

Preek over 1 Johannes 3:18-24 – Gemeenteproject 'Ga met God' (4)

Liturgie:

Votum en groet

Zingen: Ps. 113:1,2,3

De Tien Woorden

Zingen: Ps. 119:62,63,64

Gebed

Lezen: 1 Johannes 3:11-24

Zingen: Gez. 62:1,2,3,4

(Kinderen naar zaal)

Tekst: 1 Johannes 3:18-24

Preek

Zingen: Lb. 78:1,2,3,4

(Kinderen komen terug; kindermoment)

Gebed

Collecte

Zingen: Gez. 169:1,2,3

Zegen

Gehouden te: Baflo, 03-03-13 (9.30 u.)

Preek

Thema: Heb in Christus jezelf lief als je naaste.
Of: Laat wie Jezus navolgt, beginnen met zichzelf.

Gemeente van onze Heer Jezus Christus, broeders en zusters, jongens en meisjes,

1. Omkering

U kent allemaal deze woorden van Jezus wel:

"Heb de Heer, uw God, lief met heel uw hart en met heel uw ziel en met heel uw verstand. Dat is het grootste en eerste gebod. Het tweede is daaraan gelijk: heb uw naaste lief als uzelf. Deze twee geboden zijn de grondslag van alles wat er in de Wet en de Profeten staat." (Mat. 22:37-40)

Het is het antwoord van de Meester op de vraag van een wetgeleerde: *"Meester, wat is het grootste gebod van de wet?"*

Wij zeggen dan vaak: 'Christus heeft de wet van God op deze manier samengevat.' Twee geboden, in deze volgorde, maar met hetzelfde gewicht. De Heer, je God liefhebben met alles wat in je is. En je naaste liefhebben als jezelf.

Met iets andere woorden schrijft de apostel Johannes dezelfde boodschap, zo lezen we zopas.

"Dit is zijn gebod: dat we geloven in de naam van zijn Zoon Jezus Christus en elkaar liefhebben, zoals hij ons heeft opgedragen." (1 Joh. 3:23)

Geloven in de persoon van Gods Zoon Jezus Christus en elkaar liefhebben, als mensen, als gelovigen in de gemeente van Christus.

Andere woorden, maar inhoudelijk hetzelfde dubbelgebod. Duidelijk!

Laten we even inzoomen op het tweede deel van dit ene gebod van de Heer. *"Heb uw naaste lief als uzelf."* Het is de tweede pijler van alles wat er in de Wet en de Profeten staat. Dat is: in heel de Bijbel, het Woord van God, evangelie en gebod. Over deze woorden nadenkend vroeg ik mij af: Kun je / mag je dat ook omdraaien? Zo dus: 'Heb uzelf lief als uw naaste.'

Hoe kom ik hier zo bij? Zal ik in het kort vertellen.

Vorige week zondagmorgen preekte ik in een van de classiskerken. Zondag 40 was aan de beurt. Over het zesde gebod: 'Pleeg geen moord'. Zelfde preek als een paar week geleden hier in Baflo. Boodschap: *'Bescherm het leven van de mens en wees je broeders hoeder.'* Positief geformuleerd: Heb je naaste lief als jezelf.

Na de dienst kreeg ik een bewogen reactie van een zuster uit die gemeente. Met eigen woorden samengevat: 'Ik vond het een mooie preek, maar ik heb het element van het 'liefhebben van jezelf' gemist.' Achtergrond van deze opmerking: de ervaring van een poging tot zelfdoding in de omgeving van deze zuster.

Dit zette mij aan het denken. Hebben wij in de kerk inderdaad te weinig aandacht voor dit element van het 'liefhebben van jezelf'? En dat je, zeker als gelovige christen, op een positieve manier naar jezelf mag kijken? En dat jezelf mag accepteren en waarderen als mens van God, als kind van God en als broer, zuster of goede vriend van Jezus?

Leren we in de kerk niet vooral een hekel aan onszelf te hebben en onszelf te verafschuwen als zondige mensen die er in Gods ogen niets van bakken? Zijn we mensen die voor onszelf – en voor anderen – de lat zo hoog mogelijk leggen, met het risico dat je er nooit aan kunt voldoen? En met teleurstellingen en een minderwaardigheidscomplex of nog erger als gevolg.

'Heb jezelf lief als je naaste.' Kun je dat zeggen tegen elkaar of tegen jezelf vooral? Mag je dat zeggen?

En, uitkomend bij ons gemeenteproject 'Ga met God', wat heeft dit nu te maken met de vierde week en het vierde deelthema?

Met de vraag van die zuster uit een zusterkerk in mijn hoofd ging ik kijken naar week 4. Thema: 'Achter Jezus aan'. Mij trof in het boekje dag 23: 'Navolging begint met jezelf.' Bijbelwoord voor die dag – u zult het wel zien – is: "*God is groter dan ons hart.*"

Woorden uit het midden van 1 Johannes 3:20. We lazen het. Intrigerende woorden om even in je gedachten te laten rondgaan:

"En zelfs als ons hart ons aanklaagt: God is groter dan ons hart, hij weet alles."

De verleiding is groot om dat hele hoofdstuk alvast voor te lezen. Zal ik niet doen. Slechts een kort en passend citaat om zo de keus van het thema van de preek ook een beetje te verklaren.

"Mag ik je een advies geven? Vraag je eens af: wat betekent het volgen van Christus voor de manier waarop je omgaat *met jezelf*? Volg Christus in zijn zachtmoedigheid voor jou en word zachtmoedig voor jezelf. Doe eerst het moeilijkste: doe de deur van je hart open en kijk daar even liefdevol naar als Jezus doet. Dat zal je niet lukken. Want zijn liefde is grenzeloos groot! Maar probeer het in ieder geval. We bekritisieren onszelf kapot." ¹

Al deze elementen brengen me bij het thema van deze preek:

Heb in Christus jezelf lief als je naaste. Of: Laat wie Jezus navolgt, beginnen met zichzelf.

2. De Weg

Het vierde verkeersbord brengt het weekthema weer treffend in beeld. Het is deze keer wel een gebodsbord: vierkant en blauw. Het staat normaal gesproken aan de ene kant van een eenrichtingsweg, de kant waar je die weg wel in mag. Of alleen maar in mag. Als je deze pijl volgt, ga je de goede kant op. Andersom mag niet. De toelichting bij dit vierde verkeersbord bij 'Ga met God voor kids' zegt het zo:

"Achter Jezus aan, volg Hem (volg de pijl) en doe wat Jezus deed; omzien naar de armen, de weduwen en wezen, de minderbedeelden."

Daar horen en werken de kinderen vanmorgen over in het zaaltje. Komen ze straks iets over vertellen.

¹ Ds. Gerrit Gunnink, *Ga met God, Dagelijks op weg met je schepper, Een praktisch bezinningsboek*, Barneveld 2011, p. 99

Achter Jezus aan, hem navolgen. Dat is in de bijbelse werkelijkheid inderdaad een eenrichtingsweg. Achter Jezus aan, dat is de enige weg naar God, de enige weg naar de Vader.

En dan is het niet zo, dat Jezus als een supergids de weg naar God wijst. Of als een goed geprogrammeerde tomtom de route uitstippelt, die je vervolgens zelf moet gaan.

Nee, Jezus is zelf de enige weg naar de Vader, naar de troon van God. Dat heeft hij zelf gezegd in antwoord op de vraag van zijn leerlingen naar de onbekende weg.

"Ik ben de weg, de waarheid en het leven. Niemand kan bij de Vader komen dan door mij." (Joh. 14:6)

In het verlengde daarvan worden Jezus' leerlingen in het boek Handelingen verschillende keren 'aanhangers van de Weg' genoemd. (Zie het slot van Dag 22 van 'Ga met God'.) Wat Jezus van zichzelf heeft gezegd hebben ze dus vastgehouden. Daardoor stonden ze ook bekend.

Via Jezus dus!

Jezus navolgen betekent voor zijn leerlingen doen wat Jezus deed: omzien naar armen, zwakken, weduwen, minderbedeelden. De eerste leerlingen van Jezus brachten dat echt in praktijk. Lees maar wat Lucas over de eerste gemeente vertelt in Handelingen 2 en 4.

En Jakobus bindt het zijn lezers – bij wie het op dit punt dreigt mis te gaan – op het hart:

"Voor God, de Vader, is alleen dit reine, zuivere godsdienst: weduwen en wezen bijstaan in hun nood, en je in acht nemen voor de wereld en onberispelijk blijven." (Jak. 1:27)

Jezus navolgen en doen wat hij deed, dat is ook: je broeders en zusters liefhebben en je leven voor hen inzetten. Terecht hebben wij dat vooral in beeld, als wij het hebben over 'achter Jezus aangaan'. Want dat was het simpele gebod van Jezus voor zijn leerlingen. Dat hij hen uitentreuren heeft voorgehouden. Toen hij hen de voeten waste bijvoorbeeld, Johannes 13. En toen hij hen vertelde over de ware wijnstok, in wie de leerlingen moeten blijven om verbondenheid met God te hebben, Johannes 15.

Dat moet diepe indruk gemaakt hebben op Johannes. Ook hij blijft daarop hameren in zijn brieven. Het moet er bij alle leerlingen ingeslepen blijven. Het moet hun leven worden, zoals dat het leven van Jezus was.

Jezus leefde ons leven als mensen in alle nederigheid en in de grootst mogelijke liefde voor zijn Vader en voor zijn mensen.

Johannes zegt het in ons bijbelgedeelte zo:

"Wat liefde is, hebben we geleerd van hem die zijn leven voor ons gegeven heeft. Daarom horen ook wij ons leven te geven voor onze broeders en zusters." (1 Joh. 3:16)

Jezus gaf zijn leven voor ons. Op de weg achter hem aan horen wij dat dus ook te doen: ons leven geven voor onze broeders en zusters. Net als Jezus tot in de dood? Dat kan niet. Ons leven of sterven betekent nooit verzoening voor een ander, dat het met onze broeder of zuster goed komt voor God.

Johannes bedoelt: wat je bent en wat je hebt, zet dat in voor je naasten. Voor je broeders en zusters in de gemeente van Christus allereerst. In de verbondenheid met de Heer zelf. Maar daarna ook voor andere mensen.

Johannes geeft in vers 17 dan een concreet voorbeeld. Met grote diepgang.

"Hoe kan Gods liefde in iemand blijven die meer dan genoeg heeft om van te bestaan, maar zijn hart sluit voor een broeder of zuster die hij gebrek ziet lijden?"

Wie niet wil delen met wie gebrek lijdt, ziet Gods liefde uit zijn leven vertrekken. Het komt dus aan op daadwerkelijk en waarachtig elkaar liefhebben.

En de lijfspreuk van de bekende Rotterdamse voetbalclub past ook bij de gemeente van Jezus' leerlingen: 'Geen woorden maar daden.' Kom je hier zomaar tegen in Johannes' brief en op andere plaatsen in de Bijbel.

Als je zo leeft en Jezus navolgt, laat dat zien dat je uit de waarheid bent. Dat is het bewijs daarvan. Denk bij 'waarheid' dan niet aan juistheid van feiten en gegevens of aan zuiverheid in de leer, maar denk aan Jezus zelf. Hij zei het toch: *"Ik ben de weg en de waarheid en het leven."*

Jezus is de waarheid. God is de waarheid. En als je uit de waarheid bent, dan ben je opnieuw geboren en ben je aan Christus verbonden, aan Christus vastgehecht. Dat zegt het Nieuwe Testament heel compact: 'in Christus zijn'.

Dat heeft ook te maken met je houding tegenover de wereld, tegenover de mensen, tegenover je broeders en zusters. Je mag in het geloof en door de Heilige Geest laten zien wie Christus is voor jou, voor zijn gemeente, voor de wereld.

Jezus is de weg naar God en als je hem volgt, mag je met een gerust hart tot God komen en kun je met een gerust hart voor Gods staan. Gerust dat is vrijgesproken en vrijmoedig, zonder angst en onzekerheid.

Via Jezus dus!

Johannes zegt:

"Kinderen, we moeten niet liefhebben met de mond, met woorden, maar waarachtig, met daden. Dan weten we dat we voortkomen uit de waarheid en kunnen we met een gerust hart voor God staan." (1 Joh. 3:18,19)

3. Ons hart, Gods hart

En dan komen die mooie, wonderlijke woorden uit vers 20. Met het motto van Dag 23 uit 'Ga met God'.

"En zelfs als ons hart ons aanklaagt: God is groter dan ons hart, hij weet alles."

Johannes bemoedigt hier zijn lezers.

"Wanneer geloof vrucht draagt, blijkt het echt te zijn. Op grond van het daadwerkelijk liefhebben van hun medechristenen weten de lezers dat het goed zit tussen God en hen (vgl. 2,3). Op basis van deze zekerheid kunnen ze hun geweten kalmeren wanneer geloofstwijfel de kop mocht opsteken. En als dat niet lukt, mogen ze weten dat God alles weet." ²

² Dr. Pieter J. Lalleman, *1, 2 en 3 Johannes, Brieven van een kroongetuige*, Kampen, 2005, p. 181.

Ons hart kan ons aanklagen. Het doet dat in werkelijkheid ook. Terecht of ten onrechte. Ons hart kritiseert en beschuldigt ons. Het gaat vaak en veel mis in mijn leven.

"Ik heb tegen alle geboden van God zwaar gezondigd en geen daarvan gehouden en ik ben nog altijd uit op elk kwaad," belijd ik in HC zondag 23, antwoord 60.

Soms is mijn hart ook gewoon onzeker en slaat de twijfel toe. "Ik doe het voor God nooit goed genoeg. Wil Hij mij dan nog wel hebben? Is Gods genade wel voor mij? Wil God mij wel vergeven?"

Mijn hart kritiseert mij, klaagt mij aan. Maar zelfs dan worden we niet bij God vandaag gehouden of van zijn troon weggestuurd. We gingen immers de Weg naar Gods troon. We kwamen daar via Jezus.

In hem mogen we met een gerust hart voor God staan. God houdt ons om Christus' wil in zijn nabijheid. "God kent onze diepste motieven, en zijn goedheid gaat onze voorstelling ver te boven."³

'God is altijd groter dan ons hart.' Dat is heel geruststellend voor alle lezers van Johannes' brief. Het mag ons ook in positieve zin naar ons eigen hart en ons eigen leven laten kijken. Zoals Jezus er naar kijkt.

En zie dan eens, wat een ruimte heb ik dan om te mogen leven. In Gods hart, waarin heel de kerk past. Waarin zelfs heel de wereld past, ja het heelal, dat God geschapen heeft.

God veroordeelt ons niet. Hij neemt ons aan, zoals we zijn en hij kijkt naar ons via zijn Zoon Jezus Christus. Hij ziet hem, als hij naar ons kijkt. In Christus rechtvaardig voor God. En door de Heilige Geest maakt God dat wij ook steeds meer op Christus gaan lijken.

Dat ziet en doet God met royaal en hartelijk welgevallen. En zo mogen we ook met verwondering en welgevallen naar onszelf leren kijken. Mag je jezelf liefhebben als je naaste.

'God is altijd groter dan ons hart.' Dat mag je tegen jezelf zeggen. En je mag de zachtmoedigheid en barmhartigheid van Jezus Christus eerst aan jezelf bedienen. Jezus accepteert jou en gaf zijn leven voor jou. Dan mag jij jezelf accepteren in je verbondenheid met Christus.

Wees zachtmoedig en genadig voor jezelf. Nog een citaat uit Dag 23:

"Achter Jezus Christus aangaan betekent in de eerste plaats: als Hij zo liefdevol en mild voor jou is, word dan liefdevoller en milder voor jezelf. Waarom zou je achter Hem aan een perfectionist moeten zijn op alle gebieden? Wanneer Hij al je zonden en gebreken al lang heeft vergeven en vergeten, zet dan om te beginnen deze stap, achter Hem aan: vergeef jezelf."

⁴

Te hoog gelegde latten bij jezelf leiden uiteindelijk alleen maar tot teleurstelling en verzuring. En als je niet oppast, hebben je naasten, je broeders en zusters, daar ook last van. En, als je echt zachtmoedig en barmhartig bent voor jezelf, omdat je aan Christus verbonden bent, wordt je het ook voor je naasten. Wie zichzelf in Christus liefheeft, die heeft ook zijn naasten lief. En het bewijst dat je uit de waarheid bent.

³ *Studiebijbel in perspectief*, Heerenveen 2009. Aantekening bij 1 Joh. 3:20

⁴ Ds. Gerrit Gunnink, a.w., p. 100

'Heb jezelf lief als je naaste.' Ik beseft, dat we een risico lopen, als we het zo zeggen. Daarom wil ik waarschuwen voor de valkuil van hoogmoed, egoïsme en narcisme. Als je wilt showen: 'O wat ben ik goed, als mens, als gelovige. Kijk mij toch eens vroom zijn. Maar ach, die anderen...'

Vandaar dat ik het in het thema van de preek heel bewust zo geformuleerd heb: 'Heb **in Christus** jezelf lief als je naaste.'

Dat element van 'in Christus' kun je niet genoeg benadrukken. Alleen in de verbondenheid met hem mag het. Omdat hij aan de boezem van zijn Vader rust en omdat hij het hart van zijn Vader voor jou en mij geopend heeft. Voor heel zijn kerk, voor alle heilige samen.

Door de Heilige Geest woont Jezus in jou en jij in hem en zo in God, in Gods hart.

Maar wat moet ik nu met de lesopdracht om een afkeer van mijzelf te hebben vanwege mijn zonden? Ach, dat blijft wel staan. Groot denken over Gods genade en vergeving voor jou kun je alleen in het beseft van je eigen kleinheid en schuld. Je valt jezelf zo vaak vies tegen, als je eerlijk bent. Maar dat verhindert in Christus Gods liefde niet. God is altijd groter dan je hart, dat je vaak miskent en kritiseert.

Johannes schijft:

"Geliefde broeders en zusters, als ons hart ons niet aanklaagt, kunnen we ons vol vertrouwen tot God wenden en ontvangen we van hem wat we maar vragen, omdat we ons aan zijn geboden houden en doen wat hij wil." (1 Joh. 3:21,22)

Via Jezus Christus mogen we ons vrijmoedig en vol vertrouwen wenden tot God. Hij is de Weg! In hem mag je jezelf liefhebben als je naaste. In hem heb je daarnaast je naaste lief als jezelf. En ben je ook niet een naaste voor jezelf?

Zie Gods liefde hierin!

Ik sluit af met het lezen van nog een stuk uit deze eerste brief van Johannes, hoofdstuk 4:11-21:

"11 Geliefde broeders en zusters, als God ons zo heeft liefgehad, moeten ook wij elkaar liefhebben. 12 Niemand heeft God ooit gezien. Maar als we elkaar liefhebben, blijft God in ons en is zijn liefde in ons ten volle werkelijkheid geworden. 13 Dat wij in hem blijven en hij in ons, weten we doordat hij ons heeft laten delen in zijn Geest. 14 En we hebben zelf gezien waarvan we nu getuigen: dat de Vader zijn Zoon gezonden heeft als redder van de wereld. 15 Als iemand belijdt dat Jezus de Zoon van God is, blijft God in hem en blijft hij in God. 16 Wij hebben Gods liefde, die in ons is, leren kennen en vertrouwen daarop. God is liefde. Wie in de liefde blijft, blijft in God, en God blijft in hem.

17 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. 18 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. 19 Wij hebben lief omdat God ons het eerst heeft liefgehad. 20 Als iemand zegt: 'Ik heb God lief, 'maar hij haat zijn broeder of zuster, is hij een leugenaar. Want iemand kan onmogelijk God, die hij nooit gezien heeft, liefhebben

als hij de ander, die hij wel ziet, niet liefheeft. 21 We hebben dan ook dit gebod van hem gekregen: wie God liefheeft, moet ook de ander liefhebben."

Dit is het woord van God!

Amen.