
MENSEN ZOALS JIJ EN IK
IK HEB SPIJT
Over fouten maken,
sorry zeggen en opnieuw beginnen
Een themaboekje voor mensen
die soms spijt hebben.
Bijbelverhalen in eenvoudige taal
Hans Vermeulen

Iedereen maakt wel eens een fout

Iedereen maakt wel eens een fout. Je zegt iets wat je niet had moeten zeggen. Je liegt. Je maakt iets kapot. Je doet iemand pijn. Je maakt een verkeerde keuze. En soms denk je daarna: „Had ik het maar niet gedaan." Dan heb je spijt.

Spijt kan een naar gevoel zijn. Je denkt steeds opnieuw aan wat er is gebeurd. Je zou de tijd willen terugdraaien. Maar dat kan niet. Wat gebeurd is, kun je niet altijd ongedaan maken. Toch hoeft een fout niet het einde te zijn. Je kunt eerlijk zeggen: „Het was verkeerd wat ik deed." Je kunt sorry zeggen. Je kunt proberen iets goed te maken. En je kunt God om vergeving vragen.

Bij God mag je opnieuw beginnen.



„Had ik het maar niet gedaan"

Mark heeft ruzie gehad met zijn vriend. Hij was boos. Hij zei dingen die hij eigenlijk niet meende. Zijn vriend liep weg. Nu zit Mark alleen. Hij denkt steeds aan zijn woorden. „Waarom heb ik dat gezegd?" Hij voelt zich rot.

Hij zou willen dat hij de woorden terug kon nemen. Maar dat kan niet. Dan denkt Mark: „Ik moet sorry zeggen." Hij loopt naar zijn vriend toe. „Het spijt me. Ik had dat niet moeten zeggen." Zijn vriend zegt niet meteen iets. Maar Mark heeft in ieder geval eerlijk gezegd wat hij voelt. Soms kun je een fout niet helemaal herstellen.

Maar je kunt wel een eerste stap zetten.

Petrus krijgt spijt

Petrus was een leerling van Jezus. Hij hield van Jezus. Maar toen Jezus gevangen werd genomen, werd Petrus bang. Mensen herkenden hem als een leerling van Jezus. Maar Petrus zei: *„Ik ken Hem niet." (Lucas 22:57)* Dat gebeurde niet één keer. Petrus ontkende Jezus drie keer. Toen kraaide de haan. Petrus herinnerde zich wat Jezus had gezegd. Hij besefte wat hij had gedaan. De Bijbel zegt: *„Petrus ging naar buiten en huilde bitter." (Lucas 22:62)* Petrus had spijt. Hij had Jezus in de steek gelaten. Misschien dacht hij wel: „Hoe kan Jezus mij ooit nog vertrouwen?" Maar het verhaal van Petrus stopt daar niet.

Jezus geeft Petrus een nieuwe kans

Na Zijn opstanding zoekt Jezus Petrus weer op. Dat is heel bijzonder. Jezus zegt niet: „Je hebt het verpest. Ga maar weg." Jezus praat met Petrus. Hij vraagt hem zelfs drie keer: *„Houd je van Mij?" (Johannes 21:15-17)* Petrus krijgt de kans om opnieuw te beginnen. Dat is mooi. Petrus had een fout gemaakt. Maar zijn fout was niet het einde van zijn leven met Jezus. Jezus gaf Petrus een nieuwe kans. Dat betekent niet dat wat Petrus had gedaan goed was. Het betekent wel: Vergeving maakt een nieuwe toekomst mogelijk.

Wat betekent dit voor ons?

Misschien heb jij ook wel eens iets gedaan waar je spijt van hebt. Misschien weet niemand ervan. Misschien draag je het al heel lang met je mee. Dan kun je denken: „Ik ben een slecht mens." Maar er is een verschil tussen: „Ik heb iets verkeerd gedaan." en: „Ik ben helemaal verkeerd." Een fout maakt jou niet waardeloos.

Je mag eerlijk kijken naar wat je hebt gedaan. Je mag zeggen: „Dit was niet goed." En daarna kun je kijken: „Wat kan ik nu doen?" Misschien moet je sorry zeggen. Misschien moet je iets herstellen. Misschien moet je hulp vragen. Misschien moet je iemand vertellen wat er is gebeurd. En misschien moet je leren om jezelf te vergeven.

Zacheüs maakt het goed



Zacheüs was een man die geld van andere mensen had afgepakt. Hij had meer geld gevraagd dan hij mocht. Toen Zacheüs Jezus ontmoette, veranderde er iets. Zacheüs zei: *„Ik geef de helft van mijn bezit aan de armen. En als ik iemand te veel geld heb laten betalen, geef ik vier keer zoveel terug." (Lucas 19:8)* Zacheüs zegt niet alleen: **„Sorry."** Hij wil ook iets **goedmaken**. Dat is een belangrijke les.

Als je spijt hebt, kun je soms iets doen om de schade te herstellen. Heb je iemand pijn gedaan? Dan kun je sorry zeggen. Heb je iets kapotgemaakt? Dan kun je proberen het te herstellen. Heb je iets gestolen? Dan kun je het teruggeven. Je kunt niet alles terugdraaien. Maar je kunt wel een goede stap zetten.

Vergeving

God wil ons vergeven. De Bijbel zegt: *„Als wij onze fouten eerlijk toegeven, dan zal God ons vergeven.” (1 Johannes 1:9)* Dat betekent niet dat we maar kunnen doen wat we willen. Vergeving is geen excuus om steeds dezelfde verkeerde dingen te blijven doen. Vergeving betekent: God laat je niet vastzitten in je fout. Hij geeft ruimte voor een nieuw begin. Daarom mogen we onze fouten eerlijk bij God brengen. Je hoeft je niet te verstoppen. Je mag zeggen: „God, dit heb ik verkeerd gedaan. Het spijt me. Wilt U mij vergeven?”

Jezus draagt onze schuld

Jezus kwam niet naar de wereld omdat mensen alles goed deden. Hij kwam juist voor mensen die fouten maken. Voor mensen die spijt hebben. Voor mensen die opnieuw willen beginnen. Aan het kruis droeg Jezus onze schuld. Daarom is er bij God vergeving. En daarom hoef je niet je hele leven te blijven denken: „Ik ben die fout.” Nee. Je hebt misschien iets verkeerd gedaan. Maar je bent niet alleen je fout. Jezus kijkt naar jou met liefde. Hij wil je niet vastzetten in je verleden. Hij wil je helpen om verder te gaan.

Als je spijt hebt



Misschien helpen deze vier stappen.

1. Geef eerlijk toe wat je hebt gedaan. Zeg niet: „Het viel wel mee,” als je weet dat het niet goed was. Wees eerlijk. Ook tegenover God.

2. Zeg sorry. Als je iemand pijn hebt gedaan, zeg dan: „Het spijt me.” Probeer niet meteen uit te leggen waarom je het deed. Begin gewoon met sorry.

3. Probeer iets goed te maken. Vraag: „Kan ik iets doen om het beter te maken?” Niet alles kan worden hersteld. Maar soms kun je wel iets doen.

4. Begin opnieuw. Blijf niet steeds naar je fout kijken. Leer ervan. Vraag God om hulp. En zet een nieuwe stap. Je fout hoeft niet het laatste woord te hebben.

Soms kun je jezelf moeilijk vergeven

Misschien heeft iemand jou vergeven. Misschien heeft God jou vergeven. Maar toch blijf jij jezelf verwijten maken. Je denkt steeds: „Had ik maar.” Dat kan heel zwaar zijn.

Dan kan het helpen om te zeggen: „Ik heb een fout gemaakt. Ik heb er spijt van. Ik heb geprobeerd het goed te maken. Ik mag nu verder.” Dat betekent niet dat je doet alsof er niets is gebeurd. Je neemt je fout serieus. Maar je blijft er niet voor altijd in vastzitten. God geeft ruimte voor een nieuw begin.

Vijf vragen om over na te denken

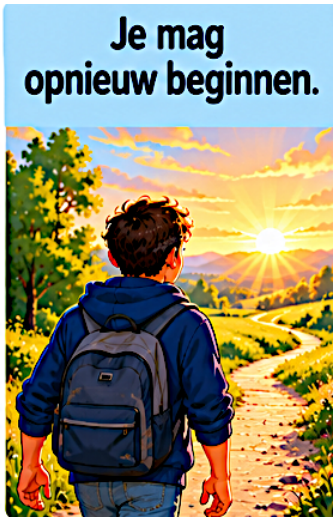
1. Heb jij wel eens ergens spijt van gehad?
2. Vind je het gemakkelijk om sorry te zeggen?
3. Wat kun je doen als je iemand pijn hebt gedaan?
4. Kun je geloven dat God jou wil vergeven?
5. Wat zou voor jou een nieuwe start kunnen zijn?

Mijn spijt bij God brengen

Pak een vel papier. Schrijf bovenaan: Hier heb ik spijt van. Schrijf op waar je verdriet of spijt van hebt. Je hoeft het papier aan niemand te laten zien.
Lees daarna dit gebed:
God, U weet wat ik heb gedaan. U weet waar ik spijt van heb.
Het was niet goed. Het spijt mij. Wilt U mij vergeven?
Help mij om het goede te doen. Help mij om verder te gaan.
Dank U dat ik opnieuw mag beginnen. Amen.

Je kunt het papier daarna bewaren. Of je kunt het wegdoen. Het belangrijkste is: Je hoeft je fout niet alleen te dragen.





Een Bijbeltekst om te onthouden

„Als wij onze fouten eerlijk toegeven, dan zal God ons vergeven.” (1 Johannes 1:9)

Een fout hoeft niet het einde te zijn. Je mag eerlijk zijn. Je mag sorry zeggen. Je mag vergeving ontvangen. En je mag opnieuw beginnen.

Glimlachen en even nadenken

