

## Zondag 17: De Geest van de levende Christus bevrijdt ons van angst

Vraag 45:

Wat is voor ons de waarde van de opstanding van Christus?

Antwoord:

Ten eerste heeft Hij door zijn opstanding de dood overwonnen, om ons te doen delen in de gerechtigheid, die Hij door zijn dood voor ons had verworven. Ten tweede worden ook wij door zijn kracht nu al opgewekt tot een nieuw leven. Ten derde is de opstanding van Christus voor ons een onderpand van onze opstanding in heerlijkheid.

### Antwoord 45 in een andere weergave

Daardoor kan de Geest van de levende Christus werkzaam zijn in ons voordeel:

- Als levende Christus laat Hij ons door zijn Geest delen in de gerechtigheid, dus geen angst voor straf, = 1 Johannes 4:17-18.
- Als levende Christus wekt Hij ons door de kracht van zijn Geest op tot een nieuw leven, dus geen angst om te falen, = Romeinen 8:14-15.
- Als levende Christus is Hij een garantie van onze opstanding, de tijd dat zijn Geest ons compleet beheerst, dus geen angst voor de dood, = Hebrëeën 2:14-15.

### 1 Johannes 4: geen angst voor straf

<sup>17</sup> Zo is de liefde bij ons werkelijkheid geworden, en daardoor kunnen we op de dag van het oordeel vol vertrouwen zijn, want hoewel wij nog in deze wereld zijn, zijn we als Jezus.

<sup>18</sup> De liefde laat geen ruimte voor angst; volmaakte liefde sluit angst uit, want angst veronderstelt straf. In iemand die angst kent, is de liefde geen werkelijkheid geworden.

### Romeinen 8: geen angst om te falen

<sup>14</sup> Allen die door de Geest van God worden geleid, zijn kinderen van God.

<sup>15</sup> U hebt de Geest niet ontvangen om opnieuw als slaven in angst te leven, u hebt de Geest ontvangen om Gods kinderen te zijn, en om hem te kunnen aanroepen met 'Abba, Vader'.

### Hebrëeën 2: geen angst voor de dood

<sup>14</sup> Omdat die kinderen mensen zijn van vlees en bloed, is de Zoon een mens geworden als zij om door zijn dood definitief af te rekenen met de heerser over de dood, de duivel,

<sup>15</sup> en zo allen te bevrijden die slaaf waren van hun levenslange angst voor de dood.

## Inleiding: angst

Een basis-emotie van mensen is angst. Kinderen zijn daar al mee vertrouwd. Toen ik klein was bijvoorbeeld, had ik vaak last van angstdromen. Daarin gebeurden akelige dingen, terwijl ik vaak werd achtervolgd. Ik denk dat de meeste kinderen daar last van hebben. Dat is wel opmerkelijk: we zitten hier allemaal rustig in de kerk, maar 's nachts hebben tientallen van ons last van angst. Dat is heel begrijpelijk, want als kind ben je jong, kwetsbaar en heel gevoelig. En juist in die tijd maak je heel enge dingen mee: thuis, voor tv en op straat. Geen wonder dat dit terugkeert in je dromen.

Maar ook volwassen mensen kennen angst. Zo kom ik ze wel tegen die eigenlijk niet in therapie durven gaan, omdat ze bang zijn voor wat er aan problemen en verdriet los zal komen en voor wat ze misschien kwijt zullen raken. Ook kunnen mensen angstig worden als ze bedenken wat voor vervelends ze tegemoet gaan, bijvoorbeeld: een moeilijk gesprek, een uitslag van de specialist, een operatie.

Diep in ons kan eveneens de angst zitten om te leven. Want er is in ons bestaan zoveel bang-makende onzekerheid: 'Blijf ik wel gezond? Hoe gaat het met m'n baan? Wat gebeurt er met m'n vrouw, m'n man? Wat gaat er gebeuren met m'n kind?' Even zoveel kansen om intens verdriet te krijgen. En wanneer is het zover dat zo'n verdriet jou bereikt?

Kortom, we hebben allemaal met angst te maken. Niemand is er vrij van, je hebt het in je lijf zitten.

Maar nu is de boodschap van Pinksteren: de Geest van de levende Christus bezorgt ons bevrijding van angst.

Het is waar, geen bevrijding van alle angsten. Zolang Christus nog niet terug is, maakt angst deel uit van ons leven. We ondervinden zo telkens dat we niet meer in het paradijs leven. Maar Christus' Geest bevrijdt ons wel van fundamentele angsten: de angst voor Gods straf, de angst om tegenover God te falen en de angst voor de dood. Daardoor hoeven de blijvende angsten niet het een en al te zijn in ons leven. Beslissend is dat God er is en dat Hij zijn beschermende armen om ons heen slaat. Voor ons mag dus bepalend zijn dat we bij God geborgen zijn.

## 1 Angst voor straf

Soms wordt wel eens gemeend: 'Angst voor Gods straf komt tegenwoordig niet meer voor. Ja, in de tijd van Luther, toen zaten mensen daarmee.' Daar zit een kern van waarheid in. Luther was bang voor God. Voor hem was dé vraag van z'n leven: 'Hoe krijg ik een genadig God?' Hij zette alles op alles om ervoor te zorgen dat God hem gunstig gezind was. Dat was eigen aan die tijd. Denk maar aan de kunst. Hoe vaak kom je geen angstaanjagende afbeeldingen tegen van het laatste oordeel en van de hel. Onze tijd is anders. Voor ons is dé vraag: 'Hoe krijg ik een mooi leven?' We doen dan ook ons uiterste best om het leuk te hebben.

Toch bestaat er nog altijd terdege angst voor God. Zo kom ik jongeren tegen die maar een dun lijntje met de kerk hebben maar die dit lijntje toch per se niet willen doorknippen, soms met het argument: 'Je weet maar nooit...' Of: mensen kijken kritisch naar zichzelf, denken daarbij aan God en krijgen dan het zweet op de rug: 'Ik zou wel eens naar de hel kunnen gaan!' Ook komt het voor dat er erge dingen gebeuren in het leven van mensen en dat ze in reactie daarop denken: 'Dit is vast een straf van God. Ik heb niet m'n uiterste best gedaan.'

In dit alles zit iets goeds. Natuurlijk, er zit ook kromme theologie bij, alsof Gods gunst afhankelijk zou zijn van onze prestaties; of dat God grillig kan toeslaan in ons leven, met als gevolg dat je altijd onzeker blijft over je wel en wee. Maar heel terecht wordt beseft: onze tekorten zijn niet niks, we kunnen ze onmogelijk wegstoppen, want ze zijn een ernstige zaak. En ook: het foute van ons bereikt God en Hij kijkt dan niet weg; het roept zijn toorn op. Angst voor Gods straf is dus heel reëel: we hebben ook straf verdiend.

Maar de Geest van de levende Christus bevrijdt ons van deze angst. En hoe doet Hij dat? Met behulp van het Woord vestigt Hij onze aandacht op Christus. Die heeft onze tekorten op zijn schouders genomen. Daardoor is Christus met onze schulden door het leven gegaan. Ook heeft Hij zich blootgesteld aan Gods toorn. Hij is er dus niet gespitst op geweest om een prettig leven te hebben. Hij is gekomen om te dienen, zoals Hij zelf zei, en daarin is Hij heel ver gegaan: tot en met het kruis.

Als wij ons met deze boodschap bezighouden, stimuleert Christus' Geest ons te geloven. Hij zegt als het ware tegen ons: 'Erken dat je het van Christus moet hebben. Koester je in de warmte van Gods liefde. Strek je handen uit naar wat Christus op Golgota heeft bereikt!'

Het zou dwaas zijn als we ons daarvoor zouden afsluiten of daarover de schouders zouden ophalen. Dan zouden we terecht door angst overvallen worden: 'Stel dat we straks voor God moeten verschijnen...' Maar als je, al is het met vallen en opstaan, je vastklampt aan Christus, dan hoef je geen angst voor straf meer te hebben. Die straf is dan helemaal van de baan.

De Geest van de levende Christus maakt het ons dus mogelijk dat we genieten van onze vrijspraak.

Het is inderdaad terecht dat we onze tekorten en Gods toorn serieus nemen. Want als er niet meer zou zijn, zouden die onze ondergang betekenen. Kijken we in de spiegel naar onszelf, dan worden we onvermijdelijk ontmoedigd - als we eerlijk zijn tenminste. Want dan dringt het zich aan ons op: we hebben Gods gunst verspeeld.

Maar als we door de Geest bij Christus horen, kunnen we vol vertrouwen zijn: God beschouwt ons als onschuldig. We zijn goed af bij Hem.

## **2 Angst om te falen**

Faalangst komt veel voor. Allereerst in het dagelijks leven. Zo hebben mensen soms chronisch een negatieve kijk op wat ze kunnen. Als ze iets moeten doen, hebben ze het gevoel in hun lijf: 'Dat kan ik niet. Dat lukt me nooit. Het wordt allemaal niks!' Of er zit een stemmetje in hun hoofd die dat tegen hen zegt: 'Dat kun jij niet. Stop er maar mee, want het gaat je vast niet lukken!'

Soms is die negatieve kijk voor een deel terecht. Je kunt immers zo onwijs zijn dat je meer op je neemt dan je aankunt. Dan word je terecht door jezelf gecorrigeerd. Maar vaak is die angst om te falen misplaatst, omdat je iets best kunt. Dan heb je het jezelf aangepreemd dat je het niet kunt, of dat stemmetje-in-je is een echo van wat je thuis te horen kreeg. Faalangst kan destructief werken op je beleving van je leven. Nooit kun je blij zijn met wat je kunt of bereikt.

Deze faalangst kan ook voorkomen in het leven met God. Zo zijn veel christenen chronisch onzeker over hun christen-zijn: 'Ik doe te weinig aan bijbellezen, ik bid te weinig. En als ik het al doe, doe ik het niet betrokken genoeg. Ook is de uitstraling van m'n christen-zijn wel erg schamel: ik heb gefaald in de geloofsopvoeding van m'n kinderen, tegenover m'n burens, m'n collega's.' Zulke uitspraken zijn geen onzin. Als je echt beseft wat de betekenis is van Gods liefde voor jou, dan moet je wel concluderen: 'Over m'n reactie hierop moet ik me schamen.' Met ons christen-zijn staan we inderdaad ver af van de volmaaktheid; het is alleen een pover begin.

Angst om te falen is dus heel reëel. Het is nu eenmaal een feit dat ons christen-zijn benedenmaats is.

Maar de Geest van de levende Christus bevrijdt ons van deze angst. Met behulp van het Woord vestigt Hij onze aandacht op Christus. Hij is de Zoon van God, maar deze positie houdt Hij niet angstvallig voor zich. Integendeel, het is zijn bedoeling ons als het ware mee te nemen naar zijn Vader: 'Ik wil hen een plek geven in ons gezin!'

Als wij ons met deze boodschap bezighouden, legt de Geest een verbinding met Christus. Daardoor krijgen we een unieke positie: we zijn niet alleen maar mensen, we zijn Gods kinderen. Beslissend is daarbij niet ons falen maar dat we dank zij Christus deze plek bij God hebben.

Ook heeft dit effect op ons gedrag. Het is waar, ons christelijk gedrag is vaak niet erg indrukwekkend. Telkens weer gaan we in de fout, maar dat begin is er toch maar: meer dan je van mensen zou verwachten.

Daarom hoeft er geen angst meer te zijn om tegenover God te falen: al gaan we door met falen, dat doet geen afbreuk aan onze positie en aan het begin van toewijding dat er toch maar is.

Zo maakt de Geest van de levende Christus het mogelijk dat we genieten van onze vernieuwing. Op zichzelf is het terecht bang te zijn om te kort te schieten, want we doen nooit genoeg. Maar daarmee focussen we op de wet, op wat we moeten. Dan word je wanhopig. Maar als de Geest ons met Christus verbonden heeft, is het allemaal fundamenteel anders: we zijn zoon of dochter van God en we zijn, hoe dan ook, in beweging richting het goede.

### **3 Angst voor de dood**

Deze angst is een feit. Natuurlijk, we zijn er meester in om die angst te verbloemen. Dat doen we bijvoorbeeld door te beweren dat de dood bij het leven hoort. Ook komt het voor dat mensen van een begrafenis een feestje maken, alsof er niks aan de hand zou zijn. Dit alles maakt niet ongedaan dat de dood angstaanjagend is. Alleen al om de weg erheen: die kan getekend worden door aftakeling, door pijn, benauwdheid. En hoe vreselijk is het effect van de dood: alles wat je dierbaar is, moet je dan loslaten, je laat het voorgoed achter je.

Angst voor de dood is dus reëel: het is ook een ingrijpend gebeuren.

Maar de Geest van de levende Christus bevrijdt ons van deze angst. Met behulp van het Woord vestigt Hij onze aandacht op Christus. En van Hem geldt dat Hij de dood heeft overwonnen.

Eigenlijk heel speciaal: ergens in onze werkelijkheid bevindt zich een persoon wiens menselijk lichaam al 2000 jaar de dood achter zich heeft gelaten. En dat heeft betekenis voor ons, want Christus' levende lichaam is voor ons een belofte, een garantie: de dood heeft het niet voor het zeggen.

Als wij ons met deze boodschap bezighouden, geeft de Geest ons houvast aan Christus, de levende Christus. We kunnen het niet bewijzen, maar gezien de kracht van Christus' Geest is het toch geen probleem het te geloven: Christus leeft. Verbonden met deze Christus weten we eveneens dat zijn levend-wording een voorproef is van onze herleving. Ons lichamelijk bestaan gaat ongekende glorie tegemoet, de tijd dat er geen dood meer is, geen verderf, geen tranen en pijn, kortom: de hemel op aarde.

De Geest van de levende Christus maakt het ons zo mogelijk te genieten van onze toekomst. Op zich is het heel begrijpelijk dat we soms overvallen worden door angst voor de dood. Het leven kent immers z'n duistere kanten. Toch kan het voor ons vaststaan: God heeft iets groots voor ons in petto: perfecte lichamelijkheid, een tijd dat we tot en met ons lichaam door Christus' Geest bezielde worden.

#### **1-4 Slot**

Zo bezorgt de Geest van de levende Christus ons bevrijding van angst. Toegegeven: alle angsten raken we niet kwijt. Ons leven is vaak een geteisterd leven. Maar fundamentele angsten hoeven er niet meer te zijn: geen angst meer voor Gods straf, want er is vrijspraak; geen angst meer om te falen tegenover God, want daar is onze vernieuwing; ten slotte geen angst meer voor de dood, want we hebben toekomst.

Zo kunnen we ons te midden van onze blijvende angsten geborgen weten bij onze hemelse Vader. Dit dank zij de levende Christus en zijn Geest.