

# **Studie/gespreksvragen**

**gemaakt door Maureen Bradley**

**bij het boek**

## **Een ware heilige**

**van**

**John Flavel**

# Inleiding

## **Het hart, de ziel van de mens**

‘Er is in het midden van Mensenziel een zeer vermaard en statig paleis opgericht. Om zijn sterkte kan het een kasteel genoemd worden, om zijn aangenaamheid een paradijs en om zijn grootte een plaats die zo ruim is dat ze de hele wereld kan bevatten. Deze plaats bestemt de Koning Schaddai voor Zichzelf alleen en niemand anders naast Hem, en Hij belast de mannen van de stad met de bewaring ervan’ (John Bunyan, *Heilige Oorlog*)

God, onze Schepper, heeft de mens met een fysiek lichaam geformeerd, maar in dat schitterende lichaam bevindt zich een innerlijk domein dat nog belangrijker, heerlijker en machtiger is dan het omhulsel. Dit statige paleis, de ziel van de mens, was bestemd als woonstede voor God en niet voor een ander. En in het begin was het dit ook, totdat de tragische gebeurtenis plaatsvond, die we kennen als de val van de mens. In de val maakten indringers aanspraak op deze woning en hebben ze een ravage aangericht in wat eens een rustige, aangename plaats was.

## **Sinds de val heeft de mens een rusteloos hart gehad**

‘Vanaf de dagen van Augustinus is het een spreuk dat God het hart van de mens voor Zichzelf gemaakt heeft, en dat dit hart geen ware rust vindt totdat het zijn rust vindt in God’ (Alexander Whyte).

Alle menselijke wezens worden met een leegte in hun hart geboren. Het probleem ligt niet bij de begeerte en het verlangen om deze leegte op te vullen, maar bij datgene of diegene waarin we bevrediging proberen te vinden. Onze harten raken gehecht aan verkeerde dingen. We maken afgoden van alles: goede en slechte zaken. Wat zijn deze afgoden onder andere? Wij allen hebben diverse afgoden opgericht en ons daarvoor neergebogen. Voor de een heeft zijn carrière zijn tijd en aandacht opgeslokt, een ander heeft geprobeerd zich te bevredigen met materiële winst, en bij weer een ander hebben zijn vrouw en kinderen de troon bestegen en daarop gezeten als het aanbeden object.

C.S. Lewis heeft gezegd: ‘Afgoden breken altijd het hart van hun aanbidders.’ Hoe wijd de wereld en het heelal ook zijn, ze kunnen ons hart niet verzadigen, want de leegte in ons hart is nog groter en ons hart verlangt vervuld te worden. Alleen God de Schepper, Die ons hart als Zijn huis maakte, kan ons hart tot overvloeiens toe vervullen.

## **Sinds de val heeft de mens een goddeloos hart gehad**

‘Arglistig is het hart, meer dan enig ding, ja, dodelijk is het’ (Jer. 17:9).

‘Niets verdient ook maar half zoveel afschuw als het menselijk hart. God bespaart aller ogen, behalve Zijn eigen ogen, dat ontzaglijke gezicht: het menselijk hart. Konden u en ik ons hart zien, we zouden krankzinnig worden; zo afschuwelijk zou dat gezicht zijn.’ (Charles H. Spurgeon, *New Park Street Pulpit*, deel 1, p. 44)

Hoe krijgen we ons dodelijk, wilde hart ertoe dat het neerbuigt, aanbidt en Hem dient aan Wie alles gans begeerlijk is? Hoe moeten we ons onwetende hart onderwijzen dat in Christus alleen ‘verzadiging der vreugde’ en ‘lieflijkheden’ zijn, ‘eeuwiglijk’ (Ps. 16:11)? Ten eerste moet er door de Heilige Geest een werk van wedergeboorte plaatsvinden (dan wordt nieuw leven meegedeeld). Alle mensen zijn geestelijk dood totdat God genadig geestelijk leven geeft aan hen die Hij uitverkoren heeft van de grondlegging der wereld. Tegelijk met dit nieuwe leven komt er ook de bekwaamheid om geloof te oefenen in het werk van Christus aan het kruis, Zijn zoenoffer voor de zonde en Zijn volmaakte gehoorzaamheid aan de wet ten behoeve van Zijn kinderen. Net als met alles wat leeft en groeit, moet dit nieuwe, geestelijke leven gevoed worden. Zo begint het levenslange proces van de heiligmaking.

## **De noodzaak om het ongeregelde hart te behoeden**

Wat betekent het om het hart te behoeden? Het behoeden van het hart vereist zelfonderzoek. Ook al heeft de Heilige Geest ons wedergeboren en is nu het zaad van de genade in ons hart geplant, toch is er nog steeds veel onkruid (zondige motieven, zondige gedachten, de wereld met haar vele ijdele verleidingen, de duivel en zijn complotten en intriges om ons te laten zondigen), dat de opwas van de genade tracht te belemmeren. Het bebouwen, cultiveren en onderhouden van een tuin is een zwaar en tijdrovend werk, en dit geldt ook voor het behoeden van het hart. Aan het eind van de zomer zal er in een verwaarloosde tuin veel akelig onkruid staan en maar weinig wat nuttig is.

Binnen de context van de absolute noodzaak om ons hart te behoeden, moeten we ons de vooraanstaande plaats van het verstand realiseren. We kunnen niets weten of aannemen wat niet eerst door ons verstand is heengegaan. Ik kan niet zeggen dat ik iemand of iets liefheb waarvan ik niets weet. Dit wil echter niet zeggen dat de verstandelijke toestemming van een feit als enige belangrijk is. Willen we een heilig leven leiden, dan moeten we eerst de weg naar ons verstand reizen (weten wat recht is), vervolgens naar ons hart (de waarheid omhelzen) en dan naar onze wil (daden: doen wat recht is). De afstand tussen ons verstand en ons hart bedraagt vaak wel duizend kilometer, maar tussen onze genegenheden en onze gehoorzaamheid zit vast en zeker slechts een kleine stap. Moge de Heilige Geest ons bekrachtigen om die duizend kilometer snel af te leggen, door ons verstand te verlichten en ons in staat te stellen om de waarheid te omhelzen en ons daaraan te onderwerpen.

## **Hoe het komt dat we ons hart niet onderzoeken**

Om ons hart te behoeden dienen we de Bijbel en ons eigen hart te bestuderen, maar onder ons, slome leerlingen, is het dikwijls heel gewoon om te spijbelen. Vanwaar deze aversie om overleg met onszelf te voeren?

**De tijdfactor.** De onzichtbare wereld is even werkelijk en belangrijk als de zichtbare wereld, maar de fysieke wereld dringt zich op en beheerst vaak ons leven. We hebben allemaal te worstelen met drukte en we voelen de noodzaak om productief te zijn. In de hedendaagse samenleving wordt ‘doen’ gewaardeerd en niet ‘stilzitten en reflecteren’. Wat is beter? De Schrift laat ons in het voorbeeld van Martha en Maria zien hoe Jezus dit beoordeelt (Luk. 10:38-42). Er moet voor het inwendige leven gezorgd worden en dat vraagt tijd. Het kost tijd om ons hart te onderzoeken – om een oordeel over onszelf te vellen, om onze motieven te onderzoeken, om te onderzoeken wat we nu werkelijk liefhebben en om een verhouding met God op te bouwen.

**De schuldfactor.** Er bestaat zeker een aarzeling om ons hart te onderzoeken omdat we het niet fijn vinden wat we daar aantreffen. We zijn van nature allemaal geneigd om van onszelf weg te vluchten en we willen graag zo weinig mogelijk met ons eigen hart spreken. In ons verstand schuilt een heimelijk vermoeden dat niet alles in ons hart op orde is, dat als we onszelf heel nauwkeurig zouden onderzoeken, we iets zouden ontdekken wat pijnlijk voor ons is. Dit brengt ons in de verzoeking om zelfonderzoek te verwaarlozen of zelfs te haten, net zoals de crimineel een afkeer heeft van zijn verschijndag, waarop zijn misdaden worden onthuld. Daarom is het heel erg nodig dat we herinnerd worden aan wat we zijn, dat het licht van Gods Woord ons wordt voorgesteld om ons de staat van onze inwendige mens te laten zien, en dat de Heilige Geest met overtuiging zegt: ‘Gij zijt die man.’

**De onwetendheidsfactor.** De meeste hedendaagse christelijke publicaties bestaan uit krachteloze en timide algemeenheden, of het nu gaat om tijdschriften of om boeken. De oppervlakkige prediking van onze dagen, die iedereen een goed gevoel geeft, verontrust weinig of helemaal geen gewetens. De heilige donder van Gods wet, die het hart als een bliksem treft en doorsteekt, is afwezig, en vaak slaapt zowel de predikant als de gemeente verder, in een onverstoorde, ijdele zorgeloosheid. De mannen Slecht [Eenvoudig], Luiard en Vermetel uit de Christenreis geven ons beslist een correct beeld van maar al teveel mensen in de kerk van vandaag. Maar laten we voor een les in zelfonderzoek eens kijken naar het advies van William Lord Russell aan zijn zoon, zoals Whyte dit weergeeft:

Welke bezigheden je ook hebt, laat niet na om elke avond, als in de tegenwoordigheid van God en Zijn heilige engelen, een onderzoek in te stellen naar je ziel, wat voor kwaad ze gedaan heeft, wat voor goed ze ongedaan gelaten heeft; wat voor uitglijders, wat voor valpartijen ze die dag gemaakt heeft; wat voor verzoeking over haar gezegevierd hebben, door welk middel of op welke manier. Doorzoek elke

hoek van je donkere hart. Laat niet het kleinste zondetje en geen enkele toegeeflijkheid tegenover een bepaalde zonde zich daar verschuilen. Maar breng alles tevoorschijn, beween het, protesteer ertegen, verafschuw het en gesel het door diepe droefheid. Als zo de breuk van elke dag tussen God en je ziel hersteld is, kun je met een rustiger en zoeter hoop gaan slapen. Als dit onderzoek steeds weer wordt gehouden, zal het vast en zeker alle zonden van gewoonte overwinnen, welke dat dan ook mogen zijn. Ik zeg dit omdat ik ervanuit ga dat je de moed niet zult hebben om elke avond voor God te verschijnen met de belijdenis van dezelfde overtreding. Je zult het/die zonde IX wel nalaten, want anders zou het kunnen lijken dat je God bespot of Hem veracht, en alleen de gedachte daaraan is al vreselijk. (Alexander Whyte, *The Duty of Prayer*, p. 241)

Door zulk helder onderwijs worden ook zelfs de traagste mensen van hun onwetendheid aangaande dit onderwerp afgeholpen.

### **Een waarschuwing – wetticisme**

Net als alle andere oefeningen in praktische godzaligheid probeert de satan ook deze te saboteren en te ruïneren. De goede en rechte praktijk van het behoeden van het hart kan gemakkelijk in wetticisme veranderen als het vanuit een verkeerd motief gebeurt. We worden vaak tot wetticisme verlokkt door de gedachte dat als we deze juiste daad of die juiste oefening in praktijk brengen, God ons daarom zal aannemen en liefhebben. Wij hebben echter een verhouding met een genadig Vader, Die onze rechtvaardigmaking en aanvaarding heeft besloten in Christus' werk van verdienste voor ons. Wegens datgene wat Christus gedaan heeft, gehoorzamen we nu vanuit een motivatie van dankzegging, erkentelijkheid en liefde.

Maurice Roberts verklaart deze juiste motivatie als volgt:

Vervoering en verlustiging zijn essentieel voor de ziel van de gelovige en ze bevorderen de heiligmaking. Het is niet de bedoeling dat we zonder geestelijke opgewektheid leven. De christen die lange tijd doorgaat zonder te ondervinden dat zijn hart verwarmd wordt, zal spoedig ontdekken dat hij in de verzoeking komt om zijn emoties te laten bevredigen door aardse dingen, en niet, zoals zou moeten, door Gods Geest. De ziel is zo samengesteld dat ze hunkert naar vervulling door dingen buiten zichzelf en tot bevrediging aardse vreugden zal omhelzen wanneer geestelijke vreugden buiten haar bereik zijn. (...) De gelovige is in geestelijk gevaar als hij zichzelf toelaat een tijd door te gaan zonder de liefde van Christus en de gevoelige vertroosting van de tegenwoordigheid van de Zaligmaker te smaken. Wanneer Christus ophoudt het hart met bevrediging te vervullen, zal onze ziel stilletjes op zoek gaan naar andere minnaars. (...) Onder de genieting van de liefde van Christus in het hart van een gelovige verstaan we een bevinding van 'de liefde Gods, in onze harten uitgestort door den Heiligen Geest, Die ons is gegeven' (Rom. 5:5). (...) Omdat de Heere Zichzelf in de genademiddelen voor ons toegankelijk heeft gemaakt, is het onze plicht en ons voorrecht om deze bevinding van Hem in die middelen te zoeken, totdat we er de vreugdevolle deelgenoten van worden' (Maurice Roberts, *The Thought of God*, p. 57-58)

Moge God ons genadig de bekwaamheid geven om wetticisme op te sporen en te ontvluchten. Immers, als we ons op onze eigen verdienste verlaten om een verhouding met de heilige God van het heelal te hebben, zal dat ons onder zijn eigen gewicht verpletteren, óf ons dwingen om Gods volmaakte maatstaf te verlagen, zodat we ons wijsmaken dat we eraan beantwoord hebben en maken dat de hoogmoed zijn lelijke kop opsteekt en trots rondstapt. Hoe dan ook, dit is niet Gods bedoeling voor Zijn kinderen.

Dat onze motivatie veeleer de motivatie zal mogen zijn van iemand die overweldigd is door de liefdevolle Minnaar van onze ziel. Zodra onze geestelijke ogen omhoog zijn gericht op God, zodra we in staat zijn gesteld om onszelf te zien zoals wij zijn en om God te zien zoals Hij is, zal het onmogelijk zijn om Hem te vergeten of van achter Hem af te keren. De Achtervolger van onze ziel zal nu achtervolgd worden.

## **Hoofddoel van Flavels verhandeling**

Flavel betoogt dat 'de zichtbare reformatie van de godsdienstige belijders' plaatsvindt 'door het hart te genezen en de fontein te reinigen, waaruit hun misdrijvingen voortkomen'. Hij neemt Spreuken 4:23 als Schriftuurlijk fundament ('Behoed uw hart met alle ijver, want daaruit zijn de uitgangen des levens') en zet zijn onderwerp in vier thema's uiteen: (1) Wat het behoeden van het hart vooronderstelt en inhoudt; (2) waarom het behoeden van het hart een groot werk is; (3) bijzondere tijden om het hart te behoeden; en (4) toepassingen. Net als veel puriteinse schrijvers is Flavel erg degelijk. Hij is geen schrijver die in grote algemeenheden geloofde, maar hij brengt onderverdelingen in zijn punten aan. Je zou kunnen zeggen dat hij een kunstenaar is die niet met brede penseelstreken schildert. Feitelijk heeft hij niet eens een breed penseel. In plaats daarvan is hij gericht op detail; hij schildert met smalle penseelstreken en past de waarheid heel nauwkeurig op elk geweten toe.

Voor een beter begrip zijn de lessen en vragen in de studiegids in de vorm van een samenvatting geordend. Ook is er gezorgd voor een samenvatting van de hele verhandeling, die kan dienen als voorproefje en overzicht.

Flavel biedt ons een rijke, diepgaande behandeling van het onderwerp. Nadat we dit geschrift gelezen en bestudeerd hebben, zullen we met Charles Spurgeon instemmen als hij stelt: 'Wanneer we een band met puriteinse theologie uit de kast halen, vinden we op één pagina meer diepe gedachten en meer geleerdheid, meer Schriftuur en meer werkelijk onderwijs dan in boeken vol ontboezemingen van het moderne gedachtegoed. De moderne mens zou rijk zijn als hij alleen maar de kruimels bezat die van de tafel van de puriteinen vallen' (Iain Murray, *The Forgotten Spurgeon*, p. 34).

# Samenvatting

*Behoed uw hart met alle ijver,  
want daaruit zijn de uitgangen des levens.  
Spreuken 4:23<sup>1</sup>*

## **Wat het behoeden van het hart vooronderstelt en inhoudt**

Zes daden om het hart zorgvuldig te behoeden, zodat het bewaard wordt voor de zonde die ons hart wanordelijk maakt, en zodat die geestelijke en begenadigde gestalte in stand wordt gehouden, die ons hart geschikt maakt voor een leven van gemeenschap met God:

Daad 1: een geregelde observatie van de gestalte van het hart, door naar binnen te keren en te onderzoeken hoe het ermee staat.

Daad 2: diepe verootmoediging over de boosheden en wangestalten van het hart.

Daad 3: ernstige smekingen en dringend gebed om genade die het hart reinigt en terechtbrengt, wanneer de zonde het verontreinigt en wanordelijk gemaakt heeft.

Daad 4: onszelf sterke verplichtingen en banden opleggen om nauwgezet met God te wandelen en de gelegenheden te mijden waardoor het hart tot de zonde verleid kan worden.

Daad 5: de noodzaak om een voortdurende, heilige na-ijver over ons eigen hart te hebben, zodat wij voor de zonde bewaard worden.

Daad 6: Gods tegenwoordigheid bij ons beseffen en de Heere gedurig voor ons stellen.

## **Waarom christenen dit tot de grote bezigheid van hun leven moeten maken**

Zes redenen waarom het behoeden van het hart het grote levenswerk van een christen is:

Reden 1: de eer van God is er zeer bij betrokken.

Reden 2: de oprechtheid van onze belijdenis hangt ervan af.

Reden 3: de schoonheid van onze wandel komt eruit voort.

Reden 4: de troost van onze ziel hangt ervan af.

Reden 5: de ontwikkeling van onze genaden hangt ervan af.

Reden 6: onze stabiliteit in de ure van verzoeking zal overeenkomen met de zorg die we aan dit werk besteden.

---

<sup>1</sup> Engelse vertaling.

## **Bijzondere tijden in het leven van een christen, die vragen om bijzondere ijver**

Twaalf bijzondere tijden in het leven van een christen, die onze grootste ijver in het behoeden van het hart vereisen:

**Tijd 1:** in een tijd van voorspoed, wanneer de voorzienigheid ons toelacht en op haar knie vertroetelt.

*Zeven uitgelezen hulpmiddelen om het hart te verzekeren voor de gevaarlijke strikken van voorspoed:*

Hulpmiddel 1: overdenk de gevaarlijke, verstrikkende verzoeken die gepaard gaan met een mooie en voorspoedige status. Slechts weinig mensen die in de genietingen en voorspoed van deze wereld leven, ontkomen aan het eeuwige verderf.

Hulpmiddel 2: het kan ons in voorspoed nog nederiger en waakzamer houden als we overdenken dat veel christenen er door voorspoed erg op achteruit zijn gegaan.

Hulpmiddel 3: houd uw ijdele hart eronder door te overdenken dat God niemand om deze dingen ook maar iets meer waardeert.

Hulpmiddel 4: overdenk hoe bitter veel mensen hun dwaasheid hebben beweend toen ze kwamen te sterven. Ze hebben bitter betreurd dat ze hun hart ooit op deze dingen gezet hebben en ze hebben van harte gewenst dat ze er nooit van geweten hadden.

Hulpmiddel 5: overdenk welk een blok aan het been de aardse dingen zijn voor een ziel die van harte bezig is om de weg naar de hemel te gaan.

Hulpmiddel 6: overdenk die ontzaglijke dag van afrekening, waarin wij verantwoording zullen afleggen van de manier waarop we Gods barmhartigheden ontvangen hebben.

Hulpmiddel 7: het is een zeer verootmoedigende overdenking dat Gods barmhartigheden op mijn geest anders zouden uitwerken dan op de geest van anderen, voor wie ze komen als geheiligde barmhartigheden vanuit de liefde van God.

**Tijd 2:** in een tijd van tegenspoed, wanneer de voorzienigheid over u fronst en uw uitwendige vertroosting doet verwelken, zie dan toe op uw hart; behoed het met alle ijver zodat het niet tegen God mort of onder Zijn hand bezwijkt.

*Negen bijzondere hulpmiddelen om het hart van een christen te behoeden, zodat het niet mort of wanhopig wordt onder grote verdrukkingen:*

Hulpmiddel 1: door deze kruisvoorzienigheden houdt God getrouw het grote oogmerk van Zijn verkiezende liefde wat betreft de zielen van Zijn volk voor ogen, en beschikt al deze verdrukkingen als middelen die tot dat doel geheiligd zijn.

Hulpmiddel 2: hoewel God Zich de vrijheid heeft voorbehouden om Zijn volk te verdrukken, heeft Hij toch Zijn eigen handen gebonden door te beloven dat Hij Zijn goedertierenheid nooit van hen zal wegnemen.

Hulpmiddel 3: breng u in herinnering dat uw eigen Vader de verdrukking in Zijn macht heeft.

Hulpmiddel 4: God respecteert u in een lage staat evenveel als in een hoge staat; en daarom hoeft het u niet zo erg te beroeren wanneer u aan lagerwal wordt gebracht.

Hulpmiddel 5: als God door het verlies van uitwendige vertroostingen uw ziel wil bewaren voor de verwoestende kracht van verzoeken, dan hebt u voorzeker weinig reden om uw hart te laten wegzinken door zulke droevige gedachten daarover.

Hulpmiddel 6: mogelijk brengt God door verootmoedigende voorzienigheden datgene tot stand waarvoor u lang gebeden en waarop u lang gewacht hebt.

Hulpmiddel 7: in deze moeiten is God bezig met een werk waarover uw ziel zich zou verblijden, als u de bedoeling ervan zag.

Hulpmiddel 8: door mokken en ontevredenheid berokkent u uzelf meer schade dan alle verdrukkingen waaronder u gebogen gaat, zouden kunnen doen.

Hulpmiddel 9: vergelijk de toestand waarin u zich nu bevindt en waarover u zo misnoegd bent, met de toestand waarin anderen zijn en waarin u zelf verdient te zijn.

**Tijd 3:** in een tijd van Sions moeiten; wanneer de kerk, evenals het schip waarin Christus en Zijn discipelen waren, in de verdrukking is en op het punt staat in de golven van vervolging te vergaan.

*Zeven besturingen over de manier waarop de harten van mensen die teergevoelig zijn voor het algemeen welzijn, verlichting en ondersteuning kunnen ontvangen wanneer ze gebogen gaan onder het drukkende gevoel van Sions moeiten:*

Besturing 1: Sion overkomt geen enkele moeite dan alleen onder de toelating van Sions God; en Hij laat niets toe waaruit Hij niet ten slotte veel goeds voor Zijn volk zal voortbrengen.

Besturing 2: overweeg deze hartversterkende waarheid: hoeveel moeiten haar ook drukken, toch is haar Koning in haar.

Besturing 3: overweeg de grote voordelen die Gods volk in een verdrukte toestand vergezellen.

Besturing 4: pas op dat u de vele dierbare barmhartigheden niet over het hoofd ziet, die Gods kinderen te midden van al hun moeiten genieten.

Besturing 5: geloof dat hoe diep de kerk ook is ondergedompeld in de wateren van tegenspoed, ze vast en zeker weer zal verrijzen.

Besturing 6: herinner u de vermaarde voorbeelden van Gods zorg en teerheid over Zijn volk in vorige benauwdheden.

Besturing 7: kijk of u zelfs uit uw moeiten niet enige troost kunt putten.



**Tijd 4:** in een tijd van gevaar en algemene verbijstering zijn ook de beste harten maar al te zeer geneigd om overrompeld te worden door slaafse vrees.

*Veertien regels hoe een christen zijn hart kan behoeden voor verbijsterende en kwellende vrees in tijden van grote en dreigende gevaren:*

Regel 1: beschouw alle schepselen als in de hand van God, Die hen in al hun bewegingen regeert en hen allemaal inperkt, intoomt en indamt naar Zijn welbehagen.

Regel 2: bedenk dat deze God, in Wiens hand alle schepselen zijn, uw Vader is en veel tederder voor u dan u voor uzelf bent of kunt zijn.

Regel 3: doordring uw hart van de uitdrukkelijke verboden van Christus in dit geval, en laat het er in ontzag voor terugdeinzen om die te schenden.

Regel 4: bedenk hoeveel nodeloze moeite uw ijdele vrees u in vroeger tijd heeft gebracht en hoe u zich voor niets verontrust hebt.

Regel 5: overdenk dat zelfs als de dingen waarvoor u vreest, werkelijk zouden gebeuren, er toch meer kwaad in uw eigen vrees zit dan in de zaak waarvoor u vreest.

Regel 6: raadpleeg de vele dierbare beloften die geschreven staan tot uw ondersteuning en troost in alle gevaren.

Regel 7: breng uw bevende hart tot rust door terug te denken aan en te letten op uw eerdere bevindingen van Gods zorg en trouw in vroegere benauwdheden.

Regel 8: vergewis u ervan dat u in de weg van uw plicht bent; dat zal u heilige moed geven in tijden van gevaar.

Regel 9: zorg dat uw geweten met het bloed van Christus besprengd en zo van alle schuld gereinigd wordt; dat zal uw hart boven alle vrees verheffen.

Regel 10: oefen heilig vertrouwen in tijden van grote benauwdheid.

Regel 11: houd meer rekening met de eer van de godsdienst en minder met uw persoonlijke veiligheid.

Regel 12: hij die zijn hart voor vrees wil verzekeren, moet eerst het eeuwige belang van zijn ziel verzekeren in de handen van Jezus Christus.

Regel 13: leer alle slaafse vrees voor het schepsel uit te blussen in de eerbiedige vrees voor God.

Regel 14: stort die angsten in het gebed voor God uit, die de duivel en uw eigen ongeloof u in tijden van gevaar instorten.

**Tijd 5:** in een tijd van benarde omstandigheden en uitwendige, nijpende noden. In zulke tijden moeten wij tot God en niet over God klagen. Maar toch, wanneer de wateren van uitkomst bijna droog staan en de nood erg begint te nijpen, hoe geneigd zijn dan de beste harten om de Fontein te wantrouwen.

*Zeven overdenkingen hoe een christen zijn hart kan behoeden zodat het God niet wantrouwt of tegen Hem mort, wanneer uitwendige noden gevoeld of gevreesd worden:*

Overdenking 1: als God u in het nauw en in de nood brengt, handelt Hij daarin toch niet anders met u dan dat Hij gehandeld heeft met sommige van de beste en heiligste mensen die ooit geleefd hebben.

Overdenking 2: als God u in deze nooddruftige toestand niet zonder belofte laat, hebt u geen reden om te morren of er wanhopig onder te worden.

Overdenking 3: al gaat het nu slecht met u, het had nog slechter kunnen gaan. Heeft God u de vertroosting van dit leven ontzegd? Hij had u ook Christus, de vrede en de vergeving ontzegd kunnen hebben, en dan zou uw toestand inderdaad rampzalig zijn geweest.

Overdenking 4: hoewel deze verdrukking groot is, heeft God nog veel grotere verdrukkingen waarmee Hij de innig geliefden van Zijn ziel in deze wereld kastijdt.

Overdenking 5: als het nu slecht met u gaat, zal het binnenkort beter gaan.

Overdenking 6: betaamt het de kinderen van zulk een Vader om te wantrouwen aan Zijn algenoegzaamheid of te morren over wat Hij hun toebedeelt?

Overdenking 7: uw armoede is niet uw zonde; uw armoede is slechts uw verdrukking (behalve als u ze uzelf op de hals hebt gehaald door zondige middelen), en als ze slechts een verdrukking is, is ze daarom des te gemakkelijker te dragen.

**Tijd 6:** in een tijd van plicht.<sup>2</sup> Wanneer we tot God naderen in openbare, persoonlijke of verborgen plichten, dan is het tijd om op ons hart toe te zien; want de ijdelheid van ons hart doet zich zelden meer gelden dan op zulke tijden.

*Tien hulpmiddelen hoe het hart behoed kan worden zodat het in een tijd van plicht niet door ijdele gedachten wordt afgeleid:*

Hulpmiddel 1: zonder u af van alle aardse bezigheden en zet wat tijd apart voor plechtige voorbereiding om God in de plicht te ontmoeten.

Hulpmiddel 2: als u uw hart door voorafgaande meditatie tot rust hebt gebracht, stel dan direct een wacht over uw zintuigen.

Hulpmiddel 3: smeeek God om een gedode verbeeldingskracht.

Hulpmiddel 4: als u uw hart wilt behoeden voor deze ijdele afdwalingen, realiseer u dan door het geloof Gods heilige en ontzaglijke tegenwoordigheid in de plichten.

Hulpmiddel 5: houd uw hart in een biddende gestalte in de tijd die tussen de plicht zit.

Hulpmiddel 6: tracht uw genegenheden in de plicht op God te richten en tot Hem op te heffen, als u wilt dat uw afleidende gedachten genezen worden.

---

<sup>2</sup> Met 'plicht' worden plichten bedoeld die verband houden met de godsdienst, zoals het lezen of horen van Gods Woord, overdenking en gebed.

Hulpmiddel 7: betreur deze zaak voor God en roep de hulp van de hemel in, wanneer ijdele gedachten uw hart in de plicht overvallen.

Hulpmiddel 8: besef dat de uitwerking en zoetheid van uw plichten er heel erg van afhankelijk zijn of u uw hart daarin dicht bij God houdt.

Hulpmiddel 9: besef dat wat u ondervindt van de zorgvuldigheid of zorgeloosheid van uw hart in deze zaak, in grote mate de oprechtheid of geveinsdheid van uw hart openbaart.

Hulpmiddel 10: als u overdenkt wat voor invloed al uw plichten hebben op uw eeuwigheid, zal dit van bijzonder nut zijn om uw hart in de plichten bij God te houden.

**Tijd 7:** wanneer mensen ons onrecht aandoen en beledigen.

*Acht remedies hoe een christen zijn hart kan behoeden voor wraakzuchtige bewegingen onder het ergste onrecht en de grootste beledigingen van mensen:*

Remedie 1: doordring uw hart van de strenge verboden tot wraak in Gods wet.

Remedie 2: stel u de uitnemendste voorbeelden van zachtmoedigheid en vergeving voor ogen, opdat uw ziel daarop verliefd wordt.

Remedie 3: denk goed over de hoedanigheid van de persoon die u verongelijkt heeft.

Remedie 4: houd uw hart ten onder door te overdenken dat u door wraak een lust slechts kunt bevredigen, maar dat u door vergeving een lust zult overwinnen.

Remedie 5: stel ernstig deze vraag aan uw eigen hart: 'Heb ik iets goeds ontvangen door al het ongelijk en onrecht dat mij is aangedaan, of niet?'

Remedie 6: als u omhoog ziet en uw oog houdt op de eerste Oorzaak, door Wie al onze moeiten beschikt worden, is dit van voortreffelijk nut om het hart voor wraak te behoeden..

Remedie 7: overdenk hoe u God dagelijks verongelijkt; dan zult u niet zo gemakkelijk in vuur en vlam raken van wraak tegen anderen die u verongelijkt hebben.

Remedie 8: laat de overdenking van de naderende dag des Heeren uw handen terughouden, zodat ze daarop niet vooruitlopen door wraakoefeningen.

**Tijd 8:** wanneer we te maken krijgen met grote kruisen en terging, gebeurt het gauw dat zondige hartstocht het hart vervoert.

*Zes middelen hoe het hart behoed kan worden, zodat het zachtmoedig en lijdzaam is onder grote kruisen en terging:*

Middel 1: zorg dat u geringe en nederige gedachten van uzelf hebt; dan zult u een zachtmoedige geest en een vreedzame houding hebben tegenover anderen.

Middel 2: verzoet dikwijls uw geest in de gemeenschap met God; dan zal hij niet gemakkelijk verbitterd worden in wraakzucht tegenover andere mensen.

Middel 3: zorg dat u gepaste bevattingen hebt van de boze natuur en gevolgen van zondige toorn.

Middel 4: overdenk hoe zoet het voor een christen is om zijn verdorvenheden te overwinnen en de buit ervan weg te dragen.

Middel 5: beschaam uzelf door u die uitnemende voorbeelden voor te stellen, die in zachtmoedigheid het meest hebben uitgeblonken.

Middel 6: mijd alle gelegenheden tot irritatie.

**Tijd 9:** in de kritieke ure van verzoeking, waarin de satan de vesting van het hart van een christen nauw omsingelt en het dikwijls overrompelt, door gebrek aan waakzaamheid.

*Zes argumenten waardoor de satan de verzoeking op subtiële wijze aan ons opdringt:*

Argument 1: het genot van de zonde.

Argument 2: het geheim van de zonde.

Argument 3: de winst en het profijt dat de zonde oplevert.

Argument 4: de kleinheid van de zonde.

Argument 5: de genade van God en de hoop op vergeving.

Argument 6: het voorbeeld van goede en heilige mensen.

**Tijd 10:** in een tijd van geestelijke duisternis en twijfel.

*Zeven algemene waarheden die een bevende en twijfelde ziel kunnen helpen om te vertrouwen op Gods ondersteuning in verdrukking of verlating:*

Waarheid 1: iedere werkzaamheid en schijn van huichelarij bewijst niet direct dat de betreffende persoon een huichelaar is.

Waarheid 2: we moeten niet alleen luisteren naar wat er in ons nadeel gezegd kan worden, maar ook in ons voordeel.

Waarheid 3: menige heilige heeft zich beschuldigd en veroordeeld om datgene waarom God hem nooit zal beschuldigen of veroordelen.

Waarheid 4: niet alles wat Gods volk reden tot droefheid geeft, is een genoegzame reden om hun oprechtheid in twijfel te trekken.

Waarheid 5: de ziel is niet op alle tijden geschikt om een oordeel te vellen over haar eigen toestand.

Waarheid 6: niet iedere breuk van de vrede met God is een breuk van het verbond met God.

Waarheid 7: ongeacht wat onze zonde of moeilijkheid is, ze behoort ons eerder tot God uit te drijven dan van God weg te drijven.

*Twee voornamere redenen tot twijfel die gebaseerd zijn op Gods handelwijze met ons, maar waaruit geen ontmoedigende, neerslachtige conclusies getrokken kunnen worden:*

Reden 1: u concludeert dat de Heere geen aandacht of liefde voor uw ziel heeft, vanwege een buitengewone verdrukking die u overkomen is.

Reden 2: u maakt de overhaaste gevolgtrekking dat de Heere geen liefde voor u heeft omdat Hij Zijn aangezicht voor u verbergt.

*Zes voornamere redenen tot twijfel die gebaseerd zijn op onze handelwijze met God, maar waaruit geen ontmoedigende, neerslachtige conclusies getrokken kunnen worden:*

Reden 1: 'Ik ben weer in dezelfde zonde gevallen waaruit ik eerder met berouw en goede voornemens ben opgestaan. Daarom is mijn zondigen een zondigen uit gewoonte, een schandvlek die niet de schandvlek van Gods kinderen is.'<sup>3</sup>

Reden 2: het verminderen en verdorren van onze genegenheden voor geestelijke dingen.

Reden 3: de buitensporigheid van onze genegenheden voor bepaalde genietingen van het schepsel.

Reden 4: we ondervinden dat ons hart in persoonlijke plichten soms meer vernauwd wordt dan in openbare plichten.

Reden 5: die afschuwelijke inwerpingen van de satan, waardoor de ziel heel erg verbijsterd is.

Reden 6: het lange stilzwijgen en de schijnbare afwijzing van de Heere, wat betreft onze verzoeken en gebeden die al lang voor Zijn troon liggen.

**Tijd 11:** wanneer het lijden voor de godsdienst tot een hoogtepunt komt.

*Acht vragen om het hart te versterken onder de verzoeking om in de bitterheid van het lijden af te wijken van Gods weg:*

Vraag 1: wat een smaad en oneer zal ik over Christus en de godsdienst uitstorten, als ik Hem verlaat in zulk een tijd als deze?

Vraag 2: durf ik mijn geweten geweld aan te doen om mijn vlees te redden? Wie zal mij vertroosten wanneer mijn geweten mij verwondt?

Vraag 3: is het openbare belang van Christus en de godsdienst niet oneindig groter dan elk persoonlijk belang van mijzelf?

---

<sup>3</sup> Deut. 32:5, Eng. vert; zie kanttekening 11.

Vraag 4: heeft Jezus Christus mij zo behandeld, toen Hij Zich om mijnentwil blootstelde aan veel groter lijden dan mij te wachten kan staan?

Vraag 5: is het eeuwige leven het niet waard om een ogenblik pijn te lijden?

Vraag 6: kan ik het gezelschap van en de omgang met de heiligen zo gemakkelijk laten varen en de goddelozen de rechterhand der gemeenschap geven?

Vraag 7: heb ik ernstig overdacht welke vreselijke waarschuwingen de Schrift geeft aan degenen die verachten?

Vraag 8: kan ik Christus op de oordeelsdag recht in de ogen kijken, als ik Hem nu in de steek laat?

**Tijd 12:** een tijd van ziekte, wanneer Gods kind dicht bij de eeuwigheid komt en wanneer er in het bovenste reservoir van zijn zandloper nog maar een paar korreltjes over zijn.

*Zeven argumenten om te maken dat Gods kinderen de boodschappers van de dood vrolijk onthalen en niet alleen als heiligen leven, maar ook als heiligen sterven:*

Argument 1: de onschadelijkheid van de dood voor Gods volk.

Argument 2: overdenk dat de dood noodzakelijk is voor de volle genieting van God.

Argument 3: er volgt onmiddellijk een voortreffelijker en heerlijker leven op.

Argument 4: door de dood neemt God Zijn volk weg voor alle verzoeken en moeiten op aarde.

Argument 5: overdenk het grote voordeel dat u door de dood zult ontvangen, boven alles wat u op aarde ooit genoten hebt.

Argument 6: overdenk van welke zware lasten de dood uw schouders zal ontslaan.

Argument 7: onderzoek alle pleidooien en uitvluchten voor een langere tijd op aarde.

### **Toepassing op verschillende manieren**

**GEBRUIK TOT INFORMATIE.** Het behoeden van het hart is het grote werk van een christen, waarin heel de ziel en het leven van de godsdienst bestaat. Als het hart niet behoed wordt, zijn alle andere plichten voor God van geen enkele waarde. Daaruit vloeien deze gevolgtrekkingen voort:

Gevolgtrekking 1: tot ontzetting van de huichelaars en vormelijke belijders, dat de moeite en arbeid die veel mensen zich in de godsdienst hebben getroost, zijn slechts verloren arbeid en nutteloze moeite, die nooit tot voordeel zullen strekken.

Gevolgtrekking 2: tot verootmoediging van oprechte harten, dat het onwaarschijnlijk is dat Gods volk Hem ooit veel dienst zal bewijzen of ooit veel troost in deze wereld zal bezitten, tenzij ze meer tijd en moeite aan hun hart besteden dan ze doorgaans en gewoonlijk doen.

Gevolgtrekking 3: tot ontwaking van allen, dat er slechts weinig werkelijke christenen in deze wereld zijn, als het behoeden van het hart het grote werk van een christen is.

**GEBRUIK TOT VERMANING.** Als het behoeden van het hart zo'n belangrijke bezigheid is, als er zulke uitgelezen voordelen uit voortvloeien, als er zoveel dierbare en kostbare belangen mee verbonden zijn – laat ik Gods volk dan overal oproepen om zich ijverig op dit werk toe te leggen.

*Tien motieven om ons aan te moedigen ons iets vaker af te zonderen om met God en ons eigen hart te spreken:*

Motief 1: het bestuderen, observeren en ijverig behoeden van uw eigen hart zal uw verstand wonderbaar te hulp komen, ten aanzien van de diepe verborgenheden van de godsdienst.

Motief 2: de bestudering en observatie van uw eigen hart zal een tegengif zijn voor de gevaarlijke en besmettelijke dwalingen van de tijden en plaatsen waarin u leeft.

Motief 3: uw zorg en ijver in het behoeden van uw hart zal een van de beste blijken van uw oprechtheid zijn.

Motief 4: hoe vruchtbaar, zoet en vertroostend zouden alle ordinanties en plichten voor ons zijn, als we ons hart beter zouden behoeden.

Motief 5: kennis van uw eigen hart zou een bron van gebedsstof voor u zijn.

Motief 6: hierdoor zal de vervallen kracht van de godsdienst onder de belijders weer herwonnen worden. Niets is zo begerenswaardig als om dit in deze wereld te mogen zien.

Motief 7: door ijver in het behoeden van ons hart zouden we de rampzalige ergernissen en struikelblokken die de wereld in de weg staan, moeten voorkomen en verwijderen.

Motief 8: een wel-behoed hart zal u geschikt maken voor elke omstandigheid waarin God u brengt en voor elke dienst waarin Hij u wil gebruiken.

Motief 9: hoe buitengewoon zou de gemeenschap der heiligen erdoor verzoet worden als Gods volk hun hart ijveriger zou behoeden.

Motief 10: hierdoor zouden de vertroosting van de Geest en de dierbare invloed van alle ordinanties in uw ziel vastgehecht en veel langer bewaard blijven dan nu het geval is.

**GEBRUIK TOT BESTURING.**

*Zes bijzondere middelen om het hart te behoeden:*

Middel 1: voorzie uw hart rijkelijk van Gods Woord, wat de beste bewaring tegen de zonde is.

Middel 2: roep uw hart vaak ter verantwoording.

Middel 3: pas op om in zoveel aardse bezigheden op te gaan dat u het niet kunt klaarspelen zonder uw hoofdbezigheid te verwaarlozen.

Middel 4: let zorgvuldig op uw hart in zijn eerste afwijkingen van God en maak er dan en daar een eind aan.

Middel 5: pas op om de levendigheid en zoetheid van uw gemeenschap met God te verliezen, opdat uw hart daardoor niet van God wordt losgemaakt.

Middel 6: wen uw hart aan geestelijke overdenkingen, als u wilt dat het vrij blijft van die lastige afleidende gedachten.

GBERUIK TOT TROOST. Het boek besluit met enkele woorden van troost voor alle ijverige en ernstige christenen, die zich trouw en nauwgezet toeleggen op het hartewerk; die in het verborgen zuchten en wenen over de hardheid, hoogmoed, aardsgezindheid en ijdelheid van hun hart; en die vrezden en beven vanwege de ondervonden bedrieglijkheid en valsheid van hun hart.

*Drie vertroostingën die christenen met zulk een hart gegeven worden:*

Troost 1: dit is een bewijs dat uw hart oprecht en eerlijk is, ongeacht uw gaven en bekwaamheden.

Troost 2: weet ook, tot uw troost, dat God u nooit onder zoveel moeiten en lasten zou laten blijven, met betrekking tot uw hart, als Hij daarmee niet uw ware voordeel op het oog had.

Troost 3: God zal spoedig een gezegend einde maken aan al deze moeiten, deze zorgen en dit waken.



# Lessen voor persoonlijke of gezamenlijke studie

*Behoed uw hart met alle ijver,  
want daaruit zijn de uitgangen des levens*  
Spreuken 4:23<sup>4</sup>

## Les 1

Flavel beveelt zijn lezers deze studie aan met de volgende woorden:

‘Het is veel beter dat de zoete en zaligmakende indrukken van de Evangeliewaarheden met gevoel en kracht op uw hart worden overgebracht, dan dat u ze alleen maar begrijpt door louter logische redeneringen of droge syllogistische conclusies. Laat beuzelachtige studies maar over aan hen die tijd genoeg hebben en niet weten hoe ze die moeten gebruiken. Bedenk dat u voor de deur van de eeuwigheid staat en ander werk te doen hebt. De uren die u aan hartewerk in uw binnenkamers hebt besteed, zijn de gouden stukjes van heel uw tijd en zullen in uw laatste uur de zoetste invloed op u hebben. (...) Hartewerk is gewichtig en moeilijk werk – een dwaling op dit punt kan u uw ziel kosten. Ik zou ervan kunnen zeggen wat Augustinus van de leer van de Drie-eenheid zegt: “Niets is gemakkelijker of gevaarlijker om in te dwalen.” O, bestudeer daarom uw hart!’ (p. \*)

1. Kunt u punten bedenken waarop de hieronder genoemde mensen dwalen in dit gewichtige en moeilijke hartewerk?

- a. Niet-christenen.
- b. Huichelaars.
- c. Christenen.

2. In Flavels vermaning om ons hart te behoeden overdenkt hij eerst ‘de inhoud van de plicht’. Het woord ‘hart’ kan gebruikt worden om te verwijzen naar het gemoed (Ps. 33:11; 140:3; 45:2; 2 Kor. 4:6), de genegenheden/emoties (Ps. 27:14; Joh. 14:1; Ps. 39:4; 55:5), de wil (Ex. 35:21-22,29; Deut. 29:19; Jes. 46:12; 1 Kor. 4:5; Ps. 27:8) en de inwendige mens – de ziel (Pred. 3:11; Pred. 7:9). Hoe definieert Flavel de uitdrukking ‘hart’ en waarom zegt hij dat de plicht om het hart te behoeden zo belangrijk is?

3. De auteur maakt deze ontmoedigende opmerking: ‘Wij kunnen net zo goed de zon in haar loop stuiten of de rivieren achteruit laten stromen, als door onze eigen kundigheid en kracht ons hart beheersen en ordenen. Wij kunnen net zo goed onze eigen *zaligmaker* als onze eigen *behoeder* zijn.’ Waarom sporen Salomo’s woorden ons dan aan om ons hart te behoeden?

4. Het leerstuk wordt omschreven: ‘Het behoeden en op de juiste manier besturen van het hart in iedere omstandigheid is het grote levenswerk van een christen.’ Vervolgens wordt er gewezen op deze moeilijkheid: ‘God heeft het hart paal en perk gesteld, en toch, hoe vaak overtreedt het niet alleen de grenzen van de genade en de godsdienst, maar ook zelfs de grenzen van de rede en de algemene eerlijkheid!’ Geef een voorbeeld van een (uw) hart, dat de grenzen van de genade en de godsdienst en zelfs ook van de rede en eerlijkheid overtreedt.

Nu gaat Flavel het onderwerp van het behoeden van het hart onder vier hoofdpunten behandelen:

1. Wat het behoeden van het hart vooronderstelt en inhoudt.

---

<sup>4</sup> Engelse vertaling.

2. Diverse redenen waarom christenen dit tot het grote werk en de voornaamste bezigheid van hun leven moeten maken.
3. Bijzondere tijden die speciaal vragen om deze ijver in het behoeden van het hart.
4. Alles wordt op verschillende manieren toegepast.

In deze eerste les bespreken we het eerste hoofdpunt: ‘Wat het behoeden van het hart vooronderstelt en inhoudt.’

5. Om het hart te bewaren, wordt een voorafgaand werk van heiligmaking voorondersteld. Wat houdt dit in?

6. ‘Door de degeneratie is de mens een uiterst wanordelijk en opstandig schepsel geworden. Hij wedijvert met zijn Maker en verzet zich tegen Hem.’

- a. Met welke bijzonderheden omschrijft Flavel het probleem van de mens?
- b. Hoe worden deze dingen rechtgezet door de wedergeboorte?

7. Vervolgens worden zes daden opgesomd, die ons hart zullen bewaren voor de zonde en een geestelijke en begenadigde gestalte in stand zullen houden, ‘die ons hart geschikt maakt voor een leven van gemeenschap met God’.

Daad 1 prijst ‘een veelvuldige observatie van de gestalte van het hart’ aan, ‘door naar binnen te keren en te onderzoeken hoe het ermee staat’. Wanneer was de laatste keer dat u een alleenspraak en zelfgesprek met uw hart gehad hebt? Welke vragen hebt u uzelf gesteld? Wat voor excuses worden er aangevoerd om dit niet te doen?

Daad 2 houdt ‘diepe verootmoediging over de boosheden en wangestalten van het hart’ in. Wat betekent dit?

Daad 3 bestaat uit ‘ernstige smekingen en dringend gebed om genade die het hart reinigt en terechtbrengt, wanneer de zonde het verontreinigt en wanordelijk gemaakt heeft’. Noem enkele van de ernstige smekingen die Flavel een plaats geeft in deze gebeden. Kunt u zeggen dat dezelfde smekingen ook uw gebeden kenmerken?

Daad 4 is ‘dat we onszelf sterke verplichtingen en banden opleggen om nauwgezet met God te wandelen en de gelegenheden te mijden waardoor het hart tot de zonde verleid kan worden’. Hebt u dit ooit gedaan? Noem een voorbeeld.

Daad 4 benadrukt de noodzaak om ‘een voortdurende, heilige na-ijver over ons eigen hart’ te hebben zodat we voor de zonde bewaard worden. Hoe gaat dit in zijn werk? Geef nadere uitleg over Flavels gebruik van het woord ‘vreze’ in dit verband.

Daad 6 is ‘dat we Gods tegenwoordigheid bij ons beseffen en de Heere gedurig voor ons stellen’. Als u dit punt werkelijk gelooft, wat zou u deze week niet doen? En wat zou u wel doen?

8. Waarom is het hartewerk moeilijk, als het erover gaat om uw hart verbroken te krijgen over de zonde?

9. Welk voorbeeld geeft de auteur om te laten zien dat het hartewerk een voortdurend werk is? Welke waarschuwing kunnen we aan David en Petrus ontleen?

10. Waarom zegt Flavel dat het behoeden van het hart ‘de allerbelangrijkste bezigheid in het leven van een christen’ is en dat ‘we zonder dit werk in de godsdienst slechts formalisten zijn’?

11. Bent u het eens met zijn stelling dat ‘hij die een plicht verricht zonder hart – dat wil zeggen, achteloos – voor God niet aangener is dan hij die een plicht verricht met een dubbel hart – dat wil zeggen, geveinsd’? Hoe zou u uw plichten ten opzichte van God in deze afgelopen week beoordelen (zoals uw kerkbezoek, werken van liefde, Bijbellezen en gebed)? Zou u hulp moeten zoeken aan de troon der genade?

## Les 2

‘Het hart is als het ware de weide waarin iedere dag massa’s gedachten gevoed worden. Een begenadigd hart dat ijverig behoed wordt, voedt per dag veel dierbare gedachten aan God.’ (p. \*)

In Les 2 bestuderen we het tweede hoofdpunt van deze verhandeling: ‘Diverse redenen waarom christenen dit tot het grote werk en de voornaamste bezigheid van hun leven moeten maken.’

Zes redenen worden onder dit punt genoemd.

Reden 1: de eer van God.

Hier wordt gesteld dat de boosheden van het hart voor de Heere zeer tergende boosheden zijn. Noem enkele voorbeelden die Flavel geeft om deze uitspraak te bewijzen.

Reden 2: de oprechtheid van onze belijdenis.

Hoe gaf Jehu blijk dat hij een huichelaar was, ook al verrichtte hij een grote dienst?

Hoe beantwoordt Flavel de tegenwerping van oprechte zielen, die hieruit afleiden dat ze huichelaars zijn, omdat hun hart in de plicht menigmaal van God afwijkt?

Reden 3: de schoonheid van onze wandel (de manier waarop we leven).

Denk aan een bijzonder godzalige christen (iemand die u persoonlijk kent of over wie u gelezen hebt).

Wat merkte u in die persoon op en maakte dat u hem of haar zo beoordeelde? Vielen u gewoonten of praktische zaken op, die aangaven dat deze persoon er zorg voor droeg om zijn of haar hart op de rechte wijze te behoeden?

Flavel betoogt dat de christelijke gemeenschap saploos is geworden. Op welke manier is dit tot nadeel voor de godsdienst?

Reden 4: de troost van onze ziel.

De persoon uit het voorbeeld van Gerson ontving troost en zekerheid, ‘niet door een buitengewone openbaring, maar door mijn verstand aan de Schrift te onderwerpen en mijn eigen hart daarmee te vergelijken’.

Wat voor vers of verzen gebruikte u de afgelopen week op deze manier tijdens uw Bijbellezen?

‘De Geest verzekert inderdaad door te getuigen van onze aanneming tot kinderen.’ Op welke manieren zei Flavel dat Hij dit doet?

Reden 5: de ontwikkeling van onze genaden.

Flavel heeft het over ‘de kanalen van de hemel, waarmee de genade bewaterd en vruchtbaar gemaakt wordt’. Wat kan ervoor zorgen dat deze kanalen van de hemel niet profijtelijk zijn voor de ziel?

Reden 6: onze stabiliteit in de ure van verzoeking.

Noem de vijf stappen die volgens de godgeleerden de manier zijn waarop ‘de verzoeken tot rijpheid en volle kracht komen’. Hebt u opgemerkt dat deze manier in uw eigen geval ook opgaat?

Flavel stelt: ‘Het zorgeloze hart is een gemakkelijke prooi voor de satan in de ure van verzoeking. Zijn belangrijkste geschut is opgesteld tegen dat fort, het hart. Als hij dat inneemt, neemt hij alles in, want het hart voert bevel over de hele mens.’

Omschrijf een zorgeloos hart en welke methoden de satan zou kunnen gebruiken om het aan te vallen. Hoe gaat een wel-behoed hart met een verzoeking om?

### Les 3

‘O, hoeveel mensen zijn in de koetsen van aardse genietingen naar de hel gevoerd, terwijl anderen door de roede van verdrukking naar de hemel zijn geslagen!’ (p. \*)

In Les 3 beginnen we met het bestuderen van het derde hoofdpunt van deze verhandeling: ‘Bijzondere tijden in het leven van een christen, die vragen om bijzondere ijver.’

In deze les gaan de leesstof en vragen over Tijd 1 en 2 van de twaalf bijzondere tijden, die vragen om ‘meer dan gewone waakzaamheid over het hart’.

**Tijd 1**, die vraagt om onze uiterste ijver in het behoeden van het hart, is ‘de tijd van voorspoed, wanneer de voorzienigheid ons toelacht en ons op haar knie vertroetelt’.

Flavel geeft zeven uitgelezen hulpmiddelen om het hart te verzekeren voor de gevaarlijke strikken van voorspoed.

Hulpmiddel 1. Welke waarschuwing geeft hij? Welke Schriftplaatsen worden gebruikt om deze waarschuwing kracht bij te zetten? Denkt u dat de kerk in Nederland hierdoor schade heeft ondervonden? In welke opzichten?

Hulpmiddel 2. Bent u het eens met de stelling: ‘Uitwendige winsten gaan meestal gepaard met inwendige verliezen’? Waarom wel of waarom niet?

Hulpmiddel 3. Denkt u dat de meeste kerken in het beoordelen van iemand dezelfde manier hanteren als God, wanneer er ambtsdragers gekozen moeten worden? Naar welke kwalificaties kijkt u als u gevraagd wordt te stemmen voor een ambtsdrager in de gemeente?

Hulpmiddel 4. Als we de geschiedenis van deze rijke onderdrukker nemen en die op onszelf toepassen, welke lessen zal ze ons dan leren?

Hulpmiddel 5. ‘Er zat een ernstige waarheid in die atheïstische spot van Julianus, toen hij de bezittingen van de christenen afpakte en tegen hen zei dat hij dit deed om hen geschikter te maken voor het Koninkrijk der hemelen.’ Noem een reden waarom dit waar is.

Hulpmiddel 6. Welke waarheid wordt hier genoemd, die ervoor zal zorgen dat uw geest niet ‘opgeblazen en hooghartig’ is? Noem één barmhartigheid van God voor u en leg voor Hem rekenschap af over het wel of geen goede gebruik dat u van die barmhartigheid gemaakt hebt.

Hulpmiddel 7. ‘Het is een zeer verootmoedigende overdenking dat Gods barmhartigheden op mijn geest anders zouden uitwerken dan op de geest van anderen, voor wie ze komen als geheiligde barmhartigheden vanuit de liefde Gods.’ Vervolgens noemt Flavel vijf overdenkingen over deze geheiligde barmhartigheden. Wat zijn deze overdenkingen en welke ervan was voor uw ziel profijtelijk?

**Tijd 2**, die vraagt om meer dan gewone ijver in het behoeden van het hart, is ‘de tijd van tegenspoed. Wanneer de voorzienigheid over u fronst en uw uitwendige vertroosting doet verwelken, zie dan toe op uw hart; behoed het met alle ijver, zodat het niet tegen God mort of onder Zijn hand bezwijkt.’ Flavel reikt negen bijzondere hulpmiddelen aan om het hart van de christen te behoeden voor morren of wanhoop onder grote verdrukkingen.

Hulpmiddel 1. ‘God streeft getrouw het grote oogmerk na, dat Zijn verkiezende liefde met de zielen van Zijn volk heeft, en beschikt al deze verdrukkingen als middelen die tot dat doel geheiligd zijn.’ Noem uit dit gedeelte enkele punten die nadere uitleg geven over deze stelling.

Hulpmiddel 2. Hoe heeft God ‘Zijn eigen handen gebonden’? Wat zijn de twee soorten goederen die christenen van God ontvangen hebben?

Hulpmiddel 3. Wiens hand is het uiteindelijk, waaruit de christen de drinkbeker der verdrukking aanneemt? Waarom weten we dat deze beker niet giftig is?

Hulpmiddel 4. In welke opzichten lijkt God niet op uw ‘zomervrienden’, wanneer u laag aan de grond wordt gebracht?

Hulpmiddel 5. Veel mensen zijn verliefd geworden op de gaven, in plaats van op de Gever van die gaven. Welke illustraties worden hier gegeven om te laten zien dat ‘God door het verlies van uitwendige vertroosting uw ziel wil bewaren voor de verwoestende kracht van verzoeken’ en dat wij niet tegen God moeten morren?

Hulpmiddel 6. Welke gebedspunten worden in dit gedeelte opgesomd? Hoe worden deze verzoeken beantwoord? Zijn daaronder ook verzoeken die u zelf hebt ingediend? Houdt u van de manier waarop ze beantwoord zijn?

Hulpmiddel 7. Waarom zouden wij, arme schepselen, ‘beneveld met veel onwetendheid’, ons moeten verblijden?

Hulpmiddel 8. ‘Verdrukking is een pil die moeiteloos ingeslikt kan worden als ze een omhulsel van lijdzaamheid en rustige onderwerping heeft. Ontevredenheid kauwt echter op de pil en maakt op deze manier de ziel bitter.’ Hoe hebt u het medicijn ingenomen dat God toedient?

Hulpmiddel 9. Welke heraut stuurde de hertog van Condé voor zich uit, die zijn ziel onder alle omstandigheden rustig maakte?

## Les 4

‘Het is gepast dat we berusten in die wil waaruit we zijn voortgekomen, en dat Hij Die ons gemaakt heeft, over ons beschikt zoals het Hem behaagt. Hij mag doen wat Hem goed dunkt, zonder onze toestemming. Staat de arme mens op gelijke voet, dat hij met zijn Schepper zou onderhandelen of dat God voor hem verantwoording zou afleggen van Zijn daden?’

In Les 4 gaan we verder met het bestuderen van het derde hoofdpunt van deze verhandeling: ‘Bijzondere tijden die speciaal vragen om deze ijver in het behoeden van het hart.’ De leesstof en vragen in deze les gaan over Tijd 3 en 4 van de twaalf bijzondere tijden, die een ‘meer dan gewone waakzaamheid over het hart’ vereisen.

**Tijd 3**, die vraagt om onze uiterste ijver in het behoeden van het hart, is ‘de tijd van Sions moeiten, wanneer de kerk, evenals het schip waarin Christus en Zijn discipelen waren, in de verdrukking is en op het punt staat in de golven van vervolging te vergaan’. Flavel geeft zeven besturingen ‘hoe de harten van mensen die teergevoelig zijn voor het algemeen welzijn, verlichting en ondersteuning kunnen ontvangen wanneer ze gebogen gaan onder het drukkende gevoel van Sions moeiten’.

Besturing 1. Welke redenen geeft Flavel om zijn stelling kracht bij te zetten: ‘Sion overkomt geen enkele moeite dan alleen onder de toelating van Sions God; en Hij laat niets toe waaruit Hij niet ten slotte veel goeds voor Zijn volk zal voortbrengen’? Weet u een hedendaags voorbeeld van deze waarheid?

Besturing 2. Als het waar is dat ‘haar Koning in haar is’, waar kunnen we dan vanuit gaan met betrekking tot de Heere en Zijn kerk? Vaak zien we op de vijanden en de problemen van de kerk en zo ontmoedigen we elkaar. Moeten we niet veeleer zien op onze Opperbevelhebber, als Hij naar voren stapt en vraagt: ‘Voor hoeveel wilt u Mij rekenen?’ Noem enkele vijanden op, van wie u gelooft dat God ze kan overwinnen. Wat is, als soldaat van Zijn leger, uw aandeel in deze strijd?

Besturing 3. Welke voordelen geniet de kerk als ze in een verdrukte toestand is? Wat is dikwijls het vergif van de kerk geweest? In welke opzichten is het u opgevallen dat zowel het een als het ander waar is?

Besturing 4 luidt: ‘Pas op dat u de vele dierbare barmhartigheden niet over het hoofd ziet, die Gods kinderen te midden van al hun moeiten genieten.’ Noem wat van de ‘uitwendige vertroostingen en het aardse gemak en gerief waarvan u geniet, meer dan wat Christus en Zijn dierbare knechten (...) ooit gehad hebben’. Wat zijn de redenen tot troost en de barmhartigheden die voor de christen een eeuwige betekenis hebben?

Besturing 5 geeft ons redenen waarom christenen er ‘niet te snel bij moeten zijn om de kerk te begraven voordat ze gestorven is’. Wat zijn enkele van deze redenen?

Besturing 6. Noem ‘een golf van vervolging’ die over de kerk is heengegaan, terwijl ‘ze toch niet verdronken is’.

Besturing 7. Wat is het argument dat Flavel in deze laatste besturing aanreikt?

**Tijd 4**, die vraagt om meer dan gewone ijver in het behoeden van het hart, is ‘is de tijd van gevaar en algemene verbijstering. In zulke tijden zijn ook de beste harten maar al te zeer geneigd om overrompeld te worden door slaafse vrees.’

Let op, Flavel zegt niet dat alle vrees slecht is. Hij maakt onderscheid tussen slaafse vrees, ‘die het hart in tijden van gevaar binnenvalt; die het hart verbijstert, verzwakt en ongeschikt maakt voor de plicht; die mensen tot het gebruik van onwettige middelen aanzet en een strik meebrengt’, en waarschuwend, preventieve vrees, die christenen aanzet om hun godzalige verstand te gebruiken en voorzorgsmaatregelen te nemen om het gevaar af te wenden. Hij bepleit ook ‘een vooruitziende vrees, die onze ogen opent om het gevaar te zien en opwekt tot een voorzichtig en wettig gebruik van de middelen’.

In veertien regels wordt aangegeven ‘hoe een christen zijn hart kan behoeden voor verbijsterende en kwellende vrees in tijden van grote en dreigende gevaren’.

Regel 1 en 2 stellen dat God soeverein is en dat Hij onze Vader is. Welke van de voorbeelden die Flavel gaf, was voor u het meest overtuigend?

Regel 3 maakt ons opmerkzaam op Christus’ verbod tegen slaafse vrees. Als ‘de stem van een mens u doet sidderen’, hoe gering hebt u dan over God gedacht?

Regel 4 roept ons op om te bedenken hoeveel nodeloze moeite al zulke vrees ons in het verleden gebracht heeft. Denk aan zo’n situatie vanuit uw eigen ervaring. Is de satan erin geslaagd iets tegen uw ziel ten uitvoer te brengen? Hoe?

In welke opzichten is Regel 5 waar, ‘dat er meer kwaad in uw eigen vrees zit dan in de zaak waarvoor u vreest’, en hoe moeten we dan Regel 6 gebruiken, als we met zo’n tijd te maken krijgen?

Regel 7. In welke vroegere uitredding van God kunt u uw ziel verankeren en op deze wijze pleiten om een uitredding in het heden?

Regel 8. ‘Vergewis u ervan dat u in de weg van uw plicht bent; dat zal u heilige moed geven in tijden van gevaar.’ Welke moed betoonde zelfs een heiden als bewijs hiervan?

Regel 9. Welke waarschuwing geeft deze regel ons ten aanzien van een schuldig geweten?

Regel 10 bepleit dat we er ons werk van moeten maken om ons leven en onze vertroosting aan God toe te vertrouwen en zo een hart te hebben dat op God gericht is. Vervolgens roept Regel 11 ons op om Regel 10 in praktijk te brengen, zodat we geen aanstoot voor de blinde wereld neerleggen. Kunt u bij uzelf praktische dingen bedenken, die de wereld zou kunnen bevooroordelde tegen de principes waarvan verondersteld wordt dat een christen ze gelooft?

Regel 12 biedt ons een eeuwig perspectief in het omgaan met een gewelddadige dood, door te benadrukken dat ons hart verzekerd kan zijn voor vrees, als onze ziel in de handen van Jezus is.

Regel 13 stelt dat de eerbiedige vrees voor God de slaafse vrees voor het schepsel zal uitblussen. Geef nadere uitleg over deze eerbiedige vrees voor God.

In regel 14 zegt Flavel: ‘Het gebed is de beste uitlaatklep voor vrees.’ Het merendeel van ons is nooit blootgesteld aan ‘grote en dreigende gevaren’ in fysiek opzicht; weet u echter een voorbeeld van iemand, dat als bewijs kan dienen voor de waarheid van deze stelling?

## Les 5

‘O, leer om geestelijke rijkdom tegenover tijdelijke armoede te zetten! Weeg al uw huidige moeilijkheden af tegen uw geestelijke voorrechten. Inderdaad, als God uw ziel de mantel der gerechtigheid ontzegd had om ze te bekleden, het verborgen Manna om ze te voeden en de hemelse woningen om ze te ontvangen; als zowel uw ziel als uw lichaam nooddruftig gelaten was – dan had u reden om zwaarmoedig te zijn. Maar deze overdenking bevat genoeg om de overdenkende ziel onder elke uitwendige benauwdheid tot rust te brengen.’ (p. \*)

In Les 5 gaan we verder met het bestuderen van het derde hoofdpunt van deze verhandeling: ‘Bijzondere tijden in het leven van een christen, die vragen om bijzondere ijver.’ De leesstof en vragen in deze les gaan over Tijd 5 en 6 van de twaalf bijzondere tijden.

**Tijd 5**, die vraagt om onze uiterste ijver in het behoeden van het hart, is ‘de tijd van benarde omstandigheden en uitwendige, nijpende noden. In zulke tijden moeten wij tot God en niet over God klagen. (...) Maar toch, wanneer de wateren van uitkomst bijna droog staan en de nood erg begint te nijpen, hoe geneigd zijn dan de beste harten om de Fontein te wantrouwen!’ Flavel noemt zeven overdenkingen, die ermee te maken hebben ‘hoe een christen zijn hart kan behoeden, zodat het God niet wantrouwt of tegen Hem mort, wanneer uitwendige noden gevoeld of gevreesd worden’.

Overdenking 1. Denk aan Paulus en de Heere Jezus en de moeiten en noden die zij hadden, met daarbij het feit dat zij ver boven ons uitstijgen in genade en heiligheid, en in één dag meer dienst voor God verricht hebben dan wij mogelijk in al onze dagen doen.

Noem enkele van hun moeiten en noden.

Noem enkele van hun diensten voor God.

Hoe beoordeelt u nu, na het maken van deze opdrachten, alle moeiten en noden die u mogelijk ondervindt of hebt ondervonden?

Overdenking 2. ‘God heeft veel zoete beloften nagelaten, waarmee het geloof van Zijn arme volk zich in zulke omstandigheden [d.w.z. uitwendige, nijpende noden] kan voeden.’ In welke omstandigheid en door welke belofte vanuit de Schrift hebt u ondervonden dat deze stelling waar is?

In Flavels antwoord op de tegenwerping (dat deze beloften voorwaarden inhouden) betoogt hij dat God uw noden zal vervullen of ze zal gebruiken als een middel om uw heiligmaking te bevorderen, en dat ‘u zoveel zult krijgen als God goed voor u acht’. Waarom brengt dit sommige heiligen in beroering?

Overdenking 3. Wat zou de dingen nog erger kunnen maken?

Overdenking 4. Welke veel grotere roeden van verdrukking worden hier genoemd, die ons reden moesten geven om onze huidige verdrukking zeer aangenaam te vinden?

Overdenking 5. Waar kunnen we vanuit gaan als onze voorraden bijna op zijn?

Overdenking 6. Hoe moeten we met onszelf redeneren, wanneer we Gods algenoegzaamheid wantrouwen of morren over iets wat Hij ons toebedeelt?

Overdenking 7 stelt dat onze armoede niet onze zonde is, maar alleen onze verdrukking (behalve als we ze onszelf op de hals gehaald hebben door zondige middelen) en we ze zo gemakkelijker moeten kunnen dragen. Met welke van de drie tegenwerpingen kunt u zich identificeren? Denkt u dat Flavel een goed antwoord geeft?



**Tijd 6**, die vraagt om onze uiterste ijver in het behoeden van het hart, is ‘de tijd van plicht. Wanneer we tot God naderen in openbare, persoonlijke of verborgen plichten, dan is het tijd om op ons hart toe te zien, want de ijdelheid van ons hart doet zich zelden meer gelden dan op zulke tijden.’

Zelfs zij die we zouden beschouwen als de geestelijke reuzen van het verleden, betreuren hun traagheid in deze plichten. James Fraser<sup>5</sup> zegt: ‘Hierom ondervind ik een grote weerzin en weerstand tegen alle geestelijke plichten. Er is geen enkele waarlijk geestelijke plicht waarop ik mij toeleg, of ik ondervind dat mijn inwonende zondigheid gereed is om mij daarin tegen te staan en te hinderen. En ik krijg niets van dien aard gedaan dan alleen over bergen van moeilijkheden heen.’ Johannes Calvijn maakt deze opmerkingen: ‘O, wat een diep-zetelende boosaardigheid tegen God is dit, dat ik van alles en nog wat wil doen, behalve tot Hem gaan en bij Hem blijven in het verborgen gebed! Onze luiheid en onze complete versuftheid in het verborgen gebed is stellig het ultieme bewijs van onze val – van zijn diepte en van zijn uiterste ellende.’

Er wordt toegelicht dat er tweërlei afleiding van het hart in de plicht is: (1) Vrijwillig en vanuit gewoonte, wat zo is bij de formalisten en voortkomt uit het gebrek aan een heilige neiging van het hart. (2) Er zijn ook onvrijwillige en diep betreurde afleidingen, die voortkomen uit de zwakheid en onvolmaaktheid van de genade.

Aan de hand van tien hulpmiddelen wordt aangewezen hoe het hart behoed kan worden, zodat het in een tijd van plicht niet door ijdele gedachten wordt afgeleid. Flavels reikt deze hulpmiddelen aan voor het hart waar ‘genade heerschappij heeft, maar de lusten miltziek en opstandig zijn’.

Hulpmiddel 1. Welk advies wordt in het eerste hulpmiddel gegeven?

Hulpmiddel 2. Welke maatregels zult u nemen om een wacht over uw zintuigen te stellen, als u het volgende citaat in gedachten houdt voor een juiste motivatie: ‘Wees gesloten, o mijn ogen, wees gesloten, want het is onmogelijk dat u ooit zo’n schoonheid en heerlijkheid in enig schepsel zult zien als ik nu in God gezien heb’?

Hulpmiddel 3. In welk opzicht zegt Flavel dat een werkzame verbeeldingskracht goed is? Wat maakt de verbeeldingskracht tot iets droevigs?

Hulpmiddel 4. Welke gedachten uit dit gedeelte zullen u in staat stellen om in de toekomst te denken aan ‘Gods heilige en ontzaglijke tegenwoordigheid in de plichten’?

Hulpmiddel 5. Geef nadere uitleg over Flavels uitspraak dat ‘de ziel zich als het ware in een keten van plichten wikkelt’.

Hulpmiddel 6. De auteur zegt: ‘Als uw hart maar eens op de rijke ader in de plicht kon stoten, dan zou het daar bestendig en met vermaak blijven vertoeven.’ Leg uit wat hij bedoelt met ‘de rijke ader in de plicht’. Is dit ooit zo geweest in een van uw plichten?

Hulpmiddel 7. Waarover moet de christen voor Gods aangezicht treuren en waarom moet hij pleiten?

Hulpmiddel 8. Probeer enkele redenen te bedenken waarom u kunt zeggen dat uw ‘gebedstijden de beste, de gouden gedeeltes van al [uw] tijd zijn’.

Hulpmiddel 9. Hoe ernstig denkt u dat het is als christenen in hun plichten ‘voor de lege troon’ buigen?

---

<sup>5</sup> James Fraser, in 1886 in Engeland geboren, werkte van 1907 tot zijn overlijden in 1938 als zendeling onder de Lisu’s in China en vertaalde de Bijbel in hun stamtaal.

Hulpmiddel 10. Hoe zou u uw 'zaaitijden' beoordelen als u de afgelopen week nagaat? Zaait u in de Geest? Strijdt u om in te gaan door de enge poort? Neemt u het Koninkrijk der hemelen met een heilig geweld?

## Les 6

‘Als u de toorn bij zijn eerste opkomst kunt ontlopen, hoeft u er daarna niet meer erg bevreesd voor te zijn. Met deze zonde is het immers niet als met andere zonden. Andere zonden komen geleidelijk aan tot hun volle kracht; hun eerste bewegingen zijn het zwakst. Maar deze zonde wordt in haar volle kracht geboren; ze is in het begin het sterkst; weersta ze dan en ze valt voor u.’ (p. \*)

De leesstof en vragen in deze les gaan over Tijd 7 en 8 van de twaalf bijzondere tijden in het leven van een christen, die vragen om bijzondere ijver.

**Tijd 7**, die vraagt om onze uiterste ijver in het behoeden van het hart, is ‘wanneer mensen ons onrecht aandoen en beledigen’.

Flavel geeft acht remedies, waarin duidelijk wordt ‘hoe een christen zijn hart kan behoeden voor wraakzuchtige bewegingen onder het ergste onrecht en de grootste beledigingen van mensen’.

Remedie 1. Welke argumenten worden in dit gedeelte gegeven om ons te weerhouden van het eten van de ‘verboden vrucht, hoe aangenaam en verrukkelijk ze ook moge zijn voor onze bedorven smaak’, wanneer ‘de natuur zegt: “Wraak is zoet”’?

Kunt u zich een tijd herinneren dat u die zoete verboden vrucht gesmaakt hebt, maar later ook van de bittere gevolgen geweten hebt? Was de korte zoetheid die bittere gevolgen waard?

Remedie 2. Flavel heeft al gesteld dat ‘het Evangelie ons inderdaad vrijheid geeft om onze onschuld te bewijzen en voor onze rechten op te komen, maar niet om onze verdorvenheden te luchten en inbreuk te maken op Gods recht’. Vervolgens moet u zich nu ‘de uitnemendste voorbeelden van zachtmoedigheid en vergeving voor ogen stellen, opdat uw ziel daarop verliefd wordt’.

Wat zijn enkele van de ‘uitnemende voorbeelden’ die wij verlangen na te volgen?

Hoe kunnen christenen ‘alles wat morele heidenen bereikt hebben’ overtreffen?

Remedie 3. Wat moet uw houding zijn jegens een goed mens die u verongelijkt? En jegens een goddeloos mens? Waarom?

Remedie 4. Flavel stelt dat we drie vijanden kunnen verdelgen door te vergeven in plaats van wraakzuchtig te zijn. Wie zijn deze vijanden?

Hoe verdelgde David deze drie vijanden in het voorbeeld met Saul?

Remedie 5. Hoe moeten christenen ‘de wraakzucht op [zichzelf] richten’ wanneer ons onrecht en ongelijk wordt aangedaan?

Remedie 6. In dit gedeelte behoren we ons ‘oog te houden op de eerste Oorzaak, door Wie al onze moeiten beschikt worden’. Bent u het eens met het antwoord op de tegenwerping? Waarom wel of waarom niet?

Remedie 7. We worden aangemoedigd om te overdenken hoe we God dagelijks verongelijkt hebben. Wat zijn enkele manieren waarop u God verongelijkt hebt?

Remedie 8. We dienen in gedachten te houden dat de dag des Heeren nadert. Welke drie argumenten worden in dit gedeelte ingebracht tegen ons wraaknemen?

**Tijd 8**, die vraagt om onze uiterste ijver in het behoeden van het hart, is ‘wanneer we grote kruisen op onze weg krijgen en hevig getart worden; dan gebeurt het gauw dat zondige hartstocht het hart vervoert’.

Flavel stelt dat er drie soorten toorn zijn: natuurlijke, heilige en zondige toorn. Verklaar elke soort nader en geef er een voorbeeld van.

Ons worden zes middelen gegeven die duidelijk maken hoe het hart behoed kan worden, zodat het zachtmoedig en geduldig blijft onder grote kruisen en tarding, wanneer de derde vorm van toorn, de zondige toorn, geneigd is het hart te vervoeren.

Middel 1. Welke voordelen vloeien eruit voort als u 'lage en nederige gedachten van uzelf hebt'? Hoe krijgt de eigenwaarde een plaats in Flavels opvattingen in dit gedeelte?

Middel 2. Hier wordt aanbevolen om 'uw geest dikwijls te verzoeten in de gemeenschap met God'. Waarom zijn 'gramschap en twist enorm tegengesteld aan de gestalte en stemming van een geestelijk hart'?

Middel 3. Wat zijn de vier gevolgen van zondige toorn? Waarom is zondige toorn dus 'een kortdurende krankzinnigheid, de koorts van de ziel, de eclips van het verstand'?

Middel 4. Flavel geeft aan dat er meer voldoening zit in het doden dan in het luchten van een zondige hartstocht. Op welke manier hebt u ondervonden dat deze gedachte waar is?

Middel 5. Op welke manier zijn christenen door sommige heidenen overtroffen?

Middel 6. Wat is de betekenis van het advies ten aanzien van zondige toorn, dat in deze uitspraak gegeven wordt: 'Hij die de klepel niet wil horen, moet niet aan het touw trekken.'

## Les 7

‘Het is de verdoemende zonde van de zichzelf vleierende huichelaar om zijn toestand beter te maken dan ze is, en het is de zonde en dwaasheid van sommige oprechten om hun toestand slechter te maken dan ze in werkelijkheid is.’ (p. \*)

In les zeven zal het gaan over Tijd 9 en 10 van de twaalf bijzondere tijden die vragen om ‘meer dan gewone waakzaamheid over het hart’.

Tijd 9 is ‘de kritieke ure van verzoeking, waarin de satan de vesting van het hart van een christen nauw omsingelt, en het dikwijls overrompelt door gebrek aan waakzaamheid’.

*Thy close pursuers’ busy hands do plant  
Snares in thy substance, snares attend thy want;  
Snares in thy credit, snares in thy disgrace;  
Snares in thy high estate, snares in thy base;  
Snares tuck thy bed, and snares attend thy board;  
Snares watch thy thoughts, and snares attack thy word;  
Snares in thy quiet, snares in thy commotion;  
Snares in thy diet, snares in thy devotion;  
Snares lurk in thy resolves, snares in thy doubt;  
Snares lurk within thy heart, and snares without;  
Snares are above thy head, and snares beneath;  
Snares in thy sickness, snares are in thy death.*

[Uw achtervolgers hebben bezige handen en leggen  
Strikken in uw rijkdom, strikken vergezellen uw gebrek;  
Strikken zijn er in uw goede naam, strikken in uw schande;  
Strikken in uw hoge positie, strikken in uw lage staat;  
Strikken bedekken uw bed en strikken omringen uw tafel;  
Strikken bewaken uw gedachten en strikken bestormen uw woorden;  
Strikken in uw rust, strikken in uw onrust;  
Strikken in uw voedsel, strikken in uw godsdienst;  
Strikken schuilen in uw voornemens, strikken in uw twijfel;  
Strikken schuilen binnen in uw hart, en strikken daarbuiten;  
Strikken zijn er boven uw hoofd, en strikken onder u;  
Strikken zijn er in uw ziekte, en strikken in uw dood.]

(Francis Quarles, *Emblems*.<sup>6</sup>

Geciteerd in Alexander Whyte, *Samuel Rutherford and Some of His Correspondents*)<sup>7</sup>

Flavel noemt zes argumenten ‘waarmee de satan op subtiele wijze ons de verzoeking influistert en ze voor ons verpakt’, en dan biedt hij ‘enige hulp voor het behoeden van uw hart’.

Argument 1. Het plezier van de zonde. De satan weet dat de zonde noodzakelijk zoet en verleidelijk moet zijn, want ze kost erg veel en er zal een heel leven voor nodig zijn om het volle kwaad en gevaar van de zonde te leren kennen. Welke twee dingen kunnen tegen de satan gezegd worden als goede redenen waarom het raadzaam is om weg te blijven van het veronderstelde vermaak van de zonde?

<sup>6</sup> Francis Quarles (1592-1644), Engels dichter. Zijn *Emblems* groeide uit tot het meest populaire werk in zijn soort van de 17e eeuw.

<sup>7</sup> Alexander Whyte (1836-1921), Schots predikant en vanaf 1909 rector van het New College in Edinburgh.

Argument 2. Het geheim van de zonde. Welke twee getuigen zijn er van elke zonde? Welke getuige zorgt voor het krachtigste getuigenis? Waarom?

Argument 3. De winst en het profijt dat de zonde oplevert. Waarom is dit argument niet waar? Met betrekking tot lichaam en ziel leest u hier een verhaal over een meester die 'een knecht twee dingen toevertrouwt: een kind en de kleren van het kind'. Vervolgens wordt de vraag gesteld: 'Zal de meester de knecht bedanken als hij zich zo verdedigt: "Ik heb het leven van het kind wel verwaarloosd, maar ik heb de kleren bewaard?"' Als u uw tijdsbesteding van de afgelopen week beoordeelt, waar hebt u dan meer voor gezorgd, voor het kind of voor de kleren van het kind? Als er hierin een correctie nodig is, hoe wilt u dit dan gaan doen?

Argument 4. De kleinheid van de zonde. Wat zijn de drie manieren waarop we de satan op dit punt antwoord kunnen geven? Hebt u al gebruik gemaakt van een of meer van deze drie antwoorden, nadat u ze gelezen had?

Argument 5. Een heel goddeloos argument 'haalt de satan uit Gods genade en de hoop op vergeving'. Wat is een 'zonde met opgeheven hand'?

Noem de verschillende opzichten waarin God u barmhartig is geweest.

Wat zou de erkenning van Gods barmhartigheid in u moeten uitwerken, wat betreft een zonde waartoe u verzocht wordt?

Argument 6. Hoe zou u de satan antwoorden als hij u tot de zonde aanmoedigde met het voorbeeld van goede en heilige mensen die gezondigd hebben en weer teruggebracht zijn?

**Tijd 10**, die vraagt om onze uiterste ijver in het behoeden van het hart, is 'de tijd van geestelijke duisternis en twijfel. (...) Doordat God Zijn aangezicht verbergt, de verdorvenheid overheerst en er geen genadeblijken zijn, staat de ziel zelfs op het punt om al haar hoop en troost als verloren op te geven; om droevige en wanhopige conclusies tegen zichzelf te trekken; om haar vorige vertroosting en ijdele misleidingen en haar genade geveinsdheid te noemen.' Zulk een tijd wordt ook wel 'geestelijke depressie' genoemd.

Twee algemene hoofdpunten wat betreft de redenen van twijfel aan onze oprechtheid zijn:

1. De handelwijze van God met de ziel in verdrukking of verlating;
2. De handelwijze van de ziel met God. Soms argumenteert de ziel tegen de waarheid van haar eigen genaden vanuit:

- (1) Terugval in dezelfde zonden waarover vroeger berouw is getoond;

- (2) De vermindering van haar genegenheden voor God;

- (3) De buitensporigheid van haar genegenheden voor de vertroosting en genietingen van het schepsel;

- (4) Verruimingen in openbare plichten en veelvuldige vernauwingen in persoonlijke plichten;

- (5) Afschuwelijke inwerpingen van de satan, waardoor de ziel zeer verbijsterd wordt;

- (6) Gods stilzwijgen en schijnbare afwijzing van haar verzoeken en gebeden, die reeds lang voor Zijn troon liggen.

Flavel noemt zeven algemene waarheden, 'die dienen om een bevende en twijfelende ziel vastheid te geven'.

Waarheid 1. Welk onderscheid moet er gemaakt worden wanneer we afwegen of iemand gerangschikt kan worden onder de niet-christenen en huichelaars?

Waarheden 2 en 3. Wat is soms de zonde van oprechte harten? Zijn er in het hedendaagse christendom veel mensen zoals de godzalige Bradford te vinden?

Waarheid 4. Welke hindernissen komen er in ons leven, als we tijdens een geestelijke depressie voortdurend onze oprechtheid in twijfel trekken?

Waarheid 5. Waarom is de ziel niet op alle tijden geschikt om een oordeel te vellen over haar eigen toestand?

Waarheid 6. Flavel schrijft: ‘Deze tekortkomingen [van een vrouw] kunnen maken dat [haar man] zijn gedrag verandert, maar niet dat hij zijn liefde terugneemt of zijn betrekking tot haar ontkent.’ Verklaar deze uitspraak nader, in verband met God en Zijn volk.

Flavel beantwoordt twee redenen voor twijfels ten aanzien van Gods handelwijze met de ziel.

Reden 1. De ziel kan twijfelen en zeggen dat God geen liefde voor haar heeft, vanwege haar tegenwoordige verdrukkingen. De auteur stelt drie vragen waarop de ziel eerst bevredigend antwoord moet geven voordat ze tot die conclusie kan komen. Wat zijn deze drie vragen? Welke vraag levert volgens u het sterkste bewijs voor Gods liefde te midden van tegenwoordige verdrukkingen?

Reden 2. Welke gedachte is het meest overtuigend voor u, in de vier vragen die gesteld worden om te bevestigen dat het niet waar is dat God geen liefde voor u heeft omdat Hij op dit moment Zijn aangezicht voor u verbergt?

Flavel heeft zojuist bewezen dat er uit Gods handelwijze met u, hetzij in verdrukking of verlating, geen ontmoedigende, deprimerende conclusies getrokken kunnen worden. Vervolgens noemt hij zes voorname redenen voor twijfel ten aanzien van onze handelwijze met God, waaruit zulke conclusies evenmin getrokken kunnen worden.

Reden 1. Er worden drie vragen gesteld om te illustreren hoe men een wanhopige christen, die opnieuw gevallen is in dezelfde zonde waarover hij vroeger berouw heeft gehad, gerust kan stellen. Kort samengevat zijn de antwoorden op deze vragen:

Vraag 1. Christus heeft de discipelen niet weggestoten toen ze faalden.

Vraag 2. U vergoelijkt uw zonde niet, maar zoekt naar berouw.

Vraag 3. Goede mensen kunnen steeds weer opnieuw in zonde vallen, maar niet in grove zonden.

In vraag 2 beschrijft Bernardus het zondigen uit gewoonte, dat de weg van de goddeloze is. Waarin is het zondigen uit gewoonte anders dan de zonde van een christen?

Reden 2. Als onze genegenheden voor geestelijke dingen verminderen en verdorren, betekent dit niet noodzakelijkerwijs dat we geen kind van God zijn. Er worden twee vragen gesteld. Welke zijn dat en hoe worden ze beantwoord?

Reden 3 is de buitensporigheid van onze genegenheden voor bepaalde genietingen van het schepsel. Deze reden voor twijfel weerlegt Flavel met drie vragen. Welke hiervan vond u het meest profijtelijk?

Reden 4 is het feit dat we soms merken dat we in de openbare plichten beter in staat zijn om God te aanbidden en te genieten dan in de persoonlijke plichten. Geloof u dat Flavel met de drie gestelde vragen een goed argument heeft om een twijfelende en benauwde ziel te overtuigen? Hoezo?

Reden 5 zijn die afschuwelijke inwerpingen van de satan, waardoor de ziel heel erg verbijsterd is. Hoe beantwoordt Flavel de vraag: ‘Kan er genade zijn waar er zulke inwerpingen zijn?’

Reden 6 is het lange stilzwijgen en de schijnbare afwijzing van de Heere, wat betreft onze verzoeken en gebeden die al lang voor Zijn troon liggen. Welke troost voor uw ziel putte u uit een of meerdere van de gedachten die in de drie vragen staan?

## Les 8

‘Uw ziel zal binnenkort voor Gods aangezicht staan en Zijn heerlijkheid zal uw ziel onmiddellijk bestralen. Hier is uw ziel ver van God vandaan; de stralen van Zijn heerlijkheid raken haar slechts indirect en zwakjes. Maar binnenkort zal ze daar zijn waar de zon zal stilstaan.’ (p. \*)

In Les 8 zullen we de bestudering van het derde hoofdpunt van deze verhandeling afsluiten; het zal nu gaan over Tijd 11 en 12 van de twaalf bijzondere tijden die vragen om bijzondere ijver.

**Tijd 11** is ‘is wanneer het lijden om de godsdienst tot een hoogtepunt komt’. Flavel stelt acht vragen om het hart te behoeden ‘voor terugval onder het grootste lijden om de godsdienst’.

Vraag 1. Noem iets van de smaad en oneer die Christus wordt aangedaan wanneer we Hem verlaten in tijden van lijden om de godsdienst.

Vraag 2. Hecht u evenveel waarde aan de vrede van de inwendige mens als Samosatenus? Denk aan een tijd dat u uw geweten geweld hebt aangedaan, mogelijk niet zozeer om u te beschermen voor fysiek gevaar, maar om een verwaand beeld van uzelf te promoten. Hoe ging uw vrede, vreugde en vertroosting verloren door uw handelwijze?

Vraag 3. Op welk terrein of welke terreinen van uw leven hebt u uw persoonlijke belangen gesteld boven het openbare belang van Christus?

Vraag 4. Stel u een weegschaal voor. Noem voorbeelden van Christus’ lijden en leg ze aan de ene kant op de schaal. Noem voorbeelden van uw lijden en leg ze aan de andere kant. Komen de schalen in balans? Beantwoord Flavels vraag: ‘Wat is mijn lijden, vergeleken met dat van Christus?’

Vraag 5. Hoe heeft de hond die in dit gedeelte beschreven wordt, u overtroffen in het lijden en in zijn trouw aan zijn meester?

Vraag 6. Welke voordelen zou u verbeuren als u ‘de goddelozen de rechterhand der gemeenschap’ zou geven? Kunt u een voorbeeld vertellen bij een van de opgesomde voordelen, waarin de grote waarde daarvan gebleken is?

Vraag 7 en 8. Welke van de waarschuwingen uit de Schrift, die in deze laatste twee gedeeltes gegeven worden, zou u in het bijzonder aanleiding geven om te volharden in tijden van lijden voor de godsdienst?

**Tijd 12** is ‘is de tijd van ziekte, wanneer een kind van God dicht bij de eeuwigheid komt, wanneer er in het bovenste gedeelte van zijn zandloper nog maar een paar korreltjes over zijn’.

Flavel noemt zeven argumenten die erover gaan ‘hoe Gods kinderen in tijden van ziekte hun hart kunnen losmaken van alle aardse verbintenissen en het kunnen overhalen tot een gewilligheid om te sterven’.

Argument 1. Hoe stelt dit argument u in staat om ‘de boodschappers van de dood vrolijk te onthalen’?

Argument 2. Verklaar de betekenis van Flavels uitspraak: ‘De meeste mensen hebben geduld nodig om te sterven, maar een heilige die verstaat waartoe de dood hem toegang geeft, zou eerder geduld nodig moeten hebben om te leven.’

Argument 3. Hoe kunnen we weerleggen wat Berilius leerde?



Argument 4. Welke voordelen zijn ermee verbonden als we ‘van het veld weggeroepen’ worden?

Argument 5. Noem de weldaden die u door de dood zult ontvangen:

- a. Wat betreft uw gemeenschap met God.
- b. Wat betreft uw gemeenschap met de heiligen.

Argument 6. Flavel geeft vier zware lasten die de dood van onze schouders af zal nemen. Wat zijn deze en van welke verlangt u het meest ontslagen te worden?

Argument 7. Hier wordt de vraag gesteld: ‘Waarom bent u onwillig om te sterven’? Hoe zou u die vraag beantwoorden?

Welke van de vier gemaakte tegenwerpingen zou uw eigen tegenwerping kunnen zijn? Gelooft u dat Flavel er een goed antwoord op gaf?

## Les 9

‘Het hart is een hongerig en rusteloos ding; het wil iets hebben om zich mee te voeden. Als het niets van God geniet, zal het iets van de schepselen najagen, en daar verliest het vaak zowel zichzelf alsook zijn doel.’ (p. \*)

‘Vanaf de dagen van Augustinus is het een spreuk dat God het hart van de mens voor Zichzelf gemaakt heeft, en dat dit hart geen ware rust vindt totdat het zijn rust vindt in God’ (Alexander Whyte, *Lord, Teach us to Pray*)

In Les 9 zullen we onze bestudering over het behoeden van het hart afronden door te kijken naar het vierde hoofdpunt van deze verhandeling: de toepassing.

Op vier manieren kunnen we het verhandelde gebruiken:

- I. Gebruik tot informatie.
- II. Gebruik tot vermaning.
- III. Gebruik tot besturing.
- IV. Gebruik tot vertroosting.

We zullen beginnen met het bespreken van het eerste hoofdpunt, het ‘Gebruik tot informatie’, waarin drie gevolgtrekkingen worden gemaakt.

Gevolgtrekking 1 is ‘tot ontzetting van huichelaars en vormelijke belijders, dat de moeite en arbeid die veel mensen zich in de godsdienst hebben getroost, slechts verloren arbeid en nutteloze moeite zijn, die nooit tot voordeel zullen strekken’. Verder wordt er gesteld dat ‘u God slechts de huid van de offerande hebt geofferd, niet het merg, het vet en de inwendige delen’. Wat wordt er bedoeld met de huid van de offerande? Wat wordt er bedoeld met het merg, het vet en de inwendige delen? Waarom moeten er tranen gestort worden?

Gevolgtrekking 2 is ‘tot verootmoediging van oprechte harten, dat het onwaarschijnlijk is dat Gods volk Hem ooit veel dienst zal bewijzen of ooit veel troost in deze wereld zal bezitten, tenzij ze meer tijd en moeite aan hun hart besteden dan ze doorgaans en gewoonlijk doen’. Wat bedoelt Flavel met christenen ‘die op een armzalig, laag peil leven, zowel wat betreft hun dienst als hun troost’?

De auteur zegt: ‘Twee zaken hebben de tijd en energie van de belijders van deze generatie verteerd en hen droevig afgeleid van het hartewerk.’

Ten eerste ‘vruchteloze discussies, (...) door de satan op gang gebracht met het doel dat ze ons zouden aftrekken van de praktische godzaligheid en zouden maken dat we ons hoofd breken, terwijl we ons hart zouden moeten onderzoeken’. Deze vermaning vergoelijkt geen laksheid in het verdedigen van theologische waarheden, maar waarschuwt wel tegen de twistgesprekken over middelmatige zaken waarin de Schrift vrijheid geeft. Welke vragen zouden volgens Flavel beter gesteld kunnen worden, tot onderzoek en toetsing van het hart?

De tweede manier waarop belijders zijn afgeleid van het hartewerk, is door ‘aardse beslommingen’. Geef een voorbeeld hoe we kunnen voorkomen dat ‘deze woestijn’ en het ‘lawaai van wereldse drukte’ ons verstrikken en een verval veroorzaken in onze ijver, liefde en vermaak in God.

Gevolgtrekking 3 is ‘tot ontwaking van allen, dat er slechts weinig ware christenen in deze wereld zijn, als het behoeden van het hart het grote werk van een christen is’. Aan de hand van welke regel kunnen we vaststellen of christenen in hun belijdenis waar zijn of niet?

In hoeverre is ‘menselijke toejuicing’ een motief voor uw geestelijke plichten? Hoort het dat te zijn?

De tweede toepassing is ‘tot vermaning’. Flavel zegt: ‘Als het behoeden van het hart zo’n belangrijke bezigheid is; als er zulke uitgelezen voordelen uit voortvloeien; als er zoveel dierbare en kostbare belangen mee verbonden zijn – laat ik Gods volk dan overal oproepen om zich ijverig op dit werk toe

te leggen.’ Er worden tien motieven genoemd om ons aan te moedigen ons ‘iets vaker af te zonderen om met God en [ons] eigen hart te spreken’.

Motief 1. Geef nadere uitleg over de betekenis van de volgende uitspraak: ‘Een eerlijk hart met veel bevinding is een bijzondere hulp voor een zwak hoofd.’ Hebt u de waarheid van deze uitspraak ooit ondervonden?

Motief 2. Noem een dwaling die in onze dagen overal te vinden is, maar waarvan geen enkel argument u kan overtuigen omdat u de waarheid ‘gevoeld en gesmaakt’ hebt.

Motief 3. Waarom is het geen goede manier om de oprechtheid van onze toewijding aan Christus te beoordelen naar onze uitwendige godsdienstige verrichtingen? Waarom houden kerken dan statistieken bij? Wat is een betere manier om onze oprechtheid te beoordelen?

Motief 4. Wie is het die ‘gewoonlijk het eerste zicht op Christus in een preek, het eerste zegel van Christus in een sacrament, de eerste kus van Christus in het verborgen gebed krijgt’? Omschrijf de fout die de anderen gemaakt hebben.

Motief 5. Flavel zegt dat herten die behoed en getrouw bestudeerd zijn, zijn als ‘zakken vol nieuwe wijn, die niet geopend zijn’. Leg uit hoe deze uitspraak waar is.

Motieven 6 en 7 leggen uit hoe het behoeden van ons hart invloed zal hebben op ons getuigenis voor Christus voor een oplettende wereld. Omschrijf het type christen dat ‘de vervallen kracht van de godsdienst’ zal herwinnen.

Motief 8. Welke gevaren zijn er voor hen die God bijvoorbeeld in het ambt mogen dienen, als het hart niet goed behoed wordt?

Motief 9. Wat heeft volgens Flavel de christelijke gemeenschap bedorven en wat zijn de gevolgen hiervan?

Motief 10. Waarom is het zo moeilijk om te zorgen dat de kostbare invloeden van alle ordinanties in onze ziel vastgehecht en bewaard blijven?

Onder het ‘Gebruik tot besturing’ noemt Flavel zes algemene middelen om het hart te behoeden.

Middel 1. ‘Voorzie uw hart rijkelijk van Gods Woord.’ Welke voordelen vloeien er voort uit het kennen van de Schrift?

Middel 2. Flavel vergelijkt onze herten met ‘ontrouwe of verdachte knechten’, die een voorraad in handen krijgen. Hoe moeten we aan het eind van de dag met deze knechten omgaan?

Middel 3. Noem enkele manieren waarop we ‘onze ziel gebrek laten lijden’.

Middel 4. Welke waarschuwing wordt er in dit gedeelte gegeven? Hebt u ooit opgemerkt dat dit waar was in uw hart?

Middel 5. Welk hoger motief is er nodig in onze godsdienstige plichten? Waarom is de plicht zonder dat zo doods?

Middel 6. Hoe wilt u de diverse ‘zandkorreltjes’ (minuten) van uw dag nemen en er een ‘spiegel’ van maken om daar uw ziel voor aan te kleden?

Het vierde hoofdpunt is het ‘Gebruik tot vertroosting’. Flavel sluit zijn verhandeling af met ‘enkele woorden van troost voor alle ijverige en ernstige christenen, die zich trouw en nauwgezet toeleggen op het hartewerk; die in het verborgen zuchten en wenen over de hardheid, hoogmoed, aardsgezindheid en ijdelheid van hun hart; en die vrezen en beven vanwege de ondervonden bedrieglijkheid en valsheid van hun hart’. Er worden nu drie vertroostingën gegeven aan christenen met zo’n hart.

Troost 1. Flavel zegt: ‘Loof God voor datgene wat enkel en alleen de gunstelingen en lievelingen van de hemel bezitten.’ Wat bezitten deze lievelingen van de hemel en waarin zijn zij onderscheiden van de vormelijke, ijdele belijders?

Troost 2. Welke voordelen zijn er voor hen die met betrekking tot hun hart ‘onder zoveel moeiten en lasten’ gebukt gaan?

Troost 3. Hoe beschrijft Flavel de hemel? Wat is het verschil tussen zijn verwachtingen en uw verwachtingen van de hemel?