



Zeg 'NEE'

tegen seksuele
verleiding

Randy Alcorn

Zeg 'NEE' tegen seksuele verleiding

'Er is iets verschrikkelijks gebeurd'. Zo klinkt de gespannen stem van één van mijn vrienden, die van de andere kant van het land naar mij opbelt. 'Onze voorganger is er gisteren met een andere vrouw vandoor gegaan.' Mijn hart brak, maar ik was niet geschokt of verbaasd. Ik heb dergelijke berichten al veel te veel gehoord om er nog ooit verbaasd over te zijn. Hoewel we het met pijn en moeite durven te zeggen, moeten we eerlijk zijn en erkennen dat het kerkelijke landschap bezaaid is met verwoeste levens die door seksuele zonden zijn geveld.

De meeste van ons zullen voorbeelden kunnen opnoemen, sommige van ons misschien wel vele voorbeelden, van christenmannen of -vrouwen die gevallen zijn in een bepaalde seksuele zonde. Onder christenen (ook onder hen die een bediening hebben) is een epidemie gaande van enorme en schrikwekkende afmetingen met betrekking tot seksuele onreinheid.

Onthullingen zoals hierboven zijn als een emmer koud water die in je gezicht gegooid wordt. We kunnen de zedelijke zwakheid onder de gelovigen niet meer ontkennen. Als we het verloren terrein niet herwinnen, staren we als kerken de geestelijke machteloosheid in het gezicht. Waarom? Omdat een goddeloze wereld nooit door een goddeloze kerk gewonnen kan worden.

Als er regelmatig iemand van een gevaarlijke rots van 50 meter hoogte naar beneden valt, kunnen we als mens op twee manieren reageren:

- Je kunt een ziekenhuis onder in het dal bouwen.
- Je kunt waarschuwingsborden en een reling bouwen.



Wat we als kerken, dringend nodig hebben, zijn duidelijke maatregelen. Daarom wil ik een aantal praktische stappen geven om seksuele verzoeking te weerstaan.

1. Neem de tijd om jouw geloofsleven te laten groeien.

Mensen die in seksuele zonden vallen, hebben vaak in de voorafgaande weken, maanden of jaren hun stille tijd verwaarloosd. Ze hebben afstand gedaan van gezond zelfonderzoek of het contact met andere gelovigen verwaarloosd. In ons drukke leven gebeurt het maar al te vaak dat we nalaten om ons geestelijk leven te verzorgen en te voeden.

We winnen het gevecht tegen seksuele onreinheid niet in de rumoerige loopgraven van de wereldse verzoeking, maar thuis, in de stilte op onze knieën. Een overvol programma en onophoudelijke activiteiten takelen ons geestelijk leven af. Als je voortdurend druk bezig bent, slijt het vermogen om te horen en acht te geven op de aanmoedigings- en waarschuwingsignalen van Gods Geest, Zijn Woord en Zijn kinderen. Moeheid leidt tot desoriëntatie en maakt ons onbewust van wat er om ons heen werkelijk gebeurt. Om tijd met God door te brengen, heeft niet alleen tot doel om reinheid na te jagen, maar is ook een doel op zichzelf. Het is dus niet een pragmatisch instrument wat we even gebruiken om verleiding te weerstaan, maar is het de fontein waaruit heiligheid vloeit.

2. Behoed jouw binnenste.

Een christen zei eens: 'Ik kwam zonder waarschuwingssignaal in een overspelige verhouding terecht. Ik zat er opeens middenin.' Na wat gerichte vragen gesteld te hebben, werd duidelijk dat dit absoluut niet klopt. Voordat hij daadwerkelijk vreemd ging, was hij al een tijd bezig met het bekijken van onzedelijke beelden. Hij had zichzelf, door het bekijken van deze onzedelijke beelden, al tot een echtbreker gemaakt! Het was wachten op het moment dat de tijdbom zou barsten.

Seksuele zonden komen nooit uit de lucht vallen. We zitten niet opeens middenin seksuele onreinheid; we stappen er doelbewust naartoe. Heel vaak is het een lang proces waarin een ontvankelijke houding voor deze zonde is ontwikkeld. Op het moment dat we dan aan onzedelijkheid blootgesteld worden, is het bed al gespreid.

“Zaai een gedachte, maai een handeling. Zaai een handeling, maai een gewoonte. Zaai een gewoonte, maai een karakter. Zaai een karakter, maai een bestemming.”



Onze gedachten zijn de bouwstenen waarmee we ons karakter en onze bestemming vormen. We moeten onreine gedachten daadwerkelijk afweren. De sleutel daartoe is niet zozeer dat we zeggen: 'Ik zal niet begeren, ik zal niet begeren', maar dat we onze harten en gedachten richten op dat wat goddelijk en rein is. We moeten ons dus niet richten op het negatieve, maar op het positieve. Onze goede gedachten zullen onze slechte gedachten vervangen (Fil. 4:8).

We kunnen niet alle seksuele prikkels vermijden, maar we kunnen wel voorkomen dat ze wortel gaan schieten. Zoals Maarten Luther ooit gezegd heeft: 'Jij kunt niet voorkomen dat er vogels boven je hoofd vliegen, maar jij kunt wel voorkomen dat er een vogel in jouw haar een nest gaat bouwen.'

Als je op dieet bent, moet je geen bakkerij binnenstappen. Als je seksueel rein wilt blijven, blijf dan weg van tijdschriftrekken, videowinkels, advertenties, sites enz. enz. Gaat niet naar mensen of plaatsen die jou tot zondige begeerten zullen prikkelen. *'Vlucht weg van seksuele onreinheid!'* (1 Kor. 6:18)

Als jouw internetaansluiting de aanleiding is om telkens weer pornografie te bekijken, moet je internet van jouw computer halen of je abonnement opzeggen.

'Het is de wil van God dat jullie heilig leven. Onthoudt u van onzedelijkheid.' (1 Thes. 4: 3).

Jezus stelde heel duidelijk dat verkeerde begeerten in ons verstand, en niet in ons lichaam beginnen: *'Maar ik zeg jullie: Een ieder die een vrouw aanziet om haar te begeren, heeft reeds overspel gepleegd.'* (Matt. 5:28). Jezus gaat verder en zegt ons dat we radicaal met zonde en verzoeking moeten handelen.

'En indien uw oog u tot zonde verleidt, trekt het uit, en werpt het van u! Het is u beter, maar één oog hebbende, tot het leven in te gaan, dan twee ogen hebbende, in het helse vuur geworpen te worden.' (Mat. 18:9).

Onze plicht is allereerst niet om de verleiding te weerstaan, maar om ervan weg te rennen. De Bijbel zegt nadrukkelijk: *'Kom niet op het pad van goddelozen, en begeef je niet op de weg van kwaaddoeners. Verwerp die, ga die niet op, wijk daarvan af en ga voorbij!'* (Spr. 3:14-15). Kan het nog duidelijker?

3. Tref voorzorgsmaatregelen ten opzichte van het tegenovergestelde geslacht.

We moeten voorzichtig zijn waar, wanneer en waarom we met leden van het tegenovergestelde geslacht in aanraking komen. Zie je uit naar afspraken met een bepaalde persoon? Verzet je andere afspraken om haar of hem te ontmoeten? Kies je ervoor dat andere medewerkers niet weten dat jij weer met hem of haar gezien wordt? Of voel je juist geveid als je met hem of haar in het openbaar gezien wordt? Enige van deze waarschuwingstekens wijzen erop dat jij een ongepaste verhouding hebt met een ander.



Neem praktische maatregelen. Bijvoorbeeld: Als je niet kunt voorkomen dat je alleen moet zijn met leden van het tegenovergestelde geslacht, zorg dan dat de deur of het gordijn open blijft staan, zodat anderen naar binnen kunnen kijken.

'Onthoud u van alle schijn des kwaads.' (1 Thes. 5:22)

4. Wees op je hoede voor subtiele tekenen van aantrekkingskracht.

Je moet een tijdig opsporingsstelsel ontwikkelen om zedelijk gevaar te onderscheiden, voordat je al tot over je oren in de onreinheid zit. Let op: een verhouding kan al lange tijd seksueel zijn, voordat het erotisch wordt. Een vrouw aanraken of fantaseren over erotische ontmoetingen is niet het enige wat bij onreinheid hoort. Heel veel mensen belanden met iemand in bed, omdat ze op een gegeven moment verliefd zijn geworden op die persoon. Deze verliefdheid heeft zich in een proces ontwikkeld.

5. Voorzie en voorkom seksuele verzoeken.

Het is makkelijker seksuele verzoeken te vermijden dan ze te weerstaan. Zoals Jozef hard wegliep bij de vrouw van Potifar, moeten we bij de verzoeken van onreinheid wegvlugten. Als de seksuele verzoeking zich aandient, moeten we volgens de Bijbel geen lafaards zijn (1 Kor. 9:18). Mensen die voor hun werk vaak moeten reizen, worden vaak aan verzoeken blootgesteld. Huis, familie en gemeenschap bieden zekere natuurlijke beperkingen, die wegvallen als je op zakenreis gaat (soms reizen mannen juist graag omdat hun huiselijk leven ongelukkig is). Anonimiteit en ledige uurtjes betekenen onheil voor de zwakkeling, de worstelaar, de eenzame en de gekwetste.

Toen ik onlangs op een mannenconferentie sprak, vroeg ik aan de mannen die regelmatig op zakenreis gingen of ze op wilden staan. Ik vroeg aan hen die opstonden of ze wilden vertellen hoe ze seksuele verzoeken tegenstonden. Eén van de mannen getuigde: 'Jarenlang heb ik toegegeven aan de verleidingen op de momenten dat ik me verveelde. Als ik nu bij een hotel aankom, vraag ik direct aan het personeel of ze het televisietoestel van de kamer willen verwijderen. Zonder uitzondering kijken ze me verbaasd aan en zeggen ze: 'Maar meneer, als u niet wilt kijken, moet u

het toestel gewoon uitlaten....'. Maar omdat de klant koning is, blijf ik erop aandringen dat ze het toestel uit mijn kamer moeten halen, en nog nooit is mijn verzoek geweigerd. De televisie verwijderen, was mijn manier om te zeggen: 'Ik maak hier ernst mee, Heere.' Ik doe dit nu al een jaar en ik kan getuigen dat ik al een jaar overwinning heb over deze zonde.'



Deze man heeft een belangrijk beginsel geleerd. Neem in sterke momenten besluiten voor de zwakke momenten van verzoeking. Om te voorkomen dat verzoeking op jouw pad kunnen komen, is heel vaak de sleutel om rein te zijn en blijven: *'Ik heb een verbond met mijn ogen gesloten.'* (Job. 31:1)

6. Werk aan en bescherm jouw huwelijk.

Communicatie is kritisch. Elke overspelige verhouding begint met leugens en de meeste leugens leiden tot schijnbaar onschuldige leugens ('zij hoeft dit niet te weten'). Als jij getrouwd bent, moet je geregeld jouw verhouding met jouw partner onderzoeken. Let op de rode lichten van ontevredenheid, zwakke communicatie en een zwakke seksuele verhouding.

De waarheid is dat zelfs christelijke huwelijken vol verdeeldheid, verwijten en pijn kunnen zijn. Dit maakt ons kwetsbaar voor de opwinding van een 'nieuwe' persoon. Het antwoord ligt echter niet in een 'nieuw' persoon, maar eerder in de nieuwe waardering van de 'oude' persoon. Soms is hulp van buitenaf nodig voor huwelijksprobleem. Helaas zijn veel christenen te trots om hulp in te schakelen. Pas op het moment als ze vreemd zijn gegaan, geven ze hun worsteling hieromtrent toe. Bedenk echter dat de korte-termijn-kosten om jouw trots te breken aanzienlijk minder zijn dan de lange-termijn-kosten van een verwoest huwelijk.

7. Praat regelmatig met geestelijke broeders en zusters die je bevragen

Verkeerde begeerten floreren heerlijk bij geheimhouding. Niets is zo preventief als het eerlijk en open aan elkaar vragen hoe het in je strijd met verkeerde begeerten vergaat.

Om te voorkomen dat ik ooit toe zal geven aan verkeerde neigingen en begeerten ben ik twee groepen begonnen. Eén op donderdagmiddag, met drie andere voorgangers en één met vier broeders, op zaterdagochtend. We beginnen elke week met een gedeelte uit de Bijbel wat we overdenken.

Daarna beantwoordt ieder op zijn beurt deze vragen:

- Hoe is jouw verhouding met de Heere? Hoe is jouw verhouding met je huwelijkspartner? (Of de persoon waar je het meest mee omgaat.)
- Hoe is jouw verhouding met je kinderen?
- Met welke verzoeking heb je op dit moment het meest te strijden en hoe ga je de strijd daarmee aan?
- Waar heb je de afgelopen week veel over na gedacht?
- Hoe is je stille tijd de afgelopen tijd geweest?
- Met wie heb je de afgelopen tijd het Evangelie gedeeld?

- Heb je in de antwoorden op de voorgaande vragen op één of andere manier gelogen?
- Hoe kunnen wij voor jou bidden en jou helpen?

Na een paar bijeenkomsten, getuigden de mannenbroeders stuk voor stuk dat dit de meest betekenisvolle 90 minuten van de week voor hen waren. Voor sommigen van hen was dit voor de eerste keer in hun leven dat een broeder in Christus deze vragen stelde. Op deze manier leer je iemand in een maand beter kennen dan sommige kennissen die je al 10 jaar kent. *'Ijzer scherpt men met ijzer.'* (Spr. 17:7).

Zelfs eenvoudige en spontane pogingen om iemand in te schakelen in de strijd tegen een bepaalde verzoeking, leveren verbazingwekkende resultaten op. Een keer had ik last van een seksuele verzoeking. Na een tijdje belde ik een goede vriend van me op en zei: 'Bid alstublieft voor me, ik heb last van dit en dit....'. Hij beloofde voor me te bidden en me de volgende dag terug te bellen om te vragen hoe het ervoor stond. Op het moment dat ik de telefoon neerlegde, was de verzoeking weg! Waarom? Ik zou graag willen dat ik geestelijk zo sterk was, maar de waarheid was dat mijn vriend de volgende dag zou bellen en dat ik hem niet onder ogen zou durven komen als ik zou vertellen dat ik in zonde gevallen was. Als dit een kurk is, dan is het goed zo!



8. Belijd en toon direct berouw

We moeten onze rekeningen met God snel vereffenen. Als je gezondigd hebt, moet je dit direct en oprecht voor Hem belijden. Doe dit voor je ongevoelig wordt voor jouw zonde. Als je dit niet direct doet, zul je de volgende keer een tree verder gaan en zal je geweten ongevoeliger worden. Naast *geen belijdenis* is *uitgestelde belijdenis* het één na slechtste wat je kunt bedenken. *'Wie zijn overtredingen bedekt, zal niet voorspoedig zijn, maar wie ze belijdt en nalaat, zal barmhartigheid verkrijgen.'* (Spr. 28:13)

Iedere zonde moet voor God beleden worden en sommige zonden voor andere mensen. *'Belijd elkaar de overtredingen en bid voor elkaar, opdat u gezond wordt. Een krachtig gebed van een rechtvaardige brengt veel tot stand.'* (Jak. 5:16). De belijdenis van jouw zonde wordt bepaald door:

- Wie is door jouw zonde geraakt?
- Wie is bewust van of achterdochtig met betrekking tot jouw zonde?
- Wie is in de positie om te helpen voorkomen dat je deze zonde weer gaat doen?

De zonde van onzedelijkheid heeft ook gevolgen voor het Lichaam van Christus (1 Kor. 5:6). Als anderen weten dat ik gezondigd heb, kan dat pijn en verdriet in de gemeente veroorzaken. Het is voor jezelf en voor de gemeente belangrijk dat hierover openlijk schuldbelijdenis wordt gedaan. Zonden die openlijk hebben plaatsgevonden, moeten openlijk beleden worden!

Alhoewel je huwelijkspartner onbewust kan zijn van jouw zonde, wordt zij er toch door geraakt. Als je je zonde niet eerlijk tegenover haar belijdt, houd je haar twee keer voor de gek. Als ik mijn huwelijksbelofte heb verbroken, moet mijn huwelijkspartner besluiten of zij mij wil vergeven. Een

ieder die met de vrees leeft dat zijn/haar partner achter de waarheid zal komen, leeft niet zoals God wil dat je leeft.

9. Bereken de kosten van onreinheid.

Enige tijd geleden heb ik samen met mijn vriend een lijst met specifieke gevolgen van onreinheid opgesteld. Deze lijst was verbijsterend en heeft een grotere uitwerking op ons gehad dan enige preek of artikel.



We lezen deze lijst van tijd tot tijd, vooral als we op reis zijn, als we verzocht worden of zwak voelen. Voor ons is het een persoonlijk en tastbare manier om scherp te blijven en Gods wil hierover helder te krijgen. De mist van de verleiding klaart vaak snel weer op, waardoor we weer nuchter kunnen nadenken wat de vreselijke gevolgen zouden zijn. We hebben ook ontdekt dat deze lijst ons hart vult met een gezonde vrees voor God. Door deze lijst serieus te nemen, worden we elke keer weer

aangemoedigd om op de Heere te focussen en om stappen van wijsheid en reinheid te nemen.

Het toegeven aan deze verleiding of verzoeking zal:

- Gods reputatie door de modder slepen.
- Mij op de oordeelsdag een groot probleem opleveren als ik oog in oog met Jezus zal staan.
- Ontzaglijk veel verdriet en pijn veroorzaken bij mijn vrouw/man en kinderen.
- Het vertrouwen wat mensen in mij hebben, onherstelbare schade doen oplopen.
- Een schande voor mijn familie worden.
- Bij mijn broeders en zusters van de gemeente veel verdriet en pijn veroorzaken.
- Voor mijn ongelovige kennissen een reden zijn om niet te geloven.
- Leiden tot verlies van mijn zelfrespect en een levenslange verlegenheid over mijzelf brengen.
- De satan veel plezier opleveren.

Dit is nog maar de helft van onze lijst. Ik hoop dat dit genoeg redenen zijn om nooit in je leven meer toe te geven aan een verleiding of verzoeking. Bereken de kosten!

10. Satan kent jouw zwakke plekken.

In de film *The Hobbit* leek niemand zo onoverwinnelijk als Smaug, de machtige draak. Wat hij echter niet wist was dat er onder zijn buik een klein spleetje in zijn wapenrusting zat. Dit kleine spleetje was alles wat de ervaren jager en schutter Bard nodig had om de ondergang van de draak te bewerkstelligen. Smaug was zich onbewust van zijn zwakheid en omdat hij zijn tegenstanders onderschatte, liet hij na om zich te beschermen. Bard's pijl doorboorde zijn hart en de mensen van het meer werden gered.

Satan kent de zwakke plekken van de wapenrusting van de machtigste christenstrijders maar al te goed – om maar niet van de rest te spreken. Hij verspeelt niet graag zijn pijlen en zal daarom zijn

pijlen niet verschieten op de sterkere platen van de wapenrusting. Hij zal daarom de zwakkere plekken uitzoeken! Let wel; zijn pijlen zijn dodelijk.

Als ik mezelf en mijn broeders en zusters in Christus nauwlettend bekijk, ben ik soms verontrust wat ik zie. Sommigen van hen zijn erg zwak en gaan gemakkelijk voor de bijl. We staan erbij en kijken ernaar en langzaam passen we onze normen aan, aan die van de wereld. We denken op deze terreinen niet meer Bijbels, maar gaan denken zoals de wereld...

Het wordt tijd dat we ons gedachteleven, onze woorden en daden van dichtbij bekijken! We mogen voor onszelf en voor anderen onaantastbaar lijken, maar pas op voor de vurige pijlen van de boze. *'Daarom, wie meent te staan, zie toe, dat hij niet valle.'*

Moge de bovenstaande richtlijnen ons leven, ons gezin en onze bediening behoeden voor de vernietiging!

We leven in een strijd die vele malen heviger en meer strategisch is als enige strijd die Alexander de Grote of Napoleon ooit gevochten heeft! Niemand bereidt zich voor op een strijd waarvan hij niet bewust is en niemand wint een strijd waarop hij niet voorbereid is!

Artikel overgenomen uit: Herlewing, No 5, Publikasie van Herlewing Suid-Afrika. Met toestemming van Eternal Perspective Ministries vertaald uit Zuid-Afrikaans en samengesteld door Peter Baan, pbaan@solcon.nl

In het Engels verschenen onder de titel: *Sexual Temptation: How Christian Workers Can Win the Battle* (1989)

Randy Alcorn ([Portland](#), 23 juni 1954) is een Amerikaans auteur. Alcorn publiceerde zijn eerste boek in 1985. Hij schrijft fictie en non-fictie, waarbij het christelijk geloof een belangrijke rol speelt. Het boek *Het Ishbane complot* schreef hij samen met zijn dochters Karina en Angela. Alcorn was dertien jaar predikant tot hij in 1989, als lid van een Pro-lifegroep werd opgepakt na geweldloze anti-abortusprotesten. Hij werd veroordeeld tot een schadevergoeding waarbij hij tien jaar lang een deel van zijn maandsalaris aan de abortuskliniek moest betalen. Omdat hij geen financiële bijdrage wilde leveren aan de activiteiten van de abortuskliniek, besloot hij zijn ambt neer te leggen. Alcorn is oprichter en directeur van de Eternal Perspective Ministries (EPM), een non-profitorganisatie die zich richt op Bijbels onderwijs. De royalty's van zijn boeken gaan naar EPM.



Het boek *Safely Home* (2001), vertaald als *Thuiskomst*, stond in 2008 met de controversie rond de Olympische Spelen in Peking en de kwestie van de mensenrechten opnieuw in de belangstelling. Het verhaal gaat over de vriendschap tussen de Amerikaan Ben Fielding en een oud-studiegenoot, Li Quan, die in zijn thuisland China als christen wordt vervolgd.