

PREEKKRACHT Zondag 14 mei 2017

Vrucht van de Geest: zelfbeheersing

Laat je leiden door de Geest! (Galaten 5:23)

Zelfbeheersing is het negende en laatste onderdeel van de vrucht van de Geest. We zouden misschien liever tot acht tellen. Want wat is dat mooi: liefde, vreugde, vrede, geduld, vriendelijkheid, goedheid en zachtmoedigheid! Maar als we tot negen tellen, komt ook zelfbeheersing om de hoek kijken. Willen we dat wel?

Verslaafd aan van alles en nog wat

We leven in een cultuur die niet door zelfbeheersing maar door zelfexpressie wordt gekenmerkt: 'Ik doe wat ik wil, wat goed voelt. Ik doe wat me komt aanwaaien want ik wil authentiek zijn.' Alle vormen van verslaving die we kunnen bedenken (aan eten, werken, social media, porno, alcohol, aandacht, drugs, games enzovoort) hebben te maken met gebrek aan zelfbeheersing: dat je geen weerstand kunt bieden aan verleidingen en zondige neigingen. Zelfbeheersing als vrucht van de Geest geeft aan: ook het geestelijke leven komt je niet vanzelf aanwaaien. Er is discipline, inspanning, oefening nodig. In de directe context van de vrucht van de Geest (Gal. 5:22-23) gaat het niet voor niets ook over: 'misbruik de vrijheid niet om eigen verlangens te bevredigen' (13), 'niet gericht zijn op eigen begeerten' (16), 'u kunt niet doen wat u maar wilt' (17), 'wat onze eigen wil teweegbrengt: ontucht, zedeloosheid en losbandigheid' (18). En: 'Wie Christus Jezus toebehoort, heeft zijn eigen natuur met alle hartstocht en begeerte aan het kruis geslagen' (24).

Van de eerste naar de laatste plaats

Maar moeten we het dan toch weer zélf doen? Het is belangrijk om te zien dat Paulus zelfbeheersing als laatste element noemt. In het Griekse denken van zijn tijd stond *engkrateia* op de eerste plaats als de meest fundamentele menselijke deugd. Xenophon, leerling van Socrates (5e eeuw voor Christus) zei: 'Wie kan zonder zelfbeheersing ook maar één goed ding leren of

in de praktijk brengen?' En die zelfbeheersing betekende dan ook: 'Ik moet het zelf doen, ik moet heer zijn over mezelf én ik doe het voor mezelf'. Maar wat zet Paulus op de eerste plaats? Liefde! God is liefde. En wat hij in ons wil uitwerken is altijd allereerst zijn liefde. Het gaat om liefdevolle vreugde en vrede enzovoort en ook om liefdevolle zelfbeheersing.

Laat maar waaien

Tegen sommige christenen die denken dat het leven zoals God dat wil je vanzelf komt aanwaaien, zegt Paulus: 'vergeet de zelfbeheersing niet'. Wie christen is moet niet zeggen: 'Ik hoef niets meer te doen. De wet heeft afgedaan. Laat maar waaien. Laat de Geest het werk maar doen.' Maar die Geest schakelt ons niet uit maar in. Hét grote gebod is nu: 'Laat je leiden door de Géést!' Zelfbeheersing is: de Geest van Christus laten heersen over jouw 'zelf'. Zelfbeheersing is geen zelf-werkzaamheid maar Geest-werkzaamheid. Als Paulus in het beeld van de wedloop zegt 'Ik hard mezelf en oefen me in zelfbeheersing' (1 Kor. 9:27), dan is ook die inspanning iets wat door de Geest in hem wordt gewerkt. Zelfbeheersing wijst ons de weg van een kruisvormige levensstijl, achter Christus aan. Laat dat woord *engkrateia* (waar het woord 'kracht' in zit) ons vooral doen denken aan de kracht van de heilige Geest in ons, de kracht van de gekruisigde Christus, de kracht van de liefde die God in ons heeft uitgegoten (Rom. 5:5: 'Gods liefde is in ons hart uitgegoten door de heilige Geest, die ons gegeven is').

Jezus is Heer

Christelijk leven begint niet bij zelfbeheersing. Het begint bij 'Jezus is Heer'. Het begint bij de Geest die ons dat leert zeggen (1 Kor. 12:3). Het begint bij de overvloedige liefde die God voor ons heeft. Die liefde, die genadige kracht van God in Christus door de Geest, die is levensveranderend.

Bijbelgedeelten

Matteüs 4:1-11

Spreeken 25:28

Galaten 5:13-26

2 Petrus 1:1-8

Gespreksvragen

1. Wat is volgens jou het verschil tussen zelfbeheersing en zelfexpressie?
2. Geestelijk leven komt je niet vanzelf aanwaaien. Ben je het daarmee eens? Wat is volgens jou de plaats van gehoorzaamheid in je leven met Christus?
3. Hoe verhouden liefde en zelfbeheersing zich tot elkaar?
4. Zelfbeheersing betekent dat je de Geest Heer laat zijn in je leven. Ben je het daarmee eens?
5. De vrucht van de Geest kan niet zonder het kruis van Christus. Kun je dat uitleggen en toepassen voor je eigen leven?

Websites

www.josdouma.nl

www.levenindekerk.nl

www.plantagekerkzwolle.nl



Plantagekerk
Zwolle