

Woede

In de serie 'stemmingen'

1 maart 2020

Voorgangers Renske Oldenboom en Tamme Wiegersma

Inleiding (Tamme Wiegersma)

Wees eerlijk: soms erger je je kapot, haalt men het bloed onder je nagels vandaan.
Hoe woedend ben je, als een dronkaard jouw kind aanrijdt, of erger nog, dood rijdt?
Hoe woedend ben je als jouw chef je kleineert te midden van al jouw collega's?
Hoeveel mensen zijn al in de gevangenis terecht gekomen omdat zij een woede-aanval kregen en zichzelf niet meer in de hand hadden op dat moment?

Maar waren de boeren in het najaar woedend, daar op het Malieveld? Of zijn ze bang voor de toekomst? Hoe woedend zijn de Iraniërs op Amerika? Of is Amerika de zondebok waar alle onvrede en woede zich op richt?

Hoe je het ook wendt of keert: woede is een emotie die wij in onze samenleving cultiveren en zelfs bewonderen. Oog om oog, tand om tand, is "in". Mensen zetten hun gevoel van hulpeloosheid om in woede en verwijten.

Thomas Quartier vertelt erover, of hij echt –daadwerkelijk- wil intreden in een kloostergemeenschap. Thomas Quartier beschrijft in zijn boek "Heilige Woede" hoe hij a.h.w. een gevecht levert, een persoonlijk proces, van binnen door woede overmand: is dit het leven dat ik gaan wil, dat ik gaan moet? En wat zegt mijn omgeving daarvan? Denk je bij jezelf wel eens: is dit het leven dat ik gaan wil, dat ik gaan moet? Zo beschrijft Thomas a.h.w. het proces: Ga dan als de zalm tegen de stroom in, met alle razernij van je woede!

En god?

In het boekje Jona: Als god Nineve uiteindelijk niet verwoest, wordt Jona woedend op god... (Jona 4 : 5 – 11.)

En Job : Job is woedend op god: hij vervloekt zijn eigen geboortedag: (Job 3 : 11)

Als het volk van Israël in Egypte kreunt in slavernij:

Mozes wordt op god woedend, als de farao zijn volk niet laat gaan, zelfs na negen plagen nog niet (Ex.11: 1-10.)

En Jezus dan? Jezus zelf veegt in woede het tempelplein schoon (Marcus 11: 15-19)

Woedend moeten we zijn omdat voor onze goede aarde onvoldoende wordt gezorgd.

Woede is ook een roep om gerechtigheid: liefde voor de natuur, voor je kind, je partner, voor jezelf.

We zijn er immers om elkaar te beschermen, een recht dat regelmatig met voeten wordt getreden...

Hoe kwaad kun je iemand krijgen, hoe woedend ben je zelf wel eens geweest?

Het lucht wel op, en soms helpt het ook wel om de situatie te verbeteren!

Woede is een pijnlijke emotie als gevolg van belangrijke schade die is toegebracht aan iets of iemand waar je werkelijk om geeft, zegt de definitie.

Maar waarom schiep god het kwaad, god is toch goed?

En waarom bidden we eigenlijk in het Onze Vader: Verlos ons van het kwade?
We vragen toch om stelling te nemen tegen corruptie, tegen schijnheiligheid....
Wat denkt u, wat denk jij:

Zou het beter zijn om ook de andere kant van "Woede" te belichten?
Kan het wellicht een roep om ontferming zijn?

Verlos ons van de boze
laat niet de goddelozen
op aarde koning zijn
Laat ons uw land betreden
dat zal een land van vrede
van melk en honing zijn

Lezing uit: [Genesis 4:3-8](#)

Lezing uit: 'Heilige Woede' van Thomas Quartier

[bestelinfo:](#)

[Recensie van Dom Bernardus Peeters](#)

Overweging (ds Renske Oldenboom)

Tamme zei het al: Er zijn veel soorten en maten woede. Ik wil iets zeggen over wat ik maar noem: directe woede. Die is in zekere zin prettig en helder. De psycholoog Nico Frijda, in zijn standaardwerk over het onderzoek naar emoties, beschrijft uitingen van woede:

'Menselijke woede kent een grote verscheidenheid aan manifestaties. Het meest kenmerkend is de woeste blik waarmee het subject strak voor zich uit kijkt met enigszins opengesperde ogen en gefronste wenkbrauwen. Soms worden de ogen echter bijna dichtgeknepen; het wijder openen van de ogen is waarschijnlijk beperkt tot situaties waar het gaat om een directe confrontatie met de tegenstander. Meestal is er sprake van verhoogde spierspanning, soms worden de vuisten gebald. Andere kenmerken zijn samengeperste lippen, opeengeklemd tanden en snelle, energieke bewegingen. De mond is vaak verwrongen, de stem luid, tot schreeuwsterkte. De gelaatstreken lijken over het algemeen op die bij fysieke inspanning en lijken ook dezelfde betekenis te hebben: klaar staan voor krachtige bewegingen of daadwerkelijk gebruik van geweld. De wijd open ogen vormen hierop een uitzondering.

En verder:

Andere woede-expressies vertegenwoordigen verschillende vormen van gedragsbeheersing. Iemand die boos is kan zijn mond houden, zijn lippen op elkaar klemmen, zijn ogen tot spleetjes knijpen en roerloos blijven zitten of staan om dan plotseling te exploderen of naar zijn tegenstander uit te vallen. (maar..... hij kan zijn woede ook zonder verder misbaar laten wegebben).

Er is niet één bron voor dit soort gedrag. **Er zijn verschillende soorten woede.**

Er is de woede die niet mag in het klooster, maar waar je wel een weg voor moet vinden. Zoals Thomas Quartier daar zijn **energie** in vindt.

Er is de woede die niet mag in het klooster, maar waar je wel een weg voor moet vinden. Zoals Thomas Quartier daar zijn energie in vindt.

Er is de **terechte** woede van mensen die zich gediscrimineerd voelen door racisme, door een vrouwenvriendelijke maatschappij, door een culturele achtergrond.

Woede kan verschillend uitwerken: het kan een motor zijn om te vechten voor gelijkheid of een reden om eeuwig te mokken of je agressief op te stellen tegenover onschuldige individuen.

Er is de woede over de dingen waar je als individu niet veel aan kunt doen, die je hoogstens in een publieke stem kunt omzetten.

De woede om de vluchtelingenkampen, om wat mensen elkaar aandoen.

Er is de woede om de ander en de woede om jezelf.

Woorden als hoop, vrees en woede verwijzen dus niet naar psychologische verschijnselen die ieder op zich een eenheid vormen, maar naar een veelheid van uitdrukkingen en emoties.

Quartier zegt in een interview: 'het is ook heel erg relatief waar je woedend over wordt. Tegelijkertijd is het echter levensgroot als die emotie wordt opgeroepen. In mijn boek pleit ik ervoor om zulke irritaties niet weg te drukken, maar te heiligen. Het kanaal daarvoor kan liturgie, ironie of iets anders zijn, maar het gaat erom dat je je emotie tot een vruchtbaar niveau kunt tillen. Daardoor kun je vervolgens weer tot openheid komen. Bijvoorbeeld door een speelse opmerking te maken; zo kan er een gesprek ontstaan dat er niet zou kunnen zijn als ik mijn irritaties zou opkroppen in plaats van te relativeren. Overigens geldt dit niet alleen voor woede, maar ook voor alle andere emoties. Emoties die er, zeker in intense vorm, lang niet mochten zijn in het kloosterleven.'

In het boek van Frijda wordt woede in psychologische zin ontleed en het meest interessante daarbij vond ik, dat er net zo goed positieve als negatieve elementen in woede zitten.

Er zit bijvoorbeeld **betrokkenheid** in, **belangstelling** en **aanwezigheid**. Het is vaak vanwege een situatie of een gebeurtenis die als **onrechtvaardig** wordt ervaren en het heeft een richting, zowel in **energie** als in focus. *Die energie in woede moet gericht, geheiligd worden, dat ben ik helemaal met Quartier eens.*

Ik werk veel met studenten die rouwen en die zijn soms ook woedend. En daar heb ik geleerd, dat woede ook een **camouflagefunctie** heeft: het houdt andere, moeilijker, emoties, weg. Verdriet bijvoorbeeld, kun je maskeren met woede. Dan lijkt het net alsof er nog iets aan gedaan kan worden. Woede op de arts die jouw geliefde niet heeft kunnen redden, staat het verdriet in de weg.

Maar het zijn die positieve elementen aan woede die intrigeren. Als we woedend over iets zijn, denken we namelijk dat het anders kan. Daarom zou je zelfs kunnen zeggen, dat woede **hoop** bevat. Die hoop is natuurlijk niet altijd terecht: als je woedend bent op iemand, hoop je dat die kan veranderen, maar is dat ook zo?

In de bijbel is sprake van zowel Gods woede als die van de mensen.

Ook JHWH, de Eeuwige laat door zijn woede, ook als die groots en overrompend is, zien hoe groot zijn liefde en trouw zijn; bovendien is de intentie van zijn woede het onrecht uit te roeien. Daarom is Gods woede bijna per definitie een moreel goede woede. God is terecht boos om de ontrouw van zijn volk en het onrecht wat daar het gevolg van is. There is sorrow in Gods Anger, schrijft Heschel. Er is zorg, mededogen in Gods Woede.

Ook van Jezus wordt woede beschreven. Zijn woede is te vergelijken met de woede van JHWH, zij wordt opgewekt door alle dingen waardoor ook JHWH's woede ontbrandt: onrecht, onbarmhartigheid, respectloosheid, egoïsme, hypocrisie, hoogmoed.

Uit Jezus' woede blijkt wat hem ter harte gaat: de heiligheid van JHWH, het welzijn van mensen die zichzelf niet kunnen verweren tegen onrecht. Uit niets blijkt dat woede bij Jezus een emotie is die van buiten af op hem toekomt. En de straf laat hij aan JHWH over, zelf straft hij niet.

Tussen de broers Kaïn en Abel ondertussen, gebeurt nog weer iets anders.

In het allereerste begin van de bijbel, Genesis 4, worden jaloezie en woede neergezet als onderdeel van de *condition humaine*.

Er gebeurt daar trouwens nog iets: de woede wordt verkeerd gericht. Ook dat kennen we maar al te goed: mensen zijn boos op de verkeerde, die als bliksemafleider fungeert. Een partner gaat vreemd, men is dan niet boos op de partner maar op degene met wie hij of zij vreemdgaat. Zo is het ook met

Kaïn en Abel. Kaïn is boos op God en vermoord Abel. Dan is er niets meer aan te doen. Woede leidt tot tragiek in het leven.

Terwijl juist woede wordt geïnspireerd door de gedachte dat er wel iets aan te doen was. God, of de tegenstander had anders kunnen handelen, iets of iemand anders heeft de schuld. Dit betekent dat achter het obstakel nog steeds het oorspronkelijke doel ligt, nog steeds bereikbaar; en dat het obstakel, de situatie, in principe veranderd en gecontroleerd kan worden. Woede impliceert hoop. Woede betekent dat het zin heeft om te vechten, dat men niet tot passiviteit wordt gedwongen. Dit zijn de voordelen. Er zijn ook nadelen: actie vereist inspanning en alertheid, men draagt de last van de verantwoordelijkheid om de potentiële verandering al dan niet tot uitvoer te brengen. Lukken die veranderingen niet, dan leidt dat vaak tot vernedering en frustratie.

De boodschap van dit alles: (ook) als u boos wordt, woedend bent, zondig dan niet!

Dat is ook de les van Kaïn en Abel. Jaloezie bestaat, maar lok dan niet je broer mee het veld in. Gemeenschap bestaat ook onder Gods eigen kinderen.

Aan de kerkvader Augustinus wordt de uitspraak toegeschreven (ik heb de bron niet kunnen vinden, maar vind hem wel mooi) Woede heeft twee dochters: hoop en moed. Dat is het mooiste wat woede kan voortbrengen.

Heiligen, noemt Thomas Quartier dat.

In veel godsdiensten is men erop uit de woede te beheersen. Je moet in het heden leven, zien zijn, accepteren hoe het is. en natuurlijk is dat soms een goede zaak. Maar niet altijd. Heilige woede leren we van de Bijbel, is noodzakelijk om deze wereld te veranderen en onrecht te bestrijden.

Gods woede is misschien wel het mooiste dat er is.

Amen

Voorbeden: WOEDE (Tamme Wiegersma)

soms is er blinde woede
om woorden
die niet gezegd
moesten worden

messcherpe zinnen
een koude wind
dwars door alles heen
woorden die ons snijden
grievens tot in onze ziel

woede....

meer nog
om wat verzwegen is
om woorden
die gezegd hadden moeten worden
woede zonder woorden

woede
ben ik mijn broeders, mijn zusters hoeder

we staan elkaar af en toe naar het leven
en snakken naar adem

opgekropt
barst het eruit
je gaat tekeer
en veegt –zoals Jezus-
het tempelplein schoon

of nog erger
een vloek, een messteek, een slag,
een natuurramp
en wij? Niet toerekeningsvatbaar?

woede kan er zijn....
je baan, je leven als het ware verloren
je land van afkomst verloren
een dierbare verloren

heer, ontferm u

hoe houden we elkaar vast
om ons te beheersen
om de opgaande zon te ontdekken
onze emoties de baas te worden
want het is hemels
te schuilen bij elkaar, bij jou

Biddend voor elkaar
en voor die ander
genoemd in het Intentieboek

.....

Om elkaar met warmte te omringen
en elkaar tot zegen te zijn