

God Aller Vertrouwing

Een korte serie overdenkingen over het lijden en de vertroosting

Hein de Haan

1. Troost In Al Mijn Druk
2. In De Druk, Niet In Het Nauw
3. De Vertrouste Kan Troosten
4. Lessen Om Te Kunnen Troosten

God Aller Vertrouwing 1

Troost In Al Mijn Druk

We beginnen een korte serie overdenkingen over een belangrijk thema, namelijk de God van alle vertroosting.

2 Corinthe 1: 3 & 4 Geloofd zij de God en Vader van onze Heer Jezus Christus, de Vader van de barmhartigheden en de God van elke vertroosting, die ons troost in al onze druk, zodat wij hen, die in allerlei druk zijn, troosten kunnen met de troost, waarmee wijzelf door God vertroost worden.

Mijn depressie

Dit is een getuigenis die ik (Hein de Haan) begin 2007 destijds in onze thuisgemeente heb uitgesproken. Alles was toen heel zwart in mijn ervaring vanwege een chronische depressie waar we toen geen oorzaak van wisten.

Inmiddels is de diagnose 'Asperger' bij mij gesteld en dat heeft bijzonder veel opgelucht. Ikzelf lees nu dit getuigenis als geschiedenis. Toch denk ik dat velen nog altijd veel hebben aan de les die ik in dit alles geleerd heb omdat ik een Bijbelse basis hierin gezocht heb.

Al Onze Druk

Het is de laatste weken een rottijd voor mij geweest. 2 jaar kan ik nu al niet meer omgaan met mijn depressie. Al de jaren daarvoor heb ik het onderhands kunnen houden. Waarschijnlijk was dat fout waardoor het ook een keer tot een explosie moest komen. De 1e kleine explosie kwam 2 jaar terug met een burnout. De uitdrukking 'al mijn druk', die Paulus hier gebruikt, werd mijn uitdrukking. Wat ik voelde kon en kan ik nog steeds niet verwoorden. Mijn emoties, die al de jaren ervoor altijd onder mijn huid een strijd voerden, bleven keurig verborgen voor de buitenwacht. Ik was voor de oppervlakkige toeschouwer de sterke gelovige die aan den lijve wist wat een nieuw leven in Christus is. Theoretisch wist ik het ook. Praktisch worstelde ik ermee.

Doorbraak

Mijn depressie, ofwel mijn burnout, zette me op non actief. 'Al mijn druk', de storm aan emoties in mijn hoofd werd steeds intenser. Uiteindelijk brak de beschermlaag rondom mijn emoties, die ik zo mooi opgebouwd had, kapot. Dat gebeurde een aantal weken terug. De storm in mijn hoofd overspoelde me toen mijn beschermdijken afgebroken waren. 'Al mijn druk' kwam naar buiten als een stormvloed van tranen, die niet meer te stuiten waren. Het verdriet kon en kan ik nog steeds niet benoemen, maar het brak wel los. Ik kon alleen maar janken. Ik had mijn emoties niet in de hand en ook had ik niet meer de bescherming om die emoties te verstoppen.

God, De Grote Trooster

In al die druk was God de grote Trooster. Ook die ervaring kan ik niet rationeel weergeven. Het enige dat ik weet en ervoer was dat Hij er is en zegt: "Kom maar, schuil maar bij Mij."

Romeinen 8: 28 Wij weten nu, dat God alle dingen doet medewerken ten goede voor hen, die God liefhebben,

Troosten Via Anderen

God is degene die troost. Daar gebruikt Hij soms anderen voor. Een voorbeeld:

2 Corinthe 7:6 Maar God, die de nederigen troost, heeft ons getroost door de komst van Titus,

God heeft bij mij veel anderen gebruikt zonder dat zij er zelf iets van weten. Uren heb ik naar liederen geluisterd, die me telkens weer terugwierpen in Zijn armen. Hijzelf is de bron waar alle andere troost uit voortkomt.

Schreeuw Het Maar Uit

Het resultaat van troost is dat we in al onze druk het uitschreeuwen tot God. Dat uitschreeuwen lijkt kinderachtig, zeker als we voor volwassen gelovigen willen doorgaan. We bezitten toch alles al in Christus? We zijn toch al geborgen in Christus? Ja, maar mijn angsten dan? Mijn pijn en verdriet? Ook als volwassen gelovige mag ik het schreeuwend bij de Heer brengen.

Psalmen 107:13 Toen riepen zij tot Yahweh in hun benauwdheid, en Hij verlostte hen uit hun angsten;

Psalmen 107:19 Toen riepen zij tot Yahweh in hun benauwdheid, en Hij verlostte hen uit hun angsten;

Psalmen 107:28 Toen riepen zij tot Yahweh in hun benauwdheid, en Hij voerde hen uit hun angsten;

Kennis Van Troost Door Het Lijden

Zou ik geen weet hebben van lijden, pijn en verdriet, dan zou ik ook geen weet hebben van Gods troost.
2 Corinthe 7:4 ik ben vervuld van die troost, overstelpt van die blijdschap bij al onze druk.
Het werkwoord 'troosten' komt 28 keer alleen al in deze 2e Corinthebrief voor. We hebben het dus gewoon heel hard nodig.

Heilige Geest, De Trooster

Het is ook vanzelfsprekend als we zien dat dit woord is afgeleid van het bekende woord 'parakleet', dat zowel voor de Heilige Geest als voor de Heer Jezus Christus zelf gebruikt wordt.

Johannes 14:26 de Trooster, de Heilige Geest, die de Vader zenden zal in mijn naam,

1 Johannes 2:1 wij hebben een voerspraak bij de Vader, Jezus Christus, de rechtvaardige;

De benaming 'voerspraak' in 1 Johannes is hetzelfde woord en dus eigenlijk ook 'Trooster'.

Het is dus de aanwezigheid van Christus, de Trooster, en de kracht van de Heilige Geest, de Trooster, die in de werkelijke troost voorziet in al mijn druk.

In De Druk, Niet In Het Nauw

Het beeld van onze druk

God troost in al onze druk. Die druk wordt in de Bijbel regelmatig in het beeld van een barende vrouw voor de aandacht gebracht.

Weeën Van Een Barende Vrouw: Hetzelfde Woord 'Druk'

Johannes 16:21 Een vrouw, die baart, heeft droefheid, omdat haar uur gekomen is; maar wanneer zij het kind ter wereld heeft gebracht, denkt zij niet meer aan haar benauwdheid, uit vreugde, dat een mens ter wereld is gekomen.

We bidden vaak dat de pijn, de druk, weggaat. Hier zien we de pijn, de druk (hetzelfde woord), die barensweeën teweegbrengen. Het is pijnlijk en zwaar, maar niemand zal die weeën willen missen vanwege datgene wat het uitwerkt. Let op, dat komen we later meer tegen.

Nog Enkele Malen Hetzelfde Woord 'Druk'

Romeinen 5:3 En niet alleen hierin, maar wij roemen ook in de verdrukkingen, daar wij weten, dat de verdrukking volharding uitwerkt,

Ook hier zien we dat de druk in ons leven iets teweegbrengt, namelijk volharding.

Romeinen 8:35 Wie zal ons scheiden van de liefde van Christus? Verdrukking of benauwdheid of vervolging of honger, of naaktheid, of gevaar, of het zwaard?

De druk in ons leven scheidt ons niet van de liefde van Christus, ook al hebben we vaak het gevoel dat dit wel zo is. In de druk zijn we geborgen in de liefde van Christus.

2 Corinthe 4:17 Want de lichte last der verdrukking van een ogenblik bewerkt voor ons een alles verre te boven gaand eeuwig gewicht van heerlijkheid,

Onze druk is een lichte last. Zo ervaar ik mijn worsteling van gevoelens vaak helemaal niet. Maar ik mag het telkens afzetten tegen de heerlijkheid die (net als bij die weeën) dit uitwerkt en die mijn emoties van dit moment verre overtreft.

Mensen, We Zijn Niet In Het Nauw! Alleen In De Druk.

2 Corinthe 4:8 in alles zijn wij in de druk, doch niet in het nauw; om raad verlegen, doch niet radeloos; Hoe onze emoties in ons ook kolken, we zijn niet in het nauw. Wij hebben namelijk die levende verbinding met onze Heer tot wie we het kunnen uitschreeuwen en die met Zijn liefde ons omringt.

Het Grondwoord Van Druk is: "Het Pad"

Toen ik naar het grondwoord op zoek ging, het woord dat de ultieme druk weergeeft, kwam ik tot mijn verbazing bij drie tekstplaatsen, die alledrie één en hetzelfde weergaven. De paden van de Heer.

Mattheus 3:3 Hij toch is het, van wie door de profeet Jesaja gesproken werd, toen hij zei: De stem van één, die roept in de woestijn: Bereidt de weg des Heren, maakt recht Zijn paden.

Markus 1:3 de stem van één, die roept in de woestijn: Bereidt de weg des Heren, maakt recht Zijn paden,

Lukas 3:4 gelijk geschreven staat in het boek der woorden van de profeet Jesaja: De stem van één, die roept in de woestijn: Bereidt de weg des Heren, maakt recht Zijn paden.

We vragen zo vaak naar de weg van de Heer. We kennen de weg van de Heer vanuit Gods Woord. Wat valt er dan nog te vragen? Kennen we het ook midden in ons dagelijks doen en laten? Blijkbaar hebben we daar dit soort ervaringen van druk voor nodig.

Verstaan We De Weg Van De Heer Als We Van De Druk Af Willen?

Er wordt veel gebeden dat de Heer dit van ons wegneemt. De pijn, de moeite, de strijd is ons teveel. Vaak wordt zelfs gezegd dat de druk, die we ervaren, helemaal niet hoeft als we geloven. Dus strijden we om verlossing ervan. Een vrouw, die de barensweeën niet wenst zal de baby niet krijgen. Onze last staat tegenover de ver overtreffende heerlijkheid, zoals de weeën staan tegenover de bevalling van de baby. Misschien zullen we zelfs de weg van de Heer nooit echt kunnen verstaan als we de druk, die daarmee gepaard gaat, afwijzen.

Wat Zegt Paulus Over Het Lijden Van De Tegenwoordige Tijd?

Romeinen 8: 18 - 23 Want ik ben er zeker van, dat het lijden van de tegenwoordige tijd niet opweegt tegen de heerlijkheid, die over ons geopenbaard zal worden. Want met reikhalzend verlangen wacht de schepping op het openbaar worden der zonen Gods. Want de schepping is aan de vruchteloosheid

onderworpen, niet vrijwillig, maar om de wil van Hem, die haar daaraan onderworpen heeft, in hope echter, omdat ook de schepping zelf van de dienstbaarheid aan de vergankelijkheid zal bevrijd worden tot de vrijheid van de heerlijkheid der kinderen Gods. Want wij weten, dat tot nu toe de ganse schepping in al haar delen zucht en in barensnood is. En niet alleen zij, maar ook wij zelf, wij, die de Geest als eerste gave ontvangen hebben, zuchten bij onszelf in de verwachting van het zoonschap: de verlossing van ons lichaam.

De Schepping Is In Barensnood, Maar Ook Wij

Daar heb je die weeën, die druk. Paulus noemt dat letterlijk *'het lijden van de tegenwoordige tijd'*. Paulus tekent hier niet dat we moeten proberen onder dit lijden, die druk, uit te komen. Hij tekent hier ook niet dat de verlossing van ons lichaam al een tegenwoordig feit is. We zijn in verwachting. Dat levert druk op. Het is een druk in verwachting, in uitzicht, in hoop. Waar zien we naar uit? Dat we als zonen Gods in deze schepping openbaar komen. Kortweg noemt Paulus dat de verlossing van het lichaam. De lichte last werkt die alles overtreffende heerlijkheid uit.

De vertrooste Kan Troosten

We zijn soms enorm onder druk, maar nooit in het nauw.
2 Corinthe 4:8 in alles zijn wij in de druk, doch niet in het nauw;

Al Mijn Druk Leert Me Mee Te Voelen Met Het Verdriet Van Anderen

Kennis zonder empathie levert geen goede dienst op aan iemand in druk. Bij mij zit de depressie wel haast in de genen. Dat dacht ik althans al die 60 jaren voordat ik de diagnose van Asperger had. “Chronisch depressief” was het stempeltje dat de huisarts uitdeelde en daarmee was de kous af. Nader onderzoek was daarmee verder niet meer nodig.

Gerijpte liefde: Empathie

Leer ik het niet om midden in die druk gewoon kinderlijk het uit te schreeuwen tot de ware Trooster, dan leer ik het ook niet om de ander de weg te wijzen tot de ware Trooster. Empathie is liefde, die gerijpt is door de ervaring. Wie heeft niet gevoeld dat hij tekortschoot bij een heel verdrietig mens ... tenzij hij kon zeggen: “Ik begrijp je, want ik heb hetzelfde meegemaakt”? Als ik gevrijwaard bleef voor elk verdriet, dan zou ik in een wereld vol leed met lege handen staan. Gods genade, verpakt in verdriet.

Zelfs Bij De Ware Trooster Zien We Hetzelfde Principe

Hebreeën 2:18 Want doordat Hij zelf in verzoeking en geleden heeft, kan Hij hun, die verzocht worden, te hulp komen.

Hebreeën 4:15 Want wij hebben geen hogepriester, die niet kan meevoelen met onze zwakheden, maar Eén, die in alle dingen op gelijke wijze als wij is verzocht geweest, doch zonder zonde.

Wat voor Hem gold, geldt ook voor ons. We kunnen delen in het lijden van anderen, omdat wij zelf ervaren hebben wat het is om beproefd te worden.

Vader Van De Baarmoederlijkheid

Deze God van alle vertroosting is ook de Vader van de barmhartigheden.

In de Bijbelse taal komt het woord ‘*barmhartigheid*’ van het woord ‘*baarmoeder*’. Gods barmhartigheid is Zijn ‘*baarmoederlijkheid*’. Dat wil zeggen; zo totaal en intens als een moeder verbonden is aan het kindje in haar, zo totaal en intens is God verbonden aan Zijn mensen. In al onze druk zijn we dus veilig geborgen met Christus in God. Veilig geborgen in de baarmoeder. Hier hebben we dus de moederlijke eigenschappen van Vader God. We blijven in de baarmoeder tot de complete Zoon geboren is. Het is het warme hart van God, dat voor ons klopt, dat de gezindheid van Christus wil uitwerken. We kunnen het dus ook de warmhartigheid van God noemen.

De geborgenheid van de mens bij Moeder God

Psalm 145:9 Yahweh is goed voor allen, en Zijn barmhartigheid (baarmoeder) is over al Zijn werken.

De geborgenheid van de baby bij moeder wordt dus vergeleken met de zorg van God voor al Zijn schepselen! Daar zit niks abstracts aan. Het is Gods warme hart voor al Zijn schepselen afzonderlijk. Elke traan die vloeit, elke pijn, elke moeite, elk verdriet - God lijdt mee. Want Hij houdt van ons. Met al mijn druk, met al jouw druk, lijdt Vader mee!

God Lijdt Mee En Wij Mogen Met Elkaar Meelijden

Romeinen 12: 15 Weest blij met de blijden, weent met de wenenden.

Meehuilen ligt ons niet. Eventueel een arm om de schouder en een misplaatste opmerking als: “*Kop op man, we komen er wel uit.*” Al onze druk heeft ons geleerd dat we het mogen uitschreeuwen tot God. Het doel daarvan is o.a. empathie. Dan weten we namelijk ook dat ons wijzen op alle rijkdommen die we in Christus bezitten voor de huilende medemens veel te snel gaat.

Jank Het Maar Uit!

Maar we huilen niet mee, we schreeuwen niet mee. De uitdrukking “*weent met de wenenden*” is veel sterker dan wij in onze cultuur vertrouwd mee zijn. Letterlijk betekent het “*met lange uithalen grienen*”, “*tranen met tuiten huilen*” is onze Nederlandse uitdrukking daarvoor. Dankzij onze zo geprezen westerse cultuur ligt dat ons totaal niet. Op TV zie je het nog steeds wel gebeuren in die oosterse landen. Toch wordt het een stuk vanzelfsprekender wanneer we het aan den lijve kennen wat al die druk in hun leven ook daadwerkelijk inhoud.

Troosten Is Echte Dienstbetoon

2 Corinthe 1: 4 zodat wij hen, die in allerlei druk zijn, troosten kunnen met de troost, waarmee wijzelf door God vertroost worden.

Dit is een stukje dienstbetoon.

Efeze 4: 11 & 12 En Hij heeft zowel apostelen als profeten gegeven, zowel evangelisten als herders en leraars, om de heiligen toe te rusten tot in dienstbetoon,

We hoeven dus niet naar de ander te kijken. We worden daar allemaal voor toegerust.

Moet dat nou?

Moeten wij nu op iemand afstappen en aan onze job van vertroosting beginnen? Nee, als jij er niet aan toe bent, dan zal Gods genade dat niet in jou werken en dat kan je dan ook rustig zo laten. God is aan de slag in jou en mij en als Gods genade in het lijden dat jij doormaakt Zijn werk doet, dan ga je troosten met de troost waarmee jijzelf door God vertroost bent. Dat is Gods genade aan het werk midden in ons lijden.

God Aller Vertrouwing 4

Lessen Om Te Kunnen Troosten

De druk van het leven dat wij ondergaan leert ons er te zijn voor de ander die in druk is.

De eerste les is: kop dicht!

Job 2: 11 - 13 Toen nu de drie vrienden van Job hoorden van al het leed dat hem getroffen had, kwam ieder van hen uit zijn woonplaats: de Temaniet Elifaz, de Suchiet Bildad en de Naamatiet Sofar; en zij kwamen volgens afspraak bij elkander om hem te gaan beklagen en te troosten. Toen zij van verre hun ogen ophieven, herkenden zij hem niet. Zij verhieven hun stem en weenden, scheurden hun mantels en strooiden stof op hun hoofd, hemelwaarts. En zij zaten bij hem op de grond, zeven dagen en zeven nachten; niemand sprak tot hem een woord, want zij zagen, dat zijn smart zeer groot was. De troosters van Job waren geweldig tot ze hun mond opendrokken en met hun wijsheden kwamen.

Les nr. 2: Niet opvrolijken.

Spreuken 25: 20 Als iemand die een kleet uittrekt op een koude dag, als azijn op loog, is wie liedjes zingt bij een treurig hart.

Wijzen op alle geweldige rijkdommen in Christus, die de huilende broeder toch ook ontvangen heeft, verergert zijn situatie. Hij weet allang wie hij is in Christus, maar hij is emotioneel kapot.

Les nr. 3. Voel mee.

Begrijp waarom iemand in het ergste geval zelfmoord wil plegen. Begrijp de situatie waarin hij zich bevindt.

Stomme reactie: *“Ach joh, gelukkig is het zo erg nog niet. Kijk eens naar Die heeft gehoord dat hij ongeneeslijk kanker heeft en nog maar een paar maanden te leven heeft.”*

Stommer: *“De Bijbel leert ons toch dat we ons mogen verblijden in alles?”*

Het allerstomst: *“Je vertrouwt niet op de Heer. Belijdt Hem je zonden zodat je vergeving ontvangt.”*

Dat laatste was ook een antwoord van de vrienden van Job.

Job 4: 5 - 8 maar nou krijg jij ermee te maken en dan ben je moedeloos! Het treft je en je staat verbijsterd! Is nou je godsvrucht ineens niet je toevlucht, je onberispelijke wandel jouw hoop? Bedenk toch: wie kwam ooit onschuldig om, en waar werden oprechten verdelgd? Voor zover ik het gezien heb: wie onrecht ploegen en moeite zaaien, die maaien het.

4e les: Probeer niet met een snelle oplossing te komen.

Prediker 5: 3 Want gelijk de droom komt door veel bezigheid, zo dwaas gepraat door veel woorden.

De vrienden van Job waren daar ook een kei in.

Job 11: 13 - 16 Als jij nou je hart bereidt, en je handen naar Hem uitstrekt; als er nou ongerechtigheid in jouw hand is, werp die dan ver weg, en laat geen onrecht in je tent wonen; ja, dan kan jij je gezicht smetteloos opheffen, dan sta je vast! Dan ben je niet bang!; Ah, dan vergeet jij je moeite wel, eraan denken als aan water dat is weggevoerd.

Niemand had hier begrepen dat Job de gelegenheid nodig had om zichzelf te uiten met alle emoties, die hem dwars zaten. Het verdriet moet eruit kunnen komen zonder dat daar nog extra schuldgevoel overheen komt.

Les 5: Beaam maar dat het okay is wanneer je angst, pijn, boosheid of verdriet voelt.

Psalm 56: 3 Op de dag dat ik bang ben, vertrouw ik op U;

Efeze 4:26 Word je razend boos, zondig dan niet:

Paulus kon ook tobben.

1 Thessalonica 3: 5 Daarom kon ik het ook niet langer uithouden en zond hem om mij te vergewissen van jullie geloof, of de verzoeker jullie misschien verzocht had en onze inspanning vruchteloos zou geworden zijn.

Okay dus om te tobben.

Les 6 en wellicht de allerbelangrijkste: Besef wie de bron van jouw troost is.

2 Corinthe 1: 3 & 4 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, waarmee wijzelf door God vertroost worden.

Onthoudt bij alles:

Johannes 12:47 Ik ben niet gekomen om de wereld te oordelen, maar om de wereld te redden.
Om ons oordeel wordt dus helemaal niet gevraagd. Als de ander echt alle gelegenheid heeft gehad zich te uiten kunnen we wijzen op de troost die wijzelf van Vader ontvangen hebben.