

Bouwen aan jezelf (3): Rust inbouwen

Lezen: 1 Koningen 19

Filmpje <https://www.youtube.com/watch?v=IK0uK1C2HZ0>

Ken je dat gevoel? Dat je vast zit. In patronen. In verwachtingen. Van jezelf. Van anderen. Vorige week viel me op bij het gebed, dat Tim Ruissen zei dat er veel briefjes waren ingeleverd voor het gebed met het woordje 'rust' er op. Verlangen naar rust. Blijkbaar zijn we daar aan toe. Dat je niet geleefd wordt. Dat je niet altijd maar druk ervaart. Rust. Daar wil ik met u en jou over nadenken vandaag. Aan de hand van een oud verhaal.

Slide **Bouwen aan jezelf (3): rust inbouwen**

Slide Burn-out

Het leven kan zwaar zijn. Veel druk zit er op. Je kunt wel relaxed ogen, maar toch, ook ik ervaar die stress. Moeten presteren. Verantwoordelijk zijn voor je eigen geluk. Keuzes moeten goed zijn. En omdat er zoveel te kiezen is, voelt het ook daar overspannen.

En de kerk zou dan een plek moeten zijn, waar je die druk even kwijt raakt. Maar dat lukt vaak niet. Dat komt, omdat we ons lijf en onze onrust mee de kerk in nemen. En dat komt omdat de kerk zelf ook vaak druk op ons legt. Je kunt er ontzettend moe van zijn. Van geloven. Van de kerk. Dan heb je het even gehad. Het kan zo eindeloos vermoeiend zijn om je altijd maar groot te houden. Om altijd maar aardig te zijn en sociaal. Te voldoen aan je image. Je stand op te houden. Het kan ook zo eindeloos vermoeiend zijn als anderen hun stand ophouden. En je prikt er maar niet doorheen. Het geeft je het gevoel, dat je er alleen voor staat. Dat jij de enige bent, die het wel eens zat is. Die het soms gehad heeft. En zo houden we tegenover elkaar de mythe in stand. Dat we het allemaal wel redden. Wat kan dat ontstellend vermoeiend zijn soms. Kerk-zijn. Geloven. Leven.

En investeren in de kerk? Wat levert het op? Je werk in de kerk? Soms jaren en jaren. Wat brengt het ons verder? Wat brengt het je zelf verder? Het kan zo teleurstellend zijn. En het wordt ook lang niet altijd gewaardeerd. Als commissielid. Als ambtsdrager. O natuurlijk. Er gebeuren prachtige dingen. Zeker. Daar zijn we blij mee. Maar hoe vaak wordt de kern geraakt? Hoe vaak gaat het echt over waar het over moet gaan? Hoe vaak zie je vrucht van je werk? En hoe vaak komt je echt tot rust?

En zomaar kun je burn-out raken. Ook in de kerk. En het nare is. Mensen raken dan ook teleurgesteld in God. Kijk naar Elia.

Slide Elia is opgebrand

'Elia, wat doe je *hier!*?' 'Ja God, ik heb zo mijn best gedaan, maar er is geen klap van terecht gekomen.' Je proeft het verwijt in die woorden. Elia. Teleurgesteld in mensen. Zijn werk heeft niet het gewenste effect gehad. En zomaar is hij teleurgesteld in God.

En dat, terwijl hij het toch pas nog ervaren had. Grootse dingen had hij beleefd. Hij had gebeden, dat het niet meer zou regenen. En hij had het geprofeteerd. Overal was jarenlang droogte geweest. Een geweldige bevestiging, dat je God aan je kant hebt. En zo gaat het door. De beek Kerit (17:2-6). Raven die eten

brengen. Het was als manna in de woestijn. Zo zorgt God. Wonderlijk. Even later: Sarefat (17:8vv). Meel en olie in overvloed. Ja, God laat zelfs zo zien dat Hij er is, dat hij een jongen tot leven wekt! Elia wist het wel. Jazeker. Het waren top-ervaringen.

En als even later op de Karmel de bliksem in het offer slaat. Dan weet ook het volk het zeker: de HEER, JHWH, die is God. De HEER, die is de enige. Vol kracht werden de Baälpriesters afgeslacht. En als Elia daarna bidt om regen. Dan moet hij zich haasten. Want het valt na een tijd bidden met bakken uit de hemel. Elia wist het dus wel.

Hoe kan het toch? In ons hoofdstuk lijkt het een heel andere Elia. Depressief wil hij dood. Hij verlaat het land Israël. Het beloofde land. En verdwijnt in de woestijn. Daar, waar het volk na veertig jaar uit bevrijd was. Een land vloeiend van melk en honing wachtte. Maar Elia maakt als het ware de omgekeerde weg. Hij gaat terug naar de woestijn. En daarmee keert hij Gods volk de rug toe. Dat is wat bedoeld wordt met vers 3 en 4. Hij heeft het helemaal gehad. Ontslaat zijn knecht. En wil sterven in de woestijn.

Dat kan soms. Je hebt grootse momenten met God. De toppen van je geloof. Werkelijk, je bent er van overtuigd dat God met je is. En je ervaart het zo duidelijk. Maar een tijd later is het zomaar weer weg. De duivel vindt altijd wel weer een aanleiding. Een opening. En plotseling lijkt het alsof al die ervaring van vroeger er niet meer toe doet. God lijkt zo ver weg.

Slide God stookt het vuurtje weer op

God laat het er echter niet bij zitten! Slapen in de woestijn is dodelijk. En dus maakt een engel Elia wakker. Eet en drink Elia. Want je moet verder!! Elia dreigt in de woestijn van de duivel te verliezen!! Eeuwen later gaat dat anders. Dan is er weer een profeet. En weer de satan. Maar dan kan onze Heiland op eigen kracht de duivel aan. En daarna dienen engelen hem. Hier is dat andersom. Juist door dienst van een engel kan Elia verder. Tot tweemaal toe wordt hij gewekt. Eet en drink. Je mag niet sterven.

2

Elia gaat op weg. Naar Horeb. Waarom daarheen? Het wordt niet beschreven. Zou het niet kunnen zijn om God te ervaren? Daar, waar het allemaal begonnen is. Het oude, beproefde recept. Waar God het eerste woord had. In de verbondssluiting. Horeb. Daar gaat hij heen.

Maar wat valt het dan tegen. Want wat vraagt God?! 'Wat doe je *hier* Elia?' Weet God dat dan niet? Wat is dat nou!? Dan houdt Elia zich niet meer in. En vol verwijt komt het er uit: 'Ik heb me helemaal de rimbam gelopen voor U. Maar wat heeft het nou opgeleverd? Helemaal niks. Ik ben als enige profeet over. En het volk heeft misschien even geluisterd. Maar dat is zomaar weer verdwenen. En mij willen ze doden.' Het is nogal een aantijging, die Elia hier neerlegt. Zo van: 'Waar was U nou? Ik heb allemaal openingen voor U gecreëerd. Maar U heeft al uw kansen laten liggen. En nou wil ik niet meer.' Elia is stukgelopen op mensen. En lijkt hier ook stuk te lopen op God. Je doet zo je best. Maar wat heeft het voor zin?

Hoe reageert God? Gaat Hij vermanen? 'Joh Elia, je weet toch wie Ik ben? Hoe durf je aan Mij te twifelen? Hoe durf je zo tegen Mij te praten?!' Nee, God reageert anders. En dat is een machtig mooi stukje bijbel. Net als over het Sabbatsjaar, vorige week. Zo mooi hoe God zich openbaart. Hoe de Heer rust geeft in je leven. Want wat gebeurt er?

Elia moet in de opening van de spelonk komen staan. En dan begint het verschrikkelijk te stormen. De stukken vliegen er van af. Van de berg. Een tornado van geweldig formaat. Allesvernietigend. Elia vlucht

van schrik terug de spelonk in. Hij vlucht voor de aanwezigheid van de HEER... maar nee: in de storm is de HEER God niet. Dan een geweldige aardbeving. De berg Horeb staat te schudden op zijn grondvesten. Wat moet dat angstig geweest zijn voor Elia. Helemaal alleen in die grot. En daarna vuur. Bliksem. Maar in dat alles kan Elia de HEER niet ontdekken. Tenslotte het suizen van een zachte koelte. Een verkoelende avondbries. En *daarin* openbaart de HEER zich.

Slide De warme aanwezigheid van God

Het is veelzeggend, mijn broeder en mijn zuster, dat God zich daarin juist openbaart. Kijk, Hij heeft zich ook wel geopenbaard in het verleden in vuur en storm en aardbeving. Natuurlijk. Maar dat doet God juist om afstand te creëren. Bij de wetgeving op deze zelfde berg, de Horeb. Toen openbaarde God zich in die tekens. Afstand. Dat was toen nodig. Om je te doordringen, dat God de Heilige is. Die zich niet zomaar laat benaderen!

Maar nu. Elia is Gods angstige kind. Helemaal ten einde raad. Depressief. Eenzaam. Teleurgesteld. En dan schept God geen afstand. Nee, dan komt Hij juist heel dichtbij. Zoals toen Adam en Eva net gezondigd hadden. Vol angst verschuilen ze zich in de bosjes. Bang voor God. Maar ook dan komt God in het suizen van de zachte avondkoelte. En zoekt Adam. 'Mens, waar ben je. Ik zoek je met Mijn hart.' Nou, zo is het hier ook. God veroordeelt Elia niet. Het kan soms gebeuren, dat je het als mens niet meer ziet zitten. Dat je teleurgesteld bent in het leven. In mensen. Ook kerkmensen. En dat je teleurgesteld bent in God. God weet dat als geen ander. Hij kent ons mensen wel. Hij weet wel wie jij bent. Als jij kapot zit. En ergens niks meer met Hem te maken wil hebben. Dan komt Hij niet meteen met donder en bliksem. Nee, God past zich aan aan jouw gemoedstoestand. Prachtig is dat. Daar kunnen wij van leren. Gods openbaring is niet altijd in een en dezelfde vorm. Hij sluit aan bij jouw gevoelens!!!

3

God dondert dus niet over Elia heen. Of over jou. Als jij het een keer gehad hebt. Hij zegt niet: 'ja, kom nou toch. Je weet toch wie Ik ben. Ik heb het je toch keer op keer verteld. Dus kom nou niet aan met je klachten!' Nee, zo reageert God niet. God geeft je de ruimte. Om Hem weer te vinden. Op en duur. In de stilte.

Eén keer was dat anders. Toen geen ruimte. Ook toen zocht een angstige mens Hem. 'God, waar bent U'. Maar toen, toen bleef het donker. En hels. Verstikkend. En juist daar op Golgota bewerkt God, dat Hij jou kan zoeken in de zachte koelte. 'Mens, waar ben je? Ik zoek je op in je Godverlatenheid. Ik zoek je op in je angst'. Geweldig hoe goed God je begrijpt. Zoals Elia. Een mens als wij, zoals Jakobus schrijft (Jak. 5:17). En het is zo. Ook in zijn zwakheid een mens als wij.

Elia voelt dat aan en durft weer naar buiten te komen. Nogmaals klinkt de vraag. En nogmaals krijgt Elia de gelegenheid zijn klacht te uiten. Jouw klachten tegenover God hoeven niet ineens weg te zijn. Er zit rek in bij God. Hij kent je wel. Je mag, als je vermoeid en belast bent. En het niet meer ziet zitten. Je mag bij Hem schuilen. Zoals Jezus later ook zegt. En dan zul je rust vinden.

Slide God blaast het vuur in je aan

En zo inspireert God Elia door de manier, waarop Hij zich openbaart. Inspireren, dat betekent letterlijk: aanblazen. In de zachte koelte. Niet veroordelend. Niet afstand-scheppend. Maar juist heel dichtbij. Troostvol. Begrijpend. Medelijdend. Wat moet Elia zich gesteund gevoeld hebben. Dat had hij net even nodig. En dat weet God als geen ander. Maar daarna wordt Elia wel weer aan het werk gezet. Hazaël moet

gezalfd worden. En Jehu. En Elisa. Heel duidelijk om Gods oordelen uit te voeren over het ontrouwe volk. Gods Woord doet zijn werk. Zoals Jesaja 55 ook zegt: het keert nooit leeg tot God weer. Als je dat maar blijft verkondigen, Elia, dan doet het altijd wat. Wees nou maar trouw in je werk.

Gods werk gaat door. God stuurt Elia ook weer terug naar diezelfde club mensen. Die mensen, die zo vermoeiend zijn soms. God stuurt Elia er weer heen. Maar bemoedigt ook! Want het is niet zo somber als het lijkt. Oordeel komt er. Jazeker. En dat is niet prettig om te vertellen. Om aan te zeggen. Maar er zijn ook zeventuizend mensen, die niet voor de Baäl gebogen hebben. Die niet door de knieën zijn gegaan voor de duivel. De duivel maakt het je soms heel moeilijk. Persoonlijk. Maar ook de kerk. Heel moeilijk. Maar God is altijd sterker. Zeventuizend Elia. Verkijk je niet. En zo mag Elia weer aan het werk. Gesterkt door de manier van Gods openbaring. Gekoesterd door de koelte. Maar ook gesterkt door de woorden van God. Gestimuleerd door de stilte. Bemoedigd door zijn Woord. En dan kun je verder.

Broeders en zusters, mensen kunnen eindeloos vermoeiend zijn. En jij zelf kunt ook voor jezelf erg vermoeiend zijn. Je loopt tegen grenzen aan. Bij jezelf. Bij anderen. Je stuit op onwil en onbekeerlijkheid. Op de zonde. En dat, terwijl je zo je best doet. Je loopt tegen de tegenwerking van de duivel aan. Het kan zo complex zijn in je leven. Dat je er niet meer boven uit ziet. Burn-out raak je. Dat je in je schulp kruipt voor mensen. En God al helemaal niet ziet zitten. Met mensen en met jezelf is het vaak ook zo moeilijk omgaan. Je weet niet wat je voelt en je denkt voor de ander. En vaak houd je je groot en verschuil je je. Kerk-zijn is soms een heel vermoeiende bezigheid. En God weet dat ook wel. Dat je soms helemaal geen zin meer hebt.

Maar God is nooit vermoeiend. Bij Hem mag je schuilen. Als je vermoeid en belast bent. Depressief. Hij geeft je de ruimte om te klagen. En wil je vol liefde omarmen. Zodat je verder kan.

4

Het voorjaar begint weer een beetje te komen. Denk er eens aan, als 's avonds de koelte langs suist. Denk aan deze geschiedenis van Elia. Dat God ook daar is. En dat je bij Hem je vermoeidheid kwijt raakt. Zodat je er weer tegenaan kan. Met datzelfde leven. Met diezelfde mensen. Maar gelukkig ook met diezelfde God!

Amen