

## Groeipunt 12-13: Vreugde-mildheid

Filippenzen 4:

<sup>4</sup> *Laat de Heer uw vreugde blijven; ik zeg u nogmaals: wees altijd verheugd.*

<sup>5</sup> *Laat iedereen u kennen als vriendelijke mensen. De Heer is nabij.*

Blijkens groeipunt 11 oriënteren christenen zich op Christus in de hemel. We zijn ervan overtuigd: Hij heeft het over ons te zeggen, door Hem bestaat de wereld nog altijd voort en Hij werkt aan de vernieuwing van alles. Als we door het geloof met Hem verbonden zijn, zorgt zijn Geest ervoor dat er velerlei vrucht bij ons groeit. Die vrucht komt aan de orde in groeipunt 12-16.

### Groeipunt 12: Vreugde

#### Vreugde als kernwoord

Vreugde is het kernwoord in Paulus' brief aan de Filippenzen. De apostel is blij met van alles: 'Ik dank mijn God altijd wanneer ik aan u denk, telkens wanneer ik voor u allen bid. Dat doe ik vol vreugde, omdat u vanaf de eerste dag tot nu toe hebt bijgedragen aan de verspreiding van het evangelie' (1:3-5). Paulus vertelt dat hij last heeft van concurrenten die hem in het nauw willen drijven, maar voor hem geldt: 'Christus wordt verkondigd. Of het nu uit valse of oprechte motieven gebeurt - dát het gebeurt verheugt me' (1:18). Op het moment dat hij z'n brief schrijft, zit hij gevangen; dan kan erop uitlopen dat hij terechtgesteld wordt, maar toch schrijft hij: 'Ook al zou mijn bloed als een offer worden uitgegoten, toch ben ik vol vreugde' (2:17).

Een paar keer spoort hij z'n lezers aan zijn vreugde te delen: 'Wees dus ook vol vreugde, samen met mij' (2:18); en: 'Voor het overige, broeders en zusters, laat de Heer uw vreugde blijven' (3:1) en ten slotte onze tekst: 'Laat de Heer uw vreugde blijven; ik zeg u nogmaals: wees altijd verheugd' (4:4).

#### Is Paulus' aansporing reëel?

Als het ons voor de wind gaat is het voor ons gemakkelijk aan Paulus' woord gehoor te geven. Verder zijn er montere naturen, die telkens zo maar blij kunnen zijn. Ook sombere mensen kunnen op bepaalde momenten een lichtpuntje zien.

Maar Paulus heeft het er nadrukkelijk over dat we áltijd verheugd moeten zijn, dus onder alle omstandigheden. Is dat wel reëel? Er komt immers van alles op ons af. In onze directe omgeving kunnen we te maken hebben met ernstige ziekte. We hebben misschien iemand verloren die ons na staat. Mogelijk is dat een kind van ons niet meer gelooft of dat het met ons werk niet goed gaat.

En wat gebeurt er niet in de verdere wereld: er vindt vreselijk geweld plaats, zoals in Afrika en in het Midden-Oosten. Er wordt armoede geleden, mensen kampen met honger of overlijden aan ernstige ziekten. Wat een ellende is er in de wereld.

We hebben dus herhaaldelijk reden om tranen in de ogen te hebben of een brok in de keel. We kunnen soms blijvend last hebben van pijn. Van dat alles word je bepaald niet vrolijk. Als Paulus dan toch zegt: 'Wees altijd vol vreugde', bewijst dat niet dat Paulus wereldvreemd is, oogkleppen voor heeft, zoals een predikant achter z'n bureau mooie dingen kan bedenken?

Nee, Paulus is reëel, want hij heeft aan den lijve ondervonden wat moeiten en verdriet zijn. Telkens had hij er last van dat hij jaren hiervoor de gemeente vervolgd had (vergelijk 3:6); hij wist dat Christus hem vergeven had, maar hij kon dat maar niet van zich afzetten. Ook zat het hem dwars dat de joden, z'n volksgenoten, niet allemaal voor Christus kozen; letterlijk schrijft hij: 'Ik heb u al vaak gezegd, en zeg nu zelfs met tranen in mijn ogen: velen leven als vijand van het kruis van Christus' (3:18).

Ook heeft Paulus tijdens z'n loopbaan als apostel verschrikkelijke ervaringen opgedaan. In een andere brief heeft hij er uitgebreid over geschreven: 'Door de Joden ben ik vijfmaal met veertig min één zweepslagen gestraft, ik ben driemaal met stokslagen gestraft, ik ben eenmaal met stenen bekogeld en heb driemaal schipbreuk geleden. Eén keer heb ik een heel etmaal op zee rondgedreven. Voortdurend was ik onderweg, bedreigd door rivieren, rovers, volksgenoten en vreemdelingen, in gevaar in de stad, in de woestijn, op zee en te midden van schijngevolgen. Ik heb gezwoegd en geploeterd, vaak zonder te slapen, hongerig en dorstig, vaak zonder te eten, verkleumd en zonder kleren' (2 Korintiërs 11: 24-27). Wij zouden zeggen: hij moet een getraumatiseerd mens zijn geweest. En in de tijd dat hij z'n brief aan de Filippenzen schreef zat hij gevangen. Wel kan hij schrijven: 'De Heer geeft mij het vertrouwen dat ik zelf spoedig kan komen' (2:24), maar, ik vermeldde het al: hij rekent met de mogelijkheid dat zijn bloed als een offer wordt uitgegoten, zoals hij letterlijk schrijft (2:17).

De apostel die dit alles heeft meegemaakt, spoort aan tot vreugde. Dan kan duidelijk zijn: die aansporing is niet afkomstig van iemand die wereldvreemd is, die luchthartig aan de problemen voorbijgaat, die goedkoop aanspoort 'kop op'. Dat maakt ook duidelijk dat Paulus geen gewone vreugde bedoelt.

#### Geen gewone vreugde

Gewone vreugde heeft te maken met je aard, met de stemming die je hebt of met de omstandigheden waarin je verkeert. Paulus bedoelt een heel bepaalde vreugde, een vreugde die de vrucht is van Christus' Geest, vreugde die er is als Gods Woord effect heeft op je leven. Daarom zegt Paulus ook: 'Laat de Heer uw vreugde blijven'; in de oude vertaling stond: 'Verheug u in de Heer'. Het gaat dus om vreugde vanwege de verbondenheid met Christus. Want de band met Christus is een geweldige rijkdom. Om zicht te krijgen op die rijkdom kun je twee aanduidingen gebruiken om Christus te typeren.

Allereerst kun je Christus onze advocaat noemen. Hij pleit voor de zijnen, met als resultaat: als we bij Hem horen, gaan we vrijuit. Geloof je in Christus, dan heeft dat dus grote betekenis. Allereerst voor nu: je hoeft geen angst meer te hebben voor God omdat je door je voortdurende falen schuldig staat tegenover Hem; je kunt er gerust op zijn: Hij kijkt met een vriendelijk gezicht naar je. En straks, aan het einde van je leven, ga je geen donker gat tegemoet, geen blijvende ontluistering, maar je stapt over in het licht, het eeuwige leven in Gods directe nabijheid.

We kunnen Christus ook koning noemen. Hij heeft alles in zijn hand. Al lijkt de geschiedenis bepaald door menselijk handelen en door toevalligheden, dat neemt niet weg dat Christus uiteindelijk greep heeft op alles. Nu dat zo is, kunnen we ons geborgen weten bij Hem. Geloof je in Christus, dan word je dus nooit een speelbal van het noodlot, een slachtoffer van de omstandigheden. Altijd val je onder Christus' zorg; Hij houdt je onderweg naar je eindbestemming. Wat Christus als koning ook doet, is dat Hij je de weg wijst op het gebied van goed en kwaad. Dat gebied is geen doolhof waarin jij zelf je weg moet zoeken; Christus als koning wijst je de koers, waardoor je op dit vlak houvast in handen hebt.

### **Vreugde als de grondtoon**

Als deze betekenis van Christus een stempel op je zet, wordt vreugde de grondtoon van je leven.

Natuurlijk, daarmee zijn de moeiten niet weg. Ook de Filippenzen kenden zorg: om Epafras, die ziek was want hoe zou het met hem aflopen; om Paulus, die gevangen zat; maar ook om zichzelf, want ze ondervonden moeiten om hun christen zijn. Ook wij maken van alles mee: we kunnen te kampen hebben met angsten, met depressies. We hebben misschien een teleurstelling ondervonden of een verlies geleden. Van dat alles kunnen we last hebben en pijn ondervinden. Dat betekent dat de vreugde om Christus een aangevochten vreugde is.

En toch is de vreugde onaantastbaar, want door de kracht van Christus' Geest heeft de band met Christus effect en dringt het tot ons door wat een rijkdom ons is geschonken.

Je zou dit kunnen vergelijken met orgelspel. Een organist kan z'n voet op één pedaal zetten, zodat die donkere toon het hele muziekstuk door klinkt, terwijl hij dan met z'n handen op het manueel speelt. Soms hoor je alleen de melodieën van het manueel, maar als je goed luistert bereikt toch telkens die donkere dragende toon jouw oren.

Zo ook hier. Soms is ons leven vreugdeloos vanwege onze moeiten, waardoor we tijdelijk geen kleur in ons leven ontdekken. Dat geeft aan dat deze vreugde ons niet komt aanwaaien. We moeten werken aan die vreugde. Dat kunnen we doen door Christus' woord al meer beslag op ons te laten leggen.

Maar dan gebeurt het dat een voortdurende vreugde aanwezig is en dat die gaat groeien. Dat alles door ons besef: 'Christus is er. Ik mag bij Hem mag horen.' De omstandigheden mogen ons soms intense pijn bezorgen, maar telkens raakt het je: 'Ik ben verbonden met Christus. Wat ben ik bevoorrecht!'

## **Groeipunt 13: Mildheid**

Paulus roept ons op vriendelijk te zijn. Er zijn ook andere vertalingen van dit woord mogelijk: inschikkelijk, mild, zachtmoedig, vredelievend. Ik gebruik nu vooral het woord mild.

### **Wat is mildheid?**

Als je mild bent, ben je geen scherp-slijper. Je wilt het niet per se zo hebben en niet anders. Ook laat je jezelf niet gelden. In plaats daarvan ben je toegeeflijk, ruimhartig.

Mogelijk heeft de ander ongelijk en jij gelijk, maar mildheid betekent dat je niet steeds dat gelijk wilt krijgen; je laat je gelijk lopen.

Mogelijk is jou onrecht aangedaan, maar je wilt niet beslist dat de ander op de knieën gaat, dat je eerherstel krijgt. Je kunt het verdragen dat dit niet gaat gebeuren.

Deze mildheid is moeilijk, want het kan tegen onze aard indruisen. Maar Paulus' oproep tot mildheid spoort met de gouden regel die Christus ons gegeven heeft: 'Je moet de ander zo behandelen als jij door die ander behandeld wil worden' (Matteüs 7:12).

### **Onbegrensd?**

Dit roept vragen op: moeten we met ons laten sollen, moeten we over ons heen laten lopen? Dat zou betekenen dat door ons het kwaad niet wordt gestuit, en dat is geen goede zaak.

Stel dat je in je huwelijk elkaar nooit corrigeert of dat je jezelf nooit kwaad maakt; dat lijkt heel aardig, maar dan ontstaat er wel scheefgroei in je relatie. Stel ook dat ouders hun kind nooit kritisch commentaar geven, nooit tegengas bieden; dan kun je raden dat zo'n kind tot een onaangename volwassene zal opgroeien. Zo kun je pleiten voor een vriendelijke inclusieve kerk, die ervoor kiest geen tucht toe te passen, dus niemand meer op z'n ideeën of gedragingen aan te spreken; het gevolg daarvan zou zijn dat die kerk gaat verwateren en zich niet meer van haar omgeving onderscheidt. En als de overheid niet meer de politie zou inzetten of de politie zou verbieden ooit geweld te gebruiken, zou de samenleving onvermijdelijk een chaos worden.

Dit alles geeft aan dat je bij het toepassen van mildheid rekening moet houden met grenzen.

### **Grenzen**

De eerste grens die je in acht moet nemen is Gods gebod, de band met Christus. Daaraan mag je nooit tekortdoen. Allereerst zelf niet: je moet God meer gehoorzamen dan mensen, ook al komt dat misschien niet zo vriendelijk over. Dat hebben de apostelen zelf ook waargemaakt. Toen de kerkleiders in Jeruzalem hen opdroegen voortaan te zwijgen over Jezus, weigerden ze dat pertinent, hoeveel woede dat ook bij die kerkleiders opriep (Handelingen 4:18-21; 5:27-33; vergelijk 23:1-2).

Daarnaast moet je de ander geen ruimte geven dat die jou overhaalt iets verkeerd te doen. Dezelfde Paulus die oproept dat onze vriendelijkheid alle mensen bekend moet zijn, schrijft in z'n brief ook: 'Pas op voor die honden met hun kwalijke praktijken, pas op voor die versnijdenis van ze!' (3:2). En over degene die de Galaten een ander Evangelie zou willen brengen zegt hij zelfs tweemaal: 'Vervloekt is hij' (Gal.1:8-9).

We moeten dus wel mild zijn en daarom de ander vaak laten geworden, maar we moeten daarbij trouw blijven aan Christus en zijn Woord. Daar moeten we onwrikbaar aan vast houden.

De tweede grens is onze taak. Daar valt niet alleen ons dagelijks werk thuis of buitenshuis onder maar evengoed ons zelfbeheer, het zorgen voor je gezondheid en welzijn. We hebben soms de neiging die los van God te benaderen. Ten onrechte want we moeten ons realiseren dat we altijd voor God staan. De bezigheden die we hebben moeten we dan ook verrichten in afhankelijkheid van God. En door goed zelfbeheer doen we recht aan onszelf als schepsel van God.

Dat maakt duidelijk dat we voor onszelf mogen opkomen, ook al neemt niet iedereen jou dat in dank af. Een prachtig voorbeeld hiervan is door Paulus zelf gegeven. Op een gegeven moment werd hij in Filippi gegrepen, gezeseld en gevangen gezet. De volgende dag kwam een afvaardiging van de overheid vertellen: 'Jullie zijn weer vrij.' En hoe reageert Paulus hierop? Laat hij deze mensen z'n vriendelijkheid merken, vanuit de gedachte: 'We zijn wel niet eerlijk behandeld, maar ja...'? In het boek Handelingen wordt ons iets heel anders verteld over Paulus' reactie: 'Ze hebben ons zonder vorm van proces in het openbaar stokslagen laten geven, hoewel we Romeins staatsburger zijn. Daarna hebben ze ons in de gevangenis opgesloten, en nu willen ze ons heimelijk laten gaan? Geen sprake van! Laat ze zelf maar komen om ons vrij te laten!' (Handelingen 16:37). Paulus eist dus publiek eerherstel. Waarom doet hij dat? Niet om hemzelf, omdat hij verontwaardigd is of omdat hij de overheid een hak wil zetten. Hij staat op z'n strepen vanwege z'n taak tegenover de gemeente in Filippi. De gemeente had schade opgelopen doordat haar voorgangers gevangen waren gezet. Maar Paulus wilde bereiken dat de gemeente in de stad weer alle ruimte zou krijgen en daarom eiste hij dat de overheid publiek zou terugkrabbelen.

Als we het over mildheid hebben, zijn er dus grenzen. Het vereist wijsheid om die grenzen te kunnen bepalen: 'Wanneer moet ik wat zeggen of doen?' Maar voor de rest geldt dat we mild, vriendelijk moeten zijn. Die opstelling is geen bewijs van zwakte of een gebrek aan karakter; het betekent niet dat je willoos de weg van de minste weerstand volgt. Nee, deze mildheid vergt een keuze. Je maakt een afweging: 'Wat zal ik in deze situatie wel of niet doen?' Daarbij moet je soms jezelf overwinnen. Het is maar goed dat we God om de nodige wijsheid kunnen vragen.

### **Mildheid is op te brengen**

Waardoor kunnen we deze mildheid opbrengen? Daarvoor moeten we naar Christus kijken. Over Hem kunnen twee feiten vermeld worden.

Allereerst is van belang dat Hij op dit moment in de hemel troont. Hij is daar onze bron van vreugde; door Hem als onze advocaat en koning beschikken wij over onvoorstelbare rijkdom. In vergelijking daarmee is het ongelijk dat ik krijg, het onrecht dat mij is aangedaan, het gemene dat mij is geleverd minder belangrijk. Verbonden met Christus hebben we er geen interesse in om ons ego centraal te plaatsen, ons gelijk te halen, de ander klein te krijgen. Want we zijn ervan doordrongen: als we alles op alles zouden zetten om ons recht te krijgen, kan het zomaar gebeuren dat we onze vreugde over Christus kwijtraken, dat we bittere mensen worden. En dat is het niet waard.

Daarnaast is van groot belang dat Christus terugkomt. In de tekst staat het zo: 'De Heer is nabij'. Het mag zo'n 1970 jaar geleden zijn dat Paulus dit heeft opgeschreven en daardoor kan het lijken dat er van Christus' terugkeer niks terecht komt. Maar daar moeten we ons niet op verkijken, want Gods tijdrekening werkt natuurlijk anders dan die van ons. Daarom kunnen we er zeker van zijn: Christus komt terug. Dat is een bemoedigende realiteit voor ons. Want als we bij Christus horen, betekent zijn aanstaande terugkeer dat we een glorieuze toekomst tegemoet gaan. Paulus zegt het zo: vanuit de hemel 'verwachten wij onze redder, de Heer Jezus Christus. Met de kracht waarmee Hij in staat is alles aan zich te onderwerpen, zal hij ons armzalig lichaam gelijk maken aan zijn verheerlijkt lichaam' (Filippenzen 3:20-21). Vanaf die tijd gaan we het eveneens ondervinden dat we erfgenaam zijn van de wereld (Romeinen 8:17); sterker nog: we gaan dan met Christus meeregeren over de nieuwe wereld (Openbaring 3:21; 22:5).

Om dié toekomst bijten we ons niet vast in het ongelijk, het onrecht, het gemene waarmee we te maken krijgen; die zijn maar beperkt qua tijd. Eens zal al die ellende voorbij zijn. Dan komen we volop tot ons recht en zullen we deel hebben aan de goddelijke glorie. En dat overtreft al het nare van nu.

Dat maakt het ons mogelijk veel te verdragen en te vergeven. Verbonden met Christus kunnen we ontspannen zijn over wat ons is aangedaan, hoe erg dat ook mag zijn geweest. De band met Christus maakt het ons mogelijk dat we niet afhankelijk zijn van het hier-en-nu. Wij hoeven niet per se in dit leven aan onze trekken te komen. Het hier-en-nu is nu eenmaal niet het een-en-al. Onze tijd komt, want die is Christus' tijd.

Als Christus op deze manier een stempel zet op ons leven, wordt in ons gedrag mildheid een rode draad. Er bestaat meer dan wat ons overkomt aan verdriet en onrecht. Geraakt door Christus kun je verder kijken dan tot jezelf en heb je geen drang meer gelijkhebberig te zijn maar kun je juist mild zijn.