

vers VO
OR vers

LEZING 17
61 MINUTEN



SPREUKEN

Zaken van het hart deel 2

Depressie en andere innerlijke problemen
bezien als geestelijke en morele kwesties

GELEZEN UIT

Herziene Statenvertaling

BELUISTER OF BEKIJK

versvoorvers.org/spreuken/zaken-van-het-hart-deel-2



BELUISTER OF BEKIJK

Inhoud

1	Het hart als bron van gedrag	2 min	4
2	Geestelijke problemen als ziektebeeld	2 min	5
3	Naturalisme tegenover de menselijke ziel	2 min	6
4	Het hart en morele verantwoordelijkheid	3 min	7
5	Zonde, verslaving en geestelijke gebondenheid	5 min	8
6	Demonie, zondeslavernij en bevrijding	5 min	10
7	De beperkingen van twaalfstappenprogramma's	2 min	13
8	Een nieuwe identiteit door Christus	3 min	14
9	Steungroepen tegenover gemeenschap met Jezus	2 min	15
10	Verlichting zonder bekering tot God	2 min	17
11	Depressie en de theorie van hersenchemie	4 min	18
12	Medische en psychiatrische aandoeningen	5 min	19
13	Bezorgdheid als wortel van depressie	2 min	22
14	Symptomen verdoven of oorzaken aanpakken	3 min	23

15	Bemoediging en waarheid als geneesmiddel	2 min	25
16	Goed en schadelijk verdriet	3 min	26
17	Een blij hart en lichamelijke gezondheid	5 min	27
18	Innerlijke verdrukking of tevredenheid	2 min	30
19	Geestkracht tijdens ziekte	4 min	32
20	Het lichaam bepaalt de geest niet	2 min	33
	Om verder te lezen		34

1

Het hart als bron van gedrag

In onze vorige bijeenkomst keken we naar wat Spreuken over het hart zegt, omdat we nu zijn overgegaan op het algemene onderwerp van houdingen en stemmingen: het innerlijke leven, het gedachteleven en het gevoelsleven. In zekere zin zouden we kunnen zeggen: het geestelijke leven. Want de termen geest en hart worden in de Schrift vaak min of meer door elkaar gebruikt. In Spreuken lezen we vaak over het hart en hoe het de bron is van alles wat we doen, denken en zeggen. De toestand van ons hart bepaalt ons gedrag. Zelfs wanneer ons gedrag door bewuste huichelarij niet overeenkomt met wat er in ons hart is, beschouwt God trouwens het hart als datgene wat bepaalt wie we zijn.

We worden ervoor gewaarschuwd om ook andere mensen zo te bezien. We moeten erkennen dat we soms acht moeten slaan op wat er in hun hart is, en niet op wat ze zeggen. Natuurlijk weet je niet altijd wat er in het hart van iemand anders is. Maar Spreuken zegt dat als iemand erom bekendstaat een vrek te zijn en zich ongewoon vrijgevig gedraagt, je moet weten dat zijn hart niet werkelijk met je is. Je kunt gemakkelijk door mensen worden misleid als je hun karakter nog niet kent. Maar als je hun karakter wel kent en zij zich anders gedragen dan je op grond van hun karakter zou verwachten, besef dan dat hun hart en hun daden niet noodzakelijk met elkaar overeenkomen.

We hebben gezien dat het hart niet iets is wat gewoon onveranderlijk is. Het is niet zo dat God je gewoon een bepaald soort houding en een bepaalde mate van humeurigheid, of wat dan ook, heeft gegeven en dat je daar nu eenmaal aan vastzit. Je hart moet gevormd en gemodelleerd worden. Zelfs het hart van een kind kan door tucht gevormd worden. Ook kan het hart afdwalen, en moet het tegen zulke gevaren bewaakt worden.

2

Geestelijke problemen als ziektebeeld

Wanneer we naar het innerlijke leven kijken, komen we bij allerlei specifieke houdingen en stemmingen die in Spreuken besproken worden. Tot de dingen op de lijst die ik jullie heb gegeven en waarvoor we teksten uit Spreuken hebben, behoren depressie, afgunst en jaloezie, wrok en woede. Dit zijn verstoringen van ons denken en voelen, maar geen stoornissen in de zin van ziekte. Het gaat erom dat we ons innerlijke leven niet op de juiste manier ordenen. Het is wanordelijk gedrag.

In onze samenleving gebruiken we de term ‘psychische stoornis’ soms in de betekenis van een ziekte. In zekere zin is het echt moeilijk te bepalen of we voor deze dingen de term ‘ziekte’ moeten gebruiken. In één opzicht is dat gerechtvaardigd, omdat er over moreel gedrag altijd in overdrachtelijke zin is gesproken in termen van gezondheid of ziekte. Toen Jezus bijvoorbeeld naar de zondaars ging en daar kritiek op kreeg, zei Hij:

Maar Jezus antwoordde en zei tegen hen: Wie gezond zijn, hebben geen dokter nodig, maar wie ziek zijn. Ik ben niet gekomen om rechtvaardigen tot bekering te roepen, maar zondaars.

LUKAS 5:31-32

Hij stelde Zichzelf dus voor als een arts die mensen van hun morele kwalen geneest en gebruikte daarbij de vergelijking met ziekte.

Ook in het Oude Testament worden lichamelijke kwalen of lichamelijke ziekte niet zelden gebruikt als beeld voor een geestelijke toestand. In het boek Jesaja wordt het volk in zijn opstand tegen God en onder Gods tucht als ziek voorgesteld. In het eerste hoofdstuk van Jesaja spreekt God over het volk Israël en zegt Hij:

Het hele hoofd is ziek en het hele hart is verzwakt. Van de voetzool tot het hoofd is er geen gezonde plek: overal zijn wonden, striemen en etterende zweren, die niet zijn verzorgd, verbonden of met olie verzacht.

JESAJA 1:5-6

Natuurlijk verwijst dat niet naar lichamelijke ziekte. Het gaat over de morele toestand van het volk en over de toestand waarin het van God vervreemd is. Het is dus soms gerechtvaardigd om over moreel gedrag of een morele toestand te spreken door die met ziekte te vergelijken.

3

Naturalisme tegenover de menselijke ziel

Het probleem is dat de Bijbel dit weliswaar doet en dat het gerechtvaardigd is, maar dat wij in een wetenschappelijk tijdperk leven waarin we wetenschappelijke beschrijvingen hebben van wat we ziekte noemen. We leven in een therapeutische samenleving. In het bijzonder leven we in een samenleving die in haar aannames naturalistisch is in plaats van bovennatuurlijk. Hoewel de meerderheid van de mensen in Amerika bij opiniepeilingen zegt in God te geloven, blijkt uit hun manier van leven dat ze in werkelijkheid alles naturalistisch verklaren. Ze zien de hand van God niet werkelijk in de dingen en leggen de dingen niet uit vanuit Gods perspectief.

Mensen die geloven dat de mens eenvoudigweg het product van natuurkrachten en niet van schepping is, ontkennen dat mensen een ziel hebben die voortleeft en dat er zoiets als onsterfelijkheid bestaat. En dat geldt voor alle mensen die naturalistisch denken. Zij moeten naturalistische verklaringen vinden voor wat de Bijbel als geestelijke problemen zou beschouwen. Zij hebben wel de leiding over onze scholen.

Ook niet-christenen erkennen dat zonde, gebondenheid en wangedrag problematisch zijn. Maar zij kunnen de aard van het probleem niet omschrijven zoals wij dat zouden doen, wij die de Schriften volgen en in het bovennatuurlijke geloven.

Wij geloven in de ziel. We kunnen zeggen dat de mens een ziel heeft. Die ziel bepaalt zijn keuzes en zijn gedrag. Dat is wat Salomo zei. Daar heeft hij het over wanneer hij over het hart spreekt. Hij spreekt niet over het lichamelijke hart. Hij spreekt over het figuurlijke hart. Hij spreekt over de innerlijke, geestelijke mens. Dat is een terrein waarvoor wij verantwoordelijkheid dragen. En wij zijn gevallen, dus het is de zondigheid in het hart van de mens die tot allerlei vormen van wangedrag leidt.

Dat is wat Jezus in Markus 7 zei, en het stemt overeen met wat we bij Salomo hebben gezien. We zagen in Spreuken 4, vers 23:

Bescherm je hart boven alles wat te behoeden is, want daaruit zijn de uitingen van het leven.

SPREUKEN 4:23

Zoals Jezus het verwoordde in Markus 7, vers 20:

En Hij zei: Wat uit de mens naar buiten komt, dat verontreinigt de mens.

MARKUS 7:20

4

Het hart en morele verantwoordelijkheid

Het is duidelijk dat er iets vanbinnen is. Wanneer Jezus zegt: ‘van binnenuit’, zegt Hij: ‘uit het hart’. Hij heeft het over de geestelijke natuur van de mens. De verdorven geestelijke natuur van de mens maakt dat de mens verkeerde dingen doet. Maar de geestelijke natuur van de mens kan ook met God verzoend worden, zich tot God keren, op God vertrouwen, God liefhebben, het goede kiezen en het kwade weigeren. Dat kunnen we doen, en we hebben de morele verantwoordelijkheid om dat te doen.

Mensen die in God en in de ziel van de mens hebben geloofd, hebben altijd geloofd dat wij een morele verantwoordelijkheid hebben. Want de keuzes die we maken zijn morele keuzes, gebaseerd op goed of kwaad in onze ziel of ons hart, op verdorvenheid of gerechtigheid in het hart. Maar mensen die niet in een niet-materieel deel van de mens geloven, geloven dat al onze gedachten, en daardoor al ons gedrag, eenvoudigweg voortkomen uit de willekeurige botsing van moleculen in onze hersenen, uit de elektrische synapsen tussen hersencellen.

Het is verbazingwekkend dat mensen dat kunnen denken. Want dat zou betekenen dat als ik denk: 'Twee plus twee is vier', ik dat alleen denk doordat de hersenactiviteit min of meer willekeurig is. Die activiteit is elektrisch, niet geestelijk, en brengt mij tot die conclusie. Maar niemand kan zeggen waarom ik die conclusie zou moeten vertrouwen. Mijn hersencellen zouden per slot van rekening willekeurig tot andere antwoorden kunnen komen, en wie bepaalt dan wat goed of fout is? Hoe zou ik dat weten? Want mijn ziel is volgens hen niet werkelijk iets wat naar het beeld van God gemaakt is, maar eenvoudigweg iets wat wordt voortgebracht door de gezamenlijke activiteit van al mijn neuronen, die op elkaar inwerken.

De gedachten die ik heb, zijn net zozeer een natuurlijk product van de lichamelijke activiteit van de cellen in mijn hersenen als de spijsvertering een natuurlijk gevolg is van de werking van klieren en vloeistoffen in mijn maag. Als dit waar is, is er helemaal niets geestelijks aan de mens. Het is allemaal natuurlijk. Als de mens dus problemen heeft die van oudsher als geestelijk van aard werden beschouwd, zoals depressie, woede of angst, dan moeten die als natuurlijke dingen worden beschouwd, en niet als geestelijke dingen.

5

Zonde, verslaving en geestelijke gebondenheid

Als je tegenwoordig suggereert dat dit een geestelijke kwestie zou kunnen zijn en met geestelijke middelen aangepakt zou kunnen worden in plaats van met chemische middelen, klinkt het bijna alsof je niet op de hoogte bent van de moderne inzichten. Psychiaters en psychologen zeggen nu: 'Nee, we hebben ontdekt dat deze dingen chemische oorzaken hebben.' Wanneer mensen zich op een bepaalde manier

misdragen, komt dat door iets wat een ziekte genoemd kan worden. Niet figuurlijk, maar letterlijk: een psychische aandoening. Iemand die een seriemoordenaar of een recidiverende verkrachter is, is ziek. Die persoon heeft een dokter nodig.

Figuurlijk kunnen we zeker zeggen dat dit gedrag ziek gedrag is. Maar is het werkelijk een medische aandoening, of is het een geestelijke toestand? Voor zover we de Bijbel in zulke zaken vertrouwen, moeten we zeggen dat het een geestelijke en morele toestand is. Want die dingen zijn zonden, en God houdt mensen verantwoordelijk voor het begaan van zonden. God kan iemand niet verantwoordelijk houden voor het hebben van lepra of diabetes. Daar heeft die persoon niet voor gekozen. Het is niet zijn schuld. Maar Hij houdt mensen wel verantwoordelijk voor verkrachting, moord, diefstal, roddel en liegen. Deze dingen zijn geen ziekten. Het zijn keuzes.

De Bijbel leert dat het door onze gevallen toestand veel gemakkelijker en natuurlijker voor ons is om slechte keuzes te maken dan goede keuzes. Het is gemakkelijker om zelfzuchtig te zijn dan onzelfzuchtig. Dat is eenvoudigweg onze natuur, onze gevallen natuur. Het is zelfs zoveel gemakkelijker om het verkeerde te doen dat het, naarmate we geestelijk luier worden, steeds meer voelt alsof we niets anders kunnen doen dan het verkeerde. Hoe meer het voelt alsof we in slavernij verkeren, hoe meer het voelt alsof we verslaafd zijn aan slecht gedrag.

Er zit zeker enige waarheid in het feit dat mensen op een punt komen waarop ze werkelijk niet meer kunnen stoppen met drinken, of werkelijk niet meer kunnen stoppen met wat voor zondig gedrag ze ook vertonen. Want zoals de Bijbel heel duidelijk maakt, raak je in de slavernij van de zonde. Maar die slavernij wordt niet genezen met een pil, een operatie of een andere medische ingreep. Die slavernij is een geestelijke slavernij en moet genezen worden door ervan bevrijd te worden, op welke manier die bevrijding ook tot stand komt.

Het kan een demon zijn, in welk geval exorcisme de bevrijding is. Of het hoeft op zichzelf geen demon te zijn. Het kan eenvoudigweg een slecht gedisciplineerde ziel zijn die er geleidelijk toe gebracht moet worden de juiste keuzes te maken in plaats van de verkeerde. Zo iemand kan heel veel hulp en geestelijke steun nodig hebben van het lichaam van Christus, of uit andere dingen waarin God misschien voorziet. De vraag is: zijn deze gedragsproblemen medische problemen of geestelijke problemen? Ik denk

dat iedereen die hier onderzoek naar heeft gedaan gemakkelijk kan zien dat de moderne psychiatrische gemeenschap en de moderne farmaceutische bedrijven er groot belang bij hebben dat het publiek al deze dingen als medische aandoeningen beschouwt. Waarom? Omdat de psychiater de enige persoon binnen de hulpverlenende beroepen is die, op het terrein van de geestelijke gezondheidszorg, zoals zij dat zouden noemen, een arts is. Psychiaters zijn artsen. Ze hebben een artsendiploma. Een psycholoog is geen arts. Hij kan een doctorstitel in de psychologie hebben, maar hij is geen arts. Daarom kan hij geen medicijnen voorschrijven. Een psychiater kan medicijnen voorschrijven omdat hij arts is. Een psycholoog kan dat niet. Hij kan alleen met je praten en hopen je denken door suggestie een bepaalde kant op te sturen.

Zo wordt geestelijke raad ook gegeven door middel van spreken, door met mensen te praten, of door het Woord. Het Woord komt, en wij ontvangen het Woord, gehoorzamen het Woord en veranderen. Maar als onze problemen inderdaad niet van het soort zijn dat we kunnen oplossen door keuzes te maken, maar bestaan uit een verstoord chemisch evenwicht in de hersenen, dan kan alleen de psychiater ons helpen. Dan heeft de psychiater het monopolie op het geld dat aan geestelijke gezondheidszorg wordt besteed, omdat iedereen naar hem toe moet om een recept voor een medicijn te krijgen. De farmaceutische bedrijven zijn natuurlijk degenen die al het geld verdienen.

6

Demonie, zondeslavernij en bevrijding

Ik ben hier niet om een politieke uitspraak over deze mensen te doen, maar dit is precies wat er in dit land nu al bijna honderd jaar gebeurt. Er is een propagandacampagne gevoerd om iedereen ervan te overtuigen dat hun wangedrag niet werkelijk hun eigen schuld is. Het is in feite een probleem van psychische ziekte. Hierdoor weten moderne mensen, wanneer ze in de Evangeliën lezen over zaken als bezetenheid door demonen, niet goed wat ze daarvan moeten denken. Vanwege de conditionering door het moderne denken over zulke gedragingen nemen heel wat

christenen eenvoudigweg aan: „Die mensen die de Bijbel door demonen bezeten noemt, zouden wij tegenwoordig, denk ik, als psychisch ziek herkennen. Ze waren waarschijnlijk paranoïde schizofrenen of iets dergelijks.”

Op dit punt ben ik het daar inderdaad mee eens: als die mensen tegenwoordig in onze samenleving waren — en soms zijn ze dat — dan zou onze samenleving hen zo noemen. Ze zouden hun dat etiket geven, hen dienovereenkomstig behandelen en hun medicijnen geven, enzovoort. Zo gaat onze samenleving met zulke dingen om. Maar het feit dat Jezus dat niet deed, zou leerzaam voor ons moeten zijn, want Jezus wist wat er in een mens was. Hij wist wat een mens drijft. Hij wist wat de mens nodig heeft. Hij kende de problemen van de mens. Het feit dat Jezus deze mensen niet als ziek beschouwde, maar als gekweld en gebonden door demonische persoonlijkheden, zou er daarom op moeten wijzen dat er tegenwoordig misschien veel mensen onder behandeling zijn van professionals in de geestelijke gezondheidszorg bij wie Jezus, als ze in Zijn tijd hadden geleefd, eenvoudigweg demonen zou hebben uitgedreven.

Aan de andere kant beweer ik niet dat al het wangedrag wordt veroorzaakt door demonen of door bezetenheid door demonen. De menselijke ziel is zozeer gevallen dat ze uit zichzelf al ruimschoots genoeg problemen kan veroorzaken, zonder de hulp van demonen. Wanneer iemand geregeld de verkeerde morele keuzes maakt, wordt dat een gewoonte, wordt het een gebondenheid en wordt het iets waarvan mensen zich werkelijk niet kunnen bevrijden. Jezus zei:

Jezus antwoordde hun: Voorwaar, voorwaar, Ik zeg u: Ieder die de zonde doet, is een slaaf van de zonde.

JOHANNES 8:34

Daarom hebben we Jezus nodig. We hebben Hem nodig om ons uit deze gebondenheden te bevrijden. Dat is werkelijk de uitdrukkelijk genoemde missie van Jezus. Toen Jozef er nog niet van overtuigd was dat Maria nog maagd was, hoewel ze zwanger was, kwam er een engel naar hem toe. Die vertelde hem dat dit inderdaad zo was en zei:

en zij zal een Zoon baren, en u zult Hem de naam Jezus geven, want Hij zal Zijn volk zalig maken van hun zonden.

MATTHEÛS 1:21

Niet van de straf voor hun zonden; Hij zal hen van hun zonden redden. Natuurlijk ook van de straf. We weten dat Jezus ons rechtvaardigt en ons zo bevrijdt van de straf en de schuld van de zonde, maar Hij kwam om ons te bevrijden van de zonde, van de gebondenheid aan de zonde. Het feit dat Hij kwam om dat te doen, betekent dat er werkelijk geen andere uitweg was.

We weten wat zondigen is, omdat de Bijbel het definieert. Als je moordt, overspel pleegt, steelt, een vals getuigenis aflegt, je ouders niet eert, God lastert of je naaste niet liefhebt zoals jezelf, dan zondig je. Hoe houd je op met die dingen? Uiteindelijk kan bevrijding van zonde alleen door Jezus komen. Maar zelfs als je Jezus hebt, zoals veel christenen, heb je duidelijk nog steeds problemen die je moet overwinnen. Als je christen wordt, ben je niet plotseling vrij van al je gebondenheid. Het betekent dat je nu een Bevrijder hebt, en dat jij en Hij samen de strijd zullen voeren om de vijanden te overwinnen die je leven geestelijk hebben veroverd.

Het is een levenslange strijd, maar het is een strijd waarin vooruitgang kan worden geboekt en gezien. Soms is er volledige bevrijding van veel gewoonten die iemand ooit volledig beheersten. Het is niet ongewoon christenen tegen te komen die drugsverslaafd waren voordat ze christen werden en nu niet meer drugsverslaafd zijn. Mensen waren gebonden aan alcohol, nicotine, bepaald gedrag, gokken, pornografie of dat soort dingen — dingen die de seculiere wereld verslavingen noemt. Wat zij verslavingen noemen, is volgens mij eigenlijk wat de Bijbel gebondenheid zou noemen. Mensen kunnen van gebondenheid worden bevrijd.

7

De beperkingen van twaalfstappenprogramma's

Voordat we bij deze punten in Spreuken komen, wil ik ook dit nog zeggen. Een van de moderne remedies die worden voorgesteld voor wat mensen verslavingen noemen, zijn de twaalfstappenprogramma's. Die zijn begonnen met de Anonieme Alcoholisten, en daar zijn veel afsplitsingen van. Je hebt dit Anoniem en dat Anoniem, allerlei groepen voor wat verslavingen worden genoemd. Veel mensen zeggen dat dit christelijke organisaties zijn, maar feitelijk zijn ze niet christelijk. Zelfs de oprichters van de Anonieme Alcoholisten, Bill en Bob, waren geen christenen. Ze hadden wel een soort christelijke overtuigingen. Ze waren ook occultisten en hielden zich heel intensief bezig met seances en spiritisme, en ze bevalen dat sterk aan. Deze mannen waren geestelijk gezien een mengeling. Ze hadden christelijke overtuigingen. Ze zouden zeggen dat Jezus Heer is, maar ze pleitten ook voor contact met demonen en dat soort dingen. Als je de geschiedenis van de oprichters van de Anonieme Alcoholisten leest, zie je dat degenen die zeggen dat de organisatie christelijke wortels heeft, slechts naar een heel klein deel kijken van de informatie over deze mannen en wat ze werkelijk geloofden.

Maar ongeacht of die programma's christelijk zijn of niet, gebeurt er tegenwoordig het volgende. Mensen die gebonden zijn aan alcohol, drugs of iets anders — en er zijn tegenwoordig allerlei dingen die mensen verslavingen noemen, zelfs codependentie — hebben daarvoor twaalfstappenprogramma's. Een verslaving aan een middel als alcohol wordt uiteindelijk vervangen door een verslaving aan twaalfstappenbijeenkomsten. Je zult veel mensen tegenkomen die nu alleen van de alcohol afblijven doordat ze meerdere keren per week naar twaalfstappenbijeenkomsten gaan. Ze kunnen eigenlijk niet zonder die bijeenkomsten. De bijeenkomsten zijn hun verslaving geworden.

Dit is niet hetzelfde als leven in overwinning. Dit is niet hetzelfde als bevrijd zijn. Sterker nog, de twaalfstappenprogramma's moedigen mensen aan om nooit te beweren dat ze bevrijd zijn. Ze moeten iedere keer zeggen: 'Ik ben alcoholist.' Wat is

een alcoholist? Iemand die gebonden is aan alcohol. ‘Ik heb de laatste tijd niet gedronken, maar ik ben nog steeds gebonden. Ik ben nog steeds alcoholist.’ Dat is niet wat de Bijbel zegt.

8

Een nieuwe identiteit door Christus

Laat me je laten zien wat de Bijbel zegt, en daarna zullen we kijken wat Spreuken specifiek over dit soort gedrag zegt. In 1 Korinthe 6:9–11 staat:

Of weet u niet dat onrechtvaardigen het Koninkrijk van God niet zullen beërven? Dwaal niet! Ontuchtplegers, afgodendienaars, overspelers, schandknapen, mannen die met mannen slapen, dieven, hebzuchtigen, dronkaards, lasteraars en rovers zullen het Koninkrijk van God niet beërven. Sommigen van u zijn dat wel geweest, maar u bent schoongewassen, maar u bent geheiligd, maar u bent gerechtvaardigd, in de Naam van de Heere Jezus en door de Geest van onze God.

1 KORINTHE 6:9-11

Let eens op die opsomming. Er zijn beslist mensen die overspelers zijn. Er bestaat zelfs een term, ‘seksverslaafden’, die tegenwoordig algemeen door psychologen wordt gebruikt, en ik weet zeker dat ze ook twaalfstappenprogramma’s voor seksverslaafden hebben. Maar de Bijbel noemt hen overspelers en hoereerders. Wij spreken over alcoholisten. De Bijbel gebruikt het woord dronkaards. Wij zouden het over een kleptomane kunnen hebben, maar de Bijbel gebruikt het woord dieven. Wij zouden het kunnen hebben over iemand die problemen heeft met woede. De Bijbel noemt zulke mensen lasteraars.

Dit zijn mensen die gedragsproblemen hebben. Ik moet er eigenlijk op wijzen dat dit mensen zijn die door dit gedrag worden beheerst, want Hij zegt dat mensen van dit type het Koninkrijk niet zullen beërven. Er zijn beslist mensen die het Koninkrijk

zullen beërven en die soms voor een verleiding zijn bezweken en dronken zijn geworden, of die een keer een van deze verkeerde dingen hebben gedaan en daarna tot bekering zijn gekomen. Dit gaat niet over mensen die struikelen en tot bekering komen. Dit gaat over mensen die deze dingen beoefenen. Dit is hun leven.

Iemand die niet vaak dronken wordt, maar in zijn leven drie keer ten val is gekomen, is geen dronkaard. Hij is een nuchter mens die in zijn leven drie keer voor verleiding is bezweken. Maar iemand die de vaste gewoonte heeft om te drinken, is een dronkaard. Iemand die geen berouw heeft over dit gedrag, behoort tot de categorie die hier van toepassing is. Afgodendienaars — beslist zouden de meeste mensen die verslaafden worden genoemd, Bijbels gezien afgodendienaars worden genoemd. Ze verafgoden gedrag dat hun leven beheerst, in plaats van dat God het beheerst.

Maar let op wat Paulus in vers 11 zei:

En zo waren sommigen van jullie.

Sommigen van zijn lezers die nu christenen waren, waren overspelers, hoereerders, afgodendienaars, lasteraars, schandknappen, homoseksuelen, dieven, dronkaards, verslaafden. Sommigen van jullie waren zo.

Ze zijn veranderd. Ze zijn die dingen niet meer. Als zij opstaan en belijden: ‘Ik ben Jan Modaal. Ik ben alcoholist,’ ontkennen ze wat Paulus zegt. Nee, dat was je. Dat ben je nu niet. Je bent gereinigd. Je hebt een nieuwe identiteit gekregen. Je bent wedergeboren als iets anders. Misschien heb je strijd of verleidingen, want iedere christen heeft met een geestelijke strijd te maken, en jouw strijd kan gericht zijn tegen dingen die je ooit beheersten. Maar je bent dat niet meer.

9

Steungroepen tegenover gemeenschap met Jezus

Daarom ben ik van mening dat, hoewel veel mensen zeggen dat ze enige hulp hebben gekregen van twaalfstappenprogramma's, de mensen die ik ken die er hulp door hebben gekregen, werkelijk verslaafd zijn geraakt aan die programma's. Ze schrijven

het programma werkelijk meer eer toe dan God, ook al zeggen ze: ‘Mijn hogere macht is Jezus.’ Goed, waarom wandel je dan niet gewoon met Jezus? ‘Nee, ik heb de twaalf stappen nodig. Ik moet de stappen blijven doorlopen. Ik moet naar de groepen blijven gaan.’ Waarom? Ik dacht dat Jezus je hogere macht was, niet de groep. Als Jezus je hogere macht is, gaat Hij met je mee wanneer je niet bij de groep bent. Je kunt een bijeenkomst van de groep missen, en Hij is er nog steeds. Als je werkelijk een relatie met Jezus hebt en werkelijk op Jezus ziet, dan is dat één ding. Maar als je niet kunt functioneren zonder voortdurend door de groep gesteund te worden, dan zie je op de groep en niet op Jezus. Je kunt zeggen dat Jezus je hogere macht is. Gemeenten zitten vol mensen die zeggen dat ze in Jezus geloven, maar leven ze ernaar? Als je in werkelijkheid op iets anders vertrouwt dan op Jezus, dan word je niet bevrijd. In zo’n geval is het terecht om te zeggen: ‘Ik ben nog steeds alcoholist,’ want je bent nog niet bevrijd.

Trouwens, iemand zou kunnen zeggen: ‘Hebben christenen geen gemeenschap nodig, ook al hebben ze Jezus?’ Jawel, maar de gemeenschap van de heiligen is gemeenschap met Jezus. Het lichaam van Christus is Christus. Wanneer we bij elkaar zijn, geldt:

Wat Zijn broeder wordt aangedaan, wordt Hem aangedaan. Wij zijn in de aanwezigheid van Christus wanneer twee of drie in Zijn Naam bijeengekomen zijn:

Want waar twee of drie in Mijn Naam bijeengekomen zijn, daar ben Ik in hun midden.

MATTHEÛS 18:20

Je gaat naar een twaalfstappengroep en jouw hogere macht is Jezus, maar de hogere macht van iemand anders is zijn motorhelm. Dan heb je geen gemeenschap met Jezus, maar met een steungroep. Dat is niet op Jezus zien.

10

Verlichting zonder bekering tot God

Ik houd er echt niet van om kritiek te leveren op christelijke groepen die mensen met levensbeheersende problemen helpen door middel van dit twaalfstappenprogramma. Maar ik moet gewoon zeggen dat we naar de resultaten moeten kijken. Worden deze mensen werkelijk bevrijd door de kracht van God, of worden ze slechts onder controle gehouden door een ander soort programma dat even goed werkt voor degenen die tot Christus komen als voor degenen die dat niet doen?

Iemand die niet tot Christus komt, kan door het doorlopen van de stappen droog komen te staan. Dat kan het ergste zijn wat hem kan overkomen, want dan heeft hij God niet meer nodig. Vaak zijn de gevolgen van slecht gedrag zo kwellend, dat God ze wil gebruiken om mensen tot Christus te brengen. Maar als wij hun zonder Christus verlichting kunnen geven, hebben we hen misschien ongevoelig gemaakt voor juist dat werk van God waardoor Hij hen aan het einde van hun eigen kunnen wil brengen, zodat ze tot God komen.

Maar als wij hun door middel van een of andere steungroep een soort oppepper geven, zodat ze zeggen: 'Ik heb het overwonnen. Ik heb God niet nodig. Ik ben nu al drie maanden clean en nuchter,' dan wil dat niet zeggen dat ze geholpen zijn, ook al is hun hogere macht een deurknop in plaats van Jezus. Ze zijn niet geholpen om tot God te komen. Ze zijn geholpen aan verlichting. Mensen verlossen van de gevolgen van hun zondige keuzes kan, zoals ik al zei, eenvoudigweg de uitwerking tenietdoen die deze gevolgen volgens de wil van God moesten hebben om hen op hun knieën te brengen. Dit zijn dingen die we opnieuw moeten onderzoeken.

Natuurlijk zouden we ons allemaal verheugen als iemand die door alcohol te gronde is gericht, ophoudt met drinken, ophoudt het geld van het gezin te verspillen en ophoudt zijn vrouw en kinderen te kwellen, omdat hij niet meer drinkt. Dat is een prachtig resultaat. Maar als het daarbij blijft, als dat alles is wat hij krijgt, als hij niet tot Christus komt en als niet God wordt verheerlijkt, maar het leven van die man alleen maar gemakkelijker wordt gemaakt, dan is dat geen specifiek christelijke remedie. Dat is gewoon een humanistische remedie.

11

Depressie en de theorie van hersenchemie

Dit voorwoord brengt me als het ware bij deze passages in Spreuken over menselijke stemmingen, houdingen en gedragingen. Want in onze samenleving zijn we geconditioneerd om heel anders naar gedrag te kijken dan de Bijbel ons aanmoedigt te doen. Als een kind op school niet stil kan zitten, geven we hem een medicijn. Als iemand extreme stemmingswisselingen heeft, geven we hem een medicijn. Als iemand stemmen in zijn hoofd hoort die hem zeggen dat hij zijn moeder moet doden, geven we hem een medicijn. Voor dit soort dingen vinden we in de Schrift geestelijke alternatieven.

Natuurlijk komen niet al deze dingen in het boek Spreuken ter sprake, want er zijn veel aspecten van de geestelijke wereld die in het Oude Testament niet waren geopenbaard. Niettemin was Salomo zich bewust van verschillende soorten schadelijke stemmingen en houdingen, en hij had enige kennis van hun aard.

Neem bijvoorbeeld depressie. Tegenwoordig spreken we over klinische depressie, waarmee we er natuurlijk een medische aandoening van maken. Ik moet duidelijk maken wat een christen naar mijn mening wel en niet zou moeten zeggen. Een christen zou niet moeten zeggen dat depressie geen chemische oorzaak kan hebben. Natuurlijk kan depressie heel goed een chemische oorzaak hebben. Maar de vraag is: is de oplossing ook chemisch of niet?

Ons is verteld dat wanneer mensen depressief of bipolair zijn, of angst hebben, of zelfs wanneer van mensen wordt gezegd dat ze schizofreen zijn, ze een probleem met de chemie van hun hersenen hebben, of anders een erfelijk genetisch probleem — iets wat mis is met de chromosomen in hun hersenen. Dit is een theorie. Niet iedere deskundige psychiater is het hiermee eens. Het is eenvoudigweg de officiële partijlijn.

Als deze dingen waar zijn, kan de psychiater je er medicijnen voor geven. Dat komt de inkomsten van de psychiater en het bedrijfsresultaat van het farmaceutische bedrijf ten goede. De farmaceutische bedrijven sponsoren de Amerikaanse Vereniging

voor Psychiatrie op grote schaal. Het grootste deel van het geld komt van de farmaceutische bedrijven. Er is daar dus een relatie waarbij veel geld betrokken is en niet veel geweten.

Ze overtuigen mensen ervan dat dit een chemische onbalans is, iets genetisch, en dat je een probleem hebt dat een beetje op diabetes lijkt. Net zoals je iemand met diabetes insuline zou geven, moet je iemand met schizofrenie dit soort medicijnen geven, iemand die depressief is dat soort medicijnen, of iemand die angstig is weer een ander soort medicijnen. Je zou iemand met diabetes geen insuline ontzeggen, dus waarom zou je ertegen zijn om deze mensen deze medicijnen te geven? Natuurlijk gaat die vergelijking helemaal niet precies op. Iemand met diabetes heeft een medische aandoening, en soms hebben mensen inderdaad medische aandoeningen die hun stemming beïnvloeden. Allerlei chemische stoffen kunnen je stemming beïnvloeden. Een beetje te veel alcohol of nicotine kan je stemming beïnvloeden. Veel middelen kunnen je stemming beïnvloeden, naar boven of naar beneden. Niemand kan ontkennen dat sommige mensen stemmingswisselingen hebben die op chemische stoffen berusten. Sommige daarvan worden kunstmatig ingebracht en andere worden misschien in het lichaam zelf aangemaakt: adrenaline, of hormonale dingen die zich in een maandelijkse cyclus voordoen, vooral bij vrouwen. Er bestaan beslist chemische onbalansen. Ze veranderen stemmingen. Ze veranderen hoe mensen dingen waarnemen. In veel gevallen zijn ze tijdelijk.

12

Medische en psychiatrische aandoeningen

Sommige mensen hebben langdurige schildklierproblemen of iets dergelijks. Dat is een medische aandoening, geen psychiatrische aandoening. We zijn zo geïndoctrineerd dat we niet eens weten dat daar een verschil tussen bestaat. We denken dat een psychiatrische aandoening een medische aandoening is. Nee, een medische aandoening zoals diabetes of een schildklieraandoening houdt werkelijk verband met een orgaan in het lichaam dat niet goed functioneert. Er is een bepaalde noodzakelijke chemische stof die je lichaam nodig heeft en die niet of juist in overmatige mate wordt aangevoerd.

Er zijn chemische onbalansen die mensen hebben wanneer ze een medische aandoening hebben, en soms beïnvloeden die inderdaad hun stemming. Ze kunnen meer angst of depressie veroorzaken, of wat dan ook. Er zijn medische problemen die met echte medische onderzoeken kunnen worden vastgesteld. Wat we moeten begrijpen, is dat er voor wat klinische depressie, een angststoornis, schizofrenie of een bipolaire stoornis wordt genoemd, geen klinische onderzoeken bestaan die aantonen dat er iets niet goed functioneert en deze aandoeningen veroorzaakt.

De laatste jaren hebben ze hersenscans ontwikkeld waarop verschillende delen van de hersenen verschillende kleuren hebben. Ze ontdekken dat bij mensen die depressief zijn één deel van hun hersenen minder actief is dan bij normale mensen. Bij mensen met een ander soort psychiatrisch probleem is een ander deel van hun hersenen aangedaan. Op de scan kunnen ze aan de verschillende kleuren zien hoe actief de hersengebieden zijn. Ze zeggen: „Hiermee hebben we bewezen dat er een lichamelijk verband bestaat.”

Maar wat bewezen is, is dat er inderdaad een verband bestaat tussen het lichaam en de ziel. De vraag is: wat beïnvloedt wat? Met andere woorden, beïnvloedt de ziel de hersenen, of beïnvloeden de hersenen het gedrag en de ziel? We weten bijvoorbeeld dat je insulineniveau kan stijgen als je gealarmeerd raakt. Een emotie veroorzaakt een verandering in je lichaamschemie. Zo zijn we gebouwd.

Er bestaat een verbinding tussen ziel en lichaam, en vaak kunnen onze houdingen ertoe leiden dat bepaalde chemische stoffen in onze hersenen vrijkomen. Als we boos zijn, als we ervoor kiezen boos te zijn, kunnen daardoor bepaalde chemische stoffen in onze hersenen vrijkomen. Als we gealarmeerd zijn, kan daardoor meer insuline vrijkomen, en wat al niet meer. Als je iemand onderzoekt, zou je verhoogde activiteit in een bepaald gebied kunnen aantreffen. Die verhoogde activiteit kan worden veroorzaakt door de geestelijke keuzes die iemand maakt en door diens houdingen en stemmingen. Het hoeft niet zo te zijn dat die persoon daar van meet af aan een probleem heeft dat deze stemmingen en houdingen tot gevolg heeft. Het kan zijn dat de twee elkaar versterken. De vraag is: wat was er eerst, de kip of het ei?

Eén ding kunnen we zeggen: er is geen bewijs geleverd dat aandoeningen die psychiatrisch worden genoemd werkelijk een lichamelijke oorzaak hebben. Maar er bestaan wel medische aandoeningen. Zoals ik al zei, is een schildklieraandoening daar een goed voorbeeld van. De verschillende hormonale veranderingen die zich bij een vrouw voordoen, of zelfs bij mannen op verschillende momenten in hun leven, zijn chemische veranderingen die de stemming van mensen veranderen. Daar is niets aan te doen. Dat hoort eenvoudig bij het menselijk bestaan. Als het een schildklieraandoening is, kan er misschien wel iets aan worden gedaan, want dat is een medische aandoening die door de medische wetenschap kan worden behandeld.

Maar psychiatrische aandoeningen worden niet door de medische wetenschap behandeld. Ze worden behandeld door farmaceutische bedrijven, die vrijwel allemaal tegen je zullen zeggen dat ze niet weten waarom een medicijn doet wat het doet. Het zorgt er gewoon voor dat mensen zich beter voelen. Ze proberen bij wijze van experiment van alles uit, en ze vinden iets wat veranderingen in de hersenen lijkt te veroorzaken waardoor iemand zich beter voelt. Dan zeggen ze: „We zullen dit een genezing noemen.” Ze genezen niets. Ze beweren niet eens dat ze iets genezen. Ze weten niet eens wat het is dat ze behandelen. Het enige wat ze weten, is dat je je door deze pil anders voelt. Dat is alles wat ze weten. Ze weten niet waarom.

Van genoeg alcohol drinken ga je je ook anders voelen. Dat maakt alcohol nog geen geneesmiddel voor wat dan ook. Het betekent beslist niet dat je hersenen voordat je dronk een alcoholtekort hadden en dat je een of ander tekort aan het aanvullen bent. Nee, je voegt iets toe wat veranderingen in je chemische huishouding teweegbrengt. Daardoor ga je je soms inderdaad anders voelen. Het betekent niet dat je de wortel van het probleem hebt aangepakt. Als we uitgaan van een Bijbelse wereldbeschouwing, ligt de wortel van het probleem in het hart.

13

Bezorgdheid als wortel van depressie

Depressie komt in Spreuken een aantal keer ter sprake. In hoofdstuk 12, vers 25, staat:

Bezorgdheid in iemands hart drukt het terneer, maar een goed woord verblijdt het.

SPREUKEN 12:25

Dit lijkt misschien simplistisch. Het spreekt vanzelf dat mensen met een diepe depressie niet per se onmiddellijk blij worden van een goed woord. Maar de gedachte is dat woorden de stemming van iemand die angstig of depressief is, kunnen veranderen. Vaak kan depressie door angst worden veroorzaakt. Er staat niet dat dit altijd zo is. Er staat niet dat depressie altijd door angst wordt veroorzaakt, maar wel dat angst tot depressie leidt. Dus ten minste enkele vormen van depressie hebben angst als wortel.

[Vertalersnoot: deze redenering sluit aan bij de gebruikte Engelse vertaling, waarin staat dat bezorgdheid 'depressie veroorzaakt'. De Nederlandse versweergave zegt letterlijk dat bezorgdheid het hart terneerdrukt.] Ik ben depressief omdat alles er somber uit ziet, omdat het mij lijkt dat de wereld naar de verdommenis gaat, of dat mijn baan op de tocht staat, of dat er problemen zijn in mijn gezin. Ik ben bang voor hoe alles zal aflopen. Daardoor hangt er een donkere wolk boven me en ben ik somber. Deze angst veroorzaakt depressie. Welnu, wat is de remedie?

Je kunt natuurlijk naar een dokter gaan en een angstremmend middel krijgen. Er zijn er genoeg op de markt. Dat is het gemakkelijke antwoord, als het überhaupt een antwoord is. Misschien zorgt het ervoor dat ik me minder angstig voel, maar tegen

welke prijs? Welke prijs betaal ik ervoor wat betreft mijn werkelijke gezondheid en mijn geestelijke leven? Als ik angstig ben, is dat een aanwijzing dat er iets geestelijks in mij aangepakt moet worden. Waarom vertrouw ik niet op God?

Wat buigt u zich neer, mijn ziel, en bent u onrustig in mij? Hoop op God, want ik zal Hem weer loven voor de volkomen verlossing van Zijn aangezicht.

PSALMEN 42:6

Maar als ik een geneesmiddel inneem, zal ik niet eens beseffen dat er iets misgaat. Ik zal niet de vraag stellen: „Waarom ben ik terneergeslagen in mijn ziel?” Ik zal niet zien dat er in mijn geestelijke leven een of ander tekort bestaat, omdat ik mezelf ervoor heb verdoofd.

14

Symptomen verdoven of oorzaken aanpakken

Mijn grootvader nam nooit aspirine. Ik neem het niet erg vaak, omdat ik niet vaak hoofdpijn heb. Maar als ik hoofdpijn krijg, neem ik wel een aspirine. De reden daarvoor is dat ik niet van hoofdpijn houd. Maar mijn grootvader nam nooit aspirine tegen hoofdpijn. Hij zei: „Je hebt hoofdpijn omdat er iets niet in orde is. Aspirine maskeert alleen maar het probleem.” Hij wilde zichzelf niet wijsmaken dat alles in orde was terwijl dat niet zo was.

Ik weet niet zeker in welk opzicht het beter is om de hoofdpijn maar te verdragen. Hij was een enigszins excentrieke man, maar wel intelligent. Hij had redenen voor bijna alles wat hij deed. Hij liet ooit de nagel van een van zijn kleine tenen ruim tien centimeter lang groeien, alleen om te zien hoe lang die zou worden voordat hij afbrak. Hij was een beetje excentriek. Hij was plaatsaanwijzer in zijn baptistengemeente en soms deed hij dat op zijn pantoffels. Iedereen droeg in die tijd een pak, en hij liep bij het aanwijzen van de plaatsen op zijn pantoffels. Soms vond hij het leuk om mensen een beetje te prikkelen.

Maar hij vond het niet wenselijk om een aspirine te nemen als hij hoofdpijn had, want dan zou de boodschap die de hoofdpijn hem probeerde te geven niet tot hem doordringen. Als je hoofdpijn hebt, kan er iets medisch aan de hand zijn dat behandeld moet worden. Stel dat je een hersentumor had en gewoon aspirines bleef slikken. Dan zou je nooit weten dat je een hersentumor had. Die zou je doden voordat je wist dat er iets mis was.

Zo werkt het in zekere zin ook in ons morele of geestelijke leven, om een beeldspraak of vergelijking te gebruiken. Wanneer er iets mis is in onze relatie met God of in onze relatie met iemand anders, hebben we geen zuiver geweten. Dat is een geestelijke toestand. Dan zijn we angstig.

Denk eraan, Spreuken zegt:

Goddelozen vluchten terwijl er geen vervolger is, maar een rechtvaardige is moedig als een jonge leeuw.

SPREUKEN 28:1

Wat betekent dat? Angst en vrees zijn vaak het gevolg van goddeloosheid. Als je goddeloos bent, word je paranoïde. Vluchten wanneer niemand je achtervolgt, is paranoia. Goddeloos zijn is een geestelijke toestand. Als je geweten niet zuiver is, zul je ergens in je achterhoofd altijd het gevoel hebben dat God je op de een of andere manier een zware klap gaat toebrengen. Er zal wel iets ergs moeten gebeuren, omdat ik dat werkelijk verdien, omdat ik me in mijn geweten onrein voel.

Als ik nu problemen heb in mijn geestelijke leven tussen mij en God, en mijn geweten mij dwarszit, en ik me angstig en depressief voel, en ik neem een pil waardoor ik me niet langer depressief of angstig voel, dan bestaat het probleem nog steeds, wat het ook was. Alleen weet ik het niet meer. Ik heb het slechts gemaskeerd. Dat is vaak wat medische remedies doen, zowel bij medische problemen als, helaas, bij geestelijke problemen.

15

Bemoediging en waarheid als geneesmiddel

Dus hier staat:

Zorgen in je hart maken je somber, maar van een goed woord word je blij.

Nogmaals, dit kan overdreven gesteld zijn. Eén enkel goed woord zal niet iedereen uit een depressie halen. Maar de gedachte is dat iemand die depressief en angstig is, een probleem heeft waarbij diegene onderricht en bemoediging nodig heeft in plaats van een geneesmiddel. Iemand die met wijsheid of bemoediging komt en die persoon kan opbeuren, kan diens depressie en angst genezen, of die op dat moment ten minste verlichten.

Het punt is dat we onderwezen moeten worden. We moeten geïnformeerd worden. Woorden brengen ons informatie en waarheid, en Jezus zei dat de waarheid ons vrij zal maken. Woorden zijn een betere bron van verlichting dan iets anders, omdat woorden waarheid overbrengen, en waarheid iets geestelijks is dat geestelijke problemen aanpakt. Een pil doet dat niet.

In hoofdstuk 14, vers 10, staat:

Het hart kent zijn eigen bitterheid, en een vreemde kan zijn blijdschap niet delen.

SPREUKEN 14:10

In hetzelfde hoofdstuk, vers 13, staat:

Ook bij het lachen zal het hart pijn lijden: het einde van zulke blijdschap is verdriet.

SPREUKEN 14:13

Verdriet en droefheid, en bitterheid van hart, zijn zaken van het hart. Het zijn geen zaken van hersenchemie. Het zijn zaken van het hart. Het hart kent zijn eigen bitterheid. Zelfs tijdens het lachen kan het hart bedroefd zijn. Iemand kan zich even

vermaken met iets wat hem aan het lachen maakt. Als je depressief bent en zegt: ‘Ik ga naar een film, en het is een komedie,’ zul je merken dat je om bepaalde dingen in de film lacht. Als de film afgelopen is, ben je nog steeds depressief. Zelfs tijdens het lachen is je hart onveranderd. Lachen kan heel oppervlakkige en tijdelijke verlichting geven, maar het hart verkeert nog steeds in een toestand die de oorzaak van zijn verdriet is en afzonderlijk aangepakt moet worden.

16

Goed en schadelijk verdriet

In hoofdstuk 15, vers 13, staat:

Een vrolijk hart maakt een gezicht blij, maar door hartenleed wordt een geest neerslachtig.

SPREUKEN 15:13

Verdriet van hart is niet altijd iets slechts. Jezus zei:

Zalig zijn zij die treuren, want zij zullen vertroost worden.

MATTHEÛS 5:4

als je om de juiste dingen treurt. Maar ik denk dat dit over hopeloosheid en depressie gaat, waarvan mensen het gevoel hebben dat die hun geest breken. Nogmaals, het breken van de geest is ook niet altijd iets slechts. De Bijbel zegt dat God dicht bij hen is die een gebroken geest hebben.

Verdriet kan goed of slecht zijn. Paulus zei in 2 Korinthe 7 dat er een verdriet van de wereld is dat tot de dood leidt, en een verdriet overeenkomstig Gods wil dat tot bekering leidt. Iemand treurt en is bedroefd, en zijn geest is gebroken omdat hij ertoe neigt zich van zonde te bekeren. Dat is iets positiefs. Maar werelds verdriet, zei Paulus, leidt tot de dood. Wanneer mensen zelfmoord plegen, hebben ze vaak het punt bereikt waarop ze zo bedroefd zijn dat ze geen uitweg meer zien. Voor hen is alles hopeloos. Ze

denken dat het onmogelijk beter kan worden. ‘Ik kan dit verdriet niet verdragen. Het is te veel voor mij.’ Hun geest is gebroken. Dat wil zeggen: hun wil om te leven is verdwenen, en dat leidt tot de dood.

Maar een vrolijk hart maakt het gezicht opgewekt. Dat betekent dat je gezicht meer straalt als je een vrolijk hart hebt. Een vrolijk hart zal invloed hebben op je gezicht, maar een gebroken hart zal een negatieve invloed hebben op je geest. Verdriet van hart is gezond genoeg als we het in het juiste perspectief kunnen blijven zien. Wanneer je iemand van wie je houdt verliest, of wanneer je meeleeft met iemand die lijdt, is verdriet van hart iets heilzaams. Maar als je in verdriet of depressie blijft zwelgen omdat je geen enkele hoop ziet, als er voor jou geen licht is aan het einde van de tunnel, als je bezorgd bent over de toekomst en daar geen enkele positieve hoop op hebt, dan ben je God natuurlijk uit het oog verloren.

Wat buigt u zich neer, mijn ziel, en bent u onrustig in mij? Hoop op God, want ik zal Hem weer loven voor de volkomen verlossing van Zijn aangezicht.

PSALMEN 42:6

Je geest kan gebroken worden. Depressie kan je naar de dood leiden en tot het verlies van de wil om te leven. Dat is volgens mij het soort zaak waar hij het daar over heeft.

17

Een blij hart en lichamelijke gezondheid

In hoofdstuk 17, vers 22, zegt Salomo: ‘Een vrolijk hart’—daar begon ook het vorige vers mee dat we bekeken—maar deze keer staat er:

Een blij hart bevordert de genezing, maar een neerslachtige geest doet de beenderen verdorren.

SPREUKEN 17:22

Hier wordt lichamelijke gezondheid gebruikt als een analogie of metafoor voor geestelijk welzijn. Vrolijk zijn doet goed als een medicijn. Misschien is het niet slechts een analogie. Het kan in feite zijn waar ik het eerder over had. Wanneer je ontdekt dat er een bepaald verband is tussen iemands stemming en zijn hersenchemie, kan het zijn dat zijn stemming zijn hersenchemie heeft bepaald, in plaats van dat zijn hersenchemie zijn stemming heeft bepaald.

Een vrolijk hart is een geestelijke toestand. Geluk werkt als een medicijn. Het kan je lichamelijke toestand ten goede veranderen. Mensen worden soms gewoon over het algemeen gezonder wanneer ze ervoor kiezen om een gelukkiger en optimistischer stemming aan te nemen. Het is goed voor je om gelukkig te zijn. Het is lichamenlijk goed voor je. Maar dit is niet gewoon een kwestie van positief denken. Een vrolijk hart komt volgens de Schrift voort uit een zuiver geweten.

In Psalm 32 spreekt David over zijn zonde met Bathseba. Hij had die zonde nog niet beleden en het nog niet met God in het reine gebracht. Met het oog op zijn bekering schrijft hij:

Hij begint met ‘welzalig’, wat hier ‘gelukkig’ betekent:

Een onderwijzing van David. Welzalig is hij van wie de overtreding vergeven, van wie de zonde bedekt is.

PSALMEN 32:1

Hij zegt:

Toen ik zweeg, teerden mijn beenderen weg, onder mijn jammerklachten, de hele dag.

PSALMEN 32:3

—hiermee bedoelt hij voordat ik het beleet—

Hij begint met te spreken over hoe gelukkig iemand is van wie de zonden vergeven zijn. Daarna spreekt hij over hoe ongelukkig hij was voordat hij zijn zonde beleet en vergeving verkreeg. Maar hij voelde dat ongeluk in zijn beenderen. Zijn beenderen

voelden uitgedroogd aan. Hij voelde dat zijn levenskracht uit hem wegvloede. Waarom? Omdat hij met onverwerkte schuld rondliep. Zijn hart was neerslachtig en zijn lichaam voelde alsof alle energie eruit verdwenen was. Dit komt overeen met het werkelijke leven. Dit gebeurt met mensen: hun lichamelijke gezondheid lijdt onder de geestelijke compromissen die ze sluiten, eenvoudigweg door psychosomatische verschijnselen.

Een psychosomatische ziekte is natuurlijk een ziekte die niet werkelijk door een organische oorzaak wordt veroorzaakt. Ze wordt veroorzaakt door de geest, door de toestand van de geest. Veel artsen geloven dat de patiënten die ze behandelen in werkelijkheid geen organische problemen hebben. Daarom geven ze hun soms suikerpillen. Daarom bestaat er zoiets als het placebo-effect. Als je een patiënt die niet werkelijk een organisch probleem heeft, maar bij wie het probleem in het hoofd zit, een placebo geeft, voelt die zich beter omdat diegene denkt dat het probleem verholpen is. De hersenen vertellen die persoon dat alles nu in orde is. De suikerpil heeft niets voor diegene gedaan, behalve diens stemming te veranderen. Dat gebeurde niet chemisch, maar psychologisch. De pil deed die persoon denken dat er iets aan het probleem werd gedaan en dat alles nu verholpen was. En dan wordt diegene opeens beter.

Vaak bepaalt de toestand van de geest of de toestand van het hart hoe gezond of ongezond het lichaam is. Salomo zegt:

Een blij hart bevordert de genezing, maar een neerslachtige geest doet de beenderen verdorren.

SPREUKEN 17:22

En een gebroken geest, waarover werd gesproken in het vorige vers dat we bekeken, droogt de beenderen uit. David zei, waarbij hij de wegterende beenderen en de zomerse droogte uit Psalm 32 in één beeld samenvatte:

Mijn beenderen waren als verdord.

Hier gaat het om: als iemands geest zo gebroken is dat diegene alle hoop kwijt en neerslachtig is, en de wil om te leven verloren heeft, enzovoort, dan vertrouwt die persoon niet op God. Die persoon heeft ongetwijfeld zaken met God in het reine te brengen, maar verwaarloost die. David zei:

Een onderwijzing van David. Welzalig is hij van wie de overtredding vergeven, van wie de zonde bedekt is. Welzalig de mens wie de HEERE de ongerechtigheid niet toerekent, en in wiens geest geen bedrog is. Toen ik zweeg, teerden mijn beenderen weg, onder mijn jammerklachten, de hele dag. Want dag en nacht drukte Uw hand zwaar op mij, mijn levensvocht veranderde in een zomerse droogte. Sela Mijn zonde maakte ik U bekend, mijn ongerechtigheid bedekte ik niet. Ik zei: Ik zal mijn overtredingen belijden voor de HEERE. En Ú vergaf mijn ongerechtigheid, mijn zonde. Sela

PSALMEN 32:1-5

En hij is ook gezonder, vanwege een vrolijk hart. De toestand van je geest heeft dus inderdaad invloed op je gezondheid.

18

Innerlijke verdrukking of tevredenheid

In hoofdstuk 15, vers 15 staat:

Alle dagen van een ellendige zijn slecht, maar een blijmoedig hart is als een voortdurende maaltijd.

SPREUKEN 15:15

Het Engelse woord 'afflicted', dat in Spreuken 15 met 'ellendige' en elders met 'verdrukt' wordt weergegeven, wordt in de Schrift op veel verschillende manieren gebruikt. Verdrukking kan vanzelfsprekend bestaan uit vervolging van buitenaf. De

psalmist zegt:

Voordat ik verdrukt werd, dwaalde ik, maar nu neem ik Uw woord in acht.

PSALMEN 119:67

Die verdrukking bestond uit uiterlijke beproevingen die zijn leven binnenkwamen.

Maar wanneer de Bijbel spreekt over mensen die vasten, verdrukken zij ook hun ziel. Dat is in feite het eufemisme voor vasten, al is het niet erg eufemistisch of erg positief. Vasten wordt in de Schrift aangeduid als het verdrukken van de eigen ziel. Het is dus zoiets als jezelf verdrukken. Het is duidelijk dat iemand zichzelf kan kwellen, en niet op een goede manier. Hij kan innerlijk zo verdrukt zijn dat het alles aan het leven bederft. Hij kan een bevoorrecht bestaan leiden, maar innerlijk verdrukt zijn. Dan zijn al zijn dagen slecht, hoe goed zijn uiterlijke omstandigheden ook zijn.

Maar wie een vrolijk hart heeft, heeft voortdurend een feestmaal, of er nu werkelijk eten op tafel staat of niet. Hij is tevreden en gelukkig in het leven omdat zijn hart in orde is. Iemand van wie het hart niet in orde is en die zich wentelt in zelfmedelijden, onverwerkte schuld of bezorgdheid die hij aan God zou moeten toevertrouwen, heeft een verdrukt hart. Al zijn dagen zijn slechte dagen. Dat betekent niet dat hij zondige dingen doet. Zo wordt 'slecht' hier niet bedoeld. 'Slecht' betekent verschrikkelijk. Voor iemand van wie het hart in een verdrukte toestand verkeert, is het leven dag na dag verschrikkelijk. Maar als zijn hart vrolijk is, zal iemand zich altijd tevreden voelen, alsof er voortdurend een feestmaal voor hem staat.

19

Geestkracht tijdens ziekte

In hoofdstuk 18, vers 14 — en dit is het laatste vers dat we zullen bekijken — zei Salomo:

Iemands geestkracht zal hem in zijn ziekte steunen, maar een neerslachtige geest, wie kan die opbeuren?

SPREUKEN 18:14

Opnieuw is die gebroken geest een neerslachtigheid die zo diep is dat je alle wil om te leven hebt verloren. Je bent alle richting en alle hoop kwijt. Je denkt alleen maar: 'Ik wou dat ik kon sterven. Er is geen reden om door te gaan. Mijn geest is volkomen gebroken.' Je zit te kniezen, in een diepe neerslachtigheid, wat waarschijnlijk een klinische depressie zou worden genoemd. Ze zouden het klinisch noemen, zodat ze je er een medicijn voor konden geven. Maar dit is geen klinisch probleem. Dit is een geestelijk probleem. Het is een gebroken geest, in tegenstelling tot de geest van een mens die hem in zijn zwakheid kan ondersteunen.

Iemand met een gezonde geest, met een gezond geestelijk leven, kan zelfs onder grote verdrukking standhouden. De geest van een mens zal hem in zijn ziekte ondersteunen. Je ontmoet inderdaad mensen die heel ziek zijn en toch opgewekt zijn.

Ik heb bij veel gelegenheden gesproken over een vrouw die Janie heette en die ik in Santa Cruz kende, omdat zij een treffend voorbeeld is. Ze was een jonge vrouw van in de dertig, een getrouwde vrouw met twee dochtertjes. Ze vormden een prachtig gezin: een mooie vrouw met een knappe echtgenoot, opgewekte, godvrezende mensen die naar een baptistengemeente gingen. Ze waren godvrezend, aantrekkelijk en populair. Alles zat hun mee, behalve dat zij kanker door haar hele lichaam had en de arts zei dat ze zou sterven.

Ze was naar huis gegaan en lag in bed. Ik leidde in die tijd, in 1978, een school in Santa Cruz. We hoorden over haar omdat haar kerk pal aan de overkant van onze school stond, en enkele van onze studenten haar in de kerk hadden ontmoet. We gingen als

groep naar haar huis om haar op te beuren. Dat was helemaal niet nodig. Ze was zo opgewekt als welke christen ik ooit heb gezien dan ook, zelfs stralend. Ze wilde trouwens niet genezen worden. Ze zei: 'Nee, bid niet eens dat ik beter word. God heeft me laten zien dat ik ga sterven.' Ze noemde zelfs de datum die God haar had geopenbaard.

Sommigen van jullie weten hoe dit verhaal afloopt, omdat ik het al eerder heb verteld. Maar ze stierf die dag niet. Sterker nog, op de dag waarvan ze meende dat God haar had gezegd dat ze zou sterven, ging ze naar het ziekenhuis. Daar ontdekten ze dat ze geen kanker meer had. Haar lichaam had vol kanker gezeten en de artsen hadden haar opgegeven en verwachtten dat ze zou sterven, en zij had daar vrede mee. Hoewel ze twee kleine kinderen moest grootbrengen en een liefdevolle, geweldige man had, bezat ze een onverklaarbare vreugde bij de gedachte dat ze Jezus zou gaan zien. Ze verwachtte te sterven en ze wist zelfs op welke dag. Juist die dag bleek ze genezen te zijn. Er zat geen kanker meer in haar lichaam.

Vijf jaar later ontmoette ik haar en haar man opnieuw. Ik was uit de stad verhuisd, maar kwam terug en zocht hen op. Ze was nog steeds kankervrij. Samen waren ze actief in de bediening. Het is werkelijk een opmerkelijk geval. Hier hebben we iemand van wie je zou kunnen zeggen dat haar geest haar tijdens haar ziekte op de been hield. Misschien heeft die zelfs tot de genezing van haar ziekte geleid. Wie weet? We weten het niet. Niemand weet het. Of God haar eenvoudigweg heeft aangeraakt en de kanker op wonderbaarlijke wijze heeft weggenomen, of dat de toestand van haar geest haar afweersysteem in staat stelde de kanker uit haar lichaam te verdrijven, weet ik werkelijk niet. Maar het is beslist niet ondenkbaar dat iemands vertrouwen op God zo'n uitwerking kan hebben. En dat was wat het was: ze vertrouwde op God en had God lief. Ze had een gezonde geest. Hoewel haar lichaam door een lichamelijke aandoening aan het sterven was, hield haar geest haar op de been.

20

Het lichaam bepaalt de geest niet

Sommige mensen die nog geen spoortje kanker in hun lichaam hebben, hebben een gebroken geest, en die doet hun beenderen verdorren.

Je geest staat in zekere zin los van je lichaam, maar de toestand van je lichaam staat niet los van je geest. Je geest is wie je bent. Je lichaam is wat je beheert. Je lichaam is je vervoermiddel. Als het goed is met je geest, kan dat zeer positieve gevolgen hebben voor de gezondheid van je lichaam. Als het niet goed is met je geest, kan dat negatieve gevolgen hebben voor de gezondheid van je lichaam. Dat is wat Salomo zegt.

Maar het is niet het lichaam dat ervoor zorgt dat het slecht gaat met je geest. Dat kan niet, want mensen met allerlei verschrikkelijke lichamelijke aandoeningen kunnen een goede geest hebben. Misschien zijn ze zonder armen en benen geboren, zoals een bekende christelijke man over wie velen van ons hebben gehoord. Misschien is hun arm door een haai afgebeten, hebben ze kanker of zijn ze vanaf hun nek verlamd. Joni Eareckson Tada is al sinds haar negentiende vanaf haar nek verlamd. Nu heeft ze terminale kanker. Als je op de radio naar haar luisterde, zou je dat niet weten. Ze is zo levenslustig en zo gelukkig in de Heere, en zo opgewekt en bemoedigend, als iemand maar kan zijn.

Dat is een keuze. Dat is een keuze die je maakt. Je bent niet het slachtoffer van de toestand van je lichaam. De toestand van je lichaam zal je niet verhinderen een goede geest te hebben, en misschien wordt die toestand door je goede geest zelfs beter.

Een blij hart bevordert de genezing, maar een neerslachtige geest doet de beenderen verdorren.

SPREUKEN 17:22

Wat Salomo ons in dit geval leert over depressie, en over wat hij een gebroken geest noemt — wat volgens mij hetzelfde is als wat wij depressie zouden noemen — is dat dit niet wordt veroorzaakt door lichamelijke of uiterlijke omstandigheden. Het is iets wat je kiest, en het heeft invloed op je lichamelijke welzijn, ten goede of ten kwade. Dat is een van de dingen die we gaan bespreken. We komen later terug op de andere categorieën.

Om verder te lezen

Alle bijbelteksten die in deze lezing aan bod komen, in de volgorde waarin ze gebruikt zijn.

- Lukas 5:31-32
- Jesaja 1:5-6
- Spreuken 4:23
- Markus 7:20
- Johannes 8:34
- Mattheüs 1:21
- 1 Korinthe 6:9-11
- Mattheüs 18:20
- Spreuken 12:25
- Psalmen 42:6
- Spreuken 28:1
- Spreuken 14:10
- Spreuken 14:13
- Spreuken 15:13
- Mattheüs 5:4
- Spreuken 17:22
- Psalmen 32:1
- Psalmen 32:3
- Psalmen 32:1-5
- Spreuken 15:15
- Psalmen 119:67
- Spreuken 18:14

Lezing © Steve Gregg / The Narrow Path. Nederlandse vertaling © 2026 Vers voor Vers. De bijbeltekst in deze uitgave is ontleend aan de Bijbel in de Herziene Statenvertaling, © 2010/2016 Stichting HSV.