

Bouwen op het fundament: liefde doorgeven.

1. Inleiding.

Ik wil graag verder bouwen en aansluiten op de preek van Hans vorige week: “Bouwen op het fundament”.

*“Daarom bidden wij onophoudelijk voor u, vanaf de dag dat we dat gehoord hebben. We vragen dat u **Gods wil** ten volle mag leren kennen door **de wijsheid en het inzicht die zijn Geest u schenkt**. Dan zult u leven zoals het past tegenover de Heer, Hem volkomen welgevallig.*

*U zult vrucht dragen door al **het goede dat u doet**, uw **kennis van God** zal groeien en u zult door zijn luisterrijke macht **de kracht ontvangen om alles vol te houden en alles te verdragen**. **Kolossenzen 1: 9 – 11 NBV***

We hoeven niet alleen te bouwen. Het is de Heilige Geest die ons wijsheid en inzicht geeft en ons kracht geeft om alles **vol te houden** en alles te **verdragen**.

*Het **fundament van Gods koninkrijk** is Zijn onvoorwaardelijke **liefde en toewijding** voor ons (de mensheid – inclusief alle mensen waar jij en ik moeite mee hebben).*

De grondwet van het Koninkrijk van God is: God liefhebben en je naaste als jezelf

*“Hij antwoordde: ‘Heb de Heer, uw God, lief met heel uw hart en met heel uw ziel en met heel uw verstand. Dat is het grootste en **eerste gebod**.*

*Het **tweede** is daaraan gelijk: heb uw naaste lief als uzelf.*

*Deze twee geboden zijn de **grondslag** van alles wat er in de Wet en de Profeten staat.” **Matteüs 22: 37 – 40 NBV***

2. Bouwen op het fundament.

Jezus en Gods liefde voor ons is het fundament waarop we mogen bouwen.

Het bouwwerk dat wij gaan maken is vooral een **bouwwerk van relaties**.

- Wie is er welkom in jouw bouwwerk?
- En wie is er niet welkom...

Ik was aangesproken en uitgedaagd “om lief te hebben”.

Jezus gaat in de Bergrede nog een stapje verder. Niet enkel je naaste maar ook je vijanden Dit is geen kleine opdracht: “**heb je vijanden lief**” (Matteüs 5: 43, 44).

Uit het stukje dat we zonet hebben gelezen in Kolossenzen 1: 9 – 11 had Hans vorige week een paar sleutels uitgelicht.

1. **Gods wil** leren kennen.
2. **Leven** zoals het past – Hem volkomen welgevallig zijn.
3. **Vrucht dragen** door het goede dat u doet.
 - a. Onze kennis van God zal groeien.
 - b. We zullen kracht ontvangen door de Heilige Geest om alles vol te houden en alles te verdragen.

In het bouwen op het fundament, bouwen we aan een bouwwerk van relaties. De essentie van het Koninkrijk van God is liefde – en leren lief te hebben.

Ik ga me deze ochtend richten op: ***Hoe kan ik die liefde doorgeven?***

3. Hoe evalueer jij jezelf?

“Hoe evalueer jij jezelf?” – gezonde reflectie.

- Hoe evalueer jij je persoonlijke groei?
- Wat zijn de criteria? Waar moet jij aan voldoen?
- Wat is voor jou belangrijk? Wat is jouw graadmeter?
- Heb jij het idee dat jij aan allerlei eisen moet voldoen?
- Hard werken, je aan de regels houden,
- Doorgaan tot ik het goed kan.

“De moed van Imperfectie. Laat gaan wie je denkt te moeten zijn”.

“Hoewel het ontzettend belangrijk is om jezelf goed te kennen en te begrijpen, is er iets wat nog veel belangrijker is voor een leven vanuit je volle mens-zijn: van jezelf te houden.”¹

God houdt onvoorwaardelijk van jou en mij. Durven we dat te accepteren? Hebben we de moed om van onszelf te houden?

“... heb uw naaste lief als uzelf ...”

Matteüs 22: 40 NBV

- **Het lied van Lauren Daigle – You say:**

Is zo krachtig, bemoedigend en spoort ons aan om niet te worstelen met de gedachten die mij vertellen dat ik niet genoeg ben en niet vol doe.

U zegt:

- | | | |
|-----------------------|-------------------------------|--|
| – Jij bent geliefd. | – Jij hoort erbij. | – Jij wordt omarmt door mij als jij faalt. |
| – Jij bent waardevol! | – Jij bent mijn geliefd kind. | |

- **Het lied: Hier is mijn hart, Heer.**

- Ik ben van U
- Ik ben aanvaard
- Ik ben geliefd en puur gemaakt.

- **Als God van je houdt, kan jij dan van jezelf houden?**

¹ De moed van imperfectie – Brené Brown, pagina 12.

“Zonder de basis van onvoorwaardelijke liefde en acceptatie in een relatie, kunnen we simpelweg niet onszelf zijn.”²

Het is niet evident om van jezelf te houden en los te laten **“wie ik denk te moeten zijn”**.

Afgelopen zomer heb ik 2 initiaties workshops aquarel gevolgd. Ik vond het leuk en heb me opgegeven voor een vervolgcursus met maandelijks een les van 3uur. Tussendoor ben ik thuis aan het oefenen.

Ik heb al veel geleerd hoe je het niet moet doen.

Marijke vroeg eens vind jij het leuk? Ja en nee, ik ben ontzettend gefrustreerd dat het me niet lukt om op papier te krijgen hoe ik het gedacht had.

Het was nooit goed genoeg – zeer frustrerend.

Philip jij bent een leerling en je moet het nog van alles leren – en dat is ok!

Ik heb dit nu omarmd dat ik een leerling ben en dan wordt het leuk om te doen.

Het resultaat is vaak nog niet zoals ik het mij had voorgesteld maar dat is ok!

Als we willen groeien in – bouwen op het fundament – is het belangrijk om van jezelf te houden.

4. Schuld en schaamte.

Wat maakt het moeilijk om van ons zelf te houden?

“Als we met hart en ziel willen leven en liefhebben, en als we de wereld tegemoet willen treden vanuit een goed gevoel van eigenwaarde, dan moeten we praten over de dingen die ons daarbij in de weg staan, met name over schaamte, angst en onze weerstand tegen kwetsbaarheid.”³

- **Schuld.**

Schuld (spijt, inkeer) is niet een prettig gevoel maar het motiveert ons vaak om ons te verontschuldigen voor iets wat we hebben gedaan en het goed te maken.

Als ik mijn trots kan loslaten kan ik de stap nemen om vergeef me of sorry te zeggen. Daar is moed voor nodig en om jezelf kwetsbaar op te stellen.

- **God heeft ons al vergeven.**

“Vroeger waren jullie eigenlijk dood. Want jullie hoorden niet bij Gods volk, en jullie deden slechte dingen. Maar God heeft al jullie zonden vergeven, en jullie samen met Christus levend gemaakt.

Onze zonden waren opgeschreven op een lange lijst. Die lijst was bedoeld om ons te veroordelen. Maar God heeft die lijst weggedaan. Hij heeft hem vernietigd toen Christus stierf aan het kruis.” *Kolossenzen 2: 13, 14 BGT*

² Keep your love on! – Danny Silk, pagina 64.

³ De moed van imperfectie – Brené Brown, pagina 58.

God heeft ons vergeven, alsof het er nooit is geweest/of gebeurd is. Wauw!

- Kunnen we onszelf vergeven omdat God mij heeft vergeven?
- Kunnen we anderen vergeven omdat God ons heeft vergeven?

- **Schaamte: ons verbergen, niet gezien willen worden, onwaardig.**

Schaamte is een gevoel dat vaak destructief is.

Wanneer we ons schamen, krijgen we een wanhopig gevoel dat we het niet waard zijn liefde te ontvangen en erbij te horen.

Schaamte doet ons wegkruipen en ons verstoppen. We zetten een masker op en doen ons anders voor dan wie we zijn.

We durven ons niet te openen en kwetsbaar te zijn.

Door schaamte wordt onze eigenwaarde geschaad en misschien krijgen we wel een hekel aan onszelf.

- **Hoe hersteld God onze schuld en schaamte?**

God herstelt schuld en schaamte door zijn genade, vergeving en liefde.

- **Onvoorwaardelijke liefde** van God die je niet afwijst vanwege je fouten en onvolkomenheden.
- **Vergeving** van zonden door het offer van Jezus Christus.
- **Herstel van identiteit** kinderen van God, geliefd en geaccepteerd.
- **Genezing en herstel door de Heilige Geest** zodat we innerlijke genezing ervaren en plaats kunnen maken voor vrede vrijheid.
- **Gemeenschap en steun** brengt ruimte voor genezing en herstel.

5. Liefde doorgeven.

De grondwet van het Koninkrijk van God is: God liefhebben en je naaste als jezelf

“De wetgeleerde antwoordde: ‘Heb de Heer, uw God, lief met heel uw hart en met heel uw ziel en met heel uw kracht en met heel uw verstand, en uw naaste als uzelf.’ ‘U hebt juist geantwoord,’ zei Jezus tegen hem. ‘Doe dat en u zult leven.’”

Lukas 10: 27 – 28 NBV21

Dit zal leven brengen als wij liefhebben en dit doorgeven aan anderen.

- **Het begint met liefde voor jezelf.**

Als je jezelf accepteert en waardeert, kun je ook beter liefde geven aan anderen. Zelfliefde betekent jezelf de ruimte geven om te groeien, fouten te maken, en met compassie naar jezelf te kijken.

Bouwen op het fundament is liefde doorgeven.

- **Liefde is één van de vruchten van de Heilige Geest.**

“Lieve vrienden, wij moeten elkaar liefhebben. Want de liefde komt van God. Iedereen die liefheeft, is een kind van God en kent God. Wie niet liefheeft, kent God niet, want God is liefde.

God heeft zijn liefde aan ons laten zien door zijn enige Zoon naar de wereld te sturen. Dankzij zijn Zoon krijgen wij het eeuwige leven.

***De liefde komt van God.** God had ons al lief voordat wij hem liefhadden. Omdat God ons liefhad, heeft hij zijn Zoon naar de wereld gestuurd. Door zijn Zoon worden onze zonden vergeven.*

Vrienden, omdat God zo veel van ons houdt, moeten ook wij van elkaar houden.

*Niemand heeft God ooit gezien. **Maar als we van elkaar houden, blijft God in ons. Dan is zijn liefde in ons volmaakt geworden.***

1 Johannes 4: 7 – 12 BGT