



De Vrucht van **DE GEEST**

• door Sytse de Jonge

**VOOR VEEL MENSEN IS HET EEN DROOM OM TE KUNNEN REIZEN DOOR DE TIJD, SOMS
UIT PURE NIEUWSGIERIGHEID NAAR DE TOEKOMST, SOMS OM GEMAAKTE FOUTEN TE
VOORKOMEN, SOMS OMDAT ZE WEL EENS HEEL PRECIËS ZOULDEN WILLEN WETEN HOE
ÉÉN EN ANDER ECHT GEGAAN IS. WE ZOULDEN BIJNA ALLEMAAL WEL EEN DAGJE MET DE
HEER OP AARDE WILLEN MEEMAKEN, KIJKEN HOE HIJ OVER HET WATER LIEP OF WATER
IN WIJN VERANDERDE, EN WAARSCHIJNLIJK NOG VEEL MEER ERBIJ HEBBEN WILLEN ZIJN
TOEN HIJ DE DOOD OVERWON EN WEER LEVEND AAN ZIJN DISCIPELEN VERSCHEEN.**

Je leven zou nooit meer hetzelfde zijn. Gaan we nog verder terug in de tijd, dan zou ik wel eens de strijd tussen David en Goliath willen zien, of een kijkje in de ark van Noach willen nemen of willen zien hoe God de hemel en de aarde schiep. Misschien is van alle gebeurtenissen uit het Oude Testament dat laatste wel het hoogtepunt, voor mij vermoedelijk wel. Kun je je die explosie van vreugde voorstellen toen God de hemel en de aarde schiep? Hij maakte de hemel en de aarde, Hij scheidde donker van het licht, water van het droge en op de zesde dag schiep Hij de mens, zó dat de mens, man en vrouw, beelddrager van God op aarde zou zijn, zó dat man en vrouw op Hem zouden lijken. En steeds hoor je dat refrein: het is goed, het is goed, het is goed. En tenslotte, pas als de mens er is: alles was zeer goed. Adam en Eva, die pas geschapen werden toen die hele aarde met alles wat erbij hoort voor de mens was toebereid, zijn samen het hoogtepunt van Gods schepping. Wat zijn Adam en Eva mooie mensen geweest, mensen die echt op God leken. En God maakte de mens uit stof, uit aarde, en blies hem levensadem in de neus. Wie anders zou dat kunnen?

Het is niet lang zo mooi gebleven; we kennen de geschiedenis heel goed en na de zondeval lezen we dat Adam een zoon kreeg naar zijn gelijkenis. Omdat Adam op God leek, leek Seth natuurlijk ook op God, maar waarschijnlijk toch niet meer in dezelfde mate als Adam en Eva op God leken, en als we vandaag om ons kijken dan zien we in ieder mens nog steeds de grootheid en de grootsheid van de Schepper weerspiegeld. Maar tegelijkertijd moeten we vaststellen dat heel veel mensen niet meer echt mooi zijn - en dan heb ik

het niet over de buitenkant. Ja, de zonde is doorgegaan van mens op mens. De mens is weer behoorlijk *aards* geworden, behoorlijk *stoffig* zeg maar.

En dan komt de Heer Jezus op aarde en Hij zet alles op zijn kop. Er zijn mensen die willen worden als Hij, en zij gaan Hem volgen. Sommigen volgen Hem bij dag en nacht, anderen hebben maar korte ontmoetingen. Nikodemus was zo iemand die Hem in eerste instantie maar kort ontmoette en dan nog wel 's nachts (Joh. 3:1-21), maar door deze ontmoeting werd zijn leven veranderd: hij bracht honderd pond mirre en aloë voor de begrafenis van onze Heer (Joh.19:39).

Wat geweldig dat de Heer in die nacht tegen Nikodemus zegt dat hij opnieuw geboren kan worden. Nikodemus heeft het niet gelijk door: moet hij opnieuw in de moederschoot gaan om daarna opnieuw geboren te worden? Maar opnieuw geboren worden betekent niet in de eerste plaats dat je voor de tweede (of duizendste) keer geboren moet worden, maar veel meer dat je "van boven" (net als in Joh.3:31) geboren moet worden, uit een nieuwe oorsprong: uit de hemel.

En als je opnieuw geboren wordt, dan krijg je de Geest van het Zoonschap, waardoor je een hemels mens bent. Je mag dan *Abba* (pappa) zeggen tegen Vader (Rom.8:15), je bent dan echt uit God geboren (Joh.1:12, 13). Je verandert: je hoort niet meer bij de eerste Adam, net als Seth ben je niet meer een beeld van Adam, maar je gaat horen bij de laatste Adam (1Kor.15:45v) en je gaat, als het goed is, lijken op Christus. >>



Dat is het ultieme doel van de nieuwe mens: Mooie mensen worden, beeld dragers van God, en van zijn Zoon, *de mens* Jezus Christus zijn, lijken op Jezus Christus.

Dat is hét onderwerp van heel veel teksten in het Nieuwe Testament, bijvoorbeeld:

Het is de discipel genoeg dat hij wordt als zijn Meester (Mat.10:25)

Totdat Christus gestalte in u krijgt (Gal. 4:19)

...naar hetzelfde beeld veranderd...(2Kor.3:18)

...om aan het beeld van zijn Zoon gelijkvormig te zijn...

(Rom.8:29)

En daar kunnen nog wel een paar teksten aan toegevoegd worden.

Opnieuw geboren worden gaat niet vanzelf. Dat kun je zelf helemaal niet. Daar kan alleen de Geest voor zorgen, Hij is degene die je levend maakt. Toen de Heer opgestaan was en aan zijn discipelen verscheen (Joh. 20:19-23), blies Hij op hen en zei tegen hen: Ontvang de Heilige Geest. Het was, denk ik, een verwijzing naar de doop met de Heilige Geest die niet veel later tijdens Pinksteren zou plaats vinden. Het is bijna

onmogelijk om niet te denken aan die eerste keer dat God, in Genesis, de levensadem Adam in de neus blies. En nu blaast de Heer, die zelf de eeuwige God is, opnieuw op aardse, stoffige mensen. Door de Heilige Geest worden mensen opnieuw geboren en iedere gelovige mag weten de Heilige Geest inwonend te hebben - Hij is het zegel van God op ons. (vgl. Ef.1:13).

Opnieuw geboren worden gaat niet vanzelf, maar als je dan bekeerd bent, de Heer hebt aangenomen als jouw Heer, als jouw Verlosser, dan kom je er achter dat je uit jezelf nog steeds niet zo mooi bent. Je doet nog allerlei verkeerde dingen en het lijkt er soms op dat sommige van die dingen nog automatisch gaan, dat je niet dat doet wat je wilt, maar juist dat wat je niet wilt. Dat is de grote les van Romeinen 7, en mensen die zich in die toestand bevinden, die er achter komen dat mooi leven niet vanzelf gaat, voelen zich vaak ellendig (Rom. 7:24), terneergedrukt, neerslachtig, misschien zelfs moedeloos, opstandig of boos.

De oplossing is te leren de Geest de ruimte te geven in jouw leven. De nieuwe natuur heeft geen kracht, alleen de Heilige

Geest kan die kracht geven. Hoe gaat dat? Dat zijn geen moeilijke dingen. Om het eens in modern Nederlands te zeggen: het is geen rocket science...

Leven in en door de kracht van de Heilige Geest kun je niet in je eentje. Het kan door:

- je actief in te zetten , in de kracht van die Geest, met inbreng van alle ijver (2Pet.1:5);
- de Bijbel te lezen en er naar te luisteren omdat de Bijbel het levendmakende Woord van God is;
- te bidden, en dan bedoel ik niet gebeden op te zeggen (ook al mag dat ook wel en ook formuliergebeden kun je echt menen, echt bidden), maar vooral echt contact te hebben en ook te luisteren naar de stem van de Geest;
- gemeenschap te hebben met gelovigen, van elkaar te leren, elkaar te corrigeren en je door anderen te laten corrigeren;
- Christus na te volgen, naar Hem te kijken, Hem te kennen;
- te danken;
- blij te zijn;
- te oefenen (daarover een beetje meer aan het eind van dit artikel);
- de Heer te aanbidden.

De lijst is vast niet compleet, er kunnen zeker nog wel goede tips aan toegevoegd worden. Het laatste punt, de Heer aanbidden, verdient misschien nog wel enige toelichting. Het is bijna een wetmatigheid dat je gaat lijken op datgene wat je aanbidt. We zien het heel duidelijk bij de idolen, de sterren van deze wereld. De zelfde shirtjes dragen (of andere kleding), hetzelfde kapsel als je held, de zelfde taal (woorden) gebruiken als je held, zelfs dezelfde mening hebben over allerlei zaken die belangrijk zijn, zoals over sociale vraagstukken, over politiek, milieu, noem maar op. Ja, je gaat lijken op datgene of diegene die je aanbidt. Het is de bedoeling voor de nieuwe mens, zoals het ook de bedoeling voor Adam en Eva was, om beeldrager van God te zijn, om op Hem te lijken. Als je Christus echt liefhebt, en echt de tijd neemt om Hem te aanbidden, ook buiten de diensten op zondag, dan is het onvermijdelijk dat je steeds een beetje meer op Hem gaat lijken.

Helaas kan ook een christen een vleselijk leven leiden, een leven dat niet mooi is, waar weinig van Christus te zien is.

Zo'n christen wordt gekenmerkt door werken van het vlees, en die zijn niet fraai. We zouden heel wat van die werken van het vlees kunnen opnoemen, er staan heel wat rijtjes in de Bijbel, niet alleen in Galaten 5, maar daar worden we niet vrolijk van. Dus laten we eens kijken naar de vrucht van de Geest, zoals die in Galaten 5:22 beschreven wordt:

De vrucht van de Geest is:

- Liefde (kan je ook lezen met een dubbele punt er achter, dus dat de liefde bestaat uit wat er volgt)
- Blijdschap (vreugde)
- Vrede
- Lankmoedigheid (geduld)
- Goedertierenheid (vriendelijkheid)
- Goedheid
- Trouw (Geloof)
- Zachtmoedigheid
- Zelfbeheersing

Een christen hoeft geen CV te hebben met allerlei geweldige geestelijke activiteiten. Als het goed is, wordt een christen gekenmerkt door de bovengenoemde zaken. De lijst lijkt trouwens geen uitputtende lijst te zijn. Er staan in het Nieuwe Testament nog wel wat positieve eigenschappen genoemd, zoals bijvoorbeeld deugd of wijsheid. Als één van de in de lijst genoemde eigenschappen niet aanwezig is, dan wordt daardoor heel de vrucht een beetje schimmelig (of stoffig, om nog eens op dat woord terug te komen). Ieder mens kan nog iets van de glorie van Adam en daarmee iets van de glorie van God laten zien. Er zijn heel wat vriendelijke, behulpzame, trouwe niet-christenen in deze wereld. Maar alleen een christen kan de glorie van Jezus Christus laten zien. Alleen een christen kan echt het karakter en de gezindheid van Christus (Fil.2) laten zien. Als wij in Christus blijven, dan komt de vrucht "vanzelf", maar de punten die ik hierboven opgenoemd heb, kunnen je enorm helpen om in Christus te blijven. Hoe meer je in Christus bent, hoe meer je weet dat je uit jezelf gewoon niets kunt doen. Als je de Geest op die manier de kans gaat geven (want Hij doet het niet buiten ons om), dan gaat Hij in ons leven de vrucht bewerken en aan de vruchten worden de boom en de mens gekend (Mat.7:16,17). De vrucht van de Geest zou dus heel normaal voor de christen moeten zijn. Dan ga je het ervaren wat Johannes de Doper wellicht bedoelde toen hij zei dat de Heer meer en zichzelf minder moest worden (Joh.3:30).



Laten we de verschillende facetten van de vrucht van de Geest zoals die in Gal.5:22 beschreven worden, eens wat nader bekijken.

Liefde

God is liefde. Dus misschien is dit woord wel de samenvatting van al die andere punten. De Heer zegt het tegen zijn discipelen dat alle mensen zullen weten dat we zijn discipelen zijn als we liefde onder elkaar hebben (Joh. 13:35). Het sluit aan bij de oude (en nog steeds fantastisch mooie!) Joodse geloofsbelijdenis, die gelovige Joden twee keer per dag citeren uit Deuteronomium 6:4,5 : Luister, Israël: de HEER, onze God, de HEER is de enige! ⁵ Heb daarom de HEER, uw God, lief met hart en ziel en met inzet van al uw krachten.

Moderne Bijbelvertalingen lezen inderdaad “de enige” en niet alleen maar “Eén”. De Heer zou onze “One and Only” moeten zijn.

Blijdschap (vreugde)

We hoeven niet heel de dag feestjes te vieren. Sterker nog, dit is bepaald niet gewenst. Met blijdschap wordt dan ook niet zomaar vrolijkheid bedoeld. Ook in tijden van duisternis, van verdriet, van tegenslag, van pijn, van moeite kun je nog steeds de vreugde van de Heer ervaren. Juist in het donkere dal moeten schapen des te beter luisteren naar de stem van de Herder (Psalm 23). Het is goed om er eens over na te denken wie of wat of Wie jouw bron van vreugde is. Karl Barth heeft het eens ongeveer zo gezegd dat vreugde de eenvoudigste vorm van dankbaarheid is. Het is goed om elke dag te beginnen met vreugde door de Heer te danken.

Vrede

Wat wordt het woord “vrede” vaak gebruikt in de Bijbel. Het is de alledaagse Joodse groet. En op die eerste dag van de week... kwam Jezus en zei “vrede zij u” (Joh.20:19v). Vrede is niet maar afwezigheid van oorlog. Nee, vrede is harmonie, *heelheid*, verbondenheid, verzoening... De Geest wil ook dat in jouw leven bewerken.

Lankmoedigheid (geduld)

Lankmoedigheid is echt zo'n oud woord dat niet makkelijk meer te begrijpen is in 2015, maar geduld is een mooie weergave van de tem. Het betekent niet dat je lui of gezapig of melancholiek bent. Het betekent dat je niet snel boos

wordt, net als God. God heeft geen haast om boos te worden.

Goedertierenheid (vriendelijkheid)

We moeten een artikel als dit niet al te ingewikkeld maken, maar hier is het Griekse woord toch op zijn plaats. In het Grieks staat hier “Chrèstos” en dat lijkt wel heel veel op Christos. Toen de christenen net zo genoemd werden, dus toen de uitdrukking net bedacht werd, werden ze ook wel “de vriendelijken” genoemd, er was een beetje verwarring over hoe ze nu gingen heten. Wat een mooi getuigenis! Ze waren christen (en werden dus naar Christus genoemd), maar ze werden ook de vriendelijken genoemd. Laat uw vriendelijkheid bij iedereen bekend zijn (Fil.4:5) zegt Paulus.

Goedheid

Goedheid heeft heel erg te maken met daden. We lezen in Mat.5:16 “Laat zo uw licht schijnen voor de mensen, opdat zij uw *goede werken* zien en uw Vader, die in de hemelen is, verheerlijken.”

Trouw (geloof)

Trouw heeft heel erg te maken met relaties. Ben je trouw in je vriendschappen? Ben je een schuilplaats voor de ander? Maar het heeft ook heel veel te maken met praktisch geloofsvertrouwen. Het is goed om tegen de Heer te zeggen dat je Hem vertrouwt. Trouw heeft te maken met toewijding, integriteit, vastberadenheid.

Zachtmoedigheid

Denk aan Mozes, de man die iemand doodsloeg. Hij stond bekend als de zachtmoedigste mens op aarde. Dit is een mooie aanwijzing dat de gelovige elke eigenschap van de Geest kan aanleren. Zachtmoedigheid is weer zo'n oud woord en we begrijpen het soms niet meer zo goed. Zachtmoedigheid is niet hetzelfde als lafhartigheid, maar het staat tegenover agressie. Zachtmoedigheid lijkt in 2015 niet meer zo erg in de wereld te passen (net als sommige andere eigenschappen trouwens). Zachtmoedigheid heeft ook te maken met nederigheid. De Heer zegt in Mat.11:28v “Komt tot Mij, allen, die vermoeid en belast bent, en Ik zal u rust geven; ²⁹ neemt mijn juk op u en leert van Mij, want Ik ben zachtmoedig en nederig van hart, en u zult rust vinden voor uw zielen; ³⁰ want mijn juk is zacht en mijn last is licht.”

Zelfbeheersing

Over alle andere facetten van de vrucht van de Geest kun je Bijbelteksten vinden die aangeven dat de Heer zo'n facet in zijn leven liet zien. We lezen echter nooit dat de Heer zichzelf moest beheersen. Zoals liefde het begin is en er wellicht een dubbele punt achter moet staan, kun je zeggen dat de zelfbeheersing het uitroepteken is. Hier is discipline, oefening, inspanning voor nodig.

Is het de laatste tijd een beetje stoffig, een beetje aards in je leven? Krijg je weer verlangen naar de vrucht van de Geest in je leven? Ga je watertanden van deze vrucht? Misschien is het dan goed om een beetje te oefenen in het blijven bij en in de Heer.

Christenen mogen mooie mensen zijn, mensen waar God van geniet, mensen die op Jezus Christus lijken.

Nog wat oefeningen die hierbij kunnen helpen (een beetje overlappend wat al genoemd is):

Bid om de vrucht van de Geest. Je hoeft niet te bidden om een verzegeling met de Geest als je al een christen bent. Maar je mag echt bidden om de vrucht van de Geest in je leven.

Lees die gebeden uit Psalm 19:15 en Psalm 139:23,24 nog eens door en bid ze echt. Vraag de Heer met zijn Geest jouw hart en leven te doorzoeken en je te laten zien waar je mag groeien.

Wijd je elke dag aan de Heer toe. Geef vandaag aan Hem! Wees dankbaar, neem echt de tijd om te danken. Wat vergeet ik dat makkelijk. Ik las het pas ergens op Facebook: Wat zou ik morgen nog hebben als ik alleen datgene nog had waar ik vandaag voor gedankt had. Nou, dat was een beschamende gedachte, maar voor ik het weet, vergeet ik het weer...

Neem tijd om te aanbidden, om lof te prijzen.

Oefen in stilte. Ga eens weg van alle drukte en richt je alleen op de Heer. Misschien kun je op zo'n moment al die punten en oefeningen eens met de Heer bespreken, maar vraag Hem toch vooral ook tot jou te spreken. Het is goed om die rustpunten in te bouwen in je drukke leven.

Oefen in vreugde, bijvoorbeeld door dankbaar te zijn.

Oefen ook in nederigheid, leer van de Heer die de voeten van zijn discipelen waste. Een hele lastige les om de kleinste te zijn.

Oefen in vertrouwen. Waar is je bron? Nog beter: Wie is je bron?

Dit artikel is gebaseerd op "Vrucht van de Geest" – Jos Douma en "De vrucht van de Geest" – Noor van Haaften

