



## Thema: Bemoedigen doet goed!

### IJsbreker

Wat is het aardigste/vriendelijkste/fijnste dat iemand ooit tegen jou heeft gezegd?

### Centrale tekst:

*"Een vriendelijke uitspraak is een korf vol honing, zoet voor de ziel en gezond voor het lichaam"*  
Spreuken 16:24 uit de Bijbel

### Inleiding:

Deze avond zullen we met elkaar nadenken wat bemoedigen is en wat het niet is. Wat het met je zelf doet, en wat je kan doen als je zelf ontmoedigd bent en er niemand is die jou kan bemoedigen. Volgende week denken we dan na hoe we anderen kunnen bemoedigen, in onze omgeving, maar vooral ook in de plaatselijke gemeente.

### Bijbelgedeelte:

Hebreeën 10:23-25

Laten we zonder te wankelen datgene blijven belijden waarop we hopen, want hij die de belofte heeft gedaan is trouw. 24 Laten we opmerkzaam blijven en elkaar ertoe aansporen lief te hebben en goed te doen, 25 en in plaats van weg te blijven van onze samenkomsten, zoals sommigen doen, elkaar juist bemoedigen, en dat des te meer naarmate u de dag van zijn komst ziet naderen.

### Wat is Bijbels bemoedigen:

Je kan iemand bemoedigen door iets te doen voor die persoon, een hand op iemands schouder, een kaartje sturen. Je kan iemand bemoedigen door middel van zorgvuldig uitgekozen woorden, bedoeld om positieve invloed uit te oefenen op een ander zodat die ander groeit in zijn of haar geloof.



### Oppervlakkige, verwoestende woorden, en woorden ten leven:

We spreken allemaal regelmatig oppervlakkige woorden, woorden die wel wat zeggen maar die we vaak niet menen, of geen werkelijke betekenis hebben. Bijvoorbeeld: "Leuk dat je er was" of "we moeten nog eens een keertje afspreken..."

Vaak zijn dat keurige maniertjes om te zeggen: "Blijf op een afstand, ik doe alleen maar beleefd". Deze woorden kunnen oppervlakkig, onoprecht zijn. Dan bemoedigen we er niemand mee. Verwoestende woorden richten iemand ten gronde, en ze zijn zo snel gezegd: "Jongen, als jij het familiebedrijf erft, dan weet ik zeker dat je het ten gronde richt."



Wie in de gaten krijgt welke kracht er achter woorden zit, krijgt onvrede met oppervlakkige en nietszeggende woorden. We moeten die kracht gaan gebruiken vanuit het besef dat woorden zowel kunnen afbreken als opbouwen. Woorden zijn als een scherp mes waarmee de chirurg het lichaam opereert en beter maakt. In de handen van een zorgeloos kind kan dat zelfde mes dodelijk zijn.

### Bijbelgedeelte:

Spreuken 18:21 *"Leven en dood zijn in de macht van de tong."*

Efeze 4:29 *"Laat geen vuile taal over uw lippen komen, maar alleen goede en waar nodig opbouwende woorden, die goed doen aan wie ze hoort."*

### Woorden die leven brengen!

Een woord op het juiste moment gesproken geeft de kracht een hardloper aan de finish te brengen, een wanhopige nieuwe hoop te geven, een verkild leven te verwarmen, iemand die worstelt met zijn tekortkomingen een positiever zelfbeeld te geven, een tiener te laten geloven in zichzelf.

### Samengevat:

Christenen hebben de opdracht elkaar te bemoedigen. Omdat woorden kracht hebben een mens diep te raken, is het zaak heel goed na te gaan hoe we onze medechristenen kunnen bemoedigen door wat we tegen hen zeggen.



Woorden kunnen bemoedigen, ontmoedigen of gewoon niets utrichten.

Met oppervlakkige woorden bereik je weinig, met verwoestende woorden ontmoedig je de ander, met woorden van leven bemoedig je de ander. We moeten oprecht zijn in ons spreken, een positieve invloed uitoefenen met onze woorden. Op die manier kunnen we elkaar aanmoedigen om de weg van/met God te gaan.

### Wie bemoedigt mij?

Wat kan het moeilijk zijn als je je in een situatie bevindt en er niemand lijkt te zijn die je kan helpen, die je begrijpt, en waarin je juist bemoediging van een ander zo nodig hebt.

*Koning David heeft vaak in zo'n situatie gezeten. Een van deze situaties staat in 1 Samuel beschreven, hoofdstuk 30.*

### Achtergrond

David was op de vlucht voor koning Saul die hem naar het leven stond. Daarom ging hij naar de Filistijnse koning Achis en bood hem zijn diensten aan, en die van zijn 600 soldaten. Deze aanvaardde zijn aanbod en gaf hem de stad Ziklag om in te wonen. Op een dag verzamelde koning Achis zijn troepen om deel te nemen aan een gezamenlijke Filistijnse aanval op Israël. Vreemd genoeg trokken David en zijn mannen met hen op om tegen hun eigen volk te strijden. Maar de collega's van koning Achis hadden geen vertrouwen in David en zijn mannen, en dus werden ze teruggestuurd naar Ziklag. Toen ze daar echter aankwamen, ontdekten ze dat een groep woestijnrovers de stad tot de grond toe had afgebrand en iedereen als gevangene had meegevoerd. Alsof het nog niet erg genoeg was gaven Davids mannen hem de schuld van hun ellende. Daarna lezen we het volgende:

*David kreeg het zwaar te verduren, want zijn mannen waren zo verbitterd over het verlies van hun kinderen dat ze hem dreigden te stenigen. Daarom zocht hij steun bij de HEER, zijn God.*

Hoe deed hij dat?

Wat kunnen wij hierin van David leren?

Natuurlijk zal hij hebben gebeden, maar ik denk dat hij nog iets anders deed. Hij herinnerde zich wat hij van God wist en dacht wat hij van de Almachtige had geleerd als herdersjongen tussen

de schapen, en later verder in zijn leven. Hij voelde zich eenzaam en verlaten, erg ontmoedigd en hij zocht God....

Je eenzaam en verlaten voelen is niet fijn. Toch is het ook een mogelijkheid om dichter naar God te groeien, ons te warmen in zijn aanwezigheid. Ons te herinneren wie God is, wat Hij doet, wat zijn beloftes zijn...

Ik geloof dat het op deze manier mogelijk is om getroost te worden, geheel te worden door onze Vader zodat we weer in staat zijn van betekenis voor anderen te zijn.

Moeilijk.....maar wel mogelijk.



### Vragen:

1. Hoe gaat het jou/u af om oprechte woorden te spreken tegen de ander?
2. Zijn er woorden tegen jou/u uitgesproken die je enorm gekwetst hebben? Wil je ze delen, zodat er voor jou gebeden kan worden?
3. Weet je nog een voorbeeld vanuit de Bijbel over eenzaamheid en troost?

### Opdracht:

Probeer in een aantal regels op papier te schrijven hoe jij denkt dat God er naar verlangt om ons te troosten, wie Hij wil zijn voor ons. Geef vervolgens het papier door aan iemand in de kring, en wees bemoedigd!