**Overdenking over Filipp.4:4 gehouden op 1 september 2019 bij de viering van het Avondmaal** (lezing: Fp.4:4-7)

Gemeente van Christus,

Ik heb vanmorgen voor een blijde tekst gekozen **(dia 1)**. Want de vakanties liggen voor de meesten nu wel achter ons, en ons dagelijks werk komt weer op ons af, en ook de kerk begint deze maand weer met haar vaste activiteiten. Daar zal de komende weken nog wel wat mee gebeuren. En wat is mooier dan dat te doen in positieve stemming?

 En nu treft het, dat het vanmorgen Avondmaal is. We noemen dat een viering, een belangrijk moment in het leven van een gemeente. Maar is het Avondmaal voor u iets blijs? Mensen ervaren het eerder als plechtig, of als ingetogen, en hopelijk als diep, gevuld met inhoud. Bij het Avondmaal verstil je. Het is niet erg uitbundig. En toch zit er iets heel blijs in.

 Om dat te zien moet je wel in de gaten hebben dat er een groot verschil is tussen blijdschap en vrolijkheid **(dia 2)**. Die twee mogen op elkaar lijken, maar ze zijn niet hetzelfde. Want vrolijkheid, dat is een stemming. Er zijn jongeren die elk weekend uitgaan, ze vinden het heerlijk om te feesten. Maar er zijn verscheidenen bij, die om in de juiste stemming te komen wat hulp nodig hebben. Voor de een is het indrinken, voor een ander een pilletje, en dat doet allemaal zijn werk, maar je hebt een goede kans dat een dag later - vooral als je te vroeg aan hun bed staat - de vrolijkheid weer is verdwenen. Vrolijkheid is iets voor momenten.

 En nu is er niets op tegen als ook de kerk zo zijn vrolijke momenten kent. Er mag best gelachen worden, en als mensen in een opperbeste stemming straks het gebouw verlaten, daar is niets mis mee. Maar dat is nog geen blijdschap. Dat is zeker niet de blijdschap waar het in onze tekst over gaat.

 Want die blijdschap is geen stemming. Het is een levenshouding. Laat de Heer uw vreugde *blijven*, **(dia 3)** staat te lezen in onze vertaling, en vroeger stond er: Verblijdt u te allen tijde! En hoe bijzonder dat is, dat merk je als je wat meer van de achtergrond van deze tekst weet. Hij is geschreven in een tijd, waarin het voor gelovigen er allemaal niet zo vrolijk uitzag. Paulus schrijft vanuit de gevangenis. En het is niet de eerste keer dat hij daarmee te maken krijgt. Lang geleden, toen hij voor het eerst in Filippi was, hadden ze hem ook opgesloten, samen met zijn vriend Silas, kromgebogen in een houten blok, terwijl hun rug schrijnde van de geselslagen.

 Paulus zit vast, en de mensen in Filippi hebben het gehoord en ze zijn bezorgd. Ze zijn bang dat het met Paulus verkeerd kan aflopen - en Paulus sluit die mogelijkheid zelf ook niet uit. Zulke tijden zijn geen tijden om te feesten. Het zijn tijden om te bidden. Het zijn tijden om mee te leven. Maar wonderlijk: als Paulus hun schrijft, gaat het telkens over blijdschap!

 Die blijdschap lijkt niet gebonden te zijn aan feestelijke tijden. Die ebt niet weg, maar blijft. Want die zit ergens diep vanbinnen. Ze kenden in Filippi allemaal het verhaal nog wel over hoe het begonnen was: met twee boodschappers van de Heer in het cachot, maar wat deden die? Ze zongen. Ze zongen Psalmen in de nacht. Ondanks de pijn en ondanks de gevangenschap en ondanks het onzekere vooruitzicht leefde er vreugde in hun hart.

 Vrolijkheid is een stemming, vrolijkheid is iets voor momenten, maar blijdschap zit dieper. Blijdschap blijft. Die is vol hoop, vol optimisme. Want ze berust op een verandering in ons leven: dat je de Heer hebt leren kennen. Laat de Heer uw vreugde zijn, verblijd je in de Heer **(dia 4)**.

 Wat is daar zo verheugend aan? Dat kun je als goede verstaander al horen in die naam: de Heer! Paulus kiest zijn woorden meestal zorgvuldig. Hij had ook kunnen zeggen: Laat Jezus je vreugde zijn, of laat God je vreugde zijn. Maar de Heer, daar klinkt iets triomfantelijks in. De Heer, dat is de titel die Jezus draagt als Overwinnaar van de dood. Dat is de titel van Hem die bij God op de troon zit. Dat is de titel van Hem, die we eens uit de hemel verwachten om alles op aarde groots en goed te maken.

 Paulus bezingt in deze brief wat Jezus voor ons heeft gedaan: dat Hij als Gods Zoon de hemel verliet, alles opgaf, mens werd onder de mensen, en onder de mensen een knecht, die zich liet doden aan het kruis. En daarom, zo zingt Paulus, heeft Hij een nieuwe naam gekregen, die over heel de wereld zal klinken, en dan zullen ze roepen: Jezus Christus is Heer!

 De Heer, dat is zijn glorietitel. En gemeente, daar zit ook voor ons alles in. Daarom hopen christenen op verlossing. Daarom laten ze zich niet uit het veld slaan door tegenslagen. Ze laten zich zelfs niet uit het veld slaan als ze merken dat er nog veel aan hen mankeert, als ze hun zonden zien. Ze weten: we hebben een Heer!

 En dat draagt Paulus in de gevangenis, en hij zegt tegen de mensen in Filippi: laat dat ook jullie beheersen, níet de zorgen, maar de blijdschap. We hebben een Heer! En wij, we staan weer aan het begin van allerlei kerkelijke zaken, en we komen zorgen tegen, als we meeleven met elkaar, maar ook als we aan de toekomst denken, maar laten we bij dat alles niet vergeten: we hebben een Heer!

 En dát weten, dat is een bron van blijdschap. Er gaan misschien wel dingen mis, maar hèt kan niet misgaan. Door Jezus, de Heer. En dat is precies, wat wij bij het Avondmaal tot ons mogen laten komen. Dan zien we de Heer, Hij komt naar ons toe, Hij dient ons, Hij geeft zijn lichaam en bloed. Maar daarom en zo is Hij de Heer, die vanuit de hemel met ons verbonden is.

 Dat is de blijdschap van het Avondmaal. Die zit niet in de vormen, maar in de Heer. Over Hem gaat het. Over dat heerlijke nieuws, dat mensen in hun moedeloosheid telkens weer mogen horen: wees blij, wees verheugd, om Hem. En ik hoop, dat die levenshouding, die veel groter dan een stemming is, in ons wordt gevoed. Daarom ben ik blij, dat we vanmorgen met het Avondmaal beginnen. Dat brengt ons in contact met de Heer. En wat is verheugender dan dat?

 Amen.