



## Vorbereiding op Poerim – Verblijd je! - Ines

De **Arizal** zei: *“Blijdschap opent de deur naar grote wijsheid.”* Hij zei dat je de mitsvot, de geboden, met vreugde moet doen.

Als je tijdens het doen van een gebod bedenkt dat het een groot privilege is dat je dit mag doen, dat G-d jou oproept om dit te doen, dan kan die gedachte je grote vreugde geven.

Ook in **Psalm 100** lezen we: *“Dien de Heere met blijdschap.”*

In **Midrash Tanchuma, Noach 19:2** wordt gesproken over de komende wereld.

Psalm 100:2 leggen de Wijzen als volgt uit: *“Israël zal G-d met vreugde dienen, maar de volkeren zullen Hem met vrees dienen.”* Ze verduidelijken met een voorbeeld: *“Als een zoon zijn vader dient, doet hij dat in blijdschap, omdat hij denkt: als ik een fout maak, zal hij niet boos op me zijn, want hij houdt van me. Daarom dient hij hem met vreugde. Maar als een vreemde een meester dient, doet hij dat in vrees, omdat hij denkt: als ik een fout maak, zal hij boos op me worden. Daarom dient hij hem met vrees.”*

Dus wij, die kinderen van de Allerhoogste zijn, mogen Hem met vreugde dienen.

In **Spreuken 15:15** staat: *“Een blijmoedig hart is een voortdurende maaltijd.”* Een vertaling die misschien beter weergeeft wat het Hebreeuws zegt, is: *“Wie een blij, tevreden hart heeft, heeft altijd een feest.”*

De **Rema** haalt dat aan in de Shulchan Aruch, Orach Chayim 697 als reden waarom we *niet* mogen vasten op Poerim en waarom we onze *blijdschap* moeten *vergroten op die dag*. De Rema wil eigenlijk zeggen dat het belangrijk is om *steeds in een toestand van simcha sjël mitsva te zijn*, vreugde van de mitsva.

Het doen van een mitsva is met andere woorden een weg naar simcha, blijdschap.

Het Jodendom zegt dat de Tora de essentie van vreugde is. Waarom? Omdat Tora ons de betekenis van het leven onderwijst. De Tora toont ons hoe we met G-d kunnen connecteren en hoe we naar Zijn wil kunnen leven.

**Jehuda haLevi** zei in Kuzari 2:50: *“De Tora is opgesplitst in ontzag, liefde en blijdschap. In elk van deze kunnen we tot G-d naderen.”* En de **Rambam** zei in Mishneh Torah Shofar, Sukkah en Lulav 8:15 het volgende: *“De vreugde die iemand heeft in het doen van goede daden, en in het liefhebben van G-d die ons heeft geboden om ze te doen, is een allerhoogste vorm van goddelijke aanbidding.”* De Rambam zei verder: *“Ware grootheid en eer worden alleen bereikt door ons te verheugen voor de Heere, zoals geschreven staat: ‘Koning David sprong en danste voor de Heere’ (2 Sam. 6).”*

## ➤ Dien de Heere met blijdschap.

De **Baal Shem Tov** onderwees dat je niet alleen vreugdevol moet zijn in je gebeden, studie en in het doen van de mitsvot (geboden). Hij zei dat G-d overal en in alles is, en dat *elke gebeurtenis in je leven een kans is om de Schepper te kennen en te dienen*. Er is geen tijd, gebeurtenis of plaats waarin je niet kunt connecteren met de Eeuwige. En daarom, concludeert de Baal Shem Tov, is er geen excuus om soms niet blij te zijn. *Blijdschap is immers de sleutel tot alle dienst aan G-d.*

Alles wat we doen: mitsvot, eten, slapen, werken, plezier hebben,... kan deel uitmaken van de manier waarop we met G-d connecteren. We kunnen de Heere dus op elk moment met vreugde dienen.

Als je kijkt naar kinderen, dan zie je dat het heel normaal is om blij te zijn. Een kind heeft geen reden nodig om blij te zijn. Pas als een kind weent, vragen we ons af wat er mis is. Anders gaan we nooit vragen aan een kind: waarom lach je nu? Maar als we ouder worden, hebben we opeens een reden nodig om vreugdevol te zijn. Als je een volwassene ziet met een lach op zijn gezicht, vraag je: waarom lach je? Dat komt misschien omdat we vooral gefocust zijn op onze problemen, zorgen, moeilijkheden,...

Blijdschap betekent niet de afwezigheid van leed, verdriet, zorgen,... De last zelf wordt de bron van vreugde. Ik vergelijk het ook zo: als je vol leed zit, bevindt je je als het ware in een dal. Maar als te midden van dat leed iets goeds gebeurt, dan ben je bovenaan de bergtop. Echte diepe vreugde ervaar je dus het meest in een dal, midden in leed.

En uiteraard is het komen uit een staat van lijden, vreugde op zich.

## ➤ We kunnen dus steeds blij zijn omdat G-d in alles is.

Zo is het ook met de strijd tegen onze jetsèr hara (slechte neiging): als we overwinning behaalden, geeft ons dat vreugde. Denk ook aan wat Jakobus in zijn brief schreef. In **Jakobus 1:2** staat: *“Acht het enkel vreugde, mijn broeders, wanneer u in allerlei verzoeken terecht komt, want u weet dat de beproeving van uw geloof volharding teweegbrengt.”*

Bedenk dat onze bron, onze essentie nooit verandert. Wat ons ook overkomt in dit leven, verandert niets aan het feit wie we zijn in HaSjem. Onze relatie met HaSjem is een constante; in leed én in blijdschap.

Bedenk ook dat elke situatie waarin je je bevindt of elke mitsva die je doet, een mogelijkheid is om G-d te ontmoeten. Dat alleen geeft reden tot vreugde.

Vaak is het moeilijk om vreugde te ervaren, omdat we gericht zijn op wat we nodig hebben in plaats van waarvoor we nodig zijn. **Rabbi Aron Moss** zegt: *“Van zodra we ons focussen op het goede dat we voor anderen kunnen doen in plaats van het goede dat we voor onszelf kunnen krijgen, ervaren we blijdschap.”*

Dit is wat we met Poerim doen: we geven geschenken aan vrienden, geven giften aan de behoeftigen en verheugen ons omdat we mogen leven. Zo kunnen we zelfs in de moeilijkste momenten vreugde ervaren; omdat we niet gefocust zijn op onszelf.

Het Jodendom heeft een principe genaamd: *'het externe maakt het interne wakker'*. Dat betekent dat het mogelijk is om een emotionele toestand op te roepen door te doen alsof je je al in die toestand bevindt. Wetenschappelijke studies bevestigen dit. Zo kan je je blijer voelen door te lachen, zelfs al is die lach niet helemaal van harte. Wat we dus met ons lichaam doen, heeft een effect op onze emoties. Een logisch gevolg is dat als je meer blijdschap in je leven wilt, je ook dingen moet doen waar je blij(er) van wordt. Bijvoorbeeld: draag nieuwe kleren, zing, eet een lekkere maaltijd, breng tijd door met vrienden, denk aan positieve dingen (Zijn waarheid!),... En als je je dan in een grotere staat van blijdschap bevindt, kanaliseer die energie dan en doe iets voor een ander. Want iets doen voor een ander, brengt altijd vreugde.

➤ **We richten ons op de ander en dat geeft blijdschap.**

Daarom is deze maand, Adar, zo belangrijk. In de Babylonische Talmoed, traktaat **Taanit** (vasten) staat in **29a**: *"Net zoals men de vreugde vermindert wanneer de maand Av begint, zo vermeerdert men de vreugde wanneer de maand Adar begint."* Poerim is in de maand Adar. **Rabbi Naftali Silberberg** wijst op het feit dat Poerim niet als de andere feestdagen is. *Op andere feestdagen vieren we namelijk de 'hoogten' van het volk*, legt hij uit. Daarom is onze vreugde op die dagen beperkt, want hoogtes blijven niet. Poerim viert een tijd waarin we op een laag punt zaten in de geschiedenis maar waarin onze relatie met G-d intact bleef. Rabbi Silberberg legt uit: *"Daarom is de vreugde van deze dag groter dan de vreugde van een andere feestdag, omdat het toont dat onze relatie met G-d een constante is."* Haman dacht door een teken te hebben gezien dat het een slechte maand voor de Joden zou zijn, maar het werd de meest vreugdevolle maand; een maand waarin we herinneren dat 'ongunstige tekens' geen invloed hebben op onze relatie met G-d.

Een andere reden waarom onze blijdschap toeneemt in Adar, is omdat de volgende maand Nissan is; de uittocht uit Egypte, Pèsach!

Heb je er op gelet dat de **Wijzen** zeiden: *"Je moet je vreugde vermeerderen in Adar."*? Er staat: vermeerderen! Dat betekent dat je de rest van het jaar ook vreugdevol moet zijn!

Misschien ben je iemand die van nature heel blij en vrolijk is. Dan is dit wellicht niet erg moeilijk voor je. Maar misschien ben je iemand die juist moeite heeft om vreugdevol te zijn. In dit geval heeft **Rabbi Nachman van Breslov** een parabel voor je, want ook hij zei dat hij moeite had om vrolijk te zijn. Hij vertelde: *"Stel je voor dat je aan de zijkant staat van een ruimte vol dansers omdat je je te terneergeslagen voelt om mee te dansen. Plotseling neemt iemand je bij de hand en verplicht je om mee te dansen. Terwijl je wat begint te bewegen, merk je dat de droefheid die je had, nog steeds aan de kant staat en je nieuwe gedrag wat afkeurend aankijkt. Het wacht tot je struikelt."* *"Het echte werk,"* zegt Rabbi Nachman, *"is om die droefheid te dwingen om mee te dansen, om te zien hoe deze droefheid verandert in vreugde."*

Bij dit alles, is hét belangrijkste te beseffen dat simcha, blijdschap, niet gaat om oppervlakkige blijdschap. Het is de blijdschap die we in Jesjoea hebben.

Een blijdschap te weten dat je een kind van de Allerhoogste bent. Daarom kan die blijdschap er steeds zijn, in elke situatie, waar je je ook bevindt!

➤ **We hebben échte blijdschap omdat we weten dat we een kind van de Allerhoogste zijn!**