

Doe jezelf een plezier...

VERGEEF!

Volg het pad van verzoening
en ervaar vrijheid



JOYCE MEYER
MINISTRIES

Oorspronkelijke titel:
Do yourself a favor... forgive
Copyright © 2012 by Joyce Meyer
Faith Words Hachette Book Group, New York, USA
Eerste druk – Juni 2020

© 2020 Alle rechten van de Nederlandse uitgave zijn in handen van
Joyce Meyer Ministries Nederland
Postbus 3114
6802 DC Arnhem
Tel. +31 (0) 26 20 22 100
www.joyce-meyer.nl / contact@joyce-meyer.nl

ISBN: 978-90-830583-0-6

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

Voor het vertalen van de bijbelteksten uit het Oude Testament in dit boek is gebruik gemaakt van de Herziene Statenvertaling, tenzij anders vermeld. Voor teksten uit het Nieuwe Testament is de Herziene Statenvertaling gebruikt of wordt er letterlijk vertaald uit de door de auteur geciteerde Amplified Bible, waarvan geen Nederlandse uitgave bestaat, tenzij anders vermeld.

Merk op dat wij bepaalde namen uit de Schrift die verwijzen naar de Vader, Zoon en Heilige Geest met hoofdletter schrijven, anders dan in de Bijbelvertaling. De naam satan is niet met een hoofdletter geschreven. We kiezen ervoor hem niet te erkennen, zelfs als we daarvoor grammaticale regels overschrijden.

Vertaling: Ingrid Zantingha-Rienstra
Redactie: Jantina Groeneveld
Omslag: Marleen Steckel & Damaris Kaspereit
Typesetting: Satz & Medien Wieser, D-Aachen
Gedrukt in Duitsland door CPI books GmbH

Inhoud

Inleiding	7
Hoofdstuk 1	
Het is niet eerlijk!	9
Hoofdstuk 2	
De emotie boosheid	18
Hoofdstuk 3	
De wortels van boosheid	26
Hoofdstuk 4	
De wortel van jaloezie	38
Hoofdstuk 5	
Boosheid maskeren	49
Hoofdstuk 6	
Op wie ben je boos?	58
Hoofdstuk 7	
Help mij, ik ben boos	79
Hoofdstuk 8	
Help, ik heb een relatie met iemand die snel boos wordt ..	87
Hoofdstuk 9	
Waarom vergeven?	96
Hoofdstuk 10	
Ik wil vergeven, maar ik weet niet hoe	109
Hoofdstuk 11	
Verstopte onvergevingsgezindheid	127
Hoofdstuk 12	
De kracht en zegen van eenheid	135

Hoofdstuk 13

Wees mij genadig, o God	147
-------------------------------	-----

Hoofdstuk 14

Een last van je schouders	159
---------------------------------	-----

Hoofdstuk 15

Gods beloning	170
---------------------	-----

Gebed om verlossing	179
---------------------------	-----

Inleiding

Jezus kwam op aarde zodat onze zonden vergeven konden worden en onze relatie met God door Hem hersteld kon worden. Zijn gratis geschenk is prachtig en onovertroffen. God verwacht van ons dat wij rijkelijk uitdelen van wat Hij ons rijkelijk geeft. Omdat wij Gods vergeving hebben ontvangen, kunnen wij de mensen die tegen ons zondigen of ons kwetsen vergeven.

Als we niet vergeven, worden we ongelukkig. Onze ziel wordt vergiftigd met de kwaadaardigheid van verbittering. Ik heb geleerd dat als ik iemand die mij pijn heeft gedaan vergeef, ik mezelf eigenlijk een plezier doe. Die wetenschap maakt het veel gemakkelijker voor mij om iemand snel en volledig te vergeven. Ik had graag willen zeggen dat ik dit principe al vroeg in mijn leven toepaste en ik geen kostbare tijd heb verspild met niet willen vergeven, maar helaas. Het heeft me tientallen jaren gekost om te leren wat ik in dit boek graag met je wil delen.

Het is gewoon niet mogelijk om door het leven te gaan zonder te worden gekwetst of gekrenkt. De ervaring leert ons dat het leven vol onrecht is. Toch kunnen we vrij zijn van de pijn van deze wonden, door ze los te laten en erop te vertrouwen dat God onze Pleitbezorger is die gerechtigheid in ons leven brengt.

De wortels van onvergevingsgezindheid zijn heel gevaarlijk. Ze groeien diep onder het oppervlak en grijpen zich vast in ons binnenste. Ze zijn verraderlijk omdat ze ons ervan overtuigen dat iemand gestraft moet worden voor het onrecht dat ons is aangedaan. We kunnen en willen niet gelukkig zijn tot die persoon gestraft wordt. We willen dat er iets tegenover de pijn staat die we hebben moeten verduren, maar alleen God kan hiervoor zorgen en dat zal Hij doen als we op Hem vertrouwen en onze vijanden vergeven zoals Hij ons opgedragen heeft.

Ik weet zeker dat veel mensen met boosheid in hun hart aan dit boek beginnen. Iemand heeft hen gekwetst of het leven heeft hen teleurgesteld. Mijn gebed is dat hun hart zal worden ge-

opend voor God en dat ze het grote belang zullen inzien van een leven vrij van verbittering, wrok, onvergevingsgezindsheid of gekwetstheid.

Ik geloof dat er iedere week wel situaties zijn waarin we ons gekwetst kunnen voelen en boos kunnen worden. Maar als we Gods wil kennen, geeft dat ons de moed verder te kijken dan boosheid en kunnen we genieten van het leven dat God ons gegeven heeft. Boos op iemand blijven is als het innemen van vergif en hopen dat je vijand zal sterven. Onze onvergevingsgezindheid doet onszelf meer pijn dan wie dan ook. God vraagt nooit iets van ons als het niet uiteindelijk goed voor ons is. We moeten dus op Hem vertrouwen en leren rijkelijk te vergeven.

Het is mijn gebed dat je tijdens het lezen van dit boek zult leren dat, als je op een gezonde manier leert omgaan met boosheid en als je vergeeft, je jezelf daarmee het grootste plezier doet.

HOOFDSTUK 1

Het is niet eerlijk!

Susanna is een achtenveertigjarige vrouw die opgroeide op een afgelegen boerderij in een dorpje in Texas. Haar ouders waren extreem arm, hadden een laag inkomen en zes kinderen.

Susanna was de jongste en haar zonnige karakter, mooie uiterlijk en haar ongewone intelligentie kwamen haar al vanaf haar vroegste jeugd goed van pas. Na de middelbare school werd ze een van de beste verkoopmedewerkers van een klein bedrijf dat kleding fabriceerde. Uiteindelijk begon ze haar eigen bedrijf in het fabriceren van dameskleding. Ze hield van haar bedrijf; ze vond het fijn iets te presteren en het gaf haar een gevoel van eigenwaarde. Ze ontmoette de man van haar dromen, trouwde met hem en ze kregen twee kinderen. De jaren verstreken, haar bedrijf groeide en tegen de tijd dat ze begin veertig was, runden zij en haar man een miljoenenbedrijf. Susanna en haar man genoten van alles wat rijkdom hun kon bieden: een prachtig huis, auto's, boten en een zomerhuisje. Hun twee dochters gingen naar de beste scholen en begaven zich in de voornaamste sociale kringen. Ze werden volwassen, maakten succesvol carrière en kregen hun eigen gezin. Het leven had niet beter kunnen zijn. Dat dachten ze tenminste. Hoewel het echtpaar uit plichtsgevoel af en toe naar de kerk ging, was hun relatie met God niet persoonlijk, noch hielden ze echt rekening met Gods wil bij het nemen van beslissingen. Zelfs de relaties binnen de familie waren oppervlakkig.

Op een dag kwam Susanna er plotseling en zonder enige waarschuwing achter dat haar man een verhouding had en dat het niet de eerste keer was. Ze was geschokt en diep gekwetst. Hij was niet alleen ontrouw, maar ze ontdekte ook dat hij het bedrijf in de schulden had gebracht. Een enorme som bedrijfs-

geld was weg. Hij had geld van het bedrijf genomen dat zij had opgestart. Hij gebruikte het om zijn vriendinnen te vermaken en een geheim leven te leiden.

Het huwelijk werd snel beëindigd en Susanna bleef achter met een bedrijf dat diep in de schulden zat en op het punt van instorten stond. De economie stortte in en de detailhandelsverkoop daalden, met als gevolg dat Susanna's bedrijf ten onder ging. Haar boosheid en verbittering tegenover haar ex-man, die ze overal de schuld van gaf, werden met de dag erger.

Susanna zocht begrip en troost bij haar kinderen, maar zij wezen haar af vanwege de jaren waarin ze zo hard had gewerkt en geen tijd met hen had doorgebracht. Zij waren ook van mening dat de ontrouw van hun vader voor een deel te wijten was aan het feit dat hun moeder meer van haar bedrijf hield dan van wie of wat dan ook. Ze waren druk met hun eigen leven en negeerden hun moeder en haar problemen, net zoals zij voor hun gevoel hun problemen had genegeerd toen zij haar nodig hadden gehad. Susanna had steun nodig, maar niemand was er voor haar.

Ze wendde zich tot haar zus, maar geloof het of niet, zij leek te genieten van Susanna's verdriet. Ze had het gevoel dat de jaren van succes en een gemakkelijk leventje haar egoïstisch en ongeïnteresseerd hadden gemaakt. De kloof die tussen hen ontstond was enorm en al acht jaar lang, tot op de dag van vandaag, praten ze niet met elkaar.

Haar kinderen blijven beleefd, maar bellen niet vaak en nodigen haar zelden uit om langs te komen. Susanna is ontzettend verbitterd geworden en geeft iedereen de schuld van haar ongelukkige leven. Nog nooit heeft ze overwogen of sommige problemen haar eigen schuld zouden kunnen zijn en nog nooit heeft ze zelfs maar overwogen te vergeven en om vergeving te vragen.

Ze is boos op haar ex-man. Ze is boos op zichzelf omdat ze niet had gezien dat haar huwelijk en haar bedrijf recht onder haar neus uiteenvielen. Ze is boos dat haar kinderen niet meer

voor haar gedaan hebben en ze is boos op God omdat haar leven zo'n teleurstelling is gebleken.

Wie zou er niet boos zijn?

De meeste mensen zouden in deze situatie boos zijn, maar dat zou niet zo hoeven te zijn als ze de liefde van God zouden begrijpen en zouden weten dat Hij al voorzien heeft in een uitweg uit deze ellende. Het aantal levens dat verwoest is door boosheid en onvergevingsgezindheid is enorm. Sommigen weten niet beter, maar velen zijn christen en zij weten wel beter, maar zijn niet bereid de juiste keuze te maken. Ze luisteren alleen maar naar hun gevoelens in plaats van verder te kijken en het juiste te doen. Ze sluiten zichzelf op in een gevangenis van negatieve emoties en strompelen door het leven, in plaats van te bruisen van energie.

Ja, de meeste mensen zouden boos zijn, maar er is een betere weg: ze zouden zichzelf een plezier kunnen doen en kunnen vergeven. Ze zouden de teleurstelling van zich af kunnen schudden en zich weer op God kunnen richten. Ze zouden naar de toekomst kunnen kijken in plaats van in het verleden te leven. Ze zouden kunnen leren van hun fouten en ernaar kunnen streven ze niet weer te maken.

Hoewel de meesten van ons zich niet in zulke trieste omstandigheden bevinden als Susanna, zijn er altijd dingen waar je boos over kunt zijn; de hond van de burens, de regering, belasting, het niet krijgen van een verwachte loonsverhoging, het verkeer, een echtgenoot die zijn sokken en ondergoed op de badkamervloer laat liggen, of kinderen die geen waardering tonen voor wat je allemaal voor ze doet. Dan zijn er nog de mensen die onaardig zijn en nooit sorry zeggen, ouders die nooit genegenheid hebben getoond, broers of zussen die werden voortgetrokken, valse beschuldigingen ... Het is een oneindige

stortvloed van momenten om ofwel boos te zijn, ofwel te vergeven en verder te gaan.

Onze natuurlijke reactie is frustratie, grief, verbittering, boosheid en onvergevingsgezindheid.

Maar wie kwetsen wij met het voeden van deze negatieve emoties? Degene die het veroorzaakt heeft? Soms kwetst het inderdaad mensen als we ze uit ons leven bannen, maar heel vaak weten ze niet eens dat we boos zijn, of het maakt ze niet uit! Wij daarentegen, worden geheel in beslag genomen door onze boosheid. We spelen de situatie steeds weer af in onze gedachten. Hoe vaak fantaseer je over wat je degene die jou boos heeft gemaakt wil vertellen, terwijl je jezelf alleen maar bozer maakt? Als we dit doen, kwetsen we onszelf meer dan we de veroorzaker kwetsen.

Medische onderzoeken hebben aangetoond dat boosheid van alles kan veroorzaken, van maagzweer tot negatief gedrag. Het is op zijn minst een verspilling van onze kostbare tijd. Ieder uur waarin we boos blijven is een uur dat we nooit meer terugkrijgen. In het geval van Susanna en haar gezin zijn er jaren verspild. Denk aan de momenten die ze niet met elkaar hebben doorgebracht vanwege alle boosheid onderling. Het leven is onvoorspelbaar; we weten niet hoeveel tijd we nog met onze dierbaren hebben. Wat is het ongelooflijk spijtig als we ons van goede herinneringen en goede relaties onthouden vanwege onze woede. Ik heb ook een hoop jaren verspild aan boosheid en verbittering vanwege het onrecht dat mij in mijn jonge jaren is aangedaan. Mijn houding beïnvloedde me op veel negatieve manieren en had zijn uitwerking op mijn gezin. Mensen die last hebben van boosheid reageren hun woede altijd af op iemand, want wat in ons is, komt eruit. We denken misschien dat we onze woede goed verstoppt hebben voor iedereen, maar uiteindelijk vindt het zijn weg naar buiten.

De dingen die ons overkomen zijn vaak oneerlijk, maar God zal ons belonen als we op Hem vertrouwen en Hem gehoorzamen. Verlangen naar wraak is een normaal verlangen, maar het

is niet een verlangen waarin we onszelf moeten verliezen. We willen vergelding voor het onrecht dat ons is aangedaan en God belooft dat Hij het zal vergelden.

Wij kennen immers Hem Die gezegd heeft: Mij komt de wraak toe, Ik zal het vergelden, spreekt de Heere. En verder: De Heere zal Zijn volk oordelen.

Hebreeën 10:30

Deze en vergelijkbare Bijbelteksten hebben mij aangemoedigd mijn boosheid en verbittering los te laten en erop te vertrouwen dat God op Zijn eigen manier zal vergelden. Ik wil je echt aanmoedigen om dezelfde sprong in geloof te maken als je het gevoel hebt dat jou onrecht is aangedaan.

De mensen die we moeten vergeven verdienen dit meestal niet en willen het soms niet eens. Misschien weten ze niet dat ze ons iets hebben aangedaan, of misschien maakt het ze niet uit, maar toch vraagt God van ons hen te vergeven. Het lijkt misschien schandalig oneerlijk, maar God doet hetzelfde voor ons. Hij vergeeft ons steeds weer en blijft onvoorwaardelijk van ons houden. Als ik de tijd neem te denken aan alle fouten die ik heb gemaakt en ik niet alleen Gods vergeving nodig had, maar ook die van mensen, kan ik gemakkelijker vergeven. Mijn man was heel genadig en barmhartig voor mij gedurende de vele jaren waarin ik het trauma van het misbruik in mijn jeugd moest verwerken. Ik geloof dat 'gekwetste mensen mensen kwetsen'. Ik weet dat ik mijn gezin heb gekwetst en dat ik niet in staat was gezonde relaties op te bouwen, maar ik deed het niet met opzet. Het was het resultaat van mijn eigen pijn en onwetendheid. Ik was gekwetst en dacht alleen maar aan mijzelf. Ik was gekwetst en daarom kwetste ik anderen. Ik had echt behoefte aan begrip, confrontaties op de juiste momenten en veel vergeving. God werkte door Dave heen om mij dat te geven. Ik probeer mezelf er nu aan te herinneren dat God vaak

door mij heen wil werken om hetzelfde voor iemand anders te doen.

Heb jij weleens vergeving nodig gehad van mensen en van God? Ik weet zeker van wel. Denk aan die keren en het zal je in staat stellen te vergeven als dat nodig is.

Laat je boosheid achter bij de deur

Heb je weleens naar een oude western film gekeken waarin de cowboys hun wapens bij de deur achter moesten laten voor ze de saloon binnengingen? Ik wel en het is een goed voorbeeld voor ons als we aan boosheid denken. Boosheid is als een wapen dat we met ons meedragen, zodat we onze woede kunnen botvieren op mensen die ons willen kwetsen. Net zoals de cowboys hun pistool tevoorschijn haalden om zichzelf te verdedigen, tenzij ze hem achterlieten bij de deur, halen wij ter verdediging onze boosheid tevoorschijn. Laten we de gewoonte aannemen om bewust onze boosheid bij de deur achter te laten voor we ergens naar binnengaan. Laten we weigeren boosheid met ons mee te dragen als we eropuit gaan. Zeg bewust: 'Ik ga vandaag op pad zonder boosheid. Ik neem liefde, genade en vergevingsgezindheid met me mee en zal hier rijkelijk van uitdelen als dit nodig is.'

Ik heb ontdekt dat tegen mijzelf praten mij enorm helpt. Ik kan mijzelf iets aanpraten of juist het tegenovergestelde. Ik kan mezelf boosheid aanpraten of juist tegen mezelf zeggen over die boosheid heen te stappen. Leer met jezelf te redeneren. Zeg tegen jezelf: 'Ik verspil mijn tijd als ik boos blijf en God is er niet blij mee, dus ik ga het bewust loslaten.' Ik herinner mezelf eraan dat, als ik ervoor kies rustig te blijven en weiger boos te zijn, ik mezelf een plezier doe.

Misschien hebben we niet het gevoel dat we het juiste doen, maar we kunnen kiezen tussen een leven tot eer van God óf tot eer van onszelf. Als we kiezen voor een leven tot eer van God,

dan zullen we veel dingen doen die het tegenovergestelde zijn van wat we graag zouden willen doen. Iedereen heeft gevoelens, maar we zijn meer dan onze gevoelens. We hebben ook een vrije wil en kunnen kiezen voor wat het beste voor ons is.

Boosheid is sterk en vernietigend

Boosheid is verontwaardiging, wraak en razernij. Het begint als een gevoel en wordt vervolgens, als het niet afgelegd wordt, geuit door middel van woorden en daden. Het is een van de sterkste gevoelens en het is heel vernietigend. De Bijbel leert ons boosheid te beheersen omdat het nooit gerechtigheid te weegbrengt (Jakobus 1:20).

God leert ons 'traag in het kwaad worden' te zijn. Als we voelen dat we gaan overkoken van boosheid, moeten we de deksel erop doen. We kunnen onszelf opwinden en onze problemen erger maken door eraan te denken en erover te praten, waardoor we het voeden, of we kunnen, zodra die gevoelens opspelen, hier iets tegen doen. Wees agressief tegen de emotie boosheid en zeg: 'Ik weiger boos te blijven. Ik weiger me aangevallen te voelen. God heeft me zelfbeheersing gegeven en daar zal ik gebruik van maken.'

Iemand vertelde me eens een verhaal over een voorganger die een gastspreker in zijn kerk had uitgenodigd. De voorganger zat tijdens de dienst op de eerste rij en luisterde naar de spreker. De man maakte zonder enige wijsheid een negatieve opmerking over de manier waarop de voorganger bepaalde zaken in zijn gemeente aanpakte. Het was een algemene opmerking en ik weet zeker dat het niet zijn bedoeling was iemand te beledigen, maar zijn woorden waren kritisch en scherp. Terwijl de spreker sprak, herhaalde de voorganger fluisterend tegen zichzelf: 'Ik ga me niet aangevallen voelen, ik ga me niet aangevallen voelen.' Het was een oudere voorganger die meer wijsheid bezat dan de spreker. Hij herkende de gedrevenheid van zijn gast, maar wist

ook dat de spreker een gebrek aan kennis had. De voorganger weigerde zich aangevallen te voelen door de woorden van zijn gast.

Ik weet hoe dit is, want ik vertel het evangelie op tv. Ik hoor andere mensen in de bediening, die niet op tv komen, negatieve opmerkingen maken over 'tv-evangelisten' zoals ze degenen die geroepen zijn voor de mediabediening denigrerend noemen.

Het is heel gemakkelijk iemand te veroordelen als we niet in zijn of haar schoenen hebben gestaan. Als ik mensen onaardige opmerkingen hoor maken, probeer ik mezelf eraan te herinneren dat ze niet weten waar ze het over hebben. Mensen zeggen dingen als: 'Die tv-evangelisten proberen alleen maar geld van mensen af te troggelen.' 'Die tv-evangelisten bouwen niet aan de Gemeente; ze doen het alleen voor zichzelf en zijn niet gericht op het koninkrijk van God.' Natuurlijk zijn er binnen iedere beroepsgroep mensen die onzuivere motieven hebben, maar om iedereen over een kam te scheren is helemaal verkeerd en niet Bijbels. Als ik zulke dingen hoor of als mij wordt verteld dat iemand zulke dingen heeft gezegd, neem ik het besluit er geen aanstoot aan te nemen, want het zal niets veranderen en het zal me zeker geen goed doen.

Als ik mensen op tv uitnodig om Jezus aan te nemen, dan levert dat een overweldigende respons op. We willen hen dan ook altijd graag bijstaan in het zoeken naar een goede plaatselijke gemeente, of naar een Alpha cursus bij hen in de buurt.

Ik ben vastbesloten te doen waartoe God mij geroepen heeft en ik wil me niet druk maken over mensen die kritiek hebben. Aan het einde van mijn leven hoef ik me niet aan hen te verantwoorden, maar alleen aan God.

Het is gemakkelijk om anderen te veroordelen en te denken dat we het hele verhaal kennen. Maar slechts weinigen van ons kennen echt het hele verhaal; dat is voorbehouden aan God. Ik weet zeker dat jij je eigen voorbeelden hebt. Het beste wat je kunt doen is bidden voor de persoon die je gekwetst heeft, het besluit nemen niet gekwetst te zijn en ervoor kiezen het beste

Het is niet eerlijk!

over diegene te denken. We zouden allemaal moeten bidden dat we anderen niet kwetsen of aanvallen met onze woorden.