

5^{de} zondag van de vasten B

Joh. 12, 20-33

In onze wereld zien we, naast een heleboel ellende, soms ook aardige dingen: de eerste lammetjes, de eerste mooie lentedag. En, belangrijker, mensen die hun leven inzetten voor anderen, mensen die dag en nacht werken onder de allerarmsten in Afrika of India. Mensen in de zorg die zich drie keer in de ronde werken om coronapatiënten en andere zieken te verplegen. Of we horen van mantelzorgers die vele jaren lang met liefde voor een zieke vader of moeder, of vriend of echtgenoot zorgen en zichzelf daarbij volkomen wegcijferen.

Wanneer ik deze dingen hoor of zie, bekruipt mij overigens een dubbel gevoel. Enerzijds een gevoel van blijheid en bewondering, want deze mensen zijn vaak een lichtend voorbeeld van hoe we ons aan de ander kunnen geven. Anderzijds bekruipt mij toch ook wel een licht schuldgevoel, want ik voldoe bij lange na niet aan deze lichtende voorbeelden. Het is blijkbaar niet iedereen gegeven om zich zo onbaatzuchtig en soms met gevaar voor eigen leven voor anderen te geven.

Toch is de evangelietekst van vandaag tot ons allemaal gericht: “Als de graankorrel niet in de aarde valt blijft hij alleen, maar als hij sterft brengt hij veel vruchten voort; wie zijn leven bemint zal het verliezen, maar wie zijn leven in deze wereld haat zal het eeuwige leven bewaren”.

Hoe kunnen wij deze oproep van Jezus in ons eigen leven gestalte geven? Juist in een samenleving als de onze, waar assertiviteit, het opkomen voor jezelf, er met de paplepel wordt ingegoten, wordt ons dat niet gemakkelijker gemaakt. En toch kan het.

Enige tijd geleden las ik in een boek dat er zes stappen zijn om liefde en mededogen te ontwikkelen. Zes stappen die we alle zes ook in de bijbel terugvinden, en ze hebben alle zes te maken met het evangelie van vandaag, met sterven aan jezelf.

De eerste stap die genoemd wordt is die van de vrijgevigheid. Geef wat je kunt, maar geef alleen dat waar de ander iets aan heeft. Wees niet gehecht aan de dingen die je hebt, en dat geldt zowel de materiële als de geestelijke goederen. Geven maakt twee mensen gelukkiger, de ontvanger én de gever.

Stap 2 gaat over discipline. Dat wil zeggen: een regelmatig levensritme. Geef orde en structuur aan je leven en vraag je consequent af of datgene wat je doet of laat niet schadelijk is, en het welzijn van anderen bevordert. Discipline geeft bovendien innerlijke rust en daardoor meer energie.

Stap 3. Geduld. Heb er vrede mee als je eigen wensen niet onmiddellijk worden bevredigd, of misschien wel helemaal niet. Ook dat is een klein beetje sterven aan jezelf, maar het geeft een intens gevoel van innerlijke vrede. In onze samenleving, waar elke begeerte onmiddellijk bevredigd schijnt te moeten worden, met alle teleurstellingen van dien, zou het niet verkeerd zijn om eens wat vaker bij deze derde stap stil te staan. Juist de huidige coronacrisis biedt ons daarvoor ruimschoots de gelegenheid.

Stap 4. IJver. Doe de dingen die je moet doen nauwgezet, met enthousiasme en met aandacht, dan verschaffen ze meer vreugde; heb ook aandacht voor kleine dingen die jezelf misschien niet zo belangrijk vindt maar de ander wel. Je gaat daardoor de ander met andere ogen zien. Met meer liefde.

5. Meditatie. Neem elke dag de tijd om bij jezelf na te gaan hoe de dag verlopen is. Wat heb je goed gedaan en wat niet? Waar heb je die dag plezier aan beleefd en waar heb je aan geleden. Geniet nog eens na van de mooie dingen, maar ga ook eens eerlijk na of datgene waar je onder geleden hebt, niet het gevolg was van een te grote gehechtheid aan je eigen wensen en verlangens.

De zesde stap is eigenlijk geen stap: het is de wijsheid, die in feite de andere vijf omvat. Wijsheid is een diep inzicht in alle verschijnselen, ook en misschien wel juist de alledaagse. Wijsheid is de dingen en gebeurtenissen om je heen op hun zuivere waarde te schatten, zonder vooroordelen. Je eigen vooroordelen loslaten, ook dat is sterven aan jezelf. Deze wijsheid, ook in de kleinste dingen, doet liefde en mededogen in je hart groeien.

Dan worden de woorden die God bij monde van de profeet Jeremia uitspreekt bewaarheid: “Ik leg mijn wet in jullie binnenste, ik grif ze in jullie hart; Ik zal jullie God zijn en jullie zullen mijn volk zijn; dan vergeef ik jullie misstappen en denk ik niet meer aan jullie zonden”.

Die wet, waar Jeremia het over heeft, is geen juridische wet, maar wijsheid, de juiste innerlijke gesteldheid. De verpersoonlijking van die wijsheid is, zo geloven wij, Jezus Christus. Wanneer wij die wijsheid, en de andere vijf stappen die daarbij horen, beoefenen, sterven we, net als Jezus zelf, in zekere zin aan onszelf en zullen we tot Hem getrokken worden als Hij, zoals Johannes het uitdrukt, zal zijn omhoog geheven. Dan zullen we ook met Hem opstaan uit de dood. Dan hebben we het leven gewonnen. Amen.

Jan van de Laar, pastor