

## Jeugddienst: De kracht van kwetsbaarheid – 1Korinthe 13.



### Inleiding: een vlinder.

Een vlinder begint als eitje onder een blad.

Net zoals wij ook als een eitje beginnen. Alleen niet onder een blad.

Uit dat eitje komt een rups.

Maar een rups is niet mooi. Niet snel. Niet sterk.

Wel heel kwetsbaar: een vogel pikt zo'n rups zomaar op.

Op een dag wikkelt de rups zich in een cocon.

Zo'n cocon is best wel stevig. Beschermt.

Uit die cocon komt een vlinder.

Een vlinder. Kwetsbaar. Maar vooral erg mooi.

De kleuren. De vleugels. Hij fladdert van bloem tot bloem. In de warmte van de zon. Brengt stuifmeel rond en zorgt zo voor nieuwe bloemen.

Zo zijn mensen mooi gemaakt.

Gemaakt om te leven in het licht.

Het mooiste: gemaakt om lief te hebben en liefde te ontvangen.

Vrij als een vlinder in het licht van de zon.

Kwetsbaar. Maar mooi.

Zoals zoveel kwetsbaar is.

Sneeuw is schitterend wit, maar kan vuil worden.

Een vlinder sterft en drijft weg op het water.

Een hart kan gebroken worden.

Zelfs bergen brokkelen af.

Maar hoe kan kwetsbaarheid dan krachtig zijn?

Is kwetsbaarheid niet alleen maar zwakte? Pijn?

-----

### Preek:

We zijn **kwetsbaar**.

We leven op een kleine planeet, die ronddraait in een oneindig heelal. Alleen dat al.

Je bent mens van vlees en bloed. Je hebt slaap nodig en eten en drinken. Een huis om in te wonen. Een bed.

Je kunt ziek worden. Je kunt sterven.

Je hebt een hart en je verlangt naar vriendschap, liefde.

Maar dat hart kan gewond raken als je afgewezen wordt. Uitgelachen.

We zijn mooi, maar ook heel kwetsbaar. Als een vlinder.

Dat zie je ook terug in het Engelse woord voor kwetsbaar.

Dat is.....????: "vulnerable".

Dat betekent: te verwonden. Leven is kwetsbaar zijn.

Ook al merk je dat gelukkig niet elke dag.

Wanneer merk je dat wel, dat je kwetsbaar bent?

Ja, als je dreiging ervaart. Onveiligheid.

Als je hoort over **aanslagen** door IS in Brussel.

Maar ook als je hoort, dat je als kind **geadopteerd** bent en dat jouw echte moeder je heeft afgestaan. Je kunt zomaar weggedaan worden!

Je merkt het als de jongen waar je **verliefd** op bent, jou niet mooi genoeg vindt. Als je door collega's wordt gekleineerd.

Als je naar de **operatiekamer** gereden wordt.

Als je op de **vlucht** bent en negens welkom. Als je op een gammel rubberbootje over de Middellandse zee vaart.

Wat zijn we kwetsbaar.

\*\*\*\*\*

We noemen dat ook wel **schaamte**.

Schaamte heeft te maken met wie je bent.

Schaamte is, dat je denkt, dat je niet goed genoeg bent.

Niet de moeite waard om lief te hebben.

Niet mooi genoeg. Niet slank genoeg. Niet sterk genoeg. Niet bijzonder genoeg. Niet slim genoeg. Niet perfect genoeg.

Niet goed genoeg voor God. Niet goed genoeg voor de mensen.

Dia

Schaamte vraagt: "**Houden mensen nog wel van mij als ze weten wie ik echt ben?**".

**Schaamte is de angst voor afwijzing.**

Voor het stempel: "Niet goed genoeg!".

En in onze wereld kan dat heel snel.

Als je je vergelijkt met al die mooie, geslaagde mensen om je heen. Die mooie modellen. Die filmheld met zijn perfecte spieren en tattoo's.

Dat meisje in je klas, dat er altijd zo goed uitziet. Jij bent niet goed genoeg.

Je hebt de echte aandacht van je ouders gemist. Niet goed genoeg.

Je opleiding lukt niet. Je wordt getreiterd op twitter. Niet goed genoeg.

Je worstelt met je seksuele verlangens. Niet goed genoeg.

**"Houden mensen wel van mij als ze weten wie ik ècht ben?"**.

En dus houd je wie je ècht bent verborgen. Je kruipt in je cocon.

Je doet een **harnas** aan. Om jezelf te beschermen tegen de harde wereld. Tegen harde woorden. Tegen de pijn.

En dat kun je vaak goed begrijpen.

Dus trekken mensen vaak een harnas aan.

Er zijn verschillende harnassen. Welke? Wat denken jullie? .....

Je kunt jezelf letterlijk **terugtrekken**. Je komt niet buiten.

Dia

Je mijdt mensen. Je mijdt God.

Adam en Eva trokken zich terug tussen de bomen. Opeens beseffen, dat ze sterfelijk zijn.

Je **verdooft** jezelf door drank of drugs of door urenlang op je zolderkamer te gamen. Door je op je sport te storten. Of door iedere keer de kille liefde van pornosites op te zoeken.

Of je wordt **cynisch**. Onverschillig. Je hebt alleen maar kritiek. Op mensen om je heen. Op je ouders. Op de regering. Op de kerk. Op de Marokkanen. Niets is goed. En dus voel jij je beter.

Of je wordt **slachtoffer**. Dat je op school niet verder kwam is de schuld van die leraar. Dat je niet verder kwam bij Idols is de schuld van die stomme jury.

En weet je wat de grootste valkuil is?

**Het harnas van de perfectie.** Perfectionisme.

Je denkt: "Als ik perfect ben, als ik alles goed doe, dan ben ik vast goed genoeg. Dan krijg ik bewondering. Dan heb ik vrienden."

Als ik die studie doe. Als ik mooi ben. Als ik de goede kleren draag. Als ik de goede grappen maak. Als mijn huis er perfect uitziet. Mijn carrière. Als ik de perfecte dominee ben.....

Maar het is een diepe valkuil.

Waarom?

Ja, omdat perfectie niet bestaat.

Het is dus een onhaalbaar doel. Het is een loodzwaar harnas, dat je elke dag mee moet zeulen.

Ik las een boek over een vrouw, die om die reden een einde aan haar leven heeft gemaakt. Ze was altijd vrolijk. Iedereen kon altijd binnenkomen. Altijd klaar om te helpen. Altijd een luisterend oor. Ze deed aan muziek. Een koor. Gaf avonden in de tuin. En iedereen vond haar geweldig.

Totdat het dus op een dag te zwaar werd.

Het is vooral een valkuil, omdat je juist niet bent wie je echt bent.

Je speelt een rol.

Jij bent niet altijd mooi of aardig of succesvol of vrolijk. Je bent ook zwak, onzeker, zoekend, vol verlangen naar liefde.

Het is een toneelspel waar geen einde aan komt.

Je draagt een masker.

En weet je, je mist daardoor nu juist waar je naar verlangt: echte vriendschap. Echte intimiteit. Echte liefde. Echte aanvaarding.

Je zit verborgen achter je harnas en achter je angst om fouten te maken, kritiek te krijgen.

Maar wat mis je dan veel!

Je bent verliefd, maar je zoekt geen contact met dat meisje, want als zij je afwijst... Maar, ja, je mist dan ook de kans op je ware liefde. De dag, dat je op een dag hand in hand met haar langs het strand loopt.

Je durft niet te zeggen, dat je je onzeker voelt, dat je worstelt met je lichaam. Maar je mist dan ook de kans, dat een ander je troost. Je vertelt, dat je wel mooi bent.

Zoals een ridder: hij draagt een harnas in de strijd. En dat heb je soms in dit leven ook nodig: de bescherming van een harnas. Niet iedereen kan het aan als jij je zwakheid toont of je tranen. Soms heb je in dit harde leven bescherming nodig.

Maar thuis doet hij het uit: je vrouw omarmen en liefhebben lukt niet met een harnas.

Met een harnas aan mis je veel.

Zoals een vlinder, die in haar cocon blijft.

\*\*\*\*\*

Hoe kom je hieruit?

Dia

Door te **aanvaarden**, dat je gewoon kwetsbaar bent. Je bent mens. Schepsel.

Je zegt: "Zo ben ik geboren. Zo heeft God mij gemaakt."

**Aanvaard jezelf** zoals je bent.

Denk niet steeds: "Wat zullen ze van me denken?".

Maar: "Ik ben goed genoeg. Ik mag er zijn".

En open dan je hart.

Wees kwetsbaar.

Door je hart te openen, zal ook jouw vriend zijn hart voor je openen.

Als jij je zwakheid toont, zal die ander dat ook durven.

Als jij jezelf durft te zijn, zal je vrouw dat ook durven.

Als jij durft te zeggen "Ik houd van je", dan durft hij dat misschien ook te doen. En dan komt er een gesprek. Intimiteit.

Zo heeft God dat ook gedaan. Hij heeft zichzelf kwetsbaar gemaakt.

Dat klinkt misschien vreemd.

God is toch de Almachtige? Hij is supersterk!?

Ja, dat is zo, God is geen watje.

Maar door mensen te maken heeft hij zich kwetsbaar gemaakt.

Want mensen kunnen dat hart voor hem sluiten, als ze dat willen.

En dat gebeurt ook veel. In de Bijbel lees je vaak over de pijn van God. En over zijn blijdschap als mensen hem vinden en hun hart openen.

Die kwetsbaarheid van God, zie je vooral ook terug aan het kruis.

Letterlijk: mensen kwetsen Jezus. Verwonden hem.

Hij zegt daar tegen je: "Jij bent waardevol voor mij. Ik heb je lief".

Heel kwetsbaar.

Heel zwak in de ogen van de mensen.

Maar kijk eens wat het oplevert: nu durven miljoenen mensen tegen God te zeggen: "Ik heb u ook lief". Eerst was er angst. Wantrouwen.

Nu durven ze hun hart voor hem te openen. Hun zwakheid te tonen. Hun pijn. Hun zonden.

Want je weet nu: God zal mij niet afwijzen!

Dat is de kracht van kwetsbaarheid.

Als jij kwetsbaar durft te zijn, durft die ander het ook. Je mag je harnas afdoen! Je kunt uit je cocon kruipen en de warmte van de zon voelen.

\*\*\*\*\*

En zo komen we tenslotte dus bij **de liefde**.

Dia

Bij 1Korinthe 13.

Ja, ik zeg nu wel: "de liefde".

Maar in onze wereld zijn er minstens twee vormen van liefde.

De eros en de agapè.

De **eros** is de liefde, die begeert. Die wil ontvangen.

Liefde, begeerte, die wordt geprikkeld, opgeroepen, door wat je van de ander kan krijgen.

Het geld of het lichaam.

Deze liefde is op jezelf gericht.

Jij kunt zelfs achter je masker blijven. Achter je computerscherm.

De **agapè** is precies andersom. Dit is een liefde die niet begeert, maar geeft. Open staat voor de ander. Het beste wil voor de ander.

Je geeft jezelf.

Kijk maar naar de woorden van Paulus: "De liefde is geduldig

dia.

en vol goedheid. De liefde kent geen jaloezie, geen ijdel vertoon, en geen

zelfgenoegzaamheid. Ze is niet grof, niet zelfzuchtig, ze laat zich niet boos maken en

rekent het kwade niet aan, ze verheugt zich niet over onrecht maar vindt vreugde in

de waarheid. Alles verdraagt ze, alles gelooft ze, alles hoopt ze, in alles volhardt ze."

Zie je: helemaal op de ander gericht. Je geeft jezelf.

Ja, het is natuurlijk heel erg kwetsbaar. Je kunt afgewezen worden.

Dia.

Maar als je niet afgewezen wordt, wat ontvang je dan veel!!!

Dat is de kracht van kwetsbaarheid: alleen een open, kwetsbaar hart vindt de liefde waar het naar verlangt.

Amen.