

In het kader van innerlijke genezing deze keer over angst, 1 Joh.4:18.  
Tijdens de dienst zongen we: EL.448, Opwekking 121, 354, 474, 574, 575, 595, 612.

We leven in een wereld die stijf staat van angst en fobie. Hier volgt niet een overzicht van alle vormen van angst, maar we gaan zoeken naar de bron van alle angst.  
Fobos is het Griekse woord. In 1 Joh.4:18 komt het vier keer voor! Johannes spitst het toe op angst-voor-straf. En hij brengt dan liefde in als een tegenpool.

Eerst een Postbus-57-vraag, uit één van de kringen: “Hoe kun je er zeker van zijn dat je naar de hemel gaat? Het is nogal belangrijk om te weten of je wel of niet verloren zult gaan. Hoe kun je daar zo zeker van zijn als sommigen wel beweren?”  
Deze onzekerheid kom je ook tegen in moslimkringen. Daar houden liefde en angst elkaar in evenwicht. “Wie Allah alleen maar dient met liefde, is een heiden.” “Natuurlijk moet je vertrouwen dat Allah je zonden vergeeft, maar tegelijk moet je vrees hebben dat je zonden misschien niet vergeven worden.”  
Let op het diepgaande verschil met Johannes. Volgens hem staan liefde en angst niet náást elkaar, maar tegenóver elkaar. Ze sluiten elkaar uit.

Angst is vrijwel de eerste emotie die we tegenkomen in de bijbelse geschiedenis. Adam en Eva verstopten zich voor God, nadat ze van de verboden vrucht gegeten hebben. “Toen ik uw stem hoorde, werd ik bang.” Dit is dus die angst voor straf. Angst voor afwijzing. En dat is misschien wel de moeder van alle angsten. Parallel daaraan loopt trouwens onze doodsangst, in vormen als hoogtevrees, claustrofobie – deze angsten zijn een direct gevolg van het “Als je daarvan eet, zul je zeker sterven.” Je bent je leven niet meer zeker, zelfs je eigen broer (Kaïn) kan je vermoorden – zo breed waaiert het meteen uit.  
Angst dat je niet meer mag bestaan, angst om afgewezen te worden, angst dat je niet geliefd bent, dat je faalt, dat je anderen (en jezelf) teleurstelt.  
In gespannen gezinssituaties kunnen kinderen (en ouders) extreme vormen van angst ontwikkelen, waarbij ze letterlijk spoken gaan zien.

Hoe kan angst weer verdwijnen?

Als je erop gaat letten, vererger je het alleen maar. Geen focus op de angst dus. We mogen ons richten op de liefde.

En dan niet liefde die uit onszelf komt – want dan houd je de angst, dat je daarin tekort schiet! Het is Liefde met een hoofdletter en ze komt van boven. De Liefde komt uit God voort (4:7). Het wezenlijke van de Liefde is niet dat wij God liefhebben, maar dat God ons heeft liefgehad (4:10), enz.

Deze Liefde wordt concreet doordat God zijn enige Zoon gezonden heeft. (4:9, 10, 14). Ik ben er getuige van, benadrukt Johannes telkens (4:14 e.v.a.). Ik heb Gods Liefde gezien, aangeraakt, zien hangen...!



Als Jezus de straf, waar ik zo bang voor kan zijn, gedragen heeft – wie ben ik dan om te denken dat dat voor mij onvoldoende zou zijn...?

#### Gesprekspunten:

1. Is er iets in deze Keek, wat je heeft aangesproken?
2. Ken je (extreme) angsten van dichtbij? Heb je weleens nagedacht over de mogelijke oorzaak of aanleiding?
3. De liefde is de angst aan het uitsluiten (vers 18). Heb je er iets aan om te weten, dat dit een proces is? Of zie je het zelf anders?
4. Hoe kun je je meer en meer richten op de Liefde van Jezus? Heb je concrete adviezen voor elkaar? Zie je in 4:20-21 een concreet advies van Johannes en zo ja, hoe werkt dat volgens jou tegen angst?
5. Reageer eens op de volgende stelling: angst voor de dag van het oordeel is een klap in het gezicht van Jezus.
6. Beantwoordt de vader van de verloren zoon aan ons beeld van hoe een goede vader zou moeten zijn? Zijn er mensen die niets met dit beeld kunnen en zo ja, met welk beeld dan wel?