

Remedie tegen slapeloosheid



(11)

> Ik ga liggen, val in slaap en word wakker – de HEER beschermt mij. Ik vrees de tienduizenden niet die mij aan alle kanten omringen. (Psalm 3:6-7 NBV)

Er bestaat een geneesmiddel tegen slapeloosheid. Ik vraag me af hoevelen van de duizenden lezers van dit onderwijs elke nacht een rustige, gezegende, verkwikkende slaap genieten...

Ze zijn niet te tellen, de miljoenen mensen in onze huidige beschaafde wereld, die worden gekweld door slapeloosheid. Er is echter een man die een geneesmiddel heeft gevonden: 'Ik ga liggen en val in slaap. Ik word wakker want de Heer beschermt mij'.

Nu zou je misschien denken dat die man vast niet zoveel spanningen en moeiten in zijn leven ervoer als jij. Hij maakte vast niet al die beproevingen mee. Hij had vast geen problemen en zorgen...

Maar dat heb je helemaal mis; je kon er niet nog meer naast zitten! David, die deze psalm schreef, kwam waarschijnlijk meer vijanden, spanningen en gevaren tegen dan jij ooit in je eigen leven hebt meegemaakt. Maar hij had het geheim ontdekt...

Ik ga liggen, val in slaap en word wakker. Ik zal niet vrezen. (Waarom niet?) De HEER beschermt mij. Iedere avond wijdde hij zichzelf toe aan de Heer. Hij ging liggen in vertrouwen op Hem. Hij wist dat zijn ziel veilig was in de bescherming van de Heer. Hij kon gaan slapen en wakker worden zonder onrust, zonder angst, zonder gekweld te worden door slapeloosheid.

Als je last hebt van slapeloosheid, die afschuwelijk kan zijn, denk dan aan Davids woorden en breng ze in toepassing.

: WD-WFTW-011-NLD

: 13 Feb 2026
: derekprince.com/nl/resources

