
VIERING / DIENST op 12 juli 2026, 10 uur

Doopsgezinde Gemeente Aalsmeer

Voorganger: Mandy van der Zwaard

Muzikale ondersteuning: J.R.

Lezer: Gerda Stieva

Kerkenraadslid: Tilly Overbeek

Thema: Boosheid



Welkom en mededelingen (kerkenraad) aansteken van kaars

Lied 210: 1-3

Votum en groet

Lied 283

Met elkaar delen

Gebed

Lied 131 a

Schriftlezing 1: Marcus 11, vs 15-18

Lied 187

Schriftlezing 2: Marcus 3, vs 1-6

Lied 534

Overdenking

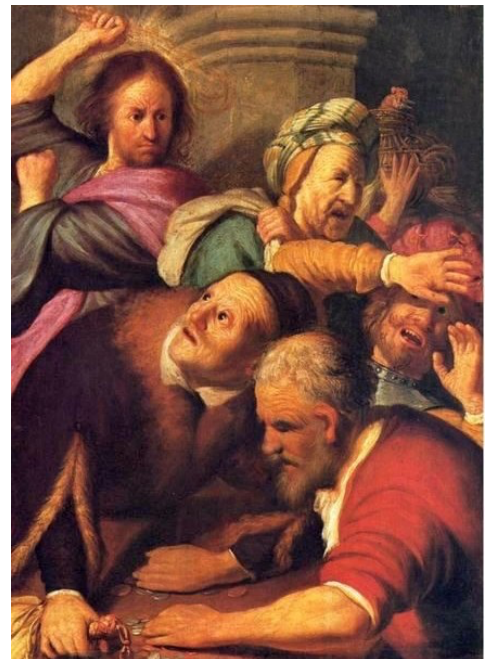
Beste broeders en zusters,

In oktober vorig jaar kregen wij thuis een enorme lekkage. Een leiding in de vloer van de douche was gaan lekken en bracht heel veel schade toe. Het duurde een aantal maanden voor het huis weer droog genoeg was en de reparaties gingen van start. Wat overbleef was de badkamer zelf.

Die wordt hersteld door de verzekering zoals het was, máár werd erbij verteld: 'Jullie huis dateert uit de jaren 80, dus de buizen zijn oud. Wanneer je binnen vijf jaar wederom een lekkage krijgt in de badkamer, wordt de schade niet meer vergoed.' Kortom, we werden geacht de badkamer te renoveren.

Daar we van vorige klussen niet echt goede ervaringen hadden met klusbedrijven, besloten we nu een aannemer te zoeken die goede referenties heeft. Die vonden we. Maar de goede man heeft een wachttijd van zes maanden. Dat werden er overigens 8,5. De zondag voordat hij zou beginnen, stuurde ik hem de vraag hoe laat we hem maandag mochten verwachten. Zijn antwoord kwam een paar uur later: "Woensdag."

Toen kreeg ik een beetje jeuk.



Ik word dan kriegel.

Bij mij is dat de voorfase van boos zijn.

En wat gebeurt er eigenlijk wanneer iemand boos wordt? Opvallend genoeg kijken we vaak als eerste naar de boosheid zelf. Veel minder vaak vragen we waardoor iemand zo geraakt is. Toch is dat misschien wel de belangrijkste vraag.

Of een ander voorbeeld.

Je zet je ergens voor in wat binnen jouw expertisegebied ligt. Je wordt gevraagd jouw licht te laten schijnen op wat er gaande is en hoe het verbeterd kan worden. Door een gebrek aan communicatie is de andere partij hiervan niet op de hoogte gesteld en wat je zegt valt verkeerd. De ander kaatst het als een zeer persoonlijke aanval terug en boem, je huult van boosheid en de rapen zijn gaar.

Opeens gaat het niet meer over wat er gebeurde, maar over jouw boosheid. Niet de aanval wordt besproken, maar jouw reactie erop. En voor je het weet ben jij degene die zich moet verantwoorden.

Ik weet zeker dat ieder van u zo ook talloze voorbeelden heeft.

Wanneer je het pad van Jezus wilt volgen, maar ook moet leren omgaan met boosheid, dan kan het leven soms heel ingewikkeld zijn. En als je troost zoekt in de Bijbel, vind je niet veel verhalen over boos zijn. Wel een paar, zo ook de schriftlezingen.

Maar ook bij Spreuken. Bij Spreuken 13:10 staat bijvoorbeeld: Mensen die denken alles te weten, veroorzaken ruzies. Maar mensen die naar goede raad luisteren, zijn wijs.

En in Jakobus 1:19 staat: Onthoud goed, lieve broeders en zusters, dat iedereen goed moet luisteren, maar niet te gauw iets moet zeggen. Word ook niet te snel boos.

Persoonlijk heb ik mensen met veel geduld altijd bewonderd. Mensen met veel geduld kunnen heel lang het gedrag van anderen accepteren en relativeren zonder ogenschijnlijk daar veel last van te hebben. Dat vind ik echt een gave.

Dat is het niet altijd, overigens. Mensen met veel geduld kunnen ook geoefend zijn in het verstoppertje van onaangename gevoelens. "We houden niet van ruzie." Zij staan wellicht vaak te laat stil bij wat ze zelf nou écht voelen. Dat is doorschieten naar de andere kant. Maar op zich is geduld een schone zaak.

Toch kunnen ook geduldige mensen ineens boos worden. Zeker wanneer iets persoonlijk wordt. En heel vaak zien we dat als iemand boos is, dit behoorlijk afgekeurd wordt. Men vindt daar wat van en laat dit dan ook duidelijk merken. Meestal ook nog zonder te vragen naar de oorzaak.

Als je boos wordt door een persoonlijke aanval, kun je zomaar uitgesloten worden bij het doel waar je je voor inzet. Je kunt zelfs verstoten worden van de familie. Als je boos wordt, ben jij de gebeten hond. Maar is dat terecht?

Misschien zouden we minder snel moeten vragen: "Waarom is iemand zo boos?" en vaker: "Wat is er gebeurd waardoor iemand zo boos werd?"

Boosheid is niet alleen een emotie, een gevoel, maar ook een lichamelijke reactie. In een fractie van een seconde neemt een deel van onze hersenen waar dat er mogelijk gevaar dreigt. Je bloed gaat 'koken', je hartslag stijgt, spieren spannen zich aan en emoties komen in beweging. Ons zenuwstelsel speelt daarin een grote rol.

Boosheid is op zulke momenten vaak een beschermende emotie. Het geeft je kracht om terug te vechten, om jezelf te beschermen tegen nog meer pijn. Achter boosheid gaat daarom niet zelden verdriet, angst of gekwetstheid schuil.

Betekent dit dat iedere boze reactie goed is? Nee, zeker niet. Maar het betekent ook niet dat boosheid op zichzelf verkeerd is.

Wanneer iemand boos wordt, denken we al gauw: die persoon is ongeduldig, lastig of onbeheerst. Maar hoe vaak stellen we de vraag: "Waarom doet dit zoveel pijn?" of alleen maar: "Ik zie dat je boos bent, wat is het dat je boos maakt?" Vaak staan we juist in zo'n situatie heel snel klaar met ons oordeel, en soms raken we zelfs geïrriteerd. "Hou nou toch op met dat boze gedoe!" Maar hoe vaak realiseren we ons dat deze boosheid misschien wel alleen maar het zichtbare topje is van een veel diepere wond?

Het is dan ook een logische vraag hoe je het pad van Jezus kunt volgen als je kampt met boosheid. In de Bijbel lezen we maar mondjesmaat over de boosheid van Jezus. Het wordt niet weggestopt, dat laten de schriftlezingen van vandaag zien. We hoorden de boosheid van Jezus duidelijk bij de tempelreiniging in lezing 1, maar ook bij het genezen van de man op sabbat (lezing 2).

En ook Jezus kende afwijzing, belediging en verraad. Toch liet Hij zich niet door persoonlijke krenking beheersen. Zijn boosheid richtte zich steeds op onrecht, huichelarij en alles wat mensen van God verwijderde. Het grote geheel verdient soms boosheid. Die boosheid zet aan tot handelen.

Niemand zal zeggen dat Jezus niet boos had mogen worden. We begrijpen Zijn boosheid, omdat we zien waar dat vandaan komt. De stugheid over het niet mogen genezen tijdens sabbat maakte hem boos. De regels van de sabbat waren helder. Niet werken, dus ook niet genezen. Maar Jezus liet de man niet langer pijnlijden. Hoe kun je de wet voor laten gaan op menselijk welzijn? De sabbat is er voor de mens, en niet de mens voor de sabbat? riep Jezus. Hij ageerde tegen het feit dat de wetten belangrijker waren dan de mens.

Opvallend is dat Jezus Zelf ook steeds verder keek dan het gedrag van mensen. Hij zag niet alleen de tollenaar, maar de mens die verlangde naar een nieuw leven. Hij zag niet alleen de zondaar, maar ook de pijn, de eenzaamheid en het verlangen naar herstel. Hij keek niet als eerste naar wat zichtbaar was, maar naar het hart.

Misschien is dat ook de les voor ons. Wanneer iemand boos wordt, zien wij vaak als eerste de boosheid. Maar Jezus nodigt ons uit om verder te kijken. Niet alleen naar de emotie die zichtbaar wordt, maar ook naar de pijn die daaronder schuil kan gaan.

Dat Jezus boos kon zijn, laat zien dat boosheid als emotie op zichzelf niet zondig is. Boosheid is amoreel. Zij is niet goed en niet kwaad. Het is een signaal.

Daarom zegt Paulus in Efeziërs 4:26: "Word boos, maar zondig niet." Het gebod is niet om boosheid te vermijden, te onderdrukken of te ontkennen. Het zegt juist dat we er op een goede manier mee zouden moeten omgaan.

Door ervaring wat wijzer geworden, weet ik inmiddels dat boosheid mij iets vertelt. Dat er ergens pijn zit. Dat een grens overschreden is. Op dat moment ervaar ik onrecht.

Maar ik heb ook geleerd dat er verschil is tussen iemands gedrag en iemands persoon. In mijn voorbeeld mag ik gepikeerd zijn over de slechte communicatie van de aannemer, zonder hem als mens af te schrijven. Het gedrag mag benoemd worden; de persoon hoeft niet veroordeeld te worden.

En zo is het misschien ook met onze eigen boosheid. Wanneer we persoonlijk worden aangevallen, hebben we het recht om geraakt te zijn. We hoeven niet te doen alsof het niets met ons doet. Maar we hoeven er ook niet in te blijven hangen.

Paulus zegt immers ook dat de zon niet mag ondergaan over onze boosheid. We kennen allemaal wel de uitdrukking: 'niet boos gaan slapen'. Ga niet boos naar bed, probeer het voor die tijd uit te praten. Hoewel het soms ook wel beter is om er eerst een nachtje over te slapen. Maar er wordt natuurlijk bedoeld: laat het niet doorsudderen.

Niet omdat onze gevoelens er niet mogen zijn, maar omdat langdurige boosheid uiteindelijk vooral onszelf gevangenhoudt. Daarom kan de vraag: "Waarom ben ik boos?" aangevuld worden met een vervolgvraag: "Wat probeert deze boosheid mij te vertellen?" Boosheid is vaak niet de wond, maar de aanwijzing dat er een wond is.

En wellicht hoeven we, wanneer iemand boos is, niet direct te oordelen of te veroordelen. Misschien mogen we eerst vragen: "Waarom ben je zo boos?" Misschien ontdekken we dan dat de boosheid niet het probleem is, maar een signaal van pijn. En heel misschien ontdekken we dan niet een lastig of moeilijk mens, maar iemand die zich afgewezen, onrechtvaardig behandeld of niet veilig voelt. Misschien is zachtheid hier meer op zijn plaats.

Inmiddels weet ik dat boosheid mag aankloppen. Dat is heel normaal. Maar het hoeft niet bij mij te blijven hangen. Onrecht mag ik benoemen. Gedrag mag ik aanspreken. Mijn grenzen mag ik bepalen. Maar ik hoef de boosheid niet mijn hart te laten regeren.

Nee, ik blijf geraakt door onrecht in de wereld. Zoals Jezus toen ook al. Maar persoonlijke boosheid probeer ik uiteindelijk aan Hem toe te vertrouwen, opdat het mij niet gevangenhoudt.

En wanneer een ander boos wordt, hoop ik niet als eerste de boosheid te zien, maar de mens die daarachter schuilgaat. Misschien is dat wel de weg die Jezus ons wijst.

Amen.

Orgel/Pianospel

Open ruimte (feedback / reactie op de overdenking)

Voorbeden + stil gebed, zingen van het Onze Vader

Muziek + collecte

Zegenbede

Lied 416

Doven van de kaars