

Rusten in onrustige tijden

Morgen gaan de kinderen weer naar school. De verenigingen beginnen aan een nieuw seizoen. De vakantie is voor de meeste mensen voorbij. Ook wij zullen volgende week een Startzondag houden om het nieuwe seizoen te beginnen.

Ik hoop dat je een goede vakantie hebt gehad en dat je klaar bent voor het seizoen dat voor je ligt.

Ik merk dat mijn agenda snel vol loopt bij ons, het geeft een gevoel van drukte in ons hoofd. Ik verlang dan naar rust in een hectisch leven. Herken je dat?

In deze preek wil ik aan de hand van 4 vragen over Marcus 4 de vraag beantwoorden hoe je rustig kunt blijven te midden van onrustige omstandigheden.

Uiteraard wijs ik in deze preek naar Jezus. Hoe bleef Hij rustig in onrustige omstandigheden? Rick sprak twee weken geleden over de gezindheid van Jezus. Hoe zag Zijn innerlijke houding er uit? Wat stond er centraal in Zijn leven? En welke lessen mogen wij daar van leren?

Vandaag wil ik daar verder op in gaan. De beeldspraak van Rick mag je in je achterhoofd houden, zodat je de preek van vandaag beter begrijpt.

Hoe groeiden de discipelen van Jezus bijvoorbeeld in de gezindheid van Christus?

Niet geheel toevallig speelt het verhaal van vandaag zich ook af rond en in het water. Ik lees vandaag uit **Marcus 4: 35-41**, maar dit verhaal staat ook in **Mattheus 8:18-28** en **Lucas 8: 22-25**. Als je deze teksten synoptisch leest (naast elkaar), dan kom je overigens mooie aanvullende details tegen.

Marcus 4:35 – 5:1 NBV21

35 Aan het eind van die dag, toen het avond was geworden, zei Hij tegen hen: 'Laten we het meer oversteken.' 36 Ze lieten de menigte achter en namen Hem mee in de boot waarin Hij al zat, en voeren samen met de andere boten het meer op. 37 Er stak een hevige storm op en de golven beukten tegen de boot, zodat die vol water kwam te staan. 38 Maar Hij lag achter in de boot op een kussen te slapen. Ze maakten Hem wakker en riepen: 'Meester, kan het U niet schelen dat we vergaan?' 39 Toen Hij wakker geworden was, sprak Hij de wind bestraffend toe en zei tegen het water: 'Zwijg! Wees stil!' De wind ging liggen en het water kwam helemaal tot rust. 40 Hij zei tegen hen: 'Waarom zijn jullie zo angstig? Geloven jullie nog steeds niet?' 41 Ze werden bevangen door grote schrik en zeiden tegen elkaar: 'Wie is Hij toch, dat zelfs de wind en het water Hem gehoorzamen?'

1 Ze kwamen aan de overkant van het meer, in het gebied van de Gerasenen...

Wanneer je in een Bijbelgedeelte duikt, dan kun je een aantal dingen doen om de tekst beter te begrijpen:

_> Vragen stellen aan de tekst (context begrijpen, verschillende vertalingen raadplegen)

_> Er over mediteren (nadenken, bidden, toepassen)

_> Wat zou de schrijver duidelijk willen maken aan de lezer? (deze tekst is synoptisch, blijkbaar is het belangrijk 😊)

Aan de hand van vier vragen wil ik de vraag beantwoorden **hoe je rustig kunt blijven te midden van onrustige omstandigheden**.

Overigens nodig ik je ook uit om zelf over die vragen na te denken.

Vraag 1 Wist Jezus van tevoren dat er een storm zou komen?

35 Aan het eind van die dag, toen het avond was geworden, zei Hij tegen hen: 'Laten we het meer oversteken.'

Zou Jezus in vers 35 al geweten hebben wat Hem en Zijn leerlingen te wachten stond als ze het meer zouden oversteken? Zou Hij geweten hebben dat er een hevige storm zou komen en dat de boot bijna zou zinken?

De reden waarom ik deze vraag stel heeft te maken met hoe wij naar de symbolische stormen in ons leven kijken. Soms gebeuren er (plotseling) dingen in ons leven die ons onrustig maken. Vragen die je jezelf dan zou kunnen stellen zijn?

- **Waarom** moet ik door deze storm in mijn leven gaan?

- **Waar is Jezus** in mijn storm?

*Wist Jezus van tevoren dat de storm waar **jij** momenteel doorheen gaat zou komen?*

* Als Jezus wist dat die storm zou komen, waarom gaf Hij dan toch opdracht om te gaan?

* Als Jezus **niet** wist dat die storm zou komen, weet Hij dan niet wat er in de toekomst zal gebeuren?

Eerlijk gezegd heb ik deze vraag het afgelopen jaar wel gesteld. En ik denk dat ik niet de enige ben. Het afgelopen jaar was voor mij persoonlijk best wel onrustig. Ik heb daar al eerder iets over gedeeld. Het vinden van een passende baan ging met vallen en opstaan.

Na een tijdje kwam ik bij de nieuwe baan stormen tegen. Ik werd onrustig. Ik vroeg me af of ik wel op de juiste plaats was. Waarom moest ik door deze storm gaan? Ik kan soms plotseling gedachten of situaties krijgen die me onrustig maken. Herken je dat?

Er gebeuren dingen om je heen en die beïnvloeden je gedachten. Het is alsof het stormt in je

gedachten. Je wordt onrustig, vraagt je af hoe het verder moet.

Vraag 1 Wist Jezus van tevoren dat er een storm zou komen?

Wat het antwoord ook was, het veranderde de gezindheid van Jezus niet. Jezus rustte in het plan van God in alle omstandigheden. Hij bleef relaxed.

*De Vader had Hem laten zien dat Hij naar de overkant zou gaan, naar het land van de Gerasenen (vers 1). Hij vertrouwde dat Hij daar hoe dan ook zou komen.

* Jezus ging naar het land van de Gerasenen om daar het goede nieuws te verkondigen, om het Koninkrijk van God te brengen. Om zichzelf te openbaren aan de wereld.

Toepassing: 1. Vertrouw op de aanwezigheid van God in alle omstandigheden.

God is met je. Ook in de stormen van het leven. Door alles heen is Hij te vertrouwen. Hij wil je rust geven in alle situaties. Kies er voor om te leven in de zekerheid dat God je ziet, van je houdt en voor je zorgt.

Uit eigen ervaring weet ik dat dat moeilijk kan zijn, maar toch geeft het rust als je bewust kiest om te vertrouwen in de leiding van God in je leven.

Vraag 2: Waarom sliep Jezus in de boot?

Ik denk dat er twee voor de hand liggende antwoorden zijn:

1. Hij was moe na een intensieve dag!

Om dit te begrijpen, moet je de context lezen waarin het verhaal zich afspeelt. Je leest dan dat Jezus veel onderwijs gaf, vele mensen genas en ook veel bewoog.

Vergeet niet dat Jezus ook slechts een mensenlichaam had. In dit verhaal laat Jezus zowel zijn menselijkheid als Zijn zal

Net als wij werd Hij ook moe na intensieve inspanningen. In **Mattheus 8:20 NBV21** staat niet voor niets:

Jezus zei tegen hem: 'De vossen hebben holen en de vogels hebben nesten, maar de Mensenzoon heeft geen plaats waar Hij zijn hoofd te ruste kan leggen.'

2. Hij bereidde zich voor op wat komen zou.

In het gedeelte na dit verhaal kun je lezen hoe Jezus een man bevrijdde van een onreine geest.

In die tijd kon Jezus slechts op 1 plek tegelijk zijn. Gelukkig kan Hij vandaag door Zijn Geest overal zijn. Maar voor de context van het verhaal is het belangrijk om te weten waarom Hij sliep. Hij was een mens die ook rust nodig had. Het mooie aan dit verhaal vind ik dat Jezus ook Zijn menselijke kant liet zien.

Ook vind ik het mooi om het contrast te zien tussen onrust (in welke vorm dan ook) en de rust en vrede die Jezus uitstraalt.

Overigens waren een aantal discipelen ervaren vissers. Toch waren ze in paniek door de omstandigheden. De vermoeidheid heeft hier wellicht ook iets aan bijgedragen (?).

Toepassing: Vind bij Jezus de rust die je ziel nodig heeft

_> Welke dingen maken je **onrustig** (bijv. drukte?) Kun je daar iets aan doen?

_> Wat / Wie geeft jou **rust**? Jezus geeft Echte rust (zie voorbeeld van het water dat volledig tot rust kwam door Jezus)

Veronica en ik proberen op de zondagen zoveel mogelijk rust te houden om met energie de week te beginnen. Waarom:

1. Om te herstellen van drukke dagen
2. Om met energie de toekomst in te gaan.

Toch adviseer ik iedereen om bewust tijd vrij te maken om te rusten.

Dat hoeft niette betekenen dat je languit op de bank gaat lezen. Andere dingen geven jou wellicht rust die je nodig hebt (wandeling in de natuur, fietsen etc.)

38 Maar Hij lag achter in de boot op een kussen te slapen. Ze maakten Hem wakker en riepen: 'Meester, kan het U niet schelen dat we vergaan?'

Vraag 3: 'Meester, kan het U niet schelen **dat** we vergaan?' (vers 38)

(Het woordje **dat** laat zien dat de discipelen zeker wisten dat ze zouden vergaan)

Ik denk dat dit een natuurlijke reactie is van de discipelen. Jij en ik zouden wellicht hetzelfde zeggen als we in die boot zouden zitten. Hoe diep moet je slapen om niet wakker te worden van zo'n storm en in een boot gevuld met water?!

Voorbeeld uit het leven gegrepen (Bolt en Kaya)

Wanneer wij bezoek krijgen, valt het me op dat mensen op 2 verschillende manieren reageren op de honden:

_> Soms zijn mensen angstig voor de honden (en daar reageren de honden op)

_> Anderen blijven rustig (en de honden reageren dan ook minder)

Veronica brengt rust in de situatie

_> Ze gebruikt haar autoriteit om de honden rustig te houden

Ik vind de reactie van Jezus interessant. Hij beantwoordde de vraag niet rechtstreeks, maar reageerde op een andere manier.

Antwoord van Jezus:

(Tegen de omstandigheden):

- * Hij sprak de wind bestraffend toe
- * Hij zei tegen het water: 'Zwijg! Wees still!'

(Tegen Zijn discipelen):

40 Hij zei tegen hen:

- * 'Waarom zijn jullie zo angstig?
- * Geloven jullie nog steeds niet? (de natuur herkent wel wie Jezus is)

Jezus gebruikt Zijn autoriteit om de Schepping te laten rusten (o.a. wind en water)

Jezus zorgt voor Zijn schepping. Het kan Hem wel degelijk schelen wat er gebeurt!

Ik heb beloofd om in deze preek antwoord te geven op de vraag hoe je rustig kunt blijven in onrustige tijden. Dit is het **goede advies** wat ik kan geven:

Hoe kun je rusten in onrustige tijden?

1. Door Jezus het roer van je leven te geven
2. Door te rusten in het vertrouwen dat Jezus met je is
3. Door voldoende rustmomenten in je leven te plannen
4. Door te rusten in de autoriteit van Jezus

Ik heb beloofd om antwoord te geven op 4 vragen. Tot nu toe heb ik 3 vragen beantwoord. De vierde en laatste vraag wordt door de discipelen gesteld:

41 Ze werden bevangen door grote schrik en zeiden tegen elkaar: 'Wie is Hij toch, dat zelfs de wind en het water Hem gehoorzamen?'

Het antwoord op deze vraag wordt gegeven door de Bijbel:

Dit is Jezus, Zoon van God, de Mensenzoon, Messias, Lam van God,
Redder, de Goede Herder, Leeuw van Juda, De weg, Levend Water,
De Opstanding en het Leven, De Alfa en de Omega,

Hij is, Het Licht van de wereld, **Schepper van hemel en aarde,**
Hij is de Weg, Hij is de **Koning der Koningen,** de Grondlegger
en voltooiër van ons geloof, Goddelijke held, Heerser over de vorsten
van de aarde, Het Woord van God, Hij is die er zal zijn,

Hij is het hoofd van de gemeente; Hij is met ons, Hij is onze hoop, Hij is heilig en
betrouwbaar, Hij wijst ons de weg. Hij is onze Heer! Zijn naam is Jezus!

Jezus is het antwoord op onze stormen!

Daarom mogen wij in de stormen in gebed het volgende proclameren over Jezus (God)

In geloof roepen wij Jezus aan in alle omstandigheden:

U bent El Elohim, de God der goden
en U bent El Elyon, **de Allerhoogste**
U bent El Sjaddai, de Almachtige
en U bent El Olam, de Eeuwige

U bent Jahweh, **de God Die Is**
en U bent Jahweh Tsebaot, de HEER van de hemelse machten
U bent Jahweh Sjammah, **de altijd Aanwezige**
en U bent Jahweh Tsidkenu, de HEER onze gerechtigheid

U bent Jahweh Rapha, de HEER die mij geneest
en U bent Jahweh Jireh, de HEER die voorziet
U bent Jahweh Nissi, de HEER mijn Banier
en U bent Jahweh Roï, de HEER mijn Herder
U bent Jahweh Sjalom, **de HEER die vrede is en ons rust geeft!**

U bent het goede nieuws voor deze wereld!

Amen!