

Klaas Vaak

The Sandman

De Christian Science Heraut, 11.2011

Willy van Koten

Iedereen wil van een goede nachtrust genieten, maar volgens statistieken lijdt ruim 30 procent van de Nederlandse bevolking aan slapeloosheid, veroorzaakt door stress gedurende de dag en beslommeringen voor de dag van morgen.* Een hoofd vol zorgen maakt het moeilijk om in slaap te vallen. We zouden Klaas Vaak kunnen vragen om zand in onze ogen te strooien om de gewenste vergetelheid te brengen en naar dromenland te gaan. Maar is het in feite niet de dagrust die echt onontbeerlijk is voor een goede nachtrust?

Als er ooit iemand onder druk stond, dan was het Jezus wel. De hele dag werd hij omringd door een mensenmenigte met allerlei klachten en noden, en hij werd zelfs persoonlijk aangevallen voor het goede dat hij deed. Maar toen hij en zijn discipelen in een schip zaten om over te varen naar de andere kant van het meer – waar hem ongetwijfeld weer heel wat te wachten stond – viel hij moeiteloos in slaap. Zelfs toen er een storm opstak en het schip vol water liep, bleef hij rustig doorslapen. De zandman hoefde er niet aan te pas te komen. Jezus liet zich trouwens nooit zand in de ogen strooien en hij zocht geen vergetelheid. Hij had een heldere kijk op de geestelijke werkelijkheid, waar altijd rust en vrede heerst. Zijn innerlijke rust was zo groot dat hij – wakker geschud door zijn angstige discipelen – én hen én de wind tot bedaren bracht. (Zie Lukas 8: 22-24). Zijn gemoedsrust kwam voort uit zijn begrijpen dat God altijd voor Zijn schepping zorgt.

Mary Baker Eddy schrijft: “De goddelijke Liefde is onze hoop, kracht en schild. Wij hebben niets te vrezen wanneer Liefde aan het roer van de gedachte staat, maar kunnen ons in alles verheugen op de aarde en in de hemel” (*Miscellaneous Writings 1883-1896*, blz. 113). Als wij wakker worden –geestelijk ontwaken tot het feit dat God voor ons zorgt – zal onze slaap zoet zijn in de armen van de goddelijke Liefde.

*Gerard Kerkhof, "Omgaan met slapeloosheid." Bon Stafleu van Loghum, februari 2010.

Als u meer over dit onderwerp wilt lezen, klik op "[Kalme nachten - je recht om te rusten.](#)"