

## **Wat doe je als je bang bent?**

*Met dank aan de NGK Amersfoort*

Kort geleden zongen we het liedje in de kerk "je hoeft niet bang te zijn".

Je hoeft niet bang te zijn/ al gaat de storm tekeer.

Leg maar gewoon je hand / in die van onze Heer.

Je hoeft niet bang te zijn / als oorlog komt of pijn.

De Heer zal als een muur, / rondom je leven zijn.

Je hoeft niet bang te zijn / al gaan de lichten uit.

God is er en Hij blijft, als jij je ogen sluit.

Raar toch, we zijn voor zoveel dingen bang. Spinnen, donker, inbrekers, nare dromen, honden, enge ziekte, oorlog, onweer, eenzaamheid, ouderdom .....

Gek hé, nu zitten we midden in de tijd van het Coronavirus en de meesten zijn veel banger dan hij/zij ooit had kunnen bedenken: word ik ziek, worden m'n ouders ziek, hoe ziek worden we met elkaar, wat mag allemaal nog meer niet, hoe lang gaat dit duren?

Zouden we dit liedje nog durven zingen? Zouden we dit liedje juist moeten zingen?

Ik wil dit liedje graag zingen, juist omdat ik bang ben! Juist als ik zo bang ben, wil God heel dichtbij mij komen als iemand die naast me loopt, zodat ik nooit alleen ben waar het ook naartoe gaat

Angst zal er soms dus zijn, dat is heel gewoon. Maar daar hoef je niet alleen aan te tillen. God tilt mee en dat maakt angst lichter en zachter (je hoort het aan de melodie van het liedje).

Zoals Hij dat voor jou en mij doet, zo mogen we dat ook voor elkaar doen: elkaar helpen om angst zachter en lichter te maken. 'Praat er eens over met elkaar'.

Schrijf boven deze twee handen eens je angsten.

Dan kun je er samen voor bidden.

Soms kan er een streep door een onderwerp. Dan kun je samen danken.

IN GODS HANDEN LEG IK :

