

# Goed Nieuwsbrief



Nr. 44

februari 2016

*De Goed Nieuwsbrief is een uitgave van Roelof Tichelaar en heeft als doelstelling:*

- de verspreiding van christelijke spiritualiteit
- het informeren over geestelijke hulpverlening en weerbaarheid
- het aankondigen van nieuwe ontwikkelingen, lezingen en boeken

Voor meer informatie op internet: [www.roeloftichelaar.nl](http://www.roeloftichelaar.nl) en [www.weerbaarheidstrainer.nl](http://www.weerbaarheidstrainer.nl)

*Heeft u deze Goed Nieuwsbrief van iemand anders doorgestuurd gekregen en wilt u deze in de toekomst ook zelf ontvangen, of stelt u de ontvangst niet op prijs, stuurt u dan een email naar: [info@roeloftichelaar.nl](mailto:info@roeloftichelaar.nl).*

*U kunt ook schrijven naar: Schutstraat 112, 7901 EH Hoogeveen.*

*Het overnemen van de inhoud mag, maar dan graag met bronvermelding.*

*Kent u mensen die mogelijk geïnteresseerd zijn in deze Goed Nieuwsbrief, stuurt u hem gerust door!*

**De Goed Nieuwsbrief is en blijft natuurlijk gratis. Een vrijwillige donatie is echter van harte welkom.**

**Dat kan op bankrekeningnummer (IBAN:;) NL28INGB0749790989 (BIC: INGBNL2A) t.n.v. R. Tichelaar te Hoogeveen, onder vermelding van 'gift'.**

---

## Inhoud:

Beste mensen	2
De macht van de gewoonte	3
Inspiratie	6
Gebed	6

Beste mensen,

Van harte welkom in deze 44<sup>e</sup> Goed Nieuwsbrief. Ik wil beginnen de zeven mensen te bedanken die de afgelopen 2 maanden een vrijwillige donatie hebben overgemaakt voor de Goed Nieuwsbrief. Hartelijk dank daarvoor! Ik wil nogmaals benadrukken dat dit niet alleen voor de Goed Nieuwsbrief is, maar dat mede daardoor ook zo nu en dan mensen die financieel in een diep dal zitten, kosteloos geholpen kunnen worden. Want dat principe kan ik nog altijd hoog houden: dat ik niemand vanwege financieel onvermogen weiger. Dan zoeken we samen naar een goede oplossing.

Het aantal lezers van de Goed Nieuwsbrief neemt in rustig tempo toe. Mocht u mensen in uw omgeving kennen die misschien ook geïnteresseerd zijn, stuurt u hem dan gerust door.

Zo nu en dan krijg ik ook de vraag of een tekst of gebed uit de Goed Nieuwsbrief elders gebruikt mag worden. Ik juich dat van harte toe, dus doe dat gerust. Graag wel even met bronvermelding natuurlijk...

Mijn jongste boek 'De ontwikkeling van de ziel' is een maand geleden verschenen. Momenteel staat er al weer een nieuw boek in de steigers: 'Leven vanuit het Christusbewustzijn'. Het is een boek met losse teksten ter bezinning en inspiratie. Leuk om van begin tot eind te lezen en misschien nog leuker om het gewoon eens open te slaan. Het zijn allemaal teksten van maximaal 1 pagina. Mooi compact, krachtig en helder. Ik verwacht dat het op korte termijn zal verschijnen en ik zal u hier natuurlijk van op de hoogte houden.

De ontwikkelingen blijven maar doorgaan, want er is de afgelopen periode ook veel inspiratie ontvangen over de tijd waarin we leven. Ook dat zal (waarschijnlijk in de loop van dit jaar) tot nog een boek leiden. Genoeg te doen dus...

Ik ben dankbaar dat ik zo op die stroom van inspiratie mag zitten en het langs deze weg mag doorgeven. Ik hoop dan ook dat het nog lange tijd zo door zal kunnen gaan.

In deze editie een artikel over de macht van de gewoonte en natuurlijk - zoals altijd - inspiratie en een gebed.

Voor nu: veel leesplezier en inspiratie toegewenst!

Roelof Tichelaar



## De macht van de gewoonte

Er zijn goede gewoonten die ons een vertrouwde structuur, ritme en regelmaat kunnen bieden in ons dagelijks leven. Structuur, ritme en regelmaat zijn belangrijke waarden om een bepaalde rust en discipline te bewaren. In die zin is er niets mis met gewoonten. Sterker nog: we zouden niet zonder kunnen.

Maar gewoonten kunnen ons ook blind maken, doordat we bepaalde inzichten automatisch voor waar aannemen en niet zelf bewust nadenken waarom we geloven, denken, spreken en handelen zoals we dat gewend zijn.

Volgens de psychologie volgen we met die oude gewoonten bepaalde denkpaden of denklijnen in onze hersenen. We zijn hier zo vertrouwd mee geraakt, dat het afwijken van de vaste route tot irritatie of andere gevoelens van ongemak kan leiden.

Zo kunnen er ook allerlei gedachten in ons opkomen die gebaseerd zijn op oude aannames of overtuigingen. Door die gedachten automatisch voor waar aan te nemen, zullen ze zowel ons gevoel als ons gedrag gaan bepalen. Als we bewuster willen leven, zullen we dus meer bewust moeten stilstaan bij de gedachten die in ons opkomen. Nemen we die automatisch voor waar aan of onderzoeken we ze op waarheid en zijn we in staat ze ook op tijd los te laten? Dit laatste is noodzakelijk, willen we bewuste mensen zijn.

Gewoonte kan te maken hebben met gewenning en dus met automatisch en onbewust gedrag. Gewoonte kan ook overgaan in een verslaving. Om los te breken uit de macht van de gewoonte is moed en doorzettingsvermogen nodig.

Het betekent soms dat we uit onze comfortzone moeten stappen of dat we zullen moeten breken met een bepaalde traditie of een gedragspatroon, waardoor we soms ook niet meer aan de verwachtingen van anderen kunnen voldoen.

Het doorbreken van een oude gewoonte heeft dan ook te maken met het vinden van je eigen koers, je eigen grenzen en je eigen waarheid. Want alleen de Waarheid kan je vrijmaken.

De macht van de gewoonte kan met name binnen de religie een sterk bepalende factor zijn. Van nature ligt het meestal in de aard van de mens afwijzend te staan tegenover alles wat niet overeenstemt met de traditionele inzichten die van generatie op generatie zijn overgedragen. De plaats waar je wieg heeft gestaan is dikwijls bepalend voor het geloof dat je al dan niet aanhangt.

Geloofsinzichten (dat geldt overigens evengoed voor het ontbreken van een geloof!) worden vaak blindelings overgenomen. In die zin kan de macht van de gewoonte een vijand van de waarheid zijn. Want door het aanhangen van traditionele inzichten kan de mens weerhouden worden zelf actief op zoek te gaan naar de waarheid.

Het is algemeen bekend hoe moeilijk het is bevrijd te raken van oude geloofsdogma's waarmee men al vanaf de vroege jeugd is geïndoctrineerd. Het kan een hele strijd zijn om tot innerlijke vrijheid te komen en op zoek naar je eigen waarheid te gaan en open te staan voor afwijkende inzichten. Welke leerstellingen zijn voor jou waar en welke moet je loslaten? Dat kan een hele worsteling zijn die niet zelden met schuldgevoel gepaard gaat. Schuldgevoel tegenover God of



tegenover de ouders, omdat die door het afwijkende pad van hun kind teleurgesteld zijn geraakt. Het lopen in een kudde kan een gevoel van veiligheid oproepen, maar dit kan ook een schijnveiligheid zijn als de hele kudde op een dwaalspoor zit. Allemaal zijn we geroepen de waarheid te zoeken, ieder op zijn of haar eigen manier. We mogen alles onderzoeken en het goede behouden.

In nagenoeg iedere religie, inclusief het christendom, wordt de geloofsleer schriftelijk of mondeling van generatie op generatie doorgegeven. Maar bij wie moeten we te rade gaan om de volle waarheid te kunnen vernemen? Welke van de elkaar tegensprekende bronnen is zuiver? Op wie kunnen we vertrouwen? Van oudsher is het zo dat God zelf mensen langs geestelijke weg onderwees. De grote geestelijke leiders waren afhankelijk van dit onderwijs. In 'God vergist zich niet' (1) schreef ik hier het volgende over:

*“Belangrijke geestelijke leiders in de geschiedenis hadden de directe leiding van God nodig in hun leven. Kijk naar de grote profeten en bijvoorbeeld naar Mozes. In de tijd van Mozes was bij de Israëlieten het vragen aan God een dagelijks gebeuren:*

*‘Mozes sloeg steeds buiten het kamp, op ruime afstand ervan, een tent op die hij de ontmoetingstent noemde. Ieder die de Heer wilde raadplegen, ging naar de ontmoetingstent buiten het kamp. (...) Dan sprak de Heer met Mozes. (Exodus 33: 7-9)*

*Als grote leiders als Mozes deze leiding al nodig hadden in hun leven, zouden wij daar dan zonder kunnen? Achten professoren en theologen zichzelf misschien wijzer dan Mozes, Paulus en al die anderen die uit deze verbinding de goddelijke waarheden putten, die zij vervolgens verkondigden? Of menen we dat we genoeg hebben aan de verhalen die we in de Bijbel over deze mensen en hun ervaringen kunnen lezen?*

*Ik geloof en weet dat de enige zuivere bron van waarheid God is en dat we als mens de verbinding met God mogen zoeken om tot een vaste overtuiging te komen. Niet om overal pasklare antwoorden op te krijgen, maar wel om onze eigen unieke weg van de waarheid te vinden.*

*De eerste christenen stonden nog volop in verbinding met Gods geestenwereld en putten hun inzichten uit deze bron. Gaandeweg raakte de stroom, die uit deze bron voortvloeide, door beperkte menselijke leerstellingen verontreinigd.*

*De riolen van het menselijk denken kwamen in deze stroom terecht en hoe verder we in de loop der eeuwen stroomafwaarts komen, hoe troebeler het water wordt. Het vraagt moed open te staan voor deze innerlijke stroom van inzicht, die we ook wel ‘inspiratie’ kunnen noemen. Want behalve in dromen en helderziende waarnemingen, kunnen de engelen van God zich ook openbaren door middel van*

*inspiratie. Inspiratie betekent eigenlijk 'inblazing', 'ingeving', 'bezieling' of 'heldere gedachte'. De eigen gedachten van de ontvanger (ook wel 'medium' genoemd omdat deze een instrument, een kanaal is waarlangs de geestelijke wereld zich openbaart) worden in feite overstemd door de ingegeven gedachten. De geestenwereld is als de violist die met zijn strijkstok het instrument beroert en daarmee mooie klanken opwekt, gedachten en gevoelens in ons oproept die ons kunnen verrijken."*

Iedere religie kan ten prooi vallen aan dwaling zodra de levende verbinding met God vervangen wordt door mensenwijsheid. En zodra we de moed hebben om die levende bron van waarheid door een ontvankelijke en gelovige houding aan te boren, kan dit betekenen dat we oude geloofsinzichten moeten loslaten. Dat zijn de momenten waarop de waarheid de gewoonte overwint.

Dit wil niet zeggen dat daarmee alle vertrouwde inzichten overboord moeten worden gezet. Er ontstaat een innerlijk proces van uitzuivering, waarbij we afscheid moeten nemen van het ene en het andere mogen blijven omarmen. Voor mij is de Bijbel een belangrijk boek en staat de verlossing door Jezus Christus centraal in mijn geloof. Niet omdat mij dit vroeger zo geleerd is, maar omdat het langs geestelijke weg bevestigd is. Van sommige andere traditionele inzichten van het christendom heb ik afscheid moeten nemen. Zo heb ik in eerdere Goed Nieuwsbrieven een aantal christelijke dogma's besproken die haaks staan op wat Gods geestenwereld heeft aangereikt. Andere belangrijke zaken die uit het traditionele christendom waren verdwenen, zoals het contact met de engelenwereld, werden weer met het christendom herenigd. Vandaar dat ik mezelf een overtuigd 'spiritueel christen' noem.

Ook de wetenschap ontkomt niet aan de macht van de gewoonte. Talloze heilige huisjes zijn gaandeweg door de wetenschappelijke ontwikkeling gesneuveld. Zaken die in het verleden als onomstotelijke waarheid werden aanvaard, bleken achteraf toch niet te kloppen. Er is niets ter wereld wat zichzelf zo vaak heeft moeten herroepen als de wetenschap. Er zijn talloze wetenschappelijke inzichten die gebaseerd zijn op geloof, op oude aannames die als vanzelfsprekend worden aangenomen, maar in feite slechts wankele hypothesen zijn.

Het is aan een ieder van ons om in alle facetten van ons leven te kiezen voor de waarheid. Kracht, moed, vertrouwen en doorzettingsvermogen zijn de voorwaarden hiertoe. Maar zodra we deze keuze maken en bereid zijn de waarheid te ontvangen, zal God ons de kracht hiervoor geven en ons nooit in de steek laten. Want alleen de Waarheid maakt ons vrij.

*(1) Roelof Tichelaar, 'God vergist zich niet - de verborgen zijde van het goddelijk verlossingsplan', uitgeverij Akasha, Eeserveen (2012)*

## Inspiratie

*‘Veel beslissingen worden door de mens niet bewust genomen. Men handelt vanuit de macht van de gewoonte of denkt er in het geheel niet over na of iets goed is om te doen of niet.*

*Mensen kunnen meegesleept worden door hun aardse begeerten, die ervoor zorgen dat de keuzes die zij maken, slechts voortkomen uit het verlangen aan die begeerten tegemoet te komen. Het is voor de mens niet makkelijk om eerlijk naar zichzelf te kijken, zolang hij zich nog onbewust laat sturen in de keuzes die hij maakt.*

*Het is dus nodig een pas op de plaats te maken als jullie een beslissing nemen iets wel of niet te doen. Betrek God hier altijd in door Hem in je eigen hart duidelijk te laten maken of iets Zijn wil is of niet. Zo maak je het tot een bewuste keuze en laat je je niet meeslepen door onbewuste invloeden die in je aardse natuur aanwezig zijn of door krachten die je proberen te verleiden tot iets wat niet goed is.*

*Bij opkomende emoties is het ook goed dit tijdig te doen. Sta stil bij de emotie die bij je opkomt en vraag je af waar deze emotie je toe probeert aan te zetten.*

*Vraag vervolgens God of dit Zijn wil is of dat dit voortkomt uit je aardse natuur.*

*Vraag Hem ook om met kracht dit gevoel weg te nemen en plaats te laten maken voor Zijn wil. Dan zal Hij je geven wat je nodig hebt, in dat moment zelf.*

*Op deze manier kun je je blijven afstemmen op God. Zonder die bewuste afstemming en die pas op de plaats zullen jullie voortgedreven blijven worden door wat jullie aardse natuur jullie ingeeft.*

*De apostel Paulus schreef: ‘Alles wat niet uit overtuiging voortkomt, is zonde.’*

*Nu zul je ook begrijpen waarom hij dit zo zei. Je moet eerst tot een vaste overtuiging komen, voordat je handelt. En, zo zegt diezelfde Paulus, als jullie in iets opheldering willen hebben omdat jullie het niet begrijpen, zal God jullie geven wat jullie nodig hebben.*

*Een leven vanuit Gods Geest is een bewust leven. Het vraagt je om voortdurend bewust te denken, te spreken en te handelen.’*

## Gebed

*Lieve God, geef mij de kracht en de moed  
trouw te blijven aan de waarheid.*

*Leer mij de waarheid kennen  
en bevrijd mij van de macht van de gewoonte  
die ons als mens in een ijzeren greep kan houden.*

*Uw waarheid maakt mij vrij  
en daarom verlang ik er zo naar.*

*Leer mij Uw waarheid kennen voor zover ik die bevatten kan,  
ook al komt die mij menselijk gezien misschien niet altijd uit.*

*Dan zal ik daaraan gehoorzamen en geestelijk vrij zijn.*

*Amen.*