

Hoe krijg je Gods rust in jouw hart?

Fillipenzen 4:6-13

Wees over niets bezorgd, maar vraag God wat u nodig hebt en dank Hem in al uw gebeden. Dan zal de **vrede** van God, die alle verstand te boven gaat, uw hart en gedachten in Christus Jezus bewaren ... (6,7)

.. want ik heb voor mij geleerd **tevreden** te zijn met mijn omstandigheden... (11, NBG vert.)

.. ik ben tegen alles bestand door Hem die mij kracht geeft. (13)

“Kom naar Mij, jullie die vermoeid zijn en onder lasten gebukt gaan, dan zal Ik jullie **rust** geven. (Math. 11:28)

“Ik laat jullie **vrede** na; Mijn **vrede** geef Ik jullie, zoals de wereld die niet geven kan”. (Joh. 14: 27/28)

Spanning, angst, maskers, zorgen, geheimen of Gods vrede in je hart?

Enkele oorzaken van spanning en onvrede in ons leven:

-
-
-

1. De weg naar Gods vrede in je hart: **Accepteer**

.....

Niet dat ik dit zeg, als zou ik gebrek lijden; want ik heb geleerd met de omstandigheden, waarin ik verkeer, genoeg te nemen. Ik weet wat armoede is en ik weet wat overvloed is. In elk opzicht en in alle dingen ben ik ingewijd, zowel in verzadigd worden als in honger lijden, zowel in overvloed als in gebrek. Ik vermag alle dingen in Hem, die mij kracht geeft.(vs. 11)

- Acceptatie is iets wat je moet
- God hoeft geen
- Uitleg zou geen tot gevolg hebben.

2. De weg naar Gods vrede in je hart: **Vertrouw op Gods liefdevolle**

.....

De standvastige is veilig bij u, vrede is er voor wie op u vertrouwt. Vertrouw altijd op de HEER, alleen op Hem, want de HEER is een rots sinds mensenheugenis. (Jes.26: 3)

Vertrouw op de HEER met heel je hart, steun niet op eigen inzicht. Denk aan Hem bij alles wat je doet, dan baant Hij voor jou de weg. (Spr. 3:5)

Wees over niets bezorgd, maar vraag God wat u nodig hebt en dank hem in al uw gebeden. Dan zal de vrede van God, die alle verstand te boven gaat, uw hart en gedachten in Christus Jezus bewaren. (Fil. 4: 6-7)

3. De weg naar Gods vrede in je hart: Geef je over aan

.....

Zij, die uw wet liefhebben, hebben grote vrede, er is voor hen geen struikelblok. (Ps. 119:165)

Wat onze eigen natuur wil, brengt de dood, maar wat de Geest wil, brengt leven en vrede. (Rom. 8:6)

Vragen voor de groep of ter overdenking

1. Wat is in deze overdenking de eye-opener geweest voor jou?
2. Stel iemand vraagt aan jou wat 'Gods innerlijke rust en vrede' is. Hoe zou je dat omschrijven?
3. Wat zijn jouw eigen ervaringen met Gods vrede en rust in je hart; vrede die alle verstand te boven gaat?
4. Hoe moeilijk (of hoe gemakkelijk) vind je het om situaties te accepteren die niet veranderd kunnen worden?
5. Op welke dingen in jouw leven kun je Fil. 4:13 van toepassing laten zijn?
6. Lees Jacobus 1:5. Hoe pas jij het gebed om wijsheid toe in je eigen leven? Welke suggesties zou je aan anderen geven die hier nog geen ervaring mee hebben?
7. Welke bemoediging put jij uit het 'gebed voor innerlijke rust'?
8. Met welk gedeelte van het gebed heb je het meeste moeite?
9. Bidt met elkaar **het gebed van innerlijke rust.**

[Www.janbaan.info](http://www.janbaan.info)