

Preek op Wezenzondag, 21 mei 2023, Johannes 14:15-21

Avondmaal: traag gaan in een snelle wereld

Wat hebben we zojuist gedaan? Ik probeer met een onbevangen blik te kijken naar het moment van een tien minuten terug toen jullie opstonden, in een rij gingen staan, een stukje brood in je handen kregen en een cupje wijn, om weer te gaan zitten met die twee kleine zaken onhandig in je handen, wachtend tot iedereen voorzien op de stoel zat en we het stukje brood aten als een blokje kaas op een verjaardagsfeestje en het slokje wijn dronken als zaten we in een proeverij, hoewel een heel aantal van ons dat stukje brood en slokje wijn met een houding van ontzag, biddend of met gesloten ogen hebben gegeten en gedronken. Wat was dat? Waarom deden we zo? Een paar avondmaalsvieringen terug was er iemand bij die kerk en geloof niet gewend is en diegene zei: 'Het leek alsof ik ineens in een andere tijd was beland'.

Avondmaal vieren, zoals wij het noemen, is samen de tijd langzamer laten lopen. Daarom kan het je wereldvreemd aanvoelen. De tijd vertraagt wanneer we brood en wijn delen als lichaam en bloed van Jezus. Daarom kan het saai voor je zijn of je voelt jezelf een beetje verloren. Dat doet vertragen met je, wanneer de tijd verlangzaamt.

In het normale leven gaat de tijd snel. Let maar eens op wanneer je tegen iemand zegt dat je het druk hebt. Vroeger kreeg je dan iets van waardering terug of medeleven. Als ik het nu zeg, gaan mensen met hun ogen rollen, borstbeenderen deinen in een diepe zucht en ik krijg een blik vol medelijden terug. 'Ben jij nog stééds een radertje in de ratrace?'

Versnellen maakt je duizelig

'Druk zijn' is geen ding meer, want iedereen is aan het versnellen. De Duitse socioloog Hartmut Rosa (*Leven in tijden van versnelling*, 2013) vertelt je hoe de versnelling begon met de technologische revolutie van trein en spoorwegen honderdvijftig jaar terug. Toen de eerste stoomlocomotieven sneller gingen dan dertig kilometer per uur kregen mensen voor het eerst in de geschiedenis het gevoel dat jij hebt wanneer een trein of auto versnelt: alsof je maag achterblijft. Bij een versnelling voorbij de vijftig kilometer per uur moet niet alleen je maag zich aanpassen maar ook je ogen. Blijf je je focussen op de dingen dichtbij - voorbijschietende hekjes, palen en huizen - dan word je duizelig. Dus we hebben geleerd om in de verte te kijken. Onze blik gaat op oneindig. We zijn er zo aan gewend geraakt dat we zelfs kunnen slapen op hoge snelheden in de trein of auto.

Waar we nog niet aan gewend zijn is dat in de afgelopen jaren *alles* is gaan versnellen. Ons werkritme versnelt met e-mail, whatsapp en online afspraken. Onze reizen versnellen - even op wintersport of een weekendje Venetië. De manier waarop we ons leven delen met anderen via Insta, Snap en TikTok is aan het versnellen. De hele wereld versnelt. Onze Duitse socioloog Rosa schrijft: "Hoe succesvol we dit jaar ook geleefd en gewerkt hebben en

economisch actief geweest zijn, volgend jaar zullen we nog wat sneller, efficiënter, innovatiever en beter moeten worden willen we onze plaats in de wereld behouden - en weer een jaar later zal de lat nog hoger liggen."

Van Snel naar Warp 9

Dit is een andere soort versnelling dan trein en auto. Deze manier van versnellen maakt dat je alleen nog maar stil kan staan en in evenwicht kan blijven *door te versnellen*. Het is niet zo dat jij straks vanaf de zomervakantie nog wat sneller moet werken, zodat je iets meer verdient of wat meer vakantiedagen spaart (dan zou je versnelling nog een logisch doel hebben). Nee, jij werkt straks nog iets harder om te behouden wat je hebt. Dat is een andere type versnelling. Hyper-versnellen, noemen onderzoekers het. Versnellen om het versnellen.

En net als de eerste mensen een duizelig gevoel kregen van de stoomlocomotief die harder ging dan dertig kilometer per uur zijn, wij met elkaar opnieuw misselijk aan het worden van de versnelling die de wereld om ons heen maakt. Sociologen wijzen je op de dramatisch aantal toegenomen diagnoses van overspannenheid, depressie en burn-out. *Burn-outs* omdat we ons lichaam overvragen. *Bore-outs* omdat we heel wijs meer rust nemen maar juist door rust te nemen overspoeld worden met een zinloos gevoel want we zouden van alles kunnen doen, willen doen, moeten doen. We zitten zo vast in de cirkel van versnellen dat langzamer-aan-doen je dezelfde ziekteverschijnselen oplevert als te hard werken.

Wie niet snel gaat, raakt verloren (en heeft dat aan zichzelf te danken)

Begin dertiger, journalist en schrijver Katrin Swartenbroux beschrijft het misselijkmakende schuldgevoel dat over haar heen valt wanneer ze na een korte vakantie met haar vriend in Venetië ontdekt, dat ze niets meer weet van het langzamer-aan-doen en de dierbare momenten van rust die ze samen in Italië hadden. "Ik voel me schuldig omdat ik niet meer weet hoe het daar was. En dat ik dat nooit meer zal weten. Ik ben boos op mezelf omdat ik niet meer weet of de straten er geplaveid waren met gladde leistenen of hobbelige kasteien. Ik herinner me alleen de duiven nog dat ze met veel waren en dat ik er bang van was. Het moet er ook druk en warm geweest zijn, leid ik af van de foto's waarop we met geveinsde glimlach in de lens kijken. Broodkruimels voor de duiven - parels voor de zwijnen."

Ze is boos op zichzelf omdat ze had moeten genieten van deze vakantiedagen. Ze is in de war want hoe kan het nu dat de rust tijdens de vakantie net zo nietszeggend was als de lange werkdagen thuis? Ze voelt zich bezwaard want ze mag niet klagen van zichzelf: zij heeft in ieder geval nog het geld om even het vliegtuig te pakken. En juist over dat vliegtuig voelt ze zich opnieuw schuldig, tenslotte is Venetië een antieke stad die langzaam verdwijnt onder de stijgende zeespiegel mede veroorzaakt door plezierreisjes als de hare. En ze kan zichzelf wel sláán dat ze de dierbare momenten daar waarin ze eindelijk gewoon eens kon *zijn* met haar vriend, als parels voor de zwijnen heeft gegooid, door na de vakantie de foto's

te uploaden op de icloud en meteen hard aan de slag te gaan - want er moest het nodige worden ingehaald.

Hoe goed ze het ook probeert te doen, ze gaat gebukt onder meerdere schuldgevoelens omdat ze zichzelf verantwoordelijk acht alle balletjes permanent in de lucht te houden. Ondertussen faalt ze in haar eigen ogen: ze kan zichzelf niet honderd procent geven aan haar relatie, noch aan haar werk, noch aan haar vakantie. 'Uiteindelijk', schrijft ze, 'Blijf ik achter met het angstige voorgevoel achtergelaten te worden en het misselijkmakende gevoel dat ik het aan mezelf te danken heb.'

Silicon Valley en haar moderne (nóg strengere) religie

Jezus zegt: 'Ik laat jullie niet als wezen achter' (Johannes 14:18). Hij zegt dit op de laatste avond van zijn leven tegen zijn meest vertrouwde leerlingen. In de Bijbel zijn 'wezen' niet alleen kinderen die zonder vader en moeder verder moeten. Het gaat ook over de bevolking die weerloos staat tegen de overmacht van een dictator of een autoritair regime dat controle en macht uitoefent over de mensen. In de tijd van Jezus was dat het Romeinse Rijk. In onze tijd is het Silicon Valley, de regio in Californië die de hoofdkantoren huisvest van Google, Meta (het moederbedrijf van Facebook en Instagram), Apple, Amazon en Microsoft. In het Romeinse Rijk werd de orde gehandhaafd door de verering van de keizer. In de moderne tijd handhaaft Silicon Valley de wereldorde door jou via updates, nieuwe versies en een overvloed van apps te vertellen: 'Innoveer of sterf' - 'Versnel of verlies'.

Jezus verbindt het woord 'wezen' aan het begrip 'wereldorde': "Ik zal de Vader erom vragen en hij zal jullie een andere gids-en-helper geven: de heilige Geest, die de wereldorde niet kán ontvangen omdat ze hem niet erkent." (Johannes 14:16). De wereldorde van Silicon Valley wordt door een socioloog als Hartmut Rosa beschreven als een oorspronkelijk goed bedoeld maar opgezwollen tot een dictaat waar je niet aan kan ontsnappen - je *moet* ieder jaar weer een stukje harder lopen om te behouden wat je hebt - en dat ons een diep schuldgevoel geeft. "Het schuldcomplex dat de versnellingsmaatschappij veroorzaakt lijkt sterk op wat psychologen hebben vastgesteld bij streng religieuze mensen. De kerken worden al decennia lang beschuldigd gelovigen te indoctrineren met schuld- en schaamte gevoelens. Zij beloven echter ook hoop en verlossing. De moderne samenleving beschikt niet over dit soort ontlastende middelen: zij produceert schuldige mensen zonder enig vooruitzicht op begrip of vergeving. We moeten zelf de prijs betalen voor ons tekortschieten en het aantal mensen dat bijvoorbeeld door oververmoeidheid uit de versnellingswedstrijd valt, herinnert ons eraan hoe hoog de prijs kan zijn."

Vieren we avondmaal, dan vragen we de heilige Geest om de tijd te vertragen dwars tegen het gezag van Silicon Valley in. De gebeden, liederen, het stilletjes achter elkaar aan schuifelen, een stukje brood en cupje wijn of druivensap, de gesloten ogen, stil zijn, er even *zijn* ... We doen het zodat jij je niet meer verweesd voelt, bevrijd van het schuldgevoel dat je

nooit je to-do lijst helemaal kan afwerken en de mooie momenten met je dierbaren als parels voor de zwijnen hebt gegooid. We laten de Geest zijn werk doen zodat jij niet langer vervreemdt van jezelf.

Wat Jezus 'verweesd' noemt, noemen sociologen 'vervreemd van je zelf'. Onderzoeken tonen aan dat we steeds minder tijd hebben om te doen wat we echt willen doen. Denk aan het merkwaardige gevoel dat je hebt wanneer je de laptop opent met het plan iets te gaan doen dat je belangrijk vindt om vervolgens eerst een halfuur het nieuws te kijken, te gamen, socializen en surfen en ineens denk je: 'Wat ben ik aan het doen?'. Hetzelfde stemmetje hoor je wanneer je 'vrijwillig' tot middernacht aan het scrollen bent op je tijdlijn van Insta of TikTok; of maar door blijft werken terwijl het helemaal niet overeenkomt met hoe je het leven wilt leven (burn-outs zijn meestal niet het gevolg van hard werken, maar van vervreemding). Laatst zei iemand tegen mij: 'Eigenlijk ben ik heel anders, maar daar kom ik maar zelden aan toe'.

Vieren we avondmaal, dan remmen we af. Want terwijl jij op je stoel zit met een stukje brood en een cupje wijn of avondmaal wacht je op 'de rest': deze mensen om je heen die net als jij nog méér vervreemd zijn van zichzelf en God dan ze ooit hadden verwacht; en samen met jou nog véél meer vriendschap en eenheid ervaren door Jezus in zichzelf dan ze ooit hadden gehoopt.

Jonge rebellen tegen de versnellingscultuur

In de versnellingsmaatschappij is afremmen een probleem, want als jij langzamer gaat moet iemand anders harder lopen om het gat te dichten. Jezelf een langere pauze veroorloven is egoïstisch. Toch is afremmen een groeiend fenomeen, zeker onder de jongere generaties. De laatste maanden kwam *Quiet Quitting* regelmatig in het nieuws: veelal jonge mensen die op TikTok vertellen dat ze weigeren op het werk meer te doen dan het hoogstnodige. Geen overuren meer maken, niet deelnemen aan weekendlange teambuildings. Gewoon je dagtaak uitvoeren en om vijf uur 's middags je laptop dicht en je mobiel op stil.

Een populaire blogger schrijft: "Ik streef voortaan middelmatigheid na, ik wil gewoon *zijn*. Ik ga me geen zorgen meer maken over succes of de carrière ladder beklimmen. De nieuwe droom is simpelweg: *no goals, just vibes*."

Ik vind het een mooie typering van avondmaal vieren: *no goals, just vibes*. Ik vertaal het met: 'Niet langer rennen, alleen nog resoneren'. Resoneren gebeurt wanneer je aan het strand staat met je voeten in het zand en de ondergaande zon in je blikveld. Wanneer alles klikt. Je lichaam is verbonden met water, zand en wind en je innerlijke wereld of hart of ziel of geest wordt geráákt. Zonnestrallen beginnen te echoën in je binnenste. Kinderstemmetjes weerklinken in je lijf. De wind maakt je op zo'n manier stil dat je het niet erg vindt om te vertragen. Er is geen schuldgevoel over wat je zou moeten, er is geen desoriënterend gevoel

van 'wat nu?'. Of je nu alleen bent, met vrienden of het gezin, het is goed. *No goals, just vibes.*

Jezus beschrijft resoneren op deze manier: "Ik laat jullie niet als wezen achter, ik kom naar jullie toe. Nog een korte tijd en de wereld zal mij niet meer zien. Maar jullie zullen mij zien omdat ik leef en ook jullie zullen leven; op die dag zullen jullie begrijpen hoe ik met de Vader ben en jullie met mij en ik met jullie!" (Johannes 14:18-20). Op de laatste avond van zijn leven verzekert Jezus zijn leerlingen dat hij zal sterven ('de wereld zal mij niet meer zien') maar zal leven en dan is hij weer zichtbaar. Niet met het blote oog, maar doordat Jezus' leven begint te resoneren in jouw leven.

Net als de blogger die terug wil naar middelmatigheid gebruikt Jezus nadrukkelijk het woordje 'zijn'. "Dan zal je begrijpen hoe ik met de Vader ben en jullie met mij en ik met jullie". De liefde in God, tussen de Vader en de Zoon, wil resoneren in jou als anti-gif tegen de vervreemding van jezelf. Je bent niet meer achtergelaten met het misselijkmakende gevoel dat je het aan jezelf te danken hebt, zoals journaliste Katrin het zei. Je staat met je stukje brood en cupje wijn aan het strand.

Werken uit liefde

Straks gaan we weer terug de hyper-versnellende samenleving in. Dat zal je morgenochtend even een duizelig gevoel geven: 'Daar gaan we weer'. Daarom geef ik je de laatste zinnen mee die Jezus vanmorgen tegen je zegt: "Wie zich houdt aan mijn geboden, die heeft mij lief. En wie mij liefheeft, die zal ook van mijn Vader liefde ervaren en ook ikzelf zal hem liefhebben en mijzelf aan hem bekend maken." Jezus geeft je hier een nieuwe manier van werken in tijden van versnelling. Werken - 'je houden aan zijn geboden' - doe je uit liefde die je hebt ontvangen en doorgeeft. Het resoneert bij je, je voelt je niet langer vervreemd of verweesd, je bent niet langer schuldig, geen radertje in de ratrace, geen performer en geen faler. Ja, je leeft nog steeds in een maatschappij die continue versnelt, het maakt je nog steeds duizelig en ook vertragen levert je een misselijk gevoel op, maar je speelt het duivelse spel van Silicon Valley niet meer mee.

Onze journaliste Katrin beschrijft het zo in haar boek *Oké dan niet*: "Tot nu toe was het een duivels spel met een hoofdprijs die zo verleidelijk en zeldzaam is dat bijna niemand wint, maar waarin iedereen zich verplicht voelt om voor altijd te blijven spelen." Jouw baan, vrijwilligerswerk, zorgen voor het gezin of goed zijn voor jezelf is zojuist bij het avondmaal opnieuw geboren. Niet langer een race om zo snel mogelijk moet rennen in de hoop dat je de hoofdprijs haalt: dat je er toe doet, bijdraagt of hashtag changemaker bent. Het is een wederzijdse liefde. Jij hebt je werk misschien lief. Het is je passie en je vindt het belangrijk. Is dat ook wederzijds: heeft jouw job jou lief? Of komt het er op neer dat jij jezelf moet optimaliseren, opschalen, bijscholen en uitputten?

Wij geloven dat Jezus zich zelf zojuist aan jou heeft gegeven in een broodje en een wijntje. Middelmatische hulpmiddelen. Je kan ze kopen voor een kwartje en met een knip van je vinger vervangen voor iets nieuws. Wij geloven dat de heilige Geest erbij kwam, de Geest die door de wereldorde van Silicon Valley niet begrepen wordt. De Geest kwam erbij, vertraagde de tijd en dat eenvoudige hulpmiddeltje werd heilig: het resoneerde de liefde tussen God en Jezus in jouw ziel en de onze. Jezus' leven is nu aan het echoën in jouw leven. Elk hulpmiddel -werk-laptop, luier, app, boormachine of sudoku- is vanaf nu jouw zonsondergang in wind en water terwijl je met je voeten in het zand staat. Werken uit liefde.

De keuze is niet tussen innoveren of sterven, rennen of achterop raken. Ontwerp je leven niet langer naar het model van Silicon Valley. Onderwerp je niet langer. Jezus is Heer. En jij bent geen wees meer. AMEN