

VERSLAAFD AAN GOEDKEURING

Overwin je behoefte om iedereen te behagen



JOYCE MEYER



Oorspronkelijke titel:

Approval Addiction

Overcoming the need to please everyone

Copyright © 2005 Joyce Meyer

Verslaafd aan goedkeuring

Overwin je behoefte om iedereen te behagen

1^e druk in 2006

Copyright © Nederlandse uitgave

Sjofar Uitgeverij

Godebaldkwartier 9, 3511 DN Utrecht

E-Mail: uitgeverij@sjofar.com

Internet: www.sjofar.com

Sjofar Uitgeverij is onderdeel van Sjofar Boek en Muziek VOF

Tenzij anders vermeld is in dit boek gebruik gemaakt van de Nieuwe Bijbelvertaling (NBV). Woorden tussen vierkante haken [] zijn een vertaling van de toevoegingen in de Amplified Bible zoals Joyce Meyer in de originele Amerikaanse versie gebruikte.

Vertaling: Lucie Bogaerds-d'Ancona

Omslagontwerp en druk: De Boekentuin - Zwolle

ISBN 90 6823 045 1

NUR 707

Trefwoord: Geloofsopbouw

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, openbaar gemaakt of verspreid in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of op enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

All rights reserved. No part of this publication may be reproduced, stored in a retrieval system, published or transmitted by any means, electronic, mechanical, photocopying, recording, or otherwise without the prior written permission from the publisher.

INHOUD

Inleiding: Verslaving aan goedkeuring begrijpen vii

DEEL I

ACCEPTEREN WIE WE ZIJN

1. Afrekenen met angst en vrijheid vinden	3
2. Weten wie we zijn	18
3. Gericht op gerechtigheid	32
4. Je zelfbeeld veranderen	45
5. Jezelf liefhebben	63

DEEL II

ONZE VERSLAVINGEN OVERWINNEN

6. Overwin je verslaving aan goedkeuring	83
7. Afrekenen met emotionele pijn	101
8. Afrekenen met schuld en schaamte	122
9. Afrekenen met boosheid en onvergevensgezindheid	138
10. Afrekenen met een houding van mensen behagen	154
11. Afrekenen met afwijzing	179

DEEL III

DOORBREEK HET PATROON VOOR DE TOEKOMST

12. Breek de macht van controle	201
13. Je pijn gebruiken	225
<i>Slot: Volkomen leven in Christus</i>	239
<i>Aantekeningen</i>	248
<i>Over de schrijfster</i>	250

INLEIDING



Verlaving aan goedkeuring begrijpen

Er is een epidemie van onzekerheid in onze huidige maatschappij. Veel mensen zijn onzeker en voelen zich slecht over zichzelf, wat hun vreugde wegneemt en grote problemen veroorzaakt in al hun relaties.

Ik ken het effect dat onzekerheid kan hebben in een leven, omdat ik het zelf ervaren heb. Ik weet wat het met iemand doet. Mensen die erg zijn gekwetst door misbruik of ernstige afwijzing, zoals ik, zoeken vaak de goedkeuring van anderen om over hun gevoelens van verwerping en minderwaardigheid heen te komen. Ze lijden onder die gevoelens en proberen met hun verlaving aan goedkeuring hun pijn weg te nemen. Ze voelen zich ellendig als iemand hun op de een of andere manier of om een bepaalde reden niet aardig lijkt te vinden en ze zijn verontrust door de afkeuring tot ze zich weer geaccepteerd voelen. Ze zullen zich in allerlei bochten wringen om weer de goedkeuring te krijgen die ze dachten kwijt te zijn – zelfs door dingen te doen waarvan hun

Inleiding

geweten zegt dat die verkeerd zijn. Als iemand bijvoorbeeld afkeuring ervaart wanneer ze een uitnodiging afslaat, kan ze haar plannen veranderen en de uitnodiging toch accepteren, uitsluitend om goedkeuring te krijgen. Ze sluit een compromis om maar goedkeuring te krijgen.

Een verslaving is iets wat mensen beheerst – iets waar ze niet buiten kunnen of iets wat ze doen om hun pijn of spanning te verlichten. Er zijn verschillende verslavingen: drugs, alcohol, gokken, seks, winkelen, eten, werk – en ja, zelfs goedkeuring. Net als alle verslaafden kijken onzekere mensen uit naar hun ‘shot’, wanneer ze bibberig worden. Ze hebben iemand nodig die hen opnieuw bevestigt en verzekert dat alles in orde is en dat ze acceptabel zijn. Wanneer iemand een verslaving heeft, dan zijn de dingen waaraan hij verslaafd is voortdurend in zijn gedachten. Daarom zal een persoon die verslaafd is aan goedkeuring abnormaal bezorgd zijn en veelvuldig bezig zijn met wat mensen van hem of haar denken.

Het goede nieuws is dat niemand van ons hoeft te lijden aan onzekerheid, er is een oplossing voor de verslaving aan goedkeuring. Het Woord van God zegt dat we door Jezus Christus zeker kunnen zijn (zie Efeziërs 3:17). Dit betekent vrijheid om onszelf te zijn en volledig te worden wie we kunnen zijn in Hem.

DE BASIS VOOR ZEKERHEID

Een gevoel van zekerheid is iets wat iedereen nodig heeft en verlangt. Zekerheid stelt ons in staat om te genieten van gezond denken en leven. Het betekent dat we ons veilig voelen, geaccepteerd en goedgekeurd. Wanneer we zeker zijn, keuren we onszelf goed, we hebben zelfvertrouwen, we accepteren onszelf en houden van onszelf op een evenwichtige manier. We hebben niet persé goedkeuring van anderen nodig om ons zelfverzekerd te voelen. Zekerheid maakt dat we ons potentieel kunnen bereiken en tot de bestemming kunnen komen die God ons heeft gegeven.

Inleiding

Ik geloof dat het Gods wil is voor ieder van ons om zeker te zijn, omdat een gebrek aan zelfvertrouwen ons kwelt en ons tegenhoudt om te genieten van de zegeningen die Hij voor ons bedoeld heeft. Door de jaren heen heb ik ontdekt dat de basis van zekerheid is te weten wie we zijn in Christus, Gods onvoorwaardelijke liefde te aanvaarden en onszelf te accepteren, ook al beseffen we dat we zwakheden hebben en niet volmaakt zijn.

In het verleden ben ik misbruikt. Daardoor leed ik aan onzekerheid, zelfs nadat ik christen was geworden, omdat ik mezelf niet zag door de ogen van de Bijbel. Ik wees mezelf af en ik hield niet van mezelf, omdat ik mezelf niet zag zoals God me zag. Ik wist niet wie ik was in Christus (zie 2 Korintiërs 5:21); ik was niet geworteld en gegrond in Zijn liefde en ik wist niet dat ik mijn goedkeuring kon vinden in Hem. Ook al was ik volgens de Bijbel geschapen in Christus (zie Efeziërs 2:10) en was ik een nieuwe schepping, en al had ik een frisse start en een geweldige toekomst, ik zag mezelf nog steeds als een mislukkeling, als iemand die onaantrekkelijk was en onaanvaardbaar.

Mijn leven was heel moeilijk in die tijd. Ik was voortdurend gefrustreerd en had geen echte blijdschap of vrede, omdat ik een slecht zelfbeeld had en het gevoel had dat niemand van me hield. Deze gevoelens maakten dat ik me gedroeg alsof ik niemand nodig had – alsof het me niet kon schelen hoe ze over me dachten. Maar diep van binnen kon het me *wel* schelen en deed ik heel erg mijn best om zó te zijn als ik dacht dat anderen van me verwachtten.

Maar terwijl ik het Woord van God bestudeerde, ontdekte ik dat ik waardevol was om wie ik ben in Christus, niet om wat ik doe of wat anderen van me vinden. Ik besepte dat ik niet onzeker hoefde te blijven. Als God naar me keek, zag Hij niet wat er mis was met me, of wat ik allemaal verkeerd had gedaan, maar Hij zag de rechtvaardigheid van Zijn Zoon Jezus in me (zie 2 Korintiërs 5:21). En die waarheid maakte me vrij. Voor het eerst in mijn leven voelde ik me zeker.

Inleiding

Een deel van onze erfenis als gelovigen is zeker te zijn (zie Jesaja 54:17) – te weten wie we zijn in Christus, het gevoel van rechtvaardigheid of gerechtigheid tegenover God. God verklaart dat we kostbaar zijn en waarde hebben door het feit dat Hij Zijn Zoon Jezus zond om voor ons te sterven. Het is niet de bedoeling dat we net als veel mensen de hele tijd rondlopen en onszelf rot voelen. Meestal denken de mensen die zich zo voelen: “Er is iets mis met me. Ik ben niet zoals ik hoor te zijn. Ik ben niet waar ik zou moeten zijn. Ik zie er niet uit zoals het hoort. Ik heb geen talent. Ik doe *dit* niet. Ik doe *dat* niet. Ik doe niet *zus of zo*.”

De duivel herinnert ons graag aan wat we niet zijn, maar God vindt het fijn om ons te bevestigen en ons te herinneren aan wie we zijn en wat we kunnen door Jezus. Filippenzen 3:3 zegt ons niet op onszelf te vertrouwen of afhankelijk te zijn van uiterlijke dingen, maar om ons op Christus Jezus te beroemen. We dienen naar Jezus te kijken en niet naar onszelf.

Onzekerheid komt voort uit het kijken naar onze zwakheden, onze tekortkomingen en onbekwaamheden. Vrij worden van onzekerheid vindt plaats wanneer we de instructies volgen van Hebreëën 12:2: afzien van alles wat ons afleidt van Jezus, die de Leidsman en Voleinder is van ons geloof. Onze tekortkomingen zullen ons beslist afleiden als we er te veel aandacht aan besteden. We moeten onze fouten aan God belijden en Hem vertrouwen om ons op Zijn eigen manier en tijd te veranderen.

KENNIS LEIDT TOT BEVRIJDING

Leef je onder een last van schuld en veroordeling, voel je je zondig, onwaardig en onzeker? Ben je iemand die mensen behaagt, altijd zoekend naar de goedkeuring van anderen?

Als het antwoord daarop ja is, dan hoop ik je door de genade en goedheid van God te helpen om over deze gevoelens heen te komen, omdat ze niet alleen je persoonlijke relaties beïnvloeden, maar ook je gebedsleven en je mogelijkheden om hoger op te

Inleiding

komen in het leven. Ze stelen werkelijk je blijdschap en vrede – en dat is niet Gods wil voor jou of voor wie dan ook.

Gods wil is dat je geniet van het leven – en dat kun je, als je weet hoe. Dat ‘hoe’ wil ik je vertellen in *Verslaafd aan goedkeuring*. Op de volgende bladzijden zijn enkele geweldige inzichten die ik van God heb ontvangen, die mij geholpen hebben om de onzekerheden in mijn leven te overwinnen en te leven in de rechtvaardigheid, vrede en blijdschap die ons toekomt als kinderen van God (zie Romeinen 14:17). Ik heb dit boek verdeeld in drie gedeeltes. Deel I gaat over accepteren wie we zijn in Christus – begrijpen dat we niet volmaakt zijn en dat het in orde is. Deel II bespreekt enkele specifieke verslavingen die onze wandel met God en met anderen belemmeren en wat we moeten doen om die te overwinnen. Ten slotte bespreek ik in deel III enkele algemene waarheden over onze volkomenheid in God en welke koers we kunnen gaan in ons leven als we werkelijk willen afrekenen met onze verslaving aan goedkeuring. Door dit boek heen zal ik de stappen met je doornemen en je relevante Bijbelgedeeltes laten zien en persoonlijke verhalen doorgeven die je helpen inzien dat je niet alleen staat en dat er uiteindelijk overwinning is.

Ik bid dat je, als je dit boek leest, genezing en vrijheid zult gaan ervaren. De weg naar vrijheid hoeft niet bepaald gemakkelijk te zijn. Maar doorgaan tot je het doel bereikt, is beslist gemakkelijker dan gebonden te blijven. Het besef dat je recht staat tegenover God en de waarheid over je gerechtigheid leidt tot bevrijding van gevoelens als veroordeling, verslagenheid, onbekwaamheid, onzekerheid, en de behoefte aan goedkeuring van mensen. Je zult worden opgetild naar nieuwe niveaus van vrijheid en een overtuigd, volwassen persoon worden – iemand die kan wandelen in de zekerheid van wie je bent in Christus. Zijn goedkeuring zal alles zijn wat je nodig hebt.

Dus neem nu de eerste stap om je verslaving aan goedkeuring te overwinnen door eerlijk te kijken naar wie je bent en hoe je je voelt over jezelf.

I DEEL



Accepteren
wie we zijn

HOOFDSTUK

1

Afrekenen met angst en vrijheid vinden

De eerste stap om een onevenwichtige behoefte aan goedkeuring te begrijpen is om angst te begrijpen. De hoeveelheid angsten waar mensen mee te maken hebben is eindeloos, maar een enorme angst die ik ontdekt heb in mijn eigen leven – en waar jij misschien ook mee te maken hebt – is de angst om God niet te behagen. Als je bent gekwetst en verwond door mensen die moeilijk of onmogelijk zijn om te behagen, kan het zijn dat je denkt dat God ook zo is. Maar dat is Hij niet! Het is niet zo moeilijk God te behagen als we vaak denken. Eenvoudig, kinderlijk geloof behaagt Hem. Hij weet al dat we ons niet altijd perfect gedragen. Dat is de reden dat Hij Jezus zond om te boeten voor onze mislukkingen en fouten.

Zoals ik heb gezegd in de Inleiding, heb ik jaren geworsteld en geleden in de frustratie over mijn pogingen God te behagen met goed of zelfs volmaakt gedrag. Tegelijkertijd was ik bang dat ik

ACCEPTEREN WIE WE ZIJN

faalde. Wat ik ook goed deed, ik zag altijd iets wat ik verkeerd deed. Ik voelde me nooit goed genoeg; wat ik ook deed, ik had altijd het gevoel dat ik meer moest doen. Ik voelde dat God ontevreden was over mij en ook al was dat niet juist, voor mij was het de waarheid, omdat ik het geloofde. Ik was misleid!

De mogelijkheid bestaat dat jij ook misleid bent. Misleid worden betekent een leugen geloven. Vele mensen zijn gebonden en voelen zich beroerd omdat ze verkeerde geloofsovertuigingen hebben. Het is heel goed mogelijk dat je sommige dingen met je hele hart gelooft, die helemaal niet waar zijn. Ik geloofde vroeger dat mijn toekomst altijd beïnvloed zou worden door mijn verleden, maar door Gods Woord heb ik geleerd dat wat ik geloofde helemaal niet waar was!

We kunnen loslaten wat achter ons ligt, volkomen vergeven worden voor alles wat we verkeerd deden en genieten van de fantastische toekomst die God voor ons heeft gepland sinds het begin der tijden.

“WAT MOET IK DOEN OM GOD TE BEHAGEN?”

Er zijn twee belangrijke dingen die we moeten doen om God te behagen. Nummer één is geloof hebben in Jezus, en nummer twee is verlangen Hem te behagen met ons hele hart. Het is van belang te begrijpen dat het een niet zonder het ander kan. De Bijbel zegt dat het zonder geloof onmogelijk is om God vreugde te geven (zie Hebreëën 11:6).

In Johannes 6:28-29 lezen we over mensen die Jezus vroegen:

‘Wat moeten we doen? Hoe doen we wat God wil?’ [Hoe moeten we doen wat God van ons vraagt?] ‘Dit moet u voor God doen: geloven in hem die hij gezonden heeft,’ antwoordde Jezus.

Dus je ziet dat God blij is wanneer we geloven in Zijn Zoon Jezus en het behaagt Hem niet als we dat niet doen. We kunnen nóg zoveel goede werken en weldaden verrichten, maar als we geen geloof hebben in Jezus, heeft God nog geen behagen in ons.

Afrekenen met angst en vrijheid vinden

Maar als we geloven en op God vertrouwen, gaan we Gods rust binnen volgens Hebreëen 4; we voelen ons op ons gemak en comfortabel in plaats van bang en bezorgd over ons leven.

Wij geloven en God werkt. Ons werk – het werk van de gelovigen – is simpelweg: geloven. Bedenk dat we aanvaard zijn door ons *geloof*, niet door goede werken! Christenen worden *gelovigen* genoemd, we zijn op God gericht. Als het onze taak is om te presteren, zijn we prestatiegericht en niet Godgericht. We willen vaak de nadruk

leggen op wat *wij* doen, maar onze aandacht moet gericht zijn op wat *God* voor ons heeft gedaan in Jezus Christus. We kunnen ons concentreren op onze zonde en ons naar voelen, of we kunnen ons concentreren op Gods vergeving en genade, en gelukkig zijn.



Als het onze taak is om te presteren, zijn we prestatiegericht en niet Godgericht.



Als we die waarheid eenmaal inzien, kunnen we genieten van onze relatie met God. We hoeven niet te leven in spanning of ons gedrag wordt geaccepteerd, gevolgd door angst om te falen, elke keer als ons gedrag minder dan volmaakt is. We hoeven niet verslaafd te zijn aan goedkeuring en bereid zijn die tot elke prijs te verwerven. Als we God willen behagen met ons hele hart, is alles wat we hoeven te doen, geloven in zijn Zoon Jezus Christus en wat Hij zegt in Zijn Woord.

Ik heb vele jaren geleefd in de valstrik ‘acceptatie door goed gedrag.’ Ik was verslaafd aan goedkeuring. Ik had het gevoel: als ik goed presteerde, dan zou ik worden goedgekeurd door God en mensen. Ik voelde me niet goed en kon mezelf niet accepteren als ik niet goed presteerde. Wanneer ik niet goed presteerde, nam ik automatisch aan dat God me afwees, omdat ik daaraan gewend was bij mensen. Opnieuw werd de waarheid verdraaid door mijn verkeerde geloofsopvattingen.

God verwerpt ons niet wanneer we fouten maken, maar als we *denken* dat Hij dat doet, of we *vrez*en dat Hij dat doet, wordt de

ACCEPTEREN WIE WE ZIJN

leugen die we geloofden waarheid voor ons. Ik had een keer een werknemer die heel veel afwijzing had ervaren van haar vader, als het niet goed ging op school of als ze het niet perfect deed op andere gebieden. De afwijzing die ze al vroeg in haar leven had ervaren, was de reden dat ze verschillende gedragspatronen had ontwikkeld die moeilijk te begrijpen waren. Als haar werkprestaties iets minder goed waren, merkte ik dat ze zich van me terugtrok en voelde ik me afgewezen door haar. Ze trok zich niet alleen terug, maar ze ging als een razende werken om nog meer af te krijgen.

Dit gedrag hinderde me en maakte het moeilijk om een prettige relatie met haar te hebben. Als haar werkgever was ik bang om haar instructies over iets te geven of te corrigeren, omdat ik uit ervaring wist hoe ze zou reageren. In feite voelde ik zelfs angst om haar te vragen hoe het ging met bepaalde projecten, omdat ze van streek raakte wanneer ze me geen volmaakt verslag kon geven, ook al bleef ik kalm. Als ik naar de stand van haar werk vroeg, was ze alleen gerust en tevreden als ze kon zeggen dat het werk af was en perfect gedaan.

Ik begreep op dat moment haar gedrag niet, maar door gebed en door een open gesprek ontdekten we uiteindelijk dat ze extreem bang was om afgewezen te worden als ze haar werk niet perfect deed. Ook al wees ik haar niet af, haar angst voor verwerping maakte dat ze zich van me terugtrok. Wat de zaken erger maakte: haar terugtrekking en zwijgen gaven mij het gevoel dat *ik* door haar afgewezen werd, of dat ik iets verkeerd had gedaan. Haar overtuiging was weliswaar verkeerd, maar er ontstond toch een onaangename atmosfeer waarin satan gemakkelijk zijn werk kon doen.

Ik verwachtte niet dat ze perfect was, maar zij verwachtte dat wel van zichzelf. Ik zette haar niet onder druk, ze zette zichzelf onder druk. Ook al was ik niet van streek door haar vorderingen, ze nam aan dat ik het was en reageerde overeenkomstig. Haar gedrag zat me echt dwars en maakte dat ik niet graag met haar werkte. Gelukkig leerde ze langzamerhand te geloven dat ik haar

Afrekenen met angst en vrijheid vinden

liefhad en aanvaardde, al was haar werk niet altijd volmaakt. Dit stelde ons in staat jarenlang met plezier samen te werken.

Net als ik vroeger had geleerd in mijn eigen leven, moest mijn werknemer leren geloven wat ik zei en niet zozeer wat zij voelde. We dienen ervoor te kiezen hetzelfde te doen in onze relatie met God. We moeten leren meer op Gods Woord te vertrouwen dan op onze eigen gevoelens. We richten ons vaak naar onze gevoelens zonder te beseffen hoe grillig en veranderlijk die zijn. Ons gevoel is geen betrouwbare bron van informatie. God houdt van ons en accepteert ons onvoorwaardelijk. Zijn liefde is niet gebaseerd op ons gedrag. De Bijbel zegt in Efeziërs 1:6 dat we aanvaard zijn in Zijn geliefde Zoon. Zoals ik eerder zei, is het ons geloof in Jezus wat ons aanvaardbaar maakt voor God en Hem behaagt, en niet ons gedrag.



*We moeten leren meer op
Gods Woord te vertrouwen
dan op onze eigen gevoelens.*



We leven niet uit geloof als we meer geloven in wat we voelen dan in wat Gods Woord zegt. Geloof jij de God van de Bijbel of de god van je gevoel?

VERLANGEN OM HEM IN ALLES TE BEHAGEN

Iedereen die God liefheeft, wil Hem een plezier doen. Het feit dat we een verlangen hebben Hem te behagen, behaagt Hem. Iemand behagen betekent dat die persoon positief over je denkt en je goedkeurt. Wij willen Gods goedkeuring, en dat is niet verkeerd. In feite is het noodzakelijk om een verlangen te hebben God te behagen; het motiveert ons om Zijn wil te zoeken in alles. Mensen die een diep verlangen hebben om God te behagen, zullen zich misschien niet altijd volmaakt gedragen, maar ze blijven doorzetten en hebben voortdurend de houding om te willen verbeteren.

ACCEPTEREN WIE WE ZIJN

In 2 Kronieken 16:9 zien we dat God links en rechts zoekt naar iemand in wie Hij Zijn sterkte kan tonen, iemand wiens hart volkomen naar Hem uitgaat. De Bijbel zegt niet dat Hij iemand zoekt die zich volmaakt gedraagt, maar wel iemand die ernaar verlangt Hem te behagen, een hart dat verdrietig is over zonde en kwaad, een hart dat in Hem gelooft en in Zijn bereidheid en macht om te vergeven en te herstellen. God weet dat we niet perfect kunnen zijn. Als wij volmaakt konden zijn in ons gedrag, zouden we geen Verlosser nodig hebben, en dan zou Jezus voor niets gekomen zijn. Jezus is gekomen voor mensen die ziek zijn in geest, ziel of lichaam, niet voor degenen die geen nood hebben (zie Lucas 5:31-32). Het is aanvaardbaar om een nood te hebben!

God is een God van harten. Hij ziet de houding van ons hart en dat doet Hem wat, meer dan ons gedrag. Ik heb heel vaak gezegd dat ik geloof dat God liever een gelovige heeft met een goed hart en een minder volmaakt gedrag, dan iemand met een volmaakt gedrag, maar een onrein hart.

Jezus had bijvoorbeeld veel te zeggen tegen de Farizeeërs van Zijn tijd. Ze hadden een gladgestreken voorkomen, ze hielden zich aan de wet, ze volgden alle regels en inzettingen en waren daar trots op. Ze hadden ook een veroordelende houding ten opzichte van anderen, ze wandelden niet in liefde en toonden geen genade. Jezus noemde hen witgekalkte doodsdommen, vol mensenbeenderen.

Wee jullie, schriftgeleerden en Farizeeën, huichelaars, [hypocrieten], jullie lijken op witgepleisterde graven, die er van buiten wel fraai uitzien, maar vol liggen met doodsdommen en andere onreinheden. (Matteüs 23:27)

Deze Farizeeërs waren zeer religieuze mensen – ze hielden alle wetten, maar hun harten waren niet zuiver.

Waarheid behaagt God. Volgens Johannes 4:23-24 zoekt Hij aanbidders die Hem aanbidden in geest en in waarheid (werkelijkheid). Hij haat doen alsof! Daarom heb ik eerder gezegd dat twee van de belangrijkste dingen voor God zijn: geloof in Jezus en een rein hart, dat ernaar verlangt Hem te behagen in alles.

Afrekenen met angst en vrijheid vinden

Een man zei eens tegen me: “Ik ben niet gemeen, ik ben gewoon stom.” Zijn beschrijving van zichzelf klopte. Hij is een persoon die iedereen mag, en hij wil graag goed doen, maar hij schijnt constant verkeerde beslissingen te nemen, die hem in moeilijkheden brengen. Het is moeilijk boos op hem te blijven, omdat hij niet met opzet problemen veroorzaakt, ook al gebeurt het wel vaak.

Ik weet zeker dat u wel eens mensen hebt ontmoet zoals de man die ik beschrijf – mensen die zeer frustrerend zijn, maar toch mag je ze graag. Ik denk dat God ons ook zo nu en dan op die manier bekijkt. We doen dingen die problemen veroorzaken in ons leven en rennen dan naar God om ons te helpen. Het goede nieuws is dat Hij ons steeds opnieuw helpt, omdat Hij weet hoe we in elkaar zitten en Hij vergeet niet dat wij uit stof zijn gevormd (zie Psalm 103:14). Als mensen kijken wij naar het gedrag van anderen, maar God ziet ons hart:

Maar de HEER zei tegen Samuël: ‘Ga niet af op zijn voorkomen en zijn rijzige gestalte. Ik heb hem afgewezen. Het gaat niet om wat de mens ziet: de mens kijkt naar het uiterlijk, maar de HEER kijkt naar het hart.’ (1 Samuël 16:7)

WAARVOOR IK VREES, OVERKOMT ME

Wat ik vreesde, komt nu over me, wat mij angst aanjoeg, heeft me getroffen. (Job 3:25)

Zoals ik al eerder gezegd heb, is angst een verschrikkelijke emotie – die zichzelf vervult. Job had angst over zijn kinderen en het kwam uiteindelijk zover in zijn leven dat hij zijn angsten zag uitkomen. De Bijbel zegt dat wat we geloven, zal gebeuren (zie Matteüs 9:29). Dat principe werkt zowel in het negatieve als in het positieve. We kunnen iets door vrees ontvangen, net zoals door geloof.

Mijn man en ik huurden eens een klusjesman om wat werk voor ons te doen. Hij bleef maar zeggen dat hij *bang* was het

ACCEPTEREN WIE WE ZIJN

beveiligingsalarm uit te schakelen. We namen verscheidene keren de instructies met hem door, maar konden zien dat het hem nog aan vertrouwen ontbrak. De eerste dag dat hij kwam werken, zette hij het alarm aan toen hij vertrok en leek alles in orde. Maar die avond hadden we hevige storm en om 3.00 uur 's nachts ging het

alarm af. De politie belde op en zei dat er een deur op een kier stond en ze hadden hem dicht gedaan. We moesten de man die we hadden ingehuurd, opbellen en hem vragen te gaan kijken. Het nieuws dat het alarm was afgegaan, maakte hem



*Vrees is eenvoudig
geloven in wat satan zegt.*



van streek. Hij zei: *“Ik was al bang dat dit zou gebeuren!”*

Vrees is eenvoudig geloven in wat satan zegt. We moeten bedenken dat niet alleen God tot ons spreekt, maar satan ook. Hij is een aartsleugenaar (zie Johannes 8:44) en als we zijn leugens geloven, worden we misleid en staat de deur voor hem open om in ons leven te werken. We openen de deur voor Gods werk door te geloven in Zijn Woord, en we openen de deur voor satans werk door geloof te hechten aan zijn woorden. Hij plaatst gedachten in ons denken die niet waar zijn, maar wel waar kunnen worden, als we ze geloven. Als wij bang zijn dat we God of mensen niet aanstaan, zullen we door ons gedrag inderdaad onaantrekkelijk zijn. Hetzelfde principe geldt voor afwijzing. Als we bang zijn om afgewezen te worden, zullen we ons vaak op een zodanige manier gedragen dat mensen ons afwijzen. We produceren wat we geloven!

Omdat ik beschouwd word als een sterke gezagsfiguur, kom ik soms mensen tegen die bang voor me zijn of heel zenuwachtig zijn in mijn omgeving. Ik doe niets om hen bang te maken; ze hebben een probleem met iets uit hun verleden waardoor ze onzeker en angstig zijn in de buurt van gezag. Ik vind het niet prettig als mensen bang voor me zijn. Net als in het geval van mijn medewerkster van wie haar problemen uit het verleden onze werkrelatie gespannen maakten, voel ik me dan niet op mijn

Afrekenen met angst en vrijheid vinden

gemak en kan het aanleiding zijn dat ik niet bij hen wil zijn. Hun vrees voor mij veroorzaakt juist datgene waar ze bang voor zijn.

Ik weet waarover ik het heb, omdat ik met dezelfde kwestie te maken heb gehad van de andere kant. Ik ben opgegroeid in een zeer disfunctioneel huisgezin – een huis vol geweld, misbruik en angst. Omdat ik werd mishandeld, kreeg ik het gevoel dat ik niet deugde en onacceptabel was. Ik schaamde me voor mezelf. Ik was bang om nieuwe mensen te ontmoeten, omdat ik dacht dat ze me niet aardig zouden vinden en inderdaad, de meesten vonden dat ook. Zelfs degenen met wie ik vriendschap sloot, vertelden me later vaak dat ze me niet mochten, toen ze me voor het eerst ontmoetten. Ik kreeg precies wat ik geloofde!

GOD HEEFT ONS LIEF!

Als kinderen van God kunnen we ons denken vernieuwen door het bestuderen van Gods Woord en door anders te gaan denken (zie Romeinen 12:2). Als we anders denken, zullen we ons anders gaan gedragen, want de mens doet wat hij denkt (zie Spreuken 23:7). Toen ik in het Woord van God zag dat Hij inderdaad blij was met me en me accepteerde – ook al gedroeg ik me niet perfect – veranderde dat mijn denken. Ik ging *verwachten* dat mensen me aardig zouden vinden. En inderdaad, dat deden ze ook! Ik begon zelfs hardop te belijden dat God me goed gezind was en dat mensen me mochten. Ik leerde zeggen wat God over me zei in plaats van wat de duivel me wilde laten geloven.¹

Vraag jezelf eens af wat je van het leven verwacht en dan zul je de reden ontdekken achter enkele van je teleurstellingen. God wil dat we bewust goede dingen verwachten, en geen slechte. Hij wil dat we acceptatie verwachten als Zijn gave aan ons. God zal ons zegeningen geven en goedkeuring als we het verwachten. Satan zal ons verwerping en afkeuring geven als we het verwachten. Leven in Gods bovennatuurlijke goedkeuring is beslist beter dan proberen acceptatie te krijgen door mensen te behagen of door je perfect te gedragen.

ACCEPTEREN WIE WE ZIJN

In Matteüs 3:13-17 lezen we een verslag van Jezus' doop. Toen Hij uit het water kwam, daalde de Heilige Geest als een duif uit de hemel op Hem neer, en een stem uit de hemel sprak: "Dit is mijn geliefde Zoon, in Hem vind ik vreugde."

Vervolgens lezen we in Matteüs 17:5 dat op de Berg der Verheerlijking een stralende wolk Jezus en Zijn discipelen overschaduwde en een stem uit de wolk zei: "Dit is Mijn geliefde Zoon, in Hem vind Ik vreugde." Op een dag besepte ik terwijl ik dit bestudeerde, dat Jezus deze bemoediging twee keer hoorde en nodig had. Hoe veel te meer hebben wij dan behoefte om te horen dat God tevreden is over ons? Nog belangrijker: wat zou er gebeurd zijn als Jezus Zijn Vaders woorden had verworpen? Hoe zou dat Zijn leven en bediening hebben beïnvloed?

God probeert ons in Zijn Woord te vertellen hoeveel Hij van ons houdt, dat Hij ons accepteert en dat Hij ons werkelijk heeft uitgekozen voor Zichzelf, al was Hij al op de hoogte van elke fout die wij ooit zouden maken:

In Christus immers heeft God, voordat de wereld gegrondvest werd, ons vol liefde uitgekozen [om Zijn eigendom te zijn], om voor hem heilig [toegewijd en apart gezet] en zuiver te zijn (Efeziërs 1:4)

Dat lezen we wel, maar we vinden het moeilijk te aanvaarden. We laten ons gevoel de zegen stelen van Gods acceptatie en goedkeuring. We laten de mening van mensen bepalen wat onze waarde en betekenis is, in plaats van te vertrouwen op Gods Woord.

Ik moedig je aan om hardop enkele keren per dag te zeggen: "God heeft me onvoorwaardelijk lief en Hij is blij met me." Het verstand verwerpt zulke uitspraken; hoe kan God, die volmaakt is, blij met ons zijn in onze onvolmaaktheid? Het punt is dat God onderscheid maakt tussen wie we zijn en wat we doen. Mijn kinderen zijn Meyers. Ze handelen niet altijd goed, maar ze houden niet op Meyers te zijn; ze blijven altijd mijn kinderen. Ik weet dat ze een goed hart hebben, en dat is iets wat heel belangrijk

Afrekenen met angst en vrijheid vinden

is voor mij. Ze maken fouten, maar zolang ze die toegeven en hun hart oprecht is, ben ik altijd bereid met hen verder te gaan.

God heeft hetzelfde gevoel over ons. Als gelovigen in Jezus Christus zijn we Gods kinderen. We handelen misschien niet altijd zoals Hij wil, maar we zullen altijd Zijn kinderen blijven.



*God heeft me
onvoorwaardelijk lief en
Hij is blij met me.*



JE KUNT GOD NIET SHOCKEREN

We doen alsof God geschokeerd is als Hij ontdekt dat we fouten maken. Hij staat niet handenwringend in de hemel, zeggend: “O nee, Ik had geen idee dat je zo zou handelen toen Ik jou uitkoos!” God heeft een groot vlakgom en Hij gebruikt het om onze staat van dienst schoon en helder te houden. Hij weet de afloop van alle zaken al van tevoren (zie Jesaja 46:10). Hij weet al wat onze gedachten zijn en Hij kent de woorden van onze mond, al voor we die uitspreken. Hij is vertrouwd met al onze wegen (zie Psalm 139:1-4). Zelfs met Zijn voorkennis van onze zwakheden en de fouten die we zouden maken, koos Hij ons bewust uit en bracht ons in relatie met Hem door Christus.

Als we nooit fouten maken, dan nemen we waarschijnlijk ook geen beslissingen. F. Scott Fitzgerald zei: “Verwar één enkele fout niet met een beslissende fout.” Onze vergissingen zijn waardevol: we kunnen ervan leren. Ik vind het mooi wat spreker en schrijver John C. Maxwell erover zei.

ACCEPTEREN WIE WE ZIJN

Hij zei: “Fouten (in het Engels ‘mistakes’) zijn:

Mededelingen die ons feedback geven over ons leven.

Interrupties die ervoor zorgen dat we nadenken.

Signalen die ons de juiste weg wijzen.

Testen die ons een zetje geven naar meer volwassenheid.

Aansporingen die ons mentaal in de race houden.

Kansen die we kunnen gebruiken om de volgende stap te nemen.

Expedities naar plaatsen waar we nooit eerder zijn geweest.

Statements over onze ontwikkeling en vooruitgang.”²

Ik moest denken aan een anekdote die ik eens heb gelezen en door de jaren heen verschillende keren heb gehoord. Een bekende spreker begon zijn seminar door een biljet van vijftig euro omhoog te houden. In de zaal met tweehonderd mensen vroeg hij: “Wie zou dit willen hebben?” Er gingen handen omhoog. “Ik ga het aan een van jullie geven, maar laat ik eerst dit doen.”

Vervolgens verfrommelde hij het biljet. Hij vroeg: “Wie wil het nu nog?”

De handen waren nog steeds in de lucht.

“Goed,” antwoordde hij, “en als ik dit doe?” Hij gooide het op de grond en begon er met zijn schoen over te wrijven. Hij raapte het op, het was nu verfrommeld en vies.

“Wie wil het nu nog?” Nog steeds staken er handen in de lucht.

“Mijn vrienden, jullie hebben allemaal een waardevolle les geleerd. Wat ik ook doe met het geld, jullie willen het nog steeds, want het is niet in waarde verminderd. Het is nog steeds vijftig euro waard.”

Heel vaak in ons leven laten mensen ons vallen en worden we vertrappt en door de modder gehaald door de beslissingen die we nemen en de omstandigheden die we meemaken. We voelen ons alsof we waardeloos zijn. Maar wat er ook gebeurd is, in Gods ogen zullen we nooit onze waarde verliezen. Vuil of schoon, verfrommeld of verkreukeld, we zijn nog steeds van waarde voor Hem.

Afrekenen met angst en vrijheid vinden

Ons verlangen naar goedkeuring kan alleen vervuld worden door Gods acceptatie en goedkeuring. God vertelde Jeremia dat Hij hem al kende voor Hij hem gevormd had in de moederschoot, en hem uitkoos als Zijn uitverkoren instrument (zie Jeremia 1:5). Wanneer God zegt dat Hij ons kent, bedoelt Hij dat Hij ons echt *kent*. Dit is een kennis die niets buitensluit.



*In Gods ogen zullen we
nooit onze waarde verliezen.*



Het is voor mij onvoorstelbaar dat God mij heeft uitgekozen. Ik denk niet dat ik mezelf zou hebben uitgekozen. Maar in Gods gereedschapskist zitten enkele interessante dingen. Hij werkt met wat de wereld nutteloos vindt en zou weggooien als vuilnis:

Maar wat in de ogen van de wereld dwaas is, heeft God [bewust] uitgekozen om de wijzen te beschamen; wat in de ogen van de wereld zwak is, heeft God [bewust] uitgekozen om de sterken te beschamen; wat in de ogen van de wereld onbeduidend is en wordt veracht, wat niets is, heeft God uitgekozen om wat wél iets is teniet te doen. (1 Korintiërs 1:27-28)

Ja, God kiest ons uit en gebruikt wat de wereld zou afwijzen en weggooien! Was Jeremia perfect? Absoluut niet! God moest hem terechtwijzen om zijn angst, vooral zijn angst voor mensen. Jeremia was bang om afgewezen te worden en afgekeurd. God vermaande hem om zijn negatieve spreken en moedigde hem aan om door te gaan en het niet op te geven. God zei eigenlijk tegen Jeremia dat hij niet moest kijken naar de gezichten van mensen. We besteden teveel aandacht aan hoe mensen op ons reageren. We letten vaak op hun gezichten om te zien of ze onze kleding, ons kapsel en ons optreden en dergelijke wel of niet goedkeuren.

Ja, Jeremia had problemen net als wij. Toen God Jeremia zag, zag hij geen volmaaktheid, maar het was wel duidelijk dat Hij iemand zag met een oprecht hart, die in Hem geloofde. Hij zag de twee hoofdingrediënten om God te behagen: (1) geloof in Jezus en (2) een diep verlangen om Hem te behagen. Hoewel Jeremia niet

ACCEPTEREN WIE WE ZIJN

perfect was, gaf hij zich over aan de roeping van God op zijn leven. Jeremia, gaf, ondanks kritiek, impopulariteit en aanvallen op hem, trouw Gods boodschap door aan het volk van Juda.

Elia was een andere grote profeet. God gebruikte hem machtig en zijn roem was wijd verbreid. Maar ook hij had zijn onvolmaaktheden. Hij maakte periodes door van angst, depressie, zelfmedelijden, een verlangen om het op te geven (zie 1 Koningen 19:3-4).

Jacobus schreef omdat hij de gemeenten wilde aanmoedigen om te bidden en te geloven dat hun gebeden beantwoord zouden worden:

Elia was een mens als wij [met gevoelens, voorkeuren en een lichamelijke gesteldheid als wij] en nadat hij vurig had gebeden dat het niet zou regenen, is er drieënehalf jaar lang geen regen gevallen op het land. Toen bad hij opnieuw, en de hemel gaf regen, en het land bracht zijn vrucht weer voort [zoals gewoonlijk]. (Jacobus 5:17,18)

Jacobus wilde duidelijk maken dat zelfs onvolmaakte mensen kunnen bidden en God zal verhoren. Waarom doet God dat? Omdat Hij blij is met geloof en een hart wat oprecht is.

God is niet verbaasd door ons menselijke gedrag; in feite probeert Hij ons te vertellen wat we van onszelf kunnen verwachten:

U weet niet eens hoe uw leven er morgen uitziet. U bent immers maar damp [een nevel, een mist], die heel even verschijnt en dan al verdwijnt [in ijle lucht]; (Jacobus 4:14)

Hoor, een stem zegt: 'Roep!' [Profeteer!] En een stem antwoordt: 'Wat zou ik roepen? [De stem antwoordde: Proclameer:] De mens is als gras, hij bloeit als een veldbloem. Het gras verdort en de bloem verwelkt wanneer de adem van de HEER erover blaast. Ja, als gras is dit volk.' (Jesaja 40:6,7)

De mens is als een rookwolk, een nevel of een grasspriet – bestaat een korte tijd en is niet erg stabiel. God weet het en Hij

Afrekenen met angst en vrijheid vinden

heeft daar geen problemen mee, omdat Hij bereid is met ons te werken en Zichzelf sterk te betonen in onze zwakheid. In wezen staat er in de Bijbel dat Gods kracht het effectiefst zichtbaar wordt in onze zwakheden (zie 2 Korintiërs 12:9). God heeft er geen moeite mee dat Hij onze tekortkomingen kent, wij zijn degenen die er problemen mee hebben! We hebben het moeilijk om aan onszelf of iemand anders toe te geven dat we niet helemaal volmaakt zijn. Het is belangrijk voor ons om te weten wat we kunnen, maar nog belangrijker voor ons is te weten wat we *niet* kunnen. We dienen onze zwakheden onder ogen te zien, en we hoeven ons niet ellendig erover te voelen.

Sta elke dag op, heb God lief en doe je best. Hij doet de rest. Denk eraan: God is niet verbaasd over je onmogelijkheden, je onvolmaaktheden of je fouten. Hij heeft altijd al alles van je geweten, wat jij misschien nu pas ontdekt, en Hij koos je heel bewust voor Zichzelf uit. Jezus zal je zonder schuld en onberispelijk aan God voorstellen, als jij je vertrouwen op Hem stelt (zie 1 Korintiërs 1:7-8).



*Sta elke dag op, heb
God lief en doe je best.
Hij doet de rest.*

Wanneer we onze angsten onder ogen zien, zullen we vrijheid vinden. In Johannes 8:32 zei Jezus: “De waarheid zal u vrijmaken.” Het woord *vrees* betekent ergens voor weglopen. We hoeven nergens voor weg te lopen; we kunnen elke confrontatie aan in de kracht van de Heilige Geest. Het is tijd om op te houden met weglopen, om stil te staan en te zien hoe de Here de overwinning behaalt (zie Exodus 14:13).

We hebben in dit hoofdstuk gesproken over vrees. Laten we nu verder kijken naar wat het betekent om werkelijk zeker van onszelf te zijn in God, en hoe dat ons helpt onze behoefte aan goedkeuring te overwinnen.