

Geestelijke vitaminen

Vitaminen zijn belangrijk voor het in stand houden van en het normaal functioneren van het lichaam. Zij reguleren de biochemische omzettingen bij vele lichaamsprocessen. Het zijn essentiële voedingsstoffen, die een beschermende en opbouwende werking hebben voor het lichaam. Tekort aan bepaalde vitaminen kan vertraging in de groei, verminderde weerstand tegen infecties en verschillende ziekten veroorzaken. Een gezonde voeding, die rijk is aan de verschillende vitaminen, bewerkstelligt een goed en gezond functioneren van het lichaam.

In de geestelijke zin is dit ook zo. Voor de opbouw en het goed functioneren van het lichaam van Christus, de Gemeente, is goed en vitaminerijk voedsel nodig. Dat voedsel is het Woord van God, dat ons gezond maakt in het geloof. Het stelt ons in staat om constructief werkzaam te zijn in de dienst aan het Hoofd, namelijk Christus en aan elkander. Dient elkander door de liefde (Gal. 5:13).

Hieronder volgen enkele geestelijke vitamientjes:

- Vitamine A: afhankelijkheid, aanbidding.
- Vitamine B: Bijbelstudie, bidden, broederliefde, barmhartigheid, belijden, beproeving, blijdschap.
- Vitamine C: christen-zijn, communicatie, contact, collecte.
- Vitamine D: dankbaarheid, dienen, deugd, doorzettingsvermogen.
- Vitamine E: eensgezindheid, eenvoudigheid (des harten), elkander (verdragen, vergeven, aanvaarden).
- Vitamine F: fijngevoeligheid, fundamenteel zijn.
- Vitamine H: heiligmaking, hulp bieden, horen, hoop.
- Vitamine K: kennis, knielen, klein (nederig) zijn, kastijding, keuzes maken.
- Vitamine P: priesterschap, psalmzingen, prediken, prioriteiten stellen.

Jezus Christus bouwt Zijn lichaam (Ef. 4:16) en verstrekt ons daartoe Zijn “vitaminerijke” Woord. We worden opgeroepen om dat tot ons te nemen om vrucht te dragen in goede werken (Kol. 1:9,10; 2Tim. 3:16,17), zodat het strekt tot opbouw van de Gemeente (Ef. 4:12).