

NUDGES

Duwtjes in de goede richting



**GODS
STEM
VERSTAAN**

Vrede

Wim Kamphorst

NUDGES

Duwtjes in de goede richting

Vrede

Wim Kamphorst

Voorwoord

De avond voor Zijn kruisiging zat Jezus met Zijn vrienden aan tafel. Hij wist wat er ging komen. Zij nog niet. En toch was het niet Jezus die steun zocht. Hij gaf hun iets mee: Zijn vrede.

“Vrede laat Ik u, Mijn vrede geef Ik u; niet zoals de wereld die geeft, geef Ik die u. Laat uw hart niet in beroering raken en niet bevreesd worden.”

Johannes 14:27

Ik heb ontdekt dat vrede een van de duidelijkste manieren is waarop God spreekt. Soms krijg ik geen woord en geen beeld, alleen een diepe rust over een keuze. Soms juist onrust, terwijl alles er goed uitziet. Die vrede, of het gebrek eraan, is voor mij vaak Zijn stem.

Dit boekje gaat over de vrede van Jezus. Hoe je die ontvangt, hoe je erin leert leven, en hoe vrede je helpt om Zijn stem te verstaan. Het zijn nudges: kleine duwtjes om midden in de storm rust te vinden.

Wim Kamphorst oprichter (F)Luister Nederland

Inleiding

De wereld kent ook vrede. Vrede als alles goed gaat. Als je rekening klopt, je gezondheid in orde is en de mensen om je heen aardig zijn. Dat is een mooie vrede, maar hij is breekbaar. Eén bericht, één diagnose, één ruzie, en hij is weg.

De vrede van Jezus is anders. Hij is niet afhankelijk van de omstandigheden. Jezus sliep in een boot terwijl de golven over de rand sloegen. Hij had niet minder storm dan Zijn discipelen. Hij had wel meer vrede.

“Deze dingen heb Ik tot u gesproken, opdat u in Mij vrede zult hebben. In de wereld zult u verdrukking hebben, maar heb goede moed: Ik heb de wereld overwonnen.”

Johannes 16:33

Let op de woorden “in Mij”. Vrede is niet iets wat Jezus je geeft om mee te nemen. Het is iets wat je vindt als je bij Hem blijft.

Inkijkje:

Het Hebreeuwse woord voor vrede is shalom. Het betekent veel meer dan geen ruzie. Shalom is heelheid: dat alles op zijn plek is, tussen jou en God, tussen jou en anderen en in jezelf. Als Jezus vrede geeft, geeft Hij die heelheid.

Hoofdstuk 1 Vrede met God

Voordat je de vrede van God kunt ervaren, mag je weten dat je vrede met God hebt. Dat is de basis. Niet een gevoel, maar een feit dat Jezus aan het kruis heeft geregeld.

“Wij dan, gerechtvaardigd uit het geloof, hebben vrede bij God door onze Heere Jezus Christus.”

Romeinen 5:1

Geen oorlog meer

Lang leefde ik met het idee dat God een beetje teleurgesteld naar me keek. Als ik iets fout deed, hield ik afstand. Ik dacht dat ik eerst weer in orde moest zijn. Maar de oorlog is voorbij. Jezus heeft de schuld gedragen. God is niet boos op je. Hij nodigt je uit om dichtbij te komen.

Veel onrust in ons leven komt voort uit de vraag of we wel goed genoeg zijn. Voor God, voor anderen, voor onszelf. Wie weet dat hij vrede met God heeft, hoeft zichzelf niet meer te bewijzen. Dat geeft een rust die dieper gaat dan de omstandigheden.

Vrede met jezelf

Shalom is heelheid. Dat betekent ook dat God vrede wil brengen in de plekken van je hart die nog kapot zijn. Bij mij waren dat oude wonden uit een pestverleden. God genas ze niet in één keer, maar laag voor laag. Na elke laag kwam er meer rust. Vrede met God werkt door in vrede met jezelf.

Hoofdstuk 2 Vrede als stem van God

In het eerste boekje van deze serie schreef ik dat de taal van de Geest geen Nederlands is. Hij spreekt Geest. Een van de bekendste manieren waarop Hij dat doet, is door vrede. Veel volgelingen van Jezus kennen het: er woedt een storm om je heen, maar vanbinnen heb je rust over een keuze. Of juist andersom: alles lijkt goed, maar je hebt onrust.

“En laat de vrede van God heersen in uw harten, waartoe u ook in één lichaam geroepen bent; en wees dankbaar.”

Kolossenzen 3:15

Het woord dat hier met heersen wordt vertaald, betekent eigenlijk: scheidsrechter zijn. De vrede van God mag fluiten. Als hij wegvalt, is dat een signaal om even stil te staan.

Christformation

Toen ik naar een Bijbelschool wilde, koos ik er een uit zonder het echt aan God te vragen. De papieren waren klaar. Maar ik had geen vrede. Ik werd wakker met een duidelijk nee. Wat wel bleef hangen, was een naam die ik nog nooit had gehoord: Christformation. Toen ik het opzocht, bleek het een nieuwe Bijbelschool te zijn, en het was die dag hun laatste open dag. Bij aankomst was er meteen vrede. Het werden mooie jaren.

Geen vrede, wel vrede

Ik ontmoette eens twee daklozen die allebei om geld vroegen. Bij de een had ik geen vrede om verder te investeren in het contact. Bij de ander juist wel. Dus stak ik mijn tijd en aandacht vooral in die tweede relatie. Twee jaar later bleek de eerste mij te hebben misleid, terwijl met de tweede een oprechte vriendschap was ontstaan. De Geest hielp me onderscheid te maken, zonder dat ik mijn hart voor mensen hoefde te sluiten.

Vrede op een teleurstellende avond

Op een lanceringsavond van (F)Luister kwamen er minder mensen dan ik had verwacht. Ik raakte gefrustreerd en onrustig. Midden in die onrust begon ik een hart tot hart gesprek met mijn Vader. Hij gaf geen woord en geen beeld. Hij vulde mijn hart met een vrede die mijn verstand te boven ging. Ik richtte me niet langer op wat ik zag, maar op wat God over die avond had gezegd. Die avond mocht ik persoonlijke woorden delen met bezoekers. De vrede veranderde de avond niet. Hij veranderde mij.

“Wees in geen ding bezorgd, maar laat uw verlangens in alles, door bidden en smeken, met dankzegging bekend worden bij God; en de vrede van God, die alle begrip te boven gaat, zal uw harten en uw gedachten bewaken in Christus Jezus.”

Filippenzen 4:6-7

Een week vol onrust

Vrede is makkelijk te vinden op een rustige dag. De vraag is wat er gebeurt als het stormt. Ik had eens een droom waarin een slang mij in mijn hart beet. Drie dagen later kreeg ik paniekaanvallen en hartritmestoornissen. Een week lang kon ik moeilijk ademen. Ik begreep niet wat er gebeurde. Na een week kreeg ik een Bijbeltekst. Ik sprak hem hardop uit, en de onrust stopte.

Ik wil hier eerlijk bij zeggen: als je last hebt van paniekaanvallen of hartklachten, ga naar je huisarts. God werkt ook door artsen. Wat ik in die week leerde, is dat Gods Woord hardop uitspreken kracht heeft. En dat je in de storm iets nodig hebt om je aan vast te houden. Voor mij was dat een tekst.

Wanneer angst het overneemt

In die periode merkte ik ook hoe moeilijk het is om helder te luisteren als je lichaam en ziel onder druk staan. Als je zenuwstelsel in de overlevingsstand staat, voelt elke gedachte zwaar en dreigend. Dan is het lastig om een

waarschuwing van de Geest te onderscheiden van het alarm van je eigen angst.

Een eenvoudige toets heeft mij geholpen. De Heilige Geest kan je waarschuwen, maar Hij brengt geen paniek. Zijn stem is helder, ook als ze ernstig is. Angst jaagt op, God leidt. Neem in zulke periodes geen grote beslissingen op een gevoel van paniek. Wacht tot er weer rust is, en zoek mensen die met je willen bidden.

Je gedachten op Hem

“Het is Uw vaste voornemen: U zult volkomen vrede bewaren, want men heeft op U vertrouwd.”

Jesaja 26:3

Vrede heeft veel te maken met waar je gedachten naartoe gaan. Bij het nieuws kies ik bewust één persoon om voor te bidden, zodat ik niet overspoeld word door alle ellende. Bij zorgen probeer ik ze één voor één bij God neer te leggen, in plaats van ze in mijn hoofd rond te laten draaien. Het is een oefening. Soms lukt het meteen, soms moet ik het tien keer op een dag opnieuw doen.

Vredestichters

Jezus zei: “Zalig zijn de vredestichters, want zij zullen Gods kinderen genoemd worden.” Wie zelf vrede heeft ontvangen, mag die ook brengen. In een drukke restaurantkeuken op kerstavond liepen alle koks gestrest heen en weer. Aan het eind zei een kok tegen me: “Ik weet niet hoe dat kan, maar elke keer als jij langsliep, kwam ik tot rust.” Dat was niet mijn verdienste. Het was de vrede van Jezus die door me heen werkte.

Hoofdstuk 3 Hoe groei jij in vrede?

Vrede is een vrucht van de Geest. Hij groeit als je dicht bij de Bron blijft. Een paar duwtjes:

1. Leg je zorgen één voor één neer

Schrijf op wat je bezighoudt. Bid over elk punt apart en sluit af met “dank U” voor wat Hij al gedaan heeft. Streep het daarna door als teken dat je het hebt neergelegd. Komt het terug, leg het dan opnieuw neer.

2. Let op vrede bij keuzes

Sta je voor een keuze? Leg de opties een paar dagen voor God neer. Let op waar je rust bij voelt en waar onrust. Schrijf het op. Bespreek het bij grote keuzes ook met mensen die verder zijn in het geloof.

3. Spreek Zijn woorden hardop uit

Kies een tekst over vrede, bijvoorbeeld Johannes 14:27 of Jesaja 26:3. Leer hem uit je hoofd en spreek hem hardop uit als de onrust komt. Gods Woord is niet alleen om te lezen, maar ook om te geloven en uit te spreken.

4. Maak ruimte voor stilte

Plan deze week drie momenten van tien minuten zonder telefoon, muziek of gesprek. Zit stil, adem rustig en zeg: “Jezus, hier ben ik.” Je hoeft niets te presteren. Vrede groeit vaak in de stilte.

5. Zoek hulp als het te zwaar wordt

Heb je langdurig last van angst, paniek of somberheid? Blijf er niet alleen mee. Praat met iemand die je vertrouwt, laat voor je bidden en ga ook naar je huisarts. Gods vrede en goede zorg gaan prima samen.

Jezus belooft geen leven zonder storm. Hij belooft dat Hij in de boot zit. Daar ligt Zijn vrede voor je klaar.

FAQ

Vraag: Ik heb vrede over iets, maar mensen om me heen zijn het er niet mee eens. Wat nu?

Antwoord: Neem beide serieus. Vrede is een belangrijke toets, maar niet de enige. Kijk of het past bij de Bijbel en bij het karakter van Jezus, en luister naar mensen die van je houden en verder zijn in het geloof. Vaak helpt het om een kleine stap te zetten en te kijken wat er gebeurt, in plaats van meteen alles om te gooien.

Vraag: Is onrust altijd een teken dat iets niet van God is?

Antwoord: Nee. Soms voel je onrust omdat iets spannend en nieuw is, terwijl het toch van God is. Soms komt onrust uit oude angst. Probeer te onderscheiden: is het onrust over de stap zelf, of ben je gewoon bang? Neem er tijd voor, bid erover en bespreek het met iemand die je goed kent.

Vraag: Hoe kan ik vrede hebben als ik me zorgen maak over mijn kinderen, mijn werk of mijn gezondheid?

Antwoord: Zorgen horen bij het leven. Jezus vraagt niet dat je doet alsof ze er niet zijn. Hij nodigt je uit ze bij Hem te brengen, elke keer opnieuw. Vrede is niet dat alles opgelost is. Het is weten dat Hij erbij is, en dat Hij jouw zorgen beter kan dragen dan jij.

Op fluisternederland.nl vind je meer over wie wij zijn, hoe je Gods stem kunt leren verstaan en inspirerende getuigenissen in ons (F)Luister magazine.

Over (F)Luister Nederland

(F)Luister Nederland is een beweging die gelovigen wil helpen de stem van God te verstaan en daarin te groeien. Wij geloven dat God vandaag nog steeds spreekt en dat Zijn kinderen Zijn stem kunnen leren herkennen, begrijpen en gehoorzamen.

Onze missie

Wij willen mensen toerusten en bemoedigen om in hun dagelijks leven te wandelen in relatie met Jezus, geleid door de Heilige Geest. Het is ons verlangen dat steeds meer volgelingen van Jezus leren luisteren naar Zijn fluistering en daarin vrijmoedig stappen zetten.

Onze visie

We zien een kerk en een samenleving waarin Gods stem weer centraal staat. Waar gelovigen niet alleen luisteren naar preken of meningen, maar zelf leven vanuit de intieme relatie met hun Vader in de hemel. Een generatie die Gods stem verstaat en daardoor verschil maakt in hun omgeving.

Wat wij doen

- ▶ Magazines: we publiceren inspirerende getuigenissen, praktische artikelen en onderwijs over het verstaan van Gods stem.
- ▶ Evenementen: we organiseren bijeenkomsten waar we samen oefenen in luisteren naar God, onderwijs ontvangen en elkaar bemoedigen.
- ▶ Training & Spreken: we komen graag langs in kerken, groepen en evenementen om onderwijs te geven over dit thema.

Wil je meer weten, onze magazines lezen of een evenement bijwonen? Kijk op: fluisternederland.nl

Samen leren we Zijn stem verstaan

Vrede

Luisteren naar Hem. Rust midden in de storm.

God spreekt. Elke dag. Niet alleen tot profeten of geestelijke leiders, maar tot ieder van ons. Het probleem is niet dat Hij stil is, maar dat wij vaak niet goed afstemmen.

In dit boek neemt Wim Kamphorst je mee op een reis om de stem van God te leren herkennen, verstaan en gehoorzamen. Je ontdekt:

- ▶ hoe de vrede van Jezus anders is dan de vrede van de wereld;
- ▶ hoe vrede en onrust je kunnen helpen om Gods stem te herkennen;
- ▶ vijf duwtjes om te leven vanuit Zijn vrede.

Wim Kamphorst kende periodes van onrust en zelfs paniek. Juist daar ontdekte hij dat Gods vrede vaak Zijn duidelijkste stem is.

Met persoonlijke getuigenissen, heldere Bijbelteksten en praktische voorbeelden maakt dit boek duidelijk dat leven vanuit de vrede van Jezus iets is wat op Gods hart ligt.

**God spreekt.
Waar heb jij Zijn vrede nodig?**

