

ENIGE TROOST

**Gedachten over verdriet hebben
en troost vinden**

J.C. Bette

Inhoud

Woord vooraf	5
Verdriet (gedicht)	7
1. Vragen en verdiet	9
Voor- en tegenspoed	11
Pasklare antwoorden?	13
De hamvraag	14
Zalving en geloof	15
God is soeverein	17
Overgave	19
Het zwaarste leed is geleden	21
Een lied uit de diepte (twee psalmen)	25
Als het niet gaat (gebed)	27
Moeilijke vertroosters (gedicht)	29
2. Troosten	31
Wat is troost?	34
Uitzicht bieden	35
Jammerlijke vertroosters	37
Gebed	39
Ontvangen en doorgeven	41
Inleven	43
Samen bidden, samen zoeken	44
Omzien	46
Troost (gedicht)	49
Onze enige troost	51
Literatuur	52

*Wij hebben een troost
die door onze tranen
heen komt blinken,
en wel
van
de Vader, die boven ons is,
de Zoon, die met ons is
en de Geest, die in ons is.*

Woord vooraf

Dit boekje bestaat uit een bundeling van twee preken en een aantal gedichten. De preken werden in de zomer van 1997 gehouden in Evangeliegemeente De Regenboog. De gedichten gaf ik als toegift mee aan de belangstellenden. De bijbeltekst vormde in beide preken niet zozeer de bron voor de uitleg, maar de lezing ervan was onze leidraad in het zoeken van een troostrijke ontmoeting met God en met elkaar. De opgenomen bijbelgedeelten wil ik dan ook in het bijzonder ter lezing aanbevelen.

In de christelijke gemeente zijn er bijna voortdurend gemeenteleden die met emotioneel of lichamelijk lijden worden geconfronteerd. Is het niet in het eigen gezin, dan wel in de familie- of vriendenkring. Toen dit sterk op ons afkwam, hebben we als gemeente troost gezocht in Gods Woord en bij elkaar. Het verwerken van moeilijke gebeurtenissen en het vinden van troost gaan niet vanzelf. In een soort zoektocht mochten we samen vertrouwen op Gods verbond en zijn weg met ieder van ons. In dat proces van zoeken naar de helende verbondenheid met God en tussen gelovigen onderling hebben we de nabijheid van de Heilige Geest, de Trooster bij uitstek, ervaren. Ook al blijft nog veel onbegrijpelijk, het geloof in de liefde van God en in de opstanding van de Here Jezus Christus heeft voor velen weer een venster geopend. De rijkdom van deze vorm van gemeenteleven, wanneer in woord een daad naar elkaar wordt omgezien, is niet in woorden te vatten. Dat is een van de beperkingen van dit boekje. Ik vertrouw er toch op dat deze enigszins bewerkte preekgedachten de moeite van het op schrift stellen waard zijn. En dat ze mogen helpen in het vinden van troost bij God en elkaar. Getroost worden is in zekere zin verzekerd wor-

den. Omdat we in het christelijk geloof leren onze zekerheid buiten onszelf te zoeken, probeer ik door deze woorden daarin een weg te wijzen. Het mag niet bij woorden blijven. Dat zou een schrale troost zijn.

‘Echte troost veronderstelt persoonlijke verbondenheid; liefde, geborgenheid en uitzicht’ (W. ter Horst). Die troost zullen wij altijd nodig hebben.

Van harte wil ik mevr. H. J. Henning-den Daas bedanken. Zij heeft er voor gezorgd dat het gesprokene leesbaar is geworden. Het gedicht ‘Verdriet’ is met toestemming van de uitgever overgenomen uit: Nel Benschop, *De stem uit de wolk. Verzamelde gedichten*. Kampen 1997, blz.514.

Het is mijn gebed dat God het gebruik van dit boekje wil zegenen.

Veenendaal, voorjaar 1998

J.C. Bette

Verdriet

Er is niet veel te zeggen,
er is alleen een vragen
om troost, om hulp en kracht
voor wat niet uit te leggen
en nauwelijks te dragen
doet struik'len in de nacht.

Er is alleen te bidden,
een mens die mee wil dragen,
een hart dat met ons schreit.
De Heer is in ons midden
en Hij kent onze vragen,
omdat Hij met ons medelijdt.

Nel Benschop

1. Vragen en verdriet

Het thema ‘Vragen en verdriet’ heb ik genomen uit de praktijk; uit mijn gewone dagelijkse leven. Deze gedachten zijn ontstaan uit een zekere verlegenheid. Er zijn soms zoveel gebeurtenissen van buitenaf, maar ook wel gevoelens van binnenuit die voortkomen uit je persoonlijke beleving. Dat kan een mens behoorlijk bezig houden zodat je zelfs met een volle bijbel en met een vol hoofd toch niet goed weet hoe je de dingen moet zeggen of op een rijtje krijgen. Kent u dat ook? David heeft mij erbij geholpen. We lezen samen over Davids vragen en verdriet in twee van zijn gebeden. Daarna luisteren we naar een antwoord op de grote levensvragen, uit een brief van de apostel Paulus aan de jonge christengemeente in Rome.

Psalm 13

Een Psalm van David. (Er staat boven: gebedsvertrouwen)

Hoelang, Here? Zult Gij mij voortdurend vergeten? Hoelang zult Gij uw aangezicht voor mij verbergen?

Hoelang zal ik plannen koesteren in mijn ziel, kommer hebben in mijn hart, dag aan dag? Hoelang zal mijn vijand zich boven mij verheffen?

Aanschouw toch, antwoord mij, Here, mijn God! Verlicht mijn ogen, opdat ik niet inslape ten dode;

opdat mijn vijand niet zegge: Ik heb hem overmocht; opdat mijn tegenstanders niet juichen, wanneer ik wankel.

Ik echter vertrouw op uw goedertierenheid, over uw verlossing juicht mijn hart.

Ik wil de Here zingen, omdat Hij mij heeft welgedaan.

Psalm 10

(Davids gebed is daar:)

Waarom, Here, staat Gij van verre, verbergt Gij U in tijden van nood?

Over de trots van de goddeloze is de ellendige ontstoken. Laat hen verstrikt worden in de boze plannen die zij bedacht hebben.

De goddeloze immers roemt naar hartelust, de woekeraar spreekt zegenwensen, hij versmaadt de Here.

De goddeloze met zijn neus in de hoogte [denkt]: Hij vraagt geen rekenschap; al zijn gedachten zijn: Er is geen God.

Zijn wegen zijn voorspoedig te allen tijde. Uw gerichtten zijn hem te hoog, hij blaast tegen allen die hem benauwen;

hij zegt in zijn hart: Ik zal niet wankelen, ik, die van geslacht tot geslacht niet in ramspoed zal raken.

Zijn mond is vervuld van vloek en bedrog en verdrukking, onder zijn tong zijn ongerechtigheid en onheil,

hij ligt in hinderlaag bij de gehuchten, in het verborgene doodt hij de onschuldige. Zijn ogen bespieden de zwakke,

hij loert in het verborgene als een leeuw in de struiken; hij loert om de ellendige te vangen, hij vangt de ellendige, hem trekkend in zijn net.

Hij bukt, duikt ineen, en de zwakken vallen in zijn sterke klauwen.

Hij zegt in zijn hart: God vergeet het, Hij verbergt zijn aangezicht, Hij ziet het in eeuwigheid niet.

Sta op, Here! o God, hef uw hand op, vergeet de ellendigen niet.

Waarom smaadt de goddeloze God, spreekt hij in zijn hart: Gij vraagt geen rekenschap.

Gij ziet het, want Gij aanschouwt moeite en verdriet, om het in uw hand te leggen. Op U verlaat zich de zwakke, voor de wees zijt Gij een helper.

Verbreek de arm van de goddeloze en boze, straf zijn goddeloosheid, totdat Gij ze niet meer vindt.

De Here is Koning, eeuwig en altoos. De volken zijn vergaan uit zijn land.

De begeerte der ootmoedigen hebt Gij, Here, gehoord: Gij sterkt hun hart, uw oor merkt op,

om recht te doen de wees en de verdrukte, zodat nooit meer een aards sterveling schrik aanjaagt.

(We benadrukken vers 14: ‘Gij ziet het, want Gij aanschouwt moeite en verdriet, om het in uw hand te leggen. Op U verlaat zich de zwakke, voor de wees zijt Gij een helper.’)

Romeinen 8:31-34

Wat zullen wij dan van deze dingen zeggen? Als God voor ons is, wie zal tegen ons zijn? Hoe zal Hij, die zelfs zijn eigen Zoon niet gespaard, maar voor ons allen overgegeven heeft, ons met Hem ook niet alle dingen schenken?

Wie zal uitverkorenen Gods beschuldigen? God is het, die rechtvaardigt; wie zal veroordelen? Christus Jezus is de gestorvene, wat meer is, de opgewekte, die ter rechterhand Gods is, die ook voor ons pleit.

Voor- en tegenspoed

Het leven is de moeite waard! Misschien kent u het lied: It’s a wonderful life; het leven met de Here God is een wondermooi leven.

Het leven is mooi... als er fijne dingen gebeuren. Wanneer er in een van de gezinnen van de gemeente een kindje wordt verwacht en wordt geboren, dan beschouwen wij dat als een godswonder, en

terecht. Hoe dan ook, het is een wonder als er een mens ter wereld komt. Maar die verwondering geldt niet alleen voor de geboorte. Wanneer jonge en soms ook oudere mensen elkaar vinden, als de vlam van liefde overslaat, wanneer mensen elkaar zó ontmoeten dat ze lief en leed met elkaar kunnen delen, dan ervaren wij dat toch als een geschenk?

Van wie komt dat geschenk dan? Velen die gelukkig getrouwd zijn, ervaren die ander als een godsgeschenk. Een zo groot wonder en zo'n groot geschenk, dat kan alleen maar van God komen. En als je dan ook nog gezond mag zijn... Gezondheid is een groot goed. Wat is er eigenlijk veel om voor te danken! Dat komt des te scherper uit wanneer je ziet dat het soms zo heel anders gaat. Als je plotseling wordt geconfronteerd met de broosheid van het bestaan. Ik behoef daarvan geen voorbeelden te geven. Het is niet nodig om de namen van de broeders en zusters die in het bijzonder met die broosheid geconfronteerd worden te noemen, want als het goed is, zijn ze een onderdeel van onze gebeden, van onze dagelijkse omgang met God. Daarin zien we duidelijk: het leven is een kostbaar, maar ook zo'n kwetsbaar bezit. Want plotseling kan het allemaal heel anders zijn. Hoe komt dat? Waarom is dat zo? Omdat we niet kunnen ontkomen aan het gevaar dat ons leven bedreigt. We moeten natuurlijk zoveel mogelijk doen om dat gevaar uit de weg te gaan, maar we kunnen niet alles doen. We kunnen niet alle gevaar vóór zijn.

Wanneer er dan bij een ander of bij jezelf iets gebeurt waardoor die broosheid opeens scherp wordt gevoeld, dan word je in dat verdriet geconfronteerd met een zekere machteloosheid, met een soort leegte, een snik, omdat je niet meer weet waar je het zoeken moet.

Pasklare antwoorden?

David, de dichter van de twee door ons gelezen psalmen, schreeuwde het uit omdat hij het toen zo voelde: 'Waarom, Here, bent U ver weg? Waarom bent U zo verborgen in tijden van nood?'

Sommige mensen hebben op die vraag van David direct het antwoord klaar. Ik hoor soms van zieke mensen dat er wel eens 'troosters' langskomen, die direct hun antwoord gereed hebben, maar daarna wel met een gezond lichaam het ziekenhuis uitlopen. Ik heb trouwens zelf ontdekt dat al die snelle klip-en-klare antwoorden uiteindelijk stuklopen op de rauwe werkelijkheid van het echte leven.

Ik heb zo'n antwoord niet. Ook niet in deze preek. Misschien zal het er op enig moment wel op lijken, maar dan zeg ik nu alvast: ik heb niet zomaar een antwoord klaar. Soms ontstaat er in mijn hart zo'n hang naar de stilte, een verlangen om zomaar 's achter in mijn tuin te zitten en rustig na te denken over het leven en dat doe ik dan ook. Ik noem dat innerlijk zoeken.

Ik zie deze preek vanmorgen dan ook meer als een zoektocht. Ik heb al eens vaker zo'n zoektocht ondernomen. Misschien denkt u: 'Wat is dat een zoeker, die man'. Dat klopt, dat ben ik ook. Ik vind ook telkens wel weer wat, maar ik probeer nu een beetje samen met ù te zoeken. Omdat je niet te snel moet zeggen: 'Ik heb het gevonden'.

Als er onder ons zijn die niet weten waar ze het zoeken moeten vanwege hun lijden en verdriet, dan hoor ik juist van hen dat het troost als iemand probeert nabij te zijn. Als een ander door middel van een brief of een kaart of door een persoonlijk bezoek probeert nabij te zijn. Dat is niet altijd hetzelfde als dichtbij zijn. Sommige mensen kunnen zo dichtbij zijn dat het gewoon pijn doet. Maar

juist dan zijn ze niet nabij!

Elkaar nabij zijn, dat is samen voorzichtig zoeken naar een houvast. Het is hoopgevend om, soms pas na verloop van enige tijd, samen uit te komen bij die Ene, bij de Here, die ons, hoe dan ook, draagt. Ziek of gezond. Liggend, staand of zittend.

Het is hoopgevend om samen, tussen tranen door, te praten over wat je hierover nog van vroeger weet en wat daaruit naar voren komt. In de afgelopen week sprak ik met iemand over deze dingen en toen kwam bij ons de gedachte naar boven over die 'ene troost, beide in leven en in sterven'. Dat is een wonderlijk mooi gebeuren, als je dat zo meemaakt.

De hamvraag

Er leven veel vragen onder ons. Ik hoor ze natuurlijk lang niet allemaal, maar ik hoor er wel en veel van die vragen zijn begrijpelijk. Want wij maken wat mee. We worden steeds opnieuw geconfronteerd met verdriet en lijden. Ook in de gemeente. En dat willen we niet. Dat willen ook christenmensen niet. Mensen houden niet van lijden. Wij willen er eigenlijk liever niet over praten. Wij stoppen het weg, want wij kunnen het niet goed plaatsen: 'Lijden doet pijn, verdriet is moeilijk en ziekte, dat kan niet bij God horen'. Of zeggen wij dat niet? Ziekte hoort toch zeker niet bij God? Maar wat moet je er dan mee?

Ook in onze Evangeliegemeente leven daar veel vragen over. Want ziekte, verdriet, leed en pijn, dat alles roept vragen op naar Gods hand, naar Gods handelen daarin. Als gelovige mensen vinden wij ons houvast in de Here Jezus Christus en in de bijbel. Ons leven is betrokken op God. Wij willen de dingen, die we beleven en die we doen, betrekken op God. Als God het middelpunt van ons leven

is, dan is het niet mogelijk om Hem buiten ons lijden te houden. De Here heeft er op de een of andere manier mee te maken. Maar hoe?

In het Boek van de Psalmen en in het bijzonder in de twee die we gelezen hebben, zoekt David naar het waarom van zijn lijden en hoe God daarmee in verband staat. Of God het eigenlijk wel ziet. Dat is precies waar ook onze vragen liggen. Hoe is God op mijn of op ons lijden betrokken? Als je een diepere omgang met God kent of wilt kennen, dan zal je met die levensvragen naar diepere lagen van het christelijk geloof willen afsteken. Je zoekt naar een antwoord: Wie is Jezus voor mij nu ik ziek in bed lig? Wie is Jezus voor mij nu ik... en vul dan je eigen verdriet maar in. Wie is Jezus in deze omstandigheden, voor mij?

Ik ben er persoonlijk van overtuigd, dat het antwoord op vragen zoals 'wat heb je nou aan je geloof als je in lijden komt', samenhangt met je persoonlijke relatie tot God.

Het antwoord of beter gezegd de manier waarop je met levensvragen omgaat, wordt heel duidelijk ingekleurd door de wijze waarop je God hebt leren kennen en het beeld dat je van Hem hebt gekregen. Zo bezien is het antwoord op de vraag van geloof en lijden de vraag naar je relatie met de Allerhoogste. Het geloof in de Here Jezus Christus is van beslissende betekenis voor de manier waarop we lijden en verdriet beleven.

Zalving en geloof

In allerlei moeite en ziekte wordt niet alleen je lichaam op de proef gesteld, maar tegelijkertijd je innerlijk leven, je ziel, je geloof. Daardoor kan de relatie met God door een tijd van ziekte sterker

worden. Maar dat is zeker niet altijd en bij iedereen het geval. Laat ik als voorbeeld hierover noemen hoe mensen omgaan met het gebed en de zalving voor zieken. Dit is een voorbeeld waarin je kunt zien hoe het goed, maar ook hoe verkeerd dat kan eindigen. We lezen in de bijbel over de ziekenzalving. Als mensen vaak of ernstig ziek zijn, richten zij zich tot de oudsten van de gemeente. Dan wordt erover gepraat en ervoor gebeden. We komen daarvoor dan bij elkaar, soms in een avondmaalsdienst, soms bij de mensen thuis. Dan zalven de oudsten met olie, zoals we dat lezen in Jakobus 5 en we bidden gelovige gebeden. Het zijn vaak heel tere en heilige momenten.

Nu is de wijze waarop men hiermee omgaat heel verschillend. Er zijn christenen die vinden dat je gebeden moeten worden verhoord, wil je geloof echt zijn. ‘Dus,’ zeggen zij, ‘als je gebeden niet worden verhoord, dan deugt je manier van bidden of je manier van geloven niet’. Vaak zonder dat die mensen het zelf door hebben, keren ze zich met zo’n houding ten opzichte van God en het bidden tegen zichzelf. Want ze zeggen dan: ‘Er is iets mis met je geloof of je manier van geloven’. Of: ‘Die oudste zal wel niet goed tegenover God staan. Die heeft toch immers gebeden? En er is niets gebeurd...’ Als wij Jakobus 5 echter nauwkeurig lezen, staat er ook: dat wij *met elkaar* zullen bidden, er staat letterlijk ‘blijf voor elkaar bidden’ (Jac.5:16).

Dus als iemand zegt: ‘Mijn gebed moet verhoord worden, anders is mijn geloof niet goed’, dan is het maar een heel klein stapje verder om te zeggen: ‘Ik ben niet goed, want ik genees niet’. Of minstens zo erg: ‘Jij gelooft niet goed, want je geneest niet terwijl wij er voor hebben gebeden.’ En het gekke is, dat dit soms zonder blikken of blozen door gezonde mensen tegen zieken gezegd wordt! Dan heeft die persoon al zoveel te verduren en dan krijgt hij van een gezond iemand ook nog te horen: ‘Tja... er zal wel wat wezen... er

zal wel wat zitten bij jou... tussen God en jou. Want ja, kijk, die bijbeltekst zegt...'

Het gaat soms nog veel verder en grover, want de meeste mensen zullen toch niet zo gauw zichzelf verwerpen. We hebben onszelf meestal nog wel zó lief dat we eerder het probleem bij de ander of bij iets anders leggen. En zij keren zich tegen het geloof, ze gooien dat hele geloof overboord. Want 'het werkt niet'. Het staat er toch zo letterlijk: de zieke zál genezen, dan moet dat ook gebeuren, vinden zij. Wanneer hij of zij na voorbede niet geneest, dan 'werkt het geloof niet en kan je 't net zo goed weggooien'. En daarmee wordt God buiten de deur van hun leven gezet.

God is soeverein

Ik ken mensen die door deze zelfveroorzaakte teleurstellingen niet meer in de gemeente van de Here Jezus komen. Dat is heel verdrietig. Want als we zo reageren, laat dat eigenlijk zien dat we God naar onze eigen hand willen zetten.

Maar dan ga je ten diepste verkeerd om met God en met Zijn Woord. Wij moeten niet proberen God naar onze hand te zetten, maar we mogen leren zoals uiteindelijk David dat deed, ons verdriet en onze moeite in Zijn hand te leggen. 'Om het in Uw hand te leggen', zegt hij in Psalm 10:14.

Daarom zeg ik: het is een zoektocht om God te vinden, en dat zeker ook in ziekte, met een ziek lichaam. Er is een weg te gaan om nabij God te zijn, Hem nabij te weten. Dat is het proces van de godsvrucht en de weg van de godsdienst. Het gaat om het leren dienen van God, wie je ook bent, hoe je ook bent. Om zo vrucht te dragen. Want anders is het magie, anders is het proberen God te

manipuleren. Dat is de verkeerde weg. Ziekenzalving is evenals bidden een uitdrukking van vertrouwen.

Bidden is praten en vragen, ook smeken en roepen. Maar bidden is niet: aan God voorschrijven wat Hij moet doen. Wie denken wij wel dat wij zijn? Ik heb eens gehoord dat iemand vanaf een podium zei: ‘Heilige Geest, doe dit en doe dat!’ Ik vind zoiets onbegrijpelijk! Onbehoorlijk! Bijna lasterlijk, beledigend. Het is nog genade van de Here dat het allemaal zomaar door kan blijven gaan. Het is toch niet te geloven: ‘Heilige Geest, doe dit!’ Dan weet je niet over Wie je het hebt...

Bij zieke mensen kom ik gelukkig vaker tegen dat zij spreken over de heiligheid van God. Juist dan, als het erop aan komt in je leven, kom je er echt achter wie de Here God is. Wie zal dan zeggen: ‘God, doe dit, doe dat’?

Natuurlijk, wij mogen wel zeker onze verlangens aan de Here voorleggen, dat is gelovig en bijbels. Desnoods huilend, roepend en klagend. Ik geloof dat er een functie is in het klagen, zoals David dat deed. Maar we kunnen God niet vastpinnen op de vervulling van onze persoonlijke verlangens. Dit is essentieel, onthoudt u dat maar, want ik ben er van overtuigd dat de hele bijbel hier achter staat. Ik weet niet alles, lang niet alles, het meeste niet, maar dit weet ik wel: mensen gaan enorm de mist in wanneer zij God hun eigen individuele verlangens willen voorschrijven.

Waarom kan dat dan niet? Daar zoek ik dan een bijbels antwoord op. Daar zit ik dan een tijdje over na te denken en dan denk ik: Waarom kan dat eigenlijk niet? Het staat er toch duidelijk, dat we Hem mogen vragen. Waarom kunnen we dan God niet vastpinnen op onze verlangens?

Ik denk dat we onszelf zouden te kort doen, als God ons alleen zou geven wat wij van Hem vragen. Want Gods plan, begrijp ik uit de

bijbel, is veel hoger en groter dan jouw plan met jezelf. Wij zijn zo gefixeerd en gericht op ons dagelijkse en daarmee tijdelijke leven. Begrijpelijk! Maar wij hebben zo'n beperkte en beslagen blik. God heeft - ver boven het tijdelijke leven uit - de eeuwigheid en de heerlijkheid voor zijn kinderen op het oog. Dat mogen en moeten wij vasthouden!

Overgave

De bijbel zegt heel duidelijk en in de volle breedte dat wij er altijd op mogen vertrouwen dat God de gebeden van zijn kinderen hoort. En we moeten leren vertrouwen dat Hij ze verhoort op zijn manier. Een manier die wij maar al te vaak niet begrijpen. Wij zien immers vele dingen als door een (beslagen) spiegel, in raadselen (1Cor. 13:12). Het beeld dat wij door ons handspiegeltje zien, is onvolledig. Je ziet steeds maar een klein gedeelte en veel minder scherp dan Gods volle werkelijkheid. Zo is het met het gebruik van de gaven waarover het in de brief aan de Corinthiërs gaat, maar ook met het begrijpen van de genezing waarover Jacobus schrijft.

Veel zieke mensen genezen. Bijvoorbeeld doordat ze naar de dokter gaan en de voorgeschreven medicijnen gebruiken. Als een christen ziek is en hij gaat naar de dokter, dan doet hij er bijbels gezien goed aan om eerst naar de Geneesheer te gaan. Het is goed om eerst de Here God als onze Geneesheer in gebed aan te roepen en dan naar de arts te gaan, die als een soort verlengarm van de genadekracht van God in je leven wil werken. Veel mensen genezen van ziekte. De Heer zij dank.

Genezing is er vaak ook door gebed en voorbede, meer dan wij denken.

Er zijn echter ook zieken die niet genezen door gebed en ook niet

door wat de dokter eraan kan doen. Toch wil de Here zelfs dan meer geven dan wij vragen. Dat belooft Hij immers in zijn Woord (lees het maar eens na in Ef. 3:20,21). Maar dat is niet gemakkelijk. Het gaat met innerlijke, geestelijke strijd gepaard. En met overgave. Dat is niet eenvoudig.

Ik heb vreselijke dingen gelezen over het lijden. Onder andere bij moderne en veelgelezen schrijvers. Verschrikkelijke dingen worden aan God toegeschreven en een huichelachtig christendom staat inderdaad een levende relatie met God in de weg (Maarten 't Hart). Maar er wordt een uitweg gezocht, waar de Weg toch geweest is? Zo vaak is er felle weerstand tegen de Here God als Schepper of juist volslagen voorbijgaan aan de Here Jezus als Middelaar. En zonder het door Hem gesproken woord vindt een mens geen antwoord, zonder de door Hem gewezen weg is het leven een doodlopende weg. Deze hele strijd in het zoeken naar de zin of de waanzin van het lijden wordt in de moderne literatuur nogal eens verwoord op een manier die je nauwelijks durft herhalen. Maar er wordt om een antwoord geschreeuwd!

Toch geloof ik dat God veel meer wijst dan wij opmerken en veel meer geeft dan wij vragen, ook in de moeite van het leven. Soms hoor ik mensen daarvan vertellen, ook deze week heb ik dat weer gehoord. Maar wij zien dat meestal niet direct helder op het moment dat we het beleven. En daarom (nu gaat het tóch over het vinden van houvast) is gelovige overgave zo belangrijk. We mogen steeds weer en steeds meer ons leven in Gods hand leggen, want alleen Hij kent ten diepste onze gevoelens, onze moeite en ons verdriet. Dat is bijna altijd een geloofsworsteling, een proces van leren om jezelf uit handen te geven. Jezelf in Gods Vaderhanden te leggen.

Daarom heeft David de psalmen gezongen zoals ze in de bijbel staan, zo eerlijk en soms zo rauw. Op die manier, zegt David er mee, verlaat zich de zwakke op de Here en is Hij naar zijn woord een helper voor de wees, de weduwe en de weduwnaar. Als je met deze mensen te maken hebt, weet je waar het om gaat bij wezen, weduwnaars en weduwen. David zegt: en toch is God een Helper voor hen, in de weg van overgave.

Overgave is het vertrouwen dat God met je bezig is en dat Hij van je houdt. Overgave is niet een daad. Ik kan u niet uitnodigen om hier tot overgave te komen. Ja, wel tot een enkelmalige overgave, nu, op deze dag, maar de overgave waar ik over spreek, is een houding.

Wij kunnen elkaars zorgen, verdriet en pijn niet wegpraten. Lijden laat zich niet wegredeneren. Maar we mogen uit de bijbel en in het bijzonder uit de gelezen Psalmen 10 en 13 leren: God ziet het, hoort je!

Het zwaarste leed is geleden

‘Ja’, zegt iemand, ‘dat is mij te weinig! God ziet het en Hij doet er niets aan!’ Zo zijn wij mensen. Zoiets kan gemakkelijk in onze gedachten opkomen.

Maar wat betekent het dan, dat God het ziet en weet en dat Hij je verdriet kent? Dat mag betekenen dat je er niet alleen voor staat. Hij weegt wat al die omstanders niet kunnen voelen omdat ze jouw lijf niet hebben. Hij weegt dat in zijn hand. Het is niet waar dat de Heer Zich niets van jou aantrekt! Dat is het grote gevaar als je verkeerd met ziekte omgaat: de gedachte van God verlaten te zijn. En dat is in het begin maar een kleine gedachtensprong tussen opstand en overgave. Met een diepe kloof tussen blijvende weerstand en

volhardend geloof. En met de grote gevolgen van verlatenheid of geborgenheid. Een wereld van verschil!

Als ik het goed heb begrepen en van zieke mensen heb gehoord en wat ik er zelf van beleef, is, dat die overgave om je eigen verdriet in Gods hand te weten, een verdieping inhoudt van je geloofsleven. Je gaat jezelf en je omstandigheden anders zien. Al biddend en worstelend ontdekt ook David dat God anders is, anders dan onze menselijke voorstelling van Hem.

De Here is niet onbewogen. Hij is juist de grote Beweger, de grote Bewogene. De Here God is zo bewogen over mijn leven, over uw leven, over jouw leven dat het Hem heeft bewogen in het zenden van zijn Zoon. Om ons te redden uit de verlorenheid van zonde, lijden, zwakheid en verdriet. Moet ons leven dan voor Hem volmaakt zijn? Er is er hier niet een die volmaakt is. Toch is God met ons onderweg.

De Here is over ons onvolmaakte leven zo bewogen dat zijn handen onder ons zichtbaar zijn geworden. Je kunt Gods hand onder ons verdriet heel tastbaar ontdekken. Waar? Allereerst en allermeeft op Golgotha. Daar werden Gods vaderhand en Gods vaderhart voor ons zichtbaar in die doorboorde handen van Jezus Christus, juist vanwege onze zonden en ellende. Door de zonde van de mens (dus niet alleen de persoonlijke zonden maar vooral ook het zondige in ons mens-zijn) en de opstand tegen God (al begonnen bij Adam en Eva) is er ziekte, ellende, zorg, strijd en dood in de wereld gekomen. Zeker is de ziekte en het verderf niet wat God bedoeld heeft. God schiep heelheid. Maar juist vanwege die ellende en die ziekte ('om onze overtredingen', zegt de bijbel) werd Jezus doorboord en 'om onze ongerechtigheden werd Hij verbrijzeld' (Jes.53). Ons zwaarste deel heeft Hij gedragen!

Toch moeten we wel voorzichtig zijn naar iemand die lijden ver-

duurt deze zwaarste weg van Jezus niet te misbruiken. Als een soort overtreffende trap: ‘Wat jij meemaakt is heel erg, natuurlijk, maar je moet nooit vergeten dat de Here Jezus op het kruis nog veel meer heeft geleden.’ Het biedt totaal geen hulp wanneer we die ander met een nóg groter gewicht van leed proberen te overtreffen of de mond te snoeren. Ik geef het voorbeeld van het lijden van de Here Jezus, om daarmee te verzekeren dat er Eén is die weet wat lijden is. Bij Hem ben je in goed gezelschap. Hoe moeilijk ook, bij Jezus Christus vind je ten diepste het Vaderhart van God.

God is ons in Christus zo nabij gekomen; Hij heeft onze ziekten gedragen. Daarom geloof ik dat aandacht voor de zieken gezond is voor de gemeente. Dan houden we ons bezig met de komst van Christus voor ons. Daarbij gaat het niet om de aandacht van een enkeling, maar om de aandacht van de hele gemeente. Dat samen voorzichtig zoeken naar houvast, die vorm van nabijheid is goed voor de gemeente. Het sterke heeft het zwakke nodig. Als wij in alle eenvoud en liefde de ander nabij zijn, als we dichtbij een broeder of zuster zijn in zijn of haar verdriet, dan zullen we dichtbij Jezus zijn. Want Jezus zegt immers: ‘Wat gij aan de minste van mijn broeders hebt gedaan, dat hebt gij aan Mij gedaan’ (Matt.25:40).

Deze gedachten gingen door mij heen bij het voorbereiden op de prediking na zo’n week, waarin ik veel werd geconfronteerd met vragen en verdriet. Zo’n preek is een samenstel van waarheid en tranen, van geest en gevoelens, van bijbellezen en zoeken naar de toepassing in het leven van elke dag. Ik hoop dat het u helpt, dat het jou werkelijk helpt om met vertrouwen verder te gaan. Met de bede dat wij in tegenspoed en verzoeking onze toevlucht mogen nemen tot de Here Jezus. De Heer zegene ons daarin. De Here helpt ons daarbij! Hij is nabij. Dat verkondig ik in zijn Naam, vergezeld van

het gebed: 'Here, leer ons daaruit te leven'. Amen.

Een lied uit de diepte

In uw hand zijn mijn tijden
ik verlaat mij in mijn leed
op U alleen, die weet
de maat en 't einde van mijn lijden.
Geloofd zij God, die zijn genade
aan mij heeft grootgemaakt,
die voor mijn welstand waakt.
Zijn oog slaat mij in liefde gade.

Psalm 31:12,17

Heer, die mij ziet zoals ik ben,
dieper dan ik mijzelf ooit ken,
kent Gij mij, Gij weet waar ik ga,
Gij volgt mij waar ik zit of sta.
Wat mij ten diepste houdt bewogen,
't ligt alles open voor uw ogen.

Doorgrond, o God mijn hart; het ligt
toch open voor uw aangezicht.
Toets mij of niet een weg in mij
mij schaadt en leidt aan U voorbij.
O God, houdt mij geheel omgeven
en leidt mij op de weg ten leven.

Psalm 139
Gebed



Als het niet gaat zoals ik wil,
maak, o Heer, mijn hart dan stil,
laat mij ook in angst en strijd
weten, God, dat Gij er zijt.

Is het leed mij haast te zwaar,
Laat mij voelen, 'U bent daar!'
Die in alle nood en pijn,
meer dan elke vriend wil zijn.

Als verzoeking mij soms tart
en in opstand is mijn hart,
geef, dat ik dan alleen begeer,
dicht bij U te zijn, o Heer.

Als het niet gaat zoals ik wil,
maak, o God, mijn hart dan stil,
laat, hoe moeilijk het ook schijn',
Uw wil Heer, de mijne zijn.

dichter onbekend

Moeilijke vertroosters

wat zeg je als de ander doolt
in het verdriet van het verlies
verloren lijkt te zijn
of is het beter niets te zeggen
te zwijgen om het zware
zwoegen dat je zelf niet draagt
hoe geef je troost?

niet laten blijken wat er woest
van binnen woedt, ze snappen 't niet
ik heb geen zin mezelf te laten gaan
het onbegrip verzwaart de last
en maakt alleen maar erger
nog verder weg zullen ze staan
hoe vind je troost?

heb je gemerkt dat toch de zon weer schijnt
en dat het groen, het moest niet mogen
bezaaid is met het heldere geel van meisjesogen?

heb je gemerkt dat liefde cake gebakken heeft
en dat die onverwachte kaart van ome Piet
je toch wat helpt, al is het alles niet?

heb je gemerkt dat soms het vlak weer volloopt
met donkergrijs en somber makend grauw
maar dat er ook wat rood en geel is
en soms zelfs violet en blauw

verdrietig mens naar
mens met verdriet

J.C. Bette
april 1993

2. Troosten

Om te beginnen wil ik zeggen dat het onderwerp ‘troosten’ te breed is voor één preek, daarin kan lang niet alles aan de orde komen. Het onderwerp is ook te diep voor één mens, zoals ik. Het is te veel omvattend voor mijn begrip, maar het is ook te nodig in de gemeente om er aan voorbij te gaan. Daarom is het mijn gebed dat we met elkaar iets mogen leren over troosten. Want we moeten ons realiseren dat wanneer we er vandaag nog geen behoefte aan hebben, we dat morgen opeens wel eens hard nodig kunnen hebben: troost!

Wanneer we in de bijbel zoeken naar troost, kan het niet anders of we komen bij Israël terecht. Is er een volk dat ooit zo getroost is en dat ooit zoveel troost nodig gehad heeft en nodig heeft als het volk Israël? In Jesaja 51 gaat het over dat volk.

Jesaja 51:1-3, 12-16

Hoort naar Mij, gij die de gerechtigheid najaagt, gij die de Here zoekt. Aanschouwt de rots waaruit gij gehouwen zijt, en de holte van de put waaruit gij gegraven zijt; aanschouwt Abraham, uw vader, en Sara, die u baarde; want Ik riep hem als eenling en Ik zegende hem en vermenigvuldigde hem.

Want de Here troost Sion, Hij troost al haar puinhopen; Hij maakt haar woestijn als Eden en haar wildernis als de hof des Heren; blijdschap en vreugde zullen er gevonden worden, loflied en geklank van gezang.

Ik, Ik ben het, die u troost. Wie zijt gij, dat gij bevreesd zijt voor een sterfelijk mens, voor een mensenkind, dat als gras wordt weggeworpen; dat gij vergeet de Here, uw Maker, die de hemel uitspande en de aarde grondvestte; dat gij bestendig, de gehele dag, verschrikt

zijt vanwege de grimmigheid van de verdrukker, wanneer hij uit is op verderven? Waar is nu de grimmigheid van de verdrukker? IJlings wordt de kromgeslotene ontboeid, hij zal niet sterven, niet in de groeve dalen en hem zal geen brood ontbreken. Want Ik ben de Here, uw God, die de zee opzweept, zodat haar golven bruisen, wiens naam is Here der heerscharen. Ik heb mijn woorden in uw mond gelegd en met de schaduw mijner hand heb Ik u bedekt, Ik, die de hemel uitspan en de aarde grondvest en tot Sion zeg: Gij zijt mijn volk.

Wat God hier doet is tot het hart van zijn volk spreken. Het is emotionele taal. Hij richt Zich op hun situatie, op hun achtergrond en op hun hart.

Uit het Nieuwe Testament wil ik uit de brief van Paulus aan de Corinthiërs dat prachtige gedeelte lezen waar je niet omheen kunt, wanneer je nadenkt over troost:

2 Corinthiërs 1:3-11

Paulus, door de wil van God een apostel van Christus Jezus, en Timoteüs, de broeder, aan de gemeente Gods, die te Corinthe is, met al de heiligen in geheel Achaje: genade zij u en vrede van God, onze Vader, en van de Here Jezus Christus.

Geloofd zij de God en Vader van onze Here Jezus Christus, de Vader der barmhartigheden en de God aller vertroosting, die ons troost in al onze druk, zodat wij hen, die in allerlei druk zijn, troosten kunnen met de troost, waarmede wijzelf door God vertroost worden.

Want gelijk het lijden van Christus overvloedig over ons komt, zo valt ons door Christus ook overvloedig vertroosting ten deel. Worden wij verdrukt, het is u tot troost en heil; worden wij getroost, het is u tot een troost, die zijn kracht toont in het doorstaan van

hetzelfde lijden, dat ook wij ondergaan.

En onze hoop voor u is wel gegrond, want wij weten, dat gij evenzeer aan de vertroosting deel hebt als aan het lijden.

Want wij willen u niet onkundig laten, broeders, van de verdrukking, die ons in Asia overkomen is: bovenmate en boven vermogen hebben wij een zware last te dragen gehad, zodat wij zelfs aan ons leven wanhoopten; ja, voor eigen besef achtten wij ons als ter dood verwezen, opdat wij niet op onszelf vertrouwen zouden stellen, maar op God, die de doden opwekt.

En Hij heeft ons uit zulk een groot doodsgevaar verlost en zal ons verlossen: op Hem hebben wij onze hoop gevestigd, [dat] Hij ons ook verder verlossen zal, terwijl ook gij ons te hulp komt met uw voorbede, opdat uit veler mond voor de genade, ons geschonken, veelvuldig dank gebracht worde voor ons.

Dit bijbelgedeelte staat werkelijk boordevol met woorden die met ons onderwerp te maken hebben, zoals barmhartigheid en vertroosting, lijden en kracht, hulp en de maat van ons vermogen om lijden te verduren. En het spreekt van hoop!

Tenslotte wil ik nog lezen hoe Paulus zelf de troost van een medebroeder heeft ervaren. Israël kende de troost van God, Paulus kende eveneens de troost van de Here, maar Paulus kende ook de vertroosting door de broeders en zusters. Het is prachtig om te lezen hoe de apostel zich hier in het hart laat kijken.

2 Corinthiërs 7:5-7

Want toen wij in Macedonië kwamen, had ons vlees geen rust of duur, doch wij waren van alle kanten in de druk: van buiten strijd, van binnen vrees.

Maar God, die de nederigen troost, heeft ons getroost door de komst van Titus, en niet alleen door zijn komst, maar ook door de

troost, waarmede hij vertroost werd bij u, want hij deed ons verslag van uw verlangen, uw treuren, uw ijveren voor mij, zodat ik mij nog meer verblijdde.

Wat is troost?

Wanneer iemand van zichzelf vindt dat hij altijd vol van kracht en blakende gezondheid en levenslust is, dan heeft hij of zij waarschijnlijk niet zo veel aan deze preek. Want blije en zelfverzekerde mensen kun je nu eenmaal moeilijk troosten. Om iets van troost te begrijpen en zeker om er iets van te ontvangen, moet je nederig genoeg zijn om toe te geven dat je iets mist, dat je iets tekort komt. Om een ander te kunnen troosten, moet je zelf weten wat het is om getroost te worden.

De apostel Paulus geeft in 2Cor. 1 die wederkerigheid van de troost zo prachtig aan wanneer hij zegt: ‘...zodat wij hen, die in allerlei druk zijn, troosten kunnen met de troost waarmee wij zelf door God vertroost worden’. Dus God gaat troostend met ons om, zodat wij op onze beurt anderen kunnen vertroosten. We lezen hier over twee troostbewegingen. God troost mensen en van daaruit kunnen mensen elkaar bemoedigen en tot sterkte zijn.

Laten we eerst eens nadenken over de vraag wat troost eigenlijk is. Ik heb nogal wat gelezen om een antwoord op die vraag te vinden, straks meer daarover, maar één ding wil ik nu vast aan u doorgeven.

Dat is het vergelijk van het Nederlandse woord troost en het Engelse woord trust (dat vertaald wordt met ‘vertrouwen’). Die begrippen hebben in de woordstam met elkaar te maken. Troost, trust, het heeft alles van doen met vertrouwen.

Troost, wat is dat? Voor sommige mensen is het niet meer dan een

bakje koffie. En inderdaad kan een kopje koffie mensen soms helpen. Op de juiste tijd gegeven met een goed en liefdevol hart kan er zelfs van een beker koud water troost uitgaan. Als het bewogen hart erachter maar geproefd wordt.

Volgens het woordenboek is troosten het verzachten of lenigen van smart of droefheid en dat doe je dan door woorden of daden.

Bij Ter Horst las ik deze formulering: 'Troost kan worden omschreven als een lijdend mens helpen om op de been te blijven bij het doorleven van zijn verdriet. Dat verdriet kan daardoor een plaats krijgen in zijn bestaan. Dan kan er weer (enig *jcb*) perspectief komen.'

In een boek dat geschreven is rondom ziekte en sterven las ik een zin over troost die als een soort definitie op me overkwam. Die wil ik ook aan u doorgeven. Daar stond over de troost die mensen elkaar kunnen geven dit: 'Troost is samen met de ander steun bieden in de vorm van het vinden van een kompas dat je de weg wijst uit de doolhof waarin je door verdriet, rouw, verlies of ziekte, bent terecht gekomen.' Die eerst zin zet al goed in met het woordje 'samen'. Dat is heel belangrijk; er is een troostvolle gemeenschap nodig. Je kunt niet altijd alléén troosten. Voelt u dat aan? Dus daar begint het al mee. En ziet u hoe voorzichtig deze definitie gesteld is?

Uitzicht bieden

Ik wil proberen het met een voorbeeld wat duidelijker te maken. Het verhaal gaat over een meisje dat longontsteking had en het speelt zich af in de tijd dat daar nog geen goede medicijnen voor waren. Je kon van deze ziekte alleen maar genezen door rust. Het enige dat het meisje kon doen was stil in bed liggen en uit het raam

kijken naar een muur aan de overkant van het plaatsje waar haar raam op uitkeek. Tegen die muur, die ze elke dag weer zag, groeide klimop. In een sombere bui vertelt ze aan een vriend (die schilder is) dat ze voelt dat zij zal gaan sterven als het laatste blad afvalt. Ze heeft daar zo'n somber voor gevoel van. Alle bladeren vallen inderdaad af, op een na. Dat blijft maar hangen.

Het meisje sterft niet, maar wordt beter. Als ze weer sterk genoeg is, gaat ze naar buiten en daar ziet ze hoe het kon dat dit ene blad maar bleef hangen. Het was namelijk op de muur geschilderd, door haar vriend. Over troost en hoop gesproken...

In de bijbel lezen we veel over troosten in verdriet. Dat komt omdat de bijbel het boek van God, maar ook een boek van en voor mensen is. Het gaat in de bijbel om de ontmoeting tussen God en mensen en over de relaties tussen mensen onderling. In die ontmoetingen blijkt het begrip troost telkens weer een belangrijke plaats in te nemen.

In de taal van het Oude Testament staat voor 'troost' een woord, dat afkomstig is van een werkwoord dat *diep ademen* betekent: in een situatie van druk en benauwdheid weer eens flink kunnen opademen, diep adem kunnen halen.

Een prachtig voorbeeld daarvan lezen we bij de ontmoeting van Jozef met zijn broers nadat hij onderkoning is geworden. Die broers realiseren zich natuurlijk heel goed dat ze er een potje van gemaakt hebben in het leven van Jozef. En nu zijn ze Spaans benauwd dat Jozef zich na de dood van hun vader op hen zal wreken voor al het verschrikkelijke dat ze hem hebben aangedaan. Als je daarover leest in Genesis 50, is daar opeens deze prachtige zin: 'Zo troostte hij (Jozef) hen en sprak tot hun hart'. De broers kunnen dus opgeruimd ademhalen, want Jozef zal hen niet straffen. Jozef geeft met zijn goede woorden weer ruimte aan z'n broers. De oprechte liefde,

zijn woorden die hen naar het hart spreken, stellen hen gerust en zijn troostend. Er is weer hoop voor hen.

Zo kunnen onze woorden een mens soms helpen, het hart raken en troosten.

Jammerlijke vertroosters

Als we het nu hebben over iemand in het Oude Testament die troost nodig heeft, dan is het ook Job wel. Maar Job is helemaal niet te spreken over de manier waarop zijn vrienden hem proberen te troosten. Als je erover leest in het boek dat naar deze lijdende man genoemd is, kun je daar toch wat moeite mee hebben. Want de vrienden van Job hebben dan toch maar zeven dagen lang hun mond gehouden en naast hem gezeten. Welke vriend doet dat nog, vandaag? Zeven dagen lang alleen maar in de omgeving van een lijdende zitten en zien wat hij voor verschrikkelijks meemaakt! En het blijft niet bij die zeven dagen, het gaat verder. En zij houden het vol! Maar toch, ondanks de vele vrome woorden die zijn vrienden spuien, noemt Job hen jammerlijke vertroosters.

Ik wil het eens samen met u lezen in het zestiende hoofdstuk van het boek Job.

Daar vallen we dan middenin de redevoeringen van de vrienden; en maar praten en maar praten en maar uitleggen hoe het zit! En wat zegt Job, als hij er blijkbaar even kan tussenkomen?

Job 16:1-5

Maar Job antwoordde: Iets dergelijks heb ik al vaak gehoord, gij zijt allen jammerlijke vertroosters. Komt er geen einde aan de ijdele woorden? Wat prikkelt u toch, dat gij weer het woord neemt?

Ook ik zou kunnen spreken als gij, waart gij slechts in mijn plaats;

ik zou mooie woorden tegen u aaneenrijgen en het hoofd over u schudden. Ik zou u bemoedigen met mijn mond, en het beklag mijner lippen zou leniging geven.

De gekwelde Job voelt feilloos aan dat zijn vrienden, nu hij zo diep in de ellende zit, met hoogdravend gepraat pasklare antwoorden willen geven. Ze zitten eigenlijk meer met hun eigen probleem: de vraag hoe hun vriend Job dit toch kon overkomen. Ze gaan op hun eigen vragen antwoorden geven, en dat terwijl Job zich met een potscherf krabt en denkt: ‘Houd toch op met die woorden!’

Ach, wat troost gij mij toch met ijdele woorden, en uw antwoorden, slechts bedrog blijft ervan over! (Job 21:34)

Words, words, words...

Lange redevoeringen van zogenaamde ‘ vertroosters’. Maar hun belangrijkste thema, dat ze steeds maar weer herhalen, namelijk dat God Job straft voor zijn persoonlijke zonden, was volkomen misplaatst. Tot twee keer toe zegt de Here namelijk over al die zogenaamde troostwoorden: ‘Gij hebt niet recht van Mij gesproken’ (Job 42:7-9). Waarom niet? Wat was er verkeerd? De vrienden verdedigden de nog steeds gangbare stelling: alle lijden is straf op persoonlijke zonden en alle voorspoed is een beloning van goed gedrag. Daarmee hebben zij een verkeerde voorstelling van Gods invloed in de mensenwereld gegeven. God wijst hen ernstig terecht en Job moet voorbede voor hen doen, anders komen ze er niet goed af! Hier wordt de vrienden van Job, maar indirect ook ons een les gelezen!

Van de lijdende Job gaan we naar het boek van de Psalmen. In Psalm 69 klaagt David dat niemand kwam opdraven om hem te

troosten, niemand! Wat een verdriet en eenzaamheid. Denk je dat eens in.

Psalm 69:21

De smaad heeft mij het hart gebroken, en ik ben verzwakt. Ik wachtte op een teken van medelijden, maar tevergeefs, op troosters, maar ik vond hen niet.

De smaad heeft mij het hart gebroken... Zo diep kan het blijkbaar gaan, zo ernstig kan emotioneel lijden zijn. Een 'hartinfarct' vanwege de aantasting van iemands eer en goede naam. Smadelijk behandeld worden; de daaruit voortvloeiende gekwetste gevoelens maken je stuk van binnen. Onder grievende belediging kan een mens het kwaad te verduren hebben. Daar behoef je echt geen watje of doetje of softie voor te zijn. Dat kan David zeker niet worden aangewreven. Maar hij was ontroostbaar, diep bedroefd en vond geen medelijden.

Dit woord uit Davids mond heeft overigens profetisch gehalte voor wat betreft het lijden en sterven van de Here Jezus Christus (vgl. vs.22 met Matt.27:48). Zijn hart brak, om ons. Vanwege u en mij!

Gebed

Even verder lezen we in Psalm 71 dat David het na al die teleurstelling tenslotte niet meer bij de mensen zoekt, maar in een intens gebed tot God smeekt om troost en hulp:

Psalm 71:1-2

*Bij U, o Here, schuil ik; laat mij nimmer beschaamd worden.
Red mij en bevrijd mij door uw gerechtigheid*

vers 20 en 21

Gij, die mij vele benauwdheden en rampen hebt doen zien, zult mij weder levend maken, mij uit de kolken der aarde weder doen opstijgen.

Wil mijn grootheid vermeerderen, U opmaken en mij troosten.

In de Statenvertaling vinden we dit laatste veel mooier vertaald: ‘Wil mij, Here God, *rondom* vertroosten’.

Het zijn juist de Psalmen waarin we verwoord horen, waarin geklaagd en uitgezongen wordt, hoe diep een mens soms moet lijden. Ik denk aan de dichter Asaf, die zover komt dat hij weigert zich te laten troosten. Asaf is er zó erg aan toe dat hij een smartkreet begint met:

Mijn stem is tot God, en ik roep; mijn stem is tot God, opdat Hij zijn oor tot mij neige.

Ten dage mijner benauwdheid zoek ik de Here, des nachts is mijn hand uitgestrekt.

Psalm 77:1,2

Iedereen die wel eens ziek is geweest of grote moeite in het eigen leven ondervindt, kent de ervaring die hier door Asaf verwoord is, dat je er 's nachts niet van kunt slapen. Het houdt je wakker en je strekt je handen uit. Asaf zegt verder:

...en zij wordt niet moede, mijn ziel weigert zich te laten troosten. (Hij strijdt ermee).

Denk ik aan God, dan kreun ik; peins ik, dan versmacht mijn geest.

Gij houdt mijn ogen open, ik ben onrustig en kan niet spreken (vs.3-5).

Ontvangen en doorgeven

Het gaat soms zo diep in het lijden van een mens, misschien wel iemand dicht in uw buurt, dat die het soms (even?) niet meer aan kan, zelfs de troost niet. Dat vraagt gevoeligheid van hem of haar die troost wil bieden. Je moet daarom bij troosten jezelf steeds afvragen: Is die ander er wel aan toe? Is dit wel een goed moment om te spreken? Of is luisteren en erbij zijn nu voldoende? Of kan ik gewoon ergens mee helpen. Praktische hulp is vaak een hele troost!

In het Nieuwe Testament wordt veel getroost. We hebben gelezen in de brief van de apostel Paulus over de wisselwerking van de troost. Het gaat daarbij om het doorgeven van iets goeds, dat je zelf van de Here God ontvangen hebt, aan iemand die het nodig heeft. De bijbel leert ons (2Cor.1:4): wie getroost wordt, ontvangt de mogelijkheid daarvan iets aan anderen door te geven. Het komt zodoende niet allemaal uit jezelf! Anders zou toch geen mens het volhouden? Als je altijd troost zou moeten bieden uit je eigen leven, uit je eigen mogelijkheden? Dat zou een schrale troost zijn.

Maar het is net als met de liefde: als je van de liefde veel mag ontvangen, mag je daarvan veel doorgeven. Maar dan moet er natuurlijk wel ontvangen worden! Anders raak je zelf leeg en uitgeput.

Troosten gaat in zekere zin onze eigen krachten te boven. Je moet er werkelijk voor op God aangesloten zijn.

Ik ben heel blij dat er in onze gemeente broeders en zusters en jonge mensen zijn die zich in alle bescheidenheid ‘geroepen’ weten om als dat nodig is te troosten. Ik ben dankbaar als bij zieken, waar ik thuis of in het ziekenhuis op bezoek kom, de kamer vol hangt met kaarten. Anderen laten het niet zo openlijk zien, maar hebben een stapeltje op het kastje liggen. Zieken lezen wat erbij geschreven staat en denken erover na. Kaarten zijn signalen dat je niet

vergeten wordt. Ze zijn vooral bemoedigend wanneer de afzender zo wijs is na te denken welke kaart gekozen en welk woord geschreven wordt.

Als ik me geroepen weet om een ander te troosten in zijn of haar verdriet, dan moet ik me toch eerst een paar dingen afvragen. In de eerste plaats: kán ik dit wel? Een kaart sturen is al belangrijk door de wijze waarop je het doet. Maar een bezoek brengen is nog wat anders... Het is één ding om over troost te preken, maar het is nog wel even iets anders om thuis een pen te pakken en een brief te schrijven (want zoiets doe je niet met de computer) aan iemand die verdriet heeft. Dat is moeilijk. Dan moet je jezelf afvragen: kan ik dat? Ik bedoel niet: heb ik daar een goede cursus voor gevolgd? Dat kan ook van belang zijn, maar veel meer is de vraag: heeft die ander er wat aan als ik schrijf of kom. Kan de zieke, maar ook: kan ik zélf dat bezoekje emotioneel aan.

De Duitse predikant Blumhardt uit Möttlingen heeft eens gezegd: Wie geroepen wordt om te troosten, moet ook veel lijden. Hij kon het weten. Lees zijn levensverhaal maar eens!

Ik ben dankbaar dat er (in bescheidenheid gezegd) heel wat troost te vinden is in onze gemeente. Vooral omdat dit niet zo gewoon is. Wij leven immers vandaag de dag in een sterk hedonistische maatschappij waar persoonlijk genot het hoogste goed is en waar velen met een boog om het lijden heengaan. Lijden? Daar moeten we niets van hebben, daar gaan we liever aan voorbij. ‘Laten we er maar niet over praten. Wij leven gelukkig in een heel andere tijd als vroeger’. Maar wat dit betreft is de tijd precies dezelfde: er wordt wat geleden in de wereld om ons heen. Als je je ogen ervoor open hebt dan zie je veel pijn en leed, ook onder jonge mensen. En wat een verdriet, frustratie en teleurstelling is er soms bij ouderen.

Wat een spanningen zijn er in gezinnen. Er is veel lichamelijk en innerlijk lijden in de wereld, en ook in de gemeente dragen wij daar ons deel aan mee.

Daarom moet je jezelf afvragen: kan ik het persoonlijk wel aan om die ander te helpen? Want als je troost, treed je in de intimiteit van het leven van de ander. Bij echte troost is er innerlijke betrokkenheid op degene die troost nodig heeft. Als die betrokkenheid er niet is, voelt die ander dat huizenhoog en ravijnendiep. Daarom is het goed stil te staan bij de vraag: heb ik die betrokkenheid eigenlijk wel?

Inleven

Weet je wat er naar boven komt als je naast het bed van een ernstig zieke zit? Wat denkt u? Komt dan naar boven: 'Ik ben krachtig, ik kan het. Tsjakka...!'

Nee, niets van dat al. Wanneer je bij een ernstig zieke zit, komt er machteloosheid naar boven. Kan je dat aan? Hoe ga je daar mee om? Want je eigen frustratie doorgeven, dat helpt een ander echt niet.

Het is goed om je af te vragen (en dat is heel spannend): hoe zou ik zelf zijn als mij deze rampspoed zou overkomen? Zou ik er mee om kunnen gaan?

Ik weet wel dat je je dit nooit ten diepste kunt indenken. Ik weet wel dat je nooit de ziekte van een ander goed kunt voorstellen. Ook kun je beslist niet zeggen dat iemand alles zelf moet hebben meegemaakt voordat hij een ander kan troosten. Maar een vereiste om te kunnen troosten is wel, dat je zijn of haar zorgen bij jezelf durft toe te laten. Als je dat niet doet, voelt die ander dat als een grote afstandelijkheid.

Je hebt Gods liefde, genade en kracht nodig om open te staan voor de pijn van een ander. Als je jezelf aan Gods liefde toevertrouwt, je aan Zijn genade overgeeft en toewijdt, dan kom je dichterbij jezelf en daardoor mogelijk dichterbij die ander.

Wat is de bedoeling van die mooie kaarten die wij versturen naar de zieken van de gemeente? Dit moeten wij ons eerlijk durven afvragen: is het om eraf te zijn, of is het om eruit te komen?

Wat is de intentie wanneer wij menen te mogen troosten? Als het goed is, dan is ons uitgangspunt het verlangen om de innerlijke pijn en het verdriet te verzachten van iemand die lijdt. En christenen doen dat vanuit hun persoonlijke omgang met God. Wij doen dat in de kracht van de Heilige Geest, in afhankelijkheid van de Here Jezus Christus en zelfs op zijn gezag. Als je troost, wil je in Gods naam iets tegen het leed van een broeder of zuster of van een medemens doen.

Samen bidden, samen zoeken

Je moet overigens niet te snel al dat leed van die ander accepteren. Niet te snel de omstandigheden aanvaarden. Je moet openstaan voor de mogelijkheid dat God je wil gebruiken om de situatie in een ander licht te zetten.

Lang niet altijd kan de oorzaak van ziekte of lijden worden weggenomen. Zou dat wel zo zijn, zou jij de oorzaak van het lijden van een ander kunnen wegnemen, dan moet je meteen aan de slag gaan om dat te doen, dan is dát je eerste belangrijke taak.

Maar bij troosten gaat het er niet zozeer om iets te doen, maar om iemand voor die ander te zijn: een broeder, een zuster, een medemens die uit naam van de Here Jezus naar de ander toe komt en wil

uitdrukken: ‘Jij bent niet alleen. Weet dat God er is. Weet dat wij er zijn. Weet dat ik er ben en laten we samen ernaar zoeken hoe dat houvast voor ons geeft’.

Voel je aan dat dit een heel andere methode is? Samen zoeken *hoe dat houvast voor ons geeft*, daar komt je eigen hart in mee.

Ik denk wel eens dat één mens daarom ook niet zovél anderen kan vertroosten. Je hebt volgens mij geen beroepstroosters. Daar loopt het helemaal op vast. Het geeft een geweldige spanning als je van het ene bed naar het andere gaat. Heb je dan telkens weer iets te geven, kracht om te dragen, te troosten?

Er kunnen ik weet niet hoeveel mensen van mij troost verwachten, die ik het misschien allemaal graag zou willen geven, maar... kán ik dat? En als ik het niet kan, is onze gemeenschap dan een zodanige bescherming voor ons allemaal, zo doortrokken van de liefde van de Geest, dat er toch steeds iemand is die zicht krijgt op die ene mens die troost nodig heeft? En hebben wij voldoende nuchterheid om onze beperkingen onder ogen te zien?

Misschien zegt u: ‘Ja, maar wacht eens even, we hebben toch de Here Jezus ook nog? En we hebben het geloof toch? Dat geeft altijd houvast. De Heer is er toch, broeder Hans, dat preek je immers altijd’.

Jazeker, de Heer is er, en niet alleen ‘ook nog’! Dat is volkomen waar, maar... gemakkelijk is dat niet. Ook een gelovig mens is een gewoon mens, met zijn hoogte- en dieptepunten. Geloof is geen medicijn, geen wondermiddel en Jezus is niet ‘de grote tovenaar’, al hebben velen dat er wel van gemaakt.

Omzien

Troosten begint bij zien. Toen Jezus de schare zag, werd Hij met innerlijke ontferming bewogen (Matt. 9:36). Want Hij zag dieper dan de buitenkant. Hij zag niet maar een heleboel drukke mensen, Hij zag dat die mensen innerlijk opgejaagd en afgemat waren, als schapen die geen herder hebben. Precies zoals de mensen in onze tijd, misschien wel precies zoals jij.

De barmhartige Samaritaan zag die beroofde man aan de andere kant van de weg liggen. De anderen liepen er voorbij want die hadden een klus 'voor de kerk' te doen. Maar de barmhartige Samaritaan dacht: 'Kijk nou'; misschien heeft hij wel gedacht: 'Daar ligt een gewonde mens in nood. Als ik daar nou eens lag? Wie zou mij helpen? Hoe zou ik me voelen?'

Zien is een voorwaarde voor bewogenheid, en bewogenheid is een voorwaarde voor werkelijk vertroosten. Door bewogenheid ga je naar die ander omzien, zo mogelijk helpen.

Iemand een bezoekje brengen, wordt dan veel meer dan 'even langs gaan'. Wij zeggen wel eens: 'Ik ga even langs' of 'Ik geef even een trap tegen de deur.' Op ziekenbezoek je jas aanhouden. Zo ga je er dan ook echt even lángs, eraan voorbij... Omzien is iets anders.

Troosten begint ook met luisteren. Mensen die werkelijk troost bieden kunnen echt luisteren. Niet met een half oor, maar met een heel hart. Echt luisteren is in zekere zin een uitdrukking van oprechte liefde. Troosten is luisteren met je hart.

Troosten is verder verwijzen. Wie als christen troost zal op enig moment God aan het woord laten. De inhoud van zorgvuldig gekozen en toepasselijke bijbelverzen geeft kracht en troost in ons leven. De bijbel geeft houvast in geloof, in leven en in sterven. Goede

troost verwijst naar de volharding en vertroosting die een christen mag ontvangen door het lezen van de Schrift. Daarin spreekt immers de Here zelf tot ons hart (Rom. 15:4-6)! Zulk verwijzen is een buitengewoon hoopvol element van troosten.

Troosten heeft tenslotte van doen met treuren. Henri Nouwen schrijft ergens dat er geen betere genezer is dan een gewonde genezer. In een parodie daarop zeg ik: er is geen betere vertrooster dan een treurende vertrooster. Ik zeg dat vanwege de woorden van de beste trooster: de Here Jezus Christus. Jezus heeft immers Zelf gezegd: ‘Zalig zij die treuren, want zij zullen vertroost worden’ (Matt.5:4).

Zij die vertroost worden, zijn in staat om anderen te troosten. Jezus, de gróte Trooster (Joh.17), gaf ons zijn Geest, de ándere Trooster (Joh.14), om tot in eeuwigheid bij ons te zijn. Die Trooster geeft innerlijke kracht en Hij wil ons leren wat helpend troosten is. Zolang er mensen zijn die in de Geest van Jezus omzien en luisteren, is er hoop en goede troost. Amen.

Troost

ruimte geven
aan verdriet
erbij zijn
een vriend zijn
naaste
medemens
zwijgen, niet bang voor de stilte
nabij blijven
als het eropaan komt
afstand nemen
als dat nodig is
slechts een enkel woord stamelen
een goed woord van God spreken
een gebaar van liefde
een woord van begrip zuchten
een luisterend oor
dat is troosten

oog voor die ander
geteisterd door verdriet
wanhopig
niet wetend waarom
afgemat, verdoofd
en niet begrijpend
waarom juist hij
waarom juist zij
waarom ik?

vertrouwen schenken
in moeilijke dagen
in gebed gaan
ruimte geven
aan God

dichter onbekend

Onze enige troost

Wat is uw enige troost, beide in leven en sterven?
Dat ik met lichaam en ziel, beide in leven en sterven,
niet mijn, maar mijns getrouwen Zaligmakers Jezus Christus
eigen ben,
Die met zijn dierbaar bloed voor al mijn zonden
volkomen betaald,
en mij uit alle heerschappij van de duivel verlost heeft,
en alzo bewaart,
dat zonder de wil van mijn hemelse Vader
geen haar van mijn hoofd vallen kan,
ja ook dat alle ding mij ter zaligheid dienen moet;
waarom Hij mij ook door zijn Heilige Geest
van het eeuwige leven verzekert,
en Hem voortaan te leven,
van harte willig en bereid maakt.

Zacharias Ursinus & Caspar Olevianus
Heidelberger Catechismus 1

Literatuur

Boeken over leven en lijden, helpen en helen, rouw en trouw; over verdriet hebben en troost vinden.

- J. van Amstel, *Mijn enige troost*, Zoetermeer 1992.
Cees Baan, *Brief uit een ziekbed*, Zoetermeer 1995.
Marinus van den Berg, *Door je verdriet heengroeien*, Kampen 1992.
J.C. Bette, *Het grote leven, de vragen, de pijn*, Veenendaal 1994.
Alice Chapin, *365 beloften voor mensen met pijn*, Heerenveen 1997.
Larry Crabb, Dan Allender, *Bemoedigen doet goed*, Apeldoorn 1995.
Larry Crabb, *Mensen begrijpen*, Apeldoorn 1997.
J.J. van Ekeveld, *Ziekenbezoek*, Houten 1990.
A. Elshout, *Een helpende hand*, Rotterdam 1978 (3).
J. Firet, J. Hendriks, *Ik heb geen mens*, 's-Gravenhage 1986.
Joke Forceville-van Rossum, *Dagen van na-bestaan*, Baarn 1978.
Joke Forceville-van Rossum, *Dagen van voortbestaan*, Baarn 1982.
Ruard Ganzevoort, *Omggaan met verlies*, Kampen 1996.
C. Gilhuis, *Hoe dichterbij ik nader*, Wageningen z.j. (4).
Roelof Groen, *Rouw en geloof*, 's-Gravenhage 1990.
Gerben Heitink, *Tussen zeggen en zwijgen*, Kampen 1994.
D. Helander, O. Norel, *Gebeden*, Leiden 1995.
Kurt Hennig, *Als onze woorden klein zijn*, 's-Gravenhage 1984.
J. Hoek, *Voorbij de dood*, Zoetermeer 1996.
W. ter Horst, *Over troosten en verdriet*, Kampen 1996 (8).
W. Ter Horst, *Nieuw licht*, Kampen 1997.
Carel ter Linden, *Een land waar je de weg niet kent*, Zoetermeer 1996 (2).
D. Los, *Gij hebt mijn rechterhand gevat*, Goes 1988.
Anny Matti, *Wat heb je aan je geloof als lijden je treft?*, Baarn 1995.
H.H. Meulenbelt, *Bij onze zieken*, Baarn 1915.
Henry Nouwen, *Moeder, Een in memoriam*, Tiel 1993.
P.B. Power, *Een troost voor zieken*, Leiden 1989.
Laura Reedijk, *Op bezoek bij oude mensen*, Kampen 1989.
P.J. Roscam Abbing, *Zielzorg*, 's-Gravenhage 1962.
Daniel J. Simundson, *Waar vind ik kracht?*, Utrecht 1985.
G. van 't Spijker, *Ik zal u niet verlaten*, Leiden 1996.
Ton Valkenburg, *Soms moet ik opeens huilen*, Kampen 1984.
J.H. Velema, *Ziekentroost uit Psalmwoorden*, Leiden 1996.
W.H. Velema, *Lichtende woorden*, Leiden 1992.
W.H. Velema, *Pastoraat met raad en daad*, Kampen 1994.
W.H. Velema, *Zullen we lezen?*, Zoetermeer 1997.
P. Vermaat, *Nooit meer blij? Woorden van troost voor wie achterbleef*, Kampen 1996.
P. Vermaat, *Liever toch bezoek. Over sterven en rouwverwerking*, Kampen 1996.
Johan Weij, *Verliezen en toch winnen?*, Zoetermeer 1997.
J. Westland, *God onze troost in noden*, Kampen 1986.