

GOD VERTROUWEN

van dag tot dag

365 OVERDENKINGEN

JOYCE MEYER



NEW YORK BOSTON NASHVILLE



Doe Wat Je Kunt met Wat Je Hebt

'U zult niet begeren het huis van uw naaste. U zult niet begeren de vrouw van uw naaste, noch zijn slaaf, noch zijn slavin, noch zijn rund, noch zijn ezel, noch iets wat van uw naaste is.'

EXODUS 20:17 (HSV)

Hoe kijk jij naar je leven? Vind je het leuk, geniet je ervan of heb je er een hekel aan en zou je willen dat het anders was? Zou je graag iemand anders willen zijn en een ander leven willen hebben? Wil je er uitzien als ..., benijd je ... om zijn carrière of ... om haar gezin? Of ben je blij met het leven dat God jou heeft gegeven?

Willen hebben wat een ander heeft, wordt in de Bijbel begeerte genoemd en God verbiedt dat. Hij heeft dit zelfs in de Tien Geboden opgenomen. Je zult nooit het leven van iemand anders krijgen, dus het is zonde van je tijd om ernaar te verlangen. Je bent niet als die ander, dus doe wat je kunt met wat je hebt.

Sinds kort gebruik ik een nieuwe uitdrukking, die mij helpt om de werkelijkheid onder ogen te zien en mijn tijd niet te verknoeien met dingen die ik toch niet kan veranderen. Ik zeg tegenwoordig vaak: 'Het is zoals het is!' Op de een of andere manier houdt die uitspraak mij met beide benen op de grond en herinnert zij mij eraan dat ik bepaalde dingen beter kan accepteren, in plaats van te wensen dat het anders was. Niemand heeft een volmaakt leven en het is heel goed mogelijk dat jij verlangend kijkt naar het leven van anderen, terwijl zij dat ook doen en misschien wel naar jouw leven! Sommige mensen zouden graag een filmster willen zijn, terwijl filmsterren vaak juist naar anonimiteit verlangen. Sommige werknemers zouden wel werkgevers willen zijn, terwijl werkgevers misschien wel minder verantwoordelijkheden zouden willen hebben. Er zijn alleenstaande vrouwen die graag zouden willen trouwen en getrouwde vrouwen die graag weer single zouden willen zijn.

Tevreden zijn met je leven heeft niets met gevoel te maken, maar met je wil: je kiest ervoor! Tevredenheid wil niet zeggen dat je nooit iets

wilt veranderen of verbeteren, maar wel dat je gelukkig bent met jouw leven en er het beste van wilt maken. Tevredenheid betekent ook dat je het leven ziet als een geschenk; iets waar je van kunt genieten.

VERTROUW OP HEM Als God wil dat jij hebt wat een ander heeft, dan mag je Hem vertrouwen dat Hij je dit zal geven, maar eerst moet je leren om gelukkig te zijn met wat je hebt en daar het beste van te maken.

2 januari

Praat over Goede Dingen

'Ik zeg u: van elk nutteloos woord dat mensen spreken, zullen ze op de dag van het oordeel rekenschap moeten afleggen.'

MATTEÛS 12:36

Volgens mij hebben wij het bijna altijd over onze gevoelens. We voelen ons goed of slecht, blij of verdrietig, opgetogen of teleurgesteld en duizend-en-één andere dingen, de lijst is oneindig. Gevoelens kunnen snel omslaan, vaak zonder waarschuwing vooraf. Ze wachten niet op onze instemming, maar komen gewoon en vaak hebben we geen idee waarom. Je herkent dit vast wel: 's avonds ga je naar bed - en je voelt je lichamenlijk en emotioneel prima - maar de volgende ochtend word je doodmoe en geïrriteerd wakker. Je roept: 'Waarom? Waarom voel ik me zo?', en vervolgens zeg je aan wie-maar-horen-wil hoe beroerd jij je voelt. Interessant trouwens, dat we het vaker hebben over onze negatieve gevoelens dan over de positieve!

Als ik vol energie en opgetogen aan een nieuwe dag begin, dan zeg ik dit bijna nooit tegen de mensen om mij heen. Maar ben ik moe en terneergeslagen, dan wil ik dit feit aan iedereen kwijt. Het heeft me trouwens jaren gekost, voordat ik inzag dat praten over die vervelende gevoelens ze alleen maar versterkt. Volgens mij kunnen we beter terughoudend zijn over negatieve gevoelens en de positieve meer benadrukken.

Je kunt God altijd zeggen hoe jij je voelt en Hem om hulp en kracht vragen, maar praten met mensen over je gevoelens, gewoon om wat te zeggen te hebben, zal je niets opleveren.

Als negatieve gevoelens steeds terugkomen, vraag dan om gebed of om goed, Bijbels advies, maar nogmaals... gevoelens veranderen niet door er altijd maar weer over te praten.

Als we eerst afwachten hoe we ons voelen om te weten of we van de dag kunnen genieten, dan geven we onze gevoelens macht over ons. Maar als wij bereid zijn om de juiste keuzes te maken ongeacht hoe we ons voelen, dan zal God ons bekrachtigen.

VERTROUW OP HEM Hoe voel je je? Als jij je goed voelt, zeg dat dan tegen iemand. Als het niet zo goed gaat, zeg dat dan tegen God en vertrouw erop dat Hij je zal helpen. Maar bovenal: hoe jij je ook voelt, kies ervoor om wel van je dag te genieten!

3 januari

Succes Begint tussen de Oren

Wij vernietigen ieder trots obstakel dat mensen ervan weerhoudt om God te kennen. We nemen hun rebelse gedachten gevangen en leren hen om Christus te gehoorzamen.

2 KORINTIËRS 10:4-5

(VERTAALD UIT THE NEW LIVING TRANSLATION)

Niemand heeft succes alleen door het te willen. Succesvolle mensen maken een plan en zijn daar voortdurend mee bezig. Je kunt een heel concreet plan maken om jouw verlangens werkelijkheid te laten worden, maar het is niet vanzelfsprekend dat jouw gevoelens, hoewel ze erin mee zullen gaan, dit plan zullen toejuichen.

Vannacht heb ik heerlijk geslapen, maar toen de wekker om vijf uur afging, had ik geen zin om op te staan. Het was heerlijk warm onder mijn zachte dekbed en ik was het liefst blijven liggen. Maar ik had me voorgenomen om een bepaald aantal uren te schrijven en als

ik dat werkelijk wilde, moest ik echt opstaan. Ik dacht: 'En nu sta je op!', en ik stond op!

Neem jij de moeite om gericht te denken of mijmer je maar zo'n beetje over dingen die bij je opkomen, ook al komen ze totaal niet overeen met wat je graag wil doen met je leven? Neem jij jouw rebelse gedachten gevangen en leer jij jezelf om te gehoorzamen aan Christus, zoals er in de bovenstaande tekst staat?

Ik heb goed nieuws voor jou: je kunt veranderen! Al jaren leer ik mensen dat er een strijd gaande is in ons denken. Of we die strijd winnen of verliezen, hangt af van onze denkwijze. Leer te denken op de Bijbelse manier, want dan zul je merken dat jouw emoties op één lijn komen met jouw gedachten.

Als jij, net als ik, jarenlang op een verkeerde manier hebt gedacht en jij een slaaf van jouw emoties bent geweest, dan zullen er tijd en discipline voor nodig zijn om dat te veranderen. Je zult ervoor moeten kiezen om nieuwe gewoontes aan te leren en dat kost tijd en inspanning, maar het zal de moeite waard zijn. Zeg niet: 'Ik ben nu eenmaal emotioneel, ik kan het ook niet helpen dat ik me zo voel.' Neem het heft in handen. Het zal je lukken!

VERTROUW OP HEM Zorg dat jouw gedachten steeds meer overeenkomen met het plan van God voor jouw leven. Hij heeft jouw geluk voor ogen, niet jouw ongeluk (zie Jer. 29:11). Heers over je gedachten en vertrouw ze aan Hem toe.

4 januari

Je Hoeft de Schuld Niet te Dragen

Niet dat ik al zover ben en mijn doel al heb bereikt. Maar ik houd vol in de hoop eens dat te kunnen grijpen waarvoor Christus Jezus mij gegrepen heeft.

FILIPPENZEN 3:12

Het is helemaal niet Gods bedoeling dat mensen zich schuldig

voelen. Schuldgevoelens komen bij de duivel vandaan. In de Bijbel staat namelijk dat hij de aanklager is van de gelovigen (zie Op. 12:10). Wat God wel doet, is ons overtuigen dat wij dingen verkeerd doen, maar goddelijke overtuiging geeft ons ruimte om te veranderen en dan kunnen we weer verder.

Wij hoeven de schuld niet te dragen. God heeft nooit gewild dat Zijn kinderen onder schuldgevoelens gebukt gaan en dat is ook de reden, waarom wij daar niet goed mee overweg kunnen. Als God had gewild dat wij ons schuldig zouden voelen, dan had Hij Jezus niet gezonden om onze ongerechtigheden op Zich te nemen en onze schuld te dragen (zie Jes. 53:6 en 1 Petr. 2:24-25). Als gelovigen in Jezus Christus - zonen en dochters van God - zijn we vrijgemaakt van de macht van de zonde (zie Rom. 6:6-10). Dat betekent niet dat wij nooit zondigen. Het betekent wel dat wij, wanneer we zondigen en dit belijden, vergeving ontvangen en dat we ons niet schuldig hoeven te voelen. Onze weg met God in gerechtigheid en heiligheid is een doorgaand proces en als wij daarbij de schuld van het verleden met ons mee blijven torsen, zullen we nooit wandelen in ware vrijheid en vreugde. Dit is waarschijnlijk de belangrijkste reden, waarom zo weinig mensen echt kunnen genieten van de erfenis die zij door het geloof in Jezus Christus hebben ontvangen.

In de toekomst is er geen plaats voor het verleden. Hoeveel tijd verknoei jij door je schuldig te voelen? Het is belangrijk dat je daarover nadenkt, want God heeft ons gezegd dat we niet moeten blijven steken in de fouten die we in het verleden hebben gemaakt. Niemand is volmaakt. Het goede nieuws is, dat Jezus kwam voor mensen die ziek (onvolmaakt) waren en niet voor gezonde (volmaakte) mensen.

VERTROUW OP HEM Wanneer voel jij je schuldig? Na het maken van een fout? Als je nadenkt over jouw verleden? Of bijvoorbeeld als je iemand ziet die vroeger deel uitmaakte van jouw leven? Bid specifiek voor die situaties en vertrouw erop, dat God jou naar vrijheid zal leiden.

5 januari

Heen en Weer Geslingerd tussen Goed en Fout

Wat ik doe, doorzie ik niet, want ik doe niet wat ik wil, ik doe juist wat ik haat.

ROMEINEN 7:15

Vaak hebben we het gevoel dat er een oorlog woedt in ons binnenste. Eén deel van ons (de geestelijke mens) wil doen wat goed is en een ander deel (onze natuurlijke mens) wil het verkeerde doen. Het verkeerde kan goed voelen, terwijl het goede heel verkeerd voelt. En, zoals we al eerder zagen, kunnen we de morele waarde van onze daden niet afmeten aan ons gevoel. Ons gevoel is niet betrouwbaar en kan ook niet aangeven wat echt waar is.

Heel vaak merken we dat we zowel het goede als het verkeerde willen doen. Onze herboren geest verlangt naar heiligheid en gerechtigheid, maar onze ziel hunkert naar wereldse dingen. Zelfs de apostel Paulus schrijft hierover in Romeinen 7. Hij zegt, dat hij graag wilde doen wat goed is, maar dat hij er niet in slaagde om dat in praktijk te brengen. In plaats van het goede te doen, koos hij het verkeerde. Gelukkig zien we aan het einde van het hoofdstuk dat Paulus de conclusie trok dat alleen Christus hem hiervan kon bevrijden, en als we zijn leven bestuderen, dan zien we dat hij leerde om nee te zeggen tegen verlangens die niet in overeenstemming waren met Gods wil. Hij vertrouwde erop, dat God hem kracht zou geven en hij koos er bewust voor om het goede te doen, wat hij ook voelde. Paulus zei dat hij 'dagelijks stierf', dat wil zeggen: hij onderwierp zijn natuurlijke verlangens aan God om Hem te eren (zie 1 Kor. 15:31).

Feit is, dat 'het ik' het niet voor het zeggen kan hebben, als we werkelijk het leven willen leiden dat God ons door Jezus Christus geschonken heeft. Als wij bereid zijn om niet langer te leven vanuit ons gevoel, maar volgens Bijbelse principes, zal onze zelfzucht geen kans meer krijgen en kunnen we meer genieten van het overvloedige leven van God. Je zult zeker wel eens gehoord hebben van de

uitdrukking: 'Geen lusten zonder lasten!' Het is nu eenmaal een feit dat er inspanning nodig is om al die goede dingen in het leven te verkrijgen.

VERTROUW OP HEM Bid en vraag God om je te laten zien op welk terrein van je leven nog sprake is van zelfzucht. Als Hij je dat laat zien, wees dan niet ontmoedigd of bang, maar vertrouw erop, dat Hij je zal veranderen!

6 januari

Afwisseling Is Zeer Waardevol

Wanneer een mens geniet van rijkdom en bezit, wanneer hem dat door God wordt toegestaan als zijn rechtmatig deel en hij zich verheugt in alles wat hij moeizaam heeft verworven, is dat een geschenk van God.

PREDIKER 5:18

Als ons leven weinig afwisseling kent, dan zullen we ons vroeg of laat gaan vervelen. Gelukkig hoeven we niet werkeloos toe te zien, totdat er iets leuks gebeurt! We kunnen in actie komen en iets ondernemen. Misschien is dit een nieuwe gedachte voor je, of komt dit op je over als niet erg geestelijk. Ik kan je verzekeren dat dit echt deel uitmaakt van Gods plan. Je kunt kiezen voor afwisseling, zodat je leven prettig, interessant of zelfs spannend blijft.

Nadat ik vanmorgen vier uur lang met mijn laptop op schoot had gezeten, besloot ik even te stoppen om een paar klusjes te doen. Toen ik weer met schrijven wilde beginnen, ben ik ergens anders gaan zitten. Ik koos een plek waar ik veel licht had en ook uit het raam kon kijken. Kleine veranderingen kosten niets, maar kunnen wel waardevol zijn. Geen enkele dag hoeft meer gewoon te zijn als we beseffen dat elke nieuwe dag een geschenk van God is, waar we van mogen genieten. Een ongewone houding kan een gewone dag heel snel buitengewoon maken. Jezus zei dat Hij was gekomen om ons leven te geven in al zijn volheid (Joh. 10:10). Als we weigeren ervan te genieten, dan is dat

onze fout, niet die van een ander.

Wees verantwoordelijk voor je eigen geluk en verwacht het niet langer van andere mensen – zet hen daarvan vrij! Breng afwisseling in je leven - doorbreek de sleur, doe iets anders. Als je dat doet, dan kun je ervan op aan dat God je tegemoet komt en je helpt om het gewone buitengewoon te maken!

VERTROUW OP HEM Noem eens twee dingen die je vandaag anders gaat doen! Breng wat variatie aan in je dagelijkse routine en vertrouw erop, dat God dit zal zegenen.

7 januari

Nieuwe Gewoontes

Daarom ook is iemand die één met Christus is, een nieuwe schepping. Het oude is voorbij, het nieuwe is gekomen.

2 KORINTIËRS 5:17

Gods Woord leert ons dat wij, wanneer we Christus als Redder en Heer hebben aanvaard, een nieuwe natuur krijgen; Zijn natuur. Hij geeft ons ook een geest van discipline en zelfbeheersing, en die is van groot belang om te kunnen wandelen in onze nieuwe natuur. Bovendien geeft Hij ons bezonnenheid (zie 2 Tim. 1:7), waardoor we in staat zijn goed over dingen na te denken, zonder door onze gevoelens overheerst te worden. Het oude is voorbij en we hebben alles wat nodig is om ons op een nieuwe manier te gedragen.

God geeft ons de kracht en wil ons helpen, maar we zijn geen marionetten. God wil ons niet manipuleren. Wij moeten kiezen voor de geest in plaats van het vlees, en voor het goede in plaats van het verkeerde, want dan heeft onze innerlijke mens (onze vernieuwde geest) macht over onze uiterlijke mens (onze ziel en ons lichaam).

Zonder Gods hulp kunnen wij ons niet matigen. Vaak eten we te veel, geven we te veel geld uit, ontspannen we ons te vaak en praten

we te veel. We zijn buitensporig in wat we doen, omdat we ons laten leiden door het gevoel. Als dat gebeurt, kan het niet ongedaan worden gemaakt en daar hebben we dan weer spijt van. We kunnen er echter voor kiezen om nieuwe gewoontes aan te leren; niet langer iets te doen, omdat het goed voelt; bewust te kiezen voor iets wat uiteindelijk het beste of gewenste resultaat geeft.

We hoeven niet te leven met spijt. God geeft ons Zijn Geest die ons in staat stelt om goed en wijs te kiezen. Hij bemoedigt ons en leidt ons, maar we moeten zelf kiezen. Als jij in het verleden verkeerde keuzes hebt gemaakt, verander dit dan en kies voor het goede. Het aanleren van nieuwe gewoontes houdt in, dat je er bewust voor kiest om niet langer te doen wat goed voelt, behalve als het overeenkomt met de wil van God.

VERTROUW OP HEM God wil dat je leeft volgens je nieuwe natuur, niet volgens de oude. Telkens wanneer jij je vertrouwen op Hem stelt en besluit Hem te gehoorzamen, word je door Zijn Geest veranderd en ga je meer op Hem lijken.

8 januari

Zorg Goed voor Wat God Jou Heeft Gegeven

Of weet u niet dat uw lichaam een tempel is van de heilige Geest, die in u woont en die u ontvangen hebt van God, en weet u niet dat u niet van uzelf bent?

1 KORINTIËRS 6:17

Stel je bent in een kerkgebouw dat er volkomen verwaarloosd uitziet. Afgebladderde verf, de deuren sluiten niet goed en de ramen zijn zo vies dat ze amper licht doorlaten. Dan vraag je je toch wel af wat er mis is met de leiding van die kerk, of niet? Het gebouw is hun middel om Gods heerlijkheid te laten zien, maar wat zegt het over hun relatie met

God, als ze geen acht slaan op de staat van hun gebouw en niet de tijd nemen om het goed te onderhouden?

Die vraag kun jij je ook stellen over je lichaam, want goed zorgen voor het lichaam dat God je heeft gegeven, is het belangrijkste wat jij jezelf kunt geven! Je lichaam is het huis van je geest en de plek waar God woont. Het zal goed in vorm moeten zijn om het werk te kunnen doen dat God voor jou bestemd heeft.

Ik moet mezelf er telkens weer aan herinneren hoe belangrijk dit is. Ooit heb ik mijn stembanden beschadigd, omdat ik een seminar gaf met een ontstoken en pijnlijke keel. Toen ik die ochtend wakker werd, merkte ik al snel dat ik moeite had met praten, maar omdat ik niemand wilde teleurstellen, besloot ik toch te spreken. De dagen erna kon ik natuurlijk geen enkel geluid meer uitbrengen. Omdat mijn situatie maar niet verbeterde en ik ongerust werd, ben ik naar de dokter gegaan. Hij constateerde dat ik mijn stembanden had beschadigd. Hij wees mij erop, dat we onszelf schade berokkenen door telkens weer over onze grenzen gaan en zelfs riskeren dat de schade onherroepelijk zal zijn. Hij zei dat ik, als ik mezelf niet in acht ging nemen en mijn stem maar bleef verwaarlozen, mijn werk uiteindelijk helemaal niet meer zou kunnen doen.

Ik had mijn bediening dus bijna op het spel gezet! Als mijn stem voorgoed zou zijn beschadigd, dan zou ik waarschijnlijk veel minder mensen hebben kunnen bereiken en zou de roeping op mijn leven op niets uit hebben kunnen lopen. Nu ga ik wel zorgvuldig om met de middelen die God mij heeft gegeven: mijn stem, mijn brein, mijn hart, mijn emoties en mijn lichaam. Zorg alsjeblieft goed voor jezelf, zodat je God kunt eren en kunt doen wat Hij je heeft opgedragen!

VERTROUW OP HEM Kun jij misschien beter voor je lichaam zorgen? Het is tenslotte de plek waar God woont. Laat God zien dat je van Hem houdt. Vertrouw op Hem door goed voor je tempel te zorgen.

9 januari

Een Beter Leven door Goede Keuzes

'Doe alle moeite om door de smalle deur naar binnen te gaan, want velen, zeg ik jullie, zullen proberen naar binnen te gaan, maar er niet in slagen.'

LUCAS 13:24

Heb jij, net zoals iedereen, de neiging om steeds weer de weg van de minste weerstand te willen kiezen? Gods weg is namelijk vaak allesbehalve gemakkelijk. De Bijbel noemt de wegen die naar de ondergang leiden de brede weg, omdat je niet veel moeite hoeft te doen om daarop te blijven. Maar God spoort ons aan om de smalle weg te kiezen. De weg die naar het leven leidt!

Het is absoluut niet gemakkelijk om door het negativisme van de wereld heen te breken, maar als wij ons deel doen, zal God het Zijne doen. Helaas is niet iedereen bereid om zich daarvoor in te spannen. Mensen zijn gemakzuchtig en laten zich vaak leiden door hun gevoel. Maar, Jezus stierf voor ons en daardoor kunnen wij een prachtig leven leiden vol vrede, blijdschap, kracht, succes en andere goede dingen. Hij was bereid om naar het kruis te gaan en te betalen voor onze zonden en dat was - lichamelijk, geestelijk en emotioneel - een hele moeizame weg. Ook wij moeten doen wat goed is, want we zullen er zeker voor beloond worden! Gods genade zal ons in staat stellen om de juiste keuzes te maken.

Bestudeer Gods Woord en doe dat regelmatig. Wanneer je pad dan moeilijk begaanbaar wordt, zal je geestelijke tank vol brandstof zijn, waardoor je stand zult kunnen houden. Wees niet iemand die alleen maar bidt of tijd maakt voor God, wanneer er iets ernstigs aan de hand is. Heb dagelijks contact met God, omdat je beseft dat je zonder Hem jouw weg in deze wereld niet zult vinden.

Misschien heb jij, net zoals ik, de neiging om je gedachten te laten afdwalen of je door emoties te laten leiden, maar we kunnen er ook voor kiezen om doelgericht te denken en onze emoties te beheersen. God houdt ons leven en dood voor, het goede en het kwade, en Hij geeft ons de verantwoordelijkheid om daartussen te kiezen (zie Deut. 30:19). Kies voor het leven!

VERTROUW OP HEM Voor welke keuzes sta jij momenteel? Welke weg kies jij? Vergeet niet dat de juiste keuze niet altijd gemakkelijk zal zijn, maar dat God die jou de kracht daartoe zal geven, te vertrouwen is! Hij zal jou helpen en belonen.

10 januari

Het Is Geen Zonde om er Leuk uit te Zien

Uw schoonheid moet niet gelegen zijn in uiterlijkheden, zoals kunstig gevlochten haar, gouden sieraden of elegante kleding, maar in wat verborgen ligt in uw hart, in een zacht en gemoed. Dat is een onvergankelijk sieraad dat God kostbaar acht.

1 PETRUS 3:3-4

Heel veel christenen leggen bovenstaande Bijbeltekst over de waarde van de innerlijke schoonheid hoger achten dan de uiterlijke, verkeerd uit. Ze gaan er soms heel extreem mee om, alsof het een zonde is om er leuk uit te zien. Wat Petrus hier bedoelt, is dat we de verleiding moeten weerstaan van het stellen van de uiterlijke schoonheid boven een zachtmoedige geest. Het betekent: wees niet ijdel en hecht niet te veel belang aan je uiterlijk, omdat God afgaat op je innerlijke mens.

Petrus zegt niet, dat je alleen deugdzaam bent als je in een jutezak loopt, geen bad neemt en al je bezittingen weggeeft! Inderdaad, er zijn mensen die God hebben gevonden door afstand te doen van al hun materiële bezittingen, maar volgens mij heeft het echt geen meerwaarde als je voortdurend gehinderd wordt door ongemakkelijk zittende kleding, of door je uiterste best te doen om er zo

onaantrekkelijk mogelijk uit te zien, waardoor mensen denken dat je een of andere religieuze fanaat bent. God wil in de eerste plaats dat jij bekleed bent met gerechtigheid. Maar, gerechtigheid plus een mooie outfit zal niemand kwaad berokkenen! Wanneer mensen zien dat jij jezelf waardevol vindt, dan vinden zij dat ook.

Zoals met alles in het leven, is ook dit een kwestie van balans. Houd het grote plaatje voor ogen. Vraag jezelf: 'Wat heeft God me te doen gegeven hier op aarde?' En besluit dan hoeveel aandacht jij wilt besteden aan je uiterlijk, en ga voor wat jou de meeste energie, gezondheid en uitstraling geeft om dat werk zo goed mogelijk te doen.

VERTROUW OP HEM Besteed jij voldoende tijd aan de zorg voor lichaam en geest? God wil dat jij er op je best uitziet, zowel innerlijk als uiterlijk. Jij kunt jouw deel doen door een goede rentmeester te zijn van wat Hij je heeft gegeven, en erop te vertrouwen, dat Hij het je laat weten als je daarin overdrijft.

11 januari

Maar toch...

Ik heb eens een boek gelezen dat ging over het woordje 'nevertheless' [desalniettemin, desondanks, toch.] Dit boek leerde de lezer om eerlijk naar elk probleem te kijken en dan bijvoorbeeld te zeggen: 'maar toch...', om vervolgens iets positiefs te bedenken waardoor die problemen in het juiste perspectief worden gebracht.

Dat zou als volgt kunnen: 'Ik moet de komende twee weken heel veel doen, maar toch... is daarna mijn programma niet zo vol en kan ik wat leuke dingen plannen en extra rust nemen.' Ik denk dat alle moeders wel eens moe zijn en dan af en toe zeggen: 'Ik word helemaal gek van mijn kinderen; maar toch... voel ik mij enorm gezegend dat ik deze kinderen heb, want ik ken echtparen die geen kinderen kunnen krijgen.' Een vader die twee banen heeft om te kunnen rondkomen, zegt misschien wel eens: 'Ik ben het zo zat om alleen maar te werken; maar toch... ben ik God dankbaar dat Hij me deze banen heeft

gegeven.'

Wie we ook zijn en wat onze moeite in het leven ook is, er is altijd een reden om iets positiefs te zeggen: 'Maar toch...' en daardoor krijgen we perspectief. Probeer het maar eens. Wanneer je een keer in de verleiding komt om jezelf te beklagen, doe dat dan, maar zeg er achteraan: maar toch... en noem dan iets positiefs in je leven als tegenwicht voor je klacht.

VERTROUW OP HEM Je kunt erop vertrouwen, dat God bij je is, wat je ook meemaakt in het leven. Denk eens aan de situatie waarin je nu zit en zoek een reden om te kunnen zeggen 'maar toch...' Leer jezelf aan om voortaan in elke negatieve situatie iets positiefs te vinden.

12 januari

Een Tijd om te Beginnen en een Tijd om te Stoppen

Voor alles wat gebeurt is er een uur, een tijd voor alles wat er is onder de hemel.

PREDIKER 3:1

Het is geweldig interessant om Jezus' leven te bestuderen, bijvoorbeeld de keren dat Hij ergens voor stopte. Jezus stopte vaak om iemand aan te horen of om iemand te helpen. Hij stopte bijvoorbeeld om te rusten en om samen met vrienden te eten of om een wonder te doen op een bruiloft. Jarenlang was mijn grootste probleem dat ik gewoon niet wist wanneer ik moest stoppen, en dat probleem hebben veel mensen! Maar het is iets wat we kunnen leren.

Mijn chiropractor heeft me geadviseerd om tijdens het schrijven na vijfenveertig minuten even te stoppen, op te staan en de spieren in mijn rug aan te spannen, zodat ik later geen pijn krijg. Maar als ik eenmaal bezig ben, vind ik het heel moeilijk om te stoppen!

Als we niet weten wanneer we moeten stoppen, krijgen wij daar later spijt van.

Toen Jezus Maria en Marta bezocht, wist Maria wel wanneer ze moest stoppen, maar Marta niet. Maria zat aan de voeten van Jezus en wilde geen moment missen en Marta bleef maar doorwerken (zie Luc. 10:38-41). Ik vraag me af hoe vaak ik belangrijke momenten in mijn leven heb gemist, omdat ik steeds maar doorging met werken. Ik weet dat ik unieke momenten heb gemist toen mijn kinderen klein waren, omdat ik het werk belangrijker vond dan met hen te spelen.

Prediker zegt ons dat er voor alles een tijd is en dat alles mooi is op zijn tijd. Werk is mooi, maar als we werken terwijl het tijd is om te spelen, dan is werk niet mooi meer. Het kan stress veroorzaken en daardoor maken we onze gezondheid kapot. Spelen is mooi, maar als we spelen terwijl we moeten werken, dan wordt het spel nalatigheid en dat kan ons ook kapot maken. Een goed leven is altijd in balans. We moeten weten, wanneer we moeten beginnen en wanneer we moeten stoppen.

VERTROUW OP HEM Psalm 62:9 zegt ons dat wij God te allen tijde kunnen vertrouwen, omdat Hij onze schuilplaats is. Een schuilplaats is een veilige plek, waar we kunnen uitrusten van drukte en zorgen. Neem de tijd om te stoppen en bij Hem te schuilen.

13 januari

Er Is Altijd een Reden om te Lachen

Er is een tijd om te huilen en een tijd om te lachen, een tijd om te rouwen en een tijd om te dansen.

PREDIKER 3:4

Ik denk dat we dagelijks op zoek moeten gaan naar een reden om te lachen. Mijn dochters bellen me vaak om iets leuks te vertellen over de kinderen; iets wat ze hebben gedaan of bepaalde trekjes die ze bij

hen zien. Ik ben heel blij dat ze de tijd nemen om mij deze dingen te vertellen. We lachen erom en vervolgens vertel ik het aan Dave en dan lacht hij er ook om. Als zij het te druk zouden hebben om te bellen of als ze zouden denken dat het te onbelangrijk was, dan hadden wij dat plezier gemist.

Nog niet zo lang geleden was ik vijf dagen lang op bezoek bij mijn dochter. Ik heb al lange tijd niet meer zoveel gelachen. Mijn jongste kleinzoon kan echt volop schaterlachen en doet dat soms zelfs zonder aanleiding. Plotseling barst hij in lachen uit en dan lachen wij om hem. Dan lacht hij nog meer en zo gaat het maar door. Dit doet hij, zolang wij het aan de gang houden en één ding kan ik je verzekeren: hij maakt zich absoluut niet bezorgd, hij is niet angstig en denkt al evenmin aan alle fouten die hij maakt in het leven. Het is toch geen wonder, dat Jezus zei dat we als kinderen moeten zijn om in Zijn koninkrijk te kunnen komen.

Waarschijnlijk gebeuren er elke dag wel grappige dingen in je leven. Het is goed om daarop te letten en je te realiseren hoe belangrijk het is om erom te lachen. Ik heb veel te veel tijd verknoeid door boos en verdrietig te zijn en ik heb nog een heleboel in te halen. Dus telkens wanneer zich een gelegenheid voordoet, neem ik de tijd om te lachen, en als dat moment er niet is, dan maak ik er wel een. Je hoeft je niet slecht te voelen als je serieus bent aangelegd; het is gewoon je persoonlijkheid. Voor mij geldt hetzelfde. Maar, dat betekent niet dat je met een zuur gezicht door het leven moet gaan. Misschien moet je gewoon op zoek gaan naar redenen om te lachen!

Ik geloof dat Jezus speels was en graag een reden had om te kunnen lachen. Ik stel het me soms zo voor dat Hij Zijn discipelen plaagde en hen af en toe een poets bakte. Ik besef heus wel dat Hij ook ernstig was en nuchter, maar Zijn leven was volmaakt in balans, dus dan had Hij vast en zeker ook een groot gevoel voor humor.

VERTROUW OP HEM Heb jij vandaag al gelachen? Zo niet, bedenk dan een reden om te lachen! Vertrouw erop, dat God heel graag wil dat jij van het leven geniet. Wees niet zo ernstig en kijk naar de humor in jouw omstandigheden.