

## VRAAG

---

Sinds kort ga ik naar een gemeente toe. Nu verkeer ik in een situatie waarbij ik hulp nodig heb. Ik wil een broeder om iets vragen, maar tegelijkertijd voel ik mij veeleisend aangezien hij mij al zoveel geholpen heeft. Ik vraag me af wat de Bijbel zegt over hulp vragen en of dat gebruikelijk is. Ik heb het al aan God voorgelegd. Het is lastig.

## ANTWOORD

---

Beste vriend of vriendin,

Inderdaad, om hulp vragen kan best lastig zijn. Je voelt je veeleisend en heel misschien vind je het ook wel lastig om je kwetsbaar op te stellen en wil je anderen niet met jouw problemen lastigvallen. Je denkt je dat je er zelf wel uit kunt komen. Het kan ook zijn dat je bang bent om een negatieve reactie te krijgen. Allemaal redenen om toch maar geen hulp van een andere broeder of zuster te vragen. Toch kan het heel mooi zijn om hulp te vragen aan God en de mensen om je heen. Wil je weten waarom? Ik las een prachtig stuk van [Hanneke van Galiën](#), lees maar mee!

*Hulp vragen aan God: In de Psalmen wordt God veelal om hulp gevraagd. De psalmist van Psalm 121 vraagt tijdens zijn pelgrimstocht om de hulp van God. Ik sla mijn ogen op naar de bergen, vanwaar mijn hulp komen zal. Mijn hulp is van de HEERE, Die hemel en aarde gemaakt heeft (Psalm 121:1-2, NBG51). De psalmist richt zich tot God, omdat hij weet dat zijn hulp van God afkomstig is. Hij weet dat God hem zal beschermen tijdens de zware en gevaarlijke reis die hij moet maken. Net zoals de schrijver van de Psalm zich richt tot God, mag ook jij je richten tot God. Hij hoort je (Psalm 18:7). Hij zal je helpen in je benauwdheden (Psalm 46:2). Je hoeft het niet in je eentje te doen, je mag om hulp vragen. Je mag God om hulp vragen en Zijn uitgestoken hand vastpakken. Onze hulp is in de Naam van de HEERE, Die hemel en aarde gemaakt heeft, Psalm 124:8 (NBG51).*

*Hulp vragen aan elkaar: Naast dat je God om hulp mag vragen, mag je ook de mensen om je heen om hulp vragen. Twee zijn beter dan één, want samen krijgen zij een goede beloning voor hun zwoegen. Want als zij vallen, helpt de één zijn metgezel overeind. Maar wee die ene die valt, terwijl er geen tweede is om hem overeind te helpen (Prediker 4:9-10, NBG51). Samen staan we sterker dan alleen. Wat de één niet weet, weet de ander misschien wel. Wat de één niet lukt, lukt de ander misschien wel.*

*Ook Mozes is iemand die werd geholpen door de mensen om hem heen. In Exodus 17 streed hij samen met de Israëlieten tegen de Amalekieten. Op een gegeven moment werden zijn handen echter zwaar en begonnen Aäron en Hur de handen van Mozes te ondersteunen, de een aan de ene en de ander aan de andere kant. Zo bleven de handen van Mozes onbeweeglijk en konden de Israëlieten de Amalekieten verslaan.*

*Het is een mooi voorbeeld van een manier waarop mensen elkaar kunnen helpen. Het lukte Mozes niet om zijn handen omhoog te houden, maar doordat Aäron en Hur hem ondersteunden, lukte dat wel. Zo mogen ook wij elkaar ondersteunen. En zo mogen ook wij om ondersteuning durven vragen.*

*Aan de slag! Durf jij om hulp te vragen? Weet dat je het niet alleen hoeft te doen en je God altijd om hulp mag vragen, wat er ook speelt in je leven. Al is het enkel met de woorden: “God, ik heb Uw hulp nodig, want alleen lukt het me niet.”*

Piet Spielman