

## VRUCHT VAN DE GEEST

Het thema van deze week is 'vruchten van de Geest'. Deze week bespreken we de negen vruchten van de Geest, die Paulus noemt in Galaten 5. Wat bedoelt Paulus? Zie ik die vruchten ook in mijn leven? Hoe kom ik aan die vruchten? Samen zoeken we een antwoord op deze vragen.

### Dinsdag – De vrucht van de Geest

Lezen: Gal. 5:13-26

Zingen: Ps. 143:10

Hoe weet jij of je een kind van God bent? Misschien dat jij jezelf dit wel eens hebt afgevraagd of worstel je hiermee. Er valt veel over te zeggen, maar Paulus geeft in Galaten 5 een aantal belangrijke aanwijzingen. Paulus leert dat iemand die tot geloof komt een ander leven krijgt. De Heilige Geest komt in je wonen. Dit blijft niet zonder gevolg. Het verandert je leven. Van een leven dat beheerst wordt door de zonde, krijg je een leven waarin je wandelt door de Geest. Je gaat steeds meer laten zien van de vruchten van de Geest. In vers 22 noemt Paulus de vruchten: liefde, blijdschap, vrede, geduld, goedertierenheid, goedheid, geloof, zachtmoedigheid en matigheid. Deze week staan we bij al deze vruchten stil. Elke keer kun je jezelf afvragen: is dit ook in mijn leven te zien? Het is wel belangrijk om erbij te vertellen dat deze vruchten niet vanzelf komen. In vers 17 beschrijft Paulus de strijd die dit kost. Aan de ene kant voel je de begeerte van de zonde trekken, aan de andere kant voel je de wens om te leven naar Gods wet. De Bijbel leert dat die strijd heel je leven zal duren. Deze strijd maakt je elke keer weer afhankelijk van de Heere Jezus. Als je zo leeft, ben je een kind van God.

### Woensdag - Liefde

Lezen: 1 Joh. 4:7-21

Zingen: Ps. 133: 1 en 3

De eerste vrucht die Paulus noemt is liefde. De Bijbel leert dat dit het belangrijkste kenmerk is van een gelovige. Jezus Zelf vatte de wet samen in het dubbele liefdesgebod: God liefhebben boven alles en de naaste als jezelf. Alles wat je doet moet voortkomen uit de liefde tot God en de naaste. Dit betekent niet langer een leven waarin je zelf op de eerste plaats staat, maar een leven waarin God centraal staat. Het is een leven waarin je geeft om de naaste, zelfs als het je vijand is. Maar al te vaak zijn wij geneigd om de ander met haat en afgunst te bekijken. We zetten onszelf op de eerste plaats, ten koste van God. Als de Heilige Geest in jou woont, dan wil Hij jouw hart veranderen. God vraagt deze liefde omdat Hijzelf ook zo is: 'God is Liefde' (vers 8). Het grootste bewijs van Gods liefde is het zenden van Zijn Zoon. Jezus Christus onderging het diepste lijden uit liefde voor zondige mensen. Hij gaf Zijn leven! Als je die liefde in je leven hebt ervaren, dan wil je dat ook doorgeven aan anderen. Is die liefde ook in jouw leven te zien?

### Donderdag - Blijdschap

Lezen: Hand. 3: 1-10

Zingen: Ps. 68:2

De volgende vrucht die Paulus noemt is blijdschap. Misschien dat dit je wel verbaast. Je dacht dat een gelovige altijd somber is. Het is waar dat, wanneer je beseft hoeveel zonden je elke dag doet, je alle reden hebt om verdrietig te zijn. Zeker als je weet dat Jezus Christus voor al die zonden moest lijden en sterven. Toch wordt blijdschap genoemd als een vrucht van de Geest. Wie tot geloof komt zal een grote vreugde in zijn of haar leven ervaren. Deze blijdschap is niet zomaar oppervlakkige vrolijkheid, maar het is de diepe vreugde die voortkomt uit het besef dat je zonden door Christus vergeven zijn. Wereldse lol brengt je verder bij God vandaan. De blijdschap die de vrucht is van de Geest brengt je dichterbij God. De man die door Petrus wordt genezen gaat direct naar de tempel 'springende en lovende God.' Hij kan niet anders dan vol vreugde, de Heere loven. Die

blijdschap blijft niet onopgemerkt. Heel het volk ziet hoe deze man God looft en het brengt hen tot verwondering. De Heere vraagt ook van ons om die blijdschap uit te stralen. Anderen gaan dan zien hoe goed het is om God te dienen.

#### **Vrijdag – Vrede en geduld**

Lezen: Mat. 18:15-17 en 1 Thess. 5:13b-19

Zingen: Ps. 122:3

Twee andere vruchten die Paulus noemt zijn vrede en geduld (*lankmoedigheid*). Dit gaat over onze houding tegenover de naaste. De Heere wil niet dat we in haat en nijd met de ander leven. Binnen de vriendenkring, familie en gemeente wil God dat je er alles aan doet om de vrede te bewaren. Je kan dit doen door lankmoedig te zijn. Lankmoedig zijn betekent dat je niet direct terugslaat en wraak neemt, als iemand je wat aandoet. Je hebt geduld met de ander en vergeeft andermans zwakheden. Eigenlijk net zoals de Heere ook elke dag geduld heeft met jou. De Bijbel geeft veel praktische aanwijzingen over hoe je de vrede kan bewaren. Mattheüs 18 vers 15-17 geeft heel nauwkeurig aan welke stappen je moet zetten als iemand je kwaad aandoet. Handel hierna, elke keer als je ruzie hebt met iemand. Wees een vreedstichter en geen ruziezoeker. De moeder van Augustinus is een goed voorbeeld van een vreedstichter. Als zij wist van twee mensen die ruzie hadden, dan ging ze naar beiden toe. Ze vertelde bij beiden alleen maar goede dingen over de ander. Het gevolg was dat de ruziezoekers met andere ogen naar elkaar gingen kijken. Met wie moet jij vrede sluiten?

#### **Zaterdag – Goedertierenheid en goedheid**

Lezen: Hand. 4:32-37

Zingen: Ps. 26:3

De volgende vruchten die Paulus noemt zijn goedertierenheid en goedheid. Goedertierenheid is een belangrijk woord in de Bijbel. Heel vaak lees je over Gods goedertierenheid. Het woord wijst op Gods trouw, Gods genade en Gods vriendelijkheid. Hij is iemand op Wie je kunt rekenen, Die vol liefde naar jouw omziet en Die jouw zonden wil vergeven. Die vriendelijke, liefdevolle trouw vraagt God ook van jou. Goedertierenheid is direct verbonden met goedheid. Goedertierenheid is de houding van je hart. Goedheid heeft vooral te maken met de daden die uit het hart voortkomen. Goedertierenheid betekent dat je graag wilt dat het goed gaat met een ander. Goedheid betekent dat je ook in je daden het goede zoekt voor de ander. Wij zijn vaak op onszelf gericht en denken vooral aan onze eigen genoegens en pleziertjes. Goedertierenheid komt niet voort uit je eigen hart, maar het is een vrucht van de Geest. Als de Geest in je woont, verandert Hij je hart. In Handelingen 4 lees je waar dit toe kan leiden. De hele gemeente is eensgezind bijeen, alles wordt gedeeld en niemand heeft tekort. Wat heb jij over voor een ander?

#### **Zondag – Geloof en zachtmoedigheid**

Lezen: Mat. 18: 23-35

Zingen: Ps. 111:5

Twee andere vruchten die Paulus noemt zijn geloof en zachtmoedigheid. Met geloof wordt hier bedoeld dat je trouw bent en dat je anderen vertrouwt. Zachtmoedigheid mag je ook vertalen met vriendelijkheid. De Heere vraagt dat je te vertrouwen bent. Andere mensen moeten van je op aan kunnen. Je houdt je woord en doet je wat je belooft. Het betekent ook dat je ander vertrouwt. Je denkt positief van de ander en gaat zo lang mogelijk uit van het goede. Richting de ander ben je vriendelijk en geduldig. Zachtmoedigheid betekent ook mildheid richting de ander. Je weet dat jezelf ook niet perfect bent en ben bereid de fouten van anderen te vergeven. Net als al de andere vruchten van de Geest laat ook deze vrucht zien wie God Zelf is. God is Zelf zoals Hij jou vraagt om te zijn. De Heere is trouw aan Zijn Woord en is zachtmoedig en vriendelijk. God heeft veel geduld met een zondaar zoals jij. Elke keer komt Hij opnieuw met Zijn Woord. Elke keer opnieuw wil Hij de zonden vergeven en

genadig zijn. Wees niet als die onbarmhartige dienstknecht uit de gelijkenis. Vergeet nooit dat God jou veel meer heeft vergeven, dan jij ooit een ander kan vergeven.

### **Maandag – Matigheid**

Lezen: 1 Tim. 6:7-12

Zingen: Ps. 139:14

De laatste vrucht die Paulus noemt is matigheid. Dit betekent niet dat je niet mag genieten of heel sober moet leven. Met matigheid bedoelt Paulus bedachtzaamheid of zelfbeheersing. Het betekent dat je niet zomaar toegeeft aan allerlei verlangens en begeerten. In plaats daarvan laat je het licht van Gods Woord schijnen over de dingen die je doet. Er kunnen zondige verlangens in je hart heersen. De Heere wil dat je daar tegen vecht en er niet zomaar aan toegeeft. Bedachtzaamheid geldt ook in de omgang met de ander. Wie zich laat leiden door emoties en onbesuisd reageert, kan veel kapot maken. Net als veel andere vruchten gaat het ook hier om de houding van je hart. Je eigen hart is vaak het moeilijkste om te veranderen. Een gelovige zal zijn leven moeten strijden tegen de zondige verlangens. Als je dat in je eigen hart merkt, is het goed om weer even terug te gaan naar het begin. Matigheid is geen eigen prestatie, maar een vrucht van de Geest. In de strijd tegen de zonde sta je er niet alleen voor. De Heilige Geest wil jouw hart veranderen. Daar mag Hem om vragen. Zo blijf je altijd afhankelijk van Gods genade.