Opdrachtenblad Hoe overwin ik angst

en word ik sterker in geloof zoals Gideon

Door angst sla je op de vlucht en probeer je jezelf te verbergen voor een dreigende vijand en onoverkomelijke problemen. Door angst kom je in de overlevingsmodus. Je kunt je dan gaan verschuilen in een verslaving.  
Gideon en de Israëlieten werden zeven jaren onderdrukt door roofbenden. Jezus leert ons in Joh. 10:10 dat de dief alleen maar komt om te stelen.

**1a. Waar ben je van beroofd?**

**1b. Herken je iets van de angstige overlevingsmodus?**

**+++**

**2.** Gideon voelde zich te weinig waard om Israël te kunnen verlossen.

Hij gaf aan dat ‘de HEERE hen had verlaten’.

Zo kun je jezelf voelen bij de problemen die je niet kunt oplossen.

**a. Waar haal je dan de kracht vandaan?**

**b. Hoeveel voel jij jezelf waard?**

**3. Wat herken je van de volgende uitspraken:**

‘Angst is een dief. Het pikt je gedachten in. Het steelt je slaap.   
Angst beneemt je het vertrouwen in God, het berooft je van je hoop en vrijheid. ‘Iemand die laf is, zal altijd vragen: ‘Wat heb ik te verliezen?’   
Iemand die moedig is, zal altijd vragen: ‘Wat heb ik te winnen?’   
De één ziet de gevaren, de ander de mogelijkheden.’

**4. Wat weet je van de kracht van de liefde in de volgende zinnen:**‘Liefde offert zichzelf op, maar angst beschermt zichzelf. Liefde is op anderen gericht, angst deinst terug voor andere mensen. Angst en liefde sluiten elkaar uit, terwijl de liefde van God de vrees uitdrijft (zie 1 Joh 4:18).’

**5. Hoe is door het geloof jouw angst en schaamte overwonnen?**

Geloof overwint de angst en schaamte, zoals je ziet bij de bloedvloeiende vrouw, die moedig doordrong tot Jezus, Zijn kleed aanraakte en genas.

**+++**

**6.** Jezus geeft als de goede Herder voor gelovigen aan in Joh. 10:10:

‘Ik ben gekomen, opdat zij leven hebben en overvloed hebben.’

**a. Hoe heb jij het leven gevonden bij Jezus?**

**b. Wat heeft het je gebracht?**

Samen bidden en danken voor bevrijding, herstel, meer geloof en zegen