

Matt 6, 5-6
Votum/groet; LB 283; gebed; inl preek; lezen Matt 6, 1-8; Ps 27: 3; preek; In deze stilte (luistermoment https://www.youtube.com/watch?v=0jvy6oezZGY); gebed; gelbel WK 304; collecte; WK 454: 1, 2, 4; zegen
Bergschenhoek 8.9.2019

Deze preek hoort bij een tweeluik over 'stilte'. De andere preek is er een over Psalm 65: 2. Ook los te gebruiken.

Mag ik even stilte? dia

Mag ik even stilte? Deze vraag heb ik boven de preek van vandaag gezet. Vroeger maakte je nog wel eens mee dat iemand hiermee om stilte vroeg zodat er door hemzelf of door anderen bijvoorbeeld een gebed kon worden uitgesproken. Mag ik even stilte? Om stilte moet gevraagd worden. Stilte is er blijkbaar niet automatisch. Geluid, drukte, lawaai, bezig zijn, gepraat om je heen en van jezelf – dat is normaal. Stilte niet. *Hoe maak jij ruimte voor stilte in jouw leven?* Hoe zorg jij in jouw leven met alles wat er gebeurt voor momenten van rust, afzondering, stil worden, jij alleen met God? Daar wil ik het over hebben vandaag. We lezen eerst Matteüs 6, 1-8.

Kun je even stil zijn? dia

Maar, waarom zou je stil willen zijn? Is het nodig om stilte, rust en afzondering te zoeken, tijd maken om met God te zijn, en zo ja, waarom? Ja, dat denk ik wel.¹ En ik kan dat heel kort neerzetten aan de hand van de tekst op de beamer. Dia Dit staat er. *'Dit is een stukje tekst zonder spaties. Zo'n tekst is moeilijk te lezen, vind je niet? Een woordenbrij. Wat je mist zijn spaties. Letterlijk betekent 'spatie' ruimte. Dankzij opengelaten ruimtes wordt een tekst leesbaar. Stel je voor dat jouw leven een tekst is. Zitten er dan ook spaties in, opengelaten ruimtes? Als je alles aan elkaar vast plakt, krijg je zo'n tekst zonder spaties. Een tekst zonder spaties is onleesbaar. Een leven zonder spaties is onleefbaar. Dus, zorg voor spaties in je leven, open ruimtes. Daarom is stilte belangrijk. Hoe zorg jij voor spaties in jouw leven?'*²

¹ Als deze preek wordt gelezen icm die over Ps 65, 2 dus als tweede in een kleine serie kun je hier naar die preek verwijzen: 'Vorige week ging het nav Psalm 65, 2 over de vraag: kun je even stil zijn. Toen ging het erover dat God gebruik maakt van stilte om te spreken tot jouw en mijn hart. Als je de preek over Psalm 65, 2 gemist hebt, dan geeft dat niet, want ik kan het belang van stilte in ons leven met God ook heel kort neerzetten aan de hand van de tekst op de beamer'.

² Beeld is ontleend aan een artikel van Jos Douma in OnderWeg nr 5, jg 5, 'Kun je even stil zijn?'

We vinden het moeilijk, maar het is erg nodig dia

Stilte is dus belangrijk. Noodzakelijke spaties in de tekst van jouw leven. Het is één ding om te zeggen, maar iets anders om te doen. Stilte maken en stilte tijd inrichten. Tijd van jou met God. Hoe doe je dat? Wat doe je, bidden, Bijbellezen, wel of niet, in welke vorm... Ik heb nog niet vaak iemand gehoord die tevreden was over de manier waarop hij of zij dat deed. Ik hoor altijd iets van schuldgevoel. 'Het zou eigenlijk beter en meer moeten'. 'Ik heb er geen tijd voor'. 'Het lukt me niet'. Geloof me, ik herken het. En dus is het heel lang iets voor mij geweest dat mij op de nek ging zitten. Een last. Iets dat schuldgevoel geeft. Hoe kom je daar los van? Want dat kan toch niet de bedoeling zijn: dat het een last is, in plaats van een moment van opladen, herademen.

De tijd waarin wij leven maakt het niet makkelijk. We hebben het druk, druk, druk. Bezig van 's morgens vroeg tot 's avonds laat. Altijd wat te doen. Overal prikkels. Overal geluid. Van alle kanten is er druk. Werk. Gezin. Kerk. Waar haal je de tijd vandaan om stil te zijn voor God? Sommigen lukt het. Maar dat zijn dan een soort supergelovigen. En misschien heb jij er niks mee, stil zitten, stil zijn, jezelf afzonderen... Wat voor de een werkt, hoeft dat voor een ander nog niet te doen. Dus het blijft erbij. En ondertussen dendert je leven in dezelfde vaart maar door...

dia We vinden het moeilijk, maar tegelijk is het erg nodig. Misschien wel meer dan ooit. Juist *omdat* onze tijd zo is. Zo druk, jachtig en vol met prikkels en geluiden. De social media waar je op *moet* reageren. Onze demanding jobs waarin je overeind *moet* blijven. Onze drukke gezinnen. Er is zoveel tempo en activiteit. Allemaal prima op zich. Maar juist in zo'n tijd is het nodig om op zijn tijd te 'vertragen', vind ik³. Meer dan ooit. Zorgen voor spaties. Ruimte maken – voor rust, voor stilte, voor jij alleen met God. *Stilte als tegenhanger tegen alles op je afkomt*⁴. Want een leven zonder stiltemomenten is onleefbaar, zoals een tekst zonder spaties onleesbaar is...

Wat zegt Jezus over stilte zoeken? dia

Laat Jezus ons iets mogen aandragen... Wat zegt Hij over stilte zoeken in Matteüs 6, 1-8? Ik haal er drie dingen uit.

dia Om te beginnen zegt Jezus: *het is iets tussen jou en God*. Dat ontspant al meteen vind ik... Hou het in je binnenkamer, zegt Jezus. Je hoeft er niet de publiciteit mee te zoeken. Kennelijk gebeurde dat in Jezus' tijd. Mensen die stonden te bidden op de hoeken en de pleinen. Kijk mij gelovig zijn. Ongetwijfeld werd er tegen opgekeken door anderen. Want zo gaat dat. Hoe hij of zij het doet, dat is pas goed en sterk. Ik kan dat niet, wat slecht van mij... Nee dus, zegt Jezus. Het is niet een prestige-dingetje, iets om er indruk mee te maken op anderen of zo.

³ Vgl. Daan Roovers in ND 27-3-2019, de denker des vaderlands, die Hannah Arendt aanhaalt: 'We zijn steeds maar bezig en nemen geen tijd om stil te staan'.

⁴ Tjitske Volkerink in OnderWeg jg 5, nr 5 'Kun je even stil zijn?', p. 10.

Het is iets tussen jou en God. Er is ruimte om het op jouw manier te doen. Kies maar gerust de vorm die past bij jou en bij jouw band met God. Wat voor de een werkt hoeft dat niet te doen voor de ander.

dia Het volgende: *zoek afzondering*. Alleen jij en God. Sluit je af voor mensen. Voor prikkels van buiten. Ga in de binnenkamer, zegt Jezus. In Jezus' tijd was dat vermoedelijk een soort bergruimte. De enige ruimte die op slot kon in de huizen van toen. Ga dààr bidden, zegt Jezus. In het berghok. In afzondering dus. Daar waar je echt alleen kunt zijn, jij met God. Waar is dat voor jou en mij vandaag? Ruimte waar je op jezelf bent. Jouw kamer. Maar een plek in de natuur kan ook. Een rustige plek zonder prikkels. Tv uit, telefoon uit, even niet bereikbaar. Dan ontmoet je God in je binnenkamer. In jouw hart. Jouw hart wordt jouw *innerlijke heiligdom*. Als het stil van buiten is, kan het stil worden in jezelf. En kun je alleen zijn, jij met God.

dia En het laatste: *hou het simpel*. Gebruik geen overvloed aan woorden, zegt Jezus. Bijna letterlijk zegt Hij: geen bla-bla. Tijd met God zit 'm niet in woorden. Misschien zou je zelfs moeten beginnen met gewoon niks zeggen. En *als* je wat zegt, hou het simpel en eenvoudig. *Less is more*. Wij denken vaak: bidden is praten met God. Tijd met God moet met woorden worden gevuld. Waar het om gaat is: samen zijn met God. Jezus noemt God jullie Vader die in het verborgene *is* en *ziet*. Niet: die in het verborgene spreekt en luistert. *Is en ziet*. Het gaat om zijn en zien. Jouw woorden zijn niet het belangrijkste. God weet toch al wat je wil zeggen. Zeg een tijd niks. Kun je stil zijn, met God zijn, zonder woorden?

Zonder binnenkamer geen buitenleven **dia**

Dat zegt Jezus over de binnenkamer. Maar wat wil Jezus hier nou mee? Wil Hij graag dat we een teruggetrokken leven gaan leiden, de binnenkamer in, en het leven buiten meer aan ons voorbij laten gaan?⁵ Wat blijft er nog over van wat Jezus heeft gezegd in Matteüs 5: Laat je licht schijnen voor de mensen, wees overvloedig in je gerechtigheid, wees volmaakte mensen zoals je hemelse Vader volmaakt is? Doet dat er niet meer toe?

Nou, zeker wel. Matteüs 5 en 6 horen bij elkaar. De dingen van Matteüs 5 gebeuren allemaal buiten, zichtbaar voor andere mensen. Maar Matteüs 5 kan pas als er een Matteüs 6 is. Geen leven buiten zonder afzondering binnen. Zo horen ze bij elkaar. Zoals je telefoon ook van tijd tot aan de oplader moet. De batterij vol. Anders staat ie leeg en valt ie uit. *Zonder binnenkamer geen buitenleven*. Zo noem ik dat. Tijd met God, spatie-tijd, rust – waarom? Tijd in de binnenkamer is nodig om in het buitenleven je licht te laten schijnen voor de mensen en volmaakt te zijn zoals je hemelse Vader volmaakt is. Of: om een leesbare brief van Christus te zijn heb je spaties nodig...

⁵ Met een moeilijk woord: quiëtisme (vgl. Luigi Gioia, Aangeraakt door God).

En nu jij **dia**

Misschien zeg je: de hamvraag. Hoe dan? Zeg me wat ik moet doen en hoe ik het moet doen. Nou, ga er alsjeblieft *zelf* mee aan het werk in jouw eigen binnenkamer. Het is tijd van jou en God immers. Wat voor de een werkt hoeft het voor jou nog niet te doen. Ik geef geen recept, alleen wat bouwsteentjes...

dia *Laat er iets van regelmaat zijn.* Als iets dat hoort bij je leven. Elke dag? Elke avond? Nou, dat weet ik niet. Misschien werkt voor jou elke week beter, eens in de week. Of nu eens een tijd meer en dan weer minder. Vermijd dat het je op de nek gaat zitten of dat het een schuldgevoel geeft. Het hoeft nou ook weer geen rooster te zijn. Ik heb met Nienke ook geen rooster afgesproken van de momenten dat we contact hebben, in gesprek zijn. Soms raak je nauwelijks uitgepraat, andere momenten heb je meer je eigen dingen. Jouw contact met God hoeft ook niet volgens een rooster te gaan.

dia *Alle begin is moeilijk.* Zeker als het nieuw voor je is. Vergelijk het met trainen voor een halve marathon of zo. In het begin doet het alleen maar pijn. Schreeuwt alles in je: kap hiermee. Misschien is dat hiermee ook wel zo in het begin. Wat ben ik aan het doen? Wat schiet ik ermee op? Geef het tijd. Ik las laatst dat het gemiddeld twee maanden duurt om te wennen aan een nieuwe gewoonte.

dia *Kies de vorm die bij je past.* Dat zei ik eerder al. Het gaat om jouw binnenkamer. Het gaat om jij met God. Laat je niet opjagen door wat anderen zeggen of doen. Het is jouw tijd met God. Sommigen vinden het fijn om veel te praten. Misschien heb jij meer aan luisteren. Of aan muziek. Of aan gewoon stil zijn. De een zit op de bank. Misschien ga jij liever wandelen in de natuur. Ook goed. Durf los te laten dat je iets moet doen of iets moet zeggen. Het gaat om zijn. Om aanwezigheid. Om nabijheid. Woorden kunnen helpen, maar soms ook niet. Soms zijn ze niet nodig. Soms staan ze nabijheid in de weg.

dia Als ze er maar zijn, zou ik zeggen, spaties in je leven. Kleine momenten misschien. Maar toch intiem. Momenten waarin je weet, voelt en beseft, met of zonder woorden: God is er en Hij heeft mij lief, wie ben ik zonder Hem? Koester de momenten die er zijn. Kijk niet steeds naar wat er beter kan. Wees blij met wat er is. Geniet van de nabijheid van God, jouw Vader die in het verborgene is en ziet, weet wat jij nodig hebt, nog voordat je het Hem vroeg... Spaties. Open ruimtes, maar toch gevuld!

Amen