

## Bijbelstudie 34

### Strijd tegen de zonde

#### Inleiding

📖 "waak en bid, opdat u niet in verzoeking komt" (Mattheus 26:41)

In de vorige studie hebben we gezien hoe Jezus ons heeft bevrijd van de **macht** van de zonde. Dat heeft Hij gedaan door Zijn dood en opstanding. Wat daar besproken is, is de basis voor de overwinning over de zonde. Maar het is niet het hele bijbelse verhaal. Het is nodig dat we rusten in het volbrachte werk van de Heere Jezus en dat we daar, door het geloof, in gaan staan. Maar dat moet ondersteund worden door andere zaken. We moeten bijvoorbeeld onszelf ook zoveel mogelijk beschermen tegen verzoeking. En het is belangrijk om, in de strijd tegen de zonde, ons geestelijk leven te versterken. Want dat geeft de innerlijke kracht die we nodig hebben. In deze Bijbelstudie worden de voornaamste van deze dingen besproken.

#### Bescherm jezelf

Het is onze eigen verantwoordelijkheid om verzoeking te voorkomen. We moeten op dat gebied doen wat we kunnen. Het belangrijkste op dit gebied is dat we opletten waar we onszelf aan bloot stellen. Er zijn dingen die de zondige begeerten in ons prikkelen (Jakobus 1:14,15). Daar moeten we ons niet vrijwillig aan bloot stellen. Als je bijvoorbeeld rein wilt blijven, dan zijn er dingen waar je niet naar moet kijken en plaatsen waar je niet moet zijn. Als je last hebt van hebzucht dan is het niet verstandig om reclamefolders over luxeproducten te bekijken.

Soms zijn er radicale maatregelen nodig. *"En als uw oog u doet struikelen, werp het dan uit; het is beter voor u met één oog het Koninkrijk van God in te gaan dan met twee ogen in het helse vuur geworpen te worden"* (Marcus 9:47)

Jezus bedoelt dit uiteraard niet letterlijk. Het is een hyperbool. Jezus overdrijft met opzet. Dit doet Hij om iets te benadrukken. Wat Jezus duidelijk wil maken is dat er soms ingrijpende maatregelen nodig zijn in de strijd tegen de zonde. Als we bijvoorbeeld het gebruik van de televisie niet kunnen beheersen, dan moeten we hem wegdoen. Hetzelfde geldt voor de computer. Als je de computer niet weg kunt doen moet je andere maatregelen nemen. Je kunt bijvoorbeeld afspraken maken met je huisgenoten wanneer en hoe lang je achter de computer zit. Dat is lastig en je bent er maatschappelijk gehandicapt door. Maar Jezus zegt dat je dat er maar voor over moet hebben. Als je een oog uitrukt, dan ben je gedeeltelijk gehandicapt. Maar Jezus zegt: "liever vrijwillig gehandicapt, dan doorgaan met zondigen."

We moeten ook oppassen voor verkeerd gezelschap. *"Dwaal niet: slecht gezelschap bederft goede zeden."* (1 Korinthe 15:33) Waar je mee omgaat, wordt je door beïnvloed. We moeten onszelf bewaren voor besmetting met de wereld (Jakobus 1:27).

Een andere maatregel die ons beschermt is het voorkomen van niets doen. David kwam in verleiding toen hij thuis op zijn dak zat te luieren. Toen zag hij Batseba en liet hij haar halen (2 Samuel 11:1-4). Het was de tijd van het jaar dat de koningen er op uittrokken, maar David had dat niet gedaan, hij zat thuis (2 Samuel 11:1). Hetzelfde principe staat in 1 Timotheus 5:13-15. Paulus adviseert de jonge weduwen

om opnieuw te trouwen, waardoor ze nuttig bezig zijn. Zo wordt voorkomen dat ze in verzoeking komen<sup>1</sup>.

### **Versterk je geestelijk leven**

📖 *"Maar u, geliefden, bouwt u uzelf op in uw allerheiligst geloof en bid in de Heilige Geest ...."* (Judas :20)

Judas spoort ons aan om bezig te zijn met het versterken van ons geestelijk leven. We moeten onszelf opbouwen in het allerheiligst geloof. Dat helpt ook in de strijd tegen de zonde. Een krachtig geestelijk leven beschermt ons.

Er zijn een aantal goede gewoonten die ons geestelijk leven versterken. Laten we er op toezien dat deze dingen een plaats hebben in ons leven. Hier komt het lijstje:

1. Het allerbelangrijkste is dat we dagelijks contact met God onderhouden door bijbellezen en gebed<sup>2</sup>. Stort je hart uit voor God, ken Hem in al je wegen, bespreek alles met Hem.
2. Dan is er de goede gewoonte van het memoriseren. Dat is het uit je hoofd leren van bijbelteksten<sup>3</sup>. Dat brengt ook veel kracht in ons geestelijk leven.
3. Verder is het erg belangrijk om regelmatig contact te hebben met medechristenen.
4. Het is ook erg goed voor ons geestelijk leven als we iets voor God doen. Want dat versterkt ons en het brengt realiteit in ons leven.
5. Wat je ook kunt doen is het lezen van goede biografieën. Bijvoorbeeld van zendelingen. Lees ook andere goede boeken met geestelijk onderwijs.
6. En dan is er nog het zingen. Leer liederen uit je hoofd en zing die voor jezelf of samen met anderen (Efeze 5:18-20).
7. Een andere goede gewoonte is het dagelijks houden van een korte gezinsdienst op een vaste tijd. Dat kun je ook doen als je niet getrouwd bent en met andere christenen samen in een huis woont. Roep op een vaste tijd het gezin bij elkaar, zing een lied, lees een gedeelte uit de Bijbel en bidt voor de zaken die in het gezin spelen.
8. Bid geregeld voor anderen. Maak een lijstje met onderwerpen waar je telkens voor bidt. Niet alleen met dingen voor jezelf, maar ook voor de mensen om je heen en voor het werk van God.
9. En vergeet vooral niet om God te danken voor alles wat Hij voor je gedaan heeft. (Efeze 5:20). Begin iedere tijd van gebed met dankzegging. Verheug je in God (Filippenzen 4:4).

### **Blijf vervuld met de Geest**

📖 *"En word niet dronken van wijn, waarin losbandigheid is, maar word vervuld met de Geest .."* (Efeze 5:18)

Het is de Geest van God die de zonde in ons overwint. Dat doet Hij als we *"naar de Geest"* wandelen. In Romeinen 8:4 staat: *"Opdat de rechtvaardige eis van de wet vervuld zou worden in ons, die niet naar het vlees wandelen, maar naar de Geest."* Als we naar de Geest wandelen wordt de eis der wet in ons vervuld. Daarom moeten we de Geest van God de ruimte geven in ons leven. Hoe we dat doen wordt in bijbelstudie 22 over de vervulling met de Geest besproken.

---

<sup>1</sup> De maatschappelijke situatie was toen wel anders dan nu. In onze tijd is het voor een jonge vrouw ook mogelijk om haar tijd nuttig in te vullen door werk. Dat was in die tijd veel moeilijker.

<sup>2</sup> Zie de bijbelstudie over het houden van stille tijd deze bijbelstudie staat in boek II.

<sup>3</sup> Zie de bijbelstudie over memoriseren. Deze bijbelstudie staat in deel II.

## Wapen jezelf met het Woord van God

📖 *"Ik heb uw rede [ uw Woord] in mijn hart verborgen, opdat ik tegen U niet zondige"* (Psalm 119:11 SV)

Ik heb uw Woord in mijn hart opgeborgen, opdat ik tegen U niet zondig. In de strijd tegen de zonde helpt het om het Woord van God in je hart op te bergen, door het uit je hoofd te leren<sup>4</sup>. Zoek teksten die speciaal over de zonde gaan waar jij mee worstelt en leer die uit je hoofd. Op deze manier wapenen we onszelf met het Woord van God.

## Geef de strijd niet op

📖 *"U hebt nog niet tot bloedens toe weerstand geboden in uw strijd tegen de zonde."* (Hebreeën 12:4)

Veel zonden kunnen we, nadat we tot geloof zijn gekomen, snel afleggen. Maar er zijn ook zonden die we niet zo gemakkelijk af kunnen leggen. De strijd met deze zonden is veel zwaarder. De strijd verloopt dan vaak met vallen en opstaan.

## Sta direct weer op

📖 *"...wanneer ik gevallen ben, zal ik weder opstaan..."* (Micha 7:8 SV)

📖 *"Als wij onze zonden belijden: Hij is getrouw en rechtvaardig om ons de zonden te vergeven en ons te reinigen van alle ongerechtigheid"* (1 Johannes 1:9)

Als we zondigen dan moeten we dat direct belijden. Je moet er niet mee rond blijven lopen. Als wij onze zonden belijden dan vergeeft God onmiddellijk en volledig. Dat staat in 1 Johannes 1:9. Als wij onze zonden belijden dan reageert God met vergeving en reiniging.<sup>5</sup>

Het is belangrijk dat wij door het geloof in de vergeving gaan staan nadat we de zonde beleden hebben. Dat kunnen we doen door te danken. "Dank u wel Heere Jezus dat u ook voor deze zonde hebt betaald aan het kruis en dat U mij vergeven hebt." God vergeeft ook iedere keer weer die ene zonde waar je telkens in valt. Hij zal de zonden niet meer gedenken (Hebreeën 10:17).

## Biedt weerstand met Gods Woord

📖 *"Maar Hij antwoordde en zei: Er staat geschreven ....."* (Mattheus 4:4, 7)

📖 *"Toen zei Jezus tegen hem: Ga weg, satan, want er staat geschreven ...."* (Mattheus 4:10)

In Mattheus 4:1-11 lezen we hoe Jezus werd verzocht door de satan. De satan deed allerlei zondige suggesties, maar Jezus bood weerstand met het Woord van God. Hij verwierp die suggesties telkens met een beroep op de Schrift. Hij zei iedere keer weer: "Dat doe ik niet, want er staat geschreven" en dan volgde een citaat uit het

---

<sup>4</sup> Zie de bijbelstudie over memorisatie. Deze bijbelstudie staat in boek II. De makkelijkste manier om teksten uit het hoofd te leren: Schrijf ze op, bijvoorbeeld op kaartjes of in een schrift. Lees ze dagelijks enkele malen **hardop** op. Als je dat doet dan zul je merken dat de teksten na enige tijd in je geheugen blijven hangen.

<sup>5</sup> Uiteraard heeft God ons alle zonden vergeven toen we tot geloof kwamen. Dat is onderdeel van de beloften van het nieuwe verbond (Hebreeën 10:17). Als een christen zondigt dan wordt de gemeenschap met God verstoort, daarom moeten we de zonden waar we ons bewust van zijn belijden. Wanneer we dat doen wordt de gemeenschap met God weer volledig hersteld (1 Johannes 1:7,9). Zie de Bijbelstudie over wat er gebeurt als een christen zondigt. Deze Bijbelstudie staat in boek II.

Woord van God. Zo moeten ook wij weerstand bieden aan de duivel wanneer hij ons verleidt tot zonde.<sup>6</sup>

### Waak en bid

📖 "Waak en bid, opdat u niet in verzoeking komt" (Mattheus 26:41)

📖 "Daarom, wie denkt te staan, laat hij oppassen dat hij niet valt" (1 Korinthe 10:12)

In de strijd met de zonde moeten we altijd waakzaam blijven. Als we verslappen worden we kwetsbaar. We kunnen bijvoorbeeld verslappen in afscheiding van de wereld of in het houden van stille tijd. Een aanwijzing dat we in de gevarenzone verkeren is als we onze vreugde in de Heer kwijt zijn (Filippenzen 4:4). We moeten de kracht van de zondige begeerten nooit onderschatten: "*Wie denkt te staan, laat hij oppassen dat hij niet valt.*" Jezus heeft ons niet voor niets leren bidden: "*Leid ons niet in verzoeking*". (Mattheus 6:13).

### Doe een beroep op Jezus

📖 "Want waarin Hij Zelf geleden heeft, toen Hij verzocht werd, kan Hij hen die verzocht worden te hulp komen" (Hebreeën 2:18)

📖 "Want wij hebben geen Hogepriester Die geen medelijden kan hebben met onze zwakheden, maar Een Die in alles op dezelfde wijze als wij is verzocht, maar zonder zonde. Laten wij dan met vrijmoedigheid naderen tot de troon van de genade....om geholpen te worden op het juiste tijdstip" (Hebreeën 4:15,16)

Jezus is onze barmhartige hogepriester. Omdat Hij Zelf in verzoeken geleden heeft weet Hij wat we doormaken. Hij weet wat het is om verzocht te worden (Hebreeën 2:18 en 4:15,16). Hier staat dat Hij ons te hulp kan komen. En als Hij dat kan, dan zal Hij dat ook zeker doen. Als je het gevoel hebt dat je er niet uitkomt, ga dan eenvoudig tot Jezus, zeg het aan Hem, stort je hart voor Hem uit. Geef je falen toe, erken dat je vastgelopen bent (Psalm 119:176). Vraag of Hij je, naar Zijn belofte, te hulp wil komen.<sup>7</sup>

---

<sup>6</sup> Een leerzaam getuigenis van een bekende bijbelleraar uit een vorige generatie: "Er bestaat geen beter voorbeeld dan het voorbeeld van Jezus. Vandaar dat ik **hardop** Bijbelverzen begin te citeren, telkens wanneer ik voel dat ik door satan wordt aangevallen. Nooit zal ik het opwindende gevoel vergeten, dat ik kreeg, toen ik dit voor het eerst probeerde. Urenlang was ik door een bepaalde verleiding geplaagd en niets kon die doen wijken. Ik had me op beloften beroepen, vertrouwd op de Heilige Geest, gebeden, en de Heer gevraagd het van me weg te nemen ... niets hielp. Toen herinnerde ik mij wat Jezus in het uur der beproeving had gedaan en dus zocht ik naar een Bijbelvers dat rechtstreeks Gods gezichtspunt over verzoeking tot uitdrukking bracht. Terwijl ik me een beetje dwaas voelde, zei ik: "Laat me met rust satan, want er staat geschreven ....." En ik citeerde het vers hardop. De verleiding verdween, en de satan ook. Dit is volgens mij de manier waarop wij weerstand moeten bieden aan de satan. Doen we dit, dan heeft God beloofd dat de satan van ons zal vlieden. "Bied weerstand aan de duivel en hij zal van u wegvlugten" (Jakobus 4:7)"

<sup>7</sup> Nog enkele beloften waar je op kan pleiten in de strijd tegen de zonde. God zal het goede werk dat Hij in je begonnen is afmaken (Filippenzen 1:6). Je hebt de belofte dat de Heere voor uitkomst zal zorgen (1 Korinthe 10:13). Je kunt pleiten op de beloften van het nieuwe verbond. Bijvoorbeeld op deze belofte. "*Ik zal Mijn Geest in uw binnenste geven. Ik zal **maken dat** u in Mijn verordeningen wandelt en dat u Mijn bepalingen in acht neemt en ze*

## **Zoek steun bij medechristenen**

📖 "En Hij heeft sommigen gegeven als .... herders" (Efeze 4:11)

Als je er zelf niet uit komt, blijf er dan niet mee rondlopen. Zoek steun bij medechristenen die je vertrouwt. Leg je probleem aan hen voor zodat jullie er samen voor kunnen bidden. Het is goed als je iemand hebt waar je, je strijd mee kunt delen. Zoek eventueel pastorale hulp

## **Toetsvragen**

1. Wat kun je zelf doen om verzoeking te voorkomen?
2. Leg de tekst over het uitrukken van het oog uit? (Marcus 9:47)
3. Waar stel jij jezelf aan bloot? Wat voor effect heeft het op je geestelijk leven?
4. Hoe kun je je geestelijk leven versterken?
5. Ben je vervuld met de Heilige Geest? (Zie de bijbelstudie over dit onderwerp?)
6. Er is een zonde waar jij strijdt mee hebt, welke tekst zou je daarover uit je hoofd kunnen leren?
7. Wat moet je doen als je gestruikeld bent? (Micha 7:8, 1 Johannes 1:9)
8. Wat wordt bedoeld met 'door geloof in de vergeving gaan staan' en hoe doe je dat?
9. Leg Hebreë 2:18 uit.
10. Noem een aantal beloften uit Gods Woord waar je in de strijd tegen de zonde aan vast kunt houden.

---

*houdt." (Ezechiël 36:27) God heeft zijn Geest in ons binnenste gelegd en door het werk van de Geest zal Hij bewerken dat we naar zijn inzettingen wandelen.*