GALATEN 5:22-23

De vrucht van de Geest

Een bijbels-theologische verkenning van de negenvoudige vrucht



DS. PIETER VAN DEN BERG

De vrucht van de Geest

Een bijbels-theologische verkenning van Galaten 5:22-23

© 2026 Pieter van den Berg. Alle rechten voorbehouden.

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de auteur.

Bijbelteksten zijn weergegeven in eigen vertaling, in aansluiting bij de gangbare Nederlandse vertalingen; de versnummering volgt de Herziene Statenvertaling. Citaten uit de Heidelbergse Catechismus volgen de traditionele tekst.

Eerste Druk

ISBN: 9789465730608

"Ik ben als een groene cipres.
Uit Mij wordt uw vrucht gevonden."

HOSEA 14:9



Inhoud

Woord vooraf ... 1

FUNDAMENTEN ... 3

Een brief over vrijheid ... 4

Vlees en Geest ... 9

Eén vrucht, negen smaken ... 15

De Geest die levend maakt ... 21

DE NEGENVOUDIGE VRUCHT ... 26

Liefde ... 27

Blijdschap ... 33

Vrede ... 38

Geduld ... 43

Vriendelijkheid ... 48

Goedheid ... 52

Trouw ... 57

Zachtmoedigheid ... 62

Zelfbeheersing ... 67

LEVEN DOOR DE GEEST ... 73

Tegen zulke dingen is de wet niet ... 74

Met Christus gekruisigd ... 79

Hoe de vrucht rijpt ... 84

Vrucht en gaven ... 90

De vrucht als getuigenis 94
De oogst die komt 98
De negen begrippen in overzicht 100
Leesrooster voor gespreksgroepen 102
Literatuur 103

Woord vooraf

DIT BOEK is ontstaan uit een eenvoudige vraag die mij al jaren bezighoudt: hoe ziet een leven eruit waarin God zelf aan het werk is? Niet in de eerste plaats een leven vol uitzonderlijke ervaringen of indrukwekkende prestaties, maar een leven waarin langzaam, vaak onopgemerkt, iets groeit dat niet uit onszelf voortkomt. Paulus geeft op die vraag in twee korte verzen een antwoord dat in zijn eenvoud adembenemend is. Hij noemt negen woorden, en samen vormen zij een portret. Wie goed kijkt, ziet dat het een portret is van Christus zelf.

De brief aan de Galaten is een strijdbrief. Paulus schrijft hem met een hartstocht die bijna van het papier spat. Het gaat om de vrijheid van het evangelie, om de vraag of een mens door het houden van de wet of door het geloof in Christus rechtvaardig wordt voor God. Juist in die felle context klinkt de beschrijving van de vrucht van de Geest als een zachte melodie na het onweer. Het is alsof Paulus wil zeggen: kijk, dit is wat er gebeurt als het evangelie werkelijk zijn werk doet. Dit is wat geen wet kan afdwingen en wat geen wet hoeft te verbieden.

In de hoofdstukken die volgen wil ik deze negen woorden zorgvuldig beluisteren. Ik doe dat als predikant. In het pastoraat zie ik telkens weer hoe moeizaam en tegelijk hoe wonderlijk geestelijke groei kan zijn. Nauwkeurig lezen van de Schrift is daarbij onmisbaar, maar het is niet genoeg. De Schrift wil niet alleen begrepen worden, zij wil ons veranderen. Daarom staat bij elk hoofdstuk niet alleen exegese en bijbelse achtergrond, maar ook een bezinning op wat deze vrucht betekent voor ons dagelijks leven, enkele vragen om over na te denken en een gebed.

Bijbelteksten zijn weergegeven in eigen vertaling, dicht bij de grondtekst en in aansluiting bij de gangbare Nederlandse vertalingen. De versnummering volgt de Herziene Statenvertaling; bij enkele boeken, zoals de Psalmen, Nehemia, Hosea en Joël, wijkt die af van sommige andere uitgaven. Verwijzingen naar kerkvaders, reformatoren en andere auteurs zijn zoveel mogelijk voorzien van een vindplaats, zodat de lezer ze kan nagaan. Griekse en Hebreeuwse woorden staan in transcriptie, zodat ook de lezer zonder kennis van de oude talen het betoog kan volgen. Wie verder wil studeren, vindt achterin een overzicht van de Griekse begrippen en een lijst met literatuur.

In deze uitgebreide vorm is het boek ook geschikt voor gebruik in gespreksgroepen en catechese. Elk hoofdstuk over de vrucht bevat behalve de bijbelse uitleg ook een bezinning op de 'namaak' van de betreffende vrucht, de schijnvorm die er van buiten op lijkt maar een andere bron heeft, en een getuigenis uit de Schrift of de kerkgeschiedenis. Zo wil het boek niet alleen uitleggen wat de vrucht van de Geest is, maar ook laten zien hoe zij er in het leven van mensen uit heeft gezien. Want de Geest werkt niet in het abstracte, maar in mensen van vlees en bloed, in hun gezinnen, hun gemeenten en hun tijd.

Mijn wens is dat dit boek niet alleen gelezen wordt, maar ook gebeden. De vrucht van de Geest is immers geen programma dat wij uitvoeren, maar een gave die wij ontvangen. Wie haar ontvangen wil, begint niet met inspanning, maar met overgave.

Najaar 2026

DS. PIETER VAN DEN BERG

DEEL I

Fundamenten

Over de brief aan de Galaten, de strijd tussen vlees en Geest, het beeld van de vrucht en de Geest die levend maakt.



INLEIDING

Een brief over vrijheid

"Tot vrijheid heeft Christus ons vrijgemaakt. Sta dan vast en laat u niet opnieuw onder een juk van slavernij brengen."

GALATEN 5:1

EEN GEMEENTE OP EEN KRUISPUNT

De gemeenten in Galatië waren door Paulus zelf gesticht. Ze bestonden grotendeels uit mensen met een heidense achtergrond, die het evangelie van de gekruisigde en opgestane Christus met vreugde hadden aangenomen. Paulus herinnert hen eraan hoe hij bij hen kwam: zwak, ziek misschien, maar ontvangen 'als een engel van God, ja, als Christus Jezus zelf' (4:14). Ze hadden de Geest ontvangen, niet doordat zij de wet hielden, maar doordat zij geloofden wat zij hoorden (3:2).

Na zijn vertrek waren er echter anderen gekomen. Zij leerden dat het geloof in Christus weliswaar goed was, maar niet voldoende. Wie werkelijk tot het volk van God wilde behoren, moest zich ook laten besnijden en de voorschriften van de wet van Mozes onderhouden. Het evangelie werd zo een voorportaal van de wet; Christus werd een begin dat door menselijke inspanning moest worden voltooid. Paulus noemt dat met scherpe woorden 'een ander evangelie', dat in werkelijkheid geen evangelie is (1:6-7).

RECHTVAARDIGING EN HEILIGING

De kern van de brief is de rechtvaardiging door het geloof: 'een mens wordt niet gerechtvaardigd uit werken van de wet, maar door het geloof in Jezus Christus' (2:16). Maar Paulus weet dat die boodschap een vraag oproept. Als de wet niet langer de weg is, wat houdt de gelovige dan nog op het rechte pad? Leidt vrijheid niet vanzelf tot losbandigheid?

Op die vraag geeft Paulus in Galaten 5 en 6 zijn antwoord. Het is opvallend dat hij niet terugvalt op de wet als ordenend principe. Hij grijpt ook niet naar een nieuwe lijst van regels. Zijn antwoord is de Geest. Dezelfde Geest die het geloof heeft gewekt, die in onze harten roept 'Abba, Vader' (4:6), is ook de bron van een nieuw leven. Rechtvaardiging en heiliging zijn bij Paulus geen twee afzonderlijke trajecten, maar twee kanten van het ene werk van God in Christus door de Geest.

DE OPBOUW VAN GALATEN 5

Het hoofdstuk opent met een oproep tot vrijheid (5:1) en een waarschuwing tegen de besnijdenis als heilsvoorwaarde (5:2-12). Vanaf vers 13 verschuift het accent: 'Want u bent tot vrijheid geroepen, broeders. Gebruik de vrijheid echter niet als aanleiding voor het vlees, maar dien elkaar door de liefde.' De hele wet, zegt Paulus, wordt vervuld in dit ene woord: 'U zult uw naaste liefhebben als uzelf' (5:14; vgl. Leviticus 19:18).

Daarna volgt de grote tegenstelling tussen vlees en Geest (5:16-18), de opsomming van de werken van het vlees (5:19-21) en, als stralend contrast, de vrucht van de Geest (5:22-23). Het hoofdstuk eindigt met een oproep die het geheel samenvat: 'Als wij door de Geest leven, laten wij dan ook door de Geest in de pas lopen' (5:25).

Wie de vrucht van de Geest wil begrijpen, moet haar dus lezen binnen dit verband. Zij is geen losstaand deugdenlijstje, geen spirituele checklist, maar het antwoord van het evangelie op de vraag hoe vrije mensen leven.

Ὁ δὲ καρπὸς τοῦ πνεύματός ἐστιν ἀγάπη, χαρά, εἰρήνη, μακροθυμία, χρηστότης, ἀγαθωσύνη, πίστις, πραΰτης, ἐγκράτεια· κατὰ τῶν τοιούτων οὐκ ἔστιν νόμος.

Maar de vrucht van de Geest is liefde, blijdschap, vrede, geduld, vriendelijkheid, goedheid, trouw, zachtmoedigheid, zelfbeheersing. Tegen zulke dingen is de wet niet. (Galaten 5:22-23)

WANNEER EN AAN WIE?

Over de vraag wie precies de 'Galaten' waren, is lang gediscussieerd. Volgens de zogenaamde noord-Galatische hypothese schreef Paulus aan gemeenten in het oorspronkelijke stamgebied van de Kelten in het binnenland van Klein-Azië, rond de steden Ancyra en Pessinus. Volgens de zuid-Galatische hypothese, die onder anderen door William Ramsay en later door F.F. Bruce werd verdedigd, richtte hij zich tot de gemeenten in het zuidelijk deel van de Romeinse provincie Galatië, die hij op zijn eerste zendingsreis had gesticht: Antiochië in Pisidië, Ikonium, Lystra en Derbe (Handelingen 13-14). In dat laatste geval zou de brief een van de vroegste geschriften van Paulus kunnen zijn, misschien nog vóór het apostelconvent in Jeruzalem (Handelingen 15). J.B. Lightfoot koos daarentegen voor de noordelijke hypothese en een latere datering.

Voor het verstaan van Galaten 5 is deze vraag niet beslissend. Maar zij herinnert ons eraan dat de brief geen tijdloze verhandeling is, maar een pastorale brief aan echte mensen in een echte crisis. De vrucht van de Geest wordt niet beschreven in een studeerkamer, maar midden in een gemeentelijk conflict waarin mensen elkaar 'bijten en verslinden' (5:15). Juist daar laat Paulus zien hoe het leven eruitziet waarin de Geest de ruimte krijgt.