

IBB



DE

# ZALIGSPREKINGEN

JE HOEFT **NIET BOOS** MEER TE ZIJN!



studiegid

DR. KEN CURTIS

Studiegids bij de Zaligspreekingen





# DE ZALIGSPREKINGEN

**JE HOEFT NIET BOOS MEER TE ZIJN!**



# De Zaligsprekingen

## JE HOEFT NIET BOOS MEER TE ZIJN

*Overdenkingen bij verzen uit de Bergrede van Jezus voor mensen die een ingrijpende gebeurtenis doormaken*



Een aanvulling op de dvd,  
bedoeld voor individueel of groepsgebruik

© 2015 Internationale Bijbelbond, Amerongen

Geschreven door dr. Ken Curtis

in samenwerking met Christian History Institute en Vision Video

**Vertaling** Quartel Media, Rita Quartel

**Eindredactie** Annette Doggen

**Vormgeving**  StudioFrisk.nl \* Wendy de Kruijff

De bijbeltekst in deze uitgave is, tenzij anders vermeld, ontleend aan de Nieuwe Bijbelvertaling, © Nederlands Bijbelgenootschap 2004/2007



### Internationale Bijbelbond

Postbus 91 | 3958 ZV Amerongen

**E** info@ibb.nu | **I** www.ibb.nu



### NEEMA Media

**E** info@neemamedia.nl

**I** www.neemamedia.nl



### Quartel Media

**E** info@quartelmedia.nl

**I** www.quartelmedia.nl



JE HOEFT NIET BOOS MEER TE ZIJN!

# Inhoud

Welkom	6
Praktische suggesties voor het omgaan met ingrijpende gebeurtenissen	8
Suggesties voor gebruik van het studiemateriaal	11
1. Introductie	12
2. Gelukkig wie nederig van hart zijn	14
3. Gelukkig de treurenden	16
4. Gelukkig de zachtmoedigen	18
5. Gelukkig wie hongeren en dorsten naar gerechtigheid	20
6. Gelukkig de barmhartigen	22
7. Gelukkig wie zuiver van hart zijn	24
8. Gelukkig de vreedstichters	26
9. Gelukkig wie vanwege de gerechtigheid vervolgd worden	29
10. De zegen uitdelen	32
Gebed	34
De Zaligsprekingen	35
Nog meer mogelijkheden	36



# Welkom

DOOR PRESENTATOR DR. KEN CURTIS



Wanneer we geconfronteerd worden met ingrijpende gebeurtenissen, zijn er diverse reacties mogelijk. De een zal angstig zijn, de ander zich eenzaam voelen en een derde is misschien wel erg kwaad. Ons leven staat op z'n kop en niets is nog zoals het was. We willen graag terug naar de

normale gang van zaken maar zijn tegelijkertijd bang dat dit nooit meer het geval zal zijn. We weten niet zo goed wat we met de situatie aan moeten. Tijdens mijn eigen ziekte in de afgelopen jaren heb ik altijd weer troost gevonden in de Bijbel. Het is mijn gebed dat de Zaligsprekingen brengen wat ze beloven: 'Gelukkig zijn zij die...'. Ze hebben de belofte in zich dat ook door stormen heen het goede ons wacht!

De Zaligsprekingen is de derde serie studies op rij (na Psalm 23 en Het Onze Vader), gemaakt met het oog op diegenen die geconfronteerd worden met ingrijpende gebeurtenissen, zoals bijvoorbeeld kanker. Net als in de twee voorgaande series gaan we ook nu in de Bijbel op zoek naar woorden van troost en bemoediging. De woorden uit Matteüs 5 zijn kort, vertrouwd en misschien zelfs wel erg simpel. Maar als we de betekenis ervan op ons laten inwerken, ontdekken we een rijke inhoud en troost voor onze crises en tegenslagen.

6

Ik kreeg te maken met kanker en deze ziekte roept uiteenlopende reacties op. Sommige patiënten hebben in de allereerste plaats behoefte aan directe verlichting van lichamelijk ongemak en pijn. Bij anderen brengt de schokkende ontdekking dat ze kanker hebben lang begraven emotionele beschadigingen naar boven.



JE HOEFT **NIET BOOS** MEER TE ZIJN!



Weer anderen voelen het gewicht van de dagelijkse verantwoordelijkheden extra op zich drukken terwijl ze zich afvragen wie hun taken kan overnemen als ze er zelf niet meer toe in staat zijn. Bij velen zijn financiële zaken een onvermijdelijke bron van zorg. Anderen komen in een geestelijke crisis terecht; ze vragen zich af of hun geloof hen zal kunnen dragen. Er zijn ook mensen die zich afvragen of de Heer zich wel zal laten vinden, omdat ze eerder nooit veel aan het geloof gedaan hebben.

Bij de voorbereidingen moest ik ook in gedachten houden dat ziekte en andere ingrijpende gebeurtenissen vaak niet alleen het individu treffen. Hele gezinnen worden erdoor getroffen. De gehele directe kring van familieleden en geliefden moet leren omgaan met de ziekte of gebeurtenis. Dit boekje wordt dan ook zeker zo vaak door familie en vrienden gebruikt als door degene die zelf een crisis doormaakt.

Ik raad je aan om er de tijd voor te nemen. Doe niet meer dan één sessie per dag zodat de inhoud goed tot je doordringt. Laat de rijkdom van dit bijbelgedeelte tot je spreken. Je zult daardoor zeer waarschijnlijk op een nieuwe manier naar de omstandigheden gaan kijken, waardoor deze studietijd van grote persoonlijke waarde zal kunnen zijn.

**Dr. Ken Curtis was pastor, filmmaker en historicus. Hij was de oprichter en directeur van Gateway Films/Vision Video en het Christian History Institute. Hij heeft onder meer de film 'Het Kruis in de Asfaltjungle' over het leven van Nicky Cruz geproduceerd.**

**Op 2 januari 2011 is hij op 71-jarige leeftijd overleden aan de gevolgen van longkanker.**

# Praktische suggesties

## VOOR HET OMGAAN MET INGRIJPENDE GEBEURTENISSEN

### **Accepteer en waardeer de steun van anderen**

Er zullen familieleden en vrienden zijn die je graag willen helpen. Hun liefde en ondersteuning zullen een belangrijke bron van kracht zijn, ook al word je misschien in eerste instantie belemmerd door twijfel en schaamte. Een vriendin gaf mij een waarschuwing die ik hard nodig had toen zij over mijn diagnose hoorde. Deze vrouw wist van mijn drukke bestaan en dat ik opgeslokt werd door mijn werk. Ze was bot: 'Je staat nu op een punt in je leven waar je wat veranderingen moet aanbrengen. Je moet veel meer aandacht aan jezelf gaan besteden en je concentreren op je herstel.' Dit advies hielp mij om mezelf toe te staan de aandacht te richten op het omgaan met de ziekte en anderen toe te staan een deel van mijn verantwoordelijkheden op het werk en thuis over te nemen. Ik ben de tijd en energie die zij me hebben geschonken gaan zien als een tastbare uitdrukking van hun zorg en liefde, een zegen van ongekennde waarde.

### **Versterk je gebedsleven**

Dit is bij het uitstek het moment om meer tijd in gebed te gaan doorbrengen. Begin met het bidden van Het Onze Vader, een gebed dat je waarschijnlijk al vele malen gebeden hebt. Gebruik dit gebed als vertrekpunt om je vervolgens in je eigen woorden uit te strekken naar God. Je zult ontdekken dat bij elke nieuwe uitdaging de kracht en troost toegenomen zijn.







### **Muziek kan helpen**

Muziek heeft altijd een bijzondere uitwerking op onze emoties. Zelf word ik vaak erg bemoedigd door muziek die gebaseerd is op bijbelteksten. Luister naar verschillende muziekstijlen en zoek die muziek uit die bij je past. De juiste muziek troost en brengt rust en vrede in je hart.

### **Houd een dagboek bij**

Toen er bij mij voor het eerst kanker werd ontdekt, gaf een goede vriend mij deze raad: schrijf alles nauwkeurig op! Ik besepte toen nog niet hoe wijs dit advies was. Maar ik ben het persoonlijke verslag van mijn reis door de verwarrende wereld van de kanker enorm gaan waarderen. Het bijhouden van een logboek met alle gebeurtenissen en mijn reacties daarop is van onschatbare waarde gebleken. Kanker kan verwoestend zijn. Er is geen manier om de klap te verzachten. Datzelfde geldt bijvoorbeeld voor het verlies van een geliefde, bij een scheiding, bij het verlies van een bedrijf of een baan, bij een chronische ziekte of handicap en andere ingrijpende gebeurtenissen. Het zijn als het ware ongewenste indringers die in aanzienlijke mate de rest van je leven kunnen bepalen. Dingen worden anders. Je wordt zelf anders, hoe dan ook. Je hebt geen keus. Maar tot op zekere hoogte kunnen we wel kiezen hoe wij veranderen, hoe we reageren op de veranderingen waarover we geen controle hebben en hoe we grip krijgen op de veranderingen die wel beïnvloedbaar zijn. Het kan heel belangrijk voor je zijn om terug te kunnen grijpen op je aantekeningen of je eigen ervaringen in kaart te brengen. Je zult nieuwe kracht ontvangen als je ziet hoe je intimiderende wendingen en angstige momenten hebt overleefd. Het zal je kracht geven voor de toekomst.

### Wees goed voor jezelf

Mijn diagnose gaf mij het verlangen om zo goed mogelijk voor mezelf te zorgen. Het was niet gemakkelijk om gewoonten die ik in mijn hele leven had opgebouwd te veranderen. Maar de resultaten zijn zeer positief. Ik merk dat ik de meeste dagen nu met extra energie en kracht tegemoet kan zien. Voor zover je het nog niet gedaan hebt, raad ik je aan zoveel mogelijk te weten te komen over gezonde voeding en lichamelijke oefening in jouw specifieke toestand. Zet dan je kennis om in actie. Je lichaam zal je bedanken door meer energie te leveren en je zult de voordelen genieten van een sterker immuunsysteem en een positievere geest.



JE HOEFT **NIET BOOS** MEER TE ZIJN!

# Suggesties

## VOOR GEBRUIK VAN HET STUDIEMATERIAAL



### Individueel

Je kunt de studies en de dvd voor jezelf doornemen, bekijken en overdenken. Of samen met je partner, een familielid of vriend(in). Misschien ben je niet zo bekend met de Bijbel, of bezoek je geen kerk, en heb je wel vragen. Je kunt altijd contact zoeken met een kerk, telefonisch of via e-mail, of een bijeenkomst bezoeken. Je kunt ook contact opnemen met één van de uitgevers van dit materiaal om je te helpen zoeken naar een kerk bij je in de buurt. Het 'Leesrooster voor de week' is bedoeld voor dagelijks en persoonlijk bijbellezen. De bijbelteksten passen bij het thema van die week.

### In een groep

Het studiemateriaal en de dvd zijn heel geschikt om te gebruiken in een gespreksgroep voor 13 bijeenkomsten. Dat kan een bijbelkring in de kerk zijn, een gespreksgroep binnen het pastoraat, of groepje vrienden en familieleden.

### Een mogelijke invulling van de bijeenkomst:

- Een bijeenkomst kun je beginnen met gebed, een lied en een welkom. *08 min.*
- Daarna lees je de inleiding en kun je met elkaar praten over de openingsvragen. *15 min.*
- Bekijk het filmfragment van de dvd. *08 min.*
- Bespreek de bijbehorende vragen. *20 min.*
- Bekijk het onderdeel 'Om over na te denken en te doen' en spreek af wat daarvan eventueel gezamenlijk gedaan wordt. *04 min.*
- Afsluiting met gebed of een lied. *05 min.*

# 1. Introductie

De Zaligsprekingen zijn Jezus' introductie van de Bergrede. Ze worden gezien als een aantal van de belangrijkste woorden die ooit zijn gesproken en beloven zegen door moeilijke tijden heen. Voor iedereen die geconfronteerd wordt met ingrijpende gebeurtenissen in zijn of haar leven, nodigen de Zaligsprekingen uit om zegen te vinden te midden van gebrokenheid.

## Bekijk het dvd-fragment (hoofdstuk 1 - Introductie)

- Welke van de Zaligsprekingen sprak je het meest aan en waarom?
- Wat viel je op bij het bekijken van dit dvd-fragment?
- De diagnose kanker kan gebrokenheid in ons leven met zich meebrengen. Ken noemt een aantal negatieve gevolgen van kanker. Herken je een of meer van deze gevolgen?
- Ken spreekt over het vinden van geluk te midden van gebrokenheid. Is dat ook jouw ervaring?
- Ken zelf voelt zich enorm bemoedigd en gezegend door de Zaligsprekingen. Wat hoop jij te 'winnen' door met deze oude woorden van zegen aan de slag te gaan?

## Bijbehorende bijbelteksten

Want de HEER, jullie God, heeft jullie gezegend in alles wat je ondernomen hebt. Hij heeft op heel die tocht door de grote woestijn over je gewaakt. (*Deuteronomium 2:7a*)

Ik zal water uitgieten op dorstige grond, waterstromen over het droge land. Ik zal mijn geest uitgieten over je nazaten en mijn zegen over je telgen. (*Jesaja 44:3*)





### **Om over na te denken en te doen**

Lees de Zaligsprekingen, zoals opgeschreven in Matteüs 5:1-11. Laat de woorden en beelden tot je spreken en op je ervaringen inspelen. Neem de tijd om te ontdekken welke van de acht Zaligsprekingen op dit moment het meest voor jou betekent.

### **Leesrooster voor de week**

Deze week kun je een aantal bemoedigende en troostende teksten uit de Bijbel lezen.

- Dag 1** Jeremia 29:8-14
- Dag 2** Psalm 42
- Dag 3** Habakuk 3:17-19
- Dag 4** Romeinen 8:18-30
- Dag 5** Psalm 34

Lees ook 1 Koningen 19:1-9 over hoe de Heer de moegestreden profeet Elia bemoedigt en versterkt.

## 2. Gelukkig wie nederig van hart zijn want voor hen is het koninkrijk van de hemel

### ZALIG ZIJN DE ARMEN VAN GEEST, WANT VAN HEN IS HET KONINKRIJK DER HEMELEN

Als we onze trots opzij kunnen zetten en er ruimte komt voor nederigheid, zijn we klaar om de mooiste gaven van Gods koninkrijk te omarmen.

- Lees de eerste Zaligspreking. Waar denk je aan bij de woorden 'nederig van hart'?
- Waar ben je trots op in je eigen leven? Beschrijf wat je voelt als je daaraan denkt.
- Wellicht heb je ook tijden gekend dat je je geestelijk en emotioneel uitgeput voelde. Denk daar over na.
- In het dvd-fragment bezoeken we de Dode Zee. Op het eerste gezicht is het niet meer dan 'dood' water dat niet geschikt is om het leven te voeden. Maar zoals we al snel zullen ontdekken, heeft de Dode Zee verrassende schatten in zich. Schatten die andere zeeën ons niet kunnen bieden.

#### Bekijk het dvd-fragment (hoofdstuk 2)

- Beschrijf in je eigen woorden wat het betekent om 'nederig van hart' te zijn. Heeft je ziekte of een andere ingrijpende gebeurtenis je nederiger gemaakt?
- Ken vertelt dat hij het erg moeilijk vond om de diagnose kanker te krijgen en vooral ook het advies om orde op zaken te stellen. Herken je het gevoel van 'gevangen zitten achter een glazen wand'?
- Op welke manier is de Dode Zee een passende metafoor voor jouw ervaring met kanker of een andere ingrijpende gebeurtenis?



JE HOEFT NIET BOOS MEER TE ZIJN!

- Ken ontdekte dat de Dode Zee veel meer te bieden heeft dan het op het eerste gezicht lijkt. Kun je daar iets mee in je eigen situatie?
- Vaak zien we God het best en waarderen we zijn grootheid het meest als we op een dieptepunt in ons leven zijn. Hoe zou dat komen?
- De ‘nederigen van hart’ krijgen de belofte van het koninkrijk van de hemel! Lukt het jou om de situatie waarin je je nu bevindt te zien als een zegen waaruit iets moois zal voortkomen?



### **Bijbehorende bijbeltekst**

De een doet zich rijk voor terwijl hij niets bezit, de ander doet of hij arm is terwijl hij een vermogen heeft. (*Spreuken 13:7*)

### **Om over na te denken en te doen**

Denk na over de manieren waarop je – te midden van de storm(en) in je leven – gezegend bent. Wees specifiek. Neem ook de tijd om ook negatieve ervaringen te noemen. Denk na over de manier waarop de realiteit van hoogte- en dieptepunten je dichter bij Gods koninkrijk zouden kunnen brengen.

### **Leesrooster voor de week**

De teksten die je deze week kunt lezen gaan over nederigheid en het koninkrijk van de hemel.

<b>Dag 1</b>	<b>Psalm 89 (vers 27!)</b>
<b>Dag 2</b>	<b>Jesaja 9:5</b>
<b>Dag 3</b>	<b>Jesaja 63:7-19</b>
<b>Dag 4</b>	<b>Johannes 14:1-31</b>
<b>Dag 5</b>	<b>Galaten 4:1-7</b>

Lees ook de teksten Matteüs 23:1-12 en Jakobus 4:1-10 over een nederige levenswandel.

# 3. Gelukkig de treurenden want zij zullen getroost worden

## ZALIG ZIJN ZIJ DIE TREUREN, WANT ZIJ ZULLEN VERTROOST WORDEN

Treuren (rouwen) is een teken van onze menselijkheid en het met anderen verbonden zijn. Als we treuren om diegene of datgene wie/wat we verloren hebben, stellen we ons open voor de mogelijkheid om getroost te worden.

Probeer de volgende vragen zo eerlijk mogelijk te beantwoorden.

- Lees de tweede Zaligspreking. We zitten er eigenlijk nooit op te wachten om te treuren/rouwen maar toch is het een noodzakelijke stap tijdens perioden van verlies. Waarom?
- Kun je een beschrijving geven van de meest verlaten plek op aarde die je ooit bezocht hebt? Waar was het en hoe voelde dat?
- Beschrijf, denkend aan kanker of een andere ingrijpende gebeurtenis, je ervaring met het je verlaten voelen.

### Bekijk het dvd-fragment (hoofdstuk 3)

- Beschrijf de Berg van de Verzoeking, de plek waar dit dvd-fragment is opgenomen. Waarom is dit een passende metafoor voor jouw situatie?
- Treuren wordt beschreven als ons antwoord op een verlies. Als we denken aan kanker gaat het om het verlies van onze gezondheid. Ken vertelt dat het voor hem steeds moeilijker werd om te zwemmen. Heb jij ook een concreet voorbeeld van een fysieke beperking als gevolg van je ziekte? Of van een andere beperking in je mogelijkheden als gevolg van een ingrijpende gebeurtenis?
- Ken beschrijft het verband tussen fysieke, emotionele en geestelijke pijn. Heb jij dat ook als zodanig ervaren en zo ja, hoe?



JE HOEFT NIET BOOS MEER TE ZIJN!



- Door oprecht te treuren, kunnen we het verleden loslaten en wat ons te wachten staat, accepteren of zelfs omarmen. Door dit proces heen zullen we troost vinden. Kun je iets delen van een periode van treuren en getroost worden?
- Heb jij heel persoonlijk de heilige Geest als trooster ervaren in tijden van moeite?
- Midden in de woestijn vinden we stromend water. Op welke manier heb jij de nieuwe realiteit geaccepteerd en een onverwachte zegen ervaren?



### **Bijbehorende bijbelteksten**

Om aan Sions treurenden te schenken een kroon op hun hoofd in plaats van stof, vreugdeolie in plaats van een rouwgewaad, feestkledij in plaats van verslagenheid. Men noemt hen 'Terebinten van gerechtigheid', geplant door de HEER als teken van zijn luister. (*Jesaja 61:3*)

Meisjes dansen vrolijk in de rei, jongens en grijsaards dansen mee. Hun rouw verander ik in vreugde, ik troost hen, hun verdriet vergeten zij. (*Jeremia 31:13*)

### **Om over na te denken en te doen**

Neem de tijd om na te denken over verliezen die je geleden hebt. Treur om elk verlies afzonderlijk. Probeer het daarna los te laten. Accepteer dat je situatie veranderd is en omhels de troost van de heilige Geest.

### **Leesrooster voor de week**

Lees deze week over de troost die God aan zijn kinderen geeft.

**Dag 1** Psalm 56

**Dag 2** Nehemia 8:1-12

**Dag 3** Job 16:1-22

**Dag 4** 1 Tessalonicenzen 4:13-18

**Dag 5** Openbaring 21:1-7

Lees ook de geschiedenis over het verdriet van Hanna uit 1 Samuel 1:1-20 of de geschiedenis van Hizkia's ziekte en genezing in 2 Koningen 20:1-6.

## 4. Gelukkig de zachtmoedigen want zij zullen het land bezitten

### ZALIG ZIJN DE ZACHTMOEDIGEN, WANT ZIJ ZULLEN DE AARDE BEËRVEN

Zachtmoedig is niet hetzelfde als zwak. Jezus laat ons zien dat echte zachtmoedigheid juist een teken van kracht is, als we ervoor kiezen de weg te gaan die Hij voor ons bereid heeft.

- Waar denk je aan bij de term 'zachtmoedig'? Ervaar je het als positief of negatief?
- Wat zou het tegenovergestelde van 'zwak' zijn?
- Is er een periode geweest waarin je je erg zwak voelde gedurende je ziekte of andere ingrijpende situatie? Dit kan zowel fysiek, emotioneel als geestelijk zijn.
- In het dvd-fragment denken we na over zachtmoedigheid als het ook te maken heeft met een bekend beeld: het juk.

#### Bekijk het dvd-fragment (hoofdstuk 4)

- Heeft het dvd-fragment je mening veranderd over wat het betekent om zachtmoedig te zijn? Waarin verschilt zachtmoedigheid van zwakheid?
- Wat is een juk en waarvoor is het bedoeld?
- Als twee dieren door een juk aan elkaar verbonden zijn, hebben ze een gezamenlijk doel. Ken legt uit dat we eigenlijk allemaal een soort juk dragen. Het is aan ons om te kiezen welk juk. Kun je vertellen wat jouw juk is geweest in de afgelopen periode? Het zou angst, pijn, boosheid of verdriet kunnen zijn.
- Kun je omschrijven welk juk Jezus ons aanbiedt? Hoe komt het dat zijn juk anders is dan het juk dat we zelf vaak (zouden) kiezen?



JE HOEFT **NIET BOOS** MEER TE ZIJN!

- Welke relatie bestaat er tussen zachtmoedigheid en onze bereidheid een juk op ons te nemen?
- Als we zachtmoedig durven zijn en ons het juk van Jezus durven laten opleggen, ervaren we dat onze last lichter wordt. Toch aarzelen we. Wat houdt ons tegen?



### **Bijbehorende bijbelteksten**

Wie nederig zijn, zullen het land bezitten en gelukkig leven in overvloed en vrede. (*Psalm 37:11*)

Neem mijn juk op je en leer van mij, want ik ben zachtmoedig en nederig van hart. Dan zullen jullie werkelijk rust vinden. (*Matteüs 11:29*)

### **Om over na te denken en te doen**

Denk na over de momenten dat je je zwak of verslagen voelde. Kies ervoor om je zwakheid om te zetten naar zachtmoedigheid en afhankelijkheid van de Heer. Houd vast aan zijn beloften en laat deze beloften je troosten, ook als je de nodige rust neemt.

### **Leesrooster voor de week**

De teksten die je deze week kunt lezen gaan over zachtmoedigheid en sterk zijn in zwakheid.

**Dag 1** 2 Korintiërs 12:6-10

**Dag 2** 1 Korintiërs 1:26-31

**Dag 3** 1 Timoteüs 6:11-16

**Dag 4** Galaten 5:13-23

**Dag 5** Jakobus 3:13-18

Over Mozes zegt de Bijbel dat hij een zeer zachtmoedige man was (Numeri 12:3 HSV). Lees de geschiedenis van 'Mirjam met melaatsheid gestraft' uit Numeri 12 waarin dit gezegd wordt.

# 5. Gelukkig wie hongeren en dorsten naar gerechtigheid, want zij zullen verzadigd worden

## ZALIG ZIJN ZIJ DIE HONGEREN EN DORSTEN NAAR DE GERECHTIGHEID, WANT ZIJ ZULLEN VERZADIGD WORDEN

Als we ons hart afstemmen op de wil van God, kunnen we de ware vervulling van ons leven vinden.

- In onze samenleving kennen de meeste mensen geen echte honger. Over het algemeen gesproken hebben we elke dag genoeg te eten. Het gevoel dat wij vaak als ‘honger’ bestempelen, zal door anderen in minder gelukkige omstandigheden nog altijd als ‘welgevoed’ worden benoemd. Is er een moment geweest in je leven dat je echt honger hebt gehad? Zo ja, beschrijf deze ervaring.
- In dit hoofdstuk denken we na over de betekenis van ‘hongeren en dorsten naar gerechtigheid’ of wel een hart naar Gods wil. We reizen naar Qumran, waar de Dode Zeerollen verborgen lagen, veilig weggeborgen in een grot in een verlaten woestijn voor meer dan 2000 jaar.

### Bekijk het dvd-fragment (hoofdstuk 5)

- Ken heeft het over een geestelijke honger die erg heftig kan zijn en lijkt op een periode van op de proef gesteld worden. Herken je dat?
- De echte honger naar God kan pijnlijk zijn, vooral ook als we bang zijn dat Hij ver weg is. Hoe kan dit intense verlangen naar God uiteindelijk toch tot zegen worden? Hoe zou je leven er uitzien als de honger naar gerechtigheid gestild wordt, zoals deze Zaligspreking ook belooft?



JE HOEFT NIET BOOS MEER TE ZIJN!

- Dr. Balducci benadrukt dat elke persoon een unieke roeping heeft. Als we aan die roeping gehoor geven, zal ons leven van echte betekenis zijn en ons een ongekende vrede geven. Geloof je dat ook jij een unieke roeping hebt en zo ja, wat is deze roeping?



### **Bijbehorende bijbelteksten**

Als je erom vraagt de dingen te begrijpen, roept om scherpzinnigheid, ernaar zoekt als was het zilver, ernaar speurt als naar een verborgen schat – dan zul je ontdekken wat ontzag voor de HEER is, dan zul je kennis van God verwerven. (*Spreuken 2:3-5*)

Gelukkig jullie die honger hebben, want je zult verzadigd worden. Gelukkig wie nu huilt, want je zult weer lachen. (*Lucas 6:21*)

### **Om over na te denken en te doen**

Denk na over je eigen, unieke situatie. Ga aan de slag met je persoonlijke honger naar God. Denk erover na en zoek zijn wil voor je leven. Als je gehoorzaam wilt zijn waar Hij je roept, zul je ontdekken dat je diepste verlangens bevredigd zullen worden.

### **Leesrooster voor de week**

De teksten die je deze week kunt lezen gaan over gerechtigheid en over de verlangens van je hart.

**Dag 1** Psalm 37

**Dag 2** Psalm 119:40, 123, 142

**Dag 3** Matteüs 6:31-34

**Dag 4** Romeinen 4:1-25

**Dag 5** Psalm 84

Lees in deze context ook Jesaja 55 over een nieuw verbond waarin alle honger wordt gestild en dorst wordt gelest.

## 6. Gelukkig de barmhartigen, want zij zullen barmhartigheid ondervinden

### ZALIG ZIJN DE BARMHARTIGEN, WANT AAN HEN ZAL BARMHARTIGHEID BEWEZEN WORDEN

Als we genade ontvangen en aan anderen laten zien, zullen we op een bijzondere manier ‘vernieuwd’ worden.

- Lees het bekende verhaal van de Barmhartige Samaritaan (Lucas 10:25-37).
- Met wie uit het verhaal kun jij je het meest identificeren? De gewonde man, een van de twee mannen die de gewonde man laten liggen, de Samaritaan die voor hem zorgt of de man die goede vragen stelt over het eeuwige leven?
- Beschrijf een periode of moment in je leven dat het voelde alsof jij op die eenzame weg richting Jericho liep.
- Het ‘concept’ van de Barmhartige Samaritaan leeft nog steeds! Er is een organisatie met de naam ‘Good Samaritan’, een ‘Good Samaritan’ Facebookgroep en zelfs een film: ‘Pay it forward’, die goede daden aanmoedigt. Heb jij ook een ervaring à la de Barmhartige Samaritaan?

#### Bekijk het dvd-fragment (hoofdstuk 6)

- Welke mensen uit je omgeving hebben op een bijzondere manier voor je gezorgd in tijden van moeilijkheden? Welke invloed had dit op jou?
- Vertel iets over je ervaringen met diverse dokters. Hoe heeft hun zorg (of juist het gebrek daaraan) je beïnvloed?
- Wellicht heb je ook tijden meegemaakt dat je zo in beslag genomen werd door je eigen moeilijkheden dat je er niet aan toekwam er voor anderen te zijn die je nodig hadden. Heb je weleens ervaren dat het je ook juist energie kan geven als je er voor anderen bent?



JE HOEFT NIET BOOS MEER TE ZIJN!

- Ken stelt een interessante vraag: ‘Als de barmhartigen barmhartigheid zullen ondervinden, hoe zit het dan met diegenen die niet barmhartig zijn?’ Wat denk je?
- Denk eens aan degenen die met liefde voor je gezorgd hebben toen je in een moeilijke periode zat. Heb je de tijd genomen hen echt te bedanken zodat zij aangemoedigd werden ook anderen in nood te helpen?
- Ken beschrijft dat hij soms enorm veel steun en bemoediging ontvangen heeft van medepatiënten. Heb jij ook de ervaring dat mensen in een soortgelijke situatie als die van jou veel voor je betekenen of betekend hebben? Of wellicht betekenen jij zelf veel voor iemand anders die een moeilijke periode doormaakt?



### **Bijbehorende bijbelteksten**

Wees mij genadig, God, wees mij genadig, want bij U is mijn leven geborgen. (*Psalm 57:2*)

Dit zegt de HEER van de hemelse machten: Spreek eerlijk recht, wees goed en zorgzaam voor elkaar. (*Zacharia 7:9*)

### **Om over na te denken en te doen**

Denk goed na of er iemand is aan wie jij barmhartigheid kunt laten zien. Maak het praktisch door die persoon bijvoorbeeld een kaart te sturen, te bellen of op een andere manier te laten zien dat je om hem/haar geeft.

### **Leesrooster voor de week**

De teksten die je deze week kunt lezen gaan over barmhartig zijn en barmhartigheid ontvangen.

- Dag 1** Lucas 6:36-38
- Dag 2** 2 Korintiërs 1:3-7
- Dag 3** Hebreeën 10:19-25
- Dag 4** Spreuken 19:17
- Dag 5** Hebreeën 4:14-16

Lees ook hoe Maria de barmhartigheid van God bezong in Lucas 1:46-56.

# 7. Gelukkig wie zuiver van hart zijn, want zij zullen God zien

## ZALIG ZIJN DE REINEN VAN HART, WANT ZIJ ZULLEN GOD ZIEN

Als we God echt zoeken, zullen we af en toe een glimp van Hem en zijn grootheid zien.

- Wat is jouw beeld van God?
- Ervaar je dat God aan het werk is in je leven en zo ja, hoe?
- Zijn er gewoonten/rituelen die jou helpen om God te zoeken en te vinden? Zo ja, welke?

### Bekijk het dvd-fragment (hoofdstuk 7)

- Hoe zou jij 'zuiver van hart' omschrijven?
- Terwijl Ken op de Olijfberg staat, praat hij over Jezus' laatste week in Jeruzalem. Waaraan zou Jezus volgens jou gedacht hebben toen Hij aan het begin van die laatste week stond met daarin zijn veroordeling en kruisiging? Zou het kunnen dat Jezus' tranen niet alleen betrekking hadden op Jeruzalem maar ook op iedereen die zijn liefde niet wil accepteren?
- Ken vertelt regelmatig dat er veel mensen voor hem bidden. Hoe belangrijk is gebed in relatie tot deze Zaligspreking?
- Het is belangrijk de balans te zoeken tussen het goed voor jezelf zorgen en tegelijkertijd te erkennen dat God alles in zijn hand heeft. Het is altijd het beste om Hem te zoeken en naar zijn stem te luisteren. Hoe ervaar je dat zelf?
- Op welke manieren kun je God 'zien' in je leven?





### **Bijbehorende bijbelteksten**

Ik dank mijn God altijd wanneer ik aan u denk, telkens wanneer ik voor u allen bid. Dat doe ik vol vreugde, omdat u vanaf de eerste dag tot nu toe hebt bijgedragen aan de verspreiding van het evangelie. Ik ben ervan overtuigd dat hij dit goede werk bij u begonnen is, het ook zal voltooien op de dag van Christus Jezus. *(Filippenzen 1:3-6)*

Nu kijken we nog in een wazige spiegel, maar straks staan we oog in oog. Nu is mijn kennen nog beperkt, maar straks zal ik volledig kennen, zoals ik zelf gekend ben. *(1 Korintiërs 13:12)*

### **Om over na te denken en te doen**

Ga op zoek naar dingen of mensen waarin God voor jou zichtbaar wordt. Denk bijvoorbeeld aan de schoonheid van de natuur, de liefdevolle zorg van iemand in je omgeving of Gods leiding. Wees je bewust van deze 'glimpen' van God en verheug je in je zegen!

### **Leesrooster voor de week**

De bijbelgedeelten voor deze week gaan over 'God zien' en 'zuiver van hart zijn'.

- Dag 1** Exodus 33:12-23
- Dag 2** Johannes 14:1-11
- Dag 3** Psalm 24
- Dag 4** 2 Timoteüs 2:21-26
- Dag 5** Hebreeën 10:19-25

In de eerste brief van Petrus lees je over het nieuwe leven dat zich onder meer kenmerkt door loutering, heiliging en zuiverheid.



# 8. Gelukkig de vredestitchers, want zij zullen kinderen van God genoemd worden

## ZALIG ZIJN DE VREDESTICHTERS, WANT ZIJ ZULLEN GODS KINDEREN GENOEMD WORDEN

Zelfs in een wereld vol conflicten kunnen we een vrede ervaren die alle verstand te boven gaat en het verschil maakt in ons leven.

- In veel kerkdiensten krijgen mensen aan het begin de gelegenheid elkaar te begroeten en ‘Vrede zij met jou’ toe te wensen. Wat betekent het om een ander ‘vrede’ toe te wensen?
- Wat is jouw grootste angst (geweest) in de strijd met ziekte of een andere ingrijpende gebeurtenis?
- In de Bijbel komt heel vaak de zinsnede/opdracht voor: ‘Wees niet bang’ of ‘Vrees niet’. Voor de meesten van ons is dat gemakkelijker gezegd dan gedaan. Hoe kunnen we de angst in ons leven loslaten en de vrede in ons hart toelaten?

### Bekijk het dvd-fragment (hoofdstuk 8)

- Kun je een paar bekende bijbelverhalen noemen waarin de opdracht ‘Wees niet bang’ of ‘Vrees niet’ voorkomt?
- Deze opdracht wordt meestal vergezeld van Gods belofte ‘Ik ben bij je’. Het lijkt erop dat een hart vol vrede erg belangrijk is voor Jezus. Waarom?
- Ken beschrijft het loslaten van angst als de eerste stap op weg naar innerlijke vrede. Waarom zou deze vrede minstens zo belangrijk zijn voor je welzijn als de beschikbare medische behandelingen?



- Sommige bijbelse metaforen om conflict te vervangen door vrede zijn erg interessant. Als zwaarden en speren de wapens van strijd zijn, welke beelden passen bij dan bij ploegen en snoeischaren?
- Bij het omgaan met een ingrijpende gebeurtenis komen er vaak woorden aan te pas als strijd, gevecht, soldaat. Ken komt met een serie nieuwe woorden die een verfrissende kijk bieden op de diverse situaties. Denk daarbij aan woorden als conversatie, klaslokaal en samenwerking. Denk nu aan je eigen situatie. Kun je deze in een nieuw licht zien? En hoe kan dit helpen om de last die je draagt te verlichten en met vertrouwen verder te gaan?



### **Bijbehorende bijbelteksten**

Wees over niets bezorgd, maar vraag God wat u nodig hebt en dank hem in al uw gebeden. Dan zal de vrede van God, die alle verstand te boven gaat, uw hart en gedachten in Christus Jezus bewaren. (*Filippenzen 4:6-7*)

Hoe welkom is de vreugdebode die over de bergen komt aangesneld, die vrede aankondigt en goed nieuws brengt, die redding aankondigt en tegen Sion zegt: 'Je God is koning!' (*Jesaja 52:7*)

### **Om over na te denken en te doen**

Er zijn in de wereld conflicten op diverse niveaus: mondiaal, tussen personen en ook in onszelf, om er maar eens een paar te noemen. Het is geen wonder dat we ons soms overvallen en hopeloos voelen. Kies een moeilijk moment uit je leven uit en probeer de angst die daarmee te maken heeft, om te zetten naar positieve en vredelievende gedachten!

### Leesrooster voor de week

De bijbelgedeelten voor deze week gaan over 'vrede' en 'kind van God'.

- Dag 1** Genesis 22:1-19
- Dag 2** Exodus 15:22-27
- Dag 3** Jakobus 1:12-15
- Dag 4** 1 Korintiërs 10:1-13
- Dag 5** Hebreeën 2:1-18

In de brief aan de Galaten, hoofdstuk 3 en 4 wordt geschreven over wat het inhoudt om een kind van God te zijn.



# 9. Gelukkig wie vanwege gerechtigheid vervolgd worden, want voor hen is het koninkrijk van de hemel



## **ZALIG ZIJN ZIJ DIE VERVOLGD WORDEN OM DE GERECHTIGHEID, WANT VAN HEN IS HET KONINKRIJK DER HEMELEN**

Ons lijden is in onze ogen vaak onrechtvaardig. Toch mogen we ons verheugen in God en zijn grote plan voor ons leven.

- In deze wereld wordt een groot aantal mensen vervolgd vanwege hun christen-zijn. Heb je weleens gedacht dat jouw huidige (moeilijke) situatie ook iets van vervolging in zich heeft? En wat zie je als de oorzaak van de crisis die je doormaakt?
- Het is heel natuurlijk om diverse emoties te hebben als je met een crisis (zoals bijvoorbeeld ziekte) geconfronteerd wordt. Vertel iets over de intense gevoelens die je situatie bij je heeft losgemaakt. Ben je eerlijk tegenover God geweest over je vragen en gevoelens?

### **Bekijk het dvd-fragment (hoofdstuk 9)**

- Soms geven we God de schuld van onze situatie en stellen we vragen als 'Waarom ik?' of 'Word ik gestraft?' Ook vinden we soms dat God niet reageert op wat we doormaken. Naar anderen toe verbergen we deze gevoelens omdat we God niet in een kwaad daglicht willen stellen. Hoe zit dat met jou? Durf jij eerlijk te zijn als het hierom gaat?

- In het dvd-fragment zien we de plaats waar Jezus gevangen-gezet zou kunnen hebben toen Hij op Kajafas, de hogepriester, wachtte. Kun je je Jezus op die plaats voorstellen? Denk aan de afschuwelijke vervolging die Jezus moest ondergaan vanwege gerechtigheid.
- Ken herinnert ons aan het verhaal van Job, die reden genoeg had om God te ‘bevragen’. Maar ook in dit verhaal zien we dat God het totaalplaatje op het oog had. Zie je in je eigen situatie wellicht ook plaatjes van het grotere geheel?
- Justin Martyr zei tegen de keizer van Rome: ‘U kunt ons doden maar niet raken!’ Wat bedoelde hij daarmee? Wat zou dit voor ons kunnen betekenen?
- Het koninkrijk van de hemel wordt beloofd aan diegenen die worden vervolgd vanwege gerechtigheid. Op welke manier ervaar je ook nu al de vervulling van deze belofte?

### Bijbehorende bijbelteksten

Wees niet ongerust, maar vertrouw op God en op mij. In het huis van mijn Vader zijn veel kamers; zou ik anders gezegd hebben dat Ik een plaats voor jullie gereed zal maken?

*(Johannes 14:1-2)*

Maar wij hebben ons burgerrecht in de hemel, en van daar verwachten wij onze redder, de Heer Jezus Christus. Met de kracht waarmee hij in staat is alles aan zich te onderwerpen, zal hij ons armzalig lichaam gelijkmaken aan zijn verheerlijkt lichaam.

*(Filippenzen 3:20-21)*

### Om over na te denken en te doen

Als je jezelf wellicht afvraagt: ‘Waarom ik?’ denk er dan aan dat God met je meegaat in deze moeilijke tijd. Hij heeft het grotere plaatje op het oog en bereidt een ongelofelijke beloning voor je voor in de hemel!



JE HOEFT NIET BOOS MEER TE ZIJN!

### Leesrooster voor de week

De bijbelgedeelten voor deze week gaan over 'gerechtigheid', 'lijden' en 'vervolging'.

- Dag 1**    **Matteüs 13:18-23**
- Dag 2**    **Psalm 5**
- Dag 3**    **Johannes 15:18-27**
- Dag 4**    **Romeinen 8:18-25**
- Dag 5**    **Jesaja 58:6-14**

De persoon Job spreekt tot onze verbeelding als het om lijden gaat. Lees een aantal gedeelten over de vragen die hij aan God stelde. En vergeet ook niet te lezen hoe het bijbelboek eindigt!



# 10. De zegen (uit)delen

Als we zelf gezegend worden, kunnen we niet anders dan deze zegen weer doorgeven aan anderen.

- Lees het bijbelgedeelte met de Zaligsprekingen hardop door. Welke Zaligspreking is jou op een bijzondere manier tot zegen geweest?
- Als je terugkijkt op de serie, welk thema springt er dan voor jou uit?

## Bekijk het dvd-fragment (hoofdstuk 10)

- In het dvd-fragment zag je ook de Kerk van de Zaligsprekingen. Waarom denk je dat de pastor van deze kerk gelooft dat de Zaligsprekingen de sleutel zijn tot wereldvrede?
- Als je nadenkt over het vervullen van een missie in het leven, waar denk je dan aan? En wat zou jouw missie kunnen zijn in je veranderde omstandigheden?
- Wat vind je van deze uitspraak: Niemand maakt een grotere fout dan hij die niets deed omdat hij slechts weinig kon doen.

## Bijbehorende bijbelteksten

Hoe lieflijk is uw woning, HEER van de hemelse machten. Van verlangen smacht mijn ziel naar de voorhoven van de HEER. Mijn hart en mijn lijf roepen om de levende God. (*Psalm 84:2-3*)

Ik vergeet wat achter me ligt en richt mij op wat voor me ligt. Ik ga recht op mijn doel af: de hemelse prijs waartoe God mij door Christus Jezus roept. (*Filippenzen 3:13b-14*)







### **Om over na te denken en te doen**

Lees elke dag de Zaligsprekingen door en geniet van de zegen die God je door dit bijbelgedeelte heen wil geven. Denk er ook over na hoe je die zegen kunt (uit)delen.

### **Leesrooster voor de week**

De bijbelgedeelten voor deze week gaan over 'zegenen' en 'gezegend worden'.

- Dag 1** Galaten 3:1-14
- Dag 2** Efeziërs 1:3-14
- Dag 3** Spreuken 11:10-11
- Dag 4** 1 Petrus 3:8-12
- Dag 5** Psalm 37:23-28

Mozes moest het volk voorhouden dat er een keuze gemaakt moet worden tussen zegen (gehoorzaamheid aan de geboden) en vloek (afwijken van de weg). Je kunt daar over lezen in Deuteronomium 11.

# Wat wilt U van mij?

**GEBED VAN TERESA VAN AVILA IN SPANJE (1515-1582)**

Ik ben van U en werd voor U geschapen:  
Wat wilt U van me?

Ik ben van U omdat U me gemaakt hebt, omdat U me verlost hebt  
Omdat U het met me uithoudt, omdat U mij tot U geroepen hebt  
Omdat U op me wachtte en me niet veroordeelde  
Wat wilt U van me?

Hier is mijn hart, ik leg het in Uw hand  
Samen met mijn leven, mijn lichaam en mijn ziel  
Mijn diepste gedachten en mijn liefde

Omdat ik me aan U gegeven heb,  
Wat wilt U van me?

Geef me leven of dood, gezondheid of ziekte  
Eer of oneer, conflict of echte vrede,  
Zwakheid of kracht, ik zal alles accepteren.  
Wat wilt U van me?

Als U wilt dat ik me verheug, zal ik dat doen, uit liefde voor U  
Als U mijn lasten oplegt, zal ik die tot het einde toe dragen  
Vertel me waar, wanneer en hoe, vertelt het me gewoon  
Wat wilt U van me?

Het maakt niet uit of ik verdriet of vreugde ken, als U maar bij me bent:  
Wat wilt U van me?

Ik ben van U en werd voor U geschapen:  
Wat wilt U van me?



# Uit de Zaligspreekingen

MATTEÛS 5:1-10



35

**(NBV) (HSV)**

Toen hij de mensenmassa zag, ging hij de berg op. Daar gingen zij zitten met zijn leerlingen om zich heen.

Hij nam het woord en onderrichtte hen: 'Gelukkig wie nederig van hart zijn, want voor hen is het koninkrijk van de hemel.

Gelukkig de treurenden, want zij zullen getroost worden.

Gelukkig de zachtmoedigen, want zij zullen het land bezitten.

Gelukkig wie hongeren en dorsten naar gerechtigheid, want zij zullen verzadigd worden.

Gelukkig de barmhartigen, want zij zullen barmhartigheid ondervinden.

Gelukkig wie zuiver van hart zijn, want zij zullen God zien.

Gelukkig de vreedstichters, want zij zullen kinderen van God genoemd worden.

Gelukkig wie vanwege de gerechtigheid vervolgd worden, want voor hen is het koninkrijk van de hemel.

Toen Jezus de menigte zag, ging Hij de berg op, en nadat Hij was gaan zitten, kwamen Zijn discipelen bij Hem.

En Hij opende Zijn mond en onderwees hen. Hij zei: Zalig zijn de armen van geest, want van hen is het Koninkrijk der hemelen.

Zalig zijn zij die treuren, want zij zullen vertroost worden.

Zalig zijn de zachtmoedigen, want zij zullen de aarde beërven.

Zalig zijn zij die hongeren en dorsten naar de gerechtigheid, want zij zullen verzadigd worden.

Zalig zijn de barmhartigen, want aan hen zal barmhartigheid bewezen worden.

Zalig zijn de reinen van hart, want zij zullen God zien.

Zalig zijn de vreedstichters, want zij zullen Gods kinderen genoemd worden.

Zalig zijn zij die vervolgd worden om de gerechtigheid, want van hen is het Koninkrijk der hemelen.

# Nog meer mogelijkheden

## **Leidraad**

Een leesrooster bij de Bijbel per kwartaal.  
Een abonnement kost € 25,- per jaar.

## **Groei Magazine**

Een kwartaaluitgave met artikelen en persoonlijke bijbelstudie rondom levens- en geloofsvragen.  
Abonnementsbijdrage naar draagkracht met een richtprijs van € 25,- per jaar.

## **E100 - Op weg naar het doel**

100 essentiële verhalen uit de Bijbel  
Door Whitney T. Kuniholm  
Te bestellen via de christelijke boekhandel of [www.gospel.nl](http://www.gospel.nl)

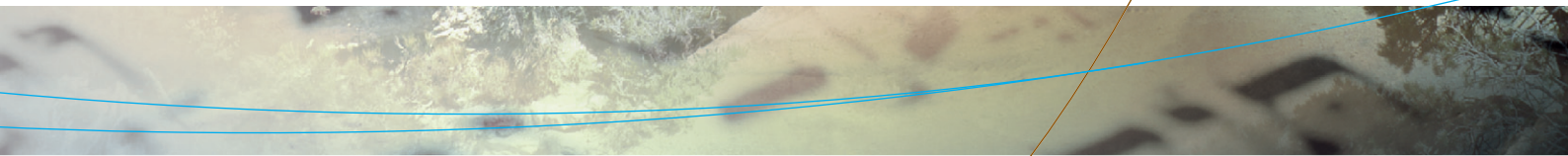
## **Vernieuwen en veranderen**

40 dagen om je geest te vernieuwen, je leven te veranderen  
Door Phil Green  
Te bestellen via de christelijke boekhandel of [www.gospel.nl](http://www.gospel.nl)

## **(Pastorale) Hulp**

- [www.ikzoekchristelijkehulp.nl](http://www.ikzoekchristelijkehulp.nl)
- [www.pastoralecounseling.org](http://www.pastoralecounseling.org)
- [www.koinonia.nl](http://www.koinonia.nl)
- [www.mee.nl](http://www.mee.nl)
- [www.patientenvereniging.startpagina.nl](http://www.patientenvereniging.startpagina.nl)





**IBB**

internationale  
bijbelbond



DE

# ZALIGSPREKINGEN

**JE HOEFT NIET BOOS MEER TE ZIJN!**

DE ZALIGSPREKINGEN BIEDEN UITZICHT, HOOP EN ZEGEN IN EEN LEVEN DAT ZIJN ONZEKERHEDEN, ANGSTEN, PIJN EN VERDRIET KENT. DR. KEN CURTIS (PASTOR, FILMMAKER EN HISTORICUS) HEEFT DE MEER DAN 2000 JAAR OUDE MAAR NOG ALTIJD TROOSTENDE WOORDEN VAN DE ZALIGSPREKINGEN TOT LEVEN GEBRACHT IN EEN STUDIE, GEFILMD OP DIVERSE LOCATIES IN ISRAËL.



Deze studiegids is een aanvulling op de dvd 'De Zaligsprekingen'. Mensen die iets ingrijpends meemaken in hun leven, zoals ziekte, rouw of ontslag, kunnen persoonlijk of in groepsverband de dvd-afleveringen bekijken en zich verdiepen in het bijbehorende studiemateriaal.

De dvd bestaat uit een introductie en 9 verdere afleveringen bij verzen uit de Bergrede van Jezus. De digitale studiegids sluit hier naadloos op aan en biedt naast gespreksvragen en bijbelteksten voor verdieping, ook een bijbels leesrooster bij de thema's.