

NUDGES

Duwtjes in de goede richting



**GODS
STEM
VERSTAAN**

Vergeving

Wim Kamphorst

NUDGES

Duwtjes in de goede richting

Vergeving

Wim Kamphorst

Voorwoord

Petrus dacht dat hij ruimhartig was. Hij vroeg Jezus: “Heere, hoeveel keer zal mijn broeder tegen mij zondigen en ik hem vergeven?” En hij stelde zelf een antwoord voor: zeven keer. Dat is veel. De meeste mensen haken na één of twee keer al af. Maar Jezus antwoordde dat het niet om tellen gaat.

“Jezus zei tegen hem: Ik zeg u: niet tot zevenmaal, maar tot zeventig maal zevenmaal.”

Mattheüs 18:22

Vergeving is een van de moeilijkste onderwerpen die ik ken. Ik ben vanaf groep acht jarenlang gepest. Ik weet hoe het voelt als iemand je pijn doet en er nooit sorry voor zegt. Ik weet ook hoe het voelt om zelf degene te zijn die tekortschoot.

Dit boekje is geen snelle oplossing. Het zijn nudges: kleine duwtjes om de vergeving van God te ontvangen, en die vergeving stap voor stap door te geven. Want ik heb ontdekt dat vergeving niet alleen de ander vrijzet. Het zet vooral jou vrij.

Wim Kamphorst oprichter (F)Luister Nederland

Inleiding

Vergeving begint niet bij ons. Het begint bij God. Voordat je iemand anders kunt vergeven, mag je zelf ontvangen dat je vergeven bent. Jezus droeg aan het kruis alles wat ons van God scheidde. Nog voordat ik iets goeds kon doen, hield Hij al van mij. Tot en met de verkeerde dingen die Hij daar op Zich nam.

“Als wij onze zonden belijden: Hij is getrouw en rechtvaardig om ons de zonden te vergeven en ons te reinigen van alle ongerechtigheid.”

1 Johannes 1:9

Uit dat ontvangen stroomt het doorgeven. Paulus schrijft het heel eenvoudig: vergeef elkaar, zoals God in Christus jou vergeven heeft. De maat van onze vergeving is niet wat de ander verdient, maar wat wij zelf gekregen hebben.

Inkijkje:

Het Griekse woord dat in het Nieuwe Testament vaak met vergeven wordt vertaald, is *aphiēmi*. Het betekent letterlijk: loslaten, laten gaan, wegsturen. Vergeven is dus niet doen alsof er niets gebeurd is. Het is iets loslaten wat je vasthoudt, en het in Gods handen leggen.

Hoofdstuk 1 Vergeving ontvangen

Veel christenen weten dat ze vergeven zijn. Ze kunnen het opzeggen. Maar diep vanbinnen blijven ze zichzelf veroordelen. Ze houden afstand van God, omdat ze denken dat ze eerst weer schoon moeten zijn voordat ze bij Hem mogen komen.

Van maanden naar meteen

Zo was het lang bij mij. Als ik gezondigd had, duurde het soms maanden voordat ik weer echt van hart tot hart bij God durfde te komen. Schaamte, schuld en teleurstelling in mezelf hielden me op afstand. Door de liefde van God begon daar iets te veranderen. De maanden werden weken, de weken werden dagen. Tot het moment kwam dat ik God er meteen bij kon halen, op het moment zelf.

Hij was niet bang voor mijn zonde. Ik hoefde niet eerst weer schoon te zijn om thuis te komen. Dat is de kern van vergeving ontvangen: je gaat met je fout naar Hem toe, niet bij Hem vandaan.

Wat eronder ligt

God is niet alleen geïnteresseerd in wat je fout doet. Hij kijkt ook naar wat eronder ligt. Toen ik jarenlang worstelde met een verslaving, schreeuwde ik het op een dag uit. Midden in die schreeuw dacht ik: waarom lijkt het erop dat ik meer wil stoppen dan God? Op dat moment ging ik open voor wat Hij wilde zeggen. En Hij begon heel ergens anders. Niet over mijn gedrag, maar over mijn wonden. Afwijzing, teleurstelling, minderwaardigheid.

Vergeving ontvangen is dus meer dan sorry zeggen. Het is God toelaten op de plekken waar het pijn doet.

“Zo ver het oosten is van het westen, zo ver heeft Hij onze overtredingen van ons gedaan.”

Psalm 103:12

Ruis op de lijn

In het boekje Gods stem verstaan schreef ik over ruis op de lijn. Als je denkt dat God boos op je is, hoor je vooral veroordeling. Maar veroordeling past niet bij Jezus. De Heilige Geest overtuigt wel van zonde, maar Hij doet dat om je terug te brengen, niet om je klein te maken. Overtuiging trekt je naar Jezus toe. Veroordeling duwt je bij Hem weg. Zo kun je het verschil herkennen.

Hoofdstuk 2 Vergeving doorgeven

Jezus koppelde ons bidden aan vergeven. In het Onze Vader bidden we: “vergeef ons onze schulden, zoals ook wij onze schuldenaren vergeven.” En Hij zei erbij dat we moeten vergeven als we staan te bidden en iets tegen iemand hebben. Onvergevingsgezindheid zit als een prop in de leiding tussen ons en God.

“En wanneer u staat te bidden, vergeef als u tegen iemand iets hebt, opdat ook uw Vader, Die in de hemelen is, u uw overtredingen vergeeft.”

Markus 11:25

Vergeven is niet goedpraten

Vergeven betekent niet dat wat er gebeurd is, oké was. Het betekent ook niet dat je jezelf weer onveilig moet maken. Je kunt iemand vergeven en tegelijk grenzen stellen. Vergeven is de schuld uit jouw handen leggen en aan God geven. Jij hoeft niet langer de rechter te zijn. Dat is Zijn werk.

Jozef had alle reden om zijn broers te haten. Ze hadden hem als slaaf verkocht. Jaren later stond hij als machtig man tegenover hen. Hij koos ervoor niet terug te slaan.

“Jullie weliswaar, jullie hebben kwaad tegen mij bedacht, maar God heeft dat ten goede gedacht, om te doen zoals het op deze dag is: een groot volk in leven te houden.”

Genesis 50:20

Genezing in lagen

De pijn van het pesten zat diep. Ik had mezelf afgesloten, eerst voor school, toen voor vrienden en uiteindelijk zelfs voor familie. Die muren voelden als bescherming. Pas jaren later, toen ik al gelovig was, liet God me zien hoeveel invloed dat verleden nog op me had.

In een korte periode kreeg ik drie dromen. In elke droom stond ik weer tegenover iemand die mij vroeger had gepest. Waar ik vroeger niets durfde te zeggen, zei ik in de droom nee. Elke keer werd ik wakker met vrede. Dat was geen eindpunt, het was een begin. Vergeven ging bij mij niet in één gebed. Het ging in lagen.

Niet te lang wachten

Er is ook een verhaal dat ik met pijn vertel. Ik had iemand die mij had gepest allang vergeven. Op een dag kreeg ik de sterke drang om hem dat te laten weten. Misschien kon er herstel komen. Drie weken lang bleef die drang, en drie weken lang deed ik er niets mee. Toen hoorde ik dat hij was overleden. Ik was te laat.

Ik deel dit niet om je schuldig te laten voelen. Ik deel het omdat een aansporing van God om iets recht te zetten serieus is. Als Hij iemands naam steeds weer in je hart legt, wacht dan niet te lang.

Iemand vertelde in het (F)Luister magazine hoe tijdens het bidden steeds dezelfde naam in haar gedachten kwam. Het ging om iemand die ze jaren eerder pijn had gedaan. Eerst schoof ze het weg. Uiteindelijk zocht ze contact en bood ze haar excuses aan. Wat begon als een terugkerende gedachte in gebed, leidde tot herstel van een relatie die jarenlang beschadigd was.

“maar wees ten opzichte van elkaar vriendelijk en barmhartig, en vergeef elkaar, zoals ook God in Christus u vergeven heeft.”

Efeziërs 4:32

Boos op een voorganger

Soms zit onvergevingsgezindheid je in de weg om iets van God te ontvangen. Ik werd eens boos op een voorganger, omdat een vriend van mij diep door hem gekwetst was. Weken later zat ik op een conferentie waar diezelfde voorganger sprak. Ik raakte vermoeid en wilde naar huis. Terwijl ik naar de

uitgang liep, zei hij: "Er is hier iemand met eczeem." Ik had al negen maanden eczeem en had er van alles voor gedaan.

Ondanks mijn moeite met de boodschapper zei ik zachtjes: "Dank U wel, Heer." Twee dagen later was het eczeem verdwenen. Achteraf ben ik dankbaar dat mijn aanstoot aan een mens niet zo groot was geworden dat ik daardoor Gods spreken had gemist.

Hoofdstuk 3 Hoe groei jij in vergeving?

Vergeving is een keuze en een proces tegelijk. Je kiest om los te laten, en daarna laat God de genezing groeien. Een paar duwtjes:

1. Ontvang eerst zelf

Neem tijd om voor God te belijden wat je dwarszit, zonder het mooier te maken. Lees daarna 1 Johannes 1:9 hardop. Vraag: "Vader, hoe kijkt U nu naar mij?" Schrijf op wat je hoort. Klinkt het veroordelend, dan komt het niet van Hem.

2. Vraag God wie je moet vergeven

Vraag in stilte: "Heer, tegen wie heb ik nog iets?" Let op de namen of gezichten die opkomen. Schrijf ze op. Spreek per persoon hardop uit: "Ik vergeef ... voor ..." Wees concreet. Je hoeft het niet te voelen om het te kiezen.

3. Zegen wie je pijn deed

Bid een week lang elke dag een zegen uit over iemand die je pijn heeft gedaan. Dat voelt in het begin misschien nep. Let op wat er in je eigen hart verandert. Bitterheid krijgt minder ruimte als je zegent.

4. Zet een stap naar herstel

Legt God iemands naam steeds weer op je hart? Bid om wijsheid en zet een kleine stap: een kaartje, een appje, een kop koffie. Bespreek het eerst met iemand die je vertrouwt als het gevoelig ligt. Herstel is niet altijd mogelijk, maar jouw deel kun je doen.

5. Laat de zon niet ondergaan

Maak er een gewoonte van om elke avond even terug te kijken. Is er iets wat vandaag schuurde? Breng het bij God voordat je gaat slapen. Kleine ergernissen die je dagelijks loslaat, worden geen grote wonden.

Vergeving is geen zwakte. Het is de sterkste keuze die je kunt maken. Jezus deed het aan het kruis, voor ons. Wie dat ontvangt, kan het ook doorgeven.

FAQ

Vraag: Ik heb iemand vergeven, maar de pijn komt steeds terug. Heb ik dan niet echt vergeven?

Antwoord: Dat is heel normaal. Vergeven is een keuze, genezen is een proces. Als de pijn terugkomt, mag je je keuze opnieuw maken en de pijn bij God brengen. Bij mij ging het in lagen. Elke keer dat ik het opnieuw aan Hem gaf, werd het lichter.

Vraag: Moet ik het de ander vertellen als ik hem vergeven heb?

Antwoord: Niet altijd. Soms is het wijs en helpend, soms maakt het de zaak alleen ingewikkelder of onveilig. Vraag God om leiding en bespreek het met iemand die je vertrouwt. Als God je er steeds weer op wijst, neem dat dan serieus.

Vraag: Hoe vergeef ik mezelf?

Antwoord: Door te geloven wat God over jou zegt. Als Hij je vergeven heeft, ben je niet strenger dan Hij. Belijd wat je gedaan hebt, ontvang Zijn vergeving en zet waar het kan iets recht. Merk je dat je blijft vastzitten in schuld, zoek dan iemand die met je wil bidden. Soms ligt er een oude wond onder.

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

Vergeving

Luisteren naar Hem. Vrij worden door vergeving.

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 Gods vergeving het fundament is onder je leven;
- ▶ waarom vergeven iets anders is dan goedpraten;
- ▶ vijf duwtjes om te vergeven en herstel te zoeken.

Wim Kamphorst werd jarenlang gepest. Hij ontdekte dat vergeven niet in één gebed klaar is, maar dat God een wond in lagen geneest.

Met persoonlijke getuigenissen, heldere Bijbelteksten en praktische voorbeelden maakt dit boek duidelijk dat vergeven en vergeving ontvangen iets is wat op Gods hart ligt.

**God spreekt.
Wie mag jij vandaag loslaten?**

