Je emoties beheersen – Deel 1

Dag allemaal,
Het is soms moeilijk te geloven, maar emoties zijn een geschenk van God en maken deel uit van waarin wij op Hem lijken. Maar wat kunnen ze een problemen veroorzaken!

Zelfs de definities van emotie variëren in diverse woordenboeken en dat geeft aan dat wij mensen zijn die moeite hebben met het begrijpen wat emoties zijn. Definities uit verschillende bronnen zijn onder andere: 'Een gemoedsgesteldheid, afgeleid van iemands omstandigheden' en 'een staat van bewustzijn waarin blijdschap, verdriet, angst, haat en dergelijke ervaren wordt,' en 'emotie is een complexe reactie op situaties om ons heen.' Echt…een complexe reactie op situaties…?

We weten wat emoties zijn, maar we kunnen geen definitieve beschrijving vinden waarmee we het eens zijn! Dat maakt mij zo kwaad! Wacht…dat laat me lachen…wacht…gefrustreerd…nee, wacht…o, emoties. Door God gegeven, maar vaak door de duivel gebruikt om ons leven ellendig te maken, met een vaardigheid dat ons soms het gevoel geeft dat we poppenkastpoppen zijn, dansend aan zijn koord.

Emoties kunnen beïnvloed worden door hormonen, door omstandigheden, door het suikergehalte in ons bloed, door een film die we kijken of door een geweldige avond met vrienden. Van begrafenissen tot geboortes, van bruiloften tot aanrakingen van de Heer die vanuit onze geest naar boven komen en onze emoties overweldigen, en zo veel meer. Dat gezegd hebbende, een groot deel van de kerkcultuur heeft de zalving vervangen door emoties, wat tot gevolg heeft dat christenen de stem van God niet kunnen onderscheiden van hun eigen gedachten en emoties.

Ik beschrijf de zalving als de aanwezigheid van God, wat in onze geest gevoeld kan worden – veel christenen handelen vanuit emotie (of zelfs vanuit) een geest van angst, maar noemen dat geloof.

Waarom gaf de Vader ons emoties?
Vanuit het perspectief van God, die de mens geschapen heeft, om ons mensen te maken die een volkomen vrije wil hebben, moest Hij ons voorzien met de mogelijkheid te denken (reden) en de mogelijkheid te voelen (emotie) om Hem en Zijn schepping goed te kunnen begrijpen en om goed in beide gebieden te kunnen functioneren – in het geestelijke en het natuurlijke. Wij zijn emotioneel omdat onze Schepper ook emotioneel is, wat ik later zal aantonen.

Intellectueel begrijpen we kunst, maar het is onze emotie waardoor we begrijpen wat die kunst communiceert. Intellectueel begrijpen we dat als de zon laag aan de horizon staat, zijn licht door lagen stof heengaat, maar dat leggen we terzijde als we naar de schoonheid van een ondergaande zon kijken. Een baby heeft een manier om de meest rationele man of vrouw in een babbelende idioot te veranderen, die allerlei vreemde geluiden begint te maken en rare gezichten gaat trekken.

We hebben onze emoties nodig, omdat ze ons gedachtegangen in balans brengen. Zonder emoties worden we robots, zoiets als Spock van Star Trek, te rationeel om emoties te voelen en daarom te ongevoelig om Gods aanwezigheid in onze geest te kunnen ervaren, om gepassioneerde liefde te voelen; te ongevoelig om emotionele liefde aan de wederhelft te kunnen geven. Maar zouden we alleen emotioneel zijn, dan zouden we beslissingen nemen, variërend van financieel tot relaties en alles daarbinnen, zonder daar goed over na te denken, wat tot verdriet en ellende zal leiden. Het is de balans tussen het beheersen van emoties en dingen te overdenken, dat er voor zorgt dat we de wil van God in ons leven kunnen beproeven, met zegen en vrede als gevolg.

Er is een regel uit het lied "I do" van de zanger "Jewel" dat zegt "Het leven kan lang duren als je de verkeerde keuze maakt", en dat is zo waar. Paulus beschrijft de 'werken van het vlees' en de 'vruchten van de geest/Geest' uit Galaten 5:19-23, en dan zie je dat de meeste daarvan emoties zijn, of tenminste emotioneel.

"…hoererij, onreinheid, losbandigheid, veten, twist, afgunst, uitbarstingen van toorn, zelfzucht, nijd, tweedracht, liefde, blijdschap, vrede, vriendelijkheid, zelfbeheersing, lankmoedigheid…"

Het is die mix van emoties en het geestelijke waar we in geïnteresseerd zijn. Hoe houden we onze emoties onder controle, hoe overdenken we beslissingen en vinden we Gods wil, als we de balans

zoeken tussen emotie en logica? Wat is ons deel en wat dat van God? Hoeveel gezond verstand verwacht Hij van ons te gebruiken en als we angst ervaren of bezorgd zijn over wat er zou kunnen gebeuren of wat er mis zou kunnen gaan, hoe vinden we dan Zijn verzekering in onze emoties (of geest)?

De balans tussen intellect en gevoelens
In Genesis 3:21 wordt ons verteld dat de Heer zelf dieren doodde om klederen van vellen te maken voor Adam en Eva; de eerste en directe instructie en profetie over een toekomstig offer dat onze zonde bedekt, en zelfs de zonde weg doet die de wereld binnengekomen was. Kleding is daarom bedoeld om God te verheerlijken en het herinnert ons eraan dat kleding een type is van Zijn bedekking van de mensheid en Zijn offer voor onze zonde. Zo jammer dat een groot deel van de mode industrie kleding misbruikt en het seksueel maakt en iets dat Zijn schepping verheerlijkt, in plaats van de Schepper.

Maar Adam en Eva werden geïnstrueerd over de types en afschaduwingen in het offeren van dieren, waardoor hun zonde bedekt werd en zij gaven deze kennis door aan hun kinderen, waaronder Kaïn en Abel. Abel gaf een bloedoffer, daarmee onderwierp hij zich aan de gerechtigheid van God.

Geen respect – de eerste strijd van emoties
Kaïn echter rebelleerde tegen het patroon van bloedoffers als een offer en herkenning van het feit dat God hun zonde bedekte. Hij offerde echter groente, vruchten van de aarde, voortgekomen uit zijn eigen inspanningen, uit eigen kracht en zette daarmee het patroon voor alle valse religies. Iedere religie en zelfs iedere poging binnen het christendom die ernaar streeft God te benaderen vanuit wat wij gedaan hebben, is dezelfde geest als Kaïns religieuze inspanningen tot God te komen op zijn eigen voorwaarden.

Het maakt niet uit of die religie vereist dat er speciale kleding gedragen wordt, of dat we ons in een bepaalde rivier wassen, of geschenken maken voor overleden familieleden, of dat we deur aan deur gaan om bekeerlingen te maken, of dat we op bepaalde tijden moeten bidden, of welke andere formule dan ook door mensen bedacht, ze worden allemaal afgewezen want ze zijn als het offer van Kaïn, een offer vanuit onze eigen inspanningen.

Dat is de reden dat, als er in het Oude testament een altaar gemaakt werd waar dieren op geofferd werden, Zijn instructies waren de stenen niet op een bepaalde manier bij te werken, maar om ze te gebruiken zoals ze in de grond gevonden werden – niets dat gerelateerd is aan onze redding, kan met de inspanning van mensen te maken hebben. Daarom gebood God de mensen in het OT om hun schoenen uit te doen als ze in Zijn aanwezigheid waren, omdat schoenen door mensen gemaakt zijn en niemand kan tot God komen op basis van zijn eigen werken – God stond erop dat ze op blote voeten zouden komen, zoals ze door Hem geschapen waren.

De botsing tussen gedachten, emoties en God
Toen de vruchten van Kaïn niet geaccepteerd werden, werd hij boos, verdrietig en boos op God. Niet lang daarna verplaatst hij die woede naar zijn broer, al deed de Heer verschillende pogingen Kaïn iets aan zijn gedachten en emoties te laten doen voordat hij tot daden zou overgaan – maar Kaïn, zoals zo velen van ons, schoof dat aan de kant en vermoordde zijn broer. Dat proces laat zien hoe het ook nu nog werkt, want God is niet veranderd in de manier waarop Hij met ons omgaat als we een conflict hebben tussen onze gedachten en onze kolkende emoties.

En daar gaan we volgende week mee verder,
tot dan, zegen,
John Fenn
www.cwowi.org
Mail naar cwowi@aol.com

Je emoties beheersen – Deel 2

Dag allemaal,
Ik begon vorige week met het eerste geregistreerde Bijbelgedeelte dat de mix van menselijk redeneren en emoties gedetailleerd laat zien en hoe God met ons in deze dingen handelt. We gaan verder met Kaïn, die boos werd op God, omdat Hij niet zijn offer van de vruchten der vervloekte aarde accepteerde.

Emoties lopen uit de hand
Genesis 4:5 vertelt ons dat Kaïn boos op God was omdat zijn offer niet geaccepteerd werd – hij was boos, verdrietig, gefrustreerd. In plaats van zich aan de gerechtigheid van God te onderwerpen, koos hij ervoor koppig zijn hielen in het zand te zetten en bleef hij erbij tot God te komen in zijn eigen kracht – en toen had hij het lef nog om boos op God te zijn, omdat zijn inspanningen niet geaccepteerd werden.

Dit is ZO menselijk, nietwaar? We vasten dagen achter elkaar om een antwoord op gebed te ontvangen, en vragen ons dan af waarom God niets gedaan heeft. We proberen Hem te imponeren door voedsel af te slaan, om Hem zo te manipuleren iets voor ons te doen en dan worden we boos als de hemel niet antwoord. Vasten geeft ons een grotere gevoeligheid, omdat onze drang naar eten vermindert en we ons meer kunnen richten op geestelijke dingen, maar het zet God niet in beweging.

We geven geld en tijd en denken 'ziet U wat ik allemaal doe Vader? Geef mij daarom gunst en antwoord op dat gebed, want dat heb ik echt nodig' - en we zijn opnieuw als Kaïn geworden die God benadert gebaseerd op wat we gedaan hebben en zo proberen we Hem te manipuleren iets voor ons te doen.

Abel wandelde eenvoudigweg met God en deed nederig wat God verwachtte en verlangde – en God accepteerde hem.

Het patroon van Gods interventie in het beheersen van onze emoties
Wat er plaats vindt nadat hij de pogingen van Kaïn afwijst om op diens voorwaarden tot Hem te komen, zet het patroon voor hoe de Vader ook vandaag nog omgaat met onze emoties – we zien hetzelfde patroon, dezelfde methodes, dezelfde pogingen die Hij doet om ons te bereiken voordat onze emoties de controle over ons gaan nemen. Hij stelt Kaïn 3 vragen, maar Kaïn geeft op geen van de drie een antwoord: "Waarom ben je kwaad?" "Waarom is je gelaat betrokken?" "Is het niet zo, dat als je het goede doet, het geaccepteerd wordt?"
(Genesis 4:6-7)

We lezen die tekst in een halve seconde en beseffen dan niet dat dit een gesprek was en dat God, zoals ieder ander, een antwoord verwachtte nadat Hij een vraag gesteld heeft: Waarom ben je boos?

En dat is nu precies het punt waar God de Vader ons vandaag bereikt – Waarom ben je boos? Onderzoek je hart, onderzoek je motieven, onderzoek je situatie intellectueel voordat je jouw emoties in deze situatie de overhand laat hebben. Waarom ben je boos? Kijk in jezelf, doe een stap terug en onderzoek de situatie intellectueel. Waarom ben je boos?

Jezus zou later zeggen, in Mattheüs 5:22, dat als iemand boos is op zijn (geestelijke) broeder, hij zichzelf in gevaar brengt voor verschillende graden van discipline en consequenties. Gerechtvaardigde boosheid is geen zonde. Boosheid zonder een reden, is zonde. Er wordt van ons verwacht onze emoties te bedaren en eerlijk en waarheidsgetrouw met onszelf en God te zijn en te doen wat juist is als we de redenen voor onze boosheid overdenken. Als we de zonde in ons hart zien, moeten we ons daarvan bekeren, in erkenning dat onze boosheid niet gerechtvaardigd is. Als het dat wel is, hebben we niet gezondigd.

Eerste poging onze emoties te beheersen: Onderzoek de situatie logischerwijze en intellectueel – beheers dan je gevoelens
Kaïn was allereerst boos op God, toen pas op zijn broeder. Hij gaf geen antwoord op Gods eerste vraag: Waarom ben je boos? Dat was een poging van de Heer om hem zijn hart intellectueel te laten onderzoeken, om vervolgens zijn emoties aan de logica te onderwerpen. Auw – wat denk ik nu – sommige mensen hebben die vaardigheid niet onder de knie. Sommigen laten hun emoties in de

meeste situaties onmiddellijk opvlammen en barstten dan ongecontroleerd uit over iemand of meerdere personen, zonder filter, zonder er zelfs maar bij stil te staan of zij gerechtvaardigd zijn boos te worden. Dat zijn geestelijke baby's en emotionele baby's, of in ieder geval emotionele kinderen.

Ik ken meerdere mannen en vrouwen die, al zijn ze naar jaren gerekend volwassen, emotioneel als een 10-jarige zijn, pruilend en hun zin willen hebbend, die er niet om geven dat de wereld hun woedeaanval ziet. Dat doet een peuter ook…woedeaanval, de bokkenpruik ophebben, en helaas gedragen volwassenen zich soms ook als kinderen – emotioneel als een kind, waardoor ze slechts beperkt succes in hun leven zullen hebben, in hun relaties, hun carrière, in God, omdat ze ervoor gekozen hebben hun emoties niet te beheersen. Ik weet zeker dat de lezer ook een aantal volwassenen kent die emotioneel als peuters zijn, emotioneel 8 jaar of 10 jaar oud – op alle leeftijden kunnen mensen emotioneel verstoord zijn. Zij die toestaan dat hun emotioneel leven volwassen wordt, zoals zij ook fysiek volwassen worden, stijgen naar de top en zijn in staat met God te wandelen en succes te hebben in hun leven.

Nadat de Heer Kaïn gevraagd heeft waarom hij boos is, zonder een reactie daarop te krijgen, probeert Hij hem op een andere manier te bereiken. Kaïn wist heel goed, net als Adam en Eva, de betekenis van het bloedoffer als een bedekking voor de zonde, maar hij wilde niet eerlijk zijn, dus de Heer zoekt een andere benadering. Dit keer via zijn emoties: "Waarom is je gelaat betrokken?" (Engelse Bijbel: waarom ben je verdrietig?)

Gods verwachtingen en onze capaciteiten
In het Hebreeuws staat er letterlijk: "Waarom is je gezicht gevallen?" Het woord voor 'gevallen' is 'banah' en betekent 'te keren.' Met andere woorden, de Heer zag dat de uitdrukking op Kaïns gezicht veranderde toen het offer van zijn eigen zweet niet door God geaccepteerd werd, terwijl het bloedoffer van Abel dat wel werd. Het gezicht van Kaïn weerspiegelde zijn emoties. Hij hield niets achter. De eerste vraag was gericht op Kaïns intellect. De tweede op zijn emoties – waarom laat je zo'n verdriet zien in je gezicht en emoties, Kaïn?

Opnieuw weigert Kaïn zijn emoties te onderzoeken. Dat laat ons zien dat iemand WEL gezag kan hebben over zijn gevoelens, zijn emoties. Het laat ook zien dat iemand WEL zijn gevoelens intellectueel kan onderzoeken en tot de conclusie kan komen of het gerechtvaardigd is wat ze voelen en of wat ze voelen, de werkelijkheid is voor die situatie. Ja, zijn gevoelens van boosheid en verdriet waren echt, als het puur om zijn gevoelens gaat, maar niet reëel als het gaat om gerechtvaardigde gevoelens. Daarom verwachtte God van hem dat hij de controle over zijn emoties zou nemen door zijn gedachten:was hetgeen hij voelde, juist of niet juist voor die situatie?

Toen Kaïn geen antwoord gaf op de vraag 'Waarom ben je boos? en op de vraag 'Waarom is je gezicht gevallen?' – hij weigerde dus zichzelf intellectueel en emotioneel te onderzoeken, ging de Heer de derde keer direct naar het hart van het probleem en doet opnieuw een aanspraak op logica: "Als je het goede doet, word je dan niet geaccepteerd?"

Zie je hoe God van ons verwacht hoe wij situaties in ons leven moeten benaderen? – logisch, intellectueel, doen wat juist is, omdat het juist is, onze emoties te onderzoeken en ze onder controle houden van onze gedachteprocessen – in termen van goed of fout. Als we ons in een situatie bevinden waar onze emoties opvlammen, wordt er van ons verwacht, zoals bij Kaïn, om allereerst onszelf te onderzoeken en onze emoties om zo te achterhalen of onze emoties gerechtvaardigd zijn in die situatie. Zo niet, dan moeten wij de controle over ze nemen door op de juiste manier te redeneren en na te denken over de situatie, op Gods manier.

Ons leven moet draaien om goed en fout, juiste motieven en daden, niet rondom gevoelens. Kaïn voelde zich niet blij, maar hij moest gezag nemen over zijn gevoelens om het juiste te kunnen doen. Zou hij het juiste doen, dan zouden zijn emoties ten goede veranderen. Kaïns ongecontroleerde emoties brengen de dood in het Paradijs, evenals veel mensen vandaag dat doen door hun ongecontroleerde emoties. Zij hebben dood gebracht in vriendschappen, huwelijken, relaties met familieleden, banen – en daar gaan we volgende week mee verder,
tot dan,
zegen,

John Fenn

www.cwowi.org
Mail naar cwowi@aol.com

Je emoties beheersen – deel 3

Dag allemaal,
Sta er eens bij stil dat de cultuur van de wereld mensen aanmoedigt door hun emoties te leven in plaats van redeneren: advertenties zijn bedacht om speciale emotionele reacties bij ons los te maken, of dat nu een schattige, een grappige of een sexy advertentie is, ze zijn bedoeld om je emoties te raken en niet je logica. Sta eens stil bij de auditorium kerk. Het prachtige gebouw, de liederen in de aanbidding, die bedoeld zijn om iemand in beweging te krijgen, de pleidooien om geld of om je als vrijwilliger voor een bepaald programma op te geven, of een meeslepende boodschap, bedoeld om de gemeente te motiveren – zoals ik vaker gezegd heb, een groot deel van de auditorium kerken hebben de zalving (manifeste aanwezigheid van God) vervangen door emoties. De wereld wil mensen trainen door uit hun emoties te leven. (en veel 'christelijke' websites zijn gekoppeld aan een geest van vrees, om mensen maar uit angst naar hun site terug te laten komen, onder het mom van 'ik wil alleen maar weten wat er in de alternatieve media genoemd wordt,' maar de werkelijkheid is, dat het een geest van vrees maskeert.

God heeft ons geschapen om in balans te leven, doordat onze redenering en logica samen te laten werken in een wandel tezamen met Hem.

Recente studie toont dat de gemiddelde aandacht die mensen (de millennium leeftijdsgroep) hebben, gedaald is van 12 seconden aan het begin van de eeuw, naar 8 seconden vandaag de dag. Jij hebt dus 8 seconden om de aandacht van degene die naar jou op tv kijkt, vast te houden, idem voor het lezen van jouw print of artikel – dat verklaart heel wat, nietwaar? Het verklaart waarom de politiek zo gemeen en akelig geworden is, in ieder geval in de VS. Mijn generatie was getraind om ideeën aan te vallen, niet de mensen. Vandaag zie je precies het omgekeerde.
(Hier is een link van zo'n verslag, als je geïnteresseerd bent: https://www.prlog.org/12654134-freelance-writer-kimberly-blakers-blog-to-help-businesses-adress-declining-attention-spans.html)

De kerkcultuur doet dat ook
Ik heb gemerkt dat in de jaren '80 emoties het over gingen nemen van het bestuderen van Gods Woord en Zijn wegen, en het is in de jaren '90 meer uitgesproken geworden, zozeer zelfs dat eind jaren 1990 veel mensen emoties gelijk stelden met de Heilige Geest. Voor veel gemeentes was het opwekken van emoties equivalent aan het voelen van de Heilige Geest. Fout. Verkeerde geest.

Ik zag hoe Woord van Geloof predikers teksten (speciaal over geld) uit de context haalden en daar een lering van maakten, dat ik dacht dat niemand bij zijn gezond verstand dat geloven zou – maar miljoenen deden dat wel. Ik heb samengewerkt met een andere bediening, dat zichzelf associeerde met en dienaars promootte, die voorbede gebed en persoonlijke profetie tot een ongezond niveau verhieven en ik zag dat daardoor veel levens geruïneerd werden door 'persoonlijke profetie' zonder het gezond verstand of redenering toe te passen. Ik dacht: zeker leven we in het eind der tijden!

En nu is er het internet dat mensen samenbrengt die zichzelf hebben overgegeven aan alles, van een algemeen gekoesterde geest van vrees tot elk vreemd geloof dat je maar bedenken kunt, in de naam van God. Ik vraag me af waar het logisch nadenken gebleven is? Hoe zijn we zover gekomen dat we de hersenen die God ons gegeven heeft, niet meer gebruiken en alleen voor emoties gaan – er worden dingen geloofd die in een sausje van geestelijkheid gepresenteerd worden, waardoor mensen volledig alle logica achter zich laten. Gezond verstand komt niet zo veel meer voor.
Mensen willen liever gelijk hebben dan dat ze de waarheid willen.

Terug naar Kaïn
Nadat de Heer hem 3 vragen gesteld had en nog geen antwoord gekregen had, komt Hij met Zijn plan. Die 3 vragen waren: "Waarom ben je boos?" Waarom is je gelaat betrokken?" En "Als je het juiste doet, zal dat dan niet geaccepteerd worden?"
Zijn methode hoe om te gaan met emoties, zowel in dit geval alsook zo vaak bij ons het geval is, kan tot zonde leiden en verkeerde beslissingen, als we er niet op de juiste manier mee omgaan. "Indien gij niet goed handelt, ligt de zonde als een belager aan de deur, wiens begeerte naar u uitgaat, doch over wie gij moet heersen." (Genesis 4:7)

We hebben vandaag de dag geen ruggengraat meer – het concept te heersen over het verlangen naar zonde. Wij willen counseling, een instant bevrijding; we willen dat iemand er voor zorgt dat het

weg gaat, dat die verleiding voor altijd bij ons weggaat! Fout! Wij zijn op de aarde, de duivel is los, je lichaam wil zondigen en jij moet discipline gebruiken (dat is voor velen bijna een vloekwoord – discipline, ooh, ik zei het nog een keer: discipline). “Zonde ligt aan je deur en wil je hebben, maar jij moet er over heersen!”

Emotie is de deur naar zegen of vloek
Zie je dat emotie bij Kaïn de deur is waardoor hij de duivel buiten zijn leven kon houden, of hem binnen kon laten. ‘als je niet goed handelt, ligt de zonde aan je deur…’. Pak je gekwetstheid aan, Kaïn. Grijp die teleurstelling en boosheid beet, Kaïn. Laat je emoties niet gaan, maar DENK…beredeneer het, doe wat juist is!

En daar – precies daar, op dat moment is de beslissing om goed of fout te doen, de eerste verdediging – logica. Beredeneren. Het is de combinatie van het zich afwenden van de waarheid en het je overgeven aan verkeerde emoties, die de deur voor moord opendeed. Jacobus schrijft later in 3:14, in zijn gedeelte over intellectueel eerlijk zijn met ons eigen hart: “liegt niet tegen de waarheid” (als je iets in je eigen hart ziet dat niet goed is: verberg het niet, maar geef dat toe aan God en doe er wat mee). Lieg niet tegen de waarheid.

Dat is wat Kaïn fout deed – liegen tegen de waarheid. Hij kende zijn hart, hij wist wat het juiste was te doen, maar hij wilde dat niet. Het is een verkeerde gedachte die de deur opende naar verkeerde emotie, dat tot zonde leidde. Hij stond erop te doen wat hij wilde doen.

Het wordt ons niet geleerd dat emoties kunnen veranderen als een vlag aan een vlaggenmast, waaiend met de wind mee, maar dat is niet de waarheid. Als jij je richt op wat jij niet leuk vindt aan je man of vrouw, of aan jouw leven, dan leiden die verkeerde gedachten tot emoties die jou van hem af doen keren en die geven aanleiding tot verkeerde gedachten (leugens) zoals bijvoorbeeld dat je veel beter af bent in je eentje, of hoe zus en zo een betere echtgenoot zal zijn…en het dodelijke spiraal begint. Dood aan relaties, dood aan wat jij hebt dat goed en juist is.

Als iemand zijn emoties beetpakt, door intellectueel een stapje terug te doen en naar het grotere plaatje te kijken, zoals bijvoorbeeld die echtgenoot, en intellectueel onderzoekt waarom zij verliefd op hem geworden is, of wat wel goed is in hun leven en huwelijk, zullen die emoties de gunstige kant opdraaien. De instructies van Mattheüs 7:12 en Lucas 6:31, die wij de ‘Gouden Regel’ noemen, is eigenlijk een wegenkaart naar gezonde gedachten, gevold door gezonde emoties.

“Alles nu wat gij wilt, dat u de mensen doen, doet gij hun ook aldus.”.Denk daar eens over na. Dat is een gebod om het initiatief te nemen, om dat een levensstijl te maken: doe voor anderen wat je wil dat zij voor jou doen. Je wacht niet tot zij het initiatief nemen of totdat zij de dingen zien zoals jij ze ziet – Jij doet voor hen wat jij graag voor jou gedaan wil hebben.

Als je wil dat jouw echtgenoot je mee uit neemt naar een romantisch restaurant – neem het initiatief en neem hem mee uit. Als je wil dat hij jou niet meer publiekelijk onrespectvol behandelt, zoek manieren hoe jij met eer en respect over hem kunt spreken naar anderen toe. Mannen – als je wil dat zij thuis liever is voor jou, begin haar dan met meer liefde te behandelen, zoek manieren om goed te doen voor haar en doe voor haar wat jij graag zou willen dat zij voor jou doet.

Emoties volgen de gedachtegangen en daden. Zorg ervoor dat je gedachten niet jouw emoties volgen; dat is wat Kaïn deed. Jouw emoties moeten jouw gezonde gedachten volgen en jouw gezonde handelingen. Bouw een brug, of bouw een muur. Soms moet je die brug verscheidene keren bouwen, voordat die muur neerkomt en die ander een brug gaat bouwen naar jou toe.

NA de moord, hetzelfde als daarvoor
Tot nu toe heb ik het alleen over Kaïn gehad, omdat dit het eerste geval is van de strijd tussen logica en emoties en hoe God met ons omgaat in deze dingen; het vestigt een patroon die we herhaaldelijk in de Bijbel terugvinden, maar die we ook nog vandaag zien. De Heer is niet veranderd en Hij gaat op dezelfde manier met ons om als toen en Hij heeft ook dezelfde verwachtingen van ons als hij bij Kaïn had. Hij gebruikt zelfs dezelfde methode: Hij wil ons bereiken voordat wij grote fouten gaan maken.

Alles wat ik dusver over Kaïn gedeeld heb, was VOORDAT hij Abel doodde. De Heer was even genadevol voor hem na de moord. Hij stelde hem een vraag: “Waar is uw broeder Abel?” waarop Kaïn

loog. Hetzelfde patroon zien we sindsdien eveneens bij hen die emotioneel en intellectueel fout zijn: “Ik weet het niet! Ben ik mijn broeders hoeder?”

De voortgang van Kaïns ondergang en hoe God probeerde hem te bereiken, laat ons een wegenmap zien van de wegen van de Heer. Hij is teder en genadig, en benadert ons met vragen die bedoeld zijn onze foutieve gedachten en gevoelens aan te wijzen – en Hij dringt er bij ons op aan de juiste weg te kiezen.

Volgende week gaan we naar andere voorbeelden kijken…iets om over na te denken!
Tot dan, zegen
John Fenn
www.cwowi.org
mail naar cwowi@aol.com

Je emoties beheersen – deel 4

Dag allemaal,
Nu we het hebben gehad over hoe de Heer met Kaïn en ons omgaat, kunnen we gaan kijken naar hoe Hij met Zijn eigen emoties omgaat en hoe de emotionele wisselwerking tussen Hem en ons is – dat klinkt misschien vreemd, maar denk eens aan Mozes, toen de Heer Israël van de kaart wilde vegen en opnieuw wilde beginnen met Mozes en zijn gezin, uit Exodus 32:10-14:
"Nu dan, laat Mij begaan, dat Mijn toorn tegen hen ontbrande en Ik hen vernietige, maar u zal ik tot een groot volk maken."

Dat is emotie! Er moet onderscheid gemaakt worden tussen toorn en boosheid: boosheid is blijvend, terwijl toorn snel opvlamt en net zo snel weer afneemt. De Heer ervoer de emoties van (gerechtvaardigde) toorn tegen Israël vanwege hun harde harten naar Hem toe. Het was gerechtvaardigd, dus geen zonde, terwijl ongerechtvaardigde toorn wel zonde zou zijn. Evenals ongerechtvaardigde boosheid zonde is en gerechtvaardigde niet.

Hoe sprak Mozes tegen de Heer in Zijn emotionele conditie? "Waarom, Here, zou uw toorn ontbranden tegen uw volk, dat Gij uit het land Egypte hebt geleid met grote kracht en met sterke hand? Waarom zouden de Egyptenaren zeggen: tot hun onheil heeft hij hen uitgeleid, om hen te doden in de bergen en hen van de aardbodem te vernietigen? Laat uw brandende toorn varen en heb berouw over het onheil waarmede Gij uw volk bedreigt." Mozes vroeg de Heer een stapje terug te doen en naar het verleden te kijken en naar wat zij voor elkaar betekenden, om te kijken naar het grotere plaatje. Gooi dat niet weg, Heer. Kijk naar wat we voor elkaar betekend hebben, kijk naar al het werk en de investeringen die U gedaan heeft in de relatie met Israël.

Merk op: 'Laat Uw brandende toorn gaan' en 'laat U vermurwen'. Sommige vertalingen gebruiken per abuis het woord 'berouw', maar het Hebreeuws zegt 'zich afkeren van' en dat wil dus niet zeggen dat Hij spijt zou moeten hebben, of berouw omdat hij Zich zo voelt. Het betekent eenvoudigweg niet in de emotie te blijven, maar om logisch na te denken. Mozes appelleerde aan het verstand, om Zijn emoties onder de heerschappij te brengen van Zijn logisch denken. Dat was precies wat de Heer van Kaïn verwachtte, toen Hij hem die drie vragen stelde: 'Waarom ben je boos? Waarom is je gezicht bedrukt? Als je het juiste doet, wordt het dan niet geaccepteerd?' De Heer wilde dat Kaïn een stapje terug zou doen om naar het grotere beeld te kijken, naar hun hele relatie en Hij vroeg van hem te doen wat juist was, ondanks zijn gevoelens van dat moment.

Mozes ging verder, dit keer appellerend aan de integriteit van de Heer: "Denk aan Abraham, Isaak en Israël, Uw dienaren, aan wie Gij gezworen hebt bij Uzelf en tot wie gij gesproken hebt: Ik zal uw nakomelingschap vermenigvuldigen als de sterren des hemels en dit gehele land, zal Ik aan uw nakomelingschap geven…" En de Here keerde Zich af van Zijn toorn en van wat Hij gezegd had Zijn volk te zullen aandoen.
Mozes appelleerde aan het verbond, het grote geheel, zodat de Heer een stap terug zou doen van het intense moment en de emoties die opvlamden. Mozes zorgde ervoor dat de Heer naar het grote geheel ging kijken en dat is wat de Heer bij Kaïn deed, hem laten kijken naar het grotere geheel om daarna het juiste te kunnen doen, ondanks zijn gevoelens van dat moment.

De Heer vertelde Barb iets, toen ze erg gekwetst was door een vriendin, die aanstoot aan haar had genomen en de vriendschap met haar had verbroken: "Maak van een moment geen levensduur. Het is slechts een moment."
Zij kon een stapje terug doen van de emoties en pijn door dat woord van de Heer – natuurlijk deed het nog wel pijn, de verwonding door de onvolwassenheid van die vriendin, maar Barb zorgde ervoor niet opnieuw door haar verwond te worden; het was slechts een moment, dus ging ze verder met haar leven en ze bleef niet achterom kijken naar wat ze verloren had, maar ze richtte zich op het heden.

Toegankelijk, ondanks intense emoties
Dat de Heer emoties als toorn heeft en dat Hij het goed vindt dat een eenvoudig mens Hem daarover aanspreekt, laat zien hoe nederig en toegankelijk Hij is en hoe wij letterlijk als Hem geschapen zijn – want wij zien onszelf terug in Zijn emoties. En wij moeten hierin ook als Hem zijn, toegankelijk, zelfs te midden van toorn.

Dit element van toegankelijk zijn te midden van emoties die zouden kunnen exploderen over iedereen in ons pad, is iets dat wij ook in ons hart moeten hebben – denk daar eens over na – Mozes stond alleen voor God en pleitte voor het hele land, en de Heer vond het goed dat Hij op die manier toegesproken werd. Hij liet Zich door Mozes kalmeren. Wij moeten ook zo zijn – vast en zeker heeft Hij ervoor gezorgd dat dit incident voor onze instructie en als een voorbeeld voor ons werd opgeschreven!

De onvolwassen christen en diens emoties
We zien hier opnieuw de waarde van het in relatie staan met anderen in het geloof die in ons leven kunnen inspreken. We zouden kunnen zeggen dat Mozes geestelijk op dezelfde lijn zat als de Heer – hun relatie was zodanig dat zij allebei in elkaars leven konden inspreken, want 'de Here sprak tot Mozes van aangezicht tot aangezicht, zoals iemand spreekt met zijn vriend.' (Ex. 33:11)

Zoals ik eerder gezegd heb: iedereen kan zeggen wedergeboren te zijn, maar of ze dat wel of niet zijn, is moeilijk te bewijzen. Daarom heeft God het zo bedacht dat Zijn rechtvaardigheid duidelijk blijkt te zijn binnen relaties. Redding, wat van de geest is, blijft onbewezen, totdat het naar buiten toe openbaar wordt in de relaties die we onderhouden. Wij moeten in elkaars leven kunnen inspreken, om de ruwe kantjes eraf te halen, om door de Heer gebruikt te kunnen worden en om onszelf door de ogen van anderen te zien. Dat is de moeilijke weg die we moeten gaan, de weg van transparantie en nederigheid. De weg waarin iemand alles en iedereen beziet als Gods manier om in ons leven te spreken, zelfs als iets onbedoeld is, zelfs als de duivel erachter zit, die ons kwaad wil doen – we kijken naar wat God kan maken uit een verschrikkelijke situatie en hoe wat de duivel tot onze vernietiging bedoeld heeft, gebruikt kan worden door God om ons te laten groeien en te bekrachtigen.

Als wij aanstoot geven, was dat vaak onbedoeld, maar voor die ander waren wij sarcastisch of onbeleefd of hadden wij een verkeerde houding, dus voelde men zich gerechtvaardigd de relatie te beëindigen. (in onze high tech wereld is het nog erger, omdat e-mails en sms'jes geen emotie en toon weergeven en dus kan de lezer daar iedere emotie en toon aan geven wat men wenst als die mail gelezen wordt. Emoticons werden bedacht om de emotie of toon van een bericht dat geschreven is, weer te geven).

Ik heb splitsingen in kerken gezien, omdat de helft van de gemeente het niet eens was met keuze van het tapijt. De ene helft wilde donkergroen, de andere helft had gekozen voor donkerrood. Ik weet dat vriendschappen geëindigd zijn omdat één van de twee zei dat hij op dat moment geen tijd had om te praten, en die ander nam daar aanstoot aan en liet die vriend vallen alsof hij de pest had. Ik weet van een andere kerksplitsing, waar de voorganger het avondmaalstel niet meer op het podium had staan, maar verplaatst had naar de vloer, vóór het podium.

En toch kunnen diezelfde mensen, die zo snel zijn relaties te beëindigen, in hun werk blijven, ook al heeft iemand op hun werk hen beledigd, of ook al schreeuwt de baas soms naar hem, of al heeft het bedrijf een beleid waar ze het niet mee eens zijn, of ze blijven naar films gaan waar in gevloekt wordt…maar als een broeder of zuster zegt het even te druk te hebben op dat moment, of aangeeft er later over te willen praten, dan beëindigen ze die vriendschap.

Ze zijn niet alleen huichelachtig, maar die huichelarij wordt duidelijk door het feit dat ze geleid worden door emoties. Geestgeleide redenen gooien een lange en goede vriendschap niet zo maar weg, of men verlaat een gemeente niet zomaar omdat de gekozen kleur een andere is dan men zelf gekozen heeft.

Wat doe je met christenen die zich in hun christelijk leven door emoties laten leiden, in plaats van door redenen en een verlangen in volwassenheid te groeien?
Daar gaan we volgende week mee verder.
Tot dan, zegen,
John Fenn
www.cwowi.org
Mail naar cwowi@aol.com

Je emoties beheersen – deel 5

Hallo allemaal,
Wat doen we met vrienden en familie wiens beslissingen lijken op een eekhoorn die de straat wil oversteken? (en zij betrekken ons erin, alsof wij een medepassagier zijn in hun emotionele roetsjbaan.)

Op welk moment, of niet, proberen wij degene te zijn die in hun leven probeert te spreken?

Als onze emoties in beroering gebracht zijn, laten we onze verdediging vaak vallen. Spreuken 25:28 zegt: 'Een stad met omver gehaalde muren, zo is iemand die zijn geest niet in bedwang heeft). Om te leven door en beslissingen te nemen afhankelijk van je emoties, opent iemand voor vernieling. Men is onstabiel en voor degenen die getuige zijn van hun leven, is het duidelijk dat hun beslissingen niet logisch zijn en nergens op slaan.

Jacobus 1:5-8 waarschuwt ons dat als we de wijsheid van God zoeken, we dit volledig toegewijd moeten doen - een innerlijk verdeeld iemand is net zo onstabiel als de golven van de zee en 'laat hij niet menen dat hij iets van de Heer zal ontvangen'. Met andere woorden, als jouw emoties voortdurend op en neer gaan, als het gaat om het zoeken van de wil van God, dan ga je Hem missen. Je zult Zijn leiding niet herkennen – je ontvangt niet de wijsheid van Hem die je gezegd hebt te willen krijgen. God dienen vereist ons hele hart, ziel en lichaam.

Het probleem als we door emoties leven
Omdat een groot deel van de kerkcultuur emoties gelijk stelt aan zalving, is het geen wonder dat mensen vaak Gods richting in hun leven gelijkstellen aan hoe zij zich op dat moment voelen. Als iemand tegen jou zegt 'Gisteravond had ik vrede, maar nu weet ik het niet meer zo zeker'- dan wil dat zeggen dat ze waarschijnlijk Zijn vrede hadden en Zijn leiding, maar in de nachtelijke uurtjes kwam er twijfel en angst binnengeslopen en daardoor kwam de vrede van God op de achtergrond te liggen – door hun eigen keus, niet die van Hem! Hun gebrek aan zelfcontrole van hun gedachten en gevoelens veroorzaakten verwarring.

Je ziet dit voornamelijk bij mensen die alleenstaand zijn of die een ongelovige man of vrouw hebben of geen goede vriend die in hun leven kan inspreken, want zij kunnen de ruwe randjes en het op en neergaan van de emoties weghalen.
De sociale media is vol met dergelijke mensen, wat je kunt ziet aan de intensiteit en focus van wat ze posten, omdat iemand die anderen in zijn leven heeft om in te spreken, dergelijke dingen niet gepost zou hebben.

Je hoeft je niet zo te voelen! Het concept gezag over je emoties te nemen, is voor veel mensen iets vreemds. Gedeeltelijk, omdat niemand hen gezegd heeft dat ze dit moeten doen en voor een deel omdat het de cultuur van de wereld is je leven te laten leiden door emoties. Er is een gezegde, wat vaak voor kinderen gebruikt wordt: 'Je vervelen is een keus'. Verveling is een emotie dat komt door gebrek aan focus en activiteit. Verveling is een keus, want als iemand 'er zin in heeft' kan hij iets vinden om te gaan doen.

Wees volwassen genoeg om verschillen aan de kant te zetten, zodat je elkaar kunt liefhebben
De gevoelens zullen komen als je het juiste doet, maar wacht niet tot je die warme gevoelens krijgt voordat je het juiste gaat doen. Doe het gewoon. De juiste emoties volgen op juiste gedachten en juiste beslissingen. Je hebt in je hart dat Jezus van hen houdt en alleen al om die reden, doe jij dat ook. Hij stierf voor hen, dus is er een bepaald respect en eer en goede wensen voor die persoon van jouw kant, omdat Hij van hen houdt. Als jij van hen gaat houden, <u>van geest naar geest</u>, de genade in hen opmerkend, valt de rest vanzelf weg. Ze zouden vandaag jou kunnen opbellen en je pakt de relatie weer op bij waar jullie gebleven waren, voordat er iets mis ging – maar zij zitten vaak vast in hun verleden en brengen dat verleden naar het heden, terwijl jij verder bent gegaan en in Christus bent blijven groeien.

Hoe ga je met zo'n vriend om?
2 Timotheüs 2:23-26: "Maar wees afkering van de dwaze en onverstandige strijdvragen; gij weet immers dat zij twisten teweeg brengen; en een dienstknecht des Heren moet niet twisten, maar vriendelijk zijn jegens allen, bekwaam om te onderwijzen, geduldig, met zachtmoedigheid <u>de</u>

dwarsdrijvers bestraffende. Misschien geeft God hun eens bekering, zodat zij tot erkenning van de waarheid komen en zij weer mogen ontwaken uit de strik van de duivel, door wie zij levend gevangen waren om zijn wil te doen."

De vraag die ik gesteld heb, is deze: Wat moeten we doen met mensen die door hun emoties leven?

Merk bovenstaande onderstreepte gedeeltes op –
"…de dwarsdrijvers bestraffende (hen onderwijzen die zich verzetten – Herziene Statenvertaling)"
"erkenning van de waarheid", "…weer mogen ontwaken,' en "…uit de strik van de duivel, door wie zij levend gevangen waren om zijn wil te doen."

Ons deel is te instrueren. Punt. Bouw een brug en laat hen het pad naar juist denken zien.
Galaten 6:1-5 zegt iets vergelijkends, namelijk dat we zo'n iemand 'moeten terechtbrengen, in een geest van zachtmoedigheid, ziende op uzelf, u mocht ook eens in verzoeking komen'- met andere woorden, begrijpen dat we allemaal zondigen; zij doen het alleen anders dan zij.
Paulus gaat verder, in Galaten 6:2, en zegt dat als ze naar ons horen, wij elkaars lasten dragen.

Maar, zegt hij, als ze niet willen luisteren en ons advies afwijzen en denken iets te zijn wat ze niet zijn,ze hun eigen lasten moeten dragen. Het zal blijken of ze wel of niet fout waren (v3-5). 'Dwaalt niet' zegt hij, 'God laat niet met zich spotten.' Hij geeft een ieder van ons wat we verdienen of we oogsten wat we gezaaid hebben, want dat is juist.

In zijn boodschap in 2 Timotheüs 2:23-26, vertelt Paulus aan Timotheüs hen te onderwijzen die zich verzetten (ze zijn blind voor het feit dat ze tegen zichzelf vechten als ze opgaan in de emoties van dingen), maar wij moeten ervoor zorgen niet op te gaan in hun eigen strijd. Houd je emotioneel afzijdig, ook al voel je voor hen en zie je waar ze naartoe gaan en je met je hele hart hen zou willen redden – zodra je hen onderwezen hebt wat te doen, moeten zij hun eigen juiste keuzes maken en hun emoties onder controle brengen.

Er is een gezegde: De eerste regel om uit een gat te komen, is stoppen met graven. Omdat ze gewend zijn beslissingen te nemen gebaseerd op emoties, kunnen sommigen niet zien dat ze hun eigen gat dieper graven. Er is geen geestelijke opname om iemand uit de bodem van een put te halen, of om die put op te vullen. God geeft ons wat we verdienen en het ongedaan maken van wat we gedaan hebben, kan jaren duren, maar is wel het juiste.

Merk opnieuw op wat Paulus over hen zei, in 2 Timotheüs – 'bekeren, zodat zij tot erkentenis van de waarheid komen'. Op een bepaald moment moet iemand die door emoties geleid wordt, kalmeren, beginnen te denken en hun fout toegeven. Zo eenvoudig is het. Er kan geen vooruitgang in emotionele gezondheid gemaakt worden als er geen duidelijkheid is, geen helderheid, geen openbaring is over hun leven.

Het ergste is, dat iemand die door emoties geleefd wordt, 'door de duivel gevangen is, om zijn (de duivels) wil te doen.' Opnieuw: zodat zij 'mogen ontwaken uit de strik van de duivel'. Niemand kan dat voor hen doen, dat kunnen zij alleen.

Volgende week het laatste deel, tot dan,
Zegen,
John Fenn
www.cwowi.org
cwowi@aol.com

Je emoties beheersen – Deel 6

Dag allemaal,
Een paar dagen geleden hoorde ik een grap vertellen op tv, die ik niet meer gehoord had sinds ik op de lagere school zat en de leraar dit vertelde in een poging ons verder te laten denken dan het normale en ons oplossingen te laten bedenken die verder gaan dan het voor de hand liggende.

Dit is de grap: Een Mexicaanse jongen reed iedere week op zijn fiets de grens over van Mexico en de VS, met een zak over zijn schouder. Iedere week werd hij door dezelfde douane ambtenaar gestopt, die de zak inspecteerde, en er iedere week alleen zand in vond. Dit ging zo een aantal weken door, totdat de douane ambtenaar op een dag vrij was en die vrije dag in Mexico doorbracht. Daar zag hij dat jongetje. Hij vroeg hem te vertellen wat hij toch iedere week deed, op en neer fietsend met een zak zand over zijn schouder. De jongen antwoordde:

"Ik smokkelde fietsen."

Op die manier werkt de duivel ook in onze emoties – hij zorgt ervoor dat wij letten op die zak met zand, terwijl hij zijn echte bedoeling ons leven binnensmokkelt – zoals angst, haat, boosheid, arrogantie, enz.

Ik kan je verhaal na verhaal vertellen
De meesten van ons zijn wel eens slachtoffer geweest en hebben ons leven door emoties laten leiden, denk ik. Mensen nemen regelmatig contact met mij op om te vragen wat ze aanmoeten met die vriend die ineens de vriendschap verbreekt, terwijl ze geen flauw idee hebben waarom. Of omdat de vriendschap werd verbroken om een nietszeggende reden. Ik heb de afgelopen week daar een paar voorbeelden van gegeven; het resultaat is dat de onschuldige vriend, familielid, collega, gemeentelid, pijn is aangedaan door een beslissing die op emoties gebaseerd is, en het maakt vriendschappen kapot.

Paulus schreef in zijn eerste brief aan het lichaam te Corinthe aan een stel gelovigen, die ook door emoties geleid werden. Hij zei dat er nijd en twist onder hen was, wat liet zien dat ze nog slechts baby's in Christus waren. Hij zei in 1 Korintiërs 3:3 dat ze vleselijk waren, leefden als onveranderde mensen en dat ze eigenlijk al geestelijk vast voedsel zouden moeten eten, maar dat niet konden verdragen, omdat ze nog baby's waren. Bovendien, zei hij, als ze daar mee door zouden gaan, zouden ze wel gered zijn, maar het enige dat ze mee zouden nemen naar de hemel was hout, hooi en stro, want niet zou standhouden in het vuur van het oordeel.

Heb je gemerkt…
dat Jezus de rijke jongeling niet achterna liep toen hij de uitnodiging van Jezus om alles te verkopen en Hem te volgen, afwees? Heb je gemerkt, in Johannes 6:66-67, toen veel discipelen zich van Jezus afkeerden omdat ze Zijn gelijkenis niet begrepen en wat Hij bedoelde met Zijn vlees eten en Zijn bloed drinken, Hij Zich niet omkeerde om hen achterna te gaan?

Jezus legt een keuze aan ons voor, een splitsing in de weg, een openbaring te doen wat goed is, of om hetgeen te doen wat goed voelt. Dan kijkt Hij toe. Zoals bij Kaïn, moedigt Hij ons in onze geest aan het juiste te doen, om meester te worden over de zonden en onze emoties – maar het is aan ons om die keuze te maken.

Als een vriend zich akelig gedraagt, moeten we beseffen dat zij zichzelf moeten corrigeren. Probeer hen in nederigheid te helpen en als zij zich bekeren en hun fout toegeven en bedanken voor de wijze raad – prijs de Heer, we hebben onze vriend gewonnen. Zo niet, dan moeten zij het uitwandelen en kunnen wij slechts aan de zijlijn staan. Geen enkele ramp is een enkele gebeurtenis, en dat is ook zo in het leven.

OK, terug naar Kaïn…laten we naar het begin van deze serie gaan
Zelfs nadat Kaïn zijn broer vermoord had, kwam de Heer naar hem toe – denk daar eens over na – de Heer kwam en gaf hem de kans eerlijk te zijn, en vroeg: "Waar is je broeder Abel?" Kaïn groef zijn hielen in het zand, zoals we dat zeggen, en in plaats van te bekennen wat hij gedaan had, loog hij met een vraag: "Ik weet het niet. Ben ik mijn broeders hoeder?" In het volgende vers, Genesis 4:10, laat de Heer weten dat Hij weet wat Kaïn gedaan heeft – zie de genade van de Heer! En zo is Hij ook bij ons,

voortdurend probeert Hij ons op verschillende manieren te bereiken, om ons zover te krijgen dat we eerlijk met onszelf en Hem gaan worden.

Het onderliggende thema van deze serie is persoonlijke verantwoordelijkheid, omdat dit hetgeen is waar de Heer ons voortdurend naartoe brengt – wees eerlijk en wees verantwoordelijk voor wat je denkt, voelt, beslist in het leven. Een emotioneel iemand weigert persoonlijke verantwoording te nemen voor zijn leven – men liegt tegen anderen met 'witte leugentjes,' die volgens hen onschuldig zijn, maar waarvan wij direct zien dat het ronduit leugens zijn. Ze liegen tegen zichzelf, gebruiken emoties die niet onder controle zijn om hun angst en weigering de verantwoording te nemen, te maskeren.

Je bent geen robot
Je moet niet de indruk krijgen dat ik vind dat we een emotionele robot moeten zijn, want dat is zeker niet het geval. Emoties hebben hun plek, want daardoor voelen we de feiten die ons intellect ons vertelt. Onze emoties werken tezamen met ons intellect, die tegen elkaar afgewogen moeten worden. Onze emoties moeten echter onderworpen zijn aan de rechtvaardigheid van de Heer, of we dat nu voelen of niet – we moeten onze emoties ondergeschikt maken aan de logica en aan het vertrouwen.

In 1 Samuel 30:1-6 keren David en zijn mannen terug en komen thuis,in Siklag aan en zien dat de stad verbrand is en dat iedereen gevangen genomen is. Hun vrouwen en kinderen waren nergens te bekennen, gevangen genomen, en gelukkig waren er geen doden. In vers 6 staat 'Maar David sterkte zich in de Here, zijn God'. Als je Psalm 4 hieronder leest, weet dan dat David tegen zijn mannen spreekt die hem willen doden en hij moedigt ze aan om niet de emoties de overhand te laten hebben, maar om die aan de Heer over te geven.

David schreef Psalm 4 op dit moment, en het is een kijkje in hoe David zich bijna liet overweldigen door zijn emoties, in dit bijzonder emotionele moment. Het laat ook zien hoe hij terug gaat naar zijn geloof en zijn vertrouwen in de Heer en aan het eind liet de Heer hem zien hoe hij iedereen zou kunnen bevrijden. Als hij had toegelaten dat zijn emoties de overhand zouden nemen, had hij die instructie van de Heer niet kunnen ontvangen, met alle gevolgen van dien.

"Als ik roep, antwoord mij, o God mijner gerechtigheid, die mij ruimte maakt in benauwdheid; wees mij genadig en hoor mijn gebed. (hoor je zijn wanhoop – zijn mannen hebben het erover hem te doden, zijn vrouw is gevangen genomen, hij is bang, alleen) – en nu spreekt hij tot zijn mannen:

"Gij mannen, hoelang is mijn eer tot versmading, hoelang hebt gij ijdelheid lief, jaagt gij de leugen na? Weet toch dat de Here Zich een gunstgenoot heeft afgezonderd; de Here hoort als ik tot Hem roep. Wees toornig, maar zondig niet; spreek in uw hart op uw leger, en zwijgt. Selah (stop, denk hier over na)."

"Brengt offers naar de eis en vertrouwt op de Here. Velen zeggen: Wie zal ons het goede doen zien? Verhef over ons het licht Uws aanschijns, o Here! Gij hebt meer vreugde in mijn hart gegeven dan toen hun koren en most overvloedig waren. In vrede kan ik mij te ruste begeven en aanstonds inslapen, want gij alleen, o Here, doet mij veilig wonen."

David en zijn mannen gingen in hun emoties op en neer, wat helemaal te begrijpen is, maar zij luisterden naar hun geloof en brachten hun emoties onder controle; hun gedachten en angst en zorgen, en gaven zich over in geloof en vertrouwen op de Heer – en zoals David dat schreef, had hij vrede. Sta jezelf die emotie toe, maar wees niet als Kaïn, die ervoor koos door emoties te leven en daardoor een zeer slechte beslissing nam. Wees als David, die te midden van angst, zorgen en vrees, vrede vond en rustig kon gaan slapen – omdat hij erop vertrouwde dat God getrouw is dat Hij dat opnieuw in deze situatie ook zou zijn. Amen!

Volgende week aan ander onderwerp, tot dan,

Zegen,
John Fenn
www.cwowi.org
mail naar cwowi@aol.com