

HOOP VOOR ALLE PROBLEMEN

Verwerkingsopdracht naar aanleiding van het boekje van Walter Barrett en Jef De Vriese.
Uitgave en copyright: Centrum voor Pastorale Counseling v.z.w.

Lees het boekje 'Hoop voor alle problemen'.
Maak hierna de volgende verwerkingsopdracht:

1. Het probleem analyseren

Waar voel je je wanhopig over? Welke zijn de beproevingen in je leven die je een uitzichtloos gevoel geven?

Wanneer zijn die gevoelens voor het eerst opgekomen?

In welke situatie? Waar? Wat heb je daar aan gedaan?

Wie was daarbij?

Als er toen een recorder op je gedachten aangesloten was geweest, wat zou er dan op gestaan hebben? Zijn die gedachten waar en waardig?

Gaat het om dingen uit het verleden, het heden of de toekomst? Zijn er dingen waar je zelf iets kunt aan doen? Of niet?

Heb je beproevingen die verzoeken voor je worden? Welke? Hoe?

Waarom dacht je dat je beproevingen bovenmenselijk of boven vermogen waren? Kloppen je gedachten met de werkelijkheid zoals God die ziet?

Welke is volgens 1 Korinthiërs 10:13 de uitkomst die God voor je heeft?

Vergelijk de zekerheid van de Bijbelse hoop met wat je zelf dacht. Gelijkenissen?
Verschillen?

Welke voorwaarden voor hoop zijn bij jou aanwezig? Welke zijn zwak?

2. De bijbelse oplossing ontdekken

Wat is de basis van de Bijbelse hoop? Wat heb je daar over geleerd als het gaat om:

Het Woord van God

De Heilige Geest

De gemeente van Jezus Christus

Het feit dat God werkt in anderen

Wat betekent Romeinen 8:28 voor jou? Hoe heeft het boekje je daarbij geholpen?

3. De oefening in de godsvrucht

Een nieuwe gewoonte ontwikkelen kost tijd! Je zult dus moeten oefenen.

“...oefen uzelf in de godsvrucht. Want de oefening van het lichaam is van weinig nut, maar de godsvrucht is nuttig voor alle dingen, omdat zij de belofte van het tegenwoordige en van het toekomstige leven heeft.” (1 Tim. 4:7-8).

Enkele taken die je op je kunt nemen:

Aan welke voorwaarden voor hoop moet je aandacht besteden? Hoe zul je dat doen?

Schrijf een psalm waarin je je wanhoop beschrijft en je hoop op God uitdrukt met dankzegening. Lees eventueel eerst een paar psalmen in de Bijbel om te zien hoe de psalmschrijvers dit deden.

Maak een lijst van de terreinen waarop je uitzichtloosheid ervaart.

Uiteraard zal je aan de slag moeten met de thema's waar jij problemen hebt. Als je bezorgd bent, moet je de Bijbelse oplossing voor bezorgdheid ontdekken. Als je je minderwaardig voelt, heb je Gods visie op zelfwaarde nodig. Enz.

Ga dus, nadat je dit boekje hebt doorgewerkt, aan de slag met jouw specifiek thema. Het Centrum voor Pastorale Counseling beschikt over boekjes met andere thema's, maar misschien vind je ook een goed boek in de christelijke boekhandel.

Zoek manieren om aandacht te besteden aan de Bijbelse basis voor hoop.

Het Woord van God.

Schrijf tien Bijbelteksten die jou hoop geven op een kaartje en hang deze kaartjes op verschillende plaatsen in huis. Als je creatief bent kun je er ook een tekening bij maken of de kaartjes op een andere manier aantrekkelijk maken om naar te kijken.

Andere manieren?

De Heilige Geest.

Bid om vervulling met de Heilige Geest. Doe dat door Jesaja 11:2 voor jezelf te bidden ("Heere, geef mij Uw Geest. Vervul mij met de Geest van wijsheid en inzicht,...").

Bid Bijbelteksten.

De gemeente van Jezus Christus.

Wat kan jouw bijdrage zijn aan de gemeente? Wat zijn jouw gaven? Waar heb jij de gemeente in nodig? Hoe kun je je beter integreren, zodat je bemoediging ontvangt en voor anderen een bemoediging kunt zijn? Met wie in de gemeente kun je hier over spreken?

Het feit dat God werkt in anderen.

Zijn er mensen die door moeilijk tijden zijn gegaan en die Gods trouw hebben ervaren?

Vraag aan iemand waarvan je weet dat die met God leeft je zijn/haar getuigenis te vertellen van hoe God werkt.

Aan welke van deze manieren om aandacht te besteden aan de Bijbelse hoop moet je meer aandacht besteden? Hoe zul je dat doen?