

# VREDE MOET JE DOEN

zondag 23 juni 2019

voorbereid door Bert Dijkman en Tamme Wiegersma

## Vrede, hoe doe je dat?

Tekst: Jakobus 3:16-18, Jakobus 4:1-6

Thich Nhat Hanh is monnik, zenleraar, schrijver en vredesactivist.

Hij zegt: Iedere Stap is Vrede. Dat is nogal wat!

De Dalai Lama schrijft een kort Voorwoord in dit boekje. Hij schrijft: "Vrede moet eerst in onszelf gestalte krijgen en ik geloof dat liefde, mededogen en altruïsme de voorwaarden hiertoe zijn."

Het doen van vrede heeft veel gezichten, veel verschillende kanten.

Als ik het aan u, aan jou zou vragen, krijg ik allerlei antwoorden.

Vrede is omvangrijk, niet in een enkel woord te vatten.

Ten grondslag van VREDE is met de name de vraag:

hoe vind je vrede in en met jezelf?

Met jezelf in het reine komen: "zalig de reinen van hart", zegt de Bergrede.

De wereld draait immers niet om jou, of om mij.

Maar: waar haal je dan moed, de inspiratie vandaan?

Dat kan :

Door bv. het lezen van en het luisteren naar verhalen. Verhalen die zeggen dat het anders kan.

Nelson Mandela bv. Hij was ahw. een vleesgeworden verzoener geworden, compromis bereid, tot het doen van vrede bereid.

Daar heb je soms een leven lang voor nodig.

Maar...die verhalen moeten we doorgeven.

Daarbij horen ook verhalen bv. uit de bijbel. Zoals de Bergrede van Jezus.

Het gaat om verhalen die ons iets zeggen over mensen . Mensen die vanuit kwetsbaarheid de wereld probeerden wakker te schudden.

Mensen zoals bv. de profeten, beschreven in de bijbel.

Jona wilde vrede brengen voor de stad Nineve, voor haar bewoners, en voor de dieren in die stad. Dit verhaal tekent ons dat we de moed niet moeten verliezen, ook al zien we het soms niet zitten. Door vol te houden breng je vrede. Gold dat ook niet voor het kerkasiel dat we meemaakten in de Bethel? Vrede vraagt uithoudings- en doorzettingsvermogen.

Jacobus vertelt er ook over. Het gaat om de dagelijkse dingen. Het gaat om de praktijk, zegt Jacobus. We hoorden het net in de Lezing.

Daarbij vallen woorden als: naastenliefde, gebed, met respect omgaan met de medemens.

De medemens – met name die medemens die in nood. De buurman die verpietert in zijn flatje, omdat niemand naar hem omkijkt, de drenkeling in de Middellandse Zee. "Wie redt mij?"

"De vrucht van gerechtigheid wordt in vrede gezaaid door hen die vrede doen!", zegt Jacobus.

Vrede is veel meer dan de wapens inleveren. Uiteindelijk gaat het erom dat we echt –voluit- naaste moeten zijn voor die ander. **Dan doe je vrede!**

Armoede, hulpeloosheid moeten we bestrijden.

Marshall Rosenberg schreef erover in zijn boek: "De taal van de Vrede."

Hij is een internationaal bekende vredestichter. Het gaat om geweldloos en effectief communiceren, zodat er meer vrede ontstaat in jezelf en in je omgeving. Het is belangrijk, zegt hij, dat we onze

gevoelens, behoeftes en verzoeken op zo'n manier verwoorden, dat ze een geschenk zijn. Ze zijn een geschenk omdat de ander nu weet wat er in ons leeft en kan gaan geven, wat in wezen ieder mens heerlijk vindt.

Hoe leren we te luisteren naar de gevoelens en behoeftes achter de uitspraken van andere mensen?

Dat is niet simpel. Dat gaat met mondjesmaat. Maar kleine daden kunnen van grote betekenis zijn of worden.

Dat vraagt om buiten je eigen grenzen te kijken. Ook buiten je eigen godsdienst. Ten diepste draait immers iedere godsdienst om liefde, en nooit om haat. Waarbij we moeten constateren dat het bij religieuze gemeenschappen nooit mag gaan om een partij of partijen, maar om eenheid.

De verhalen bv. uit de bijbel of uit de koran moeten we vertellen aan iedereen die ze horen wil.

Daarmee geef je vrede door. Doe je vrede.

**“Gelukkig de vreedstichters, want zij zullen kinderen van God genoemd worden”, zo staat het in de Bergrede van Jezus.**

Hierbij kun je vragen stellen, zoals:

-leef ik vanuit het bewustzijn dat ik een kind van God ben en dat ik in vrede met Hem mag leven?

-verspreid ik een sfeer van vrede, of ben ik juist de bron van allerlei spanningen?

-kan ik conflicten aangaan, zonder dat ik daarmee mensen beschadig of onrecht doe?

-ben ik bereid om onbevooroordeeld naar iemand te luisteren, zijn/haar belangen te erkennen en indien nodig compromissen te sluiten?

-bid ik om vrede in de wereld? En verwacht ik dat, als een gave van God, terwijl ik zelf bijdraag aan vrede waar dat binnen mijn vermogen ligt?

Het is het proberen waard. Volmaakt zal het in deze wereld nooit worden, maar dat vraagt niemand.

Het gaat ook om verbindingen te maken tussen mensen. Begrip hebben voor elkaar. Onbekend maakt onbemind. Laten we echt blijken dat we elkaar lief hebben? Juist ook in een kerkelijke of religieuze gemeenschap!

**Zeker in de tijd waarin wij nu leven gaat het om het sociale aspect!**

**Verbindingen leggen vraagt inzet.**

Wat is onze lichaamstaal, wat zijn onze bewegingen, hoe is je gezichtsuitdrukking, hoe je intonatie van je stem?

Durven we onszelf echt te laten zien; het praatje over het weer kun je rustig overslaan!

Probeer vragen te stellen die hout snijden door werkelijk inhoudelijk te reageren op die ander.

Luisteren is een kunst op zich!

Als je zelf je eigen ego klein houdt, voelt de ander zich belangrijk en verbonden.

Focus vooral ook op het goede. Het cynische stemmetje komt gemakkelijk om de hoek kijken.

En...een glimlach werkt aanstekelijk. Noem die ander bij de eigen naam: Diens naam is het mooiste wat een ander kan horen! Niks nieuws, en toch....

**Vrede moet je doen.** Elke dag opnieuw. Door er te zijn voor die ander, in jouw eigen straat, maar ook voor de mens die op de vlucht is, die in oorlogsgeweld verkeert.

Kortom, zegt Thich Nhat Hanh:

Het gaat om:

Vrede in en met jezelf.

Vrede met de ander.

Vrede in de wereld.

Nee, zegt Jacobus, dat is geen vlucht uit de werkelijkheid van elke dag. Maar het is het zoeken naar

een betere wereld. Dat vraagt om wijsheid. Om te dromen en te hopen.  
En dat vraagt om ons in te zetten , meer dan ooit, voor onschuldige mensen, voor slachtoffers van oorlog, voor slachtoffers van onze zelf bedachte regels, voor ..... vult u maar in.

Of samengevat.....:

De voormalige president Vaclav Havel van Tsjecho-Slowakije was ook een vrede-stichter.

Havel schreef een mooi gedicht over vrede.

Het heet:

De weg van de hoop

Diep in onszelf dragen we hoop:  
als dat niet het geval is,  
is er geen hoop.

Hoop is de kwaliteit van de ziel  
en hangt niet af  
van wat er in de wereld gebeurt.

Hoop is niet te voorspellen of vooruit te zien.  
Het is een gerichtheid van de geest,  
een gerichtheid van het hart,  
voorbij de horizon verankerd.

Hoop,  
in deze krachtige betekenis  
is niet hetzelfde als vreugde  
omdat alles goed gaat  
of bereidheid je in te zetten  
voor wat succes heeft.

Hoop is ergens voor werken  
omdat het goed is,  
niet alleen omdat het kans van slagen heeft.

Hoop is niet hetzelfde als optimisme  
evenmin overtuiging  
dat iets goed zal aflopen.  
Wel de zekerheid dat iets zinvol is  
afgezien van de afloop,  
het resultaat.

Kortom: vrede moet je DOEN.

Laten we elkaar “vrede” toewensen met een handdruk.

Daarna zingen we: “Voor kleine mensen is Hij bereikbaar”, Verzameld Liedboek 76.