



www.tessavanolst.com

GEESTELIJKE WAPENRUSTING

TESSA VAN OLST MINISTRIES

TRAINING

Dit is versie 1.0 van de 'Geestelijke Wapenrusting' hand-out.

- © 2024 Tessa van Olst ministries -

Alle rechten voorbehouden. Doorzenden, kopiëren of verveelvoudigen voor commerciële doeleinden van deze hand-out is niet toegestaan. Gratis exemplaren van deze hand-out zijn verkrijgbaar via www.tessavanolst.com.

Bijbelteksten zonder nadere bronvermelding komen uit de Herziene Statenvertaling, © 2010 Stichting Herziene Statenvertaling.



DOEL EN INHOUD

Efeze 6 spreekt over de geestelijke wapenrusting die we van God gekregen hebben om weerstand te bieden tegen de duisternis.

Laten we samen verdiepen, zodat we richting ontvangen, opgebouwd worden in geloof, dieper geworteld raken in onze identiteit en autoriteit in Christus, waarheid tot ons nemen om ons hart en denken te beschermen en geestelijk inzicht om te onderscheiden.

Het doel van deze hand-out is om je aan de hand van de podcast door middel van overdenkingen, gebed en vragen gericht en actief te helpen verdiepen, zodat je openbaring en (praktische) wijsheid ontvangt in het toepassen van de Geestelijke Wapenrusting en daarin ook het (beter) kunnen hanteren ervan in de vernieuwing van je denken en in geestelijke strijd & oorlogsvoering.

BELANGRIJK: Het is van essentieel belang bij het doornemen van deze hand-out om ook echt de podcast afleveringen te luisteren of te bekijken via YouTube. De bijbehorende afleveringen staan bij elk hoofdstuk vermeld en gelinkt naar Spotify en YouTube en zijn essentieel voor verdieping en openbaring.

TIP (praktisch): Print het document uit en zorg dat je er nog een schrift of notitieblok bij hebt. Op die manier kun je bij de vragen en schrijfgedeelten in dit document jouw kernpunten, highlights of eerste gedachten noteren en deze verder uitwerken in het schrift. Er is ook gezorgd voor speciale schrijfruimte in deze hand-out, maar zo kun je meer uitgebreid je overdenkingen en antwoorden opschrijven en de tijd nemen om te verdiepen en kun je vanuit dit document naar het schrift verwijzen.



INLEIDING

De geestelijke wapenrusting gaat uit van onze positie in de geestelijke wereld en op aarde, die is gegeven onder het hoofd, Jezus. Het boek Efeze beschrijft in de eerste 5 hoofdstukken heel duidelijk wat onze (1) identiteit, (2) autoriteit en (3) roeping in Christus is, zodat daarmee geen twijfel bestaat over het fundament van onze positie in Christus. Waarbij hoofdstuk 6 ons duidelijk maakt dat het zaak is dat we vanuit dat fundament dagelijks bekleed en toegerust zijn met de wapenrusting van God om weerstand te bieden tegen de vijand en stand te houden.

En dit is geen optie voor de christen. Dit is noodzaak en standaard onderdeel van het 'christen-leven'. Wij behoren toegerust te zijn en klaar voor de geestelijke strijd die op ons wordt afgevuurd door de vijand (1 Petrus 5:8-9).

In Efeze 6:12 staat dat wij de strijd niet hebben tegen vlees en bloed, maar tegen overheden, machten, wereldbeheersers van de duisternis van dit tijdperk en geestelijke machten van het kwaad in de hemelse gewesten. Oftewel: alles wat zich in de geestelijke wereld verheft tegen God en de kennis van God (2 Korinthe 10:3-5) en dus ook tegen ons.

Maar als kinderen van God zijn wij door het verlossingswerk van Jezus gerechtvaardigd, geheiligd en verzoend met God, en mogen wij een plek innemen om vanuit de overwinning in Christus te heersen over de duisternis. Want Hij heeft de machten en krachten reeds onttroond (Efeze 1:19-23) en aan ons Zijn kracht én autoriteit gedelegeerd om te onderscheiden, bolwerken af te breken en een stem te zijn tegen onrecht. Zo kunnen we vanuit Gods liefde en waarheid alles wat zich verheft tegen de kennis van God neerhalen.

Daarom hebben we kennis en onderscheiding nodig van de geestelijke wereld en moeten we weten hoe we de geestelijke wapenrusting aantrekken en hanteren in ons leven.

In deze studie gaan we daar op induiken en we hopen dat het je mag bemoedigen en zegenen!



PODCAST

#139 Wapenrusting deel 1 → Luister [hier](#) de podcast of kijk [hier](#) op YouTube
#140 Wapenrusting deel 2 → Luister [hier](#) de podcast of kijk [hier](#) op YouTube
#142 Wapenrusting deel 3 → Luister [hier](#) de podcast of kijk [hier](#) op YouTube
#143 Wapenrusting deel 4 → Luister [hier](#) de podcast of kijk [hier](#) op YouTube



EFEZE 6:10-20

BIJBELGEDEELTE

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. Bid ook voor mij, opdat mij het woord gegeven wordt bij het openen van mijn mond, om met vrijmoedigheid het geheimenis van het Evangelie bekend te maken, waarvan ik een gezant ben in ketenen, opdat ik daarin vrijmoedig mag spreken, zoals ik moet spreken.



MIDDEL OMGORD MET DE WAARHEID

OVERDENKING

“Houd dan stand, uw middel omgord met de waarheid” Efeze 6:14

Het kennen van de waarheid maakt je vrij (Johannes 8:32). Het kennen van de waarheid van God gaat niet alleen over verstandelijk kennen, maar ook dat je er echt bekend mee raakt en het gaat dragen diep in je hart. Het gaat over een relatie hebben met de Waarheid. Jezus is het levend geworden Woord en Hij is de Waarheid (Johannes 14:6), dus wij kunnen een relatie hebben met de Waarheid door het kennen van Hem en het lezen van de Bijbel.

Waarheid moet onze basis zijn. Daar begint de wapenrusting in Efeze ook mee, want waarheid vestigt onze identiteit en autoriteit. Je moet de waarheid kennen over wie God is, over wie je bent in Hem en wat Hij je heeft gegeven (autoriteit), maar ook over wie de vijand is. Op die manier kan waarheid goede richting en leiding geven aan je leven en je ook beschermen tegen de vijand. Het is net als wat staat in Jakobus 4:7 “Onderwerp u dan aan God. Bied weerstand aan de duivel en hij zal van u wegvlugten.” Als je gevuld bent met Gods waarheid, dan hoef jij niet te vechten met de duivel, maar bied je weerstand aan zijn leugens en móét hij vluchten voor de autoriteit van Gods waarheid in je leven.

Je doet die gordel met de waarheid om, maar wat is dat dan?

Het is niet figuurlijk een gordel aantrekken, of bidden dat je (symbolisch) een gordel omdoet. Dat in zichzelf heeft geen zin. De gordel omdoen heeft te maken met dat jij de waarheid van God persoonlijk aanneemt als hoogste gezag en autoriteit voor je leven en vervolgens je leven instelt om deze waarheid te (leren) kennen en toepassen. Door bijbellezen, bidden en God aanbidden wordt ons hart bewerkt, waardoor waarheid werkelijk in ons gaat leven en ons transformeert. Als het niks bewerkt in je hart en in je denken, dan blijft het leeg. Als de grond in je hart niet wordt omgeploegd en de waarheid niet wordt gezaaid, dan kunnen leugens blijven opschieten als snelgroeiend woekereend onkruid, omdat we de waarheid niet van de leugen onderscheiden. Iemand die zijn of haar middel heeft omgord met de waarheid zal weten wat waar is of niet en trekt het onkruid met wortel en al eruit.

We zijn verlost in Christus, geheiligd en gerechtvaardigd door Zijn bloed. Niets kan ons scheiden van Zijn liefde. Geen enkele andere stem dan de stem van God spreekt waarheid over jou en mij. Als je bent omgord met de waarheid, dan wil dat zeggen dat de richting van jouw levenswandel wordt gekenmerkt door (groeien in) Gods leiding en dat je (steeds beter) de leugen van de waarheid zult onderscheiden en telkens de leugen uitrukt en waarheid volgt.

OPDRACHT

Wandelen omgord met de waarheid gaat zeker ook over hoe jij naar jezelf (identiteit) en de richting van jouw levenswandel kijkt.

1. Zie jij Gods waarheid in hoe jij over jezelf denkt?
2. En zie je dit ook in de richting van jouw keuzes in het leven?
3. Onderscheid jij daarin Gods leiding?
4. Zo ja, hoe? Zo nee, wat heb je nodig om dat te kunnen onderscheiden?

OPDRACHT

Zoek (samen) Bijbelteksten op over Gods waarheid.
Mediteer er op, proclameer ze en bid ze uit over je/elkaars leven.



BORSTHARNAS VAN DE GERECHTIGHEID

OVERDENKING

“en bekleed met het borstharnas van de gerechtigheid,” Efeze 6:14

Het borstharnas beschermt je vitale delen, zoals je hart. In het natuurlijke is het beschermen van je hart van levensbelang! Geestelijk is dat dus ook zo. Het geestelijk leven heeft alles te maken met wat er leeft in ons hart. Of anders gezegd: wat ons (geestelijke) hart in leven houdt en doet kloppen. Zonder Jezus is ons geestelijke hart dood. Voordat wij Hem kenden liepen wij in duisternis als zondaren, gevangen onder de macht van de zonde en ongerechtigheid. Het gevolg van de zonde is de dood. Maar door Christus zijn we daarvan vrijgekocht en tot leven gewekt. In Hem hebben wij nieuw leven en een nieuw (levend) hart ontvangen. Hij heeft onze ongerechtigheden op Zich genomen en wij zijn gerechtigheid geworden van God in Hem. Halleluja!

2 Korinthe 5:21: “Want Hem Die geen zonde gekend heeft, heeft Hij voor ons tot zonde gemaakt, opdat wij zouden worden gerechtigheid van God in Hem.”

Als Jezus het heeft gedaan, waarom moeten wij dan het borstharnas aantrekken? Omdat de duivel elke dag probeert deze waarheid van gerechtigheid te roven uit je hart. Alles wat je doet en spreekt komt voort uit wat er leeft in je hart. Daarom staat er in Spreuken 4 vers 23: ‘Bewaak je hart boven alles, want daaruit zijn de uitingen van het leven’. Alles begint bij je hart. Verstandelijk weten óf daadwerkelijk dagelijks vol overtuiging leven vanuit die waarheid zijn twee verschillende dingen. Daarom valt de duivel ons zo aan in onze gedachten en identiteit, maar ook in onze intimiteit met Jezus en tijd doorbrengen in aanbidding en het lezen van het Woord. Hij wil ons afleiden.

De gerechtigheid van Jezus Christus beschermt ons hart, omdat we weten en hebben aangenomen (door geloof in het werk van Christus) dat onze ongerechtigheden van ons zijn weggenomen. Daardoor kunnen we ten volle leven als kinderen van God. Maar die waarheid moeten we dagelijks tot ons nemen, opdat het niet wordt weggeroofd uit ons hart zodra ongerechtigheid in ons leven opkomt. Dat is het borstharnas wat we moeten aandoen. Zodat we ons niet laten wijs maken dat ongerechtigheid ons weghoudt van God. Ook als we fouten maken of dingen niet goed gaan in ons leven. We leven vanuit het volbrachte werk van Jezus en we hebben een voorspraak bij de Vader door Christus (1 Johannes 2:1-2). Dit beschermt ons hart en daarmee ons geloof.

De duivel heeft door het werk van Christus zijn macht over ons (zij die in Christus zijn) verloren. Jezus heeft hem en de machten en krachten onttroond. Jezus is Overwinnaar en daardoor kunnen wij zeggen dat wij in Hem meer dan overwinnaars zijn. Maar de duivel zal ten alle tijden proberen invloed te krijgen en uit te oefenen in ons leven. Dit probeert hij te doen door ons in zijn leugens te laten geloven en vooral door ons vertrouwen te laten vestigen in andere dingen dan in God zelf. Het liefste probeert hij ons vertrouwen in God te schaden en op die manier de waarheid in ons leven krachteloos te maken. Daarom is het beschermen van ons hart door het kennen van de waarheid van Christus zo enorm belangrijk.

Veel mensen worden misleid omdat ze dingen voelen, maar hun gevoel is niet geworteld in waarheid. Zoals met afwijzing of angst. Ten diepste is dat een tactiek van de vijand om ons lam te leggen. Waar angst heerst is ons geloof (vertrouwen) nog niet gevestigd op de Heer. De duivel wil ons doen laten geloven en voelen dat we nog niet vrij zijn terwijl we dat al wel zijn. Hij weet onze zwakte: dat is ons gevoel. Daar gaat hij het op proberen. Daar komt de misleiding en als we ons laten verleiden is er weer een grond om ons te laten (vast)binden. Maar dat je het voelt en dat je het denkt, maakt niet dat je gebonden bent. Vrij is vrij. Daarom hebben we het borstharnas nodig en moeten we ons denken vernieuwen en gedachten geen wortel laten schieten als ze niet in lijn zijn met Gods waarheid.

Je hoeft angst niet te ontkennen, maar je mag de waarheid van God gaan aannemen en je hart leren beschermen tegen (en helen van) de impact van de bron van die angst, afwijzing, pijn en leugens in je leven.

Je krijgt de wapenrusting van de Heer. Hij heeft het persoonlijk aan je gegeven en je mag dat persoonlijk aannemen. Jezus draagt het zelf ook; dat staat al in Jesaja genoemd:

“Want Hij trok de gerechtigheid aan als een harnas en zette de helm van het heil op Zijn hoofd. Het gewaad van de wraak trok Hij aan als kleding en Hij hulde zich in de na-ijver als mantel.” (Jesaja 59:17)

PODCAST

#140 Wapenrusting deel 2 → Luister [hier](#) de podcast of kijk [hier](#) op YouTube

GEBED

Heer, dank U wel dat ik stand kan houden met mijn middel omgord met de Waarheid. Dat Waarheid mij leidt en mij vrij maakt en dat ik bekleed ben met het borstharnas van de Gerechtigheid. Ik ben gerechtvaardigd in U. Ik ben geheiligd in U. Here Jezus, dank U wel dat U mij voorgaat en dat U mijn binnenste beschermt en dat mijn vertrouwen op U is. Dat alle angst wijkt voor Wie U bent, want volmaakte liefde drijft elke angst uit, zegt het Woord. Het kan niet blijven bestaan in mij, het kan niet blijven bestaan in mijn identiteit, gegeven door U. Halleluja! Leer mij mijn denken te vernieuwen, Heer. Heilige Geest, spreek tot mij en geef mij wijsheid en openbaring in het kennen van U. Verlicht de ogen van mijn hart. Ik draag het borstharnas van de gerechtigheid in Jezus machtige Naam. Amen!

NOTITIES



VOETEN GESCHOEID MET BEREIDHEID VAN HET EVANGELIE VAN DE VREDE

OVERDENKING

“en de voeten geschoeid met bereidheid van het Evangelie van de vrede.”
Efeze 6:15

De voeten geschoeid met de bereidheid van het Evangelie van de vrede wordt vaak uitgelegd als de bereidheid om het Evangelie te verkondigen aan anderen. Dit is zo, maar tegelijkertijd gaat dit over veel meer dan dat. Want ten diepste gaat dit er ook over dat we in al onze omstandigheden en overal waar we komen bereid zijn om vast te houden aan de waarheid en de wil van God en deze te verkondigen (ook aan onszelf). Ook als dat leidt tot het moeten maken van keuzes die moeilijk of pijnlijk zijn of als we hierdoor met afwijzing of zelfs vervolging te maken krijgen.

Want bekleed met de waarheid (gordel) en de gerechtigheid (borstharnas) van God worden we standvastig en maakt het ons klaar om Jezus te kunnen volgen. Het is als stevige schoenen die onze voeten beschermen overal waar we gaan. Maar we moeten deze schoenen wel aantrekken en de bereidheid vanuit diepe liefde voor God tonen om dwars door alles heen vast te houden aan Zijn wil voor ons eigen leven tot opgroeien in volwassenheid (Efeze 4:13-15) én tevens het Evangelie te brengen aan hen die Hem nog niet kennen.

In dit alles is het dus een wapen om ons te verdedigen tegen de aanvallen van de boze en mag je weten: “Ik blijf staan op de wil van de Heer, want Hij heeft mij Zijn wil bekend gemaakt” (Romeinen 12:2). Het wandelen in de vrede van God gaat erover dat je in de wil en de waarheid van God wandelt.

De bereidheid om daadwerkelijk te willen wandelen in de wil en de waarheid van God komt voort uit liefde voor en het diepe besef van wat de Heer voor ons heeft gedaan. Dat maakt ook dat je zult overvloeien van genade, liefde en waarheid naar anderen. Zijn vrede geeft ons een zekerheid die de wereld niet kan bieden en maakt dat we onwankelbaar blijven staan.

Daarbij is het van belang we de vrede van God niet verwarren met het ervaren van psychische rust. Hoewel dit zeker samen kan gaan moeten we het een van het ander onderscheiden. Waarom? Luister daarvoor de podcast aflevering (of kijk op youtube).

PODCAST

#142 Wapenrusting deel 3 → Luister [hier](#) de podcast of kijk [hier](#) op YouTube

OPDRACHT

Wat heb je geleerd en/of welke inzichten heb je gekregen vanuit de Bijbel en/of de podcast over de voeten geschoeid met de bereidheid van het Evangelie?

SCHILD VAN GELOOF

OVERDENKING

Efeze 6:16 "Neem bovenal het schild van het geloof op, waarmee u alle vurige pijlen van de boze zult kunnen uitblussen."

In het Woord van God lezen we, onder andere in Psalmen, dat God ons Schild is (Psalm 84:12). Hij is ons schild en onze bescherming. Alleen door ons geloof is God te behagen. Hij wil dat we Hem vertrouwen. Voor alles en in alles! Geloof is echt ons volledige vertrouwen op Hem stellen uit liefde voor Hem in antwoord aan Zijn liefde voor ons. Geloof wil het horen van God, wil het zien van God en wil het ontvangen van God en gelooft in Zijn goedheid.

God zelf is onze bescherming tegen de vurige pijlen van de boze. Deze vurige pijlen zijn er op uit om ons te vernietigen, maar God laat dat niet gebeuren. Geloof doet het vuur van de pijlen van de boze uitblussen, omdat we geloven dat God veel sterker is dan dat en ons beschermt. We moeten gaan zien met ogen van geloof hoe groot God echt is. Met God kunnen we alles aan!

Ons gevoel kan maken dat we gaan twifelen aan de werkelijkheid van de waarheid van God over ons leven. Maar dan hebben we het schild van geloof, die we mogen opheffen. Geloof ziet op God en Zijn beloften voor ons, ook als dit in het natuurlijke (nog) niet zichtbaar is of zelfs het tegengestelde zichtbaar lijkt te zijn (Hebreeën 11:1). Door alles heen ziet geloof op God. Het maakt dat je niet zult wankelen en de vurige pijlen zult afweren. Wat Hij zegt is waarheid, niet wat de trigger of jouw gevoel/emotie zegt.

Geloof bouwt een patroon wat ervoor zorgt dat je vanuit de wil en waarheid van God gaat reageren op de trigger(s). Als je dat gaat leren, dan kan een trigger komen, maar dan sta je standvastig en dat is waar je heen mag groeien. Dat is getraind en gediscipeld worden in de waarheid, wil en liefde van God.

Het Woord, de waarheid van God, moet je werkelijk tot je nemen, totdat het geworteld is in je. Dan kan het schild van geloof de vurige pijlen afweren, want dan pas kan je hem opheffen en voor je houden, omdat je dan pas weet waar het voor dient.

PODCAST

#142 Wapenrusting deel 3 → Luister [hier](#) de podcast of kijk [hier](#) op YouTube

OPDRACHT

Voor welke beloften van God in je leven is het nodig (noodzakelijk) dat je veel meer bewust het schild van geloof gaat opheffen? Met andere woorden: op welk gebied laat jij de pijlen van de vijand je nog teveel raken en mogelijk je geloof in Gods beloften voor je leven roven?

GEBED

Dank U Vader God, dat U mijn Schild bent en dat U mij beschermt. Heer, leer mij om mijn geloof en vertrouwen volledig op U te vestigen en door Uw Woord Uw waarheid tot mij te nemen en diep te laten wortelen in mijn hart. Heer, ik wil de leugens in mijn leven herkennen en Uw waarheid daar tegenover zetten, zodat ik het schild van geloof kan opheffen en de vurige pijlen van de vijand kan afweren. Dank U wel dat ik samen met U mag wandelen en dat ik in U en in Uw waarheid standvastig mag zijn en mag groeien in de wil, waarheid en liefde van U. In Jezus' Naam, amen.



HELM VAN DE ZALIGHEID

OVERDENKING

“En neem de helm van de zaligheid...” Efeze 6:17

Zoals het borstharnas ons hart beschermt, zo beschermt de helm ons hoofd. De helm van de zaligheid gaat over de verlossing, die Jezus Christus voor ons bewerkt heeft. Onze verlossing, gerechtigheid en heiligheid zijn uit Hem. Het is ons, door genade, gegeven door God. We kunnen het niet verdienen door werken. Het is puur genade (Efeze 2:8-9).

Tegelijkertijd heeft de helm van de zaligheid ook een actieve uitwerking in ons leven. Want door de verlossing van Christus gaan Zijn waarheid en liefde in ons werken en kunnen wij (actief) ons denken vernieuwen (Romeinen 12:2).

Wij bewerken niet onze verlossing door goede werken, maar door verlossing komen wij in goede werken (Efeze 2:10). Efeze noemt dit ook wel de ‘erfenis’ van Christus die in ons vrijkomt en verbindt dit ook aan de kracht en autoriteit die daarmee door Hem aan ons zijn gegeven (Efeze 1:17-23). Deze kracht en autoriteit maken ook dat we ons denken kunnen vernieuwen en weerstand kunnen bieden aan de vijand. Zoals een helm je hoofd beschermt in het dagelijks leven (denk aan een fiets of motorhelm), zo beschermt de helm van de zaligheid ook jouw denken met het ‘denken van Christus’ (1 Korinthe 2:16). Het helpt je onderscheiden tussen wat van God komt en wat van de vijand komt, omdat je denken is gekomen onder de verlossing van Christus zelf! Zijn waarheid wordt jouw waarheid! Zijn gedachten worden jouw gedachten.

De duivel probeert zijn leugens aan ons op te dringen door ze in ons denken te plaatsen. Hij wil zaadjes (gedachten) planten en zijn doel is dat die zaadjes vrucht gaan dragen in de grond van ons hart, waardoor wij niet alleen geplaagd worden door gedachten, maar diep overtuigd raken (gaan geloven) dat wat hij zegt waar is. Zeker als hij daarbij onze emoties kan raken, want dat kan ons vast te zetten. Het zijn onze emoties die werkelijk wat met ons doen en hij gebruikt dat als een krachtig wapen tegen ons. Daarom hebben kwetsingen of trauma’s zo’n sterke impact in ons leven. Het zijn strategieën van de vijand om je lam te leggen. Hij wil dat zijn leugens onze waarheid worden. Hoe dieper hij je daarin emotioneel kan raken en binden, hoe meer grip hij op je kan blijven uitoefenen. Maar Gods waarheid is sterker en de duivel moet vluchten voor Gods waarheid (Jakobus 4:7).

Dit is waarom het gevangen nemen van onze gedachten van belang is, zoals Paulus daarover spreekt in 2 Korinthiërs 10:4-5. We mogen niet zomaar elke gedachte vrije toegang geven tot ons denken en onderdeel laten worden van onszelf. We kunnen niet zomaar iedere gedachte aannemen en vrij laten rondgaan. Als we dat wel doen, dan kunnen ze gaan wortelen in ons hart en verbinden met onze emoties. Gedachten van God zetten je in de vrijheid, maar gedachten van de vijand brengen je in verwarring en zullen je vastbinden. Door je gedachten gevangen te nemen en onder de gehoorzaamheid aan Christus te brengen ga je autoriteit nemen over je gedachten. Alles wat niet gehoorzaam is aan Christus en zich verheft tegen de kennis van God mag je verwerpen en van je weg doen.

Doordat we vernieuwd worden in ons denken komen we los van de macht van de zonden, de aanklachten van de vijand en de leugens die hij in ons denken heeft willen plaatsen. Het is belangrijk dat we de waarheid kennen en de helm van de zaligheid (daarmee) opzetten, zodat het onze gedachten en emoties beschermt.

De helm van de zaligheid is Zijn bedekking van verlossing en liefde over ons. Het is een diep besef van Gods liefde voor jou en mij. Een liefde die ons beschermt met een Vaderlijke liefde en een waarheid die ons vrijmaakt (Johannes 8:32). Jezus is de waarheid (Johannes 14:6), dus in Hem ben je vrij! Draag dus Zijn helm, Zijn waarheid en Zijn gedachten over jouw denken iedere dag! Dat is je namelijk tot erfenis door Zijn genade aan jou gegeven.

PODCAST

#143 Wapenrusting deel 4 → Luister [hier](#) de podcast of kijk [hier](#) op YouTube

OPDRACHT

De vernieuwing van denken begint bij het onderscheiden van waarheid en leugen. Dit betekent dat we bewust onze gedachten (patronen) onder de loep moeten durven nemen. Wat zijn (structurele) gedachten die je herkent als leugens? Welke waarheid van God staat daar tegenover?

TOELICHTING

Besef dat het vernieuwen van denken tijd en volharding kan kosten. Wat mogelijk al jaren is gebouwd als bolwerken in je leven kan hardnekkig zijn als het moet worden afgebroken. Daarnaast moeten onze gedachten opnieuw getraind worden in de waarheid. Training kost tijd. Neem die tijd en zet door, ook als het niet direct voelbaar of zichtbaar is.



ZWAARD VAN DE GEEST

OVERDENKING

Efeze 6:17 "... en het zwaard van de Geest, dat is Gods Woord,"

Het zwaard van de geest is Gods Woord: de Bijbel! Als Jezus in de woestijn wordt uitgedaagd en verzocht door de duivel, dan is het Woord van God het zwaard waar Hij zichzelf mee verdedigt. Wanneer de duivel Jezus verzoekt, dan beantwoordt Jezus de aanval met: 'er staat geschreven...'. Hij hanteert Gods waarheid om de leugens van satan te ontmantelen en ontkrachten.

Zo ook mogen wij Gods Woord als een krachtig en scherp tweesnijdend zwaard (Hebreeën 4:12) in onze hand nemen om onszelf ermee verdedigen op het moment dat de duivel komt om ons aan te vallen met zijn leugens en listige verleidingen. Het verdedigt ons met kracht en autoriteit door het Woord van God te proclameren (te spreken). Dit verdedigingswapen is in die zin dus een heel actief verdedigingswapen. Want nu gaan we onze mond gebruiken om kracht bij te zetten aan de rest van de wapenrusting die we reeds dragen. We wandelen in de Geest, we wandelen in de waarheid en dan komt de aanval en wat spreken wij dan? Dat is het tweesnijdend zwaard.

Het is allereerst een verdedigingswapen. Het geeft dat we op het moment dat een aanval komt wij er tegenin kunnen spreken en de vijand schuldig verklaren zodra het zijn wapens op ons richt. Maar het Woord van God zet ook de aanval in, om grondgebied in te nemen, beloftes uit het gebied van de duisternis (terug) te claimen en proactief op te staan tegen de werken van de duisternis. Naast een verdedigingswapen is het dus ook een aanvalswapen.

In Hebreeën 4:12 staat: "Want het Woord van God is levend en krachtig en scherper dan enig tweesnijdend zwaard, en het dringt door tot op de scheiding van ziel en geest, van gewrichten en merg, en het oordeelt de overleggingen en gedachten van het hart."

Je hart kan dus overleggingen en gedachten hebben. Anders uitgelegd: je hart is de zetel van je overtuigingen, ook wel de plek van je 'geloof'. Niet zozeer alleen je geloof in God, maar ook alles wat jij persoonlijk als waarheid ziet en dus gelooft. Daaruit komen je ideeën (overleggingen), je keuzes, je gedachten en emoties voort. In je hart wortelen dingen en daar is de plek waar je dingen hebt aangenomen als waarheid.

Angst kan dus een grond in je hart hebben, vanuit een persoonlijke waarheid, een persoonlijke overtuiging. Maar veel angsten zijn helemaal niet gegrond in dé waarheid: het Woord van God. Ze hebben grond in zaken buiten Gods waarheid, waaronder werelds denken, trauma, kwetsing, etc.

Je kunt je gedachten en je gevoel dus nooit zomaar vertrouwen als 'waar' en je leven daarom dus niet laten leiden door je gedachten en gevoel. Alleen als je gedachten en gevoel in lijn zijn met Gods waarheid kun je erop vertrouwen. Hanteer daarom het zwaard van God in je leven!

Als de leugens van de duivel eenmaal vrucht gaan dragen in ons hart, dan zal hij (de duivel) gedachten en patronen van denken willen blijven versterken, zodat het bolwerken worden en we verstrikt raken in een web van gevoelens, emoties en overtuigingen die ons verstikken, overweldigen of wegtrekken van Gods liefde en waarheid. Een tactiek om dit verder te versterken is dat de vijand je mond zal gebruiken om deze leugens ook te gaan spreken. Als jij de leugen over jezelf blijft spreken in plaats van Gods waarheid, dan heeft de vijand een tactiek gevonden waarmee hij jou gevangen blijft zetten in je eigen woorden. Zo blijft hij het bolwerk in jou versterken. De vijand gebruikt je eigen woorden tegen jou en behoudt daarmee zijn grip en invloed op jou.

Maar woorden hebben hierdoor ook kracht gekregen. Want de woorden die je spreekt maken zichtbaar wat invloed en grip op jou heeft en wat er ten diepste leeft in je hart (Spreuken 4:23). Is dat Gods waarheid die jou vrijmaakt of de leugen die jou vastbindt?

Spreuken 18 vers 21 laat het belang hier ook van zien: Dood en leven zijn in de macht van de tong, wie hem liefheeft, zal de vrucht ervan eten.

Dit is juist waarom het zo belangrijk is dat we Gods Woord gaan proclameren in ons leven. De vijand wil jouw mond gebruiken om zijn ideeën te spreken. Hij wil dat tegen je gebruiken. Maar God wil dat je leven spreekt! Daarom moet je jouw mond (gaan) gebruiken om niet alleen Gods waarheid tegen en over jezelf te spreken (proclameren), maar zeker ook tegen de vijand. Het is tijd om op te staan en tegen de vijand te zeggen: 'NEE! Ik neem jouw leugens niet aan, ga weg van mij!'

PODCAST

#143 Wapenrusting deel 4 → Luister [hier](#) de podcast of kijk [hier](#) op YouTube

OPDRACHT

Het helpt om de dingen die (structureel) uit je mond komen eens onder de loep te nemen, zoals je in vorige opdracht hebt gedaan aangaande je gedachten. Als dit niet in lijn is met Gods wil, dan wordt het tijd om hiermee af te rekenen en ook je hart te onderzoeken hierin. Want je woorden vinden vaak grond in wat er ten diepste leeft in je hart.

Neem stille tijd met God en vraag Hem om je woorden en onderliggende bolwerken te openbaren die niet in lijn zijn met Zijn wil voor jouw leven. Schrijf het op voor jezelf. Zodat je vervolgens heel gericht God kunt vragen en Zijn Woord kunt onderzoeken om er waarheid tegenover te zetten om daarmee je gedachten, maar ook je mond te vullen.

BID IN DE GEEST

BID IN DE GEEST EN VOLHARD

In Efeze 6 vers 18 draagt Paulus ons op na ons bekleed te hebben met de wapenrusting van God te bidden en te smeken in de Geest:

“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.”

Gebed is een krachtig wapen waarmee we de waarheid kunnen spreken en proclameren ondanks onze omstandigheden. In gebed richten we ons op God en bieden we weerstand aan de duivel (Jakobus 4:7). Het brengt ons in diepere intimiteit met God. Het is het middel dat God wil gebruiken om ons met Hem te laten meewerken aan het uitvoeren van Zijn wil hier op aarde. Het is de belangrijkste manier waarop wij persoonlijk contact met Hem en Zijn eeuwige werkelijkheid kunnen krijgen, altijd, dag en nacht. In de geestelijke wereld gebeurt er iets als we bidden in overeenstemming met Gods wil. Gebed is de poort waardoor de kracht van de hemel op aarde vrijkomt en dingen in gang worden gezet.

Gebed maakt je strijdbaar en sterk tegen de aanvallen van de vijand. Gebed is het door God ingestelde middel, waardoor jij het hart en de kracht en de overwinning van Christus ervaart. Door middel van gebed zul je je niet alleen kunnen verdedigen tegen de vurige pijlen van de vijand, maar zul je ook in staat zijn je op vijandelijk terrein te begeven en gebied te heroveren. In gebed kan je het terrein dat de vijand heeft ingenomen en geroofd in jouw leven terugwinnen!

"Want het gebed van een rechtvaardige is krachtig en mist zijn uitwerking niet."
- Jakobus 5:16b, NBV

In Christus zijn wij rechtvaardig verklaard! Halleluja! Onderschat dus niet de kracht van gebed. Het is de plek waarin wij onze van God gegeven autoriteit uitoefenen en inzetten tegen de vijand door Gods waarheid te proclameren en in geloof te volharden. Daarom is het zo belangrijk Gods wil te kennen voor je leven. Want de vijand wijkt voor Gods aanwezigheid en Zijn Woord! Dus ook als Zijn Woord uit jouw mond wordt gesproken en verklaard. Je brengt met jouw woorden op die manier Gods aanwezigheid, waarheid en wil in de situatie.

Zonder een krachtig gebedsleven ben je krachteloos in de geestelijke wereld en zul je ook in het natuurlijke weinig uitwerking van gebed ervaren. Gebed heeft de kracht en invloed om zaken te transformeren. De vijand is bang voor mensen met een krachtig gebedsleven. Daarom wil de vijand je gebedsleven door allerlei aanvechtingen en afleidingen aanvallen en onderuit halen.

De kracht van proclamerend en volhardend gebed.

Proclameren is Gods Woord en waarheid met grote zekerheid verklaren, spreken en bidden. Daarvoor heb je geloof nodig. Want alleen in vol vertrouwen op God en Zijn Woord kun je ook daadwerkelijk met kracht en autoriteit spreken en bidden. Sommige mensen zijn bang dat ze dan onrechtmatig iets claimen bij God. Maar je hoeft niets te claimen bij God wat Hij je reeds heeft gegeven en beloofd in Zijn Woord. Met gebed claim je dus niks bij God, je claimt gebied terug van de vijand in naam van God! En dat is ook onze opdracht. Zielen winnen en gebied innemen. Leugens ontkrachten en waarheid laten zegevieren!

OPDRACHT

Je hebt met het doorlopen van de Wapenrusting van God aan de hand van deze hand-out je hart, gedachten, emoties en woorden kunnen onderzoeken met als doel waarheid van leugen te onderscheiden. Vervolgens ben je de Bijbel gaan onderzoeken op waarheid die je daar tegenover kan zetten om bolwerken af te breken en je woorden steeds meer in lijn te krijgen met Gods wil en waarheid. Dit is niet een eenmalig proces, maar een blijvend proces. We blijven altijd groeien in geloof en komen dagelijks tot meer openbaring van wie Jezus is en wie wij zijn in Hem. Zo komen we steeds meer in de vrijheid en nemen we toe in kracht en autoriteit. We vernieuwen ons denken en daardoor hebben leugens en vurige pijlen van de vijand steeds minder grip.

- Schaf een journal of schrift aan speciaal voor gebed.
- Schrijf vanuit de eerdere opdrachten een gebed uit wat je (dagelijks) kunt proclameren op basis van Gods waarheid. Woorden waaraan je ook kunt vasthouden als de vijand vurige pijlen op je afvuurt. Het is heel krachtig wanneer je jouw gebed ondersteunt met bijbelteksten. Zie dit gebed als iets wat je altijd kunt aanpassen en aanvullen aan de mate waarin je steeds meer wandelt en groeit in geloof en waarheid. Daarmee kun je jouw woorden heffen als een schild van geloof om vurige pijlen te weren én inzetten als het zwaard van de Geest om gebied in te nemen en de vijand weg te sturen en Gods beloftes over je leven te proclameren. Het maakt je steeds meer standvastig.
- Door het regelmatig bij te houden kun je in moeilijke tijden makkelijk een krachtig gebed erbij pakken en zul je daarnaast door de tijd heen zien dat jouw geschreven gebedsleven een getuigenis is tot glorie van God.



GETUIGENIS

De Efeze Challenge & Wapenrusting hebben al veel gedaan bij vele mensen. We krijgen prachtige getuigenissen binnen van getransformeerde levens. Het laat zien hoe krachtig het Woord van God is.

We hopen dat ook voor jou zo is. Zo ja? Misschien vind je het tof om je getuigenis met ons te delen? Dat zouden we heel leuk vinden, want elke getuigenis brengt glorie aan God!

Stuur dan een mail naar: info@tessavanolst.com onder vermelding van je naam en laat ook even weten of we je getuigenis (online) mogen delen. Dit kan ook altijd anoniem, maar vermeld dat er dan even bij.



ZAAI IN GODS WERK

Zegent de bediening jou en ben je nog geen partner? Dan nodigen we je uit om te zaaien in het werk wat we doen om zo tot nog meer zegen te zijn voor jou en anderen.

[Word partner of doe een eenmalige gift](#) ([klik hier](#))! of scan de QR code met je telefoon.