

# Het huis van de angst en het huis van de liefde

## Bemoedigen kun je leren (1)

### Romeinen 8:15

*Bemoedigen doet goed. Maar hoe bemoedig je? Om daarin verder te komen is het belangrijk dat we eerst ontdekken dat we allemaal ten diepste angstige mensen zijn: 'Ik werd bang omdat ik naakt ben; daarom verborg ik me' (Genesis 3:10). Die angst staat ons in de weg om anderen te bemoedigen.*

#### Ik ben bang

Bang zijn komt veel voor. We zijn bang om door de mand te vallen, niet gewaardeerd te worden, te falen, ontmaskerd te worden. We zijn bang voor wat mensen over ons denken en tegen ons zullen zeggen. We zijn bang voor wat er gebeurt als... We zijn bang voor de onzekerheid, het alleen zijn, onze schuld, bang om de controle te verliezen. We zijn bang voor kwetsbaarheid, voor onze emoties.

#### Het huis van de angst

Hoe vaak de Bijbel ook zegt 'wees niet bang', we zijn het toch. Niemand uitgezonderd. En we hebben daardoor de neiging om ons te verbergen achter een omhulsel (masker, façade, buitenkant, afweermechanismen) van opgewektheid, professionaliteit, stoerheid, overtuigdheid, verlegenheid, aanstellerigheid. Dat noemen we nu: wonen in het huis van de angst. Ondanks het evangelie van Jezus dat we hoorden en omarmden (over het koninkrijk van God vol vreugde en vrijheid) leven we nog steeds 'als slaven in angst' (Romeinen 8:15). Een slaaf is gebonden, is niet vrij. Als we gebonden slaven zijn en geen vrije kinderen, kunnen we niet dichtbij de ander komen omdat we ook niet dichtbij onszelf kunnen komen. Onze angst schept afstand en daardoor eenzaamheid. Van bemoediging kan niks terecht komen want bemoediging vraagt verbinding. Het is goed om hier eerlijk over te zijn: we wonen nog zo vaak in het huis van de angst. 'Ik werd bang, daarom verborg ik me.'

#### Het huis van de liefde

Maar er bestaat ook een ander huis om in te wonen: het huis van de liefde. Hoe je daar komt, dat is ook nog een heel verhaal. Maar laten we eerst dat huis eens ontdekken. We worden op het spoor gezet door uitspraken als: 'liefde laat geen ruimte voor angst' en 'volmaakte liefde sluit angst uit' en 'u hebt de

Geest niet ontvangen om opnieuw als slaven in angst te leven, u hebt de Geest ontvangen om Gods kinderen te zijn, en om hem te kunnen aanroepen met 'Abba, Vader'. Over welke liefde gaat dat? Over Góds liefde die in de stem van Jezus hoorbaar wordt. Uit het huis van de liefde klinkt de stem van de liefde: 'wees niet bang', 'volg mij', 'kom bij mij', 'het koninkrijk van God is nabij', 'je hebt niet meer dan mijn genade nodig', 'ik ben het licht', 'ik ben het leven', 'ik ben met je', 'ik heb je lief'. Horen we die stem nog wel? Het huis van de liefde is daar waar je veilig bent, waar je niet wordt afgerekend op je fouten, waar je niet geoordeeld wordt, waar je gewoon geliefd kind kunt zijn en niet aan allerlei voorwaarden hoeft te voldoen.

#### Jezus

Het huis van de liefde is uiteindelijk het huis van de Heer. Je kunt het ook zo zeggen: wonen in het huis van de liefde gebeurt als Christus woning maakt in je hart. In wat Jezus zegt in Johannes 15:1-11 reikt hij ons drie woorden aan die richting wijzen als we zoeken naar het huis van de liefde en als we verlangen naar waarheid en echtheid en goedheid:

- **Verbondenheid:** 'Blijf in mij, dan blijf ik in jullie' (Joh. 15:4). Dit is een uitnodiging om verbonden te zijn met Jezus. Dat geeft kracht, veiligheid, intimiteit. Jezus wil de ruimte zijn waar we thuis komen.
- **Vruchtbaarheid:** 'Als iemand in mij blijft en ik in hem, zal hij veel vrucht dragen' (Joh. 15:5). Niet productief zijn, maar vruchtbaar, daar gaat het om als je leeft met Jezus. De vrucht van de Geest zal je deel worden.
- **Vreugde:** 'Dit zeg ik tegen jullie om je mijn vreugde te geven, dan zal je vreugde volkomen zijn' (Joh. 15:11). Echte vreugde vind je bij Jezus: 'overvloedige vreugde in uw nabijheid, voor altijd een lieflijke plek aan uw zijde' (Ps. 16:11).

#### Bemoedigen

Alleen als je in het huis van de liefde bent, kun je de ander die woont in het huis van de angst bemoedigen. Alleen de kracht van Christus die je ervaart in liefdevolle verbondenheid door de Geest is in staat de angst van de ander werkelijk te raken, genezend en bevrijdend.

#### Om te lezen

Johannes 15:1-11  
Romeinen 8:14-17  
1 Johannes 4:17-21

#### Voor een geloofsgesprek

1. Herken je wat Adam zei ook in jouw leven: 'Ik werd bang, daarom verborg ik mij'?
2. Waar ben je bang voor? Op welke momenten woon jij in het huis van de angst?
3. Wat zijn voor jou de kenmerken van het huis van de liefde?
4. Welke woorden van Jezus zijn speciaal van betekenis voor jou?
5. 'Volmaakte liefde sluit angst uit'. Herken je dat? Waar zie je dat?
6. Het huis van de liefde wordt niet door mensenhanden gemaakt. Het is een creatie van God. Praat daar eens over door.
7. Jezus alleen is een veilig thuis. Hoe kun je dat ervaren voordat je iemand gaat bemoedigen?

#### Websites

[www.josdouma.nl](http://www.josdouma.nl)  
[www.levenindekerk.nl](http://www.levenindekerk.nl)  
[www.plantagekerkzwolle.nl](http://www.plantagekerkzwolle.nl)

