

# ‘... en dat zingen wij stáánde’

**Hoe zit het** nu eigenlijk met het opstaan en gaan zitten in de zondagse kerkdienst? De meeste diensten worden zittend doorgebracht. Alleen aan het begin en aan het eind gaan we staan. Past dat eigenlijk wel: zitten? Zou je ook *tijdens* de dienst kunnen gaan staan?

Staan of zitten. Een lichaamshouding is niet onverschillig, zeker niet in de eredienst. Wat drukken onze houdingen van staan of zitten eigenlijk uit? Hoe deden ze het vroeger? En hoe zouden we er nu in onze tijd mee kunnen omgaan?

### Leunstoel

De meest voorkomende praktijk in protestants Nederland is dat de gemeente gaat staan voor het intochtlied. Daarna volgen bemoediging en groet en gaat de gemeente zitten. En blijft zitten. Alleen als er voor een pas overleden gemeentelid een gedachteniswoord klinkt, willen we ook nog gaan staan. Ten slotte staan we dan weer voor het slotlied en de zegen. Nu ‘predestineert’ de inrichting van veel kerkgebouwen ook tot bijna niets anders dan zitten, volgestouwd als ze immers zijn met banken en stoelen.

Maar laten we eens over onze eigen grenzen heen kijken. Wie op zondag in een klein dorpskerkje in Frankrijk een viering meemaakt van de plaatselijke parochie, zal gedurende het grootste deel van de dienst staan. Men zit eigenlijk alleen tijdens de eerste en tweede lezing, de preek en tijdens de collecte en de communie.

In het Oosten is de praktijk nog anders. In een Grieks- of Russisch-orthodoxe kerk staan de gelovigen gedurende de gehele - altijd langdurige! - dienst. Slechts een enkeling die het niet kan opbrengen, zit of hangt in een soort leunstoel tegen de muren van de kerk. Wie te moe wordt van het staan, gaat naar buiten om daar even ontspannen op een bankje te zitten, terwijl de viering binnen gewoon doorgaat.

*We zijn allengs meer gaan zitten, tijdens de zondagse eredienst. In de vroege kerk stonden de kerkgangers van het begin tot het eind. Wie staat, is actief, alert, waakzaam, en beleefd.*

Ko Joosse

### Bittere kruiden

Hoe deden ze het vroeger? Wat zegt de Schrift ons over houdingen? Opvallend is dat de Bijbel aangeeft dat men tijdens het gebed meestal stond. Als Abraham voorbede doet voor de stad Sodom, staat hij voor de Eeuwige (Gen. 18:22). Hanna die in de tempel van Silo bidt om een zoon, doet dat staande (1 Sam. 1:26). Koning Salomo staat bij de inwijding van de tempel met geheven handen voor het altaar, als hij zich ten overstaan van heel het volk tot God richt (1 Kon. 8:22). Staande eet men het lam, de ongezuurde broden en bittere kruiden tijdens de paasmaaltijd, ter gedachtenis aan de uittocht uit Egypte (Ex. 12:11). Ook voor de eerste christenen is staan de normale houding bij het gebed en de samenkomst van de gemeente (zie onder andere Mat. 6:5; Mar. 11:25; Luc. 18:11, 13; 22:46). Wanneer Johannes in het boek Openbaring beschrijft hoe de hemelse eredienst plaatsvindt, ziet hij de uitverkoeren staan voor de troon van God en voor het Lam (7:9; 15:2).

### Knielen verboden

Al vroeg in de geschiedenis van de kerk wordt het staan tijdens de eredienst in verband gebracht met de opstanding van de Heer zelf. Staan is een paashouding en een teken van vrijheid. ‘Staat dan in de vrijheid waarmee Christus ons vrijgemaakt heeft en laat u niet weer een slavenjuk opleggen,’ zegt de apostel (Gal. 5:1). De kerkvader Tertullianus (± 160-± 230) schrijft dat

christenen op zondag staan en gedurende de gehele paastijd, om vol vreugde de opstanding te vieren. Knielen was in die tijd zelfs verboden. Het Concilie van Nicea (325) bekrachtigt dit voorschrift nog eens. Johannes Chrysostomos (± 345-407) stelt dat staan de geëigende houding is voor de liturgie. Staan als liturgische houding is ook een verwijzing naar Christus’ wederkomst, omdat het waakzaamheid en verwachting uitdrukt. Wie verlangend naar iemand uitziet, doet dat doorgaans niet zittend, maar staande. De gedoopte christen is met Christus *opgestaan* en zijn leven is er voortaan op gericht om Hem tegemoet te gaan als Hij komt. Bij de viering van de eucharistie worden de aanwezigen rond het altaar de *circumstantes* genoemd: degenen die eromheen staan. Op afbeeldingen uit die eerste eeuwen in de catacomben en op sarcofagen is dat ook te zien.

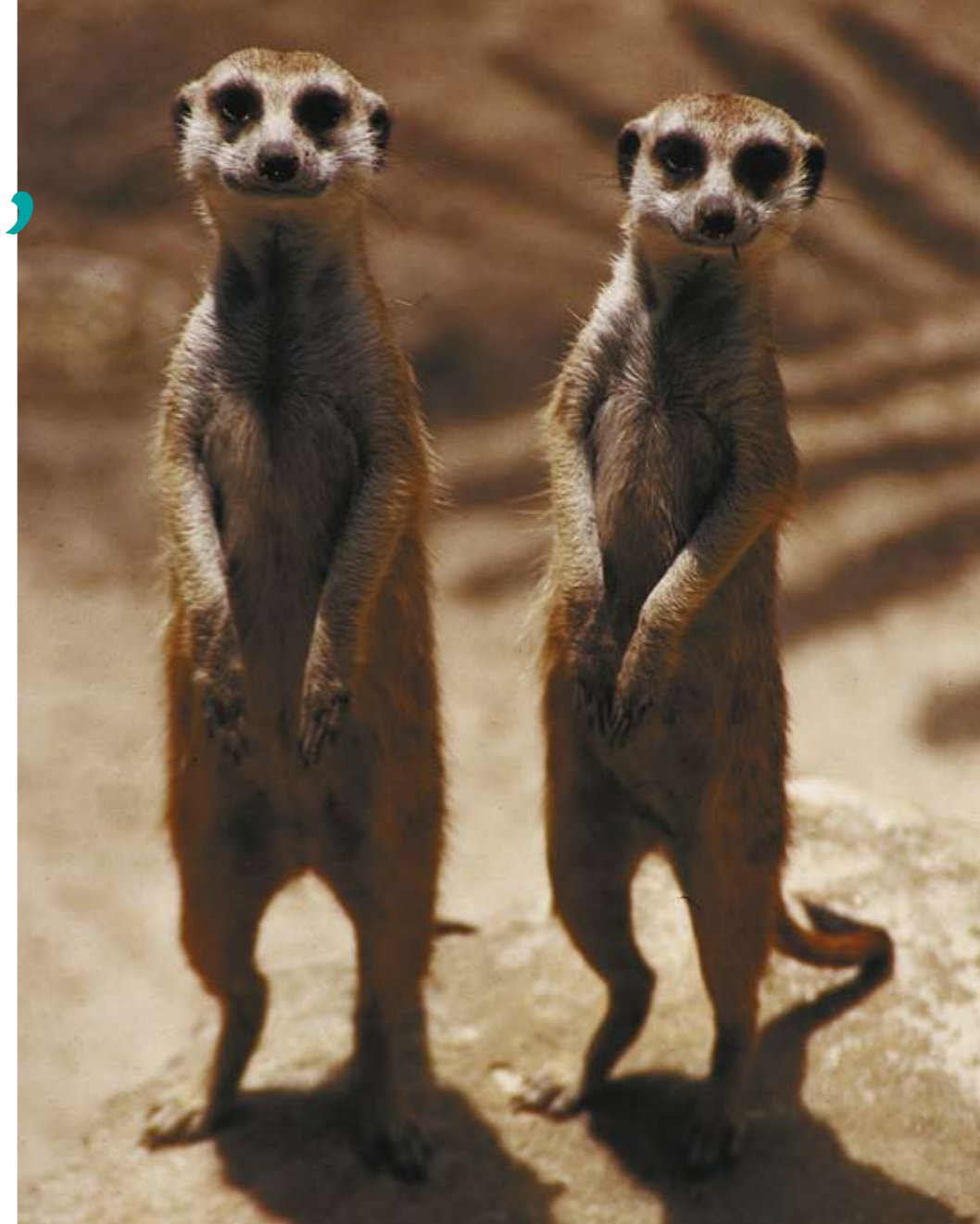
### Moeilijk en onverstaanbaar

In de middeleeuwen raakt het staan in de liturgie grotendeels in onbruik. Gelovigen participeerden nauwelijks meer aan de liturgie, omdat die moeilijk en onverstaanbaar was geworden. De meest voorkomende liturgische houding werd knielen. Tijdens de mis baden kerkgangers hun eigen gebeden. Alleen bij het binnenkomen en uitgaan van de clerus en tijdens het evangelie stond men. In de rooms-ka-

tholieke traditie bleef dat zo tot zo’n veertig, vijftig jaar geleden. In de kerken van de Reformatie werd zitten de algemeen heersende liturgische houding, zij het dat bevindelijke kerken de gewoonte kennen dat mannen staan tijdens het gebed. We zijn gewend aan een ‘zittende liturgie’, maar de vraag is of dat nu eigenlijk wel de bedoeling is.

### Wegrennen

Misschien is het goed om nog wat nader stil te staan bij de betekenis van staan en zitten. Wat drukken deze houdingen uit? Staan is in ieder geval actief. Als je staat, ben je alert. Mocht er iets gebeuren, dan kun je zo wegrennen. Staan is, zoals al gezegd, een houding van waakzaamheid. ‘Je staat op wacht’ is de uitdrukking. Staan drukt verder zelfbewustheid uit, autonomie. Staande heb je een goed overzicht over de situatie. In veel culturen is staan ook een houding van eerbied. Als iemand op bezoek komt en je wilt die ander begroeten, dan ga je staan. Opstaan doe je zeker voor belangrijke personen. Stel je voor dat op Prinsjesdag de koningin de Ridderzaal binnenkomt en alle volksvertegenwoordigers zouden blijven zitten... Staan is ten slotte een houding van waarachtigheid. Het woord ‘oprecht’ verwijst daarnaar. Zitten is een houding die rust, bezinning en concentratie uitdrukt. Zitten is de aangewezen houding om te luisteren. Zitten is ook een uitdrukking van gezag. Iemand die een vergadering leidt, noemen we een voorzitter. Je zit in een commissie. Rechters spreken recht vanaf een rechterstoel. In een kathedraal zit de bisschop op zijn *cathedra*, zijn bisschopszetel. En preken gebeurt vanaf een preekstoel! Het woord alleen al wijst erop dat preken vroeger zittend gebeurde. Jezus onderrichtte de mensen meestal zittend, zie het begin van de Bergrede (Mat. 5:1). Als Hij in de synagoge van Nazaret uit de boekrol heeft voorgelezen, gaat Hij zitten voor de uitleg



(Luc. 4:20). Maria luisterde zittend naar Jezus’ woorden (Luc. 10:39). Het wekt dus geen verbazing dat in de Reformatie met haar liefde voor het Woord en de preek het zitten alle nadruk kreeg. Overigens, het waren de lange preken die ervoor zorgden dat in onze kerkgebouwen de banken kwamen (in de late middeleeuwen).

### Op je krent

Maar vieren we de eredienst wel op een juiste wijze als we slechts ‘gezetene’ mensen zijn? Zou het ook anders kunnen? Een belangrijke vraag die we dan moeten beantwoorden is: Hoe zien we God eigenlijk voor wiens aangezicht we elke zondag verschijnen? Als we in het gewone dagelijkse leven gaan staan voor iemand die veel voor ons betekent, zouden we dat dan níet doen als we Hem aanspreken die we de Allerhoogste noemen? Kun je wel waarachtig tot God bidden als je alleen maar gemakkelijk ‘op

je krent’ zit? We zouden minstens kunnen gaan staan bij de gebeden, de voorbede en het tafelgebed. Het merkwaardige van houdingen is dat ze ook iets met je dóén. Van knielen wórd je deemoedig, zitten máákt aandachtig en wie staat, wórdt vanzelf eerbiedig en alert en vrij. Zitten doen we dan als we luisteren, naar de schriftlezingen en naar de preek, tijdens de collecte en, als er avondmaal gevierd wordt, na de gemeenschap van brood en wijn. Je kunt nog van mening verschillen over de vraag of je ook tijdens de evangelielezing moet gaan staan. Veel christenen vinden dat gepast, omdat in het evangelie de verrezen Heer zelf tot ons spreekt. Als we onszelf echt als paasmensen mogen beschouwen, waarom zouden we de Opgestane dan niet recht staande ontmoeten? Maar de behandeling van deze vraag vergt weer een andere discussie: hoe ervaren we de aanwezigheid van Christus in onze eredienst?