

Dieper – Deel 2

De preek van vandaag is een vervolg op een maand geleden, toen we het hebben gehad over hoe God ons wil helpen in een strijd tegen onzichtbare machten en krachten met zeg maar Mario's 'Power-Ups'.

Kort samengevat was dit de strekking van de preek naar aanleiding van Efeze 6:10-13.

- Er zijn krachten die we niet de baas kunnen (v12)
 - Daarom moeten we de hele wapenrusting van God aannemen en dragen en er alles mee doen (v11a, 13a, 13c)
 - Dan hebben we superkracht (v. 10)
 - Zodat je tegenstand kunt bieden aan de geestelijke machten (13b)
 - En zelfs stand kunt houden (v. 11b, 13d)

Paulus was eigenlijk zijn tijd een beetje vooruit. Waar oorlog – de beeldtaal die hij kiest – in zijn tijd nog vaak een **man-tegen-man** gevecht was, is dat nu anders. Moderne defensiespecialisten spreken tegenwoordig niet meer alleen over gevechten op **land**, **zee** of zelfs in de **lucht**. Ze spreken over een nieuw strijdtoneel: **cognitive domain warfare**—de oorlog om het menselijk brein. De strijd om wat we denken, wat we geloven, en hoe we de werkelijkheid interpreteren.

En juist daar heeft Paulus en dus de bijbel het over. Met een stevige insteek: de krachten die op je inbeuken zijn sterker dan jezelf, en **er zit een sterke macht achter: satan, wat letterlijk 'uitdager' betekent.**

Zijn doel?

- Jouw moraal breken.
- Je wijsmaken dat je waardeloos bent.
- Je vullen met angst voor de toekomst.
- Je isoleren door bittere wrok in je relaties te planten.
- Je uitputten in een eenzame burn-out.
- Je verleiden met veel geld.

Maar het goede nieuws is: hij is niet de sterkste. **Zijn overwinnaar Jezus Christus, stuurt zijn leger – ons – niet onbeschermd de frontlinie in.** Hij heeft een beproefde high-tech, tactische gevechtsuitrusting voor ons klaarliggen. Gods eigen, beproefde uitrusting die ontworpen is om stand te houden onder de zwaarste druk.

En vandaag duiken we dieper die wapenrusting van God in:

Houd stand met de waarheid als gordel om uw heupen, de gerechtigheid als harnas om uw borst, de inzet voor het evangelie van de vrede als sandalen aan uw voeten, en draag daarbij het geloof als schild waarmee u alle brandende pijlen van hem die het kwaad zelf is kunt doven. Draag de verlossing als helm en Gods woord als zwaard, dat u van de Geest ontvangt.

Efeze 6:14–17

We verdelen de uitrusting in drie categorieën. Elementen die te maken hebben met:

1. Je fundament (weten)
2. Je levensstijl (doen)
3. Je weerbaarheid (crisismanagement)

1. JE FUNDAMENT

Als we willen leren hoe we geestelijk standhouden, moeten we beginnen in de stilte van ons eigen hart. Het gaat immers over onze gedachtenwereld.

Wie ben jij als de lichten uitgaan, de ruis van de dag wegvalt, en de stilte je dwingt om naar je eigen spiegelbeeld te kijken?

Dat is de plek waar de vijand zijn eerste en meest destructieve mijnen probeert te leggen. Hij wil je **identiteit gijzelen**. Hij **fluistert leugens** over je **verleden**, over je **fouten** en over je **waarde**.

En daarom begint Gods wapenrusting niet aan de buitenkant, maar bij je fundament. Voordat we ook maar één stap in de wereld zetten, moeten we de waarheid als basis kennen en ons hoofd beschermen met de absolute zekerheid dat we gered zijn.

Waarheid

Paulus begint in vers 14: **"Houd stand met de waarheid als gordel om uw heupen"**. In de Romeinse tijd was dit de gordel die de tuniek omhoog hield en waaraan de rest van de wapens werd bevestigd. Als we dat vertalen naar de moderne militair, dan spreken we over de **koppelriem**. Daar klik je je porto aan vast, je geweer, je medische kit, je mes. Alles zit vast aan deze ene riem. Zonder deze riem ben je niets.

Zonder waarheid valt je leven uit elkaar. Dat is wat Paulus zegt. **Maar wat is dan waarheid?**

Waarheid komt 45 keer voor in Paulus brieven. Ook een paar keer in de Efezebrief, zoals in hoofdstuk 1

Efeziërs 1:13 (NBV21)

*¹³In Hem bent ook u, toen u de boodschap van de **waarheid** hoorde, het evangelie van uw redding – in Hem bent u, toen u tot geloof kwam, gemerkt met het stempel van de heilige Geest, die ons beloofd is.*

Dat geeft ons gevoel bij waarheid voor Paulus: een absolute werkelijkheid dat als basis dient voor zijn identiteit.

Paulus' waarheid is heel simpel gezegd: Jezus kennen.

Deze waarheid is **van levensbelang**. Vooral in de brief aan de Tessalonicenzen schrijft hij hier heel stelling over. Waarheid redt je! Zonder de waarheid van Jezus is er geen redding! Dan blijf je niet staande in de oorlog om je brein, je gedachten.

In onze tijd is waarheid een gevoel. Wat je voelt, is waar. Klopt in zekere zin. Maar een **echt gevoel is nog geen waarheid.** En dat helpt niet. Dat is een losse koppelriem.

Zet nu ergens in je leven één ding vast, te midden van een wereld die verandert: **Dat het verhaal van Jezus waar is, dat het hoop, herstel en herleving brengt.**

Dat is wat ik geloof. Dat is wat veel mensen hier geloven. En dat geeft leven.

Ik hoop dat je die waarheid kent. Als je hier op bouwt, kun je verder! Kun je standhouden. **Ken je die nog niet: geef hem eens een kans! Doe Alpha, stel je vragen en ontdek het verhaal van Jezus en beproef die waarheid maar!**

Verlossing

Vers 17 zegt: *"Draag de verlossing als helm"*.

Je hersenen, je gedachten, zijn het hoofddoelwit van de vijand. Hij probeert je **denkvermogen** te gijzelen. Maar de helm van de verlossing beschermt je.

Verlossing komt in de brieven van Paulus ook op verschillende manieren voor:

- Verwijzend naar je moment van bekering in het **verleden**, bijvoorbeeld in de Romeinenbrief (3:24)
- Maar ook **de hoop op de verlossing** in de toekomst. (1 Tessalonicenzen 5:8).

Paulus lijkt op dit laatste gericht, als je eerdere idee uit de brief er ook bij pakt.

En deze helm zegt dan volgens mij zoveel als: Hoeveel teleurstelling je nu ook oploopt, de hoop op verlossing beschermt je gedachten dat het slecht kan aflopen.

In bijbelse zin is **'hoop' geen wensdenken** (zo van: "ik hoop dat het morgen mooi weer wordt"), maar een absolute, rotsvast, zekerheid. **Jouw verlossing staat vast**. De oorlog is in wezen al gewonnen aan het kruis. De vijand die jou aanvalt is een beslissend verslagen vijand!

De helm van de redding herinnert je eraan: "Mijn Commandant heeft de overwinning al behaald. **Mijn toekomst is veilig**. Wat er vandaag ook gebeurt, mijn eeuwigheid staat vast." Dat geeft een diepe, mentale rust te midden van de strijd. Of zoals Paulus zelf het beleefde in zijn angstigste momenten: **Voor mij is het leven Christus, en sterven winst**.

2. JE LEVENSTIJL

Nu we stevig staan in wie we zijn in Christus, laat Paulus ons om naar onze levensstijl te kijken.

Dat lijkt op het eerste gezicht heel gek als je het hebt over een aanval op je gedachtenwereld. Waarom doet het er dan toe hoe ik praat tegen mijn vrouw of kinderen als de spanning oploopt? Wat doe je met die knagende wrok na een diepe teleurstelling?

Dit is waar de strijd vaak praktisch wordt: in onze relaties.

De vijand wil niets liever dan een wig drijven tussen jou en de mensen om je heen, want een verdeelde kerk is een machteloze kerk, een gebroken huwelijk een bron van psychische en maatschappelijke problemen.

Gerechtigheid.

En hierbij past **het harnas van de gerechtigheid**. Voor een moderne soldaat zouden we zeggen: **het kogelvrije vest**. Waarom dragen militairen dit? Om de meest vitale organen

te beschermen: de longen, de slagaders en bovenal: het hart. Eén kogel of granaatscherf in het hart is dodelijk.

Je zou kunnen zeggen: **Gerechtigheid gaat toch ook over mijn identiteit? Ik ben rechtvaardig voor God. Dat klopt.**

Maar hij lijkt het hier niet over te hebben in deze brief, omdat Paulus ook hier weer lijkt samen te vatten wat hij eerder betoogt. Bv. In Efeze 5:9

Zijn punt hier lijkt: je fundament moet je niet alleen kennen, maar ook uitleven. Je bent niet alleen een persoon van waarheid en gerechtigheid, je staat ook op voor die waarheid en gerechtigheid.

Blijf het goede doen! Want daarmee frustreer je de vijand! Raak niet ontmoedigd. En voorkom je dat jouw hart wordt geraakt. Het is een beetje zoals we van Cruyff leren: **Als wij de bal hebben, heeft de tegenstander hem niet.** Dus je levensstijl aanpassen aan je identiteit is belangrijk in je verdediging.

Het evangelie van de vrede.

Daar gaat ook het volgende element over:

Paulus schrijft: **“de inzet voor het evangelie van de vrede als sandalen aan uw voeten”.**

Hij lijkt hier te **onderstrepen dat hij het kennen en het doen met elkaar verbindt**. Zorg dat je dagelijks stevige schoenen draagt. Die van het evangelie.

Merk op hoe paradoxaal dit klinkt: **we zijn in oorlog, maar we dragen de schoenen van vrede!** Waarom? Omdat het kruis van Jezus de vijandschap heeft afgebroken. **Wij strijden niet om onrust te zaaien, maar om vrede te brengen.**

Als je op deze laarzen loopt, glijd je niet uit over de chaos en paniek van de wereld. En je hebt de *bereidheid*—de actieve houding—om die vrede uit te delen aan de mensen om je heen. **Waar jij loopt, herstelt de vrede.**

Je glijdt niet uit over roddel, polarisatie of ruzie. Jouw laarzen laten een spoor van Gods vrede achter.

3. JE WEERBAARHEID

Hoe diep je fundament ook is en hoe integer je wandel ook mag zijn, **er zullen dagen komen dat er pijlen op je afkomen**. Dat kunnen pijnlijke pijlen zijn.

- Een plotselinge diagnose in het ziekenhuis.
- Een relatie die ondanks al je gebeden toch knapt.
- Een donkere wolk van burn-out en uitputting die over je heen trekt, waardoor je het licht niet meer ziet.
- Maar voor sommigen is het ook de volgende promotie, of het winnen van de loterij.

Allemaal dingen die je kunnen beroven van een gezonde identiteit.

Op die momenten is de theorie voorbij. Dan sta je in de vuurlinie en vliegen de brandende granaten van twijfel, angst en verleiding je om de oren. Wat doe je dán?

Geloof

Het eerste element hiervoor vinden we in vers 16, waar Paulus zegt:

Draag daarbij het geloof als schild waarmee u alle brandende pijlen van hem die het kwaad zelf is kunt doven.

In de oudheid waren brandende pijlen gevreesd. Schilden werden natgemaakt om ze te doven. Je moet erover nadenken hoe je pijlen onschadelijk maakt.

Vandaag de dag kennen we een modernere versie van deze dreiging: raketten die van grote afstand worden afgevuurd op burgerdoelen. Hoe verdedigen moderne landen zich daartegen?

Met een **luchtverdedigingssysteem**, zoals het bekende **Patriot-raketschild**. Dit systeem bestaat uit een hypergevoelige radar die inkomende raketten direct opspoort. **Vervolgens vuurt het Patriot-systeem een tegenraket** af die de vijandelijke raket hoog in de lucht onderschept en onschadelijk maakt, nog vóóordat deze de grond kan raken en een ravage kan aanrichten.

Dit is exact hoe het Geloof als schild werkt!

Geloof is alert zijn op alles wat Gods waarheid ondermijnt.

Geloof werkt als een mobiel raketschild om de inkomende desinformatie te onderscheppen. De vijand vuurt een 'raket' van angst op je af: "Het gaat helemaal mis met je gezin, je gezondheid, je toekomst. Je staat er alleen voor."

Als die raket inslaat in je gedachten, veroorzaakt hij een emotionele vuurzee van paniek en depressie. Maar het schild van het geloof functioneert als de Patriot-raket.

Je geloof activeert je waarheid en vuurt Gods Woord af als bescherming. En daarover gaat het laatste element uit de wapenrusting.

Het woord van God

We hebben een vlijmscherp aanvalswapen om de leugens actief mee door te snijden.

"... en Gods woord als zwaard, dat u van de Geest ontvangt". Dit is het enige **offensieve wapen** in de hele lijst. Een soldaat kan niet winnen met alleen defensieve bepantsering; er komt een moment dat je het vuur moet beantwoorden. In de moderne context is dit het aanvalsgeweer, je primaire wapensysteem dat hangt aan je koppelriem.

Het Griekse woord dat Paulus hier gebruikt voor 'woord' is **niet logos** (de hele Bijbel als geheel), maar **rhema**—het **specifiek gesproken, levende woord voor dít moment**. Het is de bijbeltekst die je paraat hebt in je geheugen en die je hardop uitspreekt tegen de leugen.

Denk aan **Jezus in de woestijn**. De duivel valt Hem aan met desinformatie. Jezus gaat niet met hem in discussie. Hij trekt Zijn zwaard en zegt drie keer: "Er staat geschreven..." En de vijand moet wijken. Gods Woord is levend en krachtig; het snijdt door elke leugen heen!

HET STRIJDPLAN

Hoe ziet dit er **morgenochtend concreet uit als je opstaat en de strijd in je gedachten losbarst**? Als je merkt dat de vijand een hinderlaag heeft gelegd?

Hier is het tactische actieplan in drie hele praktische stappen:

Stap 1: Identificeer de pijl

Als een soldaat onder vuur ligt, blijft hij niet verdwaasd in het open veld staan. Hij zoekt dekking en lokaliseert de vijand. Word wakker in je gedachtenwereld. Zodra er gedachten van paniek, bittere wrok over je partner, zware minderwaardigheid of verlamme stress over je werk binnenkomen, zeg dan direct tegen jezelf: "Stop. Dit is inkomend vuur. Dit is geen neutrale gedachte van mezelf. Dit is een gerichte, brandende pijl van de vijand." Leer de leugen te ontmaskeren.

Stap 2: Hef het schild van geloof op

Blijf niet passief toekijken hoe de leugen explodeert in je hart. Breng je geloof in stelling. Spreek actief uit: **"Ik weiger deze desinformatie te geloven. Ik kies ervoor om te vertrouwen op de waarheid van mijn God."** Dit is het moment dat je de Patriot-raket activeert om de aanval in de lucht onschadelijk te maken.

Stap 3: Trek het zwaard van de Geest

Nu ga je in het offensief. Open je mond en spreek de waarheid van Gods Woord uit. **Haal de memoriseertekst tevoorschijn die je hebt opgeslagen in je geestelijke munitiemagazijn:**

De brief van Paulus was nooit bedoeld als een persoonlijke brief aan jou en mij. Maar een brief aan een **gemeenschap**. De geestelijke strijd is geen individuele overlevingstocht in de wildernis. Wij vormen Gods eenheid op aarde. Als jij vermoeid bent en je arm te zwaar is om het schild omhoog te houden, laat je mede-soldaten je dan ondersteunen. Deel je strijd, vraag om gebed, laat je rug dekken.

Daarom gaan we tot slot oefenen met deze wapenrusting en met die drie stappen.

- Als je de QR code scant zie je allemaal kaartjes behorend bij onderwerpen die er zomaar in jouw leven als een pijl op je af kunnen komen.
- Dingen die je ervan kunnen weerhouden dat je van Gods aanwezigheid in je leven kunt genieten!
- Kies er maar eentje. Het formaat is zo dat je hem kunt opslaan in je foto's op je telefoon. Maak er maar een mapje van thuis...
- Spreek de waarheid uit over jouw pijl.
- En herhaal die tekst die je ziet. Spreek hem maar zachtjes uit. Gewoon in jezelf 2 of 3x. Nu trek je het zwaard van de Geest.
- En neem deze tijd van stilte maar om te bidden.