het hoogste geluk en het goede leven? En als we dat met de mond belijden, kunnen we dat dan ook vanuit ons hart gaan doen? Deze zoektocht bracht Willard bij de Bergrede en bij de overtuiging dat in deze tekst de enige morele kennis te vinden is die tot het ware geluk en het goede leven kunnen leiden.

In wat zijn belangrijkste boek zou worden - *The Divine Conspiracy*, vertaald als *Gods geheime plan* - bespreekt Willard de Bergrede in zijn onderdelen en hun samenhang met een diepgang die ik tot nu toe nog nergens anders vond. Het belangrijkste is echter het kader waarin hij dat doet.

Naar de overtuiging van Willard gaat het in de Bergrede in de kern om de vernieuwing van ons **hart** als centrum van ons leven. Tegenover de geestelijke leiders van zijn tijd die volgens Jezus te veel bleven steken in regels en de buitenkant, wil Jezus met zijn onderwijs de harten van zijn leerlingen transformeren zodat ze vrucht kunnen dragen van binnenuit. In een ander boek - *The Renovation of the Heart*, vertaald als *Heel je ziel en zaligheid* - geeft Willard een diepgaande analyse van onze menselijke natuur (hart, verstand en gevoel, ziel, lichaam) en hoe Jezus die door zijn woorden en Geest wil hervormen. Uiteindelijk gaat het om niets minder dan de hervorming van ons karakter naar het beeld van Jezus.

De boeken van Willard zijn niet makkelijk om te lezen. Ze zijn rijk van inhoud, maar daardoor voor veel mensen 'te veel van het goede'. Ik beschouw mezelf als één van de leerlingen van Willard, die zijn waardevolle inzichten mogen doorgeven op een wat toegankelijker manier. Voor mijzelf is het komende seizoen daar een goede gelegenheid voor.

In het vervolg van dit artikel licht ik een aantal woorden begrippen uit en achter de Bergrede uit die volgens de gids Willard van groot belang zijn om niet te verdwalen en te komen tot waar het in de Bergrede allemaal om gaat: gehoorzaamheid vanuit overvloed.

[De Bergrede als leerroute voor vernieuwing van het hart](#)

Over dat woord **hart** moeten we het om te beginnen hebben. We zullen het woord zelf drie keer tegenkomen in de Bergrede (5:8, 28; 6:21), maar steeds opnieuw wordt duidelijk dat Jezus zijn leerlingen wil leren om vanuit het hart te leven.

Het hart is in het Bijbelse spraakgebruik het centrum van ons leven, de zetel van onze wil. In óns spraakgebruik is het hart vaak de zetel van onze emoties geworden,

de bron van ons gevoel. Als we zeggen 'ik volg mijn hart' bedoelen we vaak 'ik laat me leiden door mijn gevoel'. In de Bijbel en dus in het onderwijs van Jezus zijn gedachten en gevoelens ook belangrijk, maar nooit in de eerste plaats. Het gaat God om ons hart, om onze wil dus. Jezus roept ons op om te gaan leven in het Koninkrijk en op die manier ons hart te laten veranderen in de richting van Gods hart. In het Koninkrijk van God gaan we dus steeds meer willen wat God wil en steeds meer van harte doen wat goed is in Gods ogen. Het is Jezus' verlangen dat we met hart, ziel, denken, voelen en doen leerling worden in het Koninkrijk van God.

Karaktervorming naar het beeld van Christus

Volgens Dallas Willard gaat het in de Bergrede (en in alles wat Jezus ons heeft geleerd) om **geestelijke (her)vorming**. Hij geeft een mooie omschrijving van wat geestelijke vorming (spiritual formation) is. 'Geestelijke vorming is het proces waardoor degenen die van Jezus Christus houden en op Hem vertrouwen op een effectieve manier werken aan de vorming van hun karakter. Als dit proces verloopt zoals bedoeld, zullen ze in toenemende mate leven zoals Hij zou doen als Hij in hun plaats stond. Hun uiterlijke gelijkvormigheid aan zijn voorbeeld en instructies beweegt zich richting vervulling wanneer de innerlijk bronnen van hun handelen voortkomt uit dezelfde bronnen als die van Hem. Zo gaan ze meer en meer delen in zijn visie, zijn liefde, zijn hoop, zijn gevoelens en zijn gewoonten.' (Great Omission, p. 80). Bovenstaande woorden drukken een overtuiging uit dat *innerlijke transformatie en daadwerkelijke verandering* in het hier en nu mogelijk is. Niet als resultaat van onze inspanningen, maar via wat we doen als vrucht van de overvloedig beschikbare kracht van het Koninkrijk.

Zo positief werd er in onze traditie niet altijd tegen de mogelijkheid van verandering aan gekeken en wellicht heb jij die dit leest er ook een flinke tik van meegekregen. Heel lang was de wijdverbreide visie ongeveer: we zijn onbekwaam tot enig goed en geneigd tot alle kwaad, Jezus' instructies in de Bergrede zijn dus ondoenlijk voor ons en dienen vooral om te vluchten naar het kruis voor vergeving van onze zonden. Soms werd dat zó eenzijdig benadrukt, dat aan het nieuwe leven (het leven van dankbaarheid) maar weinig aandacht werd gegeven. Mét als gevolg dat náást het leven vanuit de vergeving van de zonden toch een vrij wettisch leven kon ontstaan, omdat er geen echte verbinding zat tussen vergeving en vernieuwing.

Gidsen als Dallas Willard (en voor de studie van het Nieuwe Testament Tom Wright) hebben herontdekt dat de Bergrede juist wél bedoeld is als een bron van daadwerkelijke verandering en vernieuwing. Niet op de manier van de Farizeeën en de schriftgeleerden (over hen later meer) maar van binnenuit, in de kracht en de Geest van het Koninkrijk. Deze lijn zullen we in het komende seizoen dan ook gaan volgen!

Acht andere kernbegrippen uit het onderwijs van Jezus

Als we niet willen verdwalen in de Bergrede is het belangrijk een aantal kernbegrippen te kennen. Over de eerste twee (het hart en geestelijke (her)vorming) het hierboven al, hier volgen acht andere.

De Bergrede begint in feite bij Mattheüs 4:17, waar Mattheus alles samenvat wat Jezus verkondigde: 'Vanaf dat moment begon Jezus zijn verkondiging. "Kom tot inkeer," zei Hij, "want het Koninkrijk van de hemel is nabij!"

Hier vinden we meteen allemaal woorden en begrippen waarbij we moeten stilstaan. Weten we wat ze betekenen? Kunnen we ermee handelen en eruit leven?

1. Het eerste woord, **metanoëite**, wordt hier vertaald met 'kom tot inkeer'. Andere vertalingen luiden: bekeer je, keer je om, heb berouw, doe boete. Al deze vertalingen raken een deel van de betekenis aan, maar niet de hele.

Het Griekse woord *metanoëin* betekent in de kern: op andere gedachten komen, anders gaan denken (en voelen). Dat is precies wat Jezus met zijn onderwijs wil bereiken: dat mensen anders gaan denken en voelen over God, over het Koninkrijk van God en over hoe ze de woorden van Jezus ook van harte kunnen leren doen. En dus ook: anders denken over de werkelijkheid, over het hoogste geluk en het goede leven.

Het denken van de mensen toen was grotendeels gevormd door de ideeën en praktijken van de Farizeeën en de schriftgeleerden, maar in de ogen van Jezus zijn die ideeën op zijn minst niet vruchtbaar en zelfs schadelijk. De Bergrede is dan ook een adembenemende weergave van het 'andere, nieuwe denken' van Jezus waarin Hij ons wil meenemen. En uiteraard kan langs de weg van nieuw denken en oefenen ook onze wil veranderen en vrucht dragen in anders dóen.

Als we dat helder hebben vallen ook de andere betekenissen van het woord *metanoëite* op hun plek. Als we door het onderwijs van Jezus anders gaan denken worden we ons bewust van ons oude denken en doen en dat leidt tot inkeer en berouw. In één beweging komt dat ook het verlangen naar omkeer, om anders te gaan denken en doen.

Elke levensles die Jezus ons leert is dus een oefening in *metanoia*: anders denken en voelen, anders willen, anders doen!

2. Het tweede woord dat onze aandacht vraagt is: **Koninkrijk**. Ook dit is een woord met een enorme rijkdom aan betekenissen die, in alle eerlijkheid, ook aanleidingen hebben gegeven tot veel misverstanden. Het grootste misverstand is wellicht veroorzaakt door de toevoeging 'van de hemel'. Op de vraag wat we moeten verstaan onder 'het Koninkrijk van de hemel' antwoordt het merendeel van de christenen die ik het vroeg met: de hémel. Een plek dán en dáár dus, maar niet iets wat met het *hier en nu* te maken heeft. Jezus bedoelt echter iets anders. Het woord 'hemel' werd door Joden, uit respect voor de grootheid van Gods naam, als een aanduiding van God Zelf gebruikt. Het Koninkrijk van de hemel is dus het Koninkrijk van God.

Het 'Koninkrijk van de hemel' is voor Jezus kortgezegd dit: het gebied waar de wil van God, de hemelse Koning, gebeurt, op aarde zowel als in de hemel. Je zou het Gods invloedssfeer kunnen noemen, het krachtenveld van zijn Geest, de naar onze waarneming virtuele werkelijkheid van zijn *aanwezigheid in het universum*. De hemel is volgens Jezus dan ook niet een plaats ergens ver weg, boven ons hoofd, maar de werkelijkheid van God rondom ons. De hemel is Gods werkelijkheid die het universum omvat.

3. Van dat Koninkrijk zegt Jezus dat het **nabij** is gekomen. Dat is het derde kernwoord. Ook dat is weer een belangrijke uitdrukking die makkelijk verkeerd begrepen wordt. Bedoelt Jezus misschien dat de wederkomst nu echt dichtbij is gekomen? Of bedoelt Hij dat Hij dat Koninkrijk komt brengen? Nee, want het Koninkrijk is er geweest vanaf de grondlegging van de wereld, dus Jezus komt niet zozeer iets nieuws brengen.

Wat Jezus bedoelt is: we staan op de drempel van een nieuwe fase waarin het **Koninkrijk** gaat nu echt opengaat en beschikbaar is voor iedereen die zich ernaar toekeert en er binnengaat. Jezus zelf laat de nabijheid van het Koninkrijk zien in de tekenen die hij doet. Hij geneest zieken, verdrijft demonische machten en spreekt met ongekend gezag.

Dallas Willard geeft een mooie illustratie van hoe we de nabijheid en beschikbaarheid van het Koninkrijk kunnen zien. In zijn kinderjaren was er in het dorp waar hij woonde, midden in Amerika, nog geen elektriciteit. Maar toen, op een dag, kregen de mensen in het dorp te horen: binnenkort zal in het dorp elektriciteit beschikbaar zijn. Het zal jullie leven veranderen, je hoeft je alleen maar aan te sluiten. Niet iedereen deed het, uit onbekendheid en wantrouwen, maar degenen die het deden kregen inderdaad een ander leven. Zo ongeveer is het ook met het Koninkrijk: het is door Jezus volop beschikbaar en als we ons leven er mee verbinden zal het ons leven veranderen.

Het Koninkrijk is nu dus al de werkelijkheid van interactie met Drie-enige God, Vader, Zoon en Geest. Wie als leerling van Jezus het Koninkrijk binnengaat komt in een dynamisch krachtenveld terecht, waar werkelijk een interactieve relatie ontstaat met de levende God. Uiteraard zal het Koninkrijk ooit, op Gods dag, in alle volheid aanbreken. Maar tot die tijd is het er al, onder ons en als we leerling van Jezus worden in ons.

4. Een van de belangrijkste kenmerken – het vierde kernbegrip - van Gods Koninkrijk is dat het een rijk van recht en **gerechtigheid** is. In Mattheüs 6:33 roept Jezus ons op om liever eerst het Koninkrijk van God en zijn gerechtigheid te zoeken. Wat betekent dat woord? Sommigen zullen misschien aan straf of wraak denken, zo wordt het helaas nogal eens gebruikt. Maar Jezus gebruikt dit woord in zijn diepe en brede Bijbelse betekenis.

Gerechtigheid wil zeggen dat de wereld is zoals zij bedoeld was en dat wordt rechtgezet wat om wat voor reden ook maar scheefgroeide of kapot ging. Gods gerechtigheid betekent dat iets overeenkomt met zijn diepste bedoelingen en wil. Waar gerechtigheid heerst is het leven goed. Alles en iedereen komt tot zijn recht.

De gerechtigheid van God als kern van het goede leven moet door mensen gezocht en vormgegeven worden. Dat is wat de kern van discipelschap is. En hier wordt het dus spannend, zoals blijkt uit de veelvuldige aanvaringen die Jezus had met Farizeeën en schriftgeleerden (voortaan: F&S). Even voor de goede orde: de F&S waren veelal serieuze zoekers naar de gerechtigheid van God. Vanwege de vele confrontaties die Jezus met hen lopen we het risico dat we te hard over hen oordelen en hen geen recht doen. Het is niet de bedoeling dat we hen zoveel mogelijk gaan 'bashen'.

Wat Jezus hen verwijt is dat ze het teveel aan de buitenkant zoeken en niet in het hart. Op verschillende plaatsen noemt Hij hen daarom hypocrieten, mensen die vrome maskers dragen. Als je wilt weten hoe Jezus die hypocrisie ziet, lees dan zijn confronterende toespraak in Mattheüs 23! In 5:20 zegt Jezus iets waarin hij het kernverschil duidelijk maakt tussen de gerechtigheid van het Koninkrijk en die van de F&S. Dit is wat Hij zegt: 'Want Ik zeg jullie: als jullie gerechtigheid niet **overvloediger** is dan die van de Schriftgeleerden en de Farizeeën, zullen jullie zeker het Koninkrijk van de hemel niet binnengaan.'

5. **Overvloediger**, zegt Jezus. Weer zo'n kernwoord wat misverstanden kan oproepen. In de NBV wordt het Griekse woord *pleion* vertaald met groter. Dat kan, maar het roept wel de gedachte op: we moeten doen wat de F&S deden maar dan nog beter en perfecter. Jezus bedoelt echter iets heel anders. We moeten het *anders* doen dan zij, het ook vooral ergens anders *zóeken* dan zij, namelijk in de verbinding van ons hart met de overvloed van Gods Koninkrijk. De vertaling 'overvloediger' (HSV) is dus veel beter. De F&S leefden met hun overdaad aan regels en voorschriften teveel vanuit schaarste en te weinig vanuit de overvloed van Gods genadige heerschappij. En dat is dus wat Jezus zijn leerlingen wil leren: leven vanuit de overvloed van Gods goede wil, van zijn gerechtigheid en liefde, vanuit Gods diepste bedoelingen met het leven. Met die overvloed kunnen alleen echt verbonden raken op het niveau van ons hart en dat is precies waar de Bergrede ons wil brengen.

Naar zo'n overvloedig leven is veel verlangen vandaag, ook in de kerk. Bewegingen als het Evangelisch Werkverband en Royal Mission zoeken naar dit overvloedige leven voor kerken en christenen vandaag. Verlangen wij er ook naar, hier in Huizen? En hoe krijgt het dan vorm?

6. Dan het woord **volmaakt**. Opnieuw een woord dat van alles kan oproepen en ons op het verkeerde been kan zetten. Als we Jezus horen zeggen 'wees dan volmaakt zoals je Vader in de hemel volmaakt is' kan de schrik ons om het hart slaan. Als dat is wat we moeten bereiken om door de test heen te komen ...

Maar net als de andere woorden moeten we dit woord niet op zichzelf laten staan. Het is waar, als vertaling van het Hebreeuwse woord *tamim* beteken het zoiets als ethische perfectie. Het duidt ook de volmaaktheid van een offerdier aan, waaraan geen gebrek mocht zijn. Gaafheid is dan een goede vertaling.

De perfectie die hier bedoeld wordt is echter de vervulling van de wet van Mozes in het licht van de interpretatie van Jezus de Messias die voor ons het Koninkrijk opent. Liefde voor God en voor de naaste (en dan in het bijzonder van onze vijanden) wordt in Mattheüs 22:40 de vervulling van de genoemd. Als we dit in verband brengen met de overvloed van het Koninkrijk die Jezus uit genade beschikbaar stelt voor wie Hem wil volgen is volmaakt geen onmogelijke opdracht maar een bron om uit te putten en daarmee een doel om naar te verlangen. In het Grieks woord *teleios* – afgeleid van *telos*, doel – zit ook duidelijk de notie van een doel waar we verder naartoe mogen groeien. Leven in het Koninkrijk betekent dat we door Jezus mogen delen in de volmaaktheid van God, waar we dan vervolgens in het gewone leven verder in mogen groeien. Het is dus in één woord een hoge norm en een genadige bron tegelijk.

7. En dat brengt ons dan ook bij het woord **discipelschap**. Dit woord komt niet letterlijk voor in de Bergrede, maar het idee des te meer. Alles wat Jezus deed in zijn rondwandeling op aarde is in drie woorden samen te vatten: verkondigen, onderwijs geven en tekenen verrichten.

Hier, in de Bergrede, doet Jezus overduidelijk het tweede: Hij verzamelt zijn leerlingen om zich heen (aan het eind blijkt dat de omstanders mee hebben geluisterd) en Hij gaat ze inwijden in de geheimen van het Koninkrijk. In Mattheüs 13:52 gebruikt Jezus een prachtige omschrijving van het soort leerling dat Hij voor ogen heeft: 'Zo lijkt iedere schriftgeleerde die leerling in het Koninkrijk van de hemel is geworden op de heer des huizes die uit zijn schatkamer nieuwe en oude dingen tevoorschijn haalt.' Leerlingen in het Koninkrijk van de hemel, dat wil Jezus ons maken. Studenten van het leven in dat Koninkrijk, mensen die diepgaande theoretische en praktische kennis hebben gekregen over wat het Koninkrijk is en hoe het er daarin aan toe gaat. Leerlingen met hoofd, hart en handen dus, die groeien in het samen regeren met Jezus in het rijk van God.

7. De essentie van discipelschap vinden we aan het slot van de Bergrede, in de gelijkenis van het huis op de rots (7:24-28). Jezus zegt daar, ter afsluiting van alles wat Hij hiervoor onderwezen heeft: 'Daarom, wie deze woorden van Mij hoort en ze doet, die zal ik vergelijken met een verstandig man, die zijn huis op de rots gebouwd heeft.'

Horen en doen, dat is dus wat Jezus ons wil leren. Met zijn Bergrede wil Jezus ons tot gehoorzaamheid brengen. Niet de gehoorzaamheid van de F&S, die de wet probeerde te vatten in een zo volledig mogelijk systeem van voorschriften die uiteindelijk door niemand te dragen waren. Het gaat hier om de gehoorzaamheid van het Koninkrijk, waarin de woorden waarmee Jezus ons onderwijst ook de Geestkracht bezitten om ze daadwerkelijk leren doen. Woorden die we via goed luisteren in ons hart kunnen bewaren, om ze vandaar uit te leren doen.

De Bergrede is volgens Jezus voor leerlingen in het Koninkrijk dus 'te doen' en niet alleen een spiegel waarin we ons eigen onvermogen leren zien. Het doen waar Jezus ons toe aanmoedigt heeft ook niets met verdiensten te maken, want wie leerling is in het Koninkrijk put uit wat Jezus voor ons ontsluit en voor ons verdient in zijn leven en sterven. In de woorden van Dallas Willard: 'Grace is opposed to earning, not to effort.' Oftewel: Genade is het tegenovergestelde van verdienste, maar niet van inspanning. Wat we horen wordt waar in wat we leren doen, wat we doen geeft weer dieper inzicht in de wijsheid van wat we horen. Geloven is dan ook: handelen alsof het zo is! Om dan te ontdekken dat het ook zo wordt!

Als Jezus in Mattheüs 28 afscheid neemt van zijn leerlingen verdiept Hij de mogelijkheid van 'horen en doen' op een adembenemende manier. In de Bergrede zitten we aan de voeten van de *aardse* Jezus, maar na de hemelvaart wordt het onderwijs voortgezet door de *hemelse Jezus*. Dit is wat Hij daar zegt: 'Mij is gegeven alle macht in hemel en op aarde. Ga dan heen, onderwijs al de volken, hen dopend in de Naam van de Vader en van de Zoon en van de Heilige Geest, *hun lerend alles wat Ik u geboden heb, in acht te nemen*. En zie, Ik ben met u al de dagen, tot de

voleinding van de wereld. Amen.' Dat is discipelschap voor ons nu: in de eeuwige aanwezigheid van de hemelse Heer, in de kracht van Hem die alle macht is gegeven, alles leren onderhouden wat Hij heeft geboden (dus onder andere de Bergrede). Wat een leerschool is dat!

De geest is gewillig, maar het vlees is zwak

Maar hoe 'doenlijk' de lessen van Jezus ook zijn, ze gaan niet vanzelf! Het is niet zo dat leven in het Koninkrijk betekent dat onze oude verlangens en patronen zomaar vanzelf worden vervangen door nieuwe. Geestelijke vorming is een proces van intensieve acties van onze kant (in de kracht van de Geest).

Iedereen die zichzelf een beetje leert kennen (en zeker in het licht van de gerechtigheid van het Koninkrijk) komt erachter dat er een kloof zit tussen wat we willen en wat we daadwerkelijk doen. Bijvoorbeeld: wanneer Jezus levensles over 'niet oordelen' het verlangen in ons wekt dat ook echt niet te doen lopen we er al snel tegenaan dat de neiging om te oordelen als een diep patroon in onze natuur zit. En hoe graag we het ook willen, onze wil is van zichzelf niet krachtig genoeg om op een directe manier de neiging tot oordelen om te buigen in een oordeelloze houding. Daarvoor zitten de patronen te diep en is de zonde te sterk. Hoe zit dat?

De grote rol van ons lichaam

De apostel Paulus heeft dit, als een goede leerling van Jezus, diepgaand uitgewerkt in zijn brieven. In allerlei bewoordingen heeft hij duidelijk gemaakt hoe de ingebakken patronen in ons lichaam ons verlangen om 'geestelijk' te leven voortdurend frustreren. Een voorbeeld: 'Want het vlees begeert tegen de Geest in, en de Geest tegen het vlees in; en die staan tegenover elkaar, zodat u niet doet wat u zou willen.' Uiteraard heeft Paulus dit van geen vreemde, want tegen zijn leerlingen die niet in staat zijn met Hem te waken in de tuin zegt Jezus: 'De geest is wel gewillig, maar het vlees is zwak.' In dit soort teksten komt een behoorlijk hopeloos beeld naar voren als het gaat om het overwinnen van lichamelijke neigingen. En voor sommige christenen is dat ook de conclusie: het wordt pas wat als we in de opstanding der doden een nieuw lichaam krijgen.

Hoezeer Paulus ook gelooft in die opstanding, hij hangt niet de 'hopeloze visie' aan. Voor hem is ons lichaam een tempel van de Heilige Geest en daarmee ook van Jezus onze Heer (1 Korinthe 6:13-20). In 1 Korinthe 6:20 schrijft hij: 'U bent immers duur gekocht. Verheerlijk daarom God in uw lichaam en in uw geest, die van God zijn.' In de kracht van de opstanding en verheerlijking van Jezus is het verheerlijken van God met lichaam en geest dus mogelijk.

In dat krachtenveld – tussen de oude patronen die er nog zijn en het opstandingsleven dat door de Geest ook al in ons is komen wonen – speelt zich het proces van geestelijke vorming en vernieuwing van ons karakter af. En we moeten goed beseffen: deze vernieuwing gaat niet vanzelf, ook niet als de Geest in ons komt wonen! 'Als we tot een nieuw leven in Christus komen, schuiven onze lichamen en hun misvormde begeertesystemen niet automatisch ook naar de kant van Christus, maar blijven zich tegen Hem verzetten.' Wedergeboorte betekent nooit: automatische vervanging van zondige neigingen!

Dallas Willard wijst ons erop dat verkeerde neigingen en patronen alleen door geestelijke oefeningen, in een levenslang proces, kunnen worden veranderd. Door

de beoefening van geestelijke disciplines kan op een indirecte manier worden bereikt wat onze wil niet op een directe manier kan bewerkstelligen: geestelijk transformatie naar het beeld van Christus.

Wat zijn geestelijke disciplines

Geestelijke disciplines zijn oefeningen die we doen om ons hart (onze geest, onze wil) te vormen in de richting van God en zijn Koninkrijk. Via die oefeningen kan ons hart worden hervormd in de kracht van Gods kracht en genade. 'Jezus roept ons mee te doen met zijn eigen praktijken om de relatie met zijn Vader te onderhouden. Inderdaad, deze praktijken – van afzondering, stilte, studie, dienstbaarheid, gebed, aanbidding – zijn nu de plekken die we kunnen inrichten om regelmatig Jezus en zijn Vader te ontmoeten en zijn studenten of leerlingen te zijn in Koninkrijksleven.'

In de Bijbel en de christelijke traditie zijn heel wat geestelijke disciplines te vinden. Als we ze proberen te categoriseren kunnen we twee soorten oefeningen onderscheiden: disciplines van toewijding en disciplines van onthouding. Dallas Willard geeft ergens in zijn boek het volgende overzicht:

Disciplines van onthouding	Disciplines van toewijding
Afzondering	Studie
Stilte	Aanbidding
Vasten	Feestvieren
Soberheid	Dienstbaarheid
Ingetogenheid/Kuisheid	Gebed
Zwijgen	Gemeenschap
Opoffering	Belijdenis
Waakzaamheid	Onderwerping aan het gezag

Bij vier van deze disciplines wil ik nu vast wat uitgebreider stilstaan, omdat ze volgens Willard tot de belangrijkste behoren. Eerst twee oefeningen van onthouding, dan twee van overgave. Als we ons verstandig en biddend toelagen op deze vier, volgen de andere die we nodig hebben vanzelf.

A. Twee disciplines van onthouding

Juist deze twee disciplines zijn vandaag de dag enorm belangrijk, omdat ze helpen om los te komen van alle prikkels om ons heen die vaak alleen maar onze oude patronen voeden. 'Ze maken ruimte om onze innerlijke respons op die prikkels aan te pakken en ze, met Gods hulp, te vervangen door de veel directere respons op de omgeving van Gods Koninkrijk – en dus, inderdaad, voor het soort van leven dat iedereen op gezonde momenten herkent als het goede leven.' 'Afzondering en stilte vormen de plek waar we noodzakelijke verandering in gang kunnen zetten, ook al zijn we er dan nog lang niet.' 'Uiteraard leveren de resultaten van deze disciplines een zeer positieve bijdrage aan ons eerste hoofddoel, namelijk God liefhebben met ons hele hart.'

1. Afzondering

Met afzondering bedoelen we: zonder menselijk contact zijn, alleen zijn en wel voor een langere tijd. Afzondering kan eigenlijk nooit kort zijn, want de echo's van onze menselijke contacten klinkt nog langere tijd door.

We moeten uit de greep van de gewoonte zien te komen. Een tijdje er tussenuit kan daarbij helpen.

2. Stilte

'Stilte is een natuurlijk onderdeel van afzondering maar ook de essentiële completering ervan. Stilte betekent: ontsnappen aan geluiden, herrie, behalve aan de vriendelijke geluiden van de natuur. Maar het betekent ook: niet praten, zwijgen. En juist de effecten van niet spreken zijn anders dan die van eenvoudige stilte. Deze twee dimensies van stilte zijn van cruciaal belang voor het verbreken van oude gewoonten en de vorming van Christus' karakter in ons.

B Twee disciplines van toewijding

Onze vrijheid begint op het gebied van onze gedachten. 'Zolang afzondering en stilte nog geen merkbaar resultaat hebben opgeleverd, blijven we onze gedachten hoogstwaarschijnlijk op verkeerde dingen richten. Maar als we ons lichaam verplaatsen naar een eenzame plek, de prikkels ontwijken die onze gedachten en gevoelens voortdurend in onze greep hebben gehouden en ze vervangen door andere, zullen we een grotere vrijheid hebben om onze gedachten volledig te richten op het Koninkrijk en de vrede en de kracht die daarbij horen.'

'Zodra de afzondering zijn vrucht heeft afgeworpen, kunnen we verder komen door middel van studie. Door te studeren richten we onze gedachten volledig op God en zijn Koninkrijk. En studie vindt zijn natuurlijke vervulling in het aanbidden van God.'

1. Studie

Wanneer ik iets bestudeer neem ik de structuur en het karakter daarvan op in mijn gedachten, en zelfs in mijn gevoelens en handelingen. Iemand die bijvoorbeeld leert solderen of zingen, neemt bepaalde structuren op in zijn gedachten door bewust en doelmatig bezig te zijn met de belangrijke feiten en handelingen. Je maakt je de kennis 'eigen'. Zo kun je uiteindelijk doen wat je met een directe inspanning niet kunt. Discipelen van Jezus zijn mensen die de 'orde van het Koninkrijk in ons midden' willen opnemen in hun wezen. Ze willen worden en leven zoals Jezus. Daarvoor is nodig dat ze zich de orde van het Koninkrijk eigen maken. En dat doe je vooral door te studeren.

Zo is Psalm 23 een prachtige samenvatting van het leven in het Koninkrijk. Als leerlingen van Jezus zouden we deze psalm steeds duidelijk voor ogen moeten houden, zodat we de vreugde en de vrede van het Koninkrijk altijd blijft beleven. Door positieve inspanning, gericht op een Bijbelgedeelte als dit, zal de orde van het Koninkrijk gestalte krijgen in onze hele persoonlijkheid.

Willard zegt ergens: 'We zouden regelmatig intensief moeten mediteren over de Tien Geboden, het Onze Vader, de Bergrede, Romeinen 8, Kolossenzen 3, Filippenzen 2-4 en een groot deel ervan uit ons hoofd moeten leren!' Dat is ook een vorm van studie en volgens Willard een onmisbare: memorisatie! Juist door Bijbelwoorden uit het hoofd te leren (of nog beter: by heart!) maken we ons de orde van het Koninkrijk eigen in gedachten, gevoelens en daden.

B2. Aanbidding

Wat is aan aanbidding? Aanbidding is een vervolg op onze studie. De vernieuwing van ons denken wordt compleet wanneer we onszelf laten opgaan in de schitterende persoon die al onze lofprijs waard is. Aanbidding zonder studie (kennis) is van weinig waarde en zelfs gevaarlijk. Omgekeerd is studie zonder aanbidding is dat ook.

Wanneer we met de dingen van God bezig zijn zonder aanbidding verdraaien we ze altijd. 'Aanbidden houdt in dat we grootheid, goedheid en heerlijkheid toeschrijven aan God. En kenmerk van aanbidding is dat we elk aspect van ons wezen erin leggen, al ons gevoel, ons voorstellingsvermogen, onze activiteit en creativiteit.' Als ons dat lukt is dat maar voor even, want we kunnen nooit helemaal recht doen aan Gods grootheid. 'Desondanks zorgt aanbidding ervoor dat de werkelijkheid die we bestuderen, in ons hele leven wordt gegrift.' 'Horen en doen in een sfeer van aanbidding is zo duidelijk, voor de hand liggend en natuurlijk als je je maar kunt voorstellen.'

Tenslotte

We gaan een heel seizoen besteden aan de Bergrede. Er valt veel over te horen, in preken en wellicht ook langs andere kanalen, maar alleen horen is niet genoeg. Het is Jezus om vernieuwing van ons hart te doen, om transformatie van ons karakter voor zover dat in de loop van de jaren gevormd (en soms misvormd) is. Om daarin te groeien gaat het om horen en doen, waarbij doen meestal betekent: oefenen. Het gaat Jezus in ons leven uiteindelijk om vruchten van een vernieuwd hart, vruchten iets zichtbaar maken van de goedheid en de overvloed van Gods Koninkrijk. Ik hoop dat we door het onderwijs en door gezamenlijke oefening mogen groeien in een leven in Gods Koninkrijk, tot eer van onze hemelse Vader.

september 2023, Bas van der Graaf