

Gemeente van onze Heer Jezus Christus,

“Neem mijn juk op en leer van mij, want ik ben zachtmoedig en nederig van hart” (Matt 11:25). Vandaag gaat het over zachtmoedigheid, de achtste vrucht van de Geest. Zacht van gemoed zijn... dat is wat het woord in onze Nederlandse taal betekent. Het woord zachtmoedigheid kan wat soft klinken. Dat je aardig, lief en zacht moet zijn. En dat is helemaal niet populair in onze maatschappij. Laat ons eerlijk zijn: in de wereld waarin wij leven laat weinig ruimte voor zachtheid. Succesvol en sterk zijn, weerbaar zijn en assertief. Dat zijn veel eerder de waarden die de klok slaan. Toch hoort zachtmoedigheid tot het hart van het christelijk geloof. We horen het vandaag in het evangelie. ‘Ik ben zachtmoedig en nederig van hart... leer van mij’. Zachtmoedig zijn in de omgang met anderen is een opdracht. Jezus zelf spoort ons aan om van hem te leren en te groeien in zachtmoedigheid en nederigheid.

Nu is het vaak verhelderend om te kijken naar de betekenis van Bijbelse woorden. In Galaten 5 gebruikt Paulus het woord *prautès*, dat in onze vertalingen steeds met zachtmoedigheid wordt vertaald. De achtergrond van dat woord spreekt boekdelen. Want *prautès* werd ook gebruikt voor een getemd paard. Wanneer de Grieken ten strijde trokken, hadden zij sterke, maar ook betrouwbare paarden nodig, die niet snel op hol slaan in het midden van de strijd. Een getemd paard werd *praus* genoemd, hetzelfde woord dat Jezus gebruikt in Mattheüs 11. Zo'n paard is nog steeds oersterk, maar het heeft wel leren luisteren naar de stem van haar meester. Zodat ze geschikt is voor de strijd. In het woord zachtmoedigheid trilt dus ook iets door van gehoorzaamheid en discipline. Zachtmoedigheid is niet soft. Het heeft wel te maken met een bepaalde mildheid, maar ook alles met standvastigheid.

In het boekje ‘Je bent een mooi mens’, beschrijft Jos Douma zachtmoedigheid als volgt: “een zachtmoedig mens is iemand die in zijn of haar relaties met andere mensen niet handelt vanuit trots of macht, maar die kan incasseren, die agressiviteit beantwoordt met vriendelijkheid, die in een confrontatie reageert vanuit een bescheiden en milde ziel. Het gaat om een innerlijke houding die voor iedereen zichtbaar is” (*Je bent een mooi mens*, blz. 112).

Zachtmoedigheid staat tegenover agressiviteit. ‘Hardmoedigheid’ zou je ook kunnen zeggen. Hard zijn van gemoed. En daar is de wereld vol van! Mensen die zich zo staan op te winden, dat je bang bent dat iemand een mep zal uitdelen. Geweld tegen ambulancepersoneel. Voetbalfans die de boel kort en klein slaan. Harde woorden, mensen die elkaar overschreeuwen... het is aan de orde van de dag. Mensen die het slachtoffer worden van agressiviteit of zinloos geweld, hebben daar vaak nog jarenlang last van. Ook harteloze woorden laten vaak hun sporen na; ze zorgen voor krassen op de ziel, kwetsuren die moeilijk helen.

Hardheid is niet alleen een probleem van onze individualistische maatschappij. Tot de tanden bewapend zijn, hard terugslaan als een ander je heeft zeer gedaan. Het is van alle tijden. Maar de Bijbel spoort ons aan om te groeien in zachtmoedigheid, om te midden van deze harde wereld een andere houding aan te nemen. We kijken vandaag naar Mozes en naar Jezus, want van beiden valt veel te leren als je wilt groeien in zachtmoedigheid.

Net als Jezus was Mozes zachtmoedig en geduldig. Het boek Numeri zegt het zo: “Nu was Mozes een zeer bescheiden man – niemand op de wereld was zo bescheiden als hij” (Num 12:3). Of in de oude Statenvertaling: “de man Mozes was zeer zachtmoedig, meer dan alle mensen die op de aardbodem waren”.

Het verhaal in Numeri 12 gaat over een crisis in leiderschap. Er beginnen scheuren en barsten te ontstaan in de gemeenschap en Mozes wordt aangevallen, zijn positie hard onderuit gehaald. Hoe reageer je als er kritiek wordt geuit op je positie, op de taak die je hebt gekregen? Ga je het gesprek aan, of schiet je in de verdediging?

'Niemand is zo zachtmoedig als hij'. Wanneer dit over Mozes wordt gezegd, is hij al oud. Zachtmoedigheid hoorde niet altijd bij zijn karakter. Mozes heeft het door schade en schande geleerd. Tekenend is het verhaal in Exodus 2. Daar lezen we in vers 11 dat Mozes 'volwassen geworden was'. Maar even later slaat hij wel een Egyptenaar dood, als hij ziet hoe een Hebreër wordt afgeranseld. Kwaad en doldriest van het onrecht dat hij niet aan kan zien, neemt hij het recht in eigen handen en neemt hij een leven. Die ervaring, het kwaad dat hij deed ondanks zijn goede bedoelingen, de agressie in hemzelf die hij toen niet beteugelen kon... het is hem altijd bij gebleven.

Maar Mozes is niet langer diezelfde man die zichzelf niet beheersen kon. Jaren later wordt hij geroepen om de Israëlieten uit Egypte te leiden. Schoorvoetend, maar toch gehoorzaam, doet hij wat God zegt. Er volgt een hardnekkige en grillige strijd met farao... de tocht door het water van de Rietzee, en dan 40 jaar zwerven door de woestijn met een heel volk. Met mannen en vrouwen, kinderen en bejaarden. Ze trekken van oase naar oase, lijden aan honger en aan dorst, worden overvallen door vijandige nomadenvolken. De Israëlieten worden moe, ze verliezen de hoop en beginnen zich te beklagen bij Mozes. Had ons maar in Egypte gelaten! Daar hadden wij tenminste te eten en te drinken.

Mozes krijgt veel kritiek te verduren en dat heeft van hem een zachtmoedig mens gemaakt. Hij heeft geleerd om veel te verdragen. Maar nu komt het nog dichter op de huid. Want in Numeri 12 komt de kritiek van zijn eigen broer en zuster. Het is behoorlijk pijnlijk wat we hier lezen. Mirjam en Aäron voelen zich achtergesteld en vinden dat zij net zo goed door de Heer zijn aangesteld. Spreekt de Heer niet ook 'door onze mond'? – vragen zij zich af. Maar dan halen ze er ook iets anders bij. 'Hij is met een Nubische getrouwd', roepen ze. Ze hebben het over Zippora, die zij blijkbaar met argusogen bekijken.

Ook hier is niets nieuws onder de zon. Als er kritiek is op een leider en gevoelens van rivaliteit en achtergesteld worden een rol spelen, dan gebeurt het vaak dat mensen het persoonlijk maken. En dat zien we ook hier gebeuren. Aäron en Mirjam voelen zich ontevreden over hun eigen positie, en ze beginnen Mozes te ondermijnen. Rivaliteit tussen broeders en zusters... verongelijkheid en onbegrip. De spanning stijgt... de lucht trilt. Een harde confrontatie ligt op de lier. Eén woord, één blik kan maken dat het helemaal misgaat tussen Mozes en zijn broer en zus.

Maar Mozes reageert helemaal niet. Wel lezen alleen in vers 2 dat 'de Heer dit hoorde'. En het is ook God zelf die hier ingrijpt, die Mozes, Aäron en Mirjam gebiedt om zich naar de tent der samenkomst te begeven. Daar verschijnt de Enige in een wolk, en spreekt hij tot hen: dat Hij zijn vertrouwen heeft gesteld in zijn dienaar Mozes, omdat hij hem altijd trouw is gebleven. Tot hem spreekt hij direct en duidelijk, en niet in raadsels. In die woorden van de Heer, voel je iets van de innige band die Mozes heeft met de Heer. Hoe hij met hem leeft, en in alles op hem vertrouwt, wat hem ook toegeworpen wordt. Daarom hoeft hij ook niet te reageren en wacht hij tot God zelf tussenbeide komt. Zo gaat dat vaak met conflicten die zo vastlopen, dat wij zelf niet meer in staat zijn om het venijn eruit te halen. Daarin komt alleen maar ruimte, als God gaat spreken. Alleen zo keert de rust weer terug.

En dat brengt mij bij Jezus. Want als je iets wilt leren over zachtmoedigheid, dan mogen we naar hem kijken. Jezus is zelf het levend voorbeeld geworden van zachtmoedigheid. Jezus zegt het ook zelf: 'ik ben zachtmoedig en nederig van hart'. Nooit heeft hij zich laten verleiden om te reageren vanuit trots of laatdunkendheid. Hij kon zich wel kwaad maken over onrecht, maar nooit heeft hij zich laten verleiden tot geweld of agressie. Reageren vanuit trots, wrok of macht is hem vreemd. Jezus zweeg toen hij geschopt en geslagen werd. Slechts een 'u zegt het', verlaat zijn mond.

Jezus stond in een continu conflict met de Farizeeën en Schriftgeleerden. Keer op keer is daar die onrust, elke keer wanneer Jezus aan mensen de Schriften uitlegt, duiken zij weer op met hun kritiek. Ze belagen hem en vallen hem aan. Ook in Mattheüs 11 speelt dat een rol. Verderop in het Mattheüsevangelie, in het 23<sup>e</sup> hoofdstuk zegt Jezus over de farizeeën en Schriftgeleerden:

*Ze bundelen alle voorschriften tot een zware last en leggen die de mensen op de schouders, terwijl ze zelf geen vinger uitsteken om die te verlichten. (Matt 23:4)*

De Thora bestaat uit leefregels en voorschriften voor een goed leven, een leven tot eer van God. Maar de farizeeën en Schriftgeleerden maakten alles zo zwaar, zo juridisch, dat de genade en de liefde van God verdrukt werd. En nu zegt Jezus: neem mijn juk op en leer van mij. Want zijn juk is zacht.

Nu is het nuttig om even stil te staan bij dat juk. Een juk werd in de tijd van Jezus veelvuldig in de landbouw gebruikt en het werd doorgaans door twee dieren getorst. De buffels die het juk dragen bij het ploegen van de aarde beseffen het niet: maar het juk verdeelt het gewicht over hun schouders en maakt hun last lichter. Ze dragen het juk samen. Daardoor is het juk niet te zwaar. En met dat beeld in gedachte mogen we ook naar Jezus kijken. Het juk dat Jezus draagt is licht omdat hij zich in de last die hij dragen moet, verbonden weet met de Vader. Jezus zegt het heel duidelijk in de voorgaande verzen (vv. 25-27): alles wat hij verkondigt is hem toevertrouwd door de Vader. Niemand kent de Vader zoals de Zoon, en niemand kent de Zoon zoals de Vader. Zijn last is licht omdat hij zich gedragen weet door de Vader.

Jezus zegt tot ieder van ons: neem mijn juk op en leer van mij. Daarmee bedoelt hij: neem mijn Thora op je, mijn uitleg. Leef naar de regels zoals ik ze heb gegeven. Wanneer Jezus de Schriften uitlegde, ging hij terug naar de bron, de geest van de letter. 'Heb de Heer uw God lief met heel uw hart, en met heel uw ziel en heel uw verstand', 'en heb de naaste lief als jezelf'. Zo vatte Jezus de hele wet en profeten samen (Matt 22:37-40). Op liefde is de Schrift gebouwd.

Kom naar mij, en leer van mij. Hoor je die genadige uitnodiging? Want bij hem is rust en vergeving. Steeds verkondigde Jezus hoe barmhartig God is; dat zijn liefde uitgaat naar ieder mens en dat je bij hem op adem mag komen. Zachtmoedigheid en nederigheid: dat zijn de kernwoorden van Jezus' verkondiging. Het vat ook helemaal samen hoe hij met mensen op weg ging: geduldig en vriendelijk, dienstbaar tot het einde; nooit ongeduldig, eindeloos barmhartig, altijd liefdevol luisterend naar mensen, ook als ze dat niet verdienden. Alles verdroeg hij, alles aanvaardde hij uit liefde voor anderen. Vandaag zegt hij tegen ons:

*Kom tot mij, want ik ben een bron van rust.  
Leer van mij en drink mijn woorden in.  
Ik ben het die liefde is, die jou rust wil geven.  
Wat ik je leer is niet te hoog of te zwaar,  
geen juk dat je niet dragen kunt.*

Als christenen, en als broeders en zusters, zijn wij geroepen om te groeien in zachtmoedigheid en geduld. Zachtmoedigheid is de moed om zacht te zijn. Onthoud dat vandaag. Denk aan Mozes als je bekritiseerd wordt, of je aangevallen voelt. Zoek dan, zoals Mozes deed, eerst je hulp bij God. Bid om wijsheid. Bid om standvastigheid en de discipline om te leren zwijgen, en je problemen in Gods handen te geven. Je zult versteld staan wat er gebeuren kan als je Gods Geest de ruimte geeft.

Zachtmoedigheid is een vrucht van de Geest. Het is de Heer zelf die de moed om zacht te zijn in onze harten laat groeien. Maar het vraagt ook iets van ons. Dat wij onze schouders onder dat zachte juk van Jezus zetten. Dat wij leren leven uit zijn woorden. Dat vergeving, geduld en

mild kunnen reageren niet slechts woorden zijn, maar een levenswijze. Groeien in zachtmoedigheid en nederigheid: dat leer je in gemeenschap met elkaar, dat leer je in de kerk. Want hier geldt niet het recht van de sterkste. In de kerk klinkt een ander geluid: die boodschap van naastenliefde en vergeving, zorg voor elkaar. Hier leer je dat zachtmoedigheid niets met zwakte te maken heeft, maar dat er moed voor is en kracht. Denk aan het getemde paard, waar we mee begonnen. Groeien in zachtmoedigheid vraagt om oefening en zelfonderzoek, om discipline ook. Maar als je gaat op de weg die Jezus ons is voorgegaan, als je zijn leer werkelijk op je leven legt en je luistert naar zijn stem, dan zul je zien dat je zult groeien in mildheid. Je leert om je krachten anders te gebruiken: om onverschilligheid te beantwoorden met dienstbaarheid, boosheid met vriendelijkheid, haat met liefde. De kunst om nederig te zijn krijgt vaste grond in jou, omdat je rust hebt gevonden in Hem. In Christus de Levende.

Ga dan op zijn wegen en leer van Hem.

Want zalig zijn de zachtmoedigen en de nederigen van hart,

zalig de vreedstichters.

Amen.