

2 Ideeën uit het verleden loslaten Marcus 5:21-23;35-43

a

opmaat

Een mens staat nooit als een geïsoleerd wezen in een eigen universum. Er is altijd een wisselwerking tussen de persoon en de buitenwereld.

Vanaf het moment dat je geboren wordt is er de relatie met je ouders, met je familie en word je beïnvloed. Alles wat je van je familie meekrijgt, of het nu gaat om materiële of immateriële dingen, kun je beschouwen als erfgoed.

Je kunt dat erfgoed namelijk gebruiken voor de inrichting van je eigen toekomst. Het kan je helpen bij je ontplooiing tot een volwassen en vrij mens.

- *Noem voorbeelden uit je eigen leven.
Bijvoorbeeld de liefde van je grootvader voor dieren heeft invloed gehad op jouw keuze om dierenarts te worden.*

Maar dat erfgoed kan je soms ook tot last zijn en je hinderen. Het heeft dan meer het karakter van iets wat je moet doen, een opdracht. Je zou dat kunnen vergelijken met een kostbare antieke klok die je erft. Die klok is de trots van de familie. Hij is nog van je betovergrootmoeder geweest. En alle generaties hebben de klok met alle zorg omringd die nodig was. Het uurwerk laten controleren en repareren, het hout in de was gezet. Maar jij hebt een hekel aan klokken. Je houdt het niet lang uit bij dat irritante getik. Wat doe je?

Dit is natuurlijk een heel concreet voorbeeld en de oplossing is misschien niet zo moeilijk. Maar immateriële dingen kunnen je ook belemmeren bij je ontplooiing. Stilzwijgend of openlijk, werden/worden er allerlei dingen van je verwacht. Een manier van leven, van omgaan met anderen, een rol binnen je familie. Je grootvader was bakker, je vader ook, en van jou wordt dat ook verwacht.

- *Hoe is dat in jouw leven gelopen? Van welk 'erfgoed' heb je afstand gedaan? Of waarvan heb je achteraf spijt dat je meegegaan bent in het verwachtingspatroon?*

b

bijbel

Marcus 5:21-23 en 35-43

Dochtertje van Jäirus, Marcus 5: 21-23 en 35-43 (GDB vertaling)

21 Jezus was met het schip weer overgestoken naar de overkant, toen de mensen weer naar hem toekwamen, bij de zee.

22 Een overste van de synagoge kwam bij hem, hij heette Jäirus.

23 Jäirus viel voor de voeten van Jezus neer en smeekte hem dringend:

'Mijn dochter is ernstig ziek, kom mee en leg haar de handen op, zodat ze blijft leven.'

Jezus ging met Jäirus mee. (.....)

35 Maar enkele mensen kwamen uit het huis van de overste naar hem toe en zeiden:

‘Uw dochter is gestorven, val de meester verder niet lastig.’

36 Maar Jezus luisterde niet naar wat gezegd werd en zei tot de overste:

‘Wees niet bang, geloof alleen.’

37 Jezus stond niemand toe met hem mee te gaan, behalve Petrus, Jakobus en Johannes, de broer van Jakobus. 38 Ze kwamen bij het huis van de overste en zag de mensen die luid huilden en klaagden. 39 Toen hij binnenkwam zei hij:

‘Waarom maken jullie zo’n misbaar en huilen jullie? Het kind is niet gestorven, maar het slaapt.’

40 En ze lachten hem uit, maar hij stuurde hen naar buiten. Hij ging met de vader en moeder het vertrek van het kind binnen, samen met de leerlingen die bij hem waren.

41 Toen pakte hij de hand van het kind en zei tegen haar:

‘Talita koem’, wat betekent ‘Meisje, ik zeg je, sta op’

42 En het meisje stond onmiddellijk op en kon lopen, want ze was twaalf jaar.

Iedereen was stomverbaasd. 43 En hij benadrukte dat niemand dit te weten zou komen en zei dat ze haar te eten moesten geven.

Toelichting:

Het dochtertje van Jäirus is twaalf jaar, ze staat op de drempel van de volwassenheid. In Israëel betekende dit de huwbare leeftijd.

Maar die drempel is kennelijk te hoog voor haar, ze kan hem niet over.

Je zou kunnen denken dat ze bijvoorbeeld klein gehouden is, onmondig.

Misschien leek het op anorexia nervosa want Jezus zegt aan het slot dat ze haar te eten moeten geven.

Leefde ze misschien in een glazen huis, als dochter van de overste van de synagoge? Moest ze altijd fatsoenlijk en netjes zijn?

Werd haar altijd precies verteld hoe ze zich moest gedragen?

Kon ze niet volwassen worden?

We kennen haar als dochter van haar vader, niet onder haar eigen naam.

- *Hoe was dat toen jij jong was? Welke relatie had jij met je vader, je moeder?*

Het eerste wat Jezus doet is het hele gezelschap van klagers naar huis sturen. Slechts met de ouders en drie van zijn discipelen gaat Jezus de kamer binnen. Binnen deze beslotenheid voltrekt zich het wonder.

Jezus doorbreekt het patroon waar het meisje onder lijdt. Hij legt haar niet de handen op, zoals bij vele andere genezingen, maar neemt haar bij de hand. Hij zet haar als het ware op haar eigen voeten. Hij behandelt haar als de persoon die zij worden kan, niet als degene die zij is geweest.

En dat maakt dat dit het verschil kan zijn tussen doodgaan of in leven blijven. Jezus nodigt haar uit, bemoedigt haar om haar eigen weg te gaan. Om zelf het leven te durven wagen.

- *Wat helpt jou om je eigen weg te gaan? Welke rol speelt geloof hierbij?*

Verandering in je Godsbeeld

U kent ze wel, die meisjes van vijf. Twee pittige staartjes die eigenwijs de wereld in priemen, stoere laarsjes onder een knalroze jas en een mondje dat niet stil staat en vooral veel vragen stelt... Op weg naar de dierenwinkel trekt ze aan mijn mouw en wijst naar de hoge toren en ramen van de gotische kathedraal. 'Wat is dat voor een winkel?' vraagt ze. 'Dat is geen winkel, dat is een kerk.' 'Wat is een kerk?' Ik aarzel. Wat zal ik haar antwoorden? Als ik zeg: de kerk is het huis van God, of daar woont God, zal ze zeker vragen: 'Wie is dat, God?' Maar als ik zeg: de kerk is een gebouw daar komen mensen samen om te bidden, dan zal ze vragen: 'Wat is bidden?' Als ik dan zeg: bidden is praten met God, dan zal ze mij ook vragen: 'Wie is God?' Hoe leg je dat uit aan een meisje van vijf, van wie de ouders geloof en kerk al lang de rug hebben toegekeerd. Ik pak haar hand en duw tegen de zware deur die op een kier staat. We lopen zwijgend naar binnen, schuiven een van de banken in. Ze kijkt met grote ogen om zich heen. Stil zitten we daar. Na een tijdje neem ik haar weer bij de hand en samen lopen we naar buiten. Bij de deur vraagt ze zachtjes: 'Wie woont daar?' 'Daar woont God', is mijn antwoord. 'Dat dacht ik al', zegt ze...

(Landelijke stichting IKOS 2014, 10)

- *In dit verhaal zou God in de kerk wonen. Hoe denk jij daar over? Woont God ergens?*
- *Kun je iets zeggen over de manier waarop jouw beeld van God zich heeft ontwikkeld?*
- *Wie of wat heeft daar invloed op gehad?*

Verandering door de Coronacrisis, nieuw Doopsgezind Peil

We hebben een bijzonder jaar achter de rug, vanwege de coronacrisis. Niets leek meer vanzelfsprekend. Ook binnen onze Doperse gemeenschappen niet. Het liet ons dieper beseffen wat binnen onze geloofstraditie werkelijk van waarde is. Wat ons dierbaar is en wat we misschien wel anders zouden willen.

Een crisis kan als een soort meet-moment gezien worden. Zoals in Nederland het NAP werkt. Het Normaal Amsterdams Peil is het ijkpunt. Hoe staat het met onze gemeenschappen? Wat wordt het Nieuw Doopsgezind Peil waar we ons op gaan richten?

- *Op welke manier heb jij je geloof vorm gegeven tijdens de coronacrisis? Wat miste je hierbij vooral?*
- *Welk effect zal de coronacrisis op onze gemeente hebben? Welke zaken nemen we hieruit mee als gemeente?*

De keuzes die we maken vanuit onze geloofstraditie hebben ook alles te maken met ons dagelijks leven en onze keuzes daar.

Recent is er een boek uitgekomen van Ramsey Nasr. In dit boek 'De Fundamenten' pleit hij voor een radicale verandering van ons economisch systeem.

De pandemie legt volgens Nasr bloot wat we lange tijd niet wilden zien: het politieke en economische systeem heeft de fundamenten van onze samenleving aangetast. In een uiterst persoonlijk en tegelijk rationeel betoog ontleedt Nasr de corona- en klimaatcrisis als twee rampen die wezenlijk met elkaar verbonden zijn. Stap voor stap bevraagt hij onze gehele westerse manier van leven. Aan de hand van kunstenaars als Boccaccio, Rilke en Van Gogh houdt Nasr een pleidooi om onze plek op aarde en ons idee van geluk radicaal te herzien, niet als zweverig ideaal, maar puur uit lijfsbehoud.

'Kunnen we nog terug naar de tijd dat we dicht tegen elkaar aan stonden in een propvolle kroeg, dat we gingen winkelen in drukbevolkte centra?'

Nasr:

'Ja, dat kan. Ons sociaal leven kan absoluut terugkomen. Maar niet als we denken dat we, als we gevaccineerd zijn, terug kunnen naar vroeger. Dat bestaat niet meer. Het kan mits we radicaal dingen veranderen. Schop de overheid een geweten, schop de bedrijven een geweten als we willen dat dit het keerpunt is. Want als we lethargisch en apathisch blijven, gaan we daarop afgerekend worden. Dan wordt 2019 het laatste jaar waarin we leefden zoals we leefden.'

- *Hoe heeft de coronacrisis jou veranderd? Of jouw manier van denken?*
- *Wat zou er volgens jou moeten veranderen op het gebied van economie en klimaat? Welke verantwoordelijkheid hebben we hiervoor als gemeente?*

d

uit de kunst

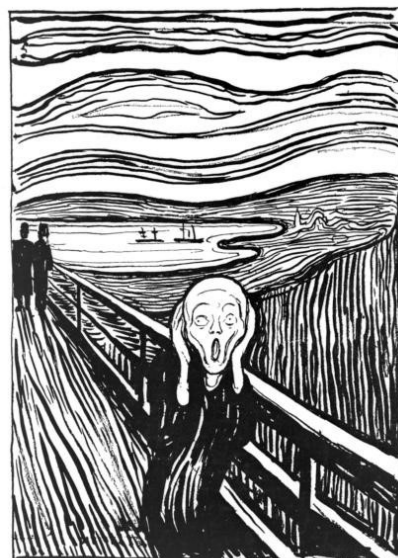
De Schreeuw van Edvard Munch.

Met dit schilderij verbeeldde de kunstenaar een ervaring die hij had tijdens een wandeling met twee vrienden. Het was een soort crisiservaring.

Vaak brengt verandering een bepaalde stress met zich mee of zelfs een crisis. Maar het is juist die crisis die je kan helpen om te kunnen veranderen.

- *Ben je het eens met dit idee?*

foto: L. de Kam



© Edvard Munch. 1893.

'Stilleven met jas' zie p.34

Kunstenaar Jopie Huisman noemt men ook wel de schilder van het mededogen. Oude spullen worden niet zomaar weggegooid, maar hij schildert ze met mededogen. Wanneer er oude ideeën zijn waar je afstand van gedaan hebt/zou willen doen, dan kun je proberen om er met mededogen naar te kijken.



➤ *Wat zie je, wat ervaar je?*

e

liederen

Uit het Liedboek:

LB 695: *Heer, raak mij aan met uw adem*

Een mooi, meditatief lied (in drie-kwartsmaat), wat vertrouwen aanreikt.

LB 834: *Vernieuw gij mij o eeuwig licht*

Dit lied is als een gebed om vernieuwing, een gebed om de geest van God.

LB 858: *Vernieuw in ons, o God*

Van oorsprong een Engelstalig lied wat uitdrukking geeft aan het verlangen naar een leven waar licht, groei en liefde de overhand hebben en het kwade 'weggestreken' wordt.

Uit de Bundel 'Zangen van zoeken en zien':

Oecumenische liedbundel 2015 (uitgeverij Kok, Utrecht)

Lied 345 *Die mij droeg op adelaarsvleugels*

De tekst van dit lied is van Huub Oosterhuis, op basis van Deuteronomium 32, vers 11. Een troostend lied bij een leven in verandering. Het kan eventueel als luisterlied gebruikt worden, omdat de melodie niet zo gemakkelijk is.

Een versie van Trijntje Oosterhuis:

Trijntje Oosterhuis - Die mij droeg (Jacobine op zondag) - YouTube

'Als je doet wat je altijd deed, krijg je wat je altijd kreeg'

Veranderen is moeilijk. De meeste mensen zijn bang voor verandering. Waarom eigenlijk? Wij mensen hebben van oudsher een natuurlijke weerstand tegen verandering. Vaak zijn we ons daar helemaal niet van bewust en is deze angst heel subtiel. We spreken niet voor niets over 'gewoontes'. Dat komt van het woord 'aanwensel'. Onze gewoontes zijn dingen die we onszelf hebben aangeleerd en waar we 'aan gewend' zijn. Er zijn veel dingen die we áltijd op een bepaalde manier doen.

Verandering brengt stress met zich mee.

Wil je veranderen, dan ervaar je gegarandeerd weerstand. Vooral van jezelf. Dat maakt dat je makkelijk terugvalt in oude patronen.

Mensen zijn gewoontedieren. Wat je ooit in je leven hebt opgebouwd, bouw je niet zomaar af. Liever blijf je in veilige, vertrouwde patronen hangen. Ook al vind je die patronen niet leuk. Veranderen kost namelijk tijd, moeite en inzet. En niet iedereen heeft daar de energie, motivatie en discipline voor.

Je zit al jaren of je leven lang op een bepaalde weg en er zijn inmiddels karresporen ontstaan. Zo gauw je uit de karresporen probeert te komen zak je er toch automatisch weer in. Oplossing is een nieuwe weg inslaan. De dingen die je als kind leert en de ervaringen die je in je jeugd opdoet, hebben een grote invloed op de overtuigingen die we hebben in ons latere leven. Dit kan ons soms beperken en ons ervan weerhouden om te veranderen.

Hoe vaak hebben we niet gezegd: 'Zo ben ik nu eenmaal' of: 'Zo is het nu eenmaal'?

- *Wat vind jij van bovenstaande? Heb je ervaring met 'kunnen veranderen'? Of misschien dat je het wel zou willen maar niet kan?*

De reden waarom je in de huidige situatie blijft is: òf omdat je je comfortabel voelt zoals het nu is, òf omdat je een vervelend gevoel hebt bij verandering. Als veranderen te veel nadelen oplevert, dan blijf je waar je zit (denk aan al die vrouwen die voor de jaren '60 wel wilden scheiden van hun man, maar het niet deden omdat ze financieel afhankelijk waren).

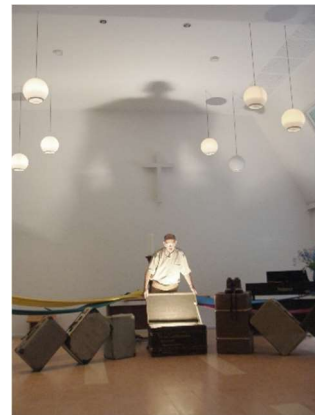
Het blijkt dat de meeste mensen pas in beweging komen als de pijn te groot wordt. Je werkt bijvoorbeeld al jaren in een baan die je niet bevalt. Maar het is in elk geval vertrouwd. Het bedrijf gaat fuseren en je krijgt een baan op een lager niveau aangeboden. Dan denk je: 'Nu is het genoeg, ik ga iets anders zoeken.' Pas dan kom je in beweging.

Waarom niet eerder? Waarom, als je weet dat je het niet naar je zin hebt, ga je *nu* niet iets anders zoeken? Waarom geen andere schoenen zoeken als deze te krap zitten? Waarom wachten we tot ze echt pijn beginnen te doen?

De reden dat we wachten totdat de situatie echt oncomfortabel wordt, is dat we bang zijn risico's te nemen. Of iets ook echt een risico *is*, wordt soms ook bepaald door je manier van kijken.

Bijvoorbeeld door een gebrek aan zelfvertrouwen. Of door pessimisme (het gaat toch wel verkeerd) of fatalisme (ik ben gemaakt voor het ongeluk). Ook leeftijd kan een rol spelen (ik ben te oud om te veranderen) of het gevoel dat alles stagneert (laat alles maar zoals het is).

- *Wat zijn de meest waardevolle zaken of dingen in jouw leven? Heb je er veel voor over moeten hebben om die/dat te bereiken? Krijgen die ook de aandacht van jou die ze verdienen?*



Mogelijkheden op You tube en filmpjes

1. Bekijk samen het onderstaande YouTube filmpje.
De hoofdpersoon zoekt naar wegen om zijn droom te kunnen verwezenlijken. Hij stoot op onmogelijkheden en mensen die hem tegenhouden. Toch bereikt hij wat hij wil, maar daarbij is de solidariteit van anderen onmisbaar.
[Adidas – Break Free - YouTube](#)
Heb jij iets waar je helemaal voor zou willen gaan? Wat of wie houdt je daarbij tegen? Welke hulp van anderen zou jou kunnen steunen?
2. En soms zou je de tijd terug willen draaien en bepaalde gebeurtenissen ongedaan willen maken. Bekijk dit filmpje en denk na of er iets is in je leven wat jij ongedaan zou willen maken. [Orange Rewind TV - YouTube](#)
3. 'Uit de kast komen': heb je zelf een grote verandering in je leven meegemaakt omdat je ontdekte dat je een andere geaardheid had? Bekijk dit filmpje en bespreek het met elkaar.
<https://www.youtube.com/watch?v=pJ1b3JJJ-HA>

Verdiepingsliteratuur:

- *Else-Marie van den Eerenbeemt - De Liefdesladder*, over familie en nieuwe liefdes (over immaterieel erfgoed)

Hoe kan het oude los gelaten worden?

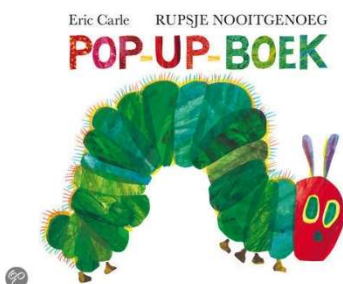
1. In de Joodse traditie wordt het Nieuwjaarsfeest (Rosj Hasjana) op een bijzondere manier gevierd. Na de dienst in de synagoge wenst men elkaar toe:

“Moge u voor een ‘goed nieuwjaar’ opgeschreven zijn”.

Bij de maaltijd wordt een stukje zoete appel in honing gedoopt en gegeten, waarbij de wens uitgesproken wordt dat het een ‘Zoet’ en ‘Goed Jaar’ zal worden. Veel mensen gaan die dag naar de zee of naar een rivier (stromend water) om ‘het stof van het afgelopen jaar uit hun zakken te schudden’, wat symbool staat om datgene wat niet goed was of is, in het water te gooien wat dan meegenomen wordt door de stroom.

Verwerking:

Op de grond teken je met krijt (of eventueel met gekleurde tape) een rivier. Daarin mogen de kinderen papieren druppels gooien waar ze iets op geschreven of getekend hebben wat zou moeten veranderen in hun eigen leven of in de wereld.



2. Een mooi boekje voor jonge kinderen over verandering is '**Rupsje nooitgenoeg**' van *Eric Carle*.

Praat erover op welke manier zij zouden willen groeien of veranderen.

3. **Hoe kun je iets veranderen?** Op welke manier kun je van vertrouwde, bekende dingen iets nieuws maken? Neem een (oude!!) siliconevorm en waskrijtjes van verschillende kleuren.



Breek of snijd de krijtjes in kleine stukjes en laat de kinderen verschillende kleuren in de vormen doen. Doe ze niet te vol, anders overstromen ze!

Plaats de siliconevorm in een voorverhitte oven op ongeveer 200 graden en bak het voor 5 tot 8 minuten.

Houd een oogje op het smeltproces. Als alles gesmolten lijkt, neem dan de vorm uit de oven en laat het koelen. De warmte zorgt ervoor dat de oude vorm verandert!

4. Met grotere kinderen of tieners kun je dit animatiefilmpje bekijken **Пуповина (The Cord) - YouTube** en praten over de verschillende relaties die ze hebben met de mensen om hen heen. Of er ook relaties zijn waarin ze zich afhankelijk en gebonden voelen, zoals de jongen in de film. Dit filmpje is ook geschikt om met volwassenen te bekijken en te bespreken.