



**Bladenrubriek** Preken (Trouw 28 december 2020)

## **Hoe lang mag een preek duren?**

**Nico de Fijter - 28 december 2020**

Sinds zo goed als alle kerkdiensten zich bijna alleen nog maar online afspelen, is het een vraag die voorgangers bezighoudt: hoe lang mag mijn preek duren? Want, zo is de gedachte, thuis vanaf de bank naar een preek luisteren gaat een stuk lastiger dan vanaf de kerkbank. Dus, denken veel voorgangers: die preek moet korter.

De lengte van een preek is bepaald geen nieuw onderwerp van discussie. Nederland kent een eeuwenlange traditie van lange preken. Rond 1640 beklagde Constantijn Huygens zich over weer eens een veel te lange preek: 'De twee uren die wy daer genoodsaecht hebben geweest te sitten hebben ons soo vermoeyt, soo van ernstigheid versadight, dat wy met vreughd ontslagen werden, ende, uyt aengeborene onstadigheid, naer wat nieus, naer de straet, naer de locht joocken'. Het citaat staat in **Groninger Kerken**, het blad van stichting Oude Groninger Kerken. Dat schetst de ontwikkeling van de preekduur. Al een kleine eeuw voor Huygens' klacht werden tijdens het Convent van Wezel (in 1568) besloten dat preken niet te lang mochten duren: 'De predikanten zullen ook niet met al te lange predikaties de memorie der toehoorders belasten, noch hun ijver breken, en alzo als een walging der maag toebrengen... Daarom zullen zij hun predikaties met een uur afhandelen.' Preken van die lengte tref je tegenwoordig niet meer aan, alleen in pinksterkringen en in reformatorische kerken komen ze er nog een beetje in de buurt.



In sommige kerken, schetst Groninger Kerken, zijn voorwerpen terug te vinden die met de lengte van de preek te maken hadden: zandlopers die aan preekstoelen waren bevestigd en die de voorganger erop moest wijzen hoeveel tijd er nog restte, uitsparingen in de preekstoelrand waar de predikant zijn zakhorloge in kwijt kon, of uurwerken die in het orgelfront waren verwerkt.

Groninger Kerken wijst op nog een vorm van tijdsmeting in kerken, van een heel andere aard, maar toch alom gebruikt: het pepermuntje. Het blad citeert schrijver Maarten 't Hart, die voor elke kerkdienst drie pepermuntjes kreeg: "Begon je al voor de preek aan je voorraad, dan kwam je de preek zelf bijna niet meer door. Bij de derde pepermunt kon je na het wegslikken van de laatste restjes spoedig het verlossende, bevrijdende, verrukkelijke 'Amen' verwachten."

De verschillende denominaties kenden elk hun eigen snoeptraditie, schrijft Groninger Kerken, corresponderend met de lengte van de preek. “Hervormden hadden een voorkeur voor het zachtere Faam, gereformeerden voor het hardere King en orthodoxen hielden het bij de Wilhelmina-pepermunt van fabrikant Fortuin uit Dokkum, de échte harde.”



Over tijd gesproken. In **Filosofie Magazine**, dat voor een belangrijk deel gewijd is aan meditatie, vertelt voormalig bankmanager Jon Lindeboom over de zeeën van tijd die met het aanbreken van de coronacrisis ineens voor hem lagen. “Ik begon met mediteren, vier of vijf keer per week. Ik ben ongedurig van aard, had nooit geduld voor twintig minuten niksdoen. Maar ik was toe aan een nieuwe stap, de *next level*. Ik zie mediteren als iets dat je moet trainen: je moet het vaak doen om diepgang te krijgen. Nog steeds gaat het niet vanzelf, ik moet me ertoe zetten.” Die twintig minuten niksdoen die hem voorheen zo tegenstonden, gebruikt hij nu voor zijn meditatie. Twintig minuten: mooie lengte voor een preek.