**DAGBOEK VAN HOOP deel 3**



Copyright: Jan A. Baaijens, pastorale hulpverlening.

**Inhoud deel 3**

Dag 88 Laat je leiden door God tot een hoger doel

Dag 89 Jezus vol liefde, kom tot Uw doel met mij

Dag 90 Een jonge adelaar bij de kippen

Dag 91 Hoe kom je hogerop?

Dag 92 Zonden veroorzaken problemen

Dag 93 Wat kun je van de arend leren over het geloof?

Dag 94 Ontstijg het kinderlijke gedrag als een arend

Dag 95 Hoe kom je uit je nest, zoals de kleine arend?

Dag 96 Leef in vrijheid en zweef op de wind

Dag 97 Overwinning in de geestelijke strijd

Dag 98 Het geloof blijft vasthouden

Dag 99 God kan je oprichten boven jezelf uit

Dag 100 Herstel en geestelijke vernieuwing

Geestelijke lessen bij de exodus van Israël

Dag 101 Hoe kunnen trauma’s worden overwonnen?

Dag 102 Een beschadigd slavenvolk

Dag 103 Welke geestelijke bouwstenen zijn nodig?

Dag 104 Geestelijk herstel bij een verslaafde man

Dag 105 Door Jezus kun je herstellen

Dag 106 Waartoe is Jezus op aarde gekomen?

Dag 107 Een bestemming binnen geloofsbereik

Dag 108 Exodus of exit?

Dag 109 Uit de angst gered

Dag 110 Neem de scherven niet mee, zoals Israël deed

Dag 111 A- en B-trauma’s

Dag 112 Welke problemen staan je nog in de weg?

Dag 113 Hoe kun je herstellen van teleurstellingen?

Dag 114 Herstel door de Heelmeester

Dag 115 Aan de rand van bitter water

Dag 116 Een Heiland voor een ongehoorzaam volk

Dag 117 Mara’s en Elims

Dag 118 Ruim baan na een nieuw begin

Dag 119 Herstel van beschadigde emoties

Dag 120 Bevrijding van slavernij

Dag 121 Heb je discipline en volharding nodig?

Dag 122 Geloofsbeproevingen zijn nuttig

Dag 123 Het heeft een troostrijke uitwerking

Dag 124 Het geloof in de smeltkroes

Dag 125 Invalspoorten voor demonen

Dag 126 Leer uit liefde te vergeven

Dag 127 Hoe kan mijn Mara worden hersteld?

Dag 128 Jouw pijnplekken en de Verlosser

Dag 129 Word je ‘beter of bitter’?

Dag 130 Genadetraining van God

Dag 131 Kom uit je emotionele gevangenis

Dag 132 ‘Vergeving’ is de sleutel om je te bevrijden

Dag 133 Als er vergeving is, kan er genezing zijn

Dag 134 Corrie ten Boom: vergeving voor een ex-bewaker

Dag 135 Vergeving voor een misdadiger in Soweto

Dag 136 Gelovig bidden om genezing

Dag 137 Zonden belijden en je laten verlossen

Dag 138 Kom biddend tot de Heelmeester!

Dag 139 Herstel door de Heelmeester

Dag 140 Neem het mee naar de rivier van levend water

**29 maart**

**Dag 88 Laat je leiden door God tot een hoger doel**

Hoe kom je tot een hoger doel en krijgt je leven weer betekenis? Waardoor kun je boven je problemen uitstijgen? Wat houd je nog gevangen? Hoe kun je van je zonden en doelloosheid worden bevrijd? Hoe word je bevrijd uit de blokkades van het verleden? Wie kan je oprichten uit je lage zelfbeeld? Wil je ook in vrijheid gaan zweven als een arend door de vernieuwing en kracht die God geeft?

Heb je een belangrijk doel om naar te streven? Welke betekenis en waarde ken je toe aan je eigen leven? Ben je nog op zoek naar een gezonde identiteit? Je identiteit heeft te maken met je zelfbeeld en met wat je denkt nog te kunnen bereiken. Het is van groot belang dat je leven voor jezelf weer een doel en een betekenis krijgt.

Hoe kan je kracht worden vernieuwd zoals bij een arend? Al is je leven voor een deel mislukt en ben je verzwakt, toch kun je door de kracht van God worden vernieuwd. Het is een levensvernieuwing die je kunt vergelijken met een arend die zijn leven vernieuwt. Je leest in Psalm 103:5 over wat God kan doen in het leven van een gelovige: *Die uw mond verzadigt met het goede, uw jeugd vernieuwt als die van een arend.*Hij vergeeft, geneest en verlost (Ps.103:1-5). God kan je oprichten en laten uitstijgen boven je problemen en boven jezelf uit, zoals het bekende lied aangeeft: ‘You raise me up to more than I can be.’

Het krachtige werk van God voor de gelovigen wordt als volgt verwoord in Jesaja 40:28-31: *Hij geeft de vermoeide kracht en Hij vermeerdert de sterkte van wie geen krachten heeft. Jongeren zullen moe en afgemat worden, jonge mannen zullen zeker struikelen; maar wie de HEERE verwachten, zullen hun kracht vernieuwen, zij zullen hun vleugels uitslaan als arenden, zij zullen snel lopen en niet afgemat worden, zij zullen lopen en niet moe worden.*

1 Wat houd je geestelijk gevangen, waardoor je niet tot je doel komt?

2 Waardoor kun je uitstijgen boven je problemen en doelloosheid en kun je nieuwe kracht ontvangen volgens Jesaja 40:28-31?

**30 maart**

**Dag 89 Jezus vol liefde, kom tot Uw doel met mij**

**Wanneer mis je het doel van je leven**?

Welk doelen had je vroeger voor ogen? Zijn je dromen in rook opgegaan? Komt het door anderen of heb je zelf ook gefaald? Waren het gemiste kansen? Je wilt het doel toch niet missen? Zonde betekent: ‘je doel missen’. Richt je hart op het doel dat God je voorstelt. Het is zonde als je niet tot je doel of goede bestemming komt. Hoe wil je jouw levensdoel bereiken?

Antwoorden op de diepe en pijnlijke levensvragen kun je vinden in de Bijbel. Eenzaamheid, verdriet, beschadiging en gemis zijn er door de zonde. In Nehemia 8:11 wordt aangegeven: *De vreugde van de HEERE, dat is uw kracht.* Als je je geliefd weet door God en Jezus volgt in het licht, krijgt je leven weer een gloedvolle en rijke betekenis. Dan weet je: ‘Jezus vol liefde, U wilt mij leiden.’ Dan verlang je van God: ‘Kom tot Uw doel met mij.’ We zingen het biddend in Opwekking 126 (van Hans Lieberton):

Jezus vol liefde, U wilt ons leiden.
Wij prijzen U als onze Heer.
Kom met uw kracht o Heer, en vul ons tot uw eer,
kom tot uw doel met ieder van ons.
Maak ons een volk Heer, heilig en rein,
dat U Heer, volkomen steeds toegewijd zal zijn.

Strek je uit naar de liefde van Jezus en de kracht van God! Kom tot een nieuwe overgave en toewijding. Volg Jezus in het licht en kom tot het doel dat God je voorstelt in Zijn Woord. Stijg uit naar de bestemming die voor gelovigen is bedoeld.

1 Hoe wil je jouw levensdoel bereiken? Je kunt je hierbij afvragen:

 - Waardoor heb ik het doel gemist dat ik had kunnen bereiken?

 - Waarom blijf ik nog steeds vastzitten aan mijn verleden?

 - Wat kan er veranderen?

 - Hoe kan ik op de weg naar herstel komen?

 - Hoe kan het Evangelie van Jezus Christus mij uithelpen?

2 Wat denk je van de volgende zinnen uit het lied: ‘Jezus, vol liefde, U wilt ons leiden…  kom tot Uw doel met eenieder van ons’?

**31 maart**

**Dag 90 Een jonge adelaar bij de kippen**

Ken je het verhaal van de jonge adelaar, die lange tijd niet tot de juiste bestemming kwam? Dat is een goed voorbeeld van iemand die door emotionele beschadigingen, moedeloosheid of verslavingen niet tot zijn doel komt. Je kunt als de gekwelde vogel op de grond liggen, met een angstig laag zelfbeeld. Het beestje moet er niet in berusten, maar een hogere bestemming ontdekken. Hoe zal het verlangen daarnaar kunnen worden opgewekt?

Deze roofvogel is door een boer uit de omgeving als hulpeloos jong vogeltje gevonden in de bergen. Die heeft het eenzame diertje vervolgens bij de kippen in het grote hok opgesloten. Zodoende is de opgroeiende vogel tam geworden tussen de kippen. Het dier at mee van het kippenvoer en ging zich gedragen als de kippen. Daardoor leerde hij niet te vliegen of te jagen naar voedsel. Het werd de verwende vogel dagelijks voorgeschoteld.

De adelaar wordt steeds groter, maar blijft innerlijk zo klein en afhankelijk als een kip. Het is geen gezicht: net een puber die met peuters in een box zit. De adelaar doet nog geen vlieg kwaad. Op den duur wordt hij zelfs gepest door andere kippen. Laat je niet kaal plukken door de kakelende kippen van de lage wereld om je heen. Hoe kan je kracht worden vernieuwd… op weg naar een hoger doel? Zoek je bestemming hogerop!

De adelaar heeft bij de kippen geen ruimte om zich te ontwikkelen en hij streeft ook niet naar een hoger doel. Hij zit duidelijk op de verkeerde plaats, waar hij zijn vleugels niet kan uitslaan. Zelfs buiten het hok gedraagt hij zich nog als de scharrelende kippen, terwijl hij vleugels heeft om te vliegen. Hij maakt wel onbeholpen fladderende bewegingen, maar heeft zijn mogelijkheden nog niet ontdekt.

Dan wordt de adelaar naar de bergen gebracht, waar zijn oorsprong ligt. Daar ademt hij de frisse berglucht in. Hij ziet ook de uitdagende omgeving en hoort het roepen van andere adelaars, die in de vrijheid leven. Zijn bloed begint sneller te stromen en er gaat een tinteling door zijn lichaam. Hij ziet de jongere adelaars van zijn leeftijd ontspannen zweven. Anderen maken een duikvlucht voor een verse prooi. Dan trekt hij zijn vleugels uit. Probeert en probeert… Hij vliegt op en merkt dat hij kan vliegen. Daarna stijgt de adelaar al hoger en hoger op. Hij is in zijn element op de plaats waar hij hoort, de plaats van zijn bestemming. Zo komt hij tot zijn doel: een roofvogel die zichzelf zelfstandig kan voeden en ontplooien.

Kom tot je doel in vrijheid! Veer op door het perspectief dat God je voorstelt in Zijn Woord. Door de genade en kracht van God kun je veranderen en uitstijgen naar een hoger doel.

Let op de volgende zinnen van Opwekking 488 (van Geoff Bullock. Nederlandse vertaling: Mireille Schaart);

Heer, ik kom tot U,
neem mijn hart verander mij.
Als ik U ontmoet, vind ik rust bij U.
Want Heer ik heb ontdekt, dat als ik aan uw voeten ben,

trots en twijfel wijken, voor de kracht van Uw liefde

Houd mij vast, laat Uw liefde stromen.
Houd mij vast, heel dicht bij Uw hart.
Ik voel Uw kracht, en stijg op als een arend.
Dan zweef ik op de wind, gedragen door Uw Geest,

En de kracht van Uw liefde.

1 Wat leer je van het verhaal van de jonge adelaar bij de kippen?

2 Wat herken je bij jezelf in de tekst van Opwekking 488?

**1 april**

**Dag 91 Hoe kom je hogerop?**

Door de genade en kracht van God kun je worden opgetild boven de stormen in je leven. Het geloof mag zich vastgrijpen aan Jezus, Die de storm in je leven tot rust brengt. Dit deed Hij ook voor Zijn discipelen op het meer van Galilea.

Je kunt hoog boven de storm worden opgeheven als een adelaar. Je vindt dat verwoord in het volgende lied van Elly en Rikkert: ‘Hoog boven de storm’:

Soms als het vreselijk druk om me heen is,
en alles wordt me te veel.
En het lijkt of de storm m’n vrede verjaagt.
En ze zetten me telkens met duizend vragen
het mes op de keel.

Dan opeens besef ik weer: er is Iemand die mij draagt,

hoog boven de storm, als een adelaar.
Hoog boven de storm
drijf ik op de wind, als een adelaar.

Soms is het leven precies een woeste zee,
dreigend en wild.
En het lijkt of ik nergens ruimte meer vind.
Dan neemt een machtige sterke arm mij mee
en ik word opgetild.
En ik zweef op de vleugels, op de vleugels van de wind.

Refrein:

En zo word ik niet moe als ik rust in Hem,
als ik Hem verwacht.
En zo word ik niet moe: als ik rust in Hem
put ik nieuwe kracht, nieuwe kracht.

1 Ben je in een storm in je leven opgetild boven de storm? Hoe?

2 Wat spreekt je aan in het lied van Elly & Rikkert?

**2 april**

**Dag 92 Zonden veroorzaken problemen**

Door aanhoudende problemen kun je het niet meer zien zitten en depressief worden. Je kunt doelloos bij de pakken neerzitten. Je komt vast te zitten in een negatieve spiraal van sombere en boze gedachten. Als je je gekwetst voelt, kun je langdurig verdrietig en boos worden. Je ziet het aan de gezichten van teleurgestelde en mistroostige mensen. Velen blijven door geleden onrecht en gemiste doelen vastzitten aan een verslaving, aan pijnlijke herinneringen, gevoelens van afwijzing, boosheid en angst. Wat houd je nog gevangen?

**Zoek naar een uitweg**

Gelukkig kan er een omkeer komen vanuit de problemen die je innerlijk gevangen houden. Als je bevrijding nodig hebt van een belasting of zondige verslaving, blijf dan niet moedeloos bij de pakken neerzitten. Zak niet verder weg in het moeras van moedeloosheid en depressie. Kom tevoorschijn met je zonden, zorgen en wonden. Erken en beken het eerlijk. Vraag om hulp en gebed.

Door Jezus Christus is er bevrijding en genezing mogelijk. Aan Zijn voeten ontvang je het onderwijs dat je nodig hebt. In de liefdevolle armen van de goede Herder word je hersteld van je beschadigingen. Wat je ook gedaan hebt… door Jezus is er een uitweg te vinden. Hij is de Weg, de Waarheid en het Leven (Joh.14:6).

1 Ben je wel eens bemoedigd vanuit de Bijbel? Hoe?

2 Wat denk je van de tekst van Jan Visser in Opwekking 125?

Heer, ik kom tot U, hoor naar mijn gebed.
Vergeef mijn zonden nu, en reinig mijn hart.

Met uw liefde, Heer, kom mij tegemoet,
nu ik mij tot U keer, en maak alles goed.

Zie mij voor U staan, zondig en onrein.
O, Jezus raak mij aan, van U wil ik zijn.

Jezus op Uw woord, vestig ik mijn hoop.
U leeft en U verhoort mijn bede tot U.

**3 april**

**Dag 93 Wat kun je van de arend leren over het geloof?**

De arend of de adelaar kan van alle andere dieren op eigen kracht het hoogst in de lucht komen en daarmee het dichtst bij de zon. Arenden behoren in vrijheid te leven, dan zijn ze veelal ook schoon, maar in gevangenschap worden ze vuil. Dat is al een eerste les over het geloof. In welke geestelijke positie behoort de gelovige te zijn?

De adelaar is een majestueuze vogel, die de koning van de vogels wordt genoemd. In de Bijbel komt de arend wel achtendertig keer voor. De arend laat je mooie dingen zien van het werk van God en van jezelf. Als arenden hun jeugd vernieuwen kunnen ze zeventig jaar oud worden (Ps.103:5).  Jesaja leert je in Jesaja 40:31: *Wie de HEERE verwachten, zullen de kracht vernieuwen, zij zullen hun vleugels uitslaan als arenden.*

De steenarend is ’s winters in heel Israël te vinden. Deze steenarend (goudarend of goudadelaar) is geelbruin gevederd.  In de zon schittert het dier als goud. De roofvogel is ongeveer 90 cm hoog, met twee uitgebreide vleugels, die samen ca. 230 cm lang zijn, terwijl de majestueuze vogel op de hoogste rotsen nestelt. Ze hebben scherpe ogen die ver kunnen zien, terwijl ze een zeer goede geur hebben. De arend leeft niet van aas, maar alleen van levende dieren. Als de roofvogel hoog vliegt, kan hij zijn prooi van drie kilometer ver zien. Het dier kan een konijn zien op twee kilometer hoogte. Hij kan de ogen instellen op voorwerpen die op een bepaalde afstand zijn. Zoals andere vogels hebben arenden een extra ooglid, dat het derde ooglid heet. Dat is een soort knipvlies. Het oog kan ermee worden beschermd en schoongemaakt. Bij het voeden van de jongen trekken ze het vlies vaak over hun ogen, zodat de jongen niet per ongeluk in de ogen van de ouders kunnen pikken.

Het zijn snelle jagers. Sommige arenden kunnen 325 km per uur bereiken in een duikvlucht. Ze storten zich niet altijd met grote snelheid op hun prooi, maar kunnen ook langzaam omlaag komen zweven met gespreide vleugels, waardoor de prooi ze niet hoort aankomen. Grote arenden kunnen erg hard toeslaan.

1 De arend is onder de dieren in een koninklijke positie geplaatst. Gelovigen zijn door Jezus Christus gemaakt tot koningen en priesters voor God (Openb.1:6). Ze zijn een koninklijk priesterschap (1Petr.2:9). Hoe kun je deze heilige en verheven positie innemen en dit ambt naar behoren uitoefenen?

2 Hoe krijg je een scherp inzicht en een goed onderscheidingsvermogen, zoals een volwassen arend in de natuur? Wat denk je in dit verband van de uitleg van de geestelijke volwassenheid in Hebreeën 5:11-14?

**4 april**

**Dag 94 Ontstijg het kinderlijke gedrag als een arend**

Wat kun je leren van de opvoeding van arenden? Grote arenden bouwen nesten van takken het liefst in een hoge boom of tegen een rotswand. Kleine arenden zijn hulpeloos als ze uit het ei komen, maar dat blijven ze niet lang. De ouders zorgen meestal erg goed voor hen en geven ze zoveel mogelijk voedsel. De jongen groeien dan ook snel. Steenarenden wegen bij hun geboorte slechts 85 gram, terwijl ze na 45 dagen al 40 maal zo zwaar kunnen wegen. Ze krijgen kleine stukjes vlees toegediend. Vanaf het moment dat ze zijn uitgekomen, duurt het 65 tot 75 dagen, voordat steenarenden kunnen gaan vliegen. Dan verandert hun dons in donkere veren.

Bij de vogels leren de ouders hun jongen alles aan met het oog op het doel dat ze met hen willen bereiken: het moeten goed getrainde, zelfstandige arenden worden om zelf te kunnen overleven en hun jongen te kunnen opvoeden. Het gaat bij dieren om het behoud van zichzelf en de soort. Dat zit in de scheppingsorde, in de genen. Om te overleven is er ook sprake van kopieergedrag.

Het gaat er in het geloofsleven om hoe we het kinderlijk gedrag afleren en groeien naar de geestelijke volwassenheid. Laat het kinderlijke achter je. De apostel Paulus schrijft over zichzelf in 1 Korinthe 13:11: *Toen ik een kind was, sprak ik als een kind, dacht ik als een kind en redeneerde ik als een kind. Maar nu ik een man ben, heb ik het kinderlijke voorgoed achter mij gelaten.*

Het Griekse woord ‘katargeo’ betekent ‘afleggen, wegdoen, buiten werking stellen, werkloos of machteloos maken; de invloed en betekenis van iets wegnemen, iemand vrij doen zijn van wat hem gebonden hield’. De bekende counselor en schrijver David Seamands verklaart: ‘Veel mensen die volgens hun jaren volwassen zijn, zijn in emotioneel en spiritueel opzicht nog altijd kinderen.’

Wanneer ben je emotioneel en geestelijk nog onvolwassen of zelfs een kind? Let op de gedragspatronen van kinderen. Een kind reageert veel vanuit het gevoel. Het is gericht op directe bevrediging van bepaalde behoeften en kan nog weinig geduld oefenen. De sterkste verleidingen van de jeugd zijn wel de wellusten en de hartstochten. Ouderen gedragen zich in bepaalde situaties nog kinderlijk. Dit komt zelfs voor bij gelovigen. Paulus spreekt de broeders in Korinthe hierop aan (1Kor.3:1-4). Door hun voorkeuren voor Paulus of Apollos, hun afgunst, twist en tweedracht gedroegen zij zich vleselijk, als kleine kinderen in Christus (vers1).

De ‘nēpioi’ (onmondige, kleine kinderen) staan in de Griekse taal tegenover de ‘teleioi’ (volmaakten, volwassenen).

Hoe gedragen de jonge arenden zich in het vervuilde nest? Je ziet hun consumptiegedrag: hoe ze in gulzigheid vreten wat ze voortdurend wordt gegeven door de ouders. Zij moeten voor hen ‘dag in, dag uit’ maar vliegen en jagen. Je herkent dat bij sommige ouders die overdreven in de weer zijn om het hun kinderen maar naar de zin te maken. Je ziet ook het speelse gedrag en de concurrentiestrijd van de jonge arenden in het nest. Ze zijn moeilijk uit hun nest te krijgen, zoals je dat ziet bij pubers die maar willen uitslapen en ontspannen.

Hoelang zullen de oude arenden deze speelse gulzigheid toelaten bij hun opgroeiende jongen? Wanneer zullen zij in het diepe worden geworpen om de verantwoordelijkheden en taken van de ouders over te nemen? Dat zit hen ook in de genen. Ze kijken als het ware met stijgende belangstelling naar hun opvliegerige jongen in het nest. Als ze genoeg energie hebben en hun vleugels getraind zijn, moeten ze uitvliegen. Misschien dat ze zelfs het nest uitgehongerd worden. Jongeren die op zichzelf worden teruggeworpen en loskomen van de ouders, moeten soms krauwen om rond te komen. Ontberingen zijn soms goede leringen.

Dan word je vindingrijk en probeer je uit te stijgen uit je eens zo verwende positie. Je gaat kijken hoe de ouderen kunnen overleven. Waar een wil is, daar is dan ook een weg. Vanuit je enge positie en doelloze leven wil je uitstijgen naar een hoger doel. Een intens verlangen is een voorloper van de hoop en het geloof dat je het zult kunnen bereiken. Dan doe je wel je stinkende best om weg te komen uit je stinkende nest.

1 Wat is kinderlijk gedrag zoals je dat ziet bij jonge arenden in het nest en leest in 1 Korinthe 3:1-4?

2 Counselor David Seamands stelt: ‘Veel mensen die volgens hun jaren volwassen zijn, zijn in emotioneel en spiritueel opzicht nog altijd kinderen.’ Is er herkenning? Hoe? Hoe kun je geestelijk het kinderlijk gedrag ontstijgen? Betrek hierbij 1 Korinthe 13:11: en de betekenis van het Griekse woord ‘katargeo’.

**5 april**

**Dag 95 Hoe kom je uit je nest, zoals de kleine arend?**

De kleintjes krijgen het voedsel van een moederarend rechtstreeks in het open bekje. Dan komt de dag dat de moeder over het nest vliegt, zonder voedsel te geven. De jongen krijgen bewust minder voedsel. Ze worden magerder. Voor het vliegen kan het juist goed zijn dat ze niet te vet zijn. Verder vliegen de ouderarenden regelmatig met een lekkere prooi rakelings langs het nest. Ze kunnen zelfs tegen het nest vliegen, om een jong eruit te schudden. In de Bijbel lees je dat ‘een arend zijn nest opwekt’ (Deut.32:11). Als een jong daardoor uit het nest valt, moet het wel vliegen. Wanneer dit niet lukt en het angstige dier te pletter dreigt te vallen, duikt de moederarend pijlsnel onder het jong om het op te vangen op haar vleugels.

God geeft aan dat Hij Zijn volk Israël in de woestijn beschermd, geleid en als op arendsvleugels gedragen heeft. Mozes geeft de woorden van God door in Exodus 19:4: *U hebt zelf gezien wat Ik met de Egyptenaren gedaan heb en hoe Ik u op arendsvleugels gedragen en u bij Mij gebracht heb.* Hij geeft verder aan in Deuteronomium 32:10-12a: *Hij vond hem in een woestijngebied, in een woeste, huilende wildernis. Hij omringde hem, Hij onderwees hem, Hij beschermde hem als Zijn oogappel. Zoals een arend zijn nest opwekt, boven zijn jongen zweeft, zijn vleugels uitspreidt, ze pakt en ze draagt op zijn vlerken, zo heeft alleen de HEERE hem geleid…* Moet je ook uit je oude, vertrouwde nest worden gegooid om te leren vliegen? Zoals ik las: ‘Sometimes you need to be chucked out the nest, to learn to fly.’ Om geestelijk volwassen te worden kun je in het diepe worden geworpen…

In een Engelse tekst las ik bij Deuteronomium 32:11: ‘Just like Mama Eagle, God might take you down. But He will never let you down!’ Zoals een arend haar jong uit het nest duwt, kan God je geestelijk uit je nest naar omlaag gooien, maar Hij zal je nooit laten vallen. Op Zijn tijd zal Hij je opvangen. Zo oefent Hij je om door het geloof te leren vliegen.

Het kan ook nodig zijn voor je om een veilig nest te moeten verlaten. Je kunt geestelijk worden uitgehongerd. Het is de bedoeling dat je zelf gaat vliegen. Dat hoort bij ‘het geestelijk volwassen worden’. Je wordt dan in het diepe geworpen. Wil je zo een volwassen gelovige worden die anderen kan voeden? Wil je dat je geloof een hoge vlucht maakt? Wil je in de weg van God gaan om tot eer van Hem en zegen van anderen te kunnen worden gebruikt?  Vertrouw erop dat God je zal beschermen, zoals Hij dat deed met Israël in de woestijn, op weg naar het beloofde land.

1 Wat vind je van het voorbeeld van de arend, die de jongen leert vliegen? Ben je geestelijk ook uit je nest geduwd? Heb je een opwekking nodig?

2 Wat kun je leren van Exodus 19:4 en Deuteronomium 32:10-12a? Wat is bemoedigend en aanmoedigend in de Engelse tekst bij Deuteronomium 32:11, dat God je geestelijk wel omlaag kan gooien, maar nooit zal laten vallen?

**6 april**

**Dag 96 Leef in vrijheid en zweef op de wind**

Arenden die in vrijheid leven, zijn meestal mooie en schone vogels, maar in gevangenschap worden ze smerig. God wil je door Zijn Geest heiligen en reinigen, zodat je het beeld van Zijn Zoon gaat vertonen. Als je in de gevangenschap van de zonde leeft, raak je besmet en vuil. Jezus leert je in Johannes 8:34: *Voorwaar, voorwaar, Ik zeg u: Ieder die de zonde doet, is een slaaf van de zonde.* Als je naar de zonde grijpt, word je door de zonde gegrepen. Het kan een verslaving worden, waarvan je zonder hulp niet meer loskomt. Je moet met hulp van buitenaf ervan worden bevrijd. Jezus verklaart in Johannes 8:36: *Als dan de Zoon u vrijgemaakt heeft, zult u werkelijk vrij zijn.*

Je wordt opgewekt in Galaten 5:1: *Sta dan vast in de vrijheid waarmee Christus ons vrijgemaakt heeft.* De Griekse grondtekst geeft aan dat je ‘tot vrijheid bent bevrijd’. In Galaten 5:13 geeft Paulus echter wel aan: *Want u bent tot vrijheid geroepen, broeders, alleen niet tot die vrijheid die gelegenheid geeft aan het vlees; maar dien elkaar door de liefde.*

Een arend kan optimaal gebruikmaken van de windstromen en zweeft dan op de wind. In de Bijbel is de blazende wind (de ruach) een beeld van de Heilige Geest. Wil je je ook laten meevoeren door deze ruach van God? Herken je de volgende woorden uit Opwekking 488: ‘Ik voel Uw kracht, en stijg op als een arend. Dan zweef ik op de wind, gedragen door Uw Geest, En de kracht van Uw liefde.’ Het komt ook naar voren in het lied van Elly & Rikkert, als ze zingen: ‘Hoog boven de storm, Drijf ik op de wind, als een adelaar.’

Zieke en verzwakte arenden kunnen een plekje in de zon zoeken, om weer wat op te knappen. Bij Jezus, het Licht der wereld, is er ook heling te vinden.  Door het dubbele stel oogleden kan een arend recht tegen de zon invliegen. De vijand kan hem daar niet volgen. Je mag en kan als gelovige naar Jezus, de Zoon van God, kijken. Zijn licht verblindt de vijand.

1 Wanneer leef je geestelijk in vrijheid en kun je als een arend ‘zweven op de wind’?

2 Hoe kun je blijven standhouden ‘in de vrijheid waarmee Christus ons vrijgemaakt heeft’ (Gal.5:1)? Hoe behoor je om te gaan met deze vrijheid als je let op Galaten 5:13?

**7 april**

**Dag 97 Overwinning in de geestelijke strijd**

In Openbaring 12 lees je dat er een hevige, geestelijke strijd gaande is op de aarde. De duivel is daar met zijn engelen (demonen) op neergeworpen. Het is de oude slang, de satan, ‘die de hele bewoonde wereld misleidt'(vers 9). Hij probeert de vrouw (de gelovigen) te grijpen en om te brengen. In het zicht van de voorstellingen en in het machtsgebied van de duivel word je dus verleid of overrompeld. Hoe kun je buiten het zicht en het bereik van satan en zijn demonen komen?

**Door de twee vleugels van een arend: geloof en gebed**

Het geheim ligt in de twee geestelijke vleugels van een grote arend, die de gelovigen hebben ontvangen van God. Je leest erover in Openbaring 12:14:  *En aan de vrouw werden twee vleugels van een grote arend gegeven, opdat zij naar de woestijn zou vliegen, naar haar plaats, waar zij gevoed wordt, een tijd en tijden, buiten het bereik van de slang.*In de uitleg van deze tekst wordt aangegeven dat deze twee vleugels ‘geloof en gebed’ zijn. Daarmee vlucht je dus tot God, waar je buiten het bereik van de duivel bent. Kom door geloof en gebed tot (vernieuwde) overgave aan God. Hij kan je de overwinning geven door Jezus Christus. Je leest het in Romeinen 8:31-39. Je leest in vers 37: *Maar in dit alles zijn wij meer dan overwinnaars door Hem, Die ons heeft liefgehad.*

Wat herken je in je eigen leven van de tekst van Opwekking 695, dat je ziel ook rust gevonden heeft in God alleen. Hij kan je boven de omstandigheden uittillen. In de storm van je leven kun je bij Hem een schuilplaats vinden. De Nederlandse tekst van het lied van Reuben Morgan is van Gert van der Vijver:

Verberg mij nu onder uw vleugels Heer. Houd mij vast in Uw sterke hand.

Als de oceaan haar krachten toont, zweef ik met U hoog boven de storm.
Vader, U bent sterker dan de vloed. dan word ik stil; U bent mijn God.

Vind rust mijn ziel in God alleen. Ken Zijn kracht, vertrouw Hem en wees stil.

Als de oceaan haar krachten toont, zweef ik met U hoog boven de storm.
Vader, U bent sterker dan de vloed. dan word ik stil; U bent mijn God.

1 Waarom moet je volgens Openbaring 12:9 niet in het gezichtsveld of in het vizier van de satan verkeren? Hoe kun je buiten het gezicht van de satan en zijn demonen komen (Openb.12:14)?

2 Waardoor kun je zelfs meer dan een overwinnaar zijn (zie Rom.8:31-39)?

**8 april**

**Dag 98 Het geloof blijft vasthouden**

Door het volbrachte werk van Jezus op aarde en Zijn verhoging is het mogelijk dat je geestelijk wordt opgericht uit een ellendige en droevige toestand. Jezus is God en met Zijn genade, majesteit en macht overal aanwezig, waar mensen hem werkelijk nodig hebben. Hij leert je in Johannes 12:32: *En Ik, als Ik van de aarde verhoogd ben, zal allen naar Mij toe trekken.*

Van jouw kant is daarvoor geloof nodig, en een zien op Jezus. God vraagt dat absoluut van je. Je moet je overgeven aan de wil van God, om door Hem geholpen te worden. Jezus verklaart in Johannes 6:40: *En dit is de wil van Hem Die Mij gezonden heeft, dat ieder die de Zoon ziet en in Hem gelooft, eeuwig leven heeft, en Ik zal hem doen opstaan op de laatste dag.*

Blijf gelovig vasthouden! Soms moet je lang wachten op een antwoord of een liefdevolle aanraking van God. Maar het is zeker de moeite waard. Je mag je vasthouden aan de betrouwbare beloften van God in Zijn Woord, Die Hij zeker zal vervullen. Tussendoor zijn er meestal toch wel bemoedigingen, waardoor je vertrouwen wint en merkt dat God je vasthoudt. Soms kan er een bemoedigend contact zijn.

De geloofsverbindinghoudt stand in de storm. Het kan zijn dat je het zicht op God verliest door een donkere wolk in je leven. Maar vroeg of laat is er voor de gelovige weer contact als er boven aan de lijn wordt getrokken. Daardoor ervaar je dat er nog een verbinding met God is. Herken je dat in je leven? Hoog boven de storm laat Hij merken dat Hij er nog steeds voor je is. Zijn liefde laat nooit los!

God trekt de gelovigen met koorden van liefde naar Zich toe. Je leest in Hosea 11:3-4 hoe Hij Zijn volk heeft behandeld: *Ik echter leerde Efraïm lopen. Hij nam hen op Zijn armen, maar zij erkenden niet dat ik hen genas. Ik trok hen met menselijke touwen, met koorden van liefde.*

1 Heb je de trekkende liefde van God in je leven ervaren? Wat denk je hierbij van de teksten uit Hosea 11?

2 De verhoogde Jezus Christus trekt de gelovige tot Zich (Joh.12:32). Wat behoor je aan de andere kant van de verbindingslijn te doen (Joh.6:40)?

**9 april**

**Dag 99 God kan je oprichten boven jezelf uit**

Ben je wel eens boven jezelf uitgetild?  Het lied van Josh Groban kun je ook horizontaal opvatten: de ene mens bemoedigt de ander. Als je het verticaal opvat, zoals het gaat van God naar een bezwaarde en behoeftige gelovige, past het mooi bij het geloofsleven. Uiteindelijk kan God alleen je pas echt boven de moeilijke omstandigheden en je mogelijkheden uittillen. Ik denk aan de vlucht van Elia voor Izebel in 1 Koningen 19. Na een dagreis gaat hij onder een bremstruik zitten en bidt om te mogen sterven. Je leest verder in vers 4 dat hij tot God zegt: *Het is genoeg. Neem U mijn leven, HEERE, want ik ben niet beter dan mijn vaderen.* Als hij moedeloos slaapt onder de struik, raakt een engel hem tweemaal aan en zegt: *Sta op, eet, want de weg zou te zwaar voor u zijn* (vers 7). Je leest het resultaat in vers 8: *Toen stond hij op, at en dronk, en liep door de kracht van dat voedsel veertig dagen en nachten, tot aan de berg van God, de Horeb.*

God kan je oprichten boven wat je vanuit jezelf bent, zoals gezongen wordt: ‘You raise me up to more than I can be.’ Kun je erover vertellen dat God jou zo heeft opgericht, boven jezelf en de omstandigheden uit?

1 Hoe kan Elia na de krachtige overwinning door God op de Karmel (1 Kon.18), zo moedeloos onder de bremstruik in de woestijn neerliggen (1Kon.19:4)?

2 Elia wordt tweemaal aangeraakt en opgewekt door de engel van de HEERE en ontvangt enorm veel door de kracht van het voedsel (1Kon.19:8). Weet je van een aanraking en nieuwe kracht die je hebt ontvangen van God? Heb je het (weer) nodig?

**10 april**

**Dag 100 Herstel en geestelijke vernieuwing**

Lees Psalm 103:1-5. In deze psalm looft David zijn God vanwege Zijn goede daden en genade. Hij getuigt in de verzen 3-5: *Loof de HEERE, mijn ziel, en vergeet niet een van Zijn weldaden. Die al uw ongerechtigheid vergeeft, Die al uw ziekten geneest. Die uw leven verlost van het verderf, Die u kroont met goedertierenheid en barmhartigheid, Die uw mond verzadigt met het goede, uw jeugd vernieuwt als die van een arend.*

**Levensvernieuwing van de arend**

Een evangeliste uit Zuid-Amerika vertelt over de vernieuwing van de jeugd van een arend of adelaar. Op latere leeftijd, als hij over de veertig jaar is, kan de snavel van het dier zover verkrommen, dat het eten steeds minder mogelijk wordt. Op deze wijze verliezen ook de nagels de nodige functies, om de prooi goed te kunnen grijpen. De oude vleugels kunnen te zwaar worden. De dikke veren kunnen gaan vastzitten aan de borst, zodat het vliegen steeds moeilijker wordt. Het dier kan dan kiezen tussen omkomen of het zich op een pijnlijke wijze vernieuwen, zodat het nog tot ca. dertig jaar langer kan leven. Hij kan dan zeventig jaar oud worden. Hoe kan je geloofsleven zó worden vernieuwd?

Om zijn jeugd te vernieuwen moet hij door een pijnlijk proces van verandering gaan, dat wel honderdvijftig dagen duurt. Hij moet daarvoor naar zijn nest op de bergtop gaan. Daar slaat hij zijn bek net zolang tegen een rots, totdat hij deze los kan trekken. Daarna wacht hij tot er een nieuwe snavel is gegroeid, waarna hij zijn verkromde oude nagels lostrekt. Als de nieuwe nagels weer aangroeien, begint hij vervolgens zijn oude veren uit te trekken. Na vijf maanden maakt de adelaar de beroemde vlucht van zijn vernieuwing en kan hij dus nog wel dertig jaar leven.

**Levensvernieuwing bij een gelovige**

Er zit een diepe, geestelijke les in dit voorbeeld van geestelijke vernieuwing. Daarbij moet er worden afgerekend met de oude mens in de gelovige. Het oude leven dat niet meer kan functioneren, moet uitgedaan als een kleed. In Efeze 4:22 staat dat je de oude mens moet afleggen, *die te gronde gaat door de misleidende begeerten*. Verder wordt aangegeven in de verzen 23 en 24 dat je vernieuwd moet worden in je denken en bekleed worden met de nieuwe mens. Wat dat inhoudt, lees je in de vervolgteksten van Efeze 4. Let ook op de aansporingen over de oude en nieuwe mensen in Kolossenzen 3:1-17.

Reken daarom af met het oude leven van zonden, verkeerde patronen en gewoonten, pijn en moeite, door het af te leggen en uit te trekken. Pas als je vrij bent van oude lasten en zonden kun je de toekomst verlicht, gereinigd en verfrist tegemoet gaan.

In het geloof moet je leren je oude leven te verliezen, zodat de nieuwe mens in je verder kan ontwikkelen (Matth.16:24-25). De oude mens in de gelovige moet afsterven, terwijl de nieuwe mens in hem moet opstaan. Dat is de levensvernieuwing die kan worden gezien als een heerlijke voorbereiding op het eeuwige, nieuwe leven in de hemelse heerlijkheid. Dan kun je zingen: ‘Loof de HEERE… Die Uw jeugd vernieuwt als die van een arend.’

1 Wat heb je nodig uit Psalm 103:3-5? Hoe kun je zo vernieuwd worden? Wat kun je leren van de levensvernieuwing van de adelaar?

2 Lees Efeze 4:17-32 en Kolossenzen 3:1-17. Wat behoor je weg te doen uit je leven dat bij ‘de oude mens’ in je nog aanwezig is? Waarom is dat nodig?

Geestelijke lessen bij de exodus van Israël

**11 april**

**Dag 101 Hoe kunnen trauma’s worden overwonnen?**

Hoe kunnen je trauma’s, drama’s en Mara’s worden overwonnen? Wat kun je leren van de exodus van Israël onder de leiding van God? De geteisterde piramides hebben de eeuwen getrotseerd. Getraumatiseerde mensen kunnen het soms ook lang volhouden. Zoals de Israëlieten, die zoals de brandende braamstruik niet verteerden in de hitte van de verdrukking (Ex.3:2-3). Je ziet in Exodus dat de Israëlieten worden bevrijd uit de zware verdrukking en slavernij in Egypte. Uiterlijk zie je dat ze de vrijheid tegemoet gaan. In hoeverre zijn ze echter innerlijk bevrijd van geestelijke slavernij en bereid om in geloofsgehoorzaamheid te blijven volgen? Je leest in 1 Korinthe 10 dat Israël hierin een waarschuwend voorbeeld voor je is.

Bevrijding uit verdrukking en depressie is mogelijk! Je leest in Exodus 3:7: *De HEERE zei: Ik heb duidelijk de onderdrukking van Mijn volk, dat in Egypte is, gezien en heb hun geschreeuw om hulp vanwege hun slavendrijvers gehoord. Voorzeker, Ik ken hun leed.* Heb je God nodig voor bevrijding en heling? Hoe kun je gelovig staan en gaan in de vrijheid, waarmee Christus je vrijgemaakt heeft en niet weer met een slavenjuk worden belast (Gal.5:1)?

Kijk wat je van de Israëlieten kunt leren. Zij wijzen je de valkuilen aan, die jij kunt ontwijken. Zij waren onder de wet en konden die zonder geloof niet volbrengen. Jij bent onder het Evangelie en mag zien op Jezus, Die de wet heeft gehouden en de schuld voor de gelovigen heeft betaald. Hij heeft alles volbracht, waardoor jij door het geloof in Hem kunt worden behouden. God heeft Zijn Zoon uit Egypte geroepen om je uit de slavernij te bevrijden. Israël is tot vrijheid bevrijd, maar de ongelovige Israëlieten gaan met een slavenjuk ten onder in de woestijn.

De gelovigen worden opgeroepen in Galaten 5:1: *Sta dan vast in de vrijheid waarmee Christus ons vrijgemaakt heeft, en laat u niet weer met een slavenjuk belasten.*In Galaten 5:13 wordt verder aangegeven: *Want u bent tot vrijheid geroepen, broeders, alleen niet tot die vrijheid die aanleiding geeft aan het vlees; maar dien elkaar door de liefde.* Gelovigen zijn tot vrijheid bevrijd!

1 Heb je bevrijding van druk en depressie nodig? Lees Exodus 3:1-10. God ziet hun nood en kent hun leed (vers 7) en voorziet in een verlosser (vers 10). Hoe kan dat jou bemoedigen als je aan God en Jezus denkt?

2 Tot welke vrijheid word je als gelovige geroepen volgens Galaten 5:1 en 13?

**12 april**

**Dag 102 Een beschadigd slavenvolk**

Zijn de Israëlieten psychisch en emotioneel te veel beschadigd door de trauma’s en drama’s? Ze zijn generaties lang zwaar verdrukt en mishandeld. Het ging van kwaad tot erger… Je leest in Exodus 2:23 dat lange tijd later: *de Israëlieten zuchtten en het uitschreeuwden vanwege de slavenarbeid. En dat hun hulpgeroep vanwege de slavenarbeid omhoogsteeg tot God.* De generaties beleven trauma’s en drama’s. Genoeg om psychisch beschadigd te raken…

Menselijk gezien moeten velen zijn beschadigd door de zware verdrukkingen in het slavenhuis van Egypte. Zulke langdurige mishandelingen werken onderdrukte angst en boosheid uit. Grote massa’s PTSS-slachtoffers zullen Egypte zijn uitgegaan. Verbitterde Joden tonen dit ook tijdens de woestijnreis.

Waarom lijdt hun geloof schipbreuk in de woestijn? Heeft de dubbelhartigheid het overgrote deel van de Israëlieten genekt? Je ontdekt het in dit dagboek. Daarbij let je ook op jezelf. Wat kunnen emotionele beschadigingen en teleurstellingen bij je uitwerken? Hoe kun je worden verlost van je pijnlijke herinneringen en innerlijke problemen?

Mozes, Jozua en Kaleb houden zich gelovig vast aan de betrouwbare woorden van de HEERE, de God van het verbond. Hij heeft Zich bekendgemaakt als de *Ik ben, die Ik ben* of *Ik zal zijn, die Ik zijn zal: JHWH, Jahweh, Jehova en de HEERE*. Hij doet wat Hij zegt. Op Hem kun je absoluut aan, met Hem kun je gaan en kom je in het beloofde land aan. De gelovige leiders weten dat en houden daar rekening mee. Waarom beleven zoveel Israëlieten wel de uittocht, maar niet de intocht?

De gekwelde, snel mopperende en opstandige Israëlieten kunnen God en Mozes in het geloof niet volgen. Als je wantrouwend bent, kun je moeilijk in vertrouwen volgen. Gepantserde en verbitterde mensen komen niet uit zichzelf tot overgave. Uiteindelijk kunnen ze het beloofde land Kanaän niet ingaan vanwege hun ongeloof (Hebr.3:19).

1 Wat kunnen trauma’s uitwerken, als je let op de reactie van de Israëlieten?

2 Waarom hielden Mozes, Jozua en Kaleb het wel vol om God te gehoorzamen? Wat kun je daarvan leren?

**13 april**

**Dag 103 Welke geestelijke bouwstenen zijn nodig?**

Je leest in Exodus 1:13 dat de Egyptenaren de Israëlieten met harde hand voor zich lieten werken: *Zij maakten het leven bitter voor hen door hen zwaar werk te laten verrichten met leem en bakstenen.* Ze waren er zó bezet mee, dat ze niet konden werken aan de goede bouwstenen van de behoeftenpiramide van hun eigen leven. In een behoeftenpiramide zie je wat je nodig hebt voor een goede, geestelijke ontwikkeling vanaf je vroegste kinderjaren. Door trauma’s wordt de goede karaktervorming en de groei naar de volwassenheid belemmerd of zelfs verhinderd.

Bij trauma’s kun je blijven hangen in de beschadigde en ontbrekende basisbehoeften. Je komt niet meer toe aan een verdere geestelijke ontwikkeling en kunt in een identiteitscrisis blijven. Velen blijven doelloos, hulpeloos, machteloos en willoos in de problemen. Je leeft om te overleven… met een gemis aan geloof, hoop en liefde.

Als je een behoeftenpiramide naast het leven van de zwaar verdrukte en verbitterde Israëlieten in Egypte plaatst, zie je dat ze geestelijk onvolgroeid, getraumatiseerd de woestijnreis beginnen. De jarenlang onderdrukte Israëlieten zullen met de lagere basisbehoeften hebben geworsteld. Zij leven om in pijn, gemis en trauma’s te overleven

De geestelijke bouwstenen zie je wel bij de vernieuwde Mozes. Hij is een driftig man als hij de Egyptische opzichter doodslaat. Later wordt hij als leider van het volk een zeer zachtmoedig man genoemd, *meer dan alle mensen die op de aardbodem waren* (Num.12:3). Bij de ongelovige Israëlieten worden ze grotendeels gemist, ook later in de woestijn. Dat ziet ook op hun niet vernieuwde karakter en hun geestelijke en emotionele onvolwassenheid. Daar blijven ze hun ‘oude mens’ handhaven. Ze kunnen door ongeloof Kanaän niet ingaan. Welke bouwstenen passen bij jou? Waarin wil je nog groeien?

1 Is er wel in je basisbehoeften voorzien? Wat heb je gemist? Welke geestelijke bouwstenen heb je nodig?

2 Dat je karakter kan verbeteren, zie je bij een driftige Mozes, die zachtmoedig werd. Wat kan er verbeteren in je karakter? Hoe kan dat gebeuren?

**14 april**

**Dag 104 Geestelijk herstel bij een verslaafde man**

In mijn pastorale werk bij de verslavingszorg en geestelijke hulpverlening heb ik contact gehad met een ex-verslaafde. Hij is met mij meegegaan als ervaringsdeskundige bij voorlichtingen voor jongeren en op school. Hij is als moslim opgegroeid, maar al in zijn jeugdjaren verslaafd geraakt aan softdrugs en verschillende harddrugs. Daardoor heeft hij geen opleiding in zijn jeugdjaren afgerond. Verder is hij meer dan twintig jaar verslaafd geweest.

Bij De Hoop in Dordrecht is hij geholpen en komt hij in aanraking met het Evangelie. Jezus Christus, Zijn verlossend en helend werk, en Zijn woorden dringen tot hem door. Vooral de tekst uit Mattheüs 11:28 raakt hem: *Kom naar Mij toe, allen die vermoeid en belast bent, en Ik zal u rust geven.* Hij wordt steeds weer ontroerd als hij in een samenkomst het lied hoort over Jezus: ‘Man van smarten, Lam van God.’ (Man Of Sorrows van Kingdom Culture). Hij komt bevrijdend en helend in zijn leven.

Tijdens de Sta Op Cursus Geestelijk herstel zingen we op 15 maart 2016 samen met de deelnemers Opwekking 358, met de helende tekst:

Uw tederheid genas, wat er bitter in mij was.

Uw heil neem ik aan, o Heer.

Uw liefde overwon, keerde al mijn boosheid om.

Uw heil neem ik aan, o Heer.

(O, Lord, Your tenderness van Graham Kendrick, Ned. tekst: Jan Visser)

De ex-verslaafde man is aanwezig en wordt diep geraakt door het lied. Later zegt hij me dat deze heerlijke ervaring uitstijgt boven alle ervaringen met drugs, die hij heeft gebruikt.

Ik heb hem toen vragen gesteld over de positieve bouwstenen en de blokkades voor geestelijke groei. Vanaf zijn jeugd tot en met zijn verslaving als hij bijna half de veertig is, kan hij weinig positieve bouwstenen in zijn leven herkennen. Alle genoemde blokkades kan hij wel herkennen in zijn oude leven, behalve dan dat hij wel liefde van zijn ouders heeft ervaren. Het zal duidelijk zijn dat je dan psychiatrische behandeling nodig hebt, die jaren kan duren om tot herstel te komen. Hij is weliswaar een tijd bij De Hoop in behandeling geweest en daarna ambulant bij onze afdeling Sta Op Zorg van De Hoop.

Niettemin vertelt hij mij dat inmiddels alle positieve bouwstenen en kenmerken daarvan in zijn leven aanwezig zijn. Dat duidt op maximaal geestelijk herstel in zijn situatie. Hij komt pas in juni 2014 bij De Hoop. Daar heeft hij geloof, hoop en liefde gevonden bij God en Jezus Christus.

Je ziet in zijn leven een bewijs van voorspoedig geestelijk herstel van zijn basisbehoeften door de helende invloeden van het Evangelie. Daardoor kunnen er ontbrekende bouwstenen van de geestelijke behoeften piramide worden toegevoegd.

1 Wat denk je van het geestelijk herstel van deze verslaafde man? Welke invloed heeft het Evangelie op hem gehad? Hoe is dat bij jou?

2 Hoe is het mogelijk dat hij zo spoedig de positieve bouwstenen en kenmerken van geestelijke groei ontving?

**15 april**

**Dag 105 Door Jezus kun je herstellen**

Van hen die Egypte verlaten, komen alleen Jozua en Kaleb in het beloofde land Kanaän. Zij mogen met het nageslacht binnengaan. Jozua is een type van Jezus, door Wie wij kunnen overwinnen! Hoe kun je Jezus gelovig volgen en daarbij trauma’s en drama’s overwinnen? Op welke wijze kan je geestelijk karakter worden gevormd en je geloof groeien in de beproevingen? Heb je nog verder geestelijk herstel nodig van je oude slavernij? Waardoor word je ook geestelijk en emotioneel bevrijd van je innerlijke problemen?

Hoe word je bij een Mara in je leven verlost van je teleurstellingen, twijfels, angsten, boosheid en bitterheid? Er wordt een hout in geworpen en het bittere water wordt zoet en drinkbaar. Heb je het kruishout nodig voor jouw Mara’s, teleurstellingen, angst en boosheid? Hoe kun je worden verkwikt en overvloed ontvangen bij een geestelijk Elim? Het wordt in de volgende dagen in dit dagboek uitgebreid behandeld.

Hoe word je gereinigd en bevrijd van je zonden en zorgen? Je moet dan toch bij het helende water van het Evangelie terechtkomen. Het wordt vertolkt in Opwekking 642 ‘De rivier’. Je zingt daar biddend: ‘Al mijn zonden, al mijn zorgen, neem ik mee naar de rivier. Leid mij steeds weer naar het water; ‘k wil U daar ontmoeten, Heer.’

**Hoe wordt het verwonde hart geheeld?**

Er zijn heel wat emotioneel beschadigde gelovigen, met een gebroken hart over het geleden onrecht, de afwijzing en de vernederingen. Hoe kan er heling komen voor gelovigen met psychische klachten en angsten? Is er voor hen die zich gebonden, beschaamd en schuldig voelen, hoop op herstel?  Voor hen is Jezus de geschikte Heiland, Die hun hart kan helen.

1 Jezus nodigt je in Mattheüs 11:28: *Kom naar Mij toe, allen die vermoeid en belast bent, en Ik zal u rust geven.* Heb je door Zijn striemen bij Hem al genezing ontvangen (Jes.53:5)?

2 We zingen in Opwekking 358: ‘Uw tederheid genas, wat er bitter in mij was. Uw liefde overwon, keerde al mijn boosheid om. Uw heil neem ik aan, o Heer.’ Wat herken je bij jezelf in deze zinnen?

**16 april**

**Dag 106 Waartoe is Jezus op aarde gekomen?**

Jezus heeft Zijn zalving, roeping en missie Zelf verwoord. Hij zegt van Zichzelf in Lukas 4:18:*De Geest van de Heere is op Mij; Hij heeft Mij gezonden om aan armen het Evangelie te verkondigen, om te genezen die gebroken van hart zijn, om aan gevangenen vrijlating te prediken en aan blinden het gezichtsvermogen, om verslagenen weg te zenden in vrijheid, om het aangename jaar van de Heere te prediken.*

Bij het aangename jaar kun je aan het jubeljaar denken. Jezus haalt in Lukas 4 woorden uit Jesaja 61:1-2 aan. Mozes heeft al over Jezus geprofeteerd in Deuteronomium 18:15: *Een Profeet uit uw midden, uit uw broeders, zoals ik, zal de HEERE, uw God, voor u doen opstaan; naar Hem moet u luisteren.* God heeft dit Zelf tegen Mozes gezegd in Deuteronomium 18:18, waarin God verder openbaart: *Ik zal Mijn woorden in Zijn mond geven, en alles wat Ik Hem gebied, zal Hij tot hen spreken.*

Jezus bevrijdt het volk van God uit het slavenhuis van de zonde. Hij zegt tegen de Joden die in Hem geloven: *Als u in Mijn woord blijft, bent u werkelijk Mijn discipelen, en u zult de waarheid kennen, en de waarheid zal u vrijmaken* (Joh.8:32). Hij geeft aan in vers 34: *Ieder die de zonde doet, is een slaaf van de zonde*. In vers 36 verzekert Hij je: *Als dan de Zoon u vrijgemaakt heeft, zult u werkelijk vrij zijn.*

Het is bemoedigend dat Jezus de woorden van God heeft gesproken op aarde. De Heilige Geest neemt het uit Jezus en verkondigt het je (Joh.16:13-15). Jezus is gekomen om te bevrijden en te helen. Hij bevrijdt uit innerlijke banden en geestelijke verslagenheid. Hij geneest ook hen die gebroken van hart zijn. Heb je Hem nodig?

1 Welke woorden en zinnen van Jezus heb je nodig?

2 Waarom moet je de woorden van Jezus gehoorzamen om in geestelijke vrijheid te kunnen leven?

**17 april**

**Dag 107 Een bestemming binnen geloofsbereik**

De Uittocht uit Egypte of Exodus is het Bijbelverhaal van het vertrek van de Israëlieten uit het oude Egypte. (Exodus is in het Hebreeuws: יציאת מצרים, Jetsi’at Mitzrajiem. Het woord betekent in het Grieks: ‘exodos’ = ‘weg uit’.) Exodus heeft allereerst betrekking op het vertrek van Israël uit Egypte zoals het in het gelijknamige Bijbelboek wordt beschreven. In bredere zin heeft het ook betrekking op het verblijf in de woestijn tussen Egypte en Kanaän en de wetgeving, zoals beschreven in de Bijbelboeken Leviticus, Numeri en Deuteronomium.

Het doel voor Israël is duidelijk en de bestemming is binnen geloofsbereik. Het gaat erom dat ze het beloofde land Kanaän in bezit zullen nemen. De opdrachten zijn helder en de beloften van God zeker. Het wordt bevestigd door ongekende, bovennatuurlijke wonderen. Hoe kan het dan dat er zoveel Israëlieten door ongeloof zijn omgekomen in de woestijn? Hebben ze de woestijn over het hoofd gezien? Zijn ze ongeschikt en onbekwaam voor de barre tocht door dit onherbergzame gebied?

God laat zien dat Hij in alle omstandigheden voor hen kan voorzien. Hij geeft drinken en eten dat genoeg is voor twee of drie miljoen Israëlieten. Je leest in Exodus 2:25: *En God zag naar de Israëlieten om en ontfermde Zich over hen.*
Mozes geeft het volk te kennen (Deut.29:5): *Ik heb u veertig jaar door de woestijn laten gaan; uw kleren zijn bij u niet versleten, en uw schoenen zijn niet versleten aan uw voeten.*

Ze vertrekken met blijdschap en rijk beladen uit Egypte. Ze laten de slavernij achter zich, maar zijn innerlijk niet verlost van hun gekwelde geest en psychische belasting. Je kunt uiterlijk heelhuids aan een oorlogsgebied zijn ontkomen, terwijl het later blijkt dat de oorlog nog in je hart en hoofd zit. Er kunnen emotionele beschadigingen zijn, waarvan je ook moet worden bevrijd. Je kunt uit een gevangenkamp zijn bevrijd, maar nog gebonden zijn aan een kampbewaker, die je niet kunt vergeven.

1 Het Evangelie brengt je binnen het geloofsbereik van de Bevrijder en Heler, Jezus de Heiland. Ben je er innerlijk aan toe om Hem in het hart te ontvangen?

2 Hoe gaan de Israëlieten in de woestijn om met de beloften en wonderen van God? Hoe behoren wij om te gaan met de woorden, daden en beloften van God, die voor ons gelden?

**18 april**

**Dag 108 Exodus of exit?**

Voor ongelovige Israëlieten is de uittocht geen ingang, maar een afgang geworden. In de woestijn wordt het ‘over en uit’. De doortocht door de Rode Zee wordt voor de ongelovige Egyptenaren ook een ‘exit’. Zonder geloof is het onmogelijk om God te behagen (Hebr.11:6). Zonder geloof ga je ten onder, al volg je het volk van God door de Rode Zee of de doop.

In 1 Korinthe 10:1-13 wordt Israël als een waarschuwend voorbeeld aangehaald. Paulus geeft daar aan dat de Joodse vaderen allen onder de wolk waren en door de zee zijn gegaan. Hij gaat verder vanaf vers 2: *En dat allen in Mozes gedoopt zijn in de wolk en in de zee, en allen hetzelfde geestelijke voedsel gegeten hebben, en allen dezelfde geestelijke drank gedronken hebben. Zij dronken namelijk uit een geestelijke rots, die hen volgde; en die rots was Christus. Maar in de meesten van hen heeft God geen welgevallen gehad, want zij zijn neergeveld in de woestijn.*

Ze zijn voor je ‘een baken in de woestijn’. Je bent als christen gewaarschuwd om hen niet na te volgen in het kwade. Paulus leert en vermaant je verder vanaf vers 6: *En deze dingen zijn gebeurd als voorbeelden voor ons, opdat wij niet zouden verlangen naar kwade dingen, zoals ook zij verlangd hebben. En word geen afgodendienaars zoals sommigen van hen, zoals geschreven staat: Het volk ging zitten om te eten en te drinken en zij stonden op om te feesten. (Letterlijk: spelen.) En laten wij geen hoererij bedrijven, zoals sommigen van hen hoererij bedreven hebben, en op één dag vielen er drieëntwintigduizend. En laten wij Christus niet verzoeken, zoals ook sommigen van hen Hem verzocht hebben en door de slangen omgekomen zijn. En mor niet, zoals ook sommigen van hen gemord hebben en omgekomen zijn door de verderver. Al deze dingen nu zijn hun overkomen als voorbeelden voor ons, en ze zijn beschreven tot waarschuwing voor ons, over wie het einde van de eeuwen gekomen is. Daarom, wie denkt te staan, laat hij oppassen dat hij niet valt.* In vers 13 bemoedigt Paulus de gelovigen in beproeving, als hij schrijft: *Meer dan een menselijke verzoeking is u niet overkomen. En God is getrouw: Hij zal niet toelaten dat u verzocht wordt boven wat u aankunt, maar Hij zal met de verzoeking ook de uitkomst geven om die te kunnen doorstaan.* De werkelijke exodus is bedoeld om het Licht der wereld te volgen en in de vrijheid te kunnen staan en los te komen van de slavernij van de zonde.

1 Waarin is Israël een waarschuwend voorbeeld voor je, zoals je hierboven leest?

2 Waarom is geloofsgehoorzaamheid zo belangrijk op de weg van God?

**19 april**

**Dag 109 Uit de angst gered**

De Israëlieten worden geestelijk, emotioneel en lichamelijk mishandeld en beschadigd als slaven in Egypte. Zij worden daar geminacht en gekleineerd. Als ze talrijker worden, moeten ze dwangarbeid verrichten: stenen maken en steden bouwen. De Israëlieten worden geslagen en mishandeld. Door de opzichters wordt de angst er wel ingeslagen. Na het verzoek van Mozes wordt de werklast onredelijk verzwaard. In Exodus 5:13 lees je dat de slavendrijvers blijven aandringen: *Lever het volle werk, de per dag opgelegde hoeveelheid, net zoals toen er stro was.* Ze hebben ook meegemaakt: het stiekem kinderen moeten verbergen, de angst voor ontdekking en het verlies van hun zoontjes. Er zijn ook gelovige Israëlieten, zoals het ouderlijk gezin van Mozes en de vroedvrouwen die God vrezen (Ex.1:15-2:10). Je leest het volgende in Hebreeën 11:23 over Mozes en zijn ouders: *Door het geloof werd Mozes, toen hij geboren was, drie maanden lang door zijn ouders verborgen, omdat ze zagen dat het een heel bijzonder kindje was. En zij waren niet bevreesd voor het bevel van de koning.*

De angst heeft hen alweer spoedig te pakken, als het leger van farao er aan komt bij de Rode Zee (of Schelfzee). Weer een trauma… De zeer bevreesde Israëlieten roepen tot de HEERE. Zij klagen ook Mozes aan, omdat hij hen niet met rust heeft gelaten om de Egyptenaren te dienen. Mozes zegt tegen de Israëlieten vóór de Schelfzee: *Wees niet bevreesd, houd stand, zie het heil van de HEERE dat Hij vandaag nog voor u zal bewerken (…) De HEERE zal voor u strijden, en ú moet stil zijn* (Ex.14:13-14). Dan zegt de HEERE tegen Mozes: *Wat roept u tot Mij? Spreek tot de Israëlieten en zeg dat zij optrekken* (Ex.14:15). God splijt het water van de Rode Zee doormidden en maakt voor hen een pad door de zee. *Zo gingen de Israëlieten midden in de zee op het droge* (Ex.14:21-22).

Er zijn dus steeds weer nieuwe geloofsbeproevingen voor de Israëlieten. Let op de geestelijke houding van het angstige slavenvolk en de geloofshouding van Mozes, die zich afhankelijk weet van God en Zijn leiding. Ze worden omringd door wonderen, vanaf de plagen van Egypte, de uittocht en de doortocht door de Rode Zee. Als ze de macht van God zien bij deze Schelfzee, vreest het volk de HEERE. Het gelooft in de HEERE en in Mozes, Zijn dienaar (Ex.14:31). Zij zingen een loflied voor God.

1 Hoe reageren de Israëlieten en Mozes in de zware omstandigheden, angst en geloofsbeproevingen? Hoe heb jij gereageerd op moeilijkheden in je leven?

2 Wat kan er op het geloof volgen, als je ziet hoe het is gegaan met Mozes en Israël? Hoe kun jij volgen in de weg van God?

**20 april**

**Dag 110 Neem de scherven niet mee, zoals Israël deed**

Waren ze maar zo blij en dankbaar gebleven! Na het zien van zulke ongekende wonderen en voorzieningen kun je toch wel vertrouwend de weg vervolgen? Maar drie dagen later is bij een nieuwe geloofsbeproeving de stemming alweer omgeslagen. Wat een bittere teleurstelling… Wat kun je van de Israëlieten leren? Israël is immers ook een waarschuwend voorbeeld voor je (1Kor.10:1-13).

Er zitten veel geestelijke lessen in deze geschiedenis. Hoeveel mensen zijn er niet positief op weg gegaan? Ze hebben een openlijke keuze gemaakt voor God en voor Jezus. Ze hebben het geestelijk onderwijs tot zich genomen. Ze hebben zich laten dopen. Geestelijk zijn ze onder de wolk en gaan ze door het water van de zee.

Hoe komt het dat de stress, onzekerheid en angst een rol zijn blijven spelen in Egypte en bij de uittocht? We kijken weer even terug naar hun gekwelde leven als verdrukte slaven in Egypte. Ze zijn daar in toenemende mate stukgeslagen: geestelijk, psychisch, emotioneel en lichamelijk. Hun waardigheid wordt de bodem ingeslagen. Geloof, hoop en liefde worden de kop ingedrukt. De basisbehoeften om zich geestelijk verder te kunnen ontplooien, worden hun min of meer onthouden. Ze worden voortgedreven door angst.

Ze nemen de scherven uit Egypte mee in de woestijn. Tussen de scherven en brokstukken van hun leven groeien de verbittering en boosheid bij de vele gekwelde Israëlieten. Ze leren in Egypte leven met de barsten en scherven in hun ellendige bestaan. Bij elkaar zoeken ze dan troost, saamhorigheid en liefde. Gedeelde smart kan halve smart zijn. Zo willen ze eerder met rust worden gelaten in Egypte. Ze zeggen dat ook tegen Mozes, in hun angst vóór de Schelfzee (Ex.14:12).

Alles bij elkaar genomen zitten ze gevangen in hun trauma’s. Dat is herkenbaar bij veel mensen die behept zijn met trauma’s, PTSS (Post Traumatisch Stress Syndroom), depressies en borderline.

1 Waardoor kun je angstig en/of verbitterd en boos worden?

2 Wat gebeurt er als je de scherven in je leven met klamme vingers of met gebalde vuisten vastklemt?

**21 april**

**Dag 111 A- en B-trauma’s**

Zijn er barsten in je leven? Heb je last van trauma’s vanuit het verleden? A-trauma’s ontstaan al vanaf de vroegste kinderjaren. Het zijn de ontbrekende en beschadigde bouwstenen bij de basis van je behoeftenpiramide. A-trauma’s worden ook wel ‘de breuken van de ziel’ genoemd. Het zijn de geestelijke en psychische barsten, die zich steeds weer verder kunnen uitbreiden.

B-trauma’s komen door bedreigende ervaringen, die grote invloed hebben op het geheugen en denken. Je kunt hierbij denken aan lichamelijke, verbale of emotionele mishandeling, die je hebt meegemaakt of gezien. B-trauma’s worden ook wel ‘breuken in het denken’ genoemd.

Je ziet dat getraumatiseerde Israëlieten scherven uit Egypte hebben meegenomen in de woestijnreis. Je herkent het aan de opstandige uitspraken van het volk tegen God en Mozes. De innerlijk gekwelde en chronisch verbitterde mensen blijven maar mopperen. Zij willen hun scherven niet loslaten, maar blijven ze koesteren.

Door de scherven die ze meedragen, blijven ze beschadigingen oplopen. Bij iedere nieuwe stress- en angstsituatie trappen ze weer in de oude scherven. Uiteindelijk zijn ze in hun eigen scherven gevallen en omgekomen. Kijk maar naar de scherf ‘ongeloof’. Je leest in Hebreeën 3:19: *Zo zien we dat zij niet konden ingaan vanwege hun ongeloof.*

1 Herken je kenmerken van een A-trauma en/of B-trauma in je leven?

2 Onderzoek bij jezelf welke van de hieronder genoemde scherven je meedraagt in je leven.

- Welke last draag ik mee?

- Welke boosheid en wrok koester ik?

- Waarover gaan mijn pijn en angsten?

- Wat ervaar ik als schuld?

- Waarover twijfel ik?

- Wat doet het ongeloof met me?

- Waarom geef ik me over aan zelfbeklag?

**22 april**

**Dag 112 Welke problemen staan je nog in de weg?**

Bij veel mensen die hun geloof hebben beleden, zie je dat geestelijke problemen op den duur een belangrijke rol gaan spelen. Dat belemmert de geloofsgroei. Het blokkeert de gezonde ontwikkeling van hun geestelijk leven. Bij een aantal heeft daardoor het (onoprechte) geloof schipbreuk geleden. Bij veel gelovigen gaat het geestelijk leven na de tijd van de eerste liefde achteruit.

**De volgende oorzaken zijn te noemen:**

- emotionele beschadigingen zijn niet goed verwerkt;

- zonden worden gehandhaafd;

- het geestelijk karakter is niet genoeg hervormd;

- het denken (of de gezindheid) is onvoldoende vernieuwd;

- men heeft moeite met geloofsbeproevingen;

- er is nog te veel zelfzucht, vleselijk denken en hoogmoed;

- er is te weinig geloofsovergave en gehoorzaamheid;

- verdere bekering laat op zich wachten.

**Wandel in het reiskleed van de nieuwe mens**

De Israëlieten reizen blijkbaar in het kleed van hun oude mens uit slavenhuis Egypte. Daarin kijk je terug naar je oude leefgewoontes en vleselijke behoeften, terwijl je nog bent gehuld in angstige, twijfelachtige en kwade gedachten. In het reiskleed van de nieuwe mens kijk je uit naar een hoopvolle toekomst. Als reisgids heb je het Woord en de beloften van God. Je wordt onder de verlichtende wolk innerlijk veranderd naar het beeld van Jezus. Je kunt over de oude en nieuwe mens van de gelovige lezen in Kolossenzen 3:5-17. Je moet afdoen waarin je voorheen hebt gewandeld en geleefd (vers 5-9). Verder lees je wat je behoort aan te doen, waarmee je je geestelijk moet bekleden aan eigenschappen en daden van liefde en geloof.

1 Lees Kolossenzen 3:5-17. Wat moet je als gelovige afleggen volgens de verzen 5-9?

2 Wat behoor je geestelijk aan te trekken en ook daadwerkelijk te doen, zoals je dat leest in de verzen 10-17?

**23 april**

**Dag 113 Hoe kun je herstellen van teleurstellingen?**

Ik wil de diepe oorzaken en hardnekkige resten van de geestelijke beschadigingen en pijn behandelen. Hoe kan het bittere water van jouw Mara’s drinkbaar worden? Ik hoop en bid hierbij dat het helende hout van het kruis het water van teleurstelling en bitterheid zal maken tot een heldere bron. Dan kun je je weg vervolgen naar een heerlijk Elim (Ex.15:27).

Het gaat hierbij over de geschiedenis bij Mara, dat ‘water van bitterheid’ of ‘teleurstelling’ betekent. Je leest erover in Exodus 15:22-25: *Hierna liet Mozes Israël vanaf de Schelfzee opbreken en zij vertrokken naar de woestijn Sur. Drie dagen gingen zij door de woestijn en vonden geen water. Toen kwamen zij bij Mara. Zij konden echter het water uit Mara niet drinken, want het was bitter. Daarom gaf men het de naam Mara. Toen morde het volk tegen Mozes, en zei: Wat moeten wij nu drinken? Hij riep tot de HEERE, en de HEERE wees hem een stuk hout. Dat wierp hij in het water. Toen werd het water zoet. Daar heeft Hij het volk een verordening en een bepaling gegeven, en daar heeft Hij het op de proef gesteld.*

In Exodus 15:23-25 lees je dat de Israëlieten het bittere water van Mara niet kunnen drinken. Vanuit de grondtekst kan ‘Mara’ ook worden vertaald met ‘water van teleurstelling’. De lang gekwelde Israëlieten reageren weer verbitterd en verontwaardigd op de nieuwe geloofsbeproeving van de HEERE. Ze missen nog steeds het vertrouwen in God.

Je hebt allemaal je pijnlijke herinneringen aan teleurstellende ervaringen. Het kunnen ook trauma´s zijn met diepere pijnplekken, die nog een verdere weg van herstel nodig hebben. Sta je aan de rand van bitter water? Wat kun je daar ontvangen? Bij een Mara in je leven kan de liefde van God het bittere zoet maken in je hart. Daartoe is Jezus aan het kruishout gestorven. Door Zijn striemen is er genezing gekomen (Jes.53:5). Heb je het ervaren?

1 Wat zijn de bittere teleurstellingen in je leven? Hoe ga je ermee om?

2 Hoe kun je op God vertrouwen als je aan de rand van bitter water staat?

**24 april**

**Dag 114 Herstel door de Heelmeester**

Mozes roept bij het bittere water van Mara tot God. Je leest in Exodus 15:25: *En de HEERE wees hem een stuk hout. Dat wierp hij in het water. Toen werd het water zoet. Daar heeft Hij het volk een verordening en een bepaling gegeven, en daar heeft Hij het op de proef gesteld.*De Studiebijbel verklaart: ‘God stelt het volk op de proef, want Hij wil weten of ze Hem geheel zijn toegewijd.’ Verder dienen ze te weten, ‘dat de HEERE hen altijd kan helpen en genezen.’

Het stuk hout dat de HEERE aanwijst, wordt dus in het bittere water geworpen. Het kan symbolisch goed zien op het hout van het kruis van het Nieuwe Testament. Het past ook goed bij het helend handelen van God door Jezus Christus. Je leest namelijk na deze gebeurtenis te Mara in Exodus 15:26: *Want Ik ben de HEERE, uw Heelmeester!*

**Door de striemen van Jezus is er genezing voor je**

Je hebt het helende hout van het kruis nodig. In je pijn en hulpeloosheid heb je Jezus nodig! Al zijn de emoties nog zo beschadigd en al is de wil nog zo verzwakt, door de striemen van Jezus is er herstel mogelijk. Je wordt bemoedigd in Jesaja 53:5: *Door Zijn striemen is er voor ons genezing gekomen.*

Vergeving en genezing horen bij elkaar. Als je anderen niet kunt vergeven, ervaar je ook niet de volle genezing op alle gebieden van je innerlijk. Je kunt een vast geloof en momenten van geestelijke blijdschap hebben, maar op de achtergrond blijven toch nog de pijnen van afwijzing, wrokgevoelens en bitterheid zeuren. Vroeg of laat steken die weer de kop op en zit je geestelijk weer midden in de strijd.

Hoe leer je God kennen als je Heelmeester? Je leest in Exodus 15:25-26 dat God spreekt tot Israël: *Als u aandachtig luistert naar de stem van de HEERE, uw God, en doet wat juist is in Zijn ogen, als u Zijn geboden gehoorzaamt en al Zijn verordeningen in acht neemt, dan zal Ik geen enkele van de ziekten over u brengen die Ik over Egypte gebracht heb, want Ik ben de HEERE, uw Heelmeester.*

Jezus is de Heiland (Redder, Bevrijder, Heler). In Jezus Christus is God voor de oprechte gelovigen de Heelmeester. Zie je God alleen als je Wetgever of ken je Hem ook als je Heelmeester?

1 Waarom heb je heling nodig bij het kruis van de Heiland Jezus Christus?

2 Hoe kun je God leren kennen als je Heelmeester als je let op Exodus 15:25-26?

**25 april**

**Dag 115 Aan de rand van bitter water**

Ik las eens leerzame opmerkingen van Derek Prince uit zijn boekje ‘Aan de rand van bitter water’ (ondertitel: omgaan met teleurstelling en ontmoediging). Hij behandelt daarin het ‘Mara’ uit Exodus 15:25-26. Daarin spreekt God: *Ik ben de HEERE, uw Heelmeester*. Derek schrijft: ‘We moeten goed begrijpen dat de Heer de dokter, de arts wil zijn voor Zijn volk. Dit is wat de Heer Zijn kinderen duidelijk wilde maken toen Hij hen naar de poel met bitter water leidde.’

Prince geeft aan dat veel mensen leven van hoogtepunt naar hoogtepunt ‘en vaak meer gericht zijn op de beleving van het moment en op onmiddellijke behoeftebevrediging, dan op geleidelijke groei naar volwassenheid in ons karakter.’ Hij stelt: ‘Iedere afzonderlijke openbaring zal ons uiteindelijk doen groeien in het kennen van God zelf.’ Derek Prince geeft verder aan, dat het staan aan de rand van bitter water iets is wat God heeft toegestaan. Hij wil het geloof en de toewijding beproeven. Als het goed is, leren Mara’s je bidden en vertrouwen. Volgens Derek is geleidelijke groei naar volwassenheid in je karakter belangrijk. Dit is er niet bij het verbitterde volk. Het komt in de beproevingen wel naar voren bij Mozes, Jozua en Kaleb.Wat kun je hiervan leren? Ik denk dat je in het voortdurend zien op God en Jezus, als de Heelmeester en Heiland, je gevormd zult worden in een beproefd karakter. Je leert het dan weg te leggen bij het kruis. Let erop: het is een heiligend kruis, waaronder je getroost kunt reizen naar het Vaderlijk huis. De blijdschap van de HEERE zal je kracht zijn, wat je zal helpen bij het overwinnen van de gevolgen van de burn-out en het pijnlijk denken over de klachten die je hebt. Door het zien op Jezus kunnen de discipelen verblijd zijn in het lijden dat ze verdragen. Jakobus schrijft erover:*Acht het enkel vreugde wanneer u in allerlei beproevingen terechtkomt* (Jak.1:2-5).

Het geloof ziet op de trouw van God. Het geloof kan je boven de ellende uittillen. Geloven is weten. Het weten dat God erbij is in je moeilijke omstandigheden en Mara’s, kan je een innerlijke rust geven. Paulus verwoordt het geloof van de kinderen van God in Romeinen 8:28: *En wij weten dat voor hen die God liefhebben, alle dingen meewerken ten goede, voor hen namelijk die naar Zijn voornemen geroepen zijn.*Het geloof mag weten dat God Zijn kinderen nooit loslaat. Zijn liefde houdt vast in de zware beproevingen. Hij maakt het bittere water drinkbaar op het moment dat het nodig is, zoals bij Mara in de woestijn.

1 Wat kun je volgens Derek Prince leren aan de rand van bitter water?

2 Wat kunnen tijden van beproeving bij je uitwerken? Wat mag je dan weten?

**26 april**

**Dag 116 Een Heiland voor een ongehoorzaam volk**

Jesaja roept in hoofdstuk 63:7-14 de goedertierenheid en barmhartigheid van de HEERE tot Israël in de woestijn in herinnering. In vers 8 lees je dat Hij hun tot een Heiland werd. Een Heiland is een Redder, Bevrijder en Heer. Door Zijn liefde en genade heeft Hij hen bevrijd, opgeheven en gedragen (vers 9).

Je leest verder in de verzen 10-14: *Zij daarentegen zijn ongehoorzaam geworden en hebben Zijn Heilige Geest bedroefd. Daarom is Hij voor hen veranderd in een vijand, Hij Zelf heeft tegen hen gestreden. Toch dacht Hij aan de dagen vanouds, aan Mozes, aan Zijn volk. Maar nu, waar is Hij Die hen deed opgaan uit de zee met de herders van Zijn kudde, waar is Hij Die Zijn Heilige Geest in hun midden stelde, Die Zijn luisterrijke arm heeft doen gaan aan de rechterhand van Mozes, Die het water voor hun ogen doormidden spleet om Zich een eeuwige Naam te maken, Die hen deed gaan door de diepe wateren? Als een paard in de woestijn struikelden zij niet, als een dier dat in de vallei afdaalt, heeft de Geest van de HEERE hun rust gegeven. Zo hebt U Uw volk geleid om U een luisterrijke Naam te maken.*

God doet het om Zijn Naam te verheerlijken. Daarom moet je Hem ook eren, danken en prijzen! Daar ontbrak het de opstandige en ongelovige Israëlieten aan. Door een oprecht, volhardend geloof kun je aankomen bij een heerlijk Elim, waar je wordt verrijkt in een oase van de Liefde van God, waarin Hij voorziet. Je leest erover in Exodus 15:27:  *Toen kwamen zij bij Elim. Daar waren twaalf waterbronnen en zeventig palmbomen. Zij sloegen daar hun kamp op aan het water.*

1 Wat weet je van de goedertierenheid en barmhartigheid van God in je leven?

2 Waarom moet je God meer eren, danken en prijzen?

**27 april**

**Dag 117 Mara’s en Elims**

Enkele voorgangers en evangelisten uit Cuba schrijven in het dagboek ‘Elke dag geboeid’ op 4 en 9 april over Mara’s en Elims in het leven van vervolgde gelovigen. Ze schrijven onder een schuilnaam. Er wordt aangegeven op 4 april van het dagboek over de situatie van de lijdende kerk naar aanleiding van Exodus 15:23 en 27: ‘Enerzijds ontberingen, nederlagen, vervolging en bitterheid; anderzijds voorziening, overwinning en bronnen van levend water. Is dit niet een beeld van onze wandel met God? Naast elke bittere bron van Mara groeit een boom. Als die boom in het water wordt geworpen, wordt het bittere water zoet. Een prachtig beeld van het kruis van Jezus, het symbool van verlossing en redding.’

De schrijver vergelijkt het hout (afkomstig van een boom bij Mara) met ‘de boom des levens’. Hij verklaart je verder over het leven van de vervolgde gelovigen: ‘Er is geen woestijntocht zonder dat er ergens palmbomen en bronnen zijn. We mogen een tijdje in Elim blijven. God laat teleurstellingen (Mara’s) toe om ons daarna te verkwikken en te sterken, maar Hij geeft ook genoeg verrassingen (Elims).’

Op 9 april gaat het over Psalm 16:11: *Overvloed van vreugde is bij Uw aangezicht.* De schrijver van deze dag (die een leidinggevende rol had in de Cubaanse kerk) geeft je door: ‘Dertig jaar werken voor God in een atheïstisch land heeft me een geheim geleerd. Dat verschrikkelijk uur, die donkere nacht, die sombere dag, de verleiding, de berechting en de jaren van vervolging… het valt allemaal in het niet bij dat ene ogenblik in Gods tegenwoordigheid. In de tegenwoordigheid van God wordt ons duidelijk dat al het wereldse onbelangrijk en tijdelijk is.’ De tegenwoordigheid van God maakt alles goed.

Als ‘stem van de vervolgde kerk in Cuba’ gaat hij verder: ‘Na ‘Mara’ (de plaats van het bittere water) zal er altijd een ‘Elim’ (een oase) zijn, waar de bitterheid en de ontberingen veranderen in de zoete aanwezigheid van God. Na de woestijn van vreselijke beproeving zal Kanaän komen – een land vloeiende van melk en honing. Het doet me denken aan een lied dat we vaak in onze kerk hebben gezongen. Ik heb het al die dagen in mijn hart bewaard, en hoop ernaar te leven tot het einde van mijn dagen.’ Het lied vertolkt:

‘We zullen trouw zijn aan Hem, Die ons kocht met Zijn bloed. We zullen Christus volgen, zelfs als de verleiding aanlokkelijk roept. En is de weg vol doornen, en valt het kruis ons zwaar, dan maakt één ogenblik in Zijn nabijheid dit alles goed.’

1 Wat spreekt je aan in de getuigenissen en verklaringen vanuit Cuba?

2 Ken je de afwisselingen van de Mara’s en Elims in je leven?

**28 april**

**Dag 118 Ruim baan na een nieuw begin**

Na belijdenis van ontrouw kan er een nieuw begin zijn. Na herstel en vergeving mag een gelovige rusten in de genade en trouw van God. Dat kan gebeuren na een Mara en bij een Elim. Het komt mooi naar voren in de vertolking van Psalm 32 door The Psalm Project.

Voor David is er herstel na een bittere periode van verzwegen, niet beleden schuld. Breng het ook aan het licht, als er nog duisternis in je leven is. Belijd het aan God. Dan kan er weer vreugde in je leven komen. Dan kun je gelovig op de weg van God verdergaan. Dan kan er ook ruim baan zijn in de woestijn van het leven. Hadden de Israëlieten dat maar gedaan!

Hieronder volgt de vertolking van Psalm 32 door Egbert van der Stouw en Eelco Vos van The Psalm Project, getiteld: ‘Als nieuw geboren’.

Zo liefdevol, Heer, rust op mij Uw oog. U leidt mij uit de diepte weer omhoog.
Mijn schuld en ontrouw hebt U weggedaan. Als nieuwgeboren ziet U mij nu aan.

U zult mij voortaan door Uw trouw bewaken.
 U zult mijn leven vol van vreugde maken.
Zo zal Uw weg mij wijzen waar te gaan.
U gaat mij voor, U maakt voor mij ruim baan.

Zolang ik zweeg verdorde mijn bestaan. Ik was bezwaard zo greep de schuld mij aan.
Zwaar woog Uw hand op mij, Heer, dag en nacht.
 In zelfbeklag verdween mijn levenskracht.

Mijn ontrouw, Heer, heb ik aan U beleden; U die vergeeft, tot U heb ik gebeden.
Ben ik omringd door storm en watervloed, op U vertrouw ik, Heer, U die mij hoedt.

U zult mij voortaan door Uw trouw bewaken,
U zult mijn leven vol van vreugde maken.
Zo zal Uw weg mij wijzen waar te gaan.
U gaat mij voor, U maakt voor mij ruim baan.

1 Wat herken je bij jezelf in deze tekst van Psalm 32?

2 Hoe kun je geestelijk een vreugdevol leven hebben?

**29 april**

**Dag 119 Herstel van beschadigde emoties**

In de afbeeldingen die volgen, zie je wat angst en boosheid kunnen uitwerken in je leven. Het kunnen ook andere negatieve gevoelens zijn die iemand blijft koesteren. Hierdoor kun je zelfs een occulte belasting of gebondenheid oplopen. Je geeft de boze geesten van angst of boosheid een ingang in je leven.



Kwade geesten infiltreren via je gedachten op zwakke of zieke plekken in je geestelijk leven. Het zijn geesten die communiceren met jouw geest. Je ziet op de afbeeldingen dat er insecten zijn binnengedrongen via een zwakke of beschadigde plek in de appel (een voorbeeld van het hart).



De insecten leggen vervolgens de eitjes in de appel. Je kunt dit vergelijken met zaden van angst of boosheid, die je op zwakke momenten hebt toegelaten in je hart. Deze negatieve, knagende gedachten kun je voeden, zodat ze zich steeds meer uitbreiden in je denken en gevoelens. Eigenlijk vreet zo iemand zichzelf op van boosheid. Er is een spreekwoord in Laos, dat je leert: ‘Het is niet de mens die de opium eet, maar de opium eet de mens.’ De drug opium die ze daar eten, zal ze verteren. De zonde die je koestert, zal je uiteindelijk doden. Voed geen zaden van angst en boosheid in je hart. Laat je niet opvreten door angst of boosheid.

Je leest in dit dagboek dat er gelukkig herstel mogelijk is. Wat in de natuur niet kan, kan door het herstellende en helende werk van Jezus Christus in het geestelijk leven wel. Kom daarom met alles wat je nog pijn doet, vermoeit en belast, biddend tot de Heelmeester! Symbolisch gezien moet het helende hout van het kruis worden geplaatst op jouw pijnplek. Andersom gezien moeten je gevoelens van afwijzing, pijn en ellende aan de voet van het kruis worden neergelegd!

Laat je emotionele beschadigingen, bitterheid, boosheid, angst, teleurstellingen, slepende problemen, schuldgevoelens en wat je dan ook belast, terechtkomen bij het kruis. Je kunt herstel en volledige innerlijke genezing ontvangen door het volbrachte werk van Jezus Christus aan het kruis van Golgotha. Door het offer van Jezus aan het kruis is er vergeving, herstel en heling op aarde gekomen. Op de afbeeldingen hieronder zie je hoe heerlijk je kunt worden hersteld door het volbrachte werk van Jezus Christus aan het kruis!



Je ziet het hierboven geïllustreerd in het eerder afgebeelde voorbeeld van de appels. Je ziet daarin dat het kruis wordt geplaatst in de specifieke pijnplek.

In dit geval in het probleem van de persoonlijke angst en de innerlijke boosheid. Leg je angst en boosheid neer aan de voet van het kruis, waaraan Jezus de pijn, zonde en ellende heeft weggedragen.

1 Wat denk je van de voorbeelden van de appels en de knagende gedachten van angst en boosheid? Waarin komt het voorbeeld van de appels overeen met de geschiedenis van Mara in Exodus 15:22-27? Is het herkenbaar?

2 Hoe kan het helende hout van het kruis geestelijk worden geplaatst op jouw pijnplekken en emotionele beschadigingen?

**30 april**

**Dag 120 Bevrijding van slavernij**

Geestelijke groei wordt tegengehouden door twijfel, geestelijke gebreken en psychische problemen. Na een heerlijke periode van eerste liefde kunnen de onopgeloste problemen van voorheen weer de kop op steken. De Israëlieten vertrekken met grote blijdschap uit het slavenhuis van Egypte. Ze zingen dankbaar en verblijd na de doortocht door de Rode Zee. Daarna worden ze beproefd en getest in hun geloof tijdens de woestijnreis.

Je ziet dat vaak terug bij het eerste geloof en de verdere bekering van gelovigen. Na de acceptatie van Jezus kan de pijn van de afwijzing door mensen aanwezig blijven. Er kunnen resten van angst en boosheid uit het verleden zijn. Emotionele beschadigingen blokkeren de vooruitgang in het geestelijk leven.

**Heb je weer bevrijding nodig?**

Door emotionele beschadigingen kan de wil weer worden verzwakt en krijgen de boze machten nieuwe kansen om in je gedachten te infiltreren. Herstel van je eerste liefde en bevrijding van verkeerde patronen in je gedachten zijn daarom nodig. Je bent tot vrijheid bevrijd (Gal.5:1). Je wordt bevrijd door de Waarheid. Jezus is de Bevrijder. Kom opnieuw tot Hem, Die jouw eerste liefde kan herstellen!

Als je bevrijding nodig hebt van een belasting of zondige verslaving, blijf dan niet moedeloos bij de pakken neerzitten. Erken en beken het eerlijk. Vraag om hulp en gebed. Door Jezus Christus is er bevrijding en genezing mogelijk. Aan Zijn voeten ontvang je het onderwijs dat je nodig hebt. In de liefdevolle armen van de goede Herder word je hersteld van je beschadigingen. God laat niet varen de werken van Zijn handen (Ps.138:8). Samen in de Naam van Jezus Christus mogen we bidden en bevrijding verwachten!

Jezus zegt tegen de gelovigen afzonderlijk: *Als u in Mijn woord blijft, bent u werkelijk Mijn discipelen, en u zult de waarheid kennen, en de waarheid zal u vrijmaken. Als dan de Zoon u vrijgemaakt heeft, zult u werkelijk vrij zijn* (Joh.8:31,32,36). Gelovigen worden opgeroepen in Galaten 5:1:*Sta dan vast in de vrijheid waarmee Christus ons vrijgemaakt heeft, en laat u niet weer met een juk van slavernij belasten.*

1 Ga je gebukt onder gebondenheid aan zonden of een emotionele belasting?

2 Wat denk je van de genoemde teksten uit Johannes 8 en Galaten 5:1?

**1 mei**

**Dag 121 Heb je discipline en volharding nodig?**

Je ziet de gevolgen van het lang gedragen slavenjuk in het gedrag en karakter van de Israëlieten in de woestijn voortdurend terugkeren. Ze reageren vaak vanuit boosheid, bitterheid en angst. Bij iedere nieuwe beproeving zie je de wortels van angst, bitterheid en boosheid weer uitspruiten en aan de oppervlakte komen.

Er wordt tegen gewaarschuwd in Hebreeën 12, waar het gaat over hen die in de loopbaan van het geloof verslappen en wankelen. Zij hebben de discipline en vaderlijke kastijdingen van God nodig. Het verslappen staat namelijk tegenover de volharding die nodig is op de weg van God. Kaleb en Jozua hebben volhard om de HEERE na te volgen. Zij mogen daardoor ook Kanaän binnengaan en overwinnen door het geloof.

Het is de discipline van God, die je corrigeert, opvoedt, vormt en leidt op Zijn weg. Het Griekse grondwoord ‘paideia’ is een onderdeel van de noodzakelijke opvoeding, wat in Hebreeën 12 ook wel ‘pijnlijke tuchtiging’ inhoudt. Dat blijkt voor de Israëlieten in de woestijn nodig te zijn, omdat ze hardnekkig blijven volharden in hun ondankbare bitterheid en boosheid. Zij blijven tegenstaan in ongeloof en wantrouwen en keren zich voortdurend tegen de leiding van God en Mozes.

De beproevingen en het lijden worden gebruikt door een liefhebbend Vader om Zijn kinderen geestelijk volwassen te maken, te oefenen en sterk te maken voor de geestelijke strijd, om te kunnen overwinnen en om ze voor te bereiden op de hemelse heerlijkheid. Hij wil je hierdoor heiligen, apart zetten voor Hem, tot je nut en geestelijke vorming. Je leest erover in de verzen 11-14: *En elke bestraffing schijnt op het moment zelf wel geen reden tot blijdschap te zijn, maar tot droefheid. Maar later geeft zij hun die erdoor geoefend zijn, een vreedzame vrucht van gerechtigheid. Hef daarom de slappe handen op en strek de knikkende knieën, en maak rechte sporen voor uw voeten, opdat wat kreupel is, niet wordt ontwricht, maar veeleer genezen wordt. Jaag de vrede na met allen, en de heiliging, zonder welke niemand de Heere zal zien.*

In Hebreeën 12:15 klinkt daarna de vermaning: *Zie erop toe dat niemand achteropraakt in de genade van God, en dat er geen enkele wortel van bitterheid opschiet en onrust veroorzaakt, zodat daardoor velen bezoedeld worden.*

1 Waarom heb je volgens Hebreeën 12 de discipline en opvoeding van God nodig?

2 Waarin moet je je oefenen en volharden (zoals je daar leest)?

**2 mei**

**Dag 122 Geloofsbeproevingen zijn nuttig**

Een mooi voorbeeld van ‘groeien tegen de verdrukking in’ is de palmboom, die met stenen wordt beladen. De kwekers in de warme gebieden leggen in de kruin van groeiende palmbomen een steeds zwaardere last aan stenen. Daardoor gaan de bomen zich krachtiger ontwikkelen. Een palmboom groeit namelijk tegen de verdrukking in. Zodoende zijn ze in staat om daarna de zware vruchten te dragen.

Dit is ook zo bij het levend geloof dat wordt verdrukt. Daardoor kunnen de gelovigen meer vrucht gaan dragen. Jezus geeft aan in Johannes 15:8: *Hierin wordt Mijn Vader verheerlijkt, namelijk dat u veel vrucht draagt en Mijn discipelen bent.*Veel vrucht dragen is tot eer van God en tot bevordering van geloof, hoop en liefde.

Je leest over de vrucht en het doel van de rechtvaardiging in Romeinen 5:1-5: *Wij dan, gerechtvaardigd uit het geloof, hebben vrede bij God door onze Heere Jezus Christus. Door Hem hebben wij ook de toegang verkregen door het geloof tot deze genade waarin wij staan, en wij roemen in de hoop op de heerlijkheid van God. En dit niet alleen, maar wij roemen ook in de verdrukkingen, omdat wij weten dat de verdrukking volharding teweegbrengt, en de volharding ondervinding en de ondervinding hoop. En de hoop beschaamt niet, omdat de liefde van God in onze harten uitgestort is door de Heilige Geest, Die ons gegeven is.*

Je ziet hierin dat de verdrukking versterking van het geloof uitwerkt. Je leest in vers 3 dat verdrukking volharding of lijdzaamheid uitwerkt. Lijdzaamheid is een militaire term, vanuit de Romeinse tijd. Als een legereenheid is teruggeslagen, is men in lijdzaamheid bezig om zich weer te herstellen, de gewonden te verzorgen en de wapens te repareren. Zo ben je weer gereed en in staat om te strijden en sterk te zijn bij nieuwe aanvallen.

Beproefd en volhardend geloof is een bewijs van echtheid. In de Studiebijbel wordt verklaard bij vers 4: ‘Het volhardend doorstaan van verdrukkingen levert ‘beproefdheid’ op.’ Dokimé betekent: ‘gebleken echtheid’, ‘beproefdheid’. Er wordt verder opgemerkt: ‘Het geloof heeft dan de toets doorstaan. Vergelijk Jakobus 1:12 en 1 Petrus 1:7.’ De volharding brengt vervolgens ondervinding (bevinding) en hoop teweeg (vers 4). In mijn Engelse Bijbel staat er voor ondervinding: ‘character’ of ‘approved character’. De volharding in verdrukkingen werkt dus een beproefd karakter uit bij de gelovigen. Een uitleg noemt het: ‘goedgekeurd karakter’. Het gaat om geestelijke karaktervorming van de gelovigen door verdrukkingen.

1 Waartoe zijn geloofsbeproevingen nuttig? Wat vind je van de voorbeelden?

2 Waarom gaat het ook over je karaktervorming? Zie de uitleg in de tekst.

**3 mei**

**Dag 123 Het heeft een troostrijke uitwerking**

De troostvolle uitwerking van geloofsbeproevingen is volgens Romeinen 5:5 het ervaren van de hoop en de liefde van God in je hart, uitgestort door de Heilige Geest, Die je gegeven is.  De Studiebijbel geeft hierbij aan: ‘Door de vervulling met de Heilige Geest hebben de gelovigen een voortdurende innerlijke beleving van Gods liefde, vrede en nabijheid.’ De Heilige Geest van de belofte is ook je Trooster, Die het onderpand (de garantie) is van je erfenis (2Kor.5:5, Ef.1:13-14). De Heilige Geest leidt en troost je en de beloften reizen mee…

In de woestijn is de wolk het bewijs van de aanwezigheid van de Heilige Geest en de leiding van God op de weg naar Kanaän. Dat is de garantie en verzekering voor het komen in het beloofde land. Zij moeten zich houden aan de opdracht: *Neem het land in bezit!* De beloften van God reizen met hen mee. Dat is ook zichtbaar in het meereizen van de kist met het gebeente van Jozef.  Je leest ervan in Exodus 13:19: *En Mozes nam de beenderen van Jozef met zich mee, want die had de zonen van Israël plechtig een eed laten zweren, en gezegd: God zal zeker naar jullie omzien, en dan moeten jullie mijn beenderen hiervandaan met jullie meevoeren.*

De Israëlieten moeten in het geloof gehoorzaam blijven gaan in het spoor van de opdrachten en de beloften van God – dan zullen zij ook aankomen in het beloofde land. Op Jozua en Kaleb na, zijn de uit Egypte vertrokken Israëlieten echter niet ingegaan in Kanaän vanwege hun ongeloof (Hebr.3:19).

De zegen en het nut van de geloofsbeproeving en het oprechte geloof lees je in Jakobus 1:1-6, waarin wordt aangegeven: *Jakobus, een dienstknecht van God en van de Heere Jezus Christus, aan de twaalf stammen die in de verstrooiing zijn: wees verheugd! Acht het enkel vreugde, mijn broeders, wanneer u in allerlei verzoekingen terechtkomt, want u weet dat de beproeving van uw geloof volharding teweegbrengt. Maar laat die volharding ook volledig mogen doorwerken, opdat u volmaakt bent en geheel oprecht, en in niets tekortschiet. En als iemand van u in wijsheid tekortschiet, laat hij die dan vragen aan God, Die aan ieder overvloedig geeft en geen verwijten maakt, en ze zal hem gegeven worden. Maar laat hij er in geloof om vragen en daarbij niet twijfelen.*

In Jakobus 1:12 wordt verder verklaard: *Zalig is de man die verzoeking verdraagt, want als hij beproefd gebleken is, zal hij de kroon van het leven ontvangen, die de Heere beloofd heeft aan hen die Hem liefhebben.*

1 Ben je getroost in tijden van moeilijkheden en geloofsbeproevingen? Hoe?

2 Hoe kunnen beproevingen vreugdevol en zalig zijn volgens Jakobus?

**4 mei**

**Dag 124 Het geloof in de smeltkroes**

Petrus legt uit in 1 Petrus 1:7 dat de beproefdheid van het geloof veel kostbaarder is dan goud, dat door het vuur beproefd wordt. De Studiebijbel verklaart erbij, dat door de beproeving van het geloof de ‘kwaliteit’ van het geloof aan het licht komt. En stelt: ‘Voor de geloofsgroei is deze ‘vuurgloed’ onmisbaar.’ Bij de openbaring van Jezus Christus zal de echtheid van het geloof duidelijk worden.

Het echte goud wordt door vuur gezuiverd van vuil of ander gesteente, zodat de goudsmid zich zal kunnen spiegelen in het glasheldere, zuivere goud. Zo zal je geloof in Jezus helderder en zichtbaarder kunnen worden door beproevingen. Daardoor wordt Jezus zichtbaarder in je. Je wordt meer aan Zijn beeld gelijk. Hij wil Zichzelf in je zien. Geef jij je al gewillig over in de handen van de hemelse Goudsmit? Als je een gezonde en volwassen gelovige wilt zijn, is het nodig dat je geloof gezuiverd wordt zoals goud in de smeltkroes (1Petr.1:7).

Het geloof wordt beproefd zoals het goud in de smeltkroes. Petrus vergelijkt het met het goud, dat in de smeltkroes of smeltoven door de goudsmid zo wordt verhit, dat het ruwe goud wordt gezuiverd van alle onzuivere bestanddelen, zodat er uiteindelijk puur goud overblijft. De oven wordt heet gestookt voor de eerste behandeling. Het goud raakt steeds meer verhit en wordt vloeibaar. Vuil en onzuivere bestanddelen komen hierbij bovendrijven en worden door de goudsmid afgeschept.

Toch is het goud na een eerste zuivering nog niet genoeg gereinigd. Daarna wordt de oven nog heter gestookt, zodat er andere onzuiverheden komen bovendrijven. En weer schept de goudsmid die van de oppervlakte weg. Als hij daarna in het vloeibare goud kijkt, kan hij er misschien zijn gezicht al in zien weerspiegelen. Als het een onzuiver beeld geeft, stookt hij de oven nog heter. Weer wordt de behandeling herhaald. Hij doet dit net zolang, totdat hij zijn gezicht er helder in kan zien weerspiegelen. Hij moet er zijn beeld duidelijk in kunnen herkennen en zien. Dan is hij pas tevreden.

Dit voorbeeld is geeste­lijk goed over te zetten. Je moet het beeld van de Heere Jezus gelijkvormig worden (Rom.8:29). Als je ziet hoe volmaakt heilig de levenswandel van de Heere Jezus op aarde is, lijk je voor je gevoel maar weinig op Hem. Daarom is het steeds weer nodig dat je uit de zegenbede bidt: ‘O Zoon, maak ons Uw beeld gelijk.’

1 Wat denk je van het voorbeeld van de smeltkroes en de geloofsbeproeving?

2 Wanneer wordt zodoende het beeld van Jezus zichtbaar in je leven?

**5 mei**

**Dag 125 Invalspoorten voor demonen**

Bij gevoelens van afwijzing kunnen velen behept zijn met geesten van boosheid en angst. Als het bij tijden dwangmatig en obsessief wordt, is dit het teken dat ze de controle over zichzelf min of meer verliezen. Vaak liggen hier niet goed verwerkte traumatische ervaringen of aan de hand gehouden zonden aan ten grondslag. Zonden en onverwerkte traumatische ervaringen geven openingen voor boze machten.

Wilkin van de Kamp geeft aan, dat een invalspoort ontstaat als je Gods waarschuwingen negeert en bewust zondigt. Door boosheid te blijven koesteren, angst ruimte te geven en niet vergevingsgezind te blijven, wordt een toegangsdeur voor demonen opengezet. Je moet schadelijke zonden in je leven belijden, ertegen strijden en ze laten. Wilkin waarschuwt: ‘Een zonde uit het verleden blijft altijd aanwezig zolang we hem niet openlijk beleden hebben.’

In Genesis 4:7 lees je dat God de boze Kaïn nog heeft gewaarschuwd, voor hij Abel ‘in dolle drift’ heeft doodgeslagen. De boosheid heeft Kaïn bezet. Je leest in vers 7 dat God hem toespreekt: *Indien u niet goed handelt, ligt de zonde als een belager aan de deur, wiens begeerte naar u uitgaat, doch over wie u moet heersen.* In de New English Bible wordt vertaald, dat de zonde als een demon voor de deur ligt. Het gaat hier over de poort, ingang of opening van het hart. In het Hebreeuws staat er ‘deuropening’. In de Studiebijbel wordt hierbij aangegeven: ‘De zonde ligt als een roofdier bij de deur, gereed en verlangend om de mens te bespringen. Dit beest moet in bedwang gehouden worden; er moet over worden geheerst.’

Demonen zijn aanstokers van zonde en ziekte. Wilkin van de Kamp ziet ook traumatische ervaringen als een invalspoort voor demonische infiltratie.

Hij verklaart je in het handboek ‘Geboren om vrij te zijn’: ‘Op het moment dat iemand een traumatische ervaring ondergaat (psychisch of lichamelijk) is zo iemand niet in staat de controle over zichzelf te handhaven en is hij erg gevoelig voor de aanvallen van demonische machten. In deze ogenblikken kan het bewustzijn op een lager niveau functioneren of zelfs uitgeschakeld worden. De vijand heeft geen respect voor de kwetsbare situatie waarin iemand zich dan bevindt. Integendeel, traumatische ervaringen (verkeersongelukken, ernstige ziekten, misbruik, shocks, angstige ervaringen, enz.) kunnen op deze wijze een invalspoort vormen voor de duivel, die brullend rondgaat, zoekend wie hij zal verslinden. En net als een hyena zal hij het zwakke en het kwetsbare als eerste aanvallen. Hij zal niet aarzelen een pijl (demon) op de getraumatiseerde af te schieten. Daarom roept Paulus je op altijd de wapenrusting van God te dragen (Ef.6:11 v.v.).’

Het kan gebeuren dat iemand met onverwerkte trauma’s zich niet meer in de hand kan houden. Hij verliest de controle over zichzelf. Bij woedeaanvallen zegt hij dingen die hij normaal niet zal zeggen. Op den duur kan dit verder uit de hand lopen en dwangmatiger worden. De boosheid overvalt hem steeds meer. Er kan zelfs sprake zijn van demonische gebondenheid of belasting, zodat er geestelijke hulpverlening nodig is. Vaak speelt machteloosheid hierbij een rol. Het komt tegenwoordig veel voor binnen huwelijk en gezin. Het kunnen oorzaken worden voor depressiviteit en agressiviteit.

1 Ken je de invalspoorten voor demonen? Hoe kun je deze dichthouden?

2. Waardoor kun je de controle over jezelf verliezen? Wat moet je doen?

**6 mei**

**Dag 126 Leer uit liefde te vergeven**

Liefde kan vergeven. Haat is juridisch: wraakzuchtig en vergeldend. Boosheid kan niet vergeven en blijft wrok koesteren. Jezus heeft getoond liefde tot Zijn vijanden te hebben. Hij heeft zelfs Zijn leven gegeven voor vijanden. Hij kan liefdevol vergeven. Zijn vergevingsgezindheid is de redding voor vijandig gezinde zondaren. Zijn liefde overwint je angst en boosheid. Het is een belangrijk en gelukkig principe, dat liefde ook de boosheid overwint. Zoek er dus naar om in liefde te (kunnen) vergeven! Liefde overwint de boosheid.

Hoe kun je bidden: ‘vergeef ons onze schulden’, terwijl je jouw schuldenaren niet kunt vergeven (Matth.6:12-15)? In de verzen 14-15 lees je dat Jezus onomwonden zegt: *Want indien u de mensen hun misdaden vergeeft, zo zal uw hemelse Vader ook u vergeven. Maar indien u de mensen hun misdaden niet vergeeft, zo zal ook uw Vader uw misdaden niet vergeven.*

Vergeef ze in je hart. Neem je voor om het weer goed te maken met hen die je nog kunt bereiken. Ik ontmoet een meisje dat denkt dat haar zonden niet vergeven kunnen worden, omdat ze zelf niet in staat is om anderen die haar diep hebben gekwetst, te vergeven. Er staat immers in het gebed des Heeren: *Vergeef ons onze schulden, zoals ook wij vergeven onze schuldenaren.* Ik heb haar gemaild, dat ze haar leven aan Jezus moet overgeven… en dat Hij ook deze gevoelens (van niet te kunnen vergeven) kan wegnemen. Als je gelovig in de helende handen van Jezus bent, kan Hij ook je beschadigde emoties helen. Jezus lost de zaken voor je op die jij niet kunt oplossen bij jezelf! Wat bij de mensen onmogelijk is, is mogelijk bij God (Mark.10:27). Verderop in dit dagboek ga ik uitgebreider nadenken over ‘vergeving en genezing’.

Wilkin van de Kamp leert je: ‘Wie vergeving schenkt, zal van God innerlijke genezing ontvangen, waardoor de wonden uit het verleden zullen genezen, de zielsbanden gereinigd en mogelijk relaties gezond worden. Vergeving is de sleutel om emotionele bindingen te zuiveren van angst, bitterheid en wrok, zodat we gezonde en duurzame relaties kunnen aangaan en onderhouden.’

1 Hoe belangrijk is het vergeven van anderen, als ze je kwaad hebben gedaan?

2 Waarom hoort vergeving bij geestelijk herstel?

**7 mei**

**Dag 127 Hoe kan mijn Mara worden hersteld?**

In Exodus 15:23-25 lees je dat de Israëlieten het bittere water van Mara niet kunnen drinken. Vanuit de grondtekst kan het worden vertaald met ‘water van teleurstelling’. Een hout wordt op aanwijzing van de HEERE door Mozes in het bittere water van Mara geworpen. Het kan symbolisch goed zien op het hout van het kruis van het Nieuwe Testament. Het past goed bij het helend handelen van God door Jezus Christus. Je leest namelijk na deze gebeurtenis te Mara in Exodus 15:26: *Want Ik ben de HEERE, uw Heelmeester!* De HEERE is de Heelmeester.

Ik heb een dienst over Mara meegemaakt, waarbij de gastspreker, Wim Grandia, deze uitleg gaf. Hij wil eerst een andere toespraak houden, die hij ook heeft voorbereid. Dat zal een vermaning zijn. Door een getuigenis aan het begin van de dienst voelt hij zich echter geroepen ‘een bemoediging’ door te geven. Hij houdt daarom een preek over Mara en het hout.

Aan het einde van de dienst moeten de aanwezigen hun persoonlijke pijnplekken en hun ‘water van teleurstelling’ voor zichzelf bedenken. Welke pijn uit het verleden is je bijgebleven? Wat heeft blijvende innerlijke schade bij je aangericht? Is het afwijzing? Kun je iemand niet vergeven? Heb je onherstelbare schade aangericht? Kun je jezelf niet vergeven? Dat is vaak heel moeilijk. Dit soort zaken moeten wij aan het eind van de dienst in Zierikzee bedenken.

Daarna is er een gebed voor de aanwezigen. Als je inderdaad nog pijn hebt van één of meerdere Mara’s in je leven, moet je gaan staan tijdens dit gebed. De anderen kunnen blijven zitten en stil meebidden. Ik weet voor mezelf dat ik moet gaan staan. Ik heb inderdaad een pijnplek van afwijzing, waar ik dus ook schadelijke gevolgen van heb overgehouden. Maar ik ben het niet gewoon om dit in een dienst te doen. Mijn vrouw zit naast me. Ik denk: zij is het ook niet gewoon om het te doen. Dat laatste argument grijp ik aan om maar te blijven zitten. Ik hoop en bid stilletjes dat de Heere mij (ondanks het blijven zitten) hierin toch wil zegenen. Ik heb het wel nodig. Als veel mensen gaan staan, zit ik toch stiekem te kijken wie dat zijn. Dat is eigenlijk niet zo netjes. Ik herken onder hen ook leerlingen van mijn school.

Ondanks mij zwakke houding is de dienst van Wim Grandia toch bijzonder voor mij. Achteraf heb ik het mijn vrouw verteld dat ik eigenlijk wel wilde gaan staan (en dat het nodig was), maar ik bedacht: ‘Jij bent het niet gewend.’ Zij verklaarde me dat het bij haar ook zo was. Ze wilde gaan staan, maar bedacht: ‘Jan, is het niet gewoon.’

Wat zitten wij, reformatorische mensen, toch soms angstig vreemd in elkaar! In ieder geval heb ik veel van deze dienst en de gang van zaken geleerd. Ik heb hiervan geleerd dat er ook onder onze mensen veel pijn uit het verleden is overgebleven.

1 Ben je bang om met je afwijzing tevoorschijn te komen? Waarom?

2 Waarom hoef je je niet voor Jezus te verbergen als Hij je liefdevol nodigt? Zie hoe de Liefste in Hooglied 2:14 Zijn verscholen duif tevoorschijn roept.

**8 mei**

**Dag 128 Onze pijnplekken en de Verlosser**

Het is daarom goed om regelmatig zoiets te doen. Ik heb het zelf al meerdere keren gedaan, in kleinere Bijbelstudiegroepjes, maar ook een keer tijdens een gemeenteavond met een groter publiek. Tijdens het gebed voor deze mensen wil ik de pijnplekken van deze mensen (die ik niet ken) benoemen. Achteraf heb ik hierover een gesprek met de predikant die ook aanwezig is. Hij merkt op dat het inderdaad goed is om de zonden ook concreet te noemen en niet alleen maar in het algemeen. De genoemde zonden en pijnplekken blijken voor een belangrijk deel ook te passen bij de gemeente waarin ik spreek. Ik had van tevoren wel een vermoeden, maar niet zo specifiek. Hierin kan dus de leiding van de Heilige Geest zijn.

We hebben het gepraktiseerd tijdens de conferentie in Zeeland, in december 2009. Er is een gezegende uitwerking. Het lied ‘Herstel mijn eerste liefde’ is hiervoor een belangrijke bijdrage. Er volgen persoonlijke getuigenissen, waarin vooral ook ‘afwijzing in het verleden’ een oorzaak blijkt te zijn van veel ellende en pijn. Daarbij gaat het erom hoe je deze afwijzing verder verwerkt. Velen gaan zich daarna op een te gespannen wijze ‘bewijzen’. Als je jezelf hierin voorbij loopt, blijven beschadigingen meestal niet uit. Probeer het daarom zelf niet op te lossen, maar leg het gelovig neer bij de Verlosser!

Zie hoe God de afgewezen en verlaten vrouw (Zijn volk) troostvol tegemoetkomt in Jesaja 54:4-7, waar je leest: *Wees niet bevreesd, want u zult niet beschaamd worden; word niet rood van schaamte, want u zult niet te schande worden. Ja, u zult de schande van uw jeugd vergeten, en niet meer denken aan de smaad van uw weduwschap. Want uw Maker is uw Man, HEERE van de legermachten is Zijn Naam, en uw Verlosser is de Heilige van Israël, de God van heel de aarde zal Hij genoemd worden. Want als een verlaten vrouw, een bedroefde van geest, roept de HEERE u, de vrouw van de jeugd, die afgewezen was, zegt uw God. Voor een klein ogenblik heb Ik u verlaten, maar in grote barmhartigheid zal Ik u bijeenbrengen.*

1 Worden je pijnplekken wel eens benoemd? Durf je ervoor te laten bidden?

2 Welke bemoediging lees je voor jezelf in de teksten uit Jesaja 54?

**9 mei**

**Dag 129 Worden we ‘beter of bitter’?**

Een Mara in je leven kan je innerlijk langere tijd bitter maken. Hierdoor kun je moeilijk worden voor anderen en zelfs problemen veroorzaken binnen je christelijke gemeente. Als bitter water in contact komt met gezond water, zal de besmetting zich verspreiden. Je wordt gewaarschuwd in Hebreeën12:15, dat er geen wortel van bitterheid omhoog mag groeien, *om moeite te veroorzaken en daardoor velen verontreinigd zullen worden*. Geef door bitterheid de demonen geen opening in je leven. Wilkin geeft aan: ‘Ieder mens krijgt in zijn leven wel te maken met een crisis, een moeilijke gebeurtenis, tegenslag of teleurstelling in mensen… Hoe je hierop reageert, bepaalt of je er ‘beter’ of ‘bitter’ van wordt.’

In het handboek ‘Geboren om vrij te zijn’ wordt ‘bitterheid’ als invalspoort voor demonische infiltratie genoemd. De gevolgen van bitterheid kunnen in een toenemende mate zijn: wrok, haat, weerspannigheid en toverij. Onder toverij kun je ook scharen: het werken met machtsmiddelen en het manipuleren van gezinsleden of gemeenteleden. Dit kan ook voorkomen in reformatorische en Bijbelgetrouwe gemeenten en groepen.

Bitterheid uit zich vooral in boosheid en opstandigheid. Wilkin van de Kamp schrijft je: ‘Weerspannigheid opent de deur voor demonen, die zich in elke vorm van rebellie thuis voelen. Leer vroegtijdig af te rekenen met bittere wortels (woorden).’ Het door angst en boosheid innerlijk beschadigde, geestelijke leven kan zijn bezet door een occulte belasting. Hiervoor is na herkenning, belijdenis en geestelijke overgave gebed nodig! Anderen kunnen voor en met je bidden. Het door boosheid verziekte en aangevreten innerlijke leven moet door middel van geloof en gebed worden hersteld en bevrijd. Waarom wil je jezelf in zo’n geval langer kwellen? Waarom blijf je anderen pijn doen met jouw verkeerde houding en harde woorden? Je wordt vermaand in Efeze 4:26-27: *Word boos, maar zondig niet; laat de zon niet ondergaan over uw boosheid, en geef de duivel geen plaats.*

Als er sprake is van een occulte gebondenheid, die zich heeft vastgezet op een beschadiging, kan er voor je worden gebeden. Je hebt de boze te veel terrein in je leven gegeven. Laat je hierin steeds weer vernederen onder de krachtige hand van God. Werp je zorgen op Hem. Waak nuchter en weersta gelovig de duivel. Lees hierbij voor jezelf: 1 Petrus 5:6-9.

1 Ben je door tegenslag en teleurstelling ‘bitter of ‘beter’ geworden?

2 Wanneer geef je de duivel een kans om bij je binnen te komen (Ef.4:25-32) en hoe kun je een demon weerstaan (1Petr.5:6-9)?

**10 mei**

**Dag 130 Genadetraining van God**

Er is nog een ander aspect in de lessen over het bittere water in je leven. De bekende Bijbelleraar Derek Prince schrijft erover in het boekje ‘Aan de rand van bitter water’. Hij leert je ‘dat God weet wat er in ons hart is en ons daarom brengt aan de rand van bitter water, opdat wij ontdekken wat er in ons is en met deze diepgewortelde karakterfouten kunnen afrekenen.’

De HEERE stelt Zijn volk op de proef die veertig jaren in de woestijn, om te weten wat er in hun hart is, of ze Zijn geboden wel of niet zullen onderhouden (Deut.8:2). Wilkin van de Kamp geeft hierbij aan: ‘Als we gaan beseffen dat God deze moeilijke gebeurtenissen in ons leven toelaat, dan gaan we er op een andere manier naar kijken. Moeilijke mensen worden in onze ogen ‘genadetrainers’ van God.’ De genadegaven van ‘geduld en verdraagzaamheid, liefde tot je vijanden en het lijden van onrecht’ worden daardoor getraind.

Het grootste probleem van ‘het gevangen zitten in je negatieve gedachten’ ben je vaak zelf. Het heeft te maken met je reactie op het onrecht dat je is aangedaan. Je bent negatief weggezet en hebt jezelf daarin vastgezet. Je zit opgesloten in jezelf.

John Arnott is de schrijver van het in het Nederlands vertaalde boekje ‘Het belang van vergeving’. Hij heeft het daarin over ‘energie slurpende wonden’. Hij merkt erbij op: ‘Er wordt veel energie gestopt in het vasthouden van onze boosheid, pijnen en vrezen, die ons terneer drukken.’ Hij stelt dat, als we leven vanuit genade en barmhartigheid en anderen vergeven, wij zullen bemerken dat Zijn juk zacht is en Zijn last licht. Vlucht met je problemen met moeilijke mensen naar een zachtmoedige Heiland, Die je kan bevrijden van negatieve gedachten en kan helen van innerlijke verwondingen.

Max Lucado geeft aan: ‘Forgiveness is unlocking the door to set someone free and… realizing you were the prisoner!’ Vergeving is de sleutel om jezelf te bevrijden uit je emotionele gevangenis. Je ziet in hoe je jezelf hebt bedrogen met leugens en halve waarheden. Als je de volledige waarheid inziet, zal de waarheid je vrijmaken (Joh.8:32). Als je loskomt, zie je pas hoe je vastzat.

1 Waarom moet je moeilijke mensen op je weg of kwellers in je leven zien als ‘genadetrainers van God’?

2 Hoe kun je je bevrijden uit je emotionele gevangenis (Joh.8:32.)?

**11 mei**

**Dag 131 Kom uit je emotionele gevangenis**

Wilkin van de Kamp leert je in de digitale nieuwsbrief van oktober 2010 (van het bevrijdingspastoraat ‘Geboren om vrij te zijn’): ‘We zullen ons hele leven te maken krijgen met mensen die ons kwetsen en pijn doen. Als we hier niet goed op reageren, dan kunnen we emotioneel verwond en zelfs emotioneel gebonden raken, waardoor wij levenslang gebonden zijn aan hen die ons schuldig zijn en aan de pijn die ze ons hebben aangedaan!’ Hij stelt verder: ‘Niet vergevingsgezind zijn houdt ons emotioneel gebonden, waardoor we vast blijven zitten in onze emotionele gevangenis.’

Wilkin haalt de gelijkenis van de onbarmhartige knecht aan (Matth.18:23-35), die de schuld van een andere slaaf niet wil vergeven, terwijl hem zijn schuld wel is vergeven. Zijn eigen barmhartige heer is bewogen over hem. Daarom moet hij zeker ook vergevingsgezind zijn over een ander, die hem veel minder schuldig is. Uiteindelijk is deze boze slaaf door zijn heer overgegeven aan de folteraars, totdat hij zijn hele schuld zal hebben betaald (vers 34). In vers 35 leert Jezus je: *Zo zal ook Mijn hemelse Vader met u doen, als niet ieder van u van harte de misdaden van uw broeder vergeeft.*

 Wilkin verklaart: ‘Het Griekse woord voor ‘folteraars’ betekent dat we zowel emotioneel als lichamelijk gekweld worden. Als wij niet vergeven, worden we overgegeven aan folteraars, die ons lichamelijk en fysiek zullen kwellen en onze relaties verstoren. Niet vergevingsgezind zijn houdt ons emotioneel gebonden aan degene die ons iets schuldig zijn en aan de pijn die ons is aangedaan. Anderen kunnen met ons bidden voor een doorbraak of voor genezing, maar als wij door niet vergevingsgezind te zijn, overgeleverd zijn aan deze folteraars, is er maar één manier om uit hun greep verlost te worden: door de ander te vergeven.’

Hij geeft verder aan: ‘Vergeving is de enige sleutel om bevrijd te worden uit onze emotionele gevangenis. Dan worden we in onze ziel losgemaakt van zowel de emotionele binding als ook van de pijn die ons is aangedaan. Vergeving is het geestelijke dynamiet dat God gebruikt voor het opblazen van gevangenisdeuren die ons tegenhouden los te komen van de dader en de pijn van het verleden.’

1 Lees Mattheüs 18:23-35. Wat kun je in deze gelijkenis leren over schuld en vergeving?

2 Hoe ernstig is het dat je overgegeven kan worden aan de folteraars? Hoe is dan nog bevrijding mogelijk?

**12 mei**

**Dag 132 ‘Vergeving’ is de sleutel om je te bevrijden**

Counselor Neil T. Anderson leert je in zijn boekje ‘Op weg naar vrijheid in Christus’: ‘Wij worden opgeroepen genadig te zijn, net zoals onze Hemelse Vader genadig is (Luk.6:36) en anderen te vergeven zoals wij ook zelf zijn vergeven (Ef.4:31-32). Dit te doen bevrijdt ons van het verleden en laat niet toe dat satan voordeel op ons haalt (2Kor.2:10-11).’ Wij dienen daarom God te vragen, dat Hij de mensen die wij moeten vergeven, ons in gedachten brengt.

Hoe vaak moet je vergeven? Petrus vraagt aan Jezus (Matth.18:21) hoeveel keer hij zijn broeder die tegen hem gezondigd heeft, moet vergeven. Jezus geeft aan: ‘Tot zeventigmaal zevenmaal.’ Blijkbaar behoor je altijd en overal te vergeven.

Iemand vertelt me dat een cliënt bij een hulpverlener aangeeft: ‘Hoe kan ik deze persoon vergeven, waar ik vijftien jaar zoveel last van heb gehad?’ De hulpverlener reageert: ‘Wil je nog vijftien jaar last van hem hebben?’ De kweller is blijkbaar niet meer in de buurt, maar kan zich nog laten gelden in het hart van zijn slachtoffer. Laat de kweller los, zodat hij je geestelijk niet meer kan raken!

Anderson tekent hier wel bij aan: ‘Vergeven is niet vergeten. Jezus geneest de wonden, nadat we ervoor gekozen hebben om te vergeven.’ Vergeving is dus een keuze, een wilsbesluit. Als wij weigeren iemand te vergeven, blijven wij aan die persoon gebonden. Hij stelt hierbij: ‘U bent nog steeds aan uw verleden geketend, gebonden door uw bitterheid.’ Neil verklaart ons verder: ‘Totdat u uw bitterheid en haat loslaat, blijft die persoon u kwetsen. Niemand kan uw verleden herstellen, maar u kunt er wel vrij van zijn. Door te vergeven, ontvangt u bevrijding van uw verleden en van hen die u misbruikten.’

Als je vergeeft, kies je er ook voor om iemands zonde niet meer tegen hem of haar te gebruiken. Anderson geeft aan: ‘Bittere mensen rakelen de dingen uit het verleden op tegenover hen die hen hebben gekwetst. Zij willen dat de anderen zich even beroerd voelen als zij zelf! Maar het verleden moeten wij loslaten en wij moeten kiezen om elke wraakgedachte te verwerpen. Dit betekent niet dat u de zonde verder ondergaat. God tolereert de zonde niet en dus moeten wij dat ook niet doen. U moet geestelijke grenzen stellen, die verder misbruik tegengaan. Neem stelling tegen de zonde en toon tegelijkertijd genade en vergeving voor hen die u kwetsten.’

1 Waardoor kan een kwetser je nog jaren blijven kwetsen? Hoe kun je de kweller loslaten, zodat deze persoon je geestelijk niet meer kan raken?

2 Heb je geleerd grenzen te stellen om verder misbruik tegen te gaan? Hoe?

**13 mei**

**Dag 133 Als er vergeving is, kan er genezing zijn**

Teun Stortenbeker leert je: ‘Belijden, vergeving ontvangen en anderen vergeving schenken zijn net zo belangrijk als ademhalen, eten en drinken. Een mens wordt pas mens als de geestelijke versperringen zijn opgeruimd, die een vrije doorgang op de levensweg belemmeren.’ Nelson Mandela (de Zuid-Afrikaanse president, die jarenlang gevangen zat) heeft aangegeven: ‘Als ons groot onrecht is aangedaan, genezen we nooit voordat we vergeven.’

Geestelijk herstel heeft te maken met het bekende lied van Marcel en Lydia Zimmer ‘Als er vergeving is, kan er genezing zijn’. Hoe kun je iemand die jou al zolang heeft gekweld, na zoveel jaren nog vergeven? Hoe kom je los van de pijn uit het verleden waaraan je nog steeds bent geketend? Hoeveel keer moet je iemand vergeven om geestelijk en psychisch in vrijheid te kunnen leven? Er is geloof in de vergevende liefde van God voor nodig om zelf ook te kunnen vergeven. Door de overweldigende liefde van Jezus ben je in staat ook jezelf te vergeven. Als je niet kunt vergeven, zullen boosheid, wrok en bitterheid je innerlijk blijven pijnigen.

Hieronder volgt het lied van Lydia & Marcel Zimmer: ‘Als er vergeving is, kan er genezing zijn’:

Hoe kan ik verder leven, hoe moet ik verder gaan.
Kan ik ooit vergeven, wat mij is aangedaan.
De woorden in mijn ziel, de haat en bitterheid,
lijken niet te helen niet door woorden, niet door tijd.

Refrein:

Maar als er vergeving is, kan er genezing zijn,
van de pijn en het verdriet diep vanbinnen.
Als er vergeving is, kan er genezing zijn,
en de weg van herstel kan beginnen.

O God, ik heb U nodig, Ik kan het zelf niet.
Ik lijk haast te verstikken, in angst en in verdriet.
Hoe kan ik ooit vergeven, zoals U mij vergeeft,
dwars door alles heen wat mij beschadigd heeft.

Geef mij de kracht van Uw liefde om verder te gaan,
ook al zal er een litteken blijven bestaan.
Want is Uw liefde niet sterker dan de dood,
en Uw vergeving niet dieper dan mijn nood?

Want waar Uw vergeving is, zal genezing zijn,
van de pijn en het verdriet diep vanbinnen,
waar Uw vergeving is, zal genezing zijn
en de weg van herstel kan beginnen.

1 Wat denk je van het lied: ‘Als er vergeving is, kan er genezing zijn’?

2 Hoe kun je zonden belijden, loslaten en vergeven?

**14 mei**

**Dag 134 Corrie ten Boom: vergeving voor een ex-bewaker**

Corrie (1892-1983) heeft een Duits concentratiekamp overleefd, terwijl haar zuster Betsie daar is overleden door ontberingen en ziekte. Een bijzonder voorbeeld van vergeving vind je in de ervaring van Corrie ten Boom, die een tijd na de oorlog in Berlijn een ex-bewaker van het concentratiekamp ontmoet. Hij is christen geworden. Vanuit het Woord van God mag hij weten dat er ook vergeving voor hem is.

Bij de ontmoeting vraagt hij Corrie om vergeving. Ze kan het niet vanuit haarzelf, maar daarna wel vanuit de liefde van God. Ze vertelt het in een YouTube-video, onder de titel Corrie Ten Boom over vergeving.  Ze zegt daar (vertaald uit het Engels) dat ze enige tijd geleden in Berlijn was.  Ze ontmoette daar één van de wreedste bewakers van het concentratiekamp. Deze ex-bewaker van het Duitse kamp, waar Corrie en haar zus waren, was tot het geloof in Jezus Christus gekomen. Hij gaf aan dat hij in de Bijbel las en ontdekte dat er ook vergeving voor hem mogelijk was. Hij zei tegen Corrie: ‘Ik heb vergeving ontvangen voor de wreedheden die ik begaan heb.’

Hij vraagt haar vervolgens: ‘Wilt u mij vergeven?’ Corrie kan het eerst niet… Ze vertelt erover: ‘Ik herinner mij het lijden van mijn stervende zus. Ik ben er niet toe in staat. Ik kan hem alleen maar haten. Maar als ik merk dat ik zelf niet kan vergeven, realiseer ik mij ineens dat ik dan ook geen vergeving heb.’

Het verandert als de volgende woorden uit Romeinen 5:5 bij haar komen: *De liefde van God is in onze harten uitgestort door de Heilige Geest, Die ons gegeven is.* Ze beseft: ‘Dank U Vader, dat Uw liefde sterker is dan mijn haat en mijn onvermogen om te vergeven.’ Corrie vertelt verder: ‘Datzelfde moment ben ik vrij. En ik kan zeggen: Broeder, geef me uw hand. Het voelt alsof Gods liefde door mijn arm stroomt.’ Ze leert ons: ‘Je zal nooit de immense liefde van God zó ervaren als wanneer je je vijanden vergeeft.’ Ze vraagt ons en geeft aan: ‘Kun jij vergeven? Nee. Ik kan dat ook niet, maar Hij wel.’

1 Wat spreekt je aan in de geschiedenis van Corrie ten Boom en de ex-kampbewaker?

2 Wat kun je er persoonlijk mee doen?

**15 mei**

**Dag 135 Vergeving voor een misdadiger in Soweto**

De vader van Lydia Zimmer is zendeling Jan Pit. Hij is zendeling in Laos geweest en directeur van Open Doors in Afrika en Europa. Hij overlijdt in 2008. Van zijn hand zijn verschillende boeken verschenen. In het boek ‘Doorbroken grenzen’ (oktober2009) schrijft hij over zijn veelbewogen leven. In Zuid-Afrika ontmoet hij Grace Dubé, de moeder van Bonani. Ze woont met haar gezin in Soweto, een zwarte voorstad van Johannesburg. Haar man Benjamin is een zwarte evangelist, die de boodschap van liefde en vergeving brengt.

Jan Pit vertelt ’Op een dag werd Benjamin door tien volksgenoten aangevallen en doodgestoken. Zijn moordenaars pakten zijn Bijbel, die hij altijd bij zich droeg, en drenkten die in zijn eigen bloed. Ze schreeuwden: ‘Wij willen geen boodschap van liefde en vergeving horen. Wij willen haat. Alleen dan zullen wij bevrijd worden van de blanke overheersing en apartheid.’ Zijn zoon, de twaalfjarige Benoni, heeft zich achter een vuilniscontainer verstopt. Hij ziet het gebeuren, maar kan niets doen.

Grace vertelt Jan het gruwelijke verhaal. Ze vertelt dat haar zoon die nacht na de moord niet kan slapen en de hele nacht heeft gehuild. De Heere raakt echter in die nacht zijn hart aan en doet een wonder bij de jongen. Zijn vader heeft de avond vóór de moord tegen hem gezegd: ‘Zoon, als mij ooit iets overkomt, beloof me dat jij mijn werk zult voortzetten als je groter wordt. Jij kunt mooi zingen. Zul je altijd blijven zingen voor de Heer?’ Bonani heeft dit beloofd.

 ’s Morgens na die nacht hoort Grace haar zoon in zijn slaapkamer zingen. Eerst met een gebroken stemmetje, maar het wordt steeds krachtiger. Hij heeft een lied gemaakt in zijn taal. Hij zingt: ‘Vader vergeef het hun, want ze weten niet wat ze doen.’

De tien moordenaars zijn gearresteerd en gevangengezet. De drie eigenlijke moordenaars krijgen vijftien jaar, maar de zeven anderen, die het ook wel hebben beraamd en erbij zijn geweest, krijgen een aanzienlijk lagere straf.

Op een zekere dag is één van deze zeven misdadigers aanwezig in een dienst in een grote kerk in Soweto. Daar treedt de familie Dubé op. Ze zingen hun lievelingslied ‘Vader vergeef’. Grace leest Mattheüs 18:21-22, vertelt dat ze heeft moeten leren vergeven, niet eenmaal, niet zevenmaal, maar zeventigmaal zevenmaal. Na de uitnodiging om naar voren te komen, komt er uiteindelijk een man bij haar. Hij slaat de ogen neer en zegt: ‘Ik heb Jezus nodig. Ik heb vergeving nodig. Ik… ik hoor bij de groep die uw man heeft vermoord. Ik heb niet meegedaan aan de steekpartij, maar ik ben één van de zeven die vervroegd zijn vrijgelaten. Wat moet ik doen om vergeving te ontvangen?’

Grace ervaart dan dat het gemakkelijker is om te zingen ‘Vader vergeef’ dan te zeggen: ‘Ik vergeef jou’. Grace verhaalt verder aan Jan Pit: ’Maar op dat ogenblik raakt God ook mij aan. Hij geeft mij de kracht om mijn armen om de medeplichtige van de moordenaar heen te slaan en hem te vergeven, zoals Jezus ons vergeeft. Ik… ik heb tegen hem gezegd dat hij nu mijn broeder is geworden. Ze voegt eraan toe: Hij ging weg als een volkomen nieuw mens. En ik ook.’

Jan Pit geeft je verder door dat Bonani later de leider van een christelijke muziekgroep is geworden. ‘God heeft hem aangeraakt op twaalfjarige leeftijd. Sindsdien hebben Grace en haar gezin dit lied en andere liederen gezongen voor veel mensen die zelf worstelen met verdriet en pijn.’

1 Wat spreekt je aan in deze geschiedenis in Zuid-Afrika?

2 Wat kun je ervan leren over de kracht van vergeving?

**16 mei**

**Dag 136 Gelovig bidden om genezing**

God doet wonderen op het gebed! God belooft veel te doen op het gelovig gebed. Daarom mag gelovig gebed door Gods genade en kracht veel tot stand brengen. Je leest dit in Jakobus 5:13-18. In vers 15 word je verzekerd: *En het gelovig gebed zal de zieke behouden en de Heere zal hem herstellen. En als hij zonden gedaan heeft, zal dat hem vergeven worden. Belijd elkaar de overtredingen en bid voor elkaar, opdat u gezond wordt. Een krachtig gebed van een rechtvaardige brengt veel tot stand.*In een andere vertaling lees je: *Het gebed van een rechtvaardige vermag veel, doordat er kracht aan verleend wordt.* In de Studiebijbel wordt verklaard dat de Heere ‘de betrokkene de kracht zal geven zijn ziekte ook geestelijk te boven te komen.’ Willen gemeenteleden een gezond lichaam vormen, dan dienen zij elkaar eerst de zondige daden te belijden en te vergeven. Belijdenis van zonden en vergeving zijn van groot belang voor genezing!

Je wordt opgeroepen voor en met elkaar te bidden voor herstel en genezing! De bekende counselor David A. Seamands geeft aan dat diepgaande openheid en een openhartig gesprek nodig zijn om genezen te worden van herinneringen. De persoon die je in vertrouwen hebt genomen, kan daarna een gelovig gebed voor jouw welzijn uitspreken. De Heilige Geest kan de innerlijke lagen van het gekwetste kind in je aan het licht brengen. Je dient je hart open te stellen voor ‘het onderzoekende ontleedmes van de Heilige Geest’. Op het gezamenlijke, intieme gebed met een ervaren gelovige kan de Heere wonderlijke uitkomsten geven. Bid voor en met elkaar om herstel en genezing.

Als je iets gelovig begeert en vraagt in de Naam van Jezus, zal Hij het doen. Je leest in Johannes 14:13-14: *En wat u ook zult vragen in Mijn Naam, dat zal Ik doen; opdat de Vader in de Zoon verheerlijkt wordt. Als u iets vragen zult in Mijn Naam, Ik zal het doen.*Jezus stelt onomwonden in Mattheüs 18:19-20*: Verder zeg Ik u dat, als twee van u op de aarde iets, wat dan ook, eenstemmig verlangen, het hun ten deel zal vallen van Mijn Vader, Die in de hemelen is. Want waar twee of drie in Mijn Naam bijeengekomen zijn, daar ben Ik in hun midden*.

1 Waarom is het samen bidden in de Naam van Jezus zo belangrijk, als je op de Bijbelteksten van deze dag let?

2 Denk na over Jakobus 5:13-18 over belijdenis van zonden, vergeving en genezing.

**17 mei**

**Dag 137 Zonden belijden en je laten verlossen**

Het is belangrijk dat je hardop je zonden belijdt en er hartelijk afstand van neemt. Verder is het van belang dat je jouw geloof in Jezus Christus hardop uitspreekt. Je moet Hem hardop belijden voor de mensen, zodat de boze geesten duidelijk beseffen dat je jezelf het eigendom weet van jouw getrouwe Zaligmaker Jezus Christus.

Mijn vader had vroeger een paard met een overgebleven granaatscherf uit de oorlog in het lichaam. Zo’n inwendige verwonding kan blijven irriteren, opspelen en zelfs gaan infecteren. Uiteindelijk blijkt de beste oplossing (zoveel jaar na de oorlog): laat hem er maar uithalen. Zo moet je door een wijs wilsbesluit van de irriterende granaatscherf ‘ik kan niet vergeven’ worden verlost. Heb je de irriterende granaatscherf ‘ik kan niet vergeven’ al verwijderd uit je innerlijk leven?

David Seamands moedigt aan: ‘Wentel elke ervaring, elke emotie, elke kijk die je ergens op hebt, op Hem. Vertrouw ze Hem toe. Laat Hem je liefhebben, je troosten en je vergeven. Laat Hem je reinigen van al je haatgevoelens, je vertroosten waar je gewond bent, laat Hem je begeerten wegnemen en je angstgevoelens verdrijven. En daarna heel in het bijzonder: vergeef anderen hun overtredingen, zoals Hij jou ook vergeeft.’ Seamands vervolgt: ‘Laat de liefde van Christus de plaats innemen van gekwetste gevoelens en van zelfmedelijden.’ Hij legt verder uit: ‘Wees niet gehaast. Besteed in alle rust veel tijd aan een gebed waarin je niet gestoord wordt.’ Als je zelf geen kracht en moed genoeg hebt, laat dan in ieder geval anderen met je en voor je bidden. Vier vrienden lieten de verlamde man door het dak neer voor Jezus. Hij ziet hun geloof en geneest de verlamde (Luk.5:19-20).

Laat de Heilige Geest in je werken en je onderwijzen. Je kunt de Heilige Geest niet voorschrijven hoe Hij wil werken. Hij is als de wind en waait waarheen Hij wil. Je kunt het geluid van de wind horen en zo moet je ook de werkingen van de Heilige Geest leren opmerken. Laat Hem in je werken en je onderwijzen. Wacht op Zijn inspraak. Hij getuigt met jouw geest. Hij geeft leiding, inzicht en licht in moeilijke omstandigheden en duistere situaties. Hij neemt het uit Christus en verkondigt het aan jou. Zo kun je door Hem de helende woorden en de genezende daden van Jezus ontvangen. Hij brengt je bij de hemelse Heelmeester.

1 Hoe kun je je laten verlossen van de irriterende granaatscherf ‘ik kan niet vergeven’?

2 Welke adviezen in de tekst van deze dag kun je gebruiken?

**18 mei**

**Dag 138 Kom biddend tot de Heelmeester!**

Kom daarom ook met alles wat je nog pijn doet, vermoeit en belast, biddend tot de Heelmeester! Symbolisch gezien moet dus het helende hout van het kruis worden geplaatst op jouw pijnplek. Andersom gezien moeten je gevoelens van afwijzing, pijn en ellende aan de voet van het kruis worden neergelegd! Laat je emotionele beschadigingen, bitterheid, boosheid, angst, teleurstellingen, slepende problemen, schuldgevoelens, en wat je dan ook belast, terechtkomen bij het kruis. Je kunt herstel en volledige innerlijke genezing ontvangen door het volbrachte werk van Jezus Christus aan het kruis van Golgotha. Er is innerlijke genezing mogelijk door het volbrachte werk van Jezus Christus.

Je kunt getroost reizen onder het heiligend kruis, naar het erfgoed hierboven, in het Vaderlijk huis. Er is vrede gemaakt door het kruis en het bloed van Jezus Christus (Kol.1:20). Door Zijn bloed word je gereinigd en geheiligd (Hebr.9:14,13:12.). Door het offer van Jezus aan het kruis is er vergeving, herstel en heling op aarde gekomen. Je hebt het offer en het bloed steeds weer nodig om je te reinigen van dode werken en om de levende God te dienen (Hebr.9:14).

Hoe kun je heerlijk worden hersteld door het volbrachte werk van Jezus Christus aan het kruis? Om te herstellen moet je in het geloof de zoom van het kleed van Jezus aanraken. Hij kan je herstellen van al jouw afkeringen, innerlijke wonden en zwakheden. Als je zo gelovig tot Jezus komt, wordt Zijn volbrachte werk geplaatst in de poel van jouw ellende. Mensen zeggen wel eens: ‘Zand erover’, maar bij God gaat ‘het bloed erover’.

God is een Licht (1 Joh.1:5). Je kunt niets voor Hem verbergen. Je moet echter wel zelf alles voor de Heere God aan het licht brengen (= belijden), dan kan het tussen de Heere, jou en je naasten weer in orde komen. Je leest daarover zo kernachtig in 1 Johannes 1:7: *Maar indien wij in het licht wandelen, gelijk Hij in het licht is, zo hebben wij gemeenschap met elkaar, en het bloed van Jezus Christus, Zijn Zoon, reinigt ons van alle zonde.*

1 Wat kun je ontvangen bij de Heelmeester en de Heiland Jezus Christus?

2 Hoe kun je in het licht blijven wandelen? Waarom is dat goed?

**19 mei**

**Dag 139 Herstel door de Heelmeester**

In je pijn en hulpeloosheid heb je Jezus nodig! Al zijn de emoties nog zo beschadigd en al is de wil nog zo verzwakt, door de striemen van Jezus is er herstel mogelijk. Je wordt bemoedigd in Jesaja 53:4-5:*Voorwaar, onze ziekten heeft Hij op Zich genomen, ons leed heeft Hij gedragen. Wij hielden Hem echter voor een geplaagde, door God geslagen en verdrukt. Maar Hij is om onze overtredingen verwond, om onze ongerechtigheden verbrijzeld. De straf die ons de vrede aanbrengt, was op Hem, en door Zijn striemen is er voor ons genezing gekomen.*

Door Jezus kun je ook vergeven. Vergeven betekent letterlijk: ‘ver-weg-geven’. Je geeft dus het probleem dat je zelf niet aankunt, ver weg aan God. Door Jezus is er vergeving mogelijk. Ook Jezus gaf het over aan Hem Die rechtvaardig oordeelt. Je leest over Jezus in 1 Petrus 2:23: *Die, toen Hij uitgescholden werd, niet terugschold en toen Hij leed, niet dreigde, maar het aan Hem overgaf Die rechtvaardig oordeelt; Die Zelf onze zonden in Zijn lichaam gedragen heeft op het kruishout, opdat wij, voor de zonden dood, voor de gerechtigheid zouden leven. Door Zijn striemen bent u genezen.* Terwijl Jezus gekruisigd wordt, zegt Hij: *Vader, vergeef het hun, want zij weten niet wat zij doen (*Luk.23:34). Omdat Jezus kon vergeven, kunnen gelovigen ook vergeven. Zie op Jezus… en ervaar de kracht van vergeving! Voor herstel van pijnlijke herinneringen, gevoelens van afwijzing, zonde, bitterheid, boosheid en schuldgevoelens heb je Jezus nodig.

Denk na over de liefdevolle opdrachten voor je in Efeze 4:31-32: *Houd alle bitterheid, woede, toorn, geschreeuw en laster ver van u, met alle slechtheid, maar wees ten opzichte van elkaar vriendelijk en barmhartig, en vergeef elkaar, zoals ook God in Christus u vergeven heeft.*

Ik hoop en bid hierbij dat het helende hout van het kruis steeds weer het bittere water van teleurstelling zal maken tot een heldere bron. Dan kun je je weg vervolgen naar een heerlijke oase te Elim (Ex.15:22-27). Na de geschiedenis van Mara lees je in Exodus 15: 27: *Toen kwamen zij te Elim…* Zo’n geestelijk Elim wens ik je van harte toe!

1 Waarom kun je niet om Jezus’ lijden en sterven aan het kruishout heen voor vergeving en geestelijk herstel (Jes.53, Ex.1 5.)?

2 Hoe is het mogelijk om door het zien op Jezus anderen te kunnen vergeven? Betrek hierbij de aangehaalde teksten uit het Nieuwe Testament.

**20 mei**

**Dag 140 Neem het mee naar de rivier van levend water**

Bij God is de bron van het leven (Ps.36:10). Als je de toevlucht tot hem hebt genomen, word je verzadigd vanuit Zijn overvloed. Je mag drinken uit Zijn beek (Ps.36:8-9). Jezus zegt tegen de Samaritaanse vrouw: *Wie drinkt van het water dat Ik hem zal geven, zal in eeuwigheid geen dorst meer krijgen. Maar het water dat Ik hem zal geven, zal in hem een bron worden van water dat opwelt tot in het eeuwige leven*(Joh.4:13-14). Jezus kan je pas echt verzadigen en de volkomen geestelijke vervulling geven. Hij roept je toe vanuit Johannes 7:37-38: *Als iemand dorst heeft, laat hij tot Mij komen en drinken. Wie in Mij gelooft, zoals de Schrift zegt: Stromen van levend water zullen uit zijn binnenste vloeien.*

Denk na over de tekst van het lied ‘De rivier’ (Opwekking 642). Kom tot een voortdurende overgave en verfrissing door het lied van Brain Doerksen (vertaling Maarten Wassink):

Al mijn zonden, al mijn zorgen, neem ik mee naar de rivier.
Heer, vergeef mij en genees mij. Vader, kom, ontmoet mij hier.

Want dit water brengt nieuw leven en verfrist mij elke dag.
‘t Is een stroom van uw genade, waar ‘k U steeds ontmoeten mag.

Refrein:

Heere Jezus, neem mijn leven, ik leg alles voor u neer.
Leid mij steeds weer naar het water, ‘k wil U daar ontmoeten, Heer.

Kom ontvang een heel nieuw leven, kom en stap in de rivier.
Jezus roept je, Hij verwacht je en Hij zegt: ‘Ontmoet mij hier.’

Refrein:

Leid mij steeds weer naar het water; ‘k wil U daar ontmoeten, Heer**.**

1 Hoe kun je geestelijk verzadigd worden door het levende water uit de bron van God?

2 Waarom moet je met je zonden en zorgen steeds tot Jezus komen ‘in de rivier’? Wat spreekt je aan in het lied ‘De rivier’?