

Omega



Leven, loslaten en vertrouwen
in de tweede helft van het leven

Hoe deed u dat
vroeger?

HANS VERMEULEN

Inhoudsopgave

Voorwoord	3
Omega Avond 1 - Oud worden met genade en waardigheid	5
Omega Avond 2 - Terugkijken op het leven – dankbaarheid, pijn en Gods trouw	8
Omega Avond 3 - Loslaten en ontvangen	12
Omega Avond 4 - Eenzaamheid, vriendschap en omzien naar elkaar	16
Omega Avond 5 - Thema: De kracht van gebed in de tweede helft van het leven	19
Omega avond 6 - Zorgen om kinderen, kleinkinderen en volgende generaties	22
Omega Avond 7 - Thema: Ziekte, kwetsbaarheid en vertrouwen	25
Omega Avond 8 - Je plaats in kerk en samenleving na je pensioen	28
Omega Avond 9 - Hoop, eeuwig leven en het levenseinde	31
Omega Avond 10 - Wijsheid doorgeven – nalatenschap in geloof	34
Slotwoord	37

Voorwoord

“De naam Omega wordt op meerdere plaatsen gebruikt.

Omega is ontstaan vanuit het verlangen om als senioren met elkaar in gesprek te gaan over onderwerpen die dichtbij het leven liggen. Over geloof en vertrouwen. Over ouder worden en terugkijken. Over vreugde en verdriet. Over vragen die met de jaren soms sterker voelbaar worden. En ook over de hoop die ons in Christus gegeven is.

In deze levensfase draagt ieder mens een eigen verhaal met zich mee. Een verhaal van ontvangen zegen, van zorg en verantwoordelijkheid, van liefde en verlies, van geloof en soms ook van worsteling. Juist daarom kan het zo waardevol zijn om samen te komen, naar elkaar te luisteren en met elkaar te zoeken naar wat God in Zijn Woord tot ons zegt.

De naam **Omega** past daar mooi bij. Omega is de laatste letter van het Griekse alfabet. Dat klinkt misschien als afronding, maar voor ons heeft het vooral iets moois en waardevols. Het spreekt van rijping, van levenservaring, van diepte. Niet als een eindpunt zonder betekenis, maar als een levensfase waarin nog altijd vrucht gedragen kan worden, waarin geloof verdiept wordt en waarin ook veel doorgegeven kan worden aan anderen.

Dit boekje is bedoeld als hulpmiddel bij de gesprekken. Geen boekje met pasklare antwoorden, want het leven laat zich niet altijd eenvoudig samenvatten. Wel een boekje dat wil helpen om woorden te geven aan wat in het hart leeft. Om samen na te denken. Om elkaar te bemoedigen. Om stil te worden bij Gods trouw, die niet ophoudt wanneer de jaren verstrijken.

Wij hopen dat Omega-bijeenkomsten plaatsen mogen zijn waar mensen zich welkom en veilig weten. Een plek waar gelachen mag worden, maar waar ook ruimte is voor stilte, ontroering en eerlijkheid. Een plek waar niemand iets hoeft op te houden. Een plek waar we mogen ervaren dat we niet alleen door het leven gaan, maar gedragen worden door onze Vader in der hemel, en aan elkaar gegeven zijn.

Nu dit boekje klaar is, past vooral een gevoel van dankbaarheid. Dankbaarheid voor de mogelijkheid om samen op te trekken. Dankbaarheid voor de openheid die er mag zijn wanneer mensen iets van hun leven delen. Dankbaarheid ook voor alles wat senioren meebrengen: levenservaring, trouw, wijsheid, geloof, volharding en vaak ook een stille kracht die niet altijd meteen zichtbaar is, maar wel van grote waarde is.

Bij de gespreksthema's van **Omega** gaat het over onderwerpen die raken aan het echte leven. Over ouder worden, loslaten, gebed, eenzaamheid, herinneringen, zorgen en hoop. Dat zijn geen oppervlakkige onderwerpen. Ze raken vaak aan wat diep in een mens leeft. Juist daarom is het zo kostbaar wanneer er met aandacht geluisterd wordt, wanneer er herkenning is, of wanneer iemand woorden vindt voor iets wat al langer van binnen meedraagt.

Misschien heeft dit boekje geholpen om dingen onder woorden te brengen. Misschien heeft een Bijbeltekst geraakt. Misschien gaf een gesprek troost, herkenning of rust. En misschien zijn er ook zaken aangeraakt die nog niet “klaar” zijn. Dat hoeft ook niet. Niet alles in het

leven wordt opgelost. Maar veel mag wel gedeeld, gedragen en in Gods handen gelegd worden.

Dat is misschien wel een van de mooiste dingen van samen optrekken in geloof: dat we elkaar niet hoeven te redden, maar elkaar wel mogen vasthouden, bemoedigen en wijzen op Gods trouw. Hij is Dezelfde gebleven, al is er in ons leven veel veranderd. Hij laat niet los wat Zijn hand begon. Wij hopen van harte dat **Omega** een plek mag zijn waar dat steeds opnieuw ervaren wordt. Een plek van warmte, geloof, gebed en verbondenheid. Een plek waar senioren niet aan de rand staan, maar waar zichtbaar wordt hoeveel betekenis, geloofsrijkdom en zegen er in deze levensfase aanwezig is.

We bidden dat God het verdere verloop van Omega zal zegenen. Dat er goede gesprekken mogen zijn. Dat er openheid en vertrouwen groeit. Dat mensen zich gezien weten. En dat in alles iets mag oplichten van Gods liefde, die ons draagt van het begin tot het einde.

Hans Vermeulen

Omega avond 1 - Ouder worden in het licht van Gods trouw
Bijbelgedeelte: Psalm 92:13–16



Psalm 92

- 13 De rechtvaardigen groeien op als een palm, als een ceder van de Libanon rijzen zij omhoog.
14 Ze staan geplant in het huis van de HEER, in de voorhoven van onze God groeien zij op.
15 Zij dragen nog vrucht als ze oud zijn en blijven krachtig en fris.
16 Zo getuigen zij dat de HEER recht doet, mijn rots, in wie geen onrecht is.

Er zijn momenten in het leven waarop je ineens beseft: de jaren zijn voorbijgegaan. Niet dat het leven stil heeft gestaan — integendeel. Er is gewerkt, gezorgd, opgebouwd, gedragen. Er zijn herinneringen die warm zijn, en herinneringen die pijn doen. Er zijn mensen die dichtbij stonden, en misschien ook mensen die gemist worden.

Ouder worden is niet alleen een optelsom van jaren. Het is een weg die je gegaan bent. Een weg waarin veel is ontvangen, maar waarin ook veel is losgelaten. En juist in deze fase kunnen vragen sterker naar voren komen. Wat betekent deze tijd van mijn leven? Wat blijft er over? En misschien ook: waar is God in dit alles?

De Bijbel spreekt opvallend positief over ouder worden. Niet oppervlakkig, alsof alles gemakkelijk is, maar wel hoopvol. In Psalm 92 lezen we woorden die misschien wel verrassen:

“De rechtvaardige zal groeien als een palmboom... geplant in het huis van de HEERE... zij zullen in de ouderdom nog vrucht dragen.”

Dat is een bijzonder beeld. Want vaak denken wij bij ouder worden eerder aan afnemen dan aan groeien. Aan minder worden, in plaats van vrucht dragen. Maar deze psalm laat een andere kant zien. Niet alles wordt minder. Sommige dingen kunnen juist rijpen.

Een boom die oud wordt, staat niet meer in de groei zoals een jonge boom. Maar hij heeft diepe wortels gekregen. Hij staat steviger. Hij heeft stormen doorstaan. En juist daarom kan hij nog vrucht dragen. Misschien niet op dezelfde manier als vroeger, maar wel op een andere, vaak diepere manier.

Zo kan het ook in het leven van een mens zijn. Wat in de loop der jaren gegroeid is — geloof, vertrouwen, wijsheid, geduld — dat verdwijnt niet zomaar. Dat kan juist zichtbaar worden. Soms in woorden. Soms in stilte. Soms in de manier waarop iemand aanwezig is.

Dat betekent niet dat ouder worden gemakkelijk is. Integendeel. Er kunnen zorgen zijn. Over gezondheid. Over het afnemen van krachten. Over afhankelijkheid. Over mensen om ons heen. Of over de toekomst. De Bijbel ontkent die werkelijkheid niet.

Maar midden in die werkelijkheid klinkt deze belofte:

“Om te verkondigen dat de HEERE recht doet en is... Hij is mijn rots.”

Dat is misschien wel de kern. Niet dat alles hetzelfde blijft, maar dat God Dezelfde blijft. In een leven kan veel veranderen: omstandigheden veranderen, mensen komen en gaan, mogelijkheden nemen toe of af. Maar God verandert niet.

En misschien is dat wel iets wat juist in de loop der jaren steeds duidelijker wordt. Dingen waar we vroeger op vertrouwden, blijken niet altijd vast te zijn. Maar God blijkt dat wel te zijn. Soms ontdekt een mens dat pas echt wanneer andere zekerheden wegvallen.

Ouder worden kan dan ook een tijd zijn van verdieping. Niet per se van meer weten, maar van dieper vertrouwen. Van eenvoudiger geloof. Van loslaten wat niet wezenlijk is, en vasthouden wat blijft. En wat blijft, is dit: God laat niet los wat Zijn hand begon.

Misschien zijn er momenten geweest waarop je dat heel duidelijk hebt ervaren. En misschien zijn er ook momenten geweest waarop dat juist moeilijk te geloven was. Beide mogen er zijn. Geloof is niet altijd sterk en zeker. Soms is het klein en zoekend.

Maar de belofte van Psalm 92 staat er niet omdat mensen zo sterk zijn. Ze staat er omdat God trouw is. “Zij zijn geplant in het huis van de HEERE.”

Dat is een prachtig beeld. Een mens die niet op zichzelf staat, maar geworteld is in Gods huis. Niet afhankelijk van eigen kracht, maar gevoed door wat God geeft.

En dat betekent ook: het leven hoeft niet “af” te zijn om waardevol te zijn. Het hoeft niet perfect te zijn. Ook een leven met gebrokenheid, met vragen, met littekens, kan vrucht dragen. Misschien wel juist dat leven.

In deze fase van het leven kan er ook iets groeien wat eerder minder aandacht had: rust, aandacht voor het kleine, rRuimte voor gebed, oog voor anderen en wijsheid die niet uit boeken komt, maar uit ervaring

Dat zijn geen kleine dingen. Dat zijn vruchten. En soms merken anderen dat eerder dan wijzelf.

Ouder worden betekent dus niet dat een mens “klaar” is. Het is een nieuwe fase. Anders dan vroeger, maar niet minder waardevol. Misschien zelfs kostbaar, juist omdat er zoveel is meegebracht.

De psalm eindigt met een belijdenis:
“De HEERE is recht... Hij is mijn rots.”

Dat is geen theorie. Dat is geloof wat gegroeid is in een leven.

Misschien is dat wel het mooiste wat een mens kan zeggen — niet dat alles begrepen is, maar dat er geloof, hoop en vertrouwen is.

En dat is iets wat doorwerkt. Naar anderen. Naar volgende generaties. Naar de mensen om ons heen. Want een leven dat geworteld is in God, draagt vrucht — ook in de ouderdom.



Omega avond 2 - Terugkijken op het leven – zegen en gebrokenheid
Bijbelgedeelte: Psalm 103:1–5



Psalm 103:

1. Prijs de HEER, mijn ziel, prijs, mijn hart, zijn heilige naam.
2. Prijs de HEER, mijn ziel, vergeet niet één van zijn weldaden.
3. Hij vergeeft u alle schuld, hij geneest al uw kwalen,
4. hij redt uw leven van het graf, hij kroont u met trouw en liefde,
5. hij overlaadt u met schoonheid en geluk, uw jeugd vernieuwt zich als een adelaar.

Er komt een moment in het leven waarop je vaker achteromkijkt dan vooruit. Niet omdat het vooruitkijken ophoudt, maar omdat er zoveel achter je ligt. Jaren die gevuld waren met werk, zorg, relaties, keuzes, vreugde en verdriet.

Terugkijken kan iets moois zijn. Herinneringen kunnen warm zijn. Momenten van geluk, van verbondenheid, van ontvangen zegen. Dingen waarvan je misschien toen al wist: dit is bijzonder.

Maar terugkijken kan ook moeilijk zijn. Er kunnen dingen zijn die pijn doen als je eraan denkt. Keuzes waar je anders op terugkijkt. Situaties die anders zijn gelopen dan gehoopt. Gemis van mensen die er niet meer zijn. Dingen die nooit helemaal goed zijn gekomen.

Het leven is zelden één lijn van alleen maar zegen of alleen maar moeite. Meestal is het een mengeling van beide. En juist daarom kan terugkijken ook dubbel voelen.

In Psalm 103 horen we David spreken. Het bijzondere is dat hij niet alleen over zijn leven spreekt, maar ook tegen zichzelf: "Loof de HEERE, mijn ziel, en vergeet niet één van Zijn weldaden."

Dat is een opvallende zin. Blijkbaar is vergeten iets wat vanzelf gebeurt. Niet bewust, maar geleidelijk. Vooral het goede kan soms naar de achtergrond verdwijnen, terwijl moeilijke dingen juist blijven hangen.

David roept zichzelf als het ware tot de orde: vergeet niet wat God gedaan heeft.

En dan noemt hij een aantal dingen. Niet zomaar dingen, maar heel wezenlijke:

Die al uw ongerechtigheid vergeeft,
Die al uw ziekten geneest,
Die uw leven verlost van het verderf,
Die u kroont met goedertierenheid en barmhartigheid.

Dat zijn geen oppervlakkige zegeningen. Dit raakt de kern van het leven.

Vergeving

David begint met: "Die al uw ongerechtigheid vergeeft."

Blijkbaar hoort bij terugkijken niet alleen dankbaarheid, maar ook eerlijkheid. Er zijn dingen die niet goed waren. Dingen die we misschien liever anders hadden gedaan. Maar juist daar begint Gods werk: bij vergeving.

Dat betekent niet dat alles ongedaan gemaakt wordt, maar wel dat een mens niet hoeft te blijven hangen in schuld. God draagt wat wij niet meer kunnen dragen.

Voor veel mensen wordt dit in de loop van het leven steeds belangrijker. Niet omdat hun schuld, zeg zonde, toeneemt, maar omdat er meer zicht komt op het eigen geleefde leven.

Genezing en herstel

“Die al uw ziekten geneest.”

Dat betekent niet dat elke ziekte verdwijnt. Dat weten we allemaal. Maar het wijst wel op Gods zorg voor het hele leven — lichaam en ziel.

Soms is die genezing zichtbaar, soms niet. Maar de diepste lijn is: God laat het leven niet los. Hij werkt toe naar herstel, ook al zien wij dat niet altijd volledig.

Verlossing

“Die uw leven verlost van het verderf.”

Dat woord “verderf” gaat diep. Het betekent: ondergang, verloren gaan. David zegt: God heeft mij daaruit gehaald. Als je terugkijkt, kun je soms momenten zien waarop dingen een verkeerde kant op hadden kunnen gaan. Of momenten waarop je gedragen bent, zonder dat je het toen zo benoemde.

Goedertierenheid en barmhartigheid

“Die u kroont met goedertierenheid en barmhartigheid.”

Dat is een prachtig beeld: gekroond worden. Niet omdat een mens zo bijzonder is, maar omdat God zo goed is. Goedertierenheid betekent: trouwe liefde.

Barmhartigheid betekent: ontferming. Dat zijn woorden die iets zeggen over Gods hart.

Als je deze woorden op je in laat werken, zie je dat Psalm 103 eigenlijk een uitnodiging is om anders terug te kijken. Niet:

- Alleen door de bril van wat misging
- Of alleen door wat wij hebben gedaan

maar: door de bril van wat God heeft gedaan.

Dat verandert het perspectief. Dat betekent niet dat pijn verdwijnt. Verdriet blijft verdriet. Gemis blijft gemis. Maar het komt wel in een ander licht te staan.

Terugkijken kan dan ook een oefening worden:

- Waar heb ik Gods trouw gezien?
- Waar ben ik gedragen, misschien zonder dat ik het toen besepte?
- Waar heb ik vergeving ontvangen?
- Waar is er meer goed geweest dan ik toen zag?

En misschien ook: Wat mag ik vandaag alsnog in Gods hand leggen?

Psalm 103 eindigt niet bij het verleden, maar bij een houding in het huidige heden: "Loof de HEERE, mijn ziel." Dat is geen opdracht om alles mooi te maken. Het is een uitnodiging om te leven vanuit wat God gedaan heeft.

Dat kan soms stil zijn. Soms dankbaar. Soms ook zoekend. Maar het betekent wel: het verleden is niet alleen wat wij ervan gemaakt hebben. Het verleden is ook de plaats waar God gewerkt heeft.

Misschien is dat wel een van de mooiste dingen van ouder worden: dat je niet alleen meer ziet wat er gebeurd is, maar ook — soms voorzichtig, soms helder — waar God daarin aanwezig is geweest. En dat je, ondanks alles, kunt zeggen: Hij is goed geweest.



Omega avond 3 - Loslaten en leren ontvangen
Bijbelgedeelte: Prediker 3:1–8



Alles heeft zijn tijd

- 1 Voor alles wat gebeurt is er een uur, een tijd voor alles wat er is onder de hemel.
- 2 Er is een tijd om te baren en een tijd om te sterven, een tijd om te planten en een tijd om te rooien.
- 3 Er is een tijd om te doden en een tijd om te helen, een tijd om af te breken en een tijd om op te bouwen.
- 4 Er is een tijd om te huilen en een tijd om te lachen, een tijd om te rouwen en een tijd om te dansen.
- 5 Er is een tijd om te ontvlammen en een tijd om te verkillen, een tijd om te omhelzen en een tijd om af te weren.
- 6 Er is een tijd om te zoeken en een tijd om te verliezen, een tijd om te bewaren en een tijd om weg te gooien.

- 7 Er is een tijd om te scheuren en een tijd om te herstellen, een tijd om te zwijgen en een tijd om te spreken.
- 8 Er is een tijd om lief te hebben en een tijd om te haten. Er is een tijd voor oorlog en er is een tijd voor vrede.

Dingen die jarenlang vanzelfsprekend leken, veranderen. Kracht neemt af, mogelijkheden worden minder, rollen verschuiven. Wat vroeger kon, lukt niet altijd meer. Wat vroeger vanzelf ging, vraagt nu meer moeite. Dat kan wennen zijn. Soms langzaam, soms heel duidelijk. En vaak roept het vragen op: hoe ga ik hiermee om? Wat betekent het om dingen los te moeten laten?

Loslaten is geen gemakkelijk woord. Het kan voelen als verlies. Als iets wat je niet zelf kiest, maar wat je overkomt. En toch hoort het bij het leven. Niet alleen aan het einde, maar eigenlijk door het hele leven heen.

In Prediker 3 staat een bekende passage: “Voor alles is er een vastgestelde tijd, en er is een tijd voor elk voornemen onder de hemel.”

Dan volgt een rij van tegenstellingen:

- Een tijd om geboren te worden en een tijd om te sterven
- Een tijd om te planten en een tijd om uit te trekken wat geplant is
- Een tijd om te bewaren en een tijd om weg te werpen
- Een tijd om te omhelzen en een tijd om zich van omhelzen te onthouden

Het zijn woorden die bijna eenvoudig klinken, maar ze raken diep. Ze zeggen: het leven bestaat uit tijden. Niet alles is tegelijk. Niet alles blijft. Er is beweging, verandering, overgang.

Dat betekent ook: er is een tijd van ontvangen, maar ook een tijd van loslaten.

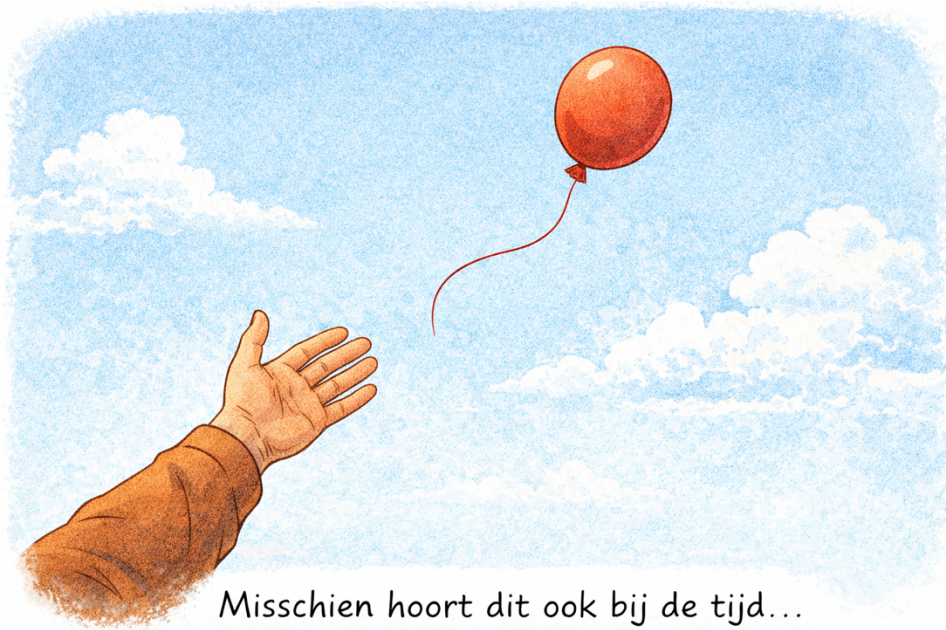
Prediker is een bijzonder Bijbelboek. Het is eerlijk, soms bijna rauw. Het benoemt hoe beperkt en tijdelijk het leven is. Dingen komen en gaan. Wat je vasthoudt, glipt soms toch uit je handen. Maar midden in die eerlijkheid zit ook iets anders. Namelijk: het leven is niet willekeurig. Er is een “tijd” — een ordening. Niet altijd zichtbaar, niet altijd begrijpelijk, maar wel aanwezig.

Dat betekent: het leven glipt ons niet zomaar uit handen, het ligt uiteindelijk in Gods hand. Toch maakt dat loslaten niet vanzelf makkelijk.

Misschien gaat het om: gezondheid die minder wordt; zelfstandigheid die afneemt; taken of verantwoordelijkheden die je moet overdragen; een huis dat te groot wordt; mensen of rollen die wegvallen

Of misschien nog dieper: verwachtingen die niet uitgekomen zijn; plannen die anders zijn gelopen, Dingen die je niet hebt kunnen vasthouden,

Loslaten raakt vaak aan het hart. Niet alleen omdat iets verdwijnt, maar ook omdat het verbonden is met wie je was.



Misschien hoort dit ook bij de tijd...

En juist daar komt een tweede beweging in beeld: leren ontvangen. Dat klinkt misschien eenvoudig, maar dat is het niet altijd. veel mensen hebben hun leven lang gegeven, gezorgd voor anderen, verantwoordelijkheid gedragen, dingen geregeld en opgelost.

En dan komt er een moment waarop dat verandert. *Waarin ontvangen belangrijker wordt dan geven.* Ontvangen van: hulp, aandacht, zorg, tijd, geduld.

Dat kan moeilijk zijn. Niet omdat mensen het niet willen, maar omdat het anders voelt. Kwetsbaarder misschien. Minder vanzelfsprekend. Toch zit juist daar een diepe geestelijke lijn. In de Bijbel is de mens nooit degene geweest die alles zelf in handen had. Vanaf het begin is de mens afhankelijk van wat hij ontvangt: leven, adem, zorg, genade

Misschien is ouder worden ook wel een weg terug naar die kern: niet alles zelf dragen, 🙌 maar leren ontvangen

In Prediker 3 staat niet alleen dat er een tijd is om los te laten, maar ook dat er een tijd is om te ontvangen wat gegeven wordt. Dat vraagt vertrouwen. Niet het vertrouwen dat alles goed voelt, maar het vertrouwen dat God aanwezig is in elke fase.

Soms helpt het om anders naar loslaten te kijken. Niet alleen als verlies, maar ook als: ruimte maken, overdragen, iets neerleggen wat je niet meer hoeft te dragen

Dat betekent niet dat het geen pijn doet. Maar het kan wel helpen om het niet alleen als "afnemen" te zien.

En misschien gebeurt er tegelijk iets anders. Wanneer het minder gaat: wordt soms de aandacht scherper, worden kleine dingen belangrijker, groeit er ruimte voor rust, ontstaat er tijd voor gebed of bezinning.

Niet omdat het leven mooier wordt, maar omdat het anders wordt.

Prediker zegt niet: begrijp alles. Hij zegt ook niet: houd alles vast. Hij zegt: er is een tijd. En binnen die tijd: mogen wij leven, mogen wij loslaten, en mogen wij ontvangen

Misschien ligt daar ook een stille uitnodiging in deze levensfase: niet alles willen vasthouden, maar ook durven toevertrouwen. Niet alleen kijken naar wat minder wordt, maar ook naar wat gegeven wordt. En soms, heel eenvoudig, zeggen:

Heere, wat U geeft, wil ik ontvangen. En wat ik los moet laten, leg ik in Uw hand.

Dat is geen gemakkelijke weg. Maar het is wel een weg waarop God meegaat.

En waarschijnlijk is dat uiteindelijk genoeg.

Omega avond 4 - Eenzaamheid, vriendschap en omzien naar elkaar
Bijbelgedeelte: Prediker 4:9–10



Prediker 4 - Beter met zijn tweeën dan alleen

- 7 Ik vestigde mijn aandacht op nog iets anders onder de zon, en ook dat is leegte.
- 8 Iemand is helemaal alleen. Hij heeft zelfs geen zoon of broer, maar toch zwoegt hij almaar door en wordt zijn dorst naar rijkdom nooit gelest. Voor wie beult hij zich zo af en ontzegt hij zich de genoegens van het leven? Ook dat is enkel leegte en een trieste zaak.
- 9 Je kunt beter met zijn tweeën dan alleen zijn, want – dat is zeker – samen zwoegen loont.
- 10 Wanneer twee vrienden samen zijn en een van beiden valt, helpt de ander hem weer overeind, maar wie alleen is en ten val komt is beklagenswaardig, want hij heeft niemand die hem op de been helpt.
- 11 Wanneer je bij elkaar slaapt, geef je warmte aan elkaar, maar hoe krijgt iemand die alleen slaapt het ooit warm?
- 12 En iemand die alleen is kan zich niet verdedigen wanneer hij aangevallen wordt, maar met zijn tweeën houd je stand. Een koord dat uit drie strengen is gevlochten, is niet snel stuk te trekken.

Eenzaamheid is een woord dat veel kan oproepen. Voor de één is het iets wat af en toe even langskomt. Voor een ander is het iets dat dieper zit, soms moeilijk onder woorden te brengen. En het is vaak ook niet meteen zichtbaar.

Je kunt midden tussen mensen leven en je toch alleen voelen. En je kunt alleen wonen zonder je eenzaam te voelen. Dat maakt het ook lastig om erover te spreken. Want hoe leg je uit wat je van binnen ervaart?

In de loop van het leven kan eenzaamheid dichterbij komen. Niet altijd, maar vaak wel. Contacten veranderen. Mensen vallen weg. Levenskringen worden kleiner. Dingen die vanzelfsprekend waren, zijn dat niet meer.

Misschien is er gemis: van een partner, van vrienden die er niet meer zijn, van gesprekken die vroeger vanzelf gingen, van het gevoel dat je ergens bij hoort.

Of misschien is het minder duidelijk, maar toch voelbaar: een soort leegte, een gemis aan echte verbondenheid.

De Bijbel spreekt verrassend eerlijk over dit onderwerp. In Prediker 4 wordt het leven beschreven zoals het soms is: kwetsbaar, eenzaam, onrechtvaardig. En dan klinkt daar ineens deze eenvoudige maar diepe zin: "Twee zijn beter dan één... want als zij vallen, richt de één zijn metgezel op."

Het zijn woorden die bijna vanzelfsprekend lijken. Natuurlijk is samen beter dan alleen. Maar juist omdat het zo eenvoudig klinkt, raakt het ook zo direct. De Bijbel zegt hier niet alleen dat samen praktischer is, maar dat het wezenlijk is. Mensen zijn niet gemaakt om alleen te leven. God zei dat al over Adam. "Het is niet goed dat de mens alleen is" En toen schiep Hij Eva uit een rib van Adam. Zij horen bij elkaar.

Prediker gaat verder: samen heb je meer opbrengst, samen kun je elkaar warm houden, samen sta je sterker. Het zijn beelden uit het dagelijks leven, maar ze zeggen iets diepers: het leven is bedoeld om gedeeld te worden. Niet alleen de mooie dingen, maar ook de moeilijke.

Toch is de werkelijkheid vaak anders. Niet iedereen heeft iemand dichtbij. Niet iedereen ervaart die verbondenheid vanzelf. En soms is het ook moeilijk om die verbinding te zoeken.

Waarom is dat eigenlijk zo? Misschien omdat: mensen niet tot last willen zijn, het moeilijk is om jezelf te laten zien, het initiatief nemen energie kost, teleurstellingen uit het verleden meespelen of omdat het gewoon niet zo makkelijk gaat.

Eenzaamheid is niet altijd op te lossen met "gewoon meer contact". Het zit vaak dieper. En toch blijft die Bijbelse lijn staan: "Twee zijn beter dan één." Niet als een verwijt, maar als een richting. Het laat zien wat waardevol is: nabijheid, aandacht, trouw iemand die ziet en hoort

In het Nieuwe Testament krijgt dit nog meer kleur. Jezus zegt: "Dit is Mijn gebod: dat u elkaar liefhebt." Dat is geen groot of zwaar woord in de eerste plaats, maar iets heel concreets: oog hebben voor de ander, tijd nemen, luisteren, niet voorbijgaan

Misschien ligt daar ook een sleutel voor deze avond. Niet alleen: ben ik eenzaam? Maar vooral ook: voor wie kan ik iets betekenen? Dat klinkt misschien als een omkering, maar vaak liggen die twee dicht bij elkaar dan we denken. Want: wie gezien wordt, bloeit op. Maar ook: wie een ander ziet, wordt zelf rijker

Omzien naar elkaar begint meestal klein. Niet met grote gebaren, maar met: een telefoontje, een kaartje, een vraag die echt bedoeld is, een bezoek, even blijven staan in plaats van doorlopen. Dat zijn geen grote dingen. Maar ze kunnen wel van grote betekenis zijn.

Tegelijk is het ook goed om eerlijk te zijn. Niet alles wordt opgelost. Niet elke eenzaamheid verdwijnt. Niet elke relatie wordt hersteld. Maar binnen die werkelijkheid kan er wel iets groeien: meer openheid, meer verbondenheid, meer aandacht voor elkaar.

Misschien is het ook goed om te beseffen dat eenzaamheid niet betekent dat iemand er niet toe doet. Integendeel. Juist waar gemis wordt gevoeld, blijkt hoe belangrijk verbondenheid is. En juist daar wil God ook aanwezig zijn. De Bijbel laat zien dat God niet ver weg is van mensen die zich alleen voelen. Hij ziet wat vaak onzichtbaar is. Hij kent wat niet altijd uitgesproken wordt.

“Twee zijn beter dan één.” Misschien kun je die zin ook zo horen: we hebben elkaar nodig of we zijn aan elkaar gegeven. Niet om alles op te lossen, maar om iets van Gods liefde zichtbaar te maken.

En misschien begint dat heel eenvoudig. Door iemand te zien. Door even stil te staan. Door te luisteren. Door aanwezig te zijn.

Want soms is dat al genoeg om een stukje eenzaamheid te doorbreken.



Omega avond 5 - De kracht van gebed in de tweede helft van het leven
Bijbelgedeelte: Lucas 2:36–38



Lucas 2:

- 36 Er was daar ook een profetes, Hanna, de dochter van Fanuel, uit de stam Aser. Ze was hoogbejaard; vanaf haar huwbare leeftijd had ze zeven jaar met haar man geleefd,
37 en ze was nu al vierentachtig jaar weduwe. Ze was altijd in de tempel, waar ze God dag en nacht diende met vasten en bidden.
38 Op dat moment kwam ze naar hen toe, bracht hulde aan God en sprak over het kind met allen die uitzagen naar de bevrijding van Jeruzalem.

Er zijn dingen in het leven die veranderen met de jaren. Dat geldt voor ons lichaam, voor onze mogelijkheden, voor onze rol in het leven. Maar er zijn ook dingen die niet minder worden — die misschien zelfs groeien. Gebed is daar één van. Toch kan ook het gebedsleven veranderen. Misschien bid je anders dan vroeger. Minder woorden, meer stilte. Minder vaste vormen, meer eenvoud. Of misschien merk je juist dat bidden moeilijker wordt. Dat concentratie minder is, of dat woorden soms ontbreken.

Soms kunnen er ook vragen zijn: hoort God mij nog wel? waarom worden sommige gebeden niet verhoord zoals ik hoopte? Hoe moet ik bidden als ik het zelf niet meer goed weet?

Dat zijn eerlijke vragen. En ze horen bij een leven waarin het geloof niet oppervlakkig is gebleven, maar doorleefd is.

In Lucas 2 ontmoeten we Hanna. Een vrouw op leeftijd, weduwe, iemand die veel heeft meegemaakt. Haar leven had een andere wending genomen dan ze misschien ooit had gedacht. En toch wordt zij in de Bijbel genoemd — niet vanwege grote daden, maar vanwege haar leven dicht bij God. Er staat: *“Zij diende God met vasten en bidden, nacht en dag.”*

Dat is een bijzondere omschrijving. Het woord “dienen” is hier belangrijk. Bidden wordt niet gezien als iets passiefs, maar als een vorm van dienst. Een manier waarop iemand betrokken is bij wat God doet. Hanna had misschien geen zichtbare rol meer zoals vroeger. Maar haar leven was niet leeg. Het was gevuld met gebed.

Het valt ook op dat er staat: *“zij week niet uit de tempel.”* Dat betekent niet alleen dat ze daar fysiek aanwezig was, maar ook dat haar leven gericht was op God. De tempel was de plaats van ontmoeting. Daar zocht zij God. En daar, juist daar, gebeurt iets bijzonders. Wanneer Jezus als kind in de tempel wordt gebracht, is Hanna daar. Ze herkent iets van Gods werk. Ze spreekt over Hem tot anderen.

Dat is geen toeval. Het laat zien dat een leven van gebed niet losstaat van Gods werk, maar er juist mee verbonden is.

Wat betekent dat voor ons?

Misschien dit: dat gebed niet kleiner wordt naarmate het leven rustiger wordt, maar juist dieper kan worden. Niet omdat wij sterker worden, maar omdat we meer leren afhankelijk te zijn.

In de loop van het leven verandert vaak ook de inhoud van het gebed. Waar het vroeger misschien meer ging over: werk, gezin, beslissingen,

kan het nu meer gaan over: zorgen om kinderen en kleinkinderen, de kerk, de wereld, mensen die het moeilijk hebben, het eigen hart

Dat is geen verarming. Dat is een verschuiving. Gebed wordt vaak: breder, stiller, dieper.

Toch kan er ook strijd zijn. Misschien zijn er gebeden die niet verhoord zijn zoals je had gehoopt. Misschien draag je zorgen die blijven. Misschien voelt God soms ver weg.

De Bijbel ontkent dat niet. Maar wat de Bijbel wel steeds laat zien, is dit: gebed is geen manier om alles naar onze hand te zetten, maar een manier om ons leven in Gods hand te leggen

In 1 Thessalonicenzen staat: *“Bid zonder ophouden.”* Dat betekent niet dat we de hele dag woorden spreken. Het betekent: leven in verbondenheid met God. Dat kan soms in woorden zijn, maar soms ook in een zucht, in een gedachte, in een stil moment.

Misschien is dat wel iets wat in de loop van het leven groeit: een eenvoudiger gebed. Niet: lange zinnen, maar korte woorden. Niet: veel uitleg, maar vertrouwen.

Gebed kan ook een vorm van dragen zijn. Wanneer je bidt voor: kinderen, kleinkinderen, mensen in de gemeente, situaties in de wereld, dan draag je hen als het ware bij God. Dat is niet niets.

Misschien zien we de uitwerking niet altijd. Misschien weten we niet wat God ermee doet. Maar het is wel een werk dat ertoe doet.

Hanna laat zien dat een leven van gebed betekenis heeft. Niet spectaculair, niet zichtbaar voor iedereen, maar wel kostbaar.

En misschien ligt daar ook een bemoediging: dat je niet alles hoeft te kunnen om toch van betekenis te zijn. Niet alles hoeft te doen om toch bij te dragen.

Soms is het genoeg om te bidden. Om namen te noemen. Om zorgen neer te leggen. Om dankbaar te zijn. Om gewoon stil te worden.

En misschien ook om eerlijk te zijn. Ook dat hoort bij gebed: twijfel, verdriet, vragen. God vraagt geen mooie woorden, maar een eerlijk hart.

Aan het einde van haar leven staat Hanna daar, in de tempel. Niet als iemand die alles heeft bereikt, maar als iemand die trouw is gebleven. En juist zij ziet iets van wat God doet.

Misschien is dat wel de diepste belofte van gebed: niet dat wij alles begrijpen, maar dat wij dichtbij God blijven.

En dat is genoeg.



Omega avond 6 - Zorgen om kinderen, kleinkinderen en volgende generaties
Bijbelgedeelte: Psalm 78:4-7



Psalm 78

- 4 Wij willen het onze kinderen niet onthouden, wij zullen aan het komend geslacht vertellen van de roemrijke, krachtige daden van de HEER, van de wonderen die hij heeft gedaan.
- 5 Hij stelde een richtlijn vast voor Jakob en kondigde in Israël een wet af. Onze voorouders gaf hij de opdracht die aan hun kinderen te leren.
- 6 Zo zou het volgende geslacht ervan weten, en zij die nog geboren moesten worden, zouden het weer aan hun kinderen vertellen.
- 7 Dan zouden zij op God vertrouwen, Gods grote daden niet vergeten en zich richten naar zijn geboden.

Er zijn weinig dingen die zo dicht bij het hart liggen als kinderen en kleinkinderen. De liefde voor hen verandert niet met de jaren. Misschien wordt die zelfs sterker. Wat je zelf hebt ontvangen, wil je graag doorgeven. Wat je hebt geleerd, zou je hen gunnen. En wat je gelooft, zou je hen zo graag zien vasthouden.

Maar juist daar kunnen ook zorgen liggen. Niet alles loopt zoals je had gehoopt. Kinderen en kleinkinderen gaan hun eigen weg. Soms dichtbij, soms verder weg — ook in geloof. Er kunnen keuzes zijn die je moeilijk vindt. Situaties die je niet kunt veranderen. Afstand die je niet had gewild.

En misschien is er ook die stille vraag: heb ik het goed gedaan? had ik iets anders moeten doen? Dat zijn vragen die diep kunnen raken. En vaak worden ze niet zomaar uitgesproken.

In Psalm 78 klinkt een andere toon. Geen oordeel, maar een oproep. Daar staat: “Wij zullen ze niet verbergen voor hun kinderen, maar aan de volgende generatie vertellen van de roemrijke, krachtige daden van de HEERE...”

Het volk Israël wordt hier aangesproken op iets belangrijks: vertel wat God gedaan heeft en geef door wat je ontvangen hebt

Dat is de kern van geloofsoverdracht. Niet alleen regels doorgeven, maar verhalen. Niet alleen woorden, maar getuigenis.

Het is opvallend dat Psalm 78 niet begint bij de volgende generatie, maar bij de vorige. Het zegt niet: zorg dat zij geloven. Maar: vertel wat God gedaan heeft. Dat is een belangrijk verschil. Wij kunnen het geloof niet maken in het hart van een ander. Maar wij kunnen wel vertellen, voorleven en laten zien.

De psalm gaat verder: “Zodat zij hun hoop op God stellen en Gods daden niet vergeten...”

Daar zit het verlangen achter: niet dat kinderen precies hetzelfde doen, maar dat zij hun hoop op God leren stellen. En daar zit ook meteen de spanning. Want: wij kunnen vertellen, maar niet afdwingen. Wij kunnen liefhebben, maar niet bepalen. Wij kunnen bidden, maar niet sturen.

Dat kan machteloos voelen. Misschien herken je dat: dat je iets zou willen zeggen, maar het niet doet, dat je bidt, maar geen verandering ziet, dat je los moet laten, terwijl je het liefst vasthoudt

En toch ligt juist daar een belangrijke lijn. De Bijbel laat zien dat God Zelf werkt van generatie op generatie. Hij is niet afhankelijk van ons, maar Hij gebruikt ons wel. Dat betekent: wat wij doen is niet alles, maar het is ook niet niets

Misschien helpt het om het zo te zien: wij zaaien, God laat groeien. Soms zien we iets van die groei. Soms niet. Soms pas veel later.

En wat zaaien we dan? Niet alleen woorden, maar ook: houding, liefde, , trouw, echtheid

Kinderen en kleinkinderen zien vaak meer dan wij denken. Niet alleen wat we zeggen, maar hoe we leven. Dat betekent niet dat alles perfect moet zijn. Integendeel. Juist eerlijkheid kan veel betekenen. Toegeven dat je het niet altijd goed hebt gedaan, laten zien dat je afhankelijk bent van God, spreken over wat je zelf hebt ontvangen. Dat maakt geloof geloofwaardig.

En dan is er nog iets: gebed.

Voor veel ouders en grootouders wordt gebed in de loop van het leven belangrijker. Niet omdat er meer tijd is, maar omdat er meer besef is van afhankelijkheid. Misschien kun je minder doen dan vroeger, maar je kunt nog steeds bidden. Voor: mensen die je kent, situaties die je bezighouden en wegen die je niet kunt sturen.

Dat is geen kleine taak.

Soms lijkt het alsof gebed weinig verandert. Maar de Bijbel laat zien dat God gebed serieus neemt. Niet altijd zoals wij verwachten, maar wel werkelijk.

Misschien ligt daar ook een rust: dat je niet alles hoeft te dragen. Dat je je kinderen en kleinkinderen mag toevertrouwen aan God. Dat is geen loslaten uit onverschilligheid, maar loslaten in vertrouwen.

Psalm 78 eindigt met een doel: "Zodat zij hun hoop op God stellen." Dat is uiteindelijk het diepste verlangen. Niet dat alles goed gaat, maar dat er hoop is. Niet dat wij alles bepalen, maar dat God werkt.

Misschien verandert er dan iets in hoe we kijken. Niet alleen: wat gaat er mis? Maar ook: waar zou God kunnen werken?

En misschien kun je, ondanks zorgen, toch zeggen: Heere, U kent hen. U ziet hen. U houdt meer van hen dan ik. En wat ik niet kan, leg ik in Uw hand.

Dat neemt de zorg niet altijd weg. Maar het geeft wel een plaats om die zorg te brengen.

En misschien is dat wel het belangrijkste wat we kunnen doorgeven: niet alleen woorden, maar vertrouwen.



Heere, zorg voor hen...

Omega avond 7 - Ziekte, kwetsbaarheid en vertrouwen
Bijbelgedeelte: Jesaja 46:3–4



Jesaja 46

- 3 Luister naar mij, volk van Jakob en al wat er van Israël nog over is – van de moederschoot af door mij gedragen, door mij gekoesterd vanaf de geboorte:
- 4 Tot in je ouderdom blijf ik dezelfde, tot in je grijsheid zal ik je steunen. Wat ik gedaan heb, zal ik blijven doen, ik zal je steunen en beschermen.

Er zijn momenten in het leven waarop je merkt dat het lichaam niet meer doet wat het altijd deed. Dingen die vanzelf gingen, vragen meer moeite. Kracht neemt af. Energie is niet meer

vanzelfsprekend. En soms komt daar ook ziekte bij — bij jezelf of bij mensen die je lief zijn. Dat kan je stilzetten.

Misschien herken je het: dat je rekening moet houden met grenzen die er eerst niet waren, dat je afhankelijk wordt van anderen, dat je je afvraagt wat de toekomst zal brengen

En soms ook: een stille onzekerheid, of een vraag die je liever niet onder woorden brengt. Kwetsbaarheid komt dichterbij.

In onze samenleving wordt kwetsbaarheid niet altijd gemakkelijk gevonden. Zelfstandig zijn, sterk zijn, je eigen leven in handen hebben — dat zijn waarden die hoog staan. Maar wat als dat verandert? Wat als je merkt dat je het niet meer allemaal zelf kunt?

De Bijbel spreekt daar niet omheen. Maar wat opvalt, is dat kwetsbaarheid niet alleen als verlies wordt gezien, maar ook als een plaats waar God juist dichtbij komt.

In Jesaja 46 zegt God iets heel bijzonders: “Tot uw ouderdom toe ben Ik Dezelfde, ja, tot uw grijsheid toe zal Ik u dragen. Ik heb het gedaan, en Ik zal u opnemen, Ik zal dragen en redden.” Dat zijn woorden die rust kunnen geven.

Als je goed luistert, valt iets op. God zegt niet: jullie moeten sterk blijven. Hij zegt: Ik zal dragen. Dat is een groot verschil.

In hetzelfde hoofdstuk maakt God een vergelijking met afgoden. Afgoden moeten gedragen worden door mensen. Ze zijn zwaar, ze moeten vervoerd worden. Maar God zegt: Ik ben niet degene die gedragen moet worden. Ik ben Degene die draagt.

Dat is een omkering die diep gaat. Wij denken vaak: wij moeten volhouden, wij moeten sterk zijn, wij moeten het dragen. Maar de Bijbel zegt: God draagt ons. Vanaf het begin van het leven, door alle jaren heen, tot in de ouderdom.

Misschien is dat iets wat in de loop van het leven steeds duidelijker wordt. Toen we jonger waren, leek het misschien alsof we veel zelf deden. Alsof we ons leven in handen hadden. Maar als je terugkijkt, zie je soms: ik ben gedragen. In situaties die moeilijk waren. In tijden waarin je het niet zag zitten. In momenten waarop je kracht tekortkwam.

En nu, wanneer kwetsbaarheid dichterbij komt, zegt God opnieuw: “Ik zal u dragen.” Niet alleen toen, maar ook nu.

Toch kan dat moeilijk zijn om te aanvaarden. Want gedragen worden betekent ook: loslaten, afhankelijk worden, ontvangen. En dat gaat niet altijd vanzelf.

Misschien is er weerstand: ik wil het zelf blijven doen, ik wil niemand tot last zijn, ik wil de controle houden. Dat zijn begrijpelijke gevoelens.

Maar juist daar ligt ook een uitnodiging. Niet om alles op te geven, maar om te leren vertrouwen. In 2 Korinthe 12 zegt Paulus: “Mijn genade is u genoeg, want Mijn kracht wordt

in zwakheid volbracht.” Dat is een verrassende gedachte. Wij denken vaak: kracht = geen zwakte. Maar God zegt: Mijn kracht wordt zichtbaar in zwakheid.

Dat betekent niet dat zwakheid fijn is. Maar wel dat het niet leeg is. Juist daar kan iets gebeuren: afhankelijkheid groeit, vertrouwen verdiept, gebed wordt eerlijker

Misschien verandert het geloof in deze fase ook. Niet per se groter of sterker, maar eenvoudiger. Minder gebaseerd op wat je zelf kunt, meer op wie God is.

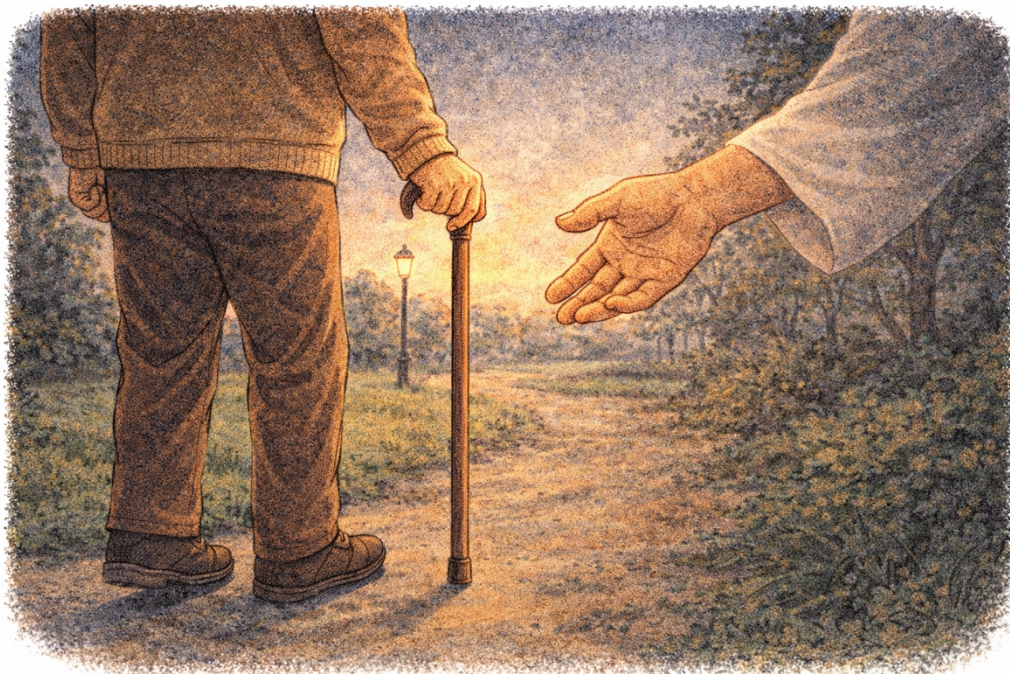
En wie is Hij? “Ik ben Dezelfde.” Dat zegt God in Jesaja. Dat betekent: Hij verandert niet, Hij blijft trouw, Hij laat niet los. Ook als alles om ons heen verandert.

Misschien is dat wel het grootste houvast. Niet dat wij alles kunnen vasthouden, maar dat wij vastgehouden worden.

Kwetsbaarheid kan veel vragen oproepen. Maar misschien ook deze vraag: waar ligt mijn zekerheid? In wat ik kan? Of in Wie God is? En misschien kun je, midden in alles wat onzeker is, toch voorzichtig zeggen: Heere, ik begrijp niet alles. Maar U hebt beloofd dat U draagt. En daarop wil ik vertrouwen.

Dat is geen groot of sterk geloof. Maar het is wel echt.

En misschien is dat genoeg.



Omega avond 8 - Je plaats in kerk en samenleving na je pensioen
Bijbelgedeelte: Titus 2:2-5



Titus 2

- 1 Maar jij moet verkondigen wat overeenkomt met de heilzame leer.
- 2 Oudere mannen moeten sober, waardig en bezonnen zijn, en gezond in het geloof, de liefde en de volharding.
- 3 Ook oudere vrouwen moeten zich ingetogen gedragen, ze mogen niet kwaadspreken of verslaafd zijn aan wijn. Ze moeten goede raad weten te geven,
- 4 en de jonge vrouwen voorhouden dat ze hun man en kinderen moeten liefhebben,
- 5 dat ze ingetogen, kuis, zorgzaam in het huishouden en vriendelijk moeten zijn, en dat ze het gezag van hun man moeten erkennen. Dan wordt het woord van God in ere gehouden.

Er komt een moment in het leven waarop het werk stopt. Soms is dat een duidelijke overgang: de laatste werkdag, afscheid nemen, een nieuwe fase die begint. Soms gaat het geleidelijker, maar het effect is hetzelfde: wat jarenlang een belangrijk deel van het leven was, valt weg. Dat kan rust geven. Tijd om dingen te doen die zijn blijven liggen. Meer ruimte voor familie, voor hobby's, voor bezinning.

Maar het kan ook vragen oproepen. Want werk is vaak meer geweest dan alleen bezigheid. Het gaf structuur. Het gaf contacten. Het gaf een gevoel van betekenis. En als dat wegvalt, kan de vraag opkomen: wat is mijn plaats nu nog? Ben ik nog van betekenis?

Die vraag wordt niet altijd hardop gesteld. Maar hij kan wel van binnen meespelen. Zeker in een samenleving waarin veel draait om: presteren, nuttig zijn, actief blijven. Alsof je waarde afhangt van wat je doet.

De Bijbel kijkt daar anders naar. In Titus 2 worden oudere mannen en vrouwen aangesproken. Niet als mensen die aan de kant staan, maar juist als mensen met een duidelijke plaats. Er staat bijvoorbeeld dat oudere mannen: bezonnen moeten zijn, waardig, standvastig in het geloof.

En oudere vrouwen: eerbaar in hun levenswandel, onderwijzend in het goede, Dat zijn geen kleine dingen. Dat zijn diepe, vormende kwaliteiten.

Wat opvalt is dit: de nadruk ligt niet op wat iemand doet, maar op wie iemand is. Niet: hoeveel je nog kunt, maar: hoe je leeft. Dat is een belangrijk verschil.

In onze tijd wordt betekenis vaak gekoppeld aan activiteit. Maar de Bijbel verbindt betekenis aan houding, karakter en geloof. Dat betekent ook dat de rol van ouderen niet ophoudt na het pensioen. Ze verandert. Misschien minder zichtbaar, maar niet minder belangrijk.

In Titus 2 zie je dat ouderen een plaats hebben in de gemeenschap. Niet alleen voor zichzelf, maar ook voor anderen. Er wordt gesproken over: voorbeeld zijn, anderen helpen, richting geven. Niet vanuit macht of positie, maar vanuit ervaring en wijsheid.

En dat is iets wat met de jaren groeit. Levenservaring kun je niet leren uit een boek. Die ontstaat door: wat je hebt meegemaakt, wat je hebt doorstaan, wat je hebt geleerd. Soms door vreugde, soms door moeite.

Dat maakt dat ouderen iets kunnen brengen wat uniek is. Niet perfectie, maar echtheid. Niet theorie, maar geleefd geloof.

Misschien zit daar ook een sleutel. Van betekenis zijn hoeft niet groot te zijn. Het kan zitten in: een gesprek, een luisterend oor, een bemoedigend woord, trouw aanwezig zijn. Dat zijn geen opvallende dingen. Maar ze zijn wel waardevol.

En soms zit betekenis juist in wat niet direct zichtbaar is: in gebed. in meeleven. in trouw.

De Bijbel laat zien dat ieder mens gaven ontvangt. In 1 Korinthe 12 staat: "Aan ieder wordt de openbaring van de Geest gegeven tot wat nuttig is voor de ander." Dat geldt niet alleen voor een bepaalde levensfase. Dat geldt voor ieder mens, op iedere leeftijd.

Dat betekent: niemand is overbodig, ieder heeft een plaats. Ook als die plaats verandert.

Toch kan het zoeken zijn. Misschien vraag je je af: waar hoor ik nu thuis?, wat kan ik nog doen?, hoe vind ik mijn plek? Daar is geen vast antwoord op. Voor de één ligt dat in actief betrokken zijn. Voor de ander meer in een stille rol. Beide kunnen waardevol zijn.

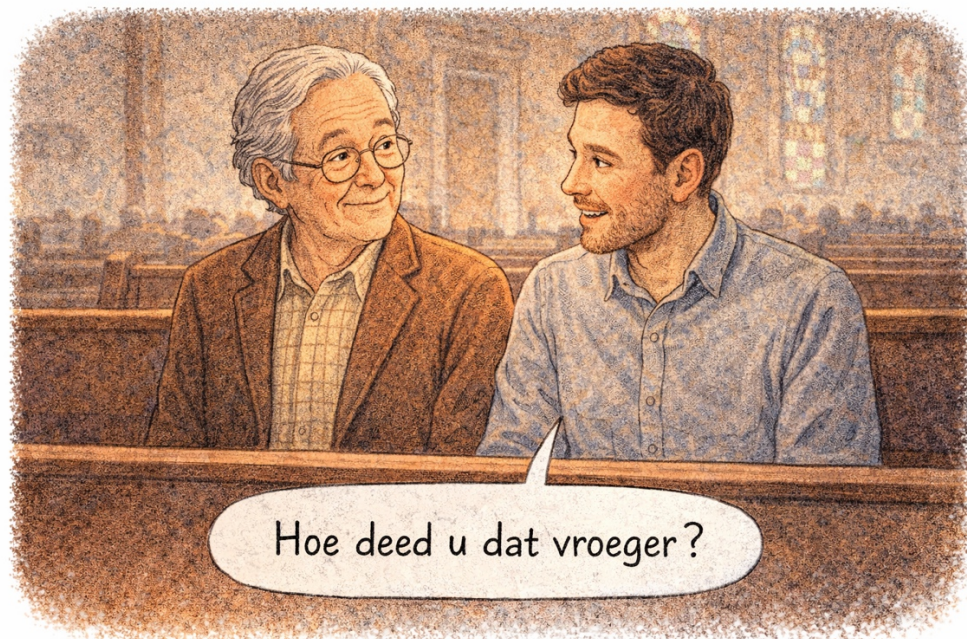
Misschien helpt het om de vraag iets anders te stellen. Niet alleen: wat kan ik nog doen? Maar ook: hoe kan ik aanwezig zijn? Want aanwezigheid is niet niets. Aanwezig zijn: in de gemeente, in een gezin, in contacten. Dat betekent: er zijn, zien, luisteren. En soms is dat precies wat nodig is.

Psalm 92 zegt: "Zij zullen in de ouderdom nog vrucht dragen." Dat betekent niet dat alles hetzelfde blijft. Maar wel dat er nog steeds iets groeit. Misschien anders dan vroeger. Misschien minder zichtbaar dan vroeger. Maar niet minder echt.

En misschien is dat wel de mooiste gedachte voor deze fase: dat je niet hoeft te bewijzen dat je nog van betekenis bent. Maar dat je mag leven vanuit de zekerheid: je bent al van betekenis, omdat God je een plaats heeft gegeven. En dat die plaats niet ophoudt, ook niet na het pensioen.

Misschien kun je het zo samenvatten: niet alles wat waardevol is, is zichtbaar en niet alles wat zichtbaar is, is het meest waardevol. En misschien kun je, in alle eenvoud, zeggen: Heere, laat mij op de plaats waar ik ben tot zegen zijn voor anderen.

Dat is geen grote opdracht. Maar wel een mooie.



Omega avond 9 - Hoop, eeuwig leven en het levenseinde
Bijbelgedeelte: Johannes 14:1-3



Johannes 14

- 1 Wees niet ongerust, maar vertrouw op God en op mij.
- 2 In het huis van mijn Vader zijn veel kamers; zou ik anders gezegd hebben dat ik een plaats voor jullie gereed zal maken?
- 3 Wanneer ik een plaats voor jullie gereedgemaakt heb, kom ik terug. Dan zal ik jullie met me meenemen, en dan zullen jullie zijn waar ik ben.

Er zijn onderwerpen waar we niet altijd gemakkelijk over spreken. Het levenseinde is daar één van. Misschien komt het soms even ter sprake, maar vaak blijft het ook stil. Niet omdat het onbelangrijk is, maar juist omdat het zo dichtbij kan komen. In de loop van de jaren wordt het besef sterker: het leven is niet eindeloos. Dat kan vragen oproepen. Soms voorzichtig, soms indringend. Misschien herken je het: een moment van nadenken: hoe zal

het gaan?, een gevoel van spanning of onzekerheid, of juist een verlangen naar rust. En vaak gaan die dingen door elkaar heen.

De Bijbel spreekt daar niet omheen. De dood wordt niet verzwegen of mooier gemaakt dan hij is. Het is een werkelijkheid die bij het leven hoort. Maar tegelijk spreekt de Bijbel ook over hoop. En dat is niet zomaar een vaag idee, maar een concrete belofte.

In Johannes 14 spreekt Jezus woorden die al eeuwenlang mensen hebben bemoedigd: “Laat uw hart niet in beroering raken; u gelooft in God, geloof ook in Mij. In het huis van Mijn Vader zijn veel woningen... Ik ga heen om een plaats voor u gereed te maken.”

Deze woorden worden uitgesproken op een bijzonder moment. Jezus weet dat Zijn lijden en sterven dichtbij is. De discipelen voelen dat er iets gaat gebeuren en raken onrustig. En juist dan zegt Jezus: laat uw hart niet in beroering raken. Dat betekent niet dat er geen reden tot verdriet is. Maar het betekent wel dat er een bodem is onder het leven die niet wegvalt.

Wat zegt Jezus hier eigenlijk? Allereerst: er is een plaats, Niet een onbekende ruimte, maar “het huis van Mijn Vader”. Dat is een beeld van een thuis. Van geborgenheid. Van nabijheid.

Hij zegt ook: er zijn veel woningen. Dat betekent: er is ruimte. Er is plaats voor velen. Het is geen onzeker toekomstbeeld, maar een open uitnodiging. En dan zegt Hij: Ik ga heen om een plaats gereed te maken. Dat is misschien wel het meest persoonlijke. Niet alleen: er is een plaats, maar: Ik bereid die plaats voor jou.

Dat betekent dat de toekomst niet leeg is. Niet onpersoonlijk. Maar voorbereid door Christus Zelf. Toch kan het levenseinde duidelijk spanning geven. Niet alleen de dood zelf, maar ook: het proces ernaartoe, ziekte of afhankelijkheid, afscheid nemen van geliefden. Dat zijn dingen die moeilijk kunnen zijn.

De Bijbel ontkent dat niet. In Psalm 23 staat: “Al ging ik ook door een dal van diepe duisternis...” Dat is een eerlijk beeld. Een dal kan donker zijn. Onzeker. Soms angstig.

Maar de psalm gaat verder: “...ik zou geen kwaad vrezen, want U bent bij mij.” Daar ligt de kern. Niet dat het dal er niet is, maar dat je er niet alleen doorheen gaat.

Dat is ook wat Jezus zegt in Johannes 14. Hij wijst niet alleen naar de toekomst, maar ook naar Zichzelf. Verderop zegt Hij: “Ik ben de Weg, de Waarheid en het Leven.” Dat betekent: de weg naar de toekomst is geen onbekende weg, maar een weg met Hem.

Misschien verandert dat iets in hoe we kijken. Niet alleen: wat zal er gebeuren? Maar ook: Wie gaat er met mij mee? De hoop van het geloof is niet dat wij alles begrijpen. Maar dat wij toevertrouwd zijn aan iemand die ons kent. Aan Jezus zelf.

Voor sommige mensen groeit in de loop van het leven een zekere rust. Niet omdat alles duidelijk is, maar omdat het vertrouwen groeit. Voor anderen blijven er vragen. Ook dat mag er zijn.

Geloof is niet altijd zekerheid zonder vragen. Soms is het: vertrouwen ondanks vragen. Misschien helpt het om te zien dat Jezus deze woorden spreekt tegen mensen die onrustig zijn. Hij zegt niet: jullie moeten sterk zijn. Hij zegt: geloof in Mij. Dat is geen zware opdracht, maar een uitnodiging.

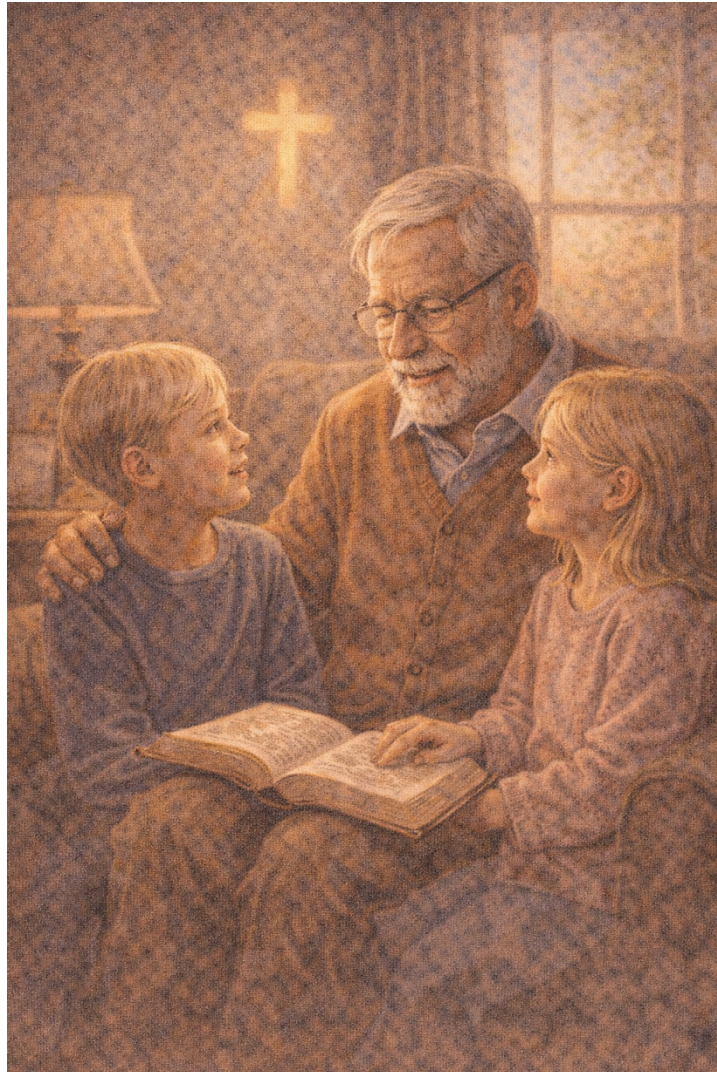
En misschien kun je het zo samenvatten: de toekomst ligt niet in onze hand, maar in Gods hand. Dat betekent niet dat afscheid gemakkelijk wordt. Niet dat verdriet verdwijnt. Maar wel dat er een perspectief is.

Een toekomst die verder gaat dan dit leven. Een plaats die bereid is. Een God die nabij blijft. En misschien kun je, heel eenvoudig, zeggen: Heere, als het zover is, ga dan met mij mee. Dat is geen groot gebed. Maar wel een echt gebed.

En misschien is dat genoeg.



Omega avond 10 - Wijsheid doorgeven – nalatenschap in geloof
Bijbelgedeelte: 2 Timotheüs 4:7



2 Tim

- 7 Maar ik heb de goede strijd gestreden, de wedloop volbracht, het geloof behouden.
8 Nu wacht mij de krans van de gerechtigheid die de Heer, de rechtvaardige rechter, aan mij zal geven op de grote dag; en niet alleen aan mij, maar aan allen die naar zijn komst hebben uitgezien.

Aan het einde van een seizoen komt vaak vanzelf het moment van terugkijken. Dat geldt voor een gespreksgroep, maar ook voor het leven zelf. Wat is er gebeurd? Wat blijft er hangen? Wat is werkelijk van waarde gebleken? In de loop van de jaren verzamel je niet alleen herinneringen, maar ook inzichten. Dingen die je vroeger anders zag, krijgen een andere kleur. Wat eerst belangrijk leek, blijkt soms minder zwaar te wegen. En andere dingen — misschien klein en eenvoudig — blijken juist van grote betekenis.

De Bijbel laat zien dat zo'n moment van terugkijken niet vreemd is. In 2 Timotheüs 4 horen we Paulus spreken, aan het einde van zijn leven: "Ik heb de goede strijd gestreden, ik heb de loop tot een einde gebracht, ik heb het geloof behouden."

Het zijn eenvoudige woorden, maar ze dragen veel in zich. Paulus gebruikt hier drie beelden.

1. De strijd

"Ik heb de goede strijd gestreden." Het leven wordt hier vergeleken met een strijd. Dat klinkt misschien zwaar, maar het is ook realistisch. Het leven is niet alleen gemakkelijk geweest. Er waren moeilijke momenten. Tegenstand. Twijfel. Volhouden. Maar Paulus noemt het een "goede" strijd. Niet omdat het altijd goed voelde, maar omdat het ergens om ging.

2. De loop

"Ik heb de loop tot een einde gebracht." Het leven wordt ook vergeleken met een wedloop, een loop. Niet iets dat je in één keer overziet, maar iets wat je stap voor stap gaat. Met beginpunten, met bochten, met stukken die zwaar zijn, en stukken die lichter zijn.

3. Het geloof

"Ik heb het geloof behouden." Dat is misschien wel de kern. Niet: ik heb alles bereikt of: ik heb alles goed gedaan. Maar: ik heb het geloof behouden. Dat is iets anders. Het gaat niet om perfectie, niet om prestatie, maar vooral om trouw. Als je zo naar het leven kijkt, verandert er iets. De vraag wordt niet: heb ik alles goed gedaan? Maar: ben ik gebleven bij wat echt belangrijk is?

En dat brengt ons bij het thema van deze avond: wat geven we door? Als mensen ouder worden, kan die vraag sterker naar voren komen. Misschien niet altijd hardop, maar wel van binnen: wat blijft er van mijn leven over? wat laat ik na? Vaak denken we dan eerst aan tastbare dingen. Bezittingen. Herinneringen. Wat we hebben opgebouwd.

Maar de Bijbel wijst ons op iets anders. In Spreuken 13:22 staat: "Een goed mens laat ook een kleinkind een erfdeel na..." Dat erfdeel is meer dan geld. Het gaat om: waarden, geloof, houding, wat je hebt voorgeleefd. En misschien is dat wel het meest blijvende. Niet wat we hebben gehad, maar wat we hebben doorgegeven.

Dat gebeurt vaak ongemerkt. In kleine dingen: hoe je spreekt, hoe je omgaat met anderen, hoe je reageert op moeite, hoe je bidt, hoe je vertrouwt

Mensen onthouden vaak niet alles wat gezegd is. Maar ze onthouden wel: hoe iemand was.

En zo kan een leven doorwerken. Soms zichtbaar, soms onzichtbaar. Soms direct, soms pas later. En dan is er nog iets.

Niet alles in het leven is gegaan zoals we hadden gehoopt. Misschien zijn er dingen: die anders hadden gekund, waar je met gemengde gevoelens op terugkijkt, die niet afgerond voelen,

Ook dat hoort bij het leven. En juist daar is het belangrijk om te horen wat Paulus zegt. Hij zegt niet: alles is perfect geweest. Hij zegt: ik heb het geloof behouden

Dat betekent: ook een onvolmaakt leven kan waardevol zijn. Niet omdat alles goed was, maar omdat God trouw is. Misschien ligt daar ook een bevrijding. Dat je niet hoeft terug te kijken als een soort rekensom van je leven. Waarbij je de positieve en negatieve aspecten van je leven bij elkaar optelt. Maar dat je mag zien: waar was God aanwezig?

En misschien kun je dan, voorzichtig, zeggen: er is meer goed geweest dan ik altijd heb gezien. En als het gaat om doorgeven, dan is dat misschien wel het mooiste: niet dat wij alles goed hebben gedaan, maar dat we iets hebben laten zien van vertrouwen.

Psalm 71 zegt: "Tot de ouderdom en grijsheid toe... opdat ik Uw kracht verkondig aan het volgende geslacht." Dat is een prachtig doel. Niet: kijk wat ik heb gedaan. Maar: kijk wat God heeft gedaan

Misschien kun je het zo zeggen: wat wij ontvangen hebben, mogen wij doorgeven. Niet perfect, maar echt. En misschien gebeurt dat soms in woorden. Maar vaak ook gewoon in het leven zelf. Aan het einde van deze avonden blijft misschien niet alles hangen. Maar misschien wel dit: dat geloof geen theorie is, maar iets wat meegroeit met het leven. En dat een leven, hoe gewoon ook, van betekenis kan zijn.

Misschien kunnen we de Omega avonden zo afsluiten: met dankbaarheid, met vertrouwen en met de wens dat wat gegeven is ook door mag gaan

En misschien, heel eenvoudig: Heere, wat U mij gegeven hebt, wil ik doorgeven. Dat is geen groot gebaar. Maar wel een mooie afsluiting.

En misschien is dat genoeg.



Slotwoord

We zijn samen een weg gegaan.

Tien avonden lang hebben we stilgestaan bij het leven zoals het is geworden. We hebben teruggekeken, vooruitgekeken en soms ook even stilgestaan bij wat er gewoon ís. Er zijn woorden gedeeld, gedachten uitgesproken, misschien ook stiltes geweest die net zo veel zeiden. En misschien is dat wel het mooiste van deze avonden: dat we het niet alleen hoefden te doen.

Het leven in onze tweede helft vraagt soms om loslaten, om vertrouwen, om opnieuw zoeken naar betekenis. Maar het laat ook zien hoeveel er is ontvangen. Aan ervaringen, aan herinneringen, aan geloof. Wat blijft, is niet alles wat we hebben meegemaakt, maar wel Wie met ons is meegegaan.

Misschien nemen we uit deze avonden niet één grote conclusie mee, maar iets eenvoudigers: een woord dat is blijven hangen, een gedachte die mee blijft gaan, een stukje rust, of een nieuw vertrouwen.

En misschien ook dit besef: dat het leven niet los in onze handen ligt, maar gedragen wordt. Door God, de Hemelse Vader, die altijd Dezelfde is gebleven, van het begin tot het einde.

Zo mogen we verder gaan. Niet met alles helder voor ogen, maar wel wetend dat Jezus ons voorgaat op onze weg..

Hans Vermeulen