

Wees niet bang

Vraag een
Gratis
Bijbel aan

Hoe angst gevangen neemt
en Jezus bevrijdt

Hoe angst verlamt

Je kent vast dat gevoel, een onbehaaglijk gevoel dat over je heen valt. Soms kan het je gewoon verlammen. Je staat aan de grond genageld, maar je hart klopt alsof je een marathon gelopen hebt.

Dat is angst. Angst neemt je als het ware gevangen. Maar het kan je ook opjagen.

Angst voor oorlogen of natuurrampen jaagt mensen letterlijk uit hun huizen, maar ook in het klein kan angst je met een omweg naar huis sturen omdat je bang bent iemand tegen te komen die je niet onder ogen wilt komen.

Waar komt dat vandaan? En, misschien wil je ook weten: Hoe kom ik ervan af?

Wat niet helpt

Het belangrijkste advies dat je vandaag vaak hoort, is: “Blijf dingen doen die angst geven.” Daarom hebben we escaperooms en spookhuizen, daarom

kijken we spannende films, daarom springen we met een elastiek van een brug. Zo hopen we om te leren gaan met onze angsten.

Maar helpt dat? Neemt dat de dreiging weg van waar we bang voor zijn? Het neemt het bange gevoel misschien wat weg, maar daar heb je niets aan als je zonder elastiek op een brug staat. De dreiging blijft, en op zo'n moment zou angst juist je leven redden.

Angst beschermt

Angst is dus in zekere zin heel goed, het wil je beschermen. Angst is eigenlijk als zo'n elastiek bij bungeejumpen dat je terugtrekt van gevaar en zo houdt het je tegen om dingen te doen die je zouden beschadigen.

Maar hoewel angst gezond kan zijn, is het niet iets wat we moeten aanwakkeren. En zou het niet nog heerlijker zijn als je er helemaal vanaf zou zijn? Als je zou kunnen leven zonder angst?

Denk daarom nog even mee waar je angst nou uiteindelijk vandaan komt. Wat is nou echt de

diepste reden dat je soms bang bent? Stel jezelf eens bij alles wat je bang maakt de vraag: wat als dit wel gebeurt? En dan? Wat dan? Als je steeds die vraag stelt, weet ik zeker dat je antwoord op deze vragen uiteindelijk de dood is.

Angst voor de dood

Uiteindelijk word je je hele leven opgejaagd door de angst dat je uiteindelijk zult sterven. Je doet alles om te overleven. Zie je dat? Angst voor de dood heeft je uiteindelijk in zijn greep. Ten diepste beheerst dat je leven; het beïnvloedt elke dag je keuzes.

Dat is wat Jezus in de Bijbel leert. De Bijbel zegt dat we als het ware allemaal als slaven leven vanwege angst voor de dood. En dat leidt ook tot onrecht waartegen de Bijbel zich uitspreekt. Angst voor de dood zorgt ervoor dat we ten koste van God en een ander proberen te overleven.

Angst verjaagt liefde voor God en anderen en denkt er alleen maar aan hoe ik kan overleven en hoe mijn plannen door kunnen gaan. Daarom is de wereld zo koud en donker geworden. Daarom is er zoveel

onrecht en kwaad. Angst heeft onze wereld tot een koude, donkere gevangenis gemaakt waarin we als slaven opgesloten zitten.

Maar in het gedeelte (Hebreeën 2:15) waar de Bijbel zegt dat we slaven zijn vanwege angst voor de dood, staat ook dat Jezus gekomen is om deze slaven te bevrijden.

Hoe Jezus bevrijdt

Hoe kan de Bijbel zoiets claimen? Hoe kan Jezus dat doen? Doet hij alsof de dreiging niet zo groot is? Probeert hij je af te leiden van de dreiging? Heeft hij een medicijn dat je zo gevoelloos maakt dat je nergens meer om geeft?

Zeker niet. En dit is zulk goed nieuws. Hij kwam naar deze wereld om, zoals de Bijbel het zegt, degene die macht had over de dood, dat is de duivel, teniet te doen.

Weet je, deze wereld die je ziet is niet alles wat er is; er is een geestelijke werkelijkheid, niet met spoken en schimmen, maar zeker met onzichtbare

geestelijke machten. En de aanvoerder van deze demonen had heel lang de macht over de dood.

De dood was niet zijn idee; het was Gods terechte straf op zonde. Maar door ons over te halen om voor onszelf te leven ten koste van een ander, heeft hij ons in zijn greep. Het is een vicieuze cirkel waar hij je in meetrekt. Hij gebruikt angst voor de dood om je dichter naar de dood te trekken, om je meer te laten zondigen.

Maar als Hij dat wapen, jouw zonde, niet meer tegen je kan gebruiken, ben je vrij! Jezus kwam en wil je zonden vergeven als je je ervan afkeert. Hij wilde zelf aan het kruis de straf dragen voor iedereen die in Hem gelooft. Hij wilde de dood sterven die jij verdiende.

Jezus overwon de dood

Maar, en dit is zo heerlijk, Hij bleef niet in het graf. Hij stond op uit de dood. Hij bleek sterker dan de dood en zelfs de duivel kon Hem daar niet houden.

Nee, Jezus stond niet op uit de dood om je bang te maken zoals zombies en spoken.

Dit is wat Hij tegen Zijn volgelingen zei toen Hij bij hen kwam nadat ze Hem aan een kruis hadden zien sterven:

“Vrede zij u.” (Johannes 20:26)

En dit was hun eerste reactie: *“zij werden angstig en zeer bevreesd en dachten dat ze een geest zagen. En Hij zei tegen hen: Waarom bent u in verwarring en waarom komen zulke overwegingen op in uw hart? Zie Mijn handen en Mijn voeten, want Ik ben het Zelf. Raak Mij aan en zie, want een geest heeft geen vlees en beenderen, zoals u ziet dat Ik heb.”* (Lukas 24:37-39)

Jezus stond op uit de dood, lichamelijk, niet als een spook of geest, en Hij bracht het tegenovergestelde van angst, vrede.

Verlang je dit? Merk je dat je zo door angst getrokken wordt naar de dood?

Jezus zegt: *“Voorwaar, voorwaar, Ik zeg u: Wie in Mij gelooft, heeft eeuwig leven.”* (Johannes 6:47)

Geloof in Jezus. Dan hoef je niet bang te zijn voor de dood. Dan zul je eeuwig leven, ook al sterft je lichaam hier op een dag. Hij zal het opwekken zoals Hij zelf opstond uit de dood.

Leven zonder angst

En als je niet meer bang bent om te sterven, ben je vrij om te leven, in liefde voor God en de mensen om je heen. Je hebt niets meer te verliezen.

Misschien wil je niet anders. Misschien heb je het “stockholmsyndroom” ontwikkeld en wil je in deze gevangenis blijven. Maar de zonde die de duivel je voorhoudt als verlichting, zal uiteindelijk tot grotere angst leiden, en de dood zal uiteindelijk geen verlichting geven; het is niet het einde, het is het begin van de hel waar angst hier op aarde nog maar het voorproefje van is.

Maar de vrede die Jezus je nu wil geven, zal ook nog maar een voorproefje zijn van de vrede die je eeuwig zult ervaren in Gods aanwezigheid.

Wat nu volgt

Daarom, nogmaals, geloof in Jezus, volg Hem, vrij van angst. Onderzoek de Bijbel en volg Jezus als Zijn leerling om te leven in vrede. Je zult eeuwig veilig zijn.

Je hebt hierbij andere gelovigen nodig. Zoek daarom contact met een Bijbelgetrouwe gemeente om samen te groeien en samen te genieten van Gods heerlijkheid, nu al en na dit leven.

Wil je hierover doorpraten of een gratis Bijbel aanvragen, stuur dan een mail naar
vragen@levenslicht.org

*Ook kun je ons dagelijks via WhatsApp of telefonisch tussen 19.00-20.00 uur bereiken op: **06 10 86 76 89***

Wees niet bang

Het wordt donkerder en kouder en dat brengt vaak ook meer angst met zich mee. Hoe gaan we daarmee om? En wat zegt Jezus daaraan te kunnen doen?

Lees in dit boekje hoe angst je gevangen neemt en hoe Jezus bevrijdt.

Leer **JEZUS**
kennen.nl

