

21 sept. 2025 – dankzegging Heilig Avondmaal

**ALS GOD ONS ZO LIFHAD,
MOETEN OOK WIJ ELKAAR LIEFHEBBEN**

1 Johannes 4, vers 7 t/m 21

In het Avondmaal, dat wij vandaag samen als twee gemeenten hebben gevierd, gaat alles om de liefde van God. Er klonken ook de donkere tonen van zonde en schuld, van Gods toorn en oordeel..., de oproep tot zelfbeproeving en inkeer ook... maar tegen die donkere wolken aan scheen het licht van Gods liefde des te sterker en mooier. Wat een grote, grootse liefde...! In Jezus heeft God al Zijn liefde uitgestort. Liefde, die zo sterk is dat ook de wolk van angst wordt verdreven, zo hoorden wij vanmorgen. Zonder angst mogen wij met God verder gaan...

Nu vanmiddag klinkt de oproep (vers 11): 'als God ons zo lief had, moeten ook wij elkaar liefhebben.' We worden vanaf de Avondmaalstafel dus op pad gestuurd met een hart vol dankbaarheid en een opdracht om in praktijk te brengen: elkaar lief te hebben.

Ik wil over die opdracht om elkaar lief te hebben een aantal dingen zeggen. Wat dat elkaar liefhebben precies is. Hoe je dat kunt doen. Maar ook waar we voor moeten oppassen. En bij dat laatste wil ik gelijk beginnen, want het kan zijn dat je bij die opdracht om elkaar lief te hebben in de kramp schiet. Omdat je gelijk aan diegene in de gemeente of in je familie moet denken, die je bepaald niet liefhebt. Omdat er een open wond is, ondanks je verwoede pogingen om die te vergeten. Of omdat je je helemaal niet prettig voelt in de gemeente. En als je dan vanmiddag wordt voorgehouden dat je elkaar toch echt lief moet hebben, *omdat God ons zo lief heeft...*, dan wordt je buikpijn alleen maar erger...

Nu, dan is het belangrijk om iets te vertellen over de achtergrond van deze oproep van Johannes in zijn brief. Waarom benadrukt Johannes dat elkaar-liefhebben nu zo heel sterk? Waarschijnlijk vanwege dwaalleraars die hij ook in deze brief noemt. We weten niet alles van die misleidende verkondigers, maar ze lijken niet zoveel te kunnen met Jezus' aardse leven. Ze geloven in Jezus als Heer, als hoogste macht, als Redder ook..., maar dat Jezus echt helemaal mens is geworden om ons te redden..., dat vonden ze te plat. Te aardse. ... In die tijd en cultuur, waarin Johannes schreef, werd het 'aardse' en het 'geestelijke' namelijk vaak uit elkaar getrokken en werd het aardse als onbelangrijk gezien, nu die dwaalleraars lijken daar ook door besmet te zijn. Heel erg geestelijk waren ze..., maar dat aardse, Jezus' aardse bestaan en ons aardse leven..., dat was niet iets om aandacht aan te besteden. En vandaar dat ze aan die liefde en zorg voor elkaar op aarde ook niet zoveel toekwamen. De hogere dingen, het geestelijke..., daar

ging het om. Ze keken zo omhoog, dat ze hun broeders en zusters om hen heen niet meer zagen.

Die dwaalleraars waren inmiddels de gemeente uitgegaan (1 Joh. 2, vers 19), maar ze zouden wel een spoor van verwoesting hebben achtergelaten, verwacht ik. Nu vanuit deze situatie van dwaalleraars die hoogmoedig hebben huisgehouden, een slecht voorbeeld hebben gegeven en gemeenteleden schade hebben aangedaan, schrijft Johannes: 'laten wij elkaar liefhebben'. Johannes schrijft dus niet als eerste die gemeenteleden aan die beschadigd zijn om hen te vertellen: 'en toch moet je de ander liefhebben hoor!' Johannes spreekt niet met opgestoken vinger degenen aan die aan het worstelen zijn met hun geleden leed, verdriet of woede: 'maarre..., liefhebben hè, ook degene die je zoveel kwaad aan heeft gedaan?!' Nee, zo gaat het vaak: mensen die beschadigd zijn, soms voor het leven getekend..., die blijven vaak zitten met een schuldgevoel en horen steeds het stemmetje dat ze moeten vergeven en liefhebben enzovoort... en daders lopen ermee weg. Nee, *die geestelijke leiders* die inmiddels de gemeente uit waren gegaan, waren het probleem.

Nu, als wij straks nog een keer de preek overnieuw beginnen met de zin 'laten wij elkaar liefhebben', dan wordt dat dus gezegd tegen een gemeente, waar mensen zich hoger voelden, geestelijker dan anderen, waardoor andere mensen werden beschadigd,

buitengesloten. 'Dat niet!', zegt Johannes. Nee: 'wie niet liefheeft, kent God niet! Hoe hoog geestelijk je ook gestemd denkt te zijn! Blijf niet omhoog staren, maar kijk eens om je heen, kijk eens naar je naasten!' Wie niet liefheeft, is niet uit God! Als wij elkaar liefhebben, *dan* blijft God in ons. Dan zijn wij werkelijk gemeente van Christus.

Ik begin de preek opnieuw. Johannes roept op 'laten wij elkaar liefhebben'. Want

er is nog een andere reden, waarom Johannes zo'n nadruk legt op het liefhebben van elkaar. Het is niet alleen die dwaalleraars, nee het heeft ook te maken met *de aard van de liefde*, waar Johannes het over heeft. Wat bedoel ik? Nu, Johannes heeft het in al zijn woorden over 'liefhebben' en 'liefde' over een heel specifieke liefde. Het gaat om de liefde van God voor deze wereld. De liefde van God voor deze wereld, die aan onze liefde voorafgaat. Nu, die liefde van God kan je vergelijken met plantjes die eerst in de kas wordt gekweekt. De zaadjes worden eerst gezaaid in de kas, zodat het groeiproces lekker snel gaat en ook gecontroleerd, maar wanneer de plantjes een bepaalde mate zijn gegroeid, moeten ze worden verpoot in de volle grond. Anders gaat het niet goed met de groei van de plantjes. Dan wordt het wildgroei, of dan worden de plantjes niet sterk..., gaan ze uiteindelijk misschien zelfs dood. Want uiteindelijk zijn de plantjes bedoeld voor buiten en niet voor een broeikas. Nu, zo is het ook met de liefde van God. Die liefde is vandaag opnieuw in uw en mijn hart gezaaid. Prachtige zaadjes van liefde waren het, vol van leven. Zodat het van binnen mag groeien en je binnenleven meer en meer zal vervullen. Maar uiteindelijk is die liefde



van God niet bedoeld voor slechts die broeikas van je hart..., nee, die liefde moet in de volle grond, die moet deze aarde gaan vervullen. Zo komt Gods liefde pas echt tot Zijn recht. Want Gods liefde, dat is niet een of andere privéliefe die God vandaag alleen tot u of jou persoonlijk heeft uitgesproken. Oneerbiedig gezegd: 'even vandaag een fijn momentje met God', 'weer met een goed gevoel de week in'. Nee, Gods liefde is liefde die gedeeld moet worden, die veel te groot is voor die beperkte ruimte van je hart. Daarom vierden wij het Avondmaal ook met elkaar, samen aan tafel. Want die liefde van God moet in de volle grond. Het moet ruimte hebben. Vorm krijgen. Groeien door doorgegeven te worden. Ik lees over de liefde van God (vers 9): hierin is de liefde van God aan ons geopenbaard dat God Zijn enige Zoon *in de wereld* gezonden heeft, (niet: in ons hart, ook niet: in ons midden, nee: in de wereld) opdat wij zouden leven door Hem. Het is dus vanwege de aard van de liefde van God, dat het niet voor onszelf gehouden kan worden. Gods liefde voor ons is geen privéliefe, maar liefde die gedeeld, genoten, gegund moet worden. Het houdt dus niet op met de Avondmaalsviering, nee, het is vandaag nog maar het zaadje dat deze week door u en mij in de volle grond gepoot moet worden.

Maar ja, die volle grond, dat aardse bestaan..., dat was voor die dwaalleraars veel te aards... Wat verdrietig hè? Het kan er blijkbaar soms zo geestelijk en verheven aan toe gaan..., dat het niets meer heeft te maken met de liefde van God voor deze aarde en voor aardse mensen.

Het houdt dus niet op met de Avondmaalsviering, nee, de liefde van God die vandaag door ons is ontvangen en gevierd, is nog maar het zaadje dat deze week door u en mij in de volle grond gepoot moet worden. Maar u en ik krijgen daar ook een prachtige belofte bij. Johannes zegt in vers 12: *Niemand heeft ooit God gezien. Als wij elkaar liefhebben, blijft God in ons en is Zijn liefde in ons volmaakt geworden.* Hoorde u het? Als wij elkaar liefhebben, dan blijft God in ons. Als wij elkaar liefhebben – als wij daar ons best voor doen in tegenstelling tot die dwaalleraren van toen – dan zal God echt heel dichtbij zijn! *In* ons zijn. Dieper verbonden kan niet. 'Hij in ons en wij in Hem', zoals Johannes het vaak omschrijft. Wat een belofte...! Dan zal God ook morgen en ook overmorgen in ons blijven. Echte verbondenheid met God, dat is dus niet iets voor de zondag, iets voor bij het Avondmaal, maar voor elke dag. Hij in ons. Dan is vanuit dit oogpunt die Avondmaalsviering van vandaag geen bijzonderheid, maar gaat het bijzondere morgen gewoon met u mee. En overmorgen ook. 'Hij in ons en wij in Hem.' En die verbondenheid met God is dus niet iets heel spiritueels, iets mystieks, alleen voor geestelijk hoger opgeleiden – zoals die dwaalleraren meenden – maar heel praktisch, ook voor praktische mensen: als wij deze week proberen om elkaar en voor elkaar die liefde van God handen en voeten te geven..., als u die liefde van God zult uitdelen en doorgeven, dan zal God in je blijven, zegt Johannes. Dan is God concreet aanwezig. God belooft het! Dan zal Hij echt heel dichtbij je zijn deze week.

Nu, laten wij vanuit deze belofte nu eens gaan kijken hoe wij die liefde tot elkaar dan in praktijk kunnen brengen. Ik noem twee dingen die van fundamenteel belang zijn om elkaar lief te hebben op de manier zoals God dat heeft bedoeld.

Allereerst: 'denk goed om jezelf.' Dat klinkt misschien vreemd en ik zeg het met opzet ook wat vreemd, zodat u

het zult onthouden. Maar wat bedoel ik: echt de ander liefhebben, liefde geven, kan alleen als je weet dat jijzelf geliefd bent. Geliefd door God. Dat zaadje dat vandaag in je hart is gezaaid, dat zaadje van Gods liefde voor u, voor jou..., daar moet je heel zuinig op zijn. Gods liefde voor jou: dat je geen angst meer hoeft te hebben voor God. Dat je bent aanvaard, bruto, met alles erop en eraan. Dat God met jou verder wil. Dat Gods genade groter is dan al je twijfels, zonden en rare kronkels in je leven. Dat moet je vast houden..., elke dag weer tot die liefde teruggaan, die liefde van God voor jou..., jezelf dat weer vertellen als je het bent vergeten, of als je weer doorholt... Gods liefde voor mij. U, jij, bent blijkbaar zo kostbaar voor God dat Hij ook voor u en jou Zijn Zoon heeft gezonden. Dat kruis, die Godverlatenheid op Golgotha, 'Hij deed dit voor jou'. Sluit dat in je hart. Laat dat de basis zijn, van waaruit je de dag morgen weer begint. En... *probeer van daaruit ook elkaar lief te hebben.* Want als je dat beseft en als je jezelf die liefde-van-God-voor-jou steeds voorhoudt, dan kan je ook op een gezonde manier een ander liefhebben. Als je je aanvaard en geliefd weet door God, dan blijft de liefde naar een ander zuiver, echt. Dan wordt het geen liefde om daarmee hopelijk wat terug te krijgen. Dan is het geen liefde, zorg, aandacht, die je aan een ander geeft om daarmee een stukje bevestiging te krijgen. Omdat je ernaar hunkert om van betekenis te mogen zijn. Omdat je graag iets van dankbaarheid van de ander zou willen ontvangen. Of soms is liefde van ons, wat wij doen voor een ander ook gewoon compensatiedrang, wie kent het niet: de neiging om iets terug te willen geven, als de ander jou wat geeft? Of heftiger: jezelf wegcijferen, altijd op de laatste plaats zetten, omdat je eigenlijk daarmee je schuldgevoel probeert weg te werken. Nee, leef vanuit de liefde van God! Laat dat je basis zijn. Je geen bevestiging nodig, of aanvaarding, complimentjes, iets te betekenen, iets te kunnen geven..., want je mag leven, voor 100 procent leven, uit de wonderlijke genade van God. Aanvaard. Geliefd. Veilig. Geborgen. Waardevol. Doordat iemand zo vreselijk veel voor u en jou heeft betaald. Christus.

Laten wij maar eerlijk zijn: wat zitten er vaak veel laagjes onder die liefde die wij naar een ander laten zien, toch? Soms allemaal onzekerheid, angst, zoeken naar bevestiging, betekenisvol-willen-zijn, compensatiedrang enzovoort. Wat zijn wij soms veel met onszelf bezig, met onszelf aan het worstelen in onze verhouding tot een ander. Maar Johannes geeft hier een andere basis van waaruit je elkaar lief moet hebben. Vers 11: *geliefden* (hoort u het, hoe hij u aanspreekt? Geliefde! Niet: wat zijn jullie een lieverds. Nee: jullie zijn geliefd door God!), *geliefden, als God ons zo liefhad* – eerst jezelf zien in Gods liefde – *dan moeten wij ook elkaar liefhebben.*

Eerst die basis, dat jezelf voorhouden. En dan nadenken over hoe je met een ander om moet gaan..., wat je morgen zou moeten doen..., hoe je in die of die situatie moet staan... Eerst die basis – geliefd door God! – want die basis maakt je liefde naar je medemens zuiver, oprecht en zonder bijbedoelingen.

'Geliefden, laten wij elkaar liefhebben'. Er is nog iets anders, wat heel belangrijk is bij deze opdracht: bij 'liefhebben' zijn wij waarschijnlijk geneigd om eerst aan 'gevoel', 'gevoelens' te denken. 'Ik heb je lief', dat betekent toch 'ik voel wat voor je'. Nu is gevoel niet onbelangrijk, maar dat staat in de Bijbel niet altijd voorop. Liefhebben, dat is niet slechts 'iets voelen voor'.

Liefhebben, dat is in de Bijbel ook heel vaak heel praktisch: goed zijn voor een ander, je verantwoordelijkheid nemen, een ander helpen, dat een ander er mag zijn zonder dat je zo ontzettend veel van hem of haar houdt. Nu, dat helpt ons misschien om elkaar lief te hebben, want soms voel je gewoon weinig voor een ander. Er zijn ook mensen in de gemeente of in je familie of daarbuiten die je misschien afstoten, waar je een allergie voor hebt ontwikkeld, of die gewoon echt niet aardig zijn. Nu, voor zulke personen hoef je geen warme gevoelens op te wekken hoor! Het zou mooi zijn, maar dat lukt niet altijd. En toch liefhebben! Hoe dan? Die ander zijn of haar bestaan gunnen. Een ander helpen. Je soms ook verplaatsen in de ander. Elkaar dienen. Een luisterend oor zijn. Voor de ander bidden. Liefhebben – met of zonder veel gevoel, maar heel praktisch.

Ik vind het heel mooi hoe dit wordt beschreven in 1 Johannes 3, het hoofdstuk voor onze Bijbellesing. Johannes legt daar de liefde zo uit (vers 16): *'hieraan leerden wij de liefde kennen dat Hij (Jezus) voor ons Zijn leven heeft gegeven. Ook wij moeten voor de broeders het leven geven.* Het gaat dus wel om heel grote dingen, liefde kost veel! Omdat het God zoveel heeft gekost! Liefde gaat diep en kost veel. Maar... Johannes wijst niet op wat je allemaal moet voelen, of niet mag voelen, maar op wat je moet *doen*. Jezelf geven. En ook in het volgende vers komt dat terug (3,17): *wie dan de goederen van de wereld heeft en zijn broeder gebrek ziet lijden, maar zijn hart voor hem toesluit..., hoe kan de liefde van God in hem blijven?'* Als je niet vanuit je overvloed wilt delen met hen die gebrek lijden..., hoe kan die liefde van God dan in je blijven? God zal je niet een tekort aan gevoel voor mensen verwijten; het gaat om je daden, je inzet, je verantwoordelijkheid, wat je doet met je overvloed.

Heb elkaar lief, zo zegt Johannes in navolging van Zijn meester, de Heere Jezus. Heb elkaar lief, vanuit die basis die zorgt dat je liefde zuiver blijft: de liefde van de Heere Jezus. Je hoeft met je liefde tot de ander niet iets te verdienen, bevestiging te ontvangen..., je geeft omdat je zo rijk gezegend bent door de liefde van God voor jou. Heb elkaar lief. Ook diegene waar je misschien weinig voor voelt, maar dat voelen dat is dus niet het probleem. Wat *doe* je in Jezus' Naam voor haar, voor hem. Noem je zijn of haar naam in je gebed? ... Je hoeft dus echt niet altijd wat te voelen voor een ander. En je hoeft ook niet alles te slikken en met de mantel der liefde te bedekken. Die neiging hebben wij soms misschien in de kerk wel. Nu is dat in onze maatschappij misschien ook wel goed, want het lijkt er wel op dat in onze maatschappij overal iets over moet worden gezegd, dat wij voor alles wel iemand aan de schandpaal kunnen nagelen, dat wij ons overal aan storen en daarop moeten reageren... Die mantel der liefde is dus op zich wel heilzaam en past een christelijke gemeente wel als een mooie jas. Maar... zo'n mantel kan soms ook heel erg gaan stinken en daar moeten wij voor oppassen. Elkaar liefhebben, dat betekent niet: 'alles maar slikken', 'alles van een ander in de doofpot stoppen'. Nee, Jezus was in al Zijn liefde voor mensen ook soms heel duidelijk. En kwaad mag niet blijven bestaan in een gemeente, zo zagen wij ook bij Johannes en die dwaalleraren die de gemeente uit waren gegaan of werden gezet.

Je hoeft niet alles te slikken, alles te ondergaan en te zwijgen omwille van de liefde... Maar soms kost liefde wel pijn. C.S. Lewis schreef: *heb lief en je hart zal*

ongetwijfeld pijn lijden en misschien wel breken. Als je dat tot elke prijs wilt voorkomen, dan moet je aan niemand je hart geven, zelfs niet aan een dier. Elkaar liefhebben betekent ook: een stukje pijn accepteren. De ander liefde geven brengt risico's met zich mee. Het zorgt soms voor teleurstellingen. Het zorgt ervoor dat je ook gekwetst kunt worden. Best wel spannend, die opdracht waar wij deze week mee op pad worden gestuurd... Maar daarom ga ik nu weer terug naar de basis: de liefde van God. We hebben het vandaag gevierd en gedeeld met elkaar! En daarom (vers 11): Geliefden, als God ons zo liefhad, moeten wij ook elkaar liefhebben.

Heeft u vragen of een reactie: ds. E.G. (Eddy) de Kruijf // 06-40 63 29 38 // dekruijf@live.nl