

INSTRUCTIE READER

Bekleed!

Hoe je de wapenrusting van God niet alleen aantrekt... maar aanhoudt.

Met proclamaties, stapjes, alarmpjes en safe zones.

Je gaat toch ook niet in je pyjama de deur uit

Je staat op. Je douchet. Je kleedt je aan. Je kijkt nog even in de spiegel of alles goed zit... en dan pas ga je de dag in. Niemand hoeft je dat te leren. Het is een gewoonte geworden, zo diep ingesleten dat je er niet eens meer over nadenkt.

En dan stap je de dag in. Geestelijk gezien in je pyjama.

Herkenbaar? Je bidt, je gelooft, je dient. Maar tegen tien zit dat ene mailtje in je hoofd. Om twaalf uur hoor je die stem weer: *je hoort er eigenlijk niet bij*. Om drie uur ben je moe, kort van lont en verder van God dan je aan het ontbijt was. Niet omdat je niets hebt. Maar omdat je het niet aan hebt.

De wapenrusting is geen sieraad voor bijzondere gelegenheden. Het is werkkleding. En werkkleding trek je iedere ochtend opnieuw aan.

En eigenlijk trek je hem 's avonds niet eens uit. Een soldaat in gevaarlijk gebied slaapt in zijn uitrusting. Houd hem aan, ook 's nachts... dan wordt het geen dun jasje dat je af en toe omslaat, maar een steeds sterkere en dikkere laag van Gods voorziening en Gods waarheid over je leven.

Ik heb dit zelf een aantal jaren gedaan. Gewoon een printje in mijn nachtkastje. Elke morgen even hardop lezen, op het randje van mijn bed. Eerst deze kleding aan... dan pas de rest.

En nu, na al die jaren, is het een onderdeel van mijn bewustzijn geworden. Ingesleten als een positief patroon in mijn leven, elke dag opnieuw.

ALBERT

Je bezit de wapenrusting.
De vraag is of je hem draagt.

Wat Paulus werkelijk zegt

Verder, mijn broeders, word gesterkt in de Heere en in de sterkte van Zijn macht. Bekleed u met de hele wapenrusting van God, opdat u stand kunt houden tegen de listige verleidingen van de duivel. Want wij hebben de strijd niet tegen vlees en bloed, maar tegen de overheden, tegen de machten, tegen de wereldbeheersers van de duisternis van dit tijdperk, tegen de geestelijke machten van het kwaad in de hemelse gewesten. Neem daarom de hele wapenrusting van God aan, opdat u weerstand kunt bieden op de dag van het kwaad, en na alles gedaan te hebben, stand kunt houden. Houd dan stand, uw middel omgord met de waarheid, en bekleed met het borstharnas van de gerechtigheid, en de voeten geschoeid met bereidheid van het Evangelie van de vrede. Neem bovenal het schild van het geloof op, waarmee u alle vurige pijlen van de boze zult kunnen uitblussen. En neem de helm van de zaligheid en het zwaard van de Geest, dat is Gods Woord, terwijl u bij elke gelegenheid met alle gebed en smeking bidt in de Geest en daarin waakzaam bent met alle volharding en smeking voor alle heiligen.

EFEZE 6:10-18

Let op de werkwoorden. Bekleed u. Neem aan. Houd stand. Neem op. Het zijn allemaal dingen die jij doet. God levert, jij bekleedt. Hij dwingt je niet in je uniform, Hij legt het klaar.

En let op wat er ontbreekt. Er staat geen enkel wapen voor de vlucht. Alles is bedoeld om te blijven staan, dáár waar je gezet bent. Niet in een klooster. Niet in een conferentiezaal. Op je werk, in je huis, in je huwelijk, in je wijk.

Maar bekleed u met de Heere Jezus Christus, en verzorg het vlees niet om begeerten op te wekken.

ROMEINEN 13:14

Want dat is het geheim onder alle zes de stukken... de wapenrusting is uiteindelijk een Persoon. Je trekt geen zes losse voorwerpen aan, je trekt Christus aan. En juist daarom is het geen prestatie, maar een gewoonte.

De zes stukken en hoe je ze ruimte geeft

Spreek de proclamatie hardop uit. Doe er één kleine handeling bij. Dat is alles. Kort, concreet, dagelijks.

Gordel van de Waarheid

Ik ben vrij van leugens, ik heb geen onbeleden zonden en ben omgord met de Waarheid van Christus.

RUIMTE GEVEN Wees vandaag over één ding volledig eerlijk. Tegen God, en waar het kan tegen een mens. Leugen leeft in het donker, waarheid leeft in het licht. Vraag jezelf bij het aankleden: waar houd ik iets op?

Harnas van de Gerechtigheid

Het oordeel is aan God. Ik mag vrij zijn door anderen te vergeven en vergeef ook mijzelf.

RUIMTE GEVEN Noem één naam hardop en zeg: ik laat je los, God is rechter, ik niet. Wie oordeelt, staat onbeschermd. Wie vergeeft, staat gepantserd.

Sandalen van het Evangelie

Ik verkondig, geleid door de Geest, in alle rust de allerbeste boodschap aan een wereld in nood.

RUIMTE GEVEN Bid bij je schoenen: Heer, breng vandaag één iemand op mijn pad. En dan... niet duwen, niet forceren. Rust is het schoeisel. Wie gehaast is, glijdt uit.

De zes stukken, vervolg

Schild van Geloof

Ik vertrouw in alles op mijn Vader die alles doet medewerken ten goede.

RUIMTE GEVEN Zodra er een brandende pijl komt, een gedachte, een angst, een opmerking... til het schild op met één zin: Vader, U werkt dit ten goede. Niet wegduwen, doven.

Helm van Verlossing

Ik ben verlost en als een Heilig God naar mij kijkt ziet Hij Zijn Zoon. Dus ik mag altijd bij Hem komen. Met al mijn missers, falen en fouten. Niets kan mij scheiden van de Liefde van Christus.

RUIMTE GEVEN De helm beschermt je denken over jezelf. Kijk in de spiegel en zeg het hardop. Niet omdat je het voelt, maar omdat het waar is. Voelen komt achter waarheid aan, nooit andersom.

Zwaard van de Geest

Ik weet Gods Woorden te hanteren, om aanvallen af te slaan en vijandelijk gebied te veroveren, omdat de Heilige Geest in mij de woorden levend maakt.

RUIMTE GEVEN Leer deze week één vers uit je hoofd. Eén. Een zwaard dat je moet opzoeken, ligt in de kast. Een zwaard dat in je zit, ligt in je hand.

Gebed is de olie

Paulus stopt niet bij het zwaard. Hij gaat door: *terwijl u bij elke gelegenheid met alle gebed en smeking bidt in de Geest*. Geen zevende stuk, maar de olie over alle zes. Zonder olie gaat metaal roesten. Zonder gebed wordt je wapenrusting een verzameling waarheden waar je niets meer mee doet.

Bij elke gelegenheid. Dat is niet één keer een uur, dat is de hele dag een minuut. In de auto. Tussen twee afspraken. Terwijl de computer opstart. Bidden in de Geest is geen bijzondere prestatie, het is ademen terwijl je werkt.

Een wapenrusting zonder gebed
is een harnas zonder soldaat.

De 60 seconden aan het begin van je dag

1. Sta stil, voeten op de grond, handen open.
2. Spreek de zes proclamaties hardop uit. Dat kost je vijftig seconden.
3. Sluit af met: Heilige Geest, U gaat vandaag voor mij uit. Ik houd stand.

Doe het bij je koffiezetapparaat, in de douche, of terwijl je je schoenen strikt. Koppel het aan iets wat je tóch al doet. Zo wordt het geen extra taak op je lijstje, maar een laag over je bestaande dag.

Alarmpjes in je telefoon

Je telefoon herinnert je aan tandartsafspraken en verjaardagen. Laat hem je ook herinneren aan wie je bent. Zet zes alarmen, kort en op trilstand.

TIJD	LABEL	WAT JE DOET IN TIEN SECONDEN
06:45	Gordel	Waar houd ik iets op? Belijden, klaar.
09:30	Harnas	Wie moet ik loslaten? Naam noemen, vergeven.
12:00	Sandalen	Heer, wie brengt U vanmiddag op mijn pad?
15:00	Schild	De dip. U werkt alles ten goede. Schild omhoog.
17:30	Helm	U ziet Uw Zoon als U naar mij kijkt.
21:30	Zwaard	Eén vers hardop, de nacht in.

Zo houd je het vol

- Zet ze op de tijden van j  uw dag, niet van deze lijst. Drie alarmen die afgaan zijn beter dan zes die je wegdrukt.
- Gebruik zes verschillende geluidjes of trilpatronen. Na een week weet je zonder kijken welk stuk het is.
- Zet als achtergrond van je telefoon één zin: *Ik houd stand*. Je kijkt er honderd keer per dag naar.
- Wegdrukken mag. Maar druk niet weg zonder één zin te bidden. Vijf seconden telt.

Safe zones op je werk

Je kunt op kantoor niet elk moment hardop gaan bidden bij de koffieautomaat. Dat hoeft ook niet. Wat je wel kunt: kleine plekken en momenten aanwijzen die van God zijn. Onzichtbaar voor iedereen, glashelder voor jou.

Vier zones om vandaag aan te wijzen

ZONE	WAT JE DAAR DOET
De drempel de deur, het hek, de parkeerplaats	Voor je naar binnen gaat: hier ga ik bekleed naar binnen. Ik neem geen strijd mee naar buiten, ik neem geen thuis mee naar binnen.
Het anker een voorwerp op je bureau	Een steentje, een kaartje, een plantje. Alleen jij weet waarom het er staat. Elke keer dat je oog erop valt: Vader, U bent hier.
De reset auto, lift, trap, toilet, wandeling	Zestig seconden tussen twee afspraken. Uitademen, één proclamatie, verder.
De stille stoel vergaderkamer, kantine, buitenbankje	Vaste plek, vaste tijd, bijvoorbeeld het eerste kwartier van je pauze. Woord open, telefoon dicht.

En de mensen dan

Bedenk eens met wie je dit samen zou kunnen doen. Een collega, een vriend, je partner, iemand uit je kring. Iemand die weet dat jij je 's ochtends bekleedt, en die je af en toe even checkt. Drie woorden zijn genoeg: stond je vandaag?

Want zo werkt het in een leger. Een soldaat kijkt nooit alleen naar zijn eigen uitrusting. Hij let op de man naast hem. Hij ziet het riempje dat losschiet, hij ziet de vermoeidheid in de ogen, hij tikt op een schouder voordat er iets misgaat. Zo houd je samen stand... en dat is precies waar Paulus eindigt, met smeking voor alle heiligen.

Wie alleen strijdt, valt zelden door de vijand. Meestal door de stilte.

Zeven dagen, zeven stapjes

Niet alles tegelijk. Eén laag per dag, en aan het eind van de week draag je het hele stel.

DAG	STAPJE
Dag 1	Zet je zes alarmen. Nu, niet straks.
Dag 2	Gordel. Belijd één ding waar je omheen liep.
Dag 3	Harnas. Noem één naam en laat los.
Dag 4	Sandalen. Wijs je drempel aan en bid daar.
Dag 5	Schild. Vang elke pijl vandaag met één zin op.
Dag 6	Helm. Spreek de proclamatie hardop voor de spiegel.
Dag 7	Zwaard. Ken je vers uit je hoofd. Vraag iemand je te overhoren.

En dan begin je opnieuw. Niet omdat het niet gelukt is... maar omdat het werkt.

Bekleed je nu

Wacht niet tot morgenochtend. Sta op, adem uit, en spreek het hardop uit. Hardop, want je eigen oren moeten horen wat je gelooft.

Gebed om te bekleden

Vader, ik kom niet ongewapend deze dag in. Ik bekleed mij met U.

Ik omgord mij met waarheid, ik heb niets te verbergen. Ik trek het harnas van Uw gerechtigheid aan, want U bent de rechter en ik niet. Ik schoei mijn voeten met vrede en ga rustig, niet gejaagd. Ik neem het schild van geloof op tegen elke brandende pijl. Ik zet de helm op, want als U naar mij kijkt ziet U Uw Zoon. Ik neem het zwaard van de Geest ter hand, Uw Woord in mijn mond.

Heilige Geest, giet Uw olie over dit alles heen. Leer mij bidden bij elke gelegenheid, waakzaam en volhardend, ook voor alle heiligen om mij heen. In de Naam van Jezus... ik houd stand. Amen.

Je hoeft de strijd niet te winnen.
Die is gewonnen.
Jij hoeft alleen aangekleed te blijven staan.

Slotwoord



Je hebt deze pagina's niet gelezen om meer te weten. Je hebt ze gelezen om anders te gaan staan. Begin klein. Zes zinnen, zes alarmen, één plek op je werk die van God is. Meer is het niet... en meer heb je ook niet nodig.

Wij bidden dat je morgenochtend opstaat en je aankleedt. Van binnen naar buiten. En dat je aan het eind van de dag mag zeggen: ik stond er nog.

Albert & Michelle van der Heide

Een woord over deze reader

Deze reader geven we gratis weg, omdat we geloven dat goed onderwijs voor iedereen beschikbaar moet zijn. Albert en Michelle leven grotendeels van giften en bouwen vanuit die vrijheid aan materialen als dit.

Word jij blij van wat je hebt ontvangen? Dan mag je dat laten zien door een gift. Niet omdat het moet. Alleen als je er echt blij van wordt.

Giften zijn aftrekbaar van de belasting (ANBI-status).



Scan om te geven

albertenmichelle.nl/gb

Geven via: albertenmichelle.nl/gb

Albert & Michelle van der Heide · I AM School of Revival