

Oefenen in godsvrucht

Sleutelverzen: "Oefen uzelf in godsvrucht, want lichamelijke oefening heeft slechts weinig nut, maar godsvrucht is nuttig voor alle dingen, omdat zij een belofte inhoudt voor het huidige leven en ook voor het toekomstige leven."
1 Timoteüs 4:7,8

Geselecteerde tekst:
1 Timoteüs 4:7-16

In zijn eerste brief aan Timotheüs noemt de apostel hem "mijn eigen zoon in het geloof" (1 Timotheüs 1:1,2). Er zijn aanwijzingen dat Timotheüs weinig zelfvertrouwen had toen Paulus hem voor het eerst riep om in de bediening te treden. De apostel herinnerde hem vervolgens aan het geloof dat zijn moeder en grootmoeder hadden getoond, en dat hij zich niet moest onderwerpen aan de "geest van vrees" (2 Timotheüs 1:5-7). Bij een andere gelegenheid vroeg Paulus de Korinthiërs om Timotheüs niet te intimideren wanneer hij op bezoek kwam, waarmee hij blijk gaf van zijn besef dat Timotheüs mogelijk onzeker was (1 Korinthiërs 16:10). In onze geselecteerde tekst spoort de apostel Timotheüs aan: 'Laat niemand op je neerkijken omdat je jong bent' (1 Timotheüs 4:12). Hoewel het persoonlijk van aard is, kan Paulus' aanmoediging aan Timotheüs worden toegepast op elk lid van de kerk.

In onze sleutelverzen moedigt Paulus Timotheüs aan om het contrast tussen lichamelijke oefening en godsvrucht te overwegen. Een vertaling luidt: "Lichamelijke training heeft enige waarde, maar godsvrucht heeft waarde voor alle dingen en biedt beloften voor zowel het huidige leven als het toekomstige leven." Veel studies hebben de psychologische voordelen van lichaamsbeweging aangetoond, waaronder verminderde symptomen van zowel depressie als angst, verminderde stressniveaus en een groter zelfvertrouwen en zelfrespect. Paulus doet lichamelijke oefening niet af als tijdverspilling, maar prijst het als iets waardevols. Elders stelt de apostel dat ons lichaam de tempel is van de Heilige Geest, gegeven door God en gekocht met het kostbare bloed van Christus. We moeten daarom God verheerlijken door onszelf fit te houden voor zijn dienst. 1 Korintiërs 6:19,20

Nadat hij de praktische waarde van lichaamsbeweging heeft erkend, benadrukt Paulus onmiddellijk de superioriteit van het beoefenen van "godsvrucht". Hij herinnert Timotheüs aan zijn pastorale verplichtingen, niet omdat hij die is vergeten of verwaarloosd, maar om hem aan te moedigen op deze weg voort te gaan. Hij zegt tegen Timotheüs dat hij de kerk moet instrueren om alle goddeloze en mythische leerstellingen te weigeren en te verwerpen en hen moet aansporen tot het beoefenen van ware godsvrucht. Hij moet de broeders aanmoedigen om Gods trouw te erkennen en de aanvaardbaarheid van de goddelijke boodschap in te zien. Timotheüs moet de gelovigen herinneren aan het voorrecht om te werken en smaad te lijden omwille van Christus. Hij moet hen

leren "te vertrouwen op de levende God, die de Redder is van alle mensen". 1 Timotheüs 4:7-10

Paulus zegt tegen de jeugdige Timotheüs dat hij "een voorbeeld voor de gelovigen" moet zijn (1 Timotheüs 4:12). Zijn woorden, gedrag, liefde, geest, geloof en zuiverheid moeten een voorbeeld zijn, niet alleen in het openbaar spreken, maar ook in zijn dagelijkse bezigheden. Zo'n voorbeeld moet van binnenuit komen, vanuit zijn hart en geest. Dan moeten de innerlijke deugden van zijn christelijke karakter naar buiten toe tot uiting komen in zijn spreken, gedrag en daden. Paulus besluit zijn aansporing aan Timotheüs met de woorden: "Totdat ik kom, wijd je aan het lezen, ... aan de leer. Veronachtzaam de gave die in je is niet, ... Overweeg deze dingen, wijd je er volledig aan." 1 Timotheüs 4:13-15

De roeping en trouw van elke christen berusten op de principes van "gerechtigheid en ware heiligheid" (Efeziërs 4:24). Gelovigen worden opgeroepen om Gods karakter te weerspiegelen: "Zoals Hij die u geroepen heeft heilig is, zo moet ook u heilig zijn in al uw wandel." 1 Petrus 1:15