



Genieten:

over vreugde en verstikking



Tekst: Petronelle Baarda

‘Geniet ervan hè!’ Sinds ik de vraag kreeg om over dit thema wat te schrijven, realiseer ik me hoe vaak ik dat iemand toewens. Het geeft uitdrukking aan mijn verlangen dat de ander even een moment ‘het goede leven’ ervaart, misschien wel boven zijn of haar eigen sores wordt uitgetild, een klein geluksmoment beleeft om er daarna weer tegen aan te kunnen.

Het kunnen genieten is een van de gaven die God heeft gegeven. Het betekent dat je ergens plezier aan beleeft. Het Engelse woord ‘enjoy’ zegt dat heel krachtig: ‘er vreugde in hebben’. Genieten wil zeggen dat je opgaat in het moment en met je zintuigen iets ervaart van de kleine of grote goedheden van het leven, al is het maar voor de duur van een warme en geurige kop thee bij de open haard.

Vandaag de dag lijkt in onze cultuur het genieten van de dingen vooral een manier van leven te zijn geworden. Via reclames, radio- en tv-programma's, (christelijke) lifestyle magazines, de socials krijgen we zomaar een beeld op ons netvlies dat ons alleen maar aanmoedigt om nog meer op zoek te gaan naar genietmomenten. Want voordat je het weet word je opgeslokt door je agenda, drijf je bij jezelf vandaan en glipt de tijd tussen je vingers door. Genieten is dan niet alleen het wapen tegen stress en zelfvervreemding. Het is ook meer en meer het motto van het goede leven geworden. ‘Geniet je, dan leef je’. Geniet je niet? Dan maak je de verkeerde keuzes. Daarmee heeft de genietcultuur ook meedogenloze trekken. Geluk wordt gezien als iets dat je zelf moet creëren en dat is een pijnlijke

boodschap voor hen die in het moeras van ziekte, schulden en eenzaamheid moeite hebben het hoofd boven water te houden.

De genietcultuur kan ook een bepaalde leegheid maskeren. Genot kan namelijk een levensstijl worden om innerlijke pijn te ontvluchten, om rouw, verdriet of leegte niet onder ogen te zien of om ingewikkelde thema's in je leven uit de weg te gaan. Daar zijn we allemaal vatbaar voor.

In de Bijbel wordt het genieten positief gewaardeerd én lezen we over de verstikkende kracht ervan. In dit artikel komen beide aspecten aan bod.

De kunst van het genieten

Vooral in het Bijbelboek Prediker krijgt het thema genieten aandacht. Het leven moet genoten worden en dat bedoelt de Prediker niet opper-

vlaklig van ‘haal er uit wat erin zit’, maar diep theologisch. Prediker benadrukt dat het kunnen genieten een gave van God is. Hij is het die de gave heeft gegeven als vrucht op de inspanning die je hebt geleverd en het werk dat je hebt gedaan. Van Hem is echter niet alleen de gave afkomstig, maar ook het feit dát je ervan kunt genieten, dat je je kunt ontspannen na de inspanning. Dat is niet iedereen gegeven. Sommigen jakkeren maar door. Alsof de waarde van hun leven afhangt van hun inzet en inspanning. Nee, zegt de Prediker, als je kunt genieten, dan ben je een door God gezeegend mens.

Genieten is een gave en genieten is een kunst, een levenskunst. Prediker brengt ons in herinnering dat we bij de kern van het genieten komen als we dat geluksmoment ervaren tot op

Van God is echter niet alleen de gave afkomstig, maar ook het feit dát je ervan kunt genieten, dat je je kunt ontspannen na de inspanning.

God. Dat gebeurt als we achter de ontspanning doordringen tot flarden van goedheid en schoonheid, van harmonie en tevredenheid, van voldoening en vreugde zoals God deze werkelijkheid heeft bedoeld.

Als je van de dingen geniet, dan ervaar je vreugde en ervaar je blijdschap van binnenuit. In alle blijdschap ligt een zekere tijdloosheid, een soort ongestoorde eeuwigheid. Genieten heeft daarmee iets eschatologisch. Alsof er héél even een klein stukje van het gordijn van de eeuwigheid opzij wordt geschoven en je een fractie ervaart van de werkelijkheid van Gods shalom.

Als we genieten doen we God tekort als we blijven steken in 'ons' genietmoment. Genietmomenten zoals dat gesprek van hart tot hart met je vriendin, het gadeslaan van het intense spel van je kind, de oogst van je zelf geplante tomaat of het schouwen van de zonsopgang als je onderweg bent naar je werk.

Er gaat van deze momenten ook een appel uit om te ontdekken wat God daarin openbaart over Zichzelf en over Zijn schepping. In een goed gesprek tussen jou en je vriendin zie je dan iets oplichten van hoe God steeds Zijn oor neigt om naar ons te luisteren. In het spel van je kind ontvouwt zich iets van de betekenis van Spreuken 8 vers 30 en 31. Daar wordt over de Wijsheid gezegd 'Ik was dag aan dag Zijn bron van blijdschap, te allen tijde spelend voor Zijn aangezicht, al spelend in de wereld van Zijn aardrijk'. De oogst van je eerste tomaat is een beeld van de ongekende kiemkracht van Christus en de Geest. De zonsopgang is een liturgische herinnering aan de doorgaande lofzang op Gods naam zoals dat bijvoorbeeld staat in Psalm 113: 'Vanwaar de zon opkomt tot waar hij ondergaat, zij de Naam van de HEERE geprezen'. Om zo naar onze genietmomenten te

kunnen kijken, zijn we afhankelijk van God. Zonder Hem blijven we hangen in de gave, in Hem ontdekken we de Gever.

De verstikkende kracht van genieten

Als we meer gericht zijn op de gave dan de Gever kan genieten ons ook belemmeren om vrucht te dragen en om voluit te leven. Als Jezus de gelijkenis van de zaaier vertelt en uitlegt (zie Lukas 8:4-15) staan de dorens symbool voor de zorgen, rijkdom én genietingen van het leven. We kunnen ook zo gericht zijn op de pleziertjes in ons leven, dat ze een gevaar zijn voor onze mentale en geestelijke conditie. Als datgene wat ons helpt te ontsnappen aan de druk van het gezin en de veeleisendheid van je werk of de sleur van het gewone leven een te grote plek gaat innemen heeft dat uiteindelijk een verstikkende werking.

Mentaal kan een levenspatroon waarin je op genot gericht bent je uiteindelijk ook doen opdrogen. Als we moeilijke thema's uit ons leven niet eerlijk onder ogen zien en compenseren met de genietingen van het leven, keert zich dat vroeg of laat tegen ons. Dan kunnen, angst, depressie of een burn-out vat op je gaan krijgen. Om mentaal fit te blijven is blijvend ruimte in

je hoofd nodig om eerlijk in de spiegel te kijken. In de gelijkenis uit Lukas 8 is Christus' boodschap dat genietmomenten ook een dodelijke werking kunnen hebben voor je geestelijk leven. Het kan de ruimte in je hart bezetten waardoor het woord van Christus niet kan resoneren. Gods woord krijgt dan geen kiemkracht en zet niets meer in beweging. Je blijft overgeleverd aan jezelf en je loopt het gevaar als christen niet meer van betekenis te zijn in het koninkrijk van God.

Tot slot

Genieten is een prachtige gave van God. Het leven mag geleefd en gevierd worden. Het kan best moeilijk zijn om een juiste balans te vinden tussen zwoegen en genieten, tussen inspanning en ontspanning. Allerlei innerlijke stemmen, druk van de omgeving en druk van de cultuur kunnen het ons moeilijk maken om in vrijheid en vertrouwen de juiste keuzes te maken als het aankomt op genieten. Voor de een kan het kan moeilijk zijn om te kunnen genieten, omdat je dat niet hebt geleerd of omdat je omstandigheden je steeds terneerdrukken. Voor een ander kan het juist moeilijk zijn om te matigen als het gaat om het genieten. Christus nodigt ons allen uit in Zijn tegenwoordigheid: 'want zonder Mij kunt u niets doen'.

Vragen

1. Denk eens terug aan een recente ervaring waarin je hebt genoten.
2. Hoe moeilijk of hoe makkelijk is het voor jou om zo'n voorbeeld op te halen?
3. Wat vertelt het jou als je snel een voorbeeld paraat had of juist moeite had om een voorbeeld te geven?
4. Wat leert die ervaring jou over God of over Zijn Schepping?
5. Lees en bestudeer Lukas 8:14 en 15.
 - Hoe kan in jouw leven het genieten een bedreiging zijn voor het dragen van vrucht?
 - In hoeverre herken je in je eigen leven dat je vlucht in 'genot' om maar niet over moeilijke thema's in je leven na te hoeven denken?
 - Wat is er nodig om (weer) gericht te zijn op het vrucht dragen? Wat betekent het concreet om het Woord van God vast te houden in een goed en oprecht hart en in volharding vruchten voort te brengen?
 - Op welke manier kunnen genietmomenten hier op aarde een voorsmaak van de eeuwigheid zijn? Hoe kunnen we elkaar daar vaker op wijzen?