VERANDER JE LEVEN-VERANDER DE WERELD OM JE HEEN

actief

19e jaargang - Nummer 1

Het gaat om de tijd

Volle dagen

Voor minder kiezen

Een les uit Tanzania

Dromen waarmaken

Stel een plan op.

actief

copyright 2017 Activated
Alle rechten voorbehouden

Vertaald door:
Koos en Maria Stenger
Layout en ontwerp:

Koos Stenger en Gentian Suci

www.actiefonline.org
actiefonline@gmail.com

Activated Europe:
Bramingham Pk. Business Ctr.
Enterprise Way Luton, Beds.
LU3 4BU, United Kingdom

Email:
activatedEurope@activated.org

Bijbelvertaling genomen uit Het Boek, tenzij anders vermeld.

Inhoud

3 Persoonlijk
4 Het afscheidslied
6 Persoonlijke groei
8 Het meeste dat we kunnen doen
10 Groeien in het nieuwe jaar
12 Een stralende toekomst
14 Het gaat om tijd
18 Mijn droom verwezenlijkt
20 Een verandering ten goede
24 Een jaarlijkse afspraak
26 Kiezen voor minder
28 Mijn liefde voor jou

Het geheim van het geluk zit namelijk niet in het zoeken naar meer, maar in het ontwikkelen van het vermogen om van minder te genieten.
–Socrates (399 v.Chr.)

Iets nieuws

Vaarwel 2017 en welkom 2018! Er is alweer een jaar verstreken, en er ligt weer een gloednieuw jaar boordevol mogelijkheden voor ons. Misschien was het voorbije jaar moeilijk en zijn er mensen die blij zijn dat het voorbij is, maar er zijn waarschijnlijk ook veel mensen onder ons die het nieuwe jaar tegemoet zien met een gebrek aan vertrouwen, met enige schroom en zelfs met angstgevoelens.

Misschien kunnen we de weg die voor ons ligt niet duidelijk zien, of weten we niet eens of ons pad ergens heen leidt, maar terwijl we voort ploegen, ontdekken we misschien wel dat God ons al is voorgegaan en de weg voorbereid heeft. Voel de verwachting in Gods stem in deze passage uit Jesaja: "Dat is nog niets vergeleken met wat Ik nu ga doen! Want Ik ben iets heel nieuws van plan. Kijk, Ik ben er al mee begonnen. Ziet u het niet? Ik zal een weg maken door de wildernis van de wereld, waarover mijn volk naar huis kan terugkeren. Ik zal rivieren voor Mijn volk laten ontspringen in de woestijn!"[1]

Het is onmogelijk om over de weg van het leven te rijden zonder soms wat oneffenheden tegen te komen of berouw te hebben over gedane zaken. We zullen ongetwijfeld teleurstellingen en droefenis moeten verwerken, en als dat gebeurt kunnen we er gemakkelijk in vast blijven zitten. Maar God wil dat we moedig verder gaan naar de toekomst die Hij heeft gepland. Het is een toekomst die gevuld is met hoop,[2] maar om er te komen moeten we vrijmoedig zijn en stappen voorwaarts zetten met onze ogen op Jezus gericht, "die ons de weg wijst. Hij is het doel van ons geloof."[3]

Het is onze grote wens dat God je mag zegenen en dat het komende jaar het gelukkigste en beste jaar mag zijn dat je ooit gehad hebt.

Samuel Keating

1 Jesaja 43:18-19
2 Zie Jeremia 29:11
3 Hebreeën 12:2

Door Elsa Sichrovsky

HET AFSCHEIDSLIED

Nog niet zo lang geleden werkte ik in een museum als receptioniste. Elke dag, ongeveer vijf minuten voor sluitingstijd, begon er via de geluidsinstallatie van het museum een rustig, romantisch liedje te spelen. Het was het teken voor ons, het personeel, om onze spullen te pakken, de lichten en de schermen uit te zetten, tentoonstellingen te sluiten en op weg naar huis te gaan. De tekst van het liedje was in een vreemde taal, maar in het refrein zat een Engels zinnetje: “Laat het gaan, laat het gaan, het is tijd om afscheid te nemen.”

Ik noemde dat liedje “het afscheidslied”, omdat dat het teken was dat ik afscheid kon nemen van mijn werk, van de collega’s die ik aardig vond en degenen die ik niet mocht, van de bezoekers die mijn hulp op prijs gesteld hadden, en degenen die dat niet hadden. Als ik het museum verliet met “Laat het gaan, laat het gaan, het is tijd om afscheid te nemen” in mijn hoofd, dan was het makkelijk voor me om mijn schouders te ontspannen, te glimlachen en verder te gaan met de avond.

Toen het tijd werd om mijn baan in het museum achter te laten voor een baan op een volkomen ander terrein, worstelde ik met het proces van het weggaan. Ik had het er fijn gevonden en er veel tijd en energie in gestoken. Ik zag er tegenop om mijn routine van me af te schudden en me in een andere onzekere combinatie van een nieuwe omgeving, nieuwe persoonlijkheden en nieuwe uitdagingen te storten.

Tijdens mijn laatste werkdag in het museum werd ik een beetje somber toen ik het afscheidslied hoorde. Het lied dat eens vrede en kalmte had gebracht raakte me nu op een gevoelige plaats, nu ik het in gedachten toevoegde aan mijn lijst van dingen die ik zou missen aan deze werkplek. Ik wist dat me een betere werkomgeving en betere kansen op ontwikkeling en groei te wachten stonden in mijn nieuwe baan, maar daar putte ik op dat moment weinig troost uit. Ik kon alleen maar denken aan het afscheid dat ik niet fijn vond.

Toen ik weer naar huis reed kwam het bij me op dat net zoals het afscheidslied me eens geholpen had om mijn werk opzij te zetten aan het einde van een lange dag, de kalme, vriendelijke geest van het lied me nu kon helpen om terug te blikken met dankbaarheid en vol moed de toekomst tegemoet te gaan. God bereidde me een weg in de onbekende wildernis en er zouden goede dingen gebeuren als ik met een hart vol vertrouwen kon volgen.

Persoonlijke groei

Om over na te denken

Wij, gelovigen, hebben geen sluier voor ons gezicht. Wij zijn net spiegels die het schitterende licht van de Here weerspiegelen. Terwijl Zijn Geest in ons werkt, gaan wij steeds meer op Hem lijken.
2 Korinthe 3:18

Heeft Christus Zijn werk voor ons voleindigd? Dan is er geen twijfel mogelijk dat Hij ook Zijn werk in ons zal voleindigen.
-John Flavel (1627-1691)

Ik heb Christus nodig; ik heb een grote Christus die in mijn nood voorziet.
-Charles Spurgeon (1834-1892)

Geef jezelf aan God over zonder terughoudendheid; met een doel voor ogen, waarbij je alles wat dagelijks op je weg komt in ontvangst neemt als iets van God waar je iets mee moet doen. Dat is een bereikbaar niveau van perfectie.
-William Law (1686-1761)

Het is goed om tevreden te zijn met wat we hebben, maar nooit met wat we zijn.
-Sir James Mackintosh (1765-1832)

Idealen zijn als de sterren; we kunnen er nooit komen, maar net zoals de mariniers op zee stellen we onze koers er naar af.
-Carl Schurz (1829-1906)

Het toegeven van onze zwakheid is de eerste stap naar het herstellen van ons verlies.
-Thomas à Kempis (1380-1471)

We zullen nooit tot de volmaakte mens komen totdat we in de volmaakte wereld komen.
-Matthew Henry (1662-1714)

Een mens moet niet altijd zo nadenken over wat hij moet doen, maar hij moet nadenken over wat hij moet zijn. Onze daden maken ons niet edel, maar wij moeten onze daden veredelen. -M. Eckhart (1260-1328)

Ik ben niet wat ik zou kunnen zijn, ik ben niet wat ik zou moeten zijn, ik ben niet wat ik zou willen zijn, ik ben niet wat ik hoop te zijn; maar God zij dank ben ik niet meer wat ik eerst was, en ik kan samen met de grote apostel zeggen: “Bij de genade Gods ben ik wat ik ben.”
-John Newton (1725-1807)

Het grootste principe van groei ligt in de menselijke keuze.
-George Eliot (1819-1880)

Laten we leren hoe we volwassen moeten worden voordat we oud worden. -John Wimber (1934-1997)

Geestelijke groei kan net zoiets zijn als een ritje met de achtbaan. Je kunt troost putten uit de wetenschap dat de weg naar beneden alleen maar een voorbereiding is op de weg naar boven. -Rebbe Nachman (1772-1811)

Zaai een gedachte, dan oogst je een daad; zaai een daad, dan oogst je een gewoonte; zaai een gewoonte, dan oogst je een karakter; zaai een karakter, dan oogst je een bestemming.
-Auteur onbekend

Groei geestelijk en leer onze Here en Redder Jezus Christus beter kennen. -2 Petrus 3:18

Schraap moed bijeen voor de grote smarten in het leven en geduld voor de kleine. En als je moeizaam je dagelijkse taak volbracht hebt, ga dan in vrede slapen. God houdt de wacht.
-Victor Hugo (1802-1885)

HET MEESTE DAT WE KUNNEN DOEN

Door Rosane Pereira

Tijdens mijn nieuwjaarsschoonmaak vond ik een oud jaarboek. Ik glimlachte en las de lange lijst van goede voornemens voor dat jaar nog eens door. Ik moet hoge verwachtingen van mezelf hebben gehad!

Dit afgelopen jaar besloot ik dat ik maar drie voornemens zou maken: Liefdevoller en aanmoedigender zijn, een groot schrijfproject afmaken waar ik aan bezig was en met een nieuw project beginnen, en een gebedslijst bijhouden. Liefdevol zijn en projecten afmaken zijn voortdurend dingen waar je naar moet streven, maar de beslissing om een gebedslijst bij te houden is een mijlpaal geweest. De eerste dag schreef ik alle dingen op die zwaar op mijn hart wogen. De volgende morgen besefte ik dat ik vergeten was een aantal familieleden op te schrijven en de dag daarna herinnerde ik me nog andere situaties waar gebed voor nodig was.

Na verloop van tijd zette ik er aankomende gebeurtenissen op, zoals het vernieuwen van mijn rijbewijs of een bezoek aan de dokter, en ook specifieke verzoeken voor mijn familie, vrienden en collega's; allemaal mensen die genezing nodig hadden of betere banen of een sterker geloof, en zo ging het maar door.

Het was niet zo moeilijk om dit vol te blijven houden als ik wel gevreesd had. Zodra ik wakker word pak ik mijn lijst en bid ik kort voor ieder punt. Dan schrijf ik nieuwe dingen op die in me opkomen en streep de verzoeken door die beantwoord zijn. Het duurt niet langer dan tien minuten.

Het doet me denken aan een poster die ik iemand ooit gegeven heb waar op stond: "Gebed is niet het minste dat we kunnen doen, maar het meeste." Ze hing het direct aan een prikbord dat buiten haar kantoordeur hing. Iedere keer wanneer ik haar opzoek zie ik hem weer hangen en spreekt het me weer aan.

Ik ben altijd een druk iemand geweest en tijd nemen voor gebed was nooit mijn sterkste kant, maar nu realiseer ik me meer dan ooit hoe machtig gebed is. Als we bidden maken we gebruik van de grootste macht die er is, een die levens kan omvormen, problemen kan oplossen en ons kan helpen de dingen in een nieuw licht te zien.

> Gebed is de krachtigste vorm van energie die je kunt opwekken. …Alleen in gebed bereiken we die volledige samensmelting van verstand, lichaam en geest waardoor een nietig mens ongelooflijk gesterkt wordt. Wanneer we bidden verbinden we ons met het onuitputtelijke motief dat de aarde draaiend houdt.
>
> –Dr. Alexis Carrel (1873-1944)

Hoe kan ik geestelijk groeien in het nieuwe jaar

Antwoorden op je vragen

V: Veel vrienden van mij maken goede voornemens voor het nieuwe jaar, die meestal te maken hebben met een fysieke verandering zoals het verliezen van kilo's of van een slechte gewoonte afkomen. Dat zijn natuurlijk prima voornemens, maar ik zou graag een voornemen willen maken om geestelijk meer te groeien dit komende jaar. Hebben jullie ook suggesties om dit te kunnen verwezenlijken?

A: Vanuit Gods oogpunt zijn we allemaal een werk in uitvoering. Hij wil graag dat we zoveel vooruitgang maken als we kunnen en helpt ons net zoveel als we Hem dat toestaan. "Want Ik weet welke plannen Ik voor u heb," zegt de Here, "Met deze plannen heb Ik voor u het goede op het oog en niet het kwade. Ik wil u weer een toekomst en nieuwe hoop geven."[1] Hier zijn vijf manieren om geestelijke vooruitgang te maken:

1 Betrek God bij het nemen van je beslissingen. Al vanaf de tijd dat we nog heel klein zijn leren we door de dingen die onze ouders ons leren. Op die manier groeien we ook geestelijk als we leren om Gods instructies te volgen wanneer we bidden en de geestelijke principes uit Zijn Woord in onze beslissingen toepassen.

2 Geloof in praktijk brengen. Net zoals we door schade en schande wijs worden, en ook de goede vruchten plukken van de juiste beslissingen, groeien we geestelijk wanneer ons geloof op de proef wordt gesteld en zien dat het de oplossing is voor de problemen van het leven.

3 Geef van jezelf. Bij het concentreren op de noden van anderen die wij gelukkig willen maken, worden we geleiders van Gods liefde. Wanneer wij Gods liefde over anderen uitstorten, maakt God ons weer vol. "Gulle en goedgeefse mensen krijgen toch steeds meer, terwijl anderen verarmen hoewel zij schraperig en gierig zijn. Een weldoener is een zegen en wordt daarvoor rijk beloond en iemand die zijn gaven over anderen uitgiet, zal van het goede worden voorzien."[2]

4 Leer om je zwakke punten te herkennen en ze te verbeteren. Er is bij iedereen wel iets dat beter kan. "Alle mensen hebben gezondigd en missen daardoor Gods nabijheid."[3] Het is even slikken als je je zwakheden moet erkennen, zelfs al blijft het tussen ons en God. Maar als we dat kunnen en onszelf open stellen voor advies, herinneringen en gebed, bevinden we ons al snel op de weg naar geestelijke vooruitgang.

5 Neem nieuwe uitdagingen aan. Als we ons afsluiten voor nieuwe informatie en ideeën, houdt onze verstandelijke groei op. Als we ons afsluiten voor andere mensen, groeien we emotioneel gezien niet meer en stopt de groei op alle gebied. We maken alleen vooruitgang als we vooruit gaan en nieuwe uitdagingen aannemen.

1 Jeremia 29:11
2 Spreuken 11:24-25
3 Romeinen 3:23

EEN STRALENDE TOEKOMST

Door Irena Žabičková

Wat moet je doen als al je hoop en al je dromen aan gruzelementen vallen? Wat moet je doen om verder te gaan van een teleurstelling naar nieuwe hoop?

Dit waren de vragen die ik mezelf stelde toen ik het nieuws kreeg dat iets heel leuks opeens niet doorging.
Een vriendin van me zou met haar gezin met ons gaan samenwerken aan een paar vrijwilligersprojecten. Ik had er erg naar uitgezien om dit met haar te gaan doen, maar tot mijn grote ontsteltenis ging het niet door.

Toen ik er over hoorde, kwam er een citaat bij me op: "De toekomst ziet er net zo stralend uit als de beloften van God." Dat klonk leuk, maar wat voor beloften? Ik moest denken aan een paar Bijbelverzen: "Alle dingen werken mede ten goede voor hen die God liefhebben."[1]
"Vertrouw met heel je hart op de Here en verwacht het niet van je eigen verstand. Laat God delen in alles wat je doet, dan kan Hij je levensweg bepalen."[2]
"Ik zal u niet als ouderloze kinderen achterlaten. Ik kom bij u terug."[3]
"Als u Gods paden verlaat en afdwaalt zult u een stem achter u horen zeggen: "Nee, dit is de weg, hier moet u lopen."[4]

Toen ik over deze verzen nadacht stroomde er nieuwe hoop mijn ziel binnen.
Mijn gedachten gingen van grijze kleurschakeringen naar stralende levendige voorstellingen: deze situatie is het einde niet, voor mij niet en ook niet voor hen. God ziet het hele plaatje en Hij heeft iets geweldigs in petto voor ons allemaal.
Ja, de ontwikkelingen waren teleurstellend. Maar toen ik ze door het filter van Gods beloften had gehaald was ik in staat een heel nieuw blad te zien dat God voor mijn vriendin en haar gezin open sloeg; een bladzijde vol nieuwe en verbazingwekkende mogelijkheden. Ik werd enthousiast van binnen en ik kon haast niet wachten totdat ik zou horen over de nieuwe kansen die voor hen opengelegd zouden worden.

Dit voorval leerde me dat, wanneer we teleurstellingen toestaan onze blik te versomberen, ons zicht kleurloos wordt en dan is het moeilijk om de toekomst met geloof en vertrouwen tegemoet te gaan.
Maar als we de stralen van Gods beloften in onze gedachten laten schijnen ontstaat er een bonte pracht die iedere schaduw binnenste buiten keert. Dan ontstaat er nieuwe hoop, waardoor er nieuwe plannen gesmeed kunnen worden. Ons positieve hoopvolle uitzicht stelt ons in staat de mogelijkheden te zien en dan kunnen we vol vertrouwen een hoopvoller toekomst binnen stappen.

1 Romeinen 8:28
2 Spreuken 3:5-6
3 Johannes 14:18
4 Jesaja 30:21

Het gaat om TIJD

Door Tina Kapp

> Leer ons zó onze dagen tellen, dat wij een wijs hart verkrijgen.
>
> –Psalm 90:12 HSV

Stel je eens voor dat je terug zou kunnen gaan in de tijd en bepaalde momenten van je leven weer opnieuw kon beleven. Hoe zou je het dan anders doen? Welke specifieke momenten zou je weer fijn vinden? Met wie zou je meer tijd doorbrengen?

Ik heb laatst een film gezien met de titel About Time,1 waar de mannen van een familie de mogelijkheid hadden om terug te gaan in de tijd om fouten te herstellen of momenten in hun leven weer opnieuw af te spelen. Ik denk dat iedereen deze mogelijkheid weleens zou willen hebben. We zouden dingen die verkeerd gegaan waren kunnen rechtzetten en dwaze beslissingen kunnen veranderen of iets dat we gezegd hadden weer terug kunnen nemen. We zouden ook meer kunnen leren van interessante mensen en onderwerpen en meerdere keren kunnen uitproberen wat wel werkt en wat niet.

Helaas krijgen we maar één kans om elke dag te beleven en soms vergeten we hoe kostbaar iedere dag is. We laten toe dat dagelijkse problemen en spanningen de geweldige zegeningen die we hebben ontvangen verdringen; vriendschap, gezin, ervaringen en het feit dat we herinneringen scheppen die we voor altijd kunnen koesteren.

Vaak heeft wat we het meest op waarde schatten te maken met het oogpunt van waaruit we dingen bezien. Ik moet bijvoorbeeld denken aan het Victoriameer in Oeganda. Dat is een groot, prachtig zoetwatermeer dat uitmondt op de rivier de Nijl. Mijn familie en vrienden en ik hebben er allemaal gezwommen en bootje gevaren en gewaterski'd. Omdat er een overvloed aan water is in Oeganda is de grond erg vruchtbaar en groeien er vruchten en groenten in het wild. Een paar van onze vrienden kwamen uit Libië waar benzine minder kost dan water. Zij zeiden dat ze hun bromfiets gratis konden voltanken omdat de betaling voor zo'n kleine hoeveelheid benzine niet eens het papier en de inkt voor een bonnetje waard was. Maar een meer vol zoet water zoals het Victoriameer was heel bijzonder voor hen. Water was hen veel meer waard dan benzine!

Ze vroegen zich af waarom Oeganda niet veel rijker was, met een enorme export aan agrarische producten. Het is echter zo dat de mensen alles

hebben wat ze nodig hebben en niet zo gemotiveerd zijn om manieren te vinden om meer gewassen te kweken voor de export. Ze hoeven ook geen voedsel in te slaan voor een lange winter want ze hebben het hele jaar mooi weer.

Zo waarderen we de dingen vaak niet wanneer ze altijd beschikbaar zijn of wanneer we er een overvloed van hebben. Voor de meeste mensen is elektriciteit of stromend water zo iets normaals, dat ze zich nauwelijks kunnen voorstellen hoe het is om er zelfs maar een paar uur zonder te zitten, laat staan voor een langere periode!

Daardoor moest ik denken aan tijd. Het is iets dat je niet zo op prijs stelt totdat je geen tijd meer hebt. Wanneer we te weinig tijd hebben voor iets, of wanneer ziekte of een ongeluk ons leven permanent dreigen weg te nemen schenken we eindelijk aandacht aan het feit dat onze tijd hier zo kostbaar is.

In *About Time* adviseert de vader zijn zoon om iedere dag twee keer te beleven. Hij stelt voor dat de zoon hem de eerste keer beleeft met alle spanning en zorgen. Op die dag ziet de zoon nauwelijks hoe geweldig de wereld zou kunnen zijn. De suggestie van de vader is dan dat de zoon de tweede keer dat hij die dag meemaakt overal bij stil staat en van de mensen om hem heen houdt en geniet van alle pracht.

Natuurlijk hebben wij die luxe niet, maar we kunnen wel iedere dag beleven alsof we speciaal teruggekomen zijn om notitie te nemen van alle geweldige dingen die hij biedt.

Ik weet niet waar de volgende vergelijking vandaan komt, maar het is een geweldige manier om te bedenken hoe waardevol onze tijd op aarde is. Stel dat je elke dag 86.400 euro kreeg, maar dat je er niets van kon opsparen. Iedere avond nam de bank weer terug wat je niet gebruikt had die dag.

Het is een feit dat we iedere morgen 86.400 seconden, 1.440 minuten of 24 uren krijgen. Iedere avond schrijft de bank van de tijd alles wat je niet hebt geïnvesteerd als verloren af. Hij maakt geen balans op. Je kunt niet meer opnemen. Iedere dag opent de bank van de tijd een nieuwe rekening met je, en iedere avond verbrandt hij de gegevens van de dag. Als je er niet in slaagt te gebruiken wat er op stond, moet je het verlies aanvaarden.

Misschien denk je wel: "Geef mij maar die 86.400 in contanten in plaats van in seconden." Maar hoeveel denk je dat het geld waard zou zijn als je geen tijd hebt om het te besteden?

Jezus vertelde een kort verhaal over een rijke dwaas die al zijn weelde in schuren opsloeg en toen de schuren vol raakten besloot hij om grotere schuren te bouwen zodat hij alles voor zichzelf kon houden. Maar toen gebeurde het dat hij die nacht kwam te overlijden en besefte dat hij er niets van mee kon nemen!2

Zoals Moeder Teresa zei: "Gisteren is voorbij. Morgen is nog niet gekomen. We hebben alleen vandaag tot onze beschikking. Laten we beginnen."

1 Richard Curtis, Universal Pictures 2013
2 Zie Lukas 12:13-21

Door Chalsey Dooley

> De begrenzingen aan de mogelijkheden die je morgen hebt worden enkel veroorzaakt door het "gemaar" van vandaag.
> –Les Brown

MIJN DROOM VERWEZENLIJKT

Toen ik vijf jaar geleden de dingen die ik wilde verwezenlijken in kaart begon te brengen leek het haast onmogelijk om dat doel te bereiken. Maar ik hield me vast aan de belofte: "Hij, die u geroepen heeft zal dat ook doen omdat Hij het beloofd heeft,"[1] en met Zijn hulp ging ik van start. Ik had het plan opgevat om duizenden bladzijden goed kindermateriaal te schrijven op het gebied van geloof.

Dit waren de problemen waar ik mee te kampen had:

- Aangezien ik jonge kinderen met bijzondere noden had waar ik fulltime voor zorgde had ik weinig tijd om andere dingen te doen.
- Ik had geen professionele training
- Geen familieleden in de buurt die even konden komen helpen
- Problemen op het gebied van gezondheid
- Beperkte middelen

Ik had echter ook wat pluspunten zoals:

- Apparatuur: een laptop met internetverbinding, een dictafoon, een camera
- Een hulpvaardige echtgenoot
- Kinderen die altijd maar meer verhaaltjes wilden horen
- Vrienden die mijn project ondersteunden en die hulp boden bij het schrijven, proeflezen, of tekeningen en foto's leverden

Ik bedacht de volgende manieren om het werk aan te pakken:

- Bidden en nog eens bidden, en om gebed van anderen vragen (Als ik bid gebeurt er iets. Als ik niet bid, maar denk dat het allemaal vanzelf wel zal gebeuren, komt alles tot stilstand.)
- Thomas Edison zei eens dat zijn succes tot stand was gekomen doordat hij niet op de klok keek. Ik sprong het diepe in zodra ik even wat tijd vond en ging aan het werk, hoe ik me ook voelde op dat moment en hoe laat in de nacht het ook was
- Ik stelde me het eindresultaat voor en overtuigde mezelf ervan dat het haalbaar was
- Naarmate ik verder kwam leerde ik steeds meer, door te luisteren naar de mening van anderen, de bedenkingen die ze hadden, de suggesties die mijn kinderen me gaven, of de mensen die mijn werk lazen; beroepsmensen, oude vrienden en zelfs mensen die ik niet persoonlijk kende maar met wie ik online in aanraking was gekomen
- Ik hield mijn ogen op het doel
- Ik probeerde positief en tevreden te blijven, de kansen aan te grijpen die op me lagen te wachten, elke dag iets nieuws te leren.
- Geen vaste plannen te maken, want die vielen meestal in duigen, maar me bij iedere stap door Jezus te laten leiden.

Het resultaat:

- Meer dan 1200 bestanden (vele duizenden pagina's) van nieuwe boeken voor alle leeftijden, geïllustreerde verhalen, posters, educatief materiaal en meer, allemaal voltooid en verkrijgbaar via mijn website. De droom, een schat aan verfrissende onderwerpen te hebben en inspirerende leermiddelen die mensen kunnen gebruiken, is werkelijkheid geworden en er wordt iedere dag nog aan gewerkt.

1. 1 Tessalonicenzen 5:24

Chalsey Dooley is schrijfster van inspirerend materiaal voor kinderen en hun verzorgers, en is fulltime onderwijsmoeder in Australië. Kijk op haar website www.nurture-inspire-teach.com als je er meer over wilt lezen.

EEN VERANDERING TEN GOEDE

Door Mag Rayne

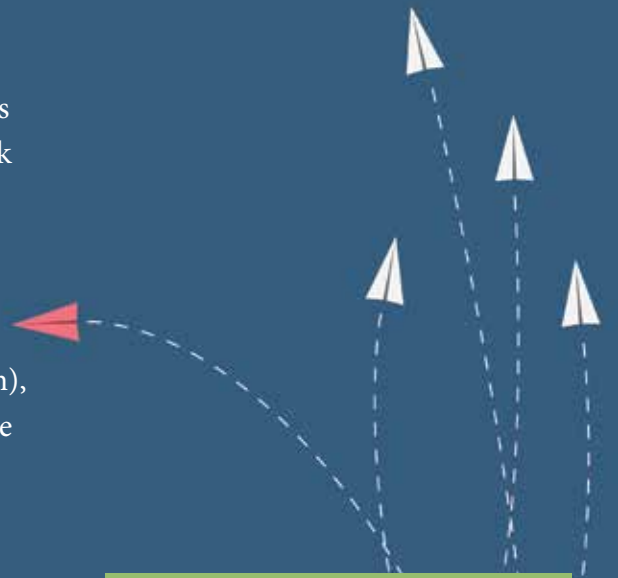
Het was zo'n dag waarop ik overal boos om kon worden. Ik was bedroefd, prikkelbaar, maakte van iedere mug een olifant en moest telkens denken aan negatieve gevolgen of de weerslag van dingen die ik deed. Maar toch moest ik verder met mijn dag. Ik had werk te doen, er waren deadlines en een deel van mijn werk had te maken met het ontmoeten van mensen en het opvrolijken van hun dag. Heb je ook weleens in dat schuitje gezeten?

Toen vond ik dat ik toch echt iets aan mijn aanpak moest gaan doen. Ik herinnerde me dat ik een reportage had gezien op YouTube over Joseph Grenny, die de kijkers meenam op een rondleiding door de ergste sloppenwijken van Nairobi, waar jonge meisjes gedwongen worden tot prostitutie om te kunnen overleven. Hij vertelt in dat programma hoe een succesvolle stichting er in slaagt hun levens drastisch te verbeteren.

Hij geeft een overzicht van zes dingen die grote invloed hebben op onze geestelijke gesteldheid en ons gedrag: persoonlijke motivatie (van iets vervelends iets leuks maken), persoonlijk talent of vaardigheid (boven je beperkingen uitstijgen), sociale motivatie (beloningen opstellen en verantwoordelijkheid opeisen), en structurele vaardigheid (de omgeving veranderen).1

De stichting in Kenia gebruikt al die bronnen van invloed om de levens van talloze vrouwen in de sloppenwijken te verbeteren. Toen ik over dat verhaal nadacht besloot ik dat ik ze, behalve ze op mijn werk toe te passen (dat ook te maken heeft met liefdadigheid en het op positieve wijze beïnvloeden van mensen), ook op mezelf kon toepassen en in mijn eigen streven om mijn houding te verbeteren.

Ik was mijn negatieve houding zat, dus de motivatie had ik al.



Nu nog de vaardigheid. Ik ontdekte dat ik, wanneer ik me op een enerverende activiteit gooide, zoals iemand helpen of naar iemand luisteren, aan een creatief project werken, of een dagboek bijhouden over dingen om dankbaar voor te zijn, in staat was om de tijdelijke negatieve en zwaarmoedige gevoelens te laten verdwijnen en de wolken in mijn hoofd te laten opklaren. Ik meldde me op eerste kerstdag aan bij een plaatselijk daklozencentrum

in plaats van weg te zinken in gedachten over alles wat ik niet had. Daar luisterde ik naar mensen uit vijf verschillende landen met kleurrijke achtergronden en hartverscheurende verhalen. Ik overdrijf beslist niet wanneer ik zeg dat dit de meest bevredigende kerst van de afgelopen tien jaar was.

Vervolgens had ik morele steun en motivatie nodig. Ik had in die tijd niemand in mijn leven die ik over mijn plannen kon vertellen en er was geen ondersteuningsgroep beschikbaar. Maar Jezus is er altijd voor me om naar me te luisteren en me in mijn pogingen te ondersteunen. Ik besloot dus dat mijn dagelijkse communicatie met Hem me de nodige aanmoediging zou geven totdat Hij me mensen zou geven om in die behoefte te voorzien.

De volgende bron van invloed was een extra stimulans. Wat kon ik op dat gebied doen? Ik besloot dat ik mezelf na een goede week zou belonen met iets dat ik leuk vind, zoals een dagje uit of een bijzonder toetje, wat tijd nemen voor een geliefde hobby, dat soort dingen.

De laatste bron van invloed ging over mijn fysieke omgeving. Ik ben een echte leeswolf en ik vind vaak citaten in de inspiratieboekjes die ik lees die de moeite waard zijn. Dus hing ik een schoolbord in de vorm van een hart aan de muur, ik kocht wat krijtjes en begon er citaten op te schrijven. Als ik dan zo'n citaat of spreuk uit mijn hoofd kende veegde ik hem uit en schreef weer iets nieuws op. Ik maakte ook een muur vrij voor motiverende spreuken, foto's of lieve briefjes van vrienden waar ik door geïnspireerd werd.

Daar had ik dan mijn zes bronnen van invloed! Nu moest ik de methode nog testen en ik zou er spoedig achter komen of er iets zou veranderen. Ik heb er een avontuurlijke tijd mee gehad die me veel voldoening schonk. Ik werk aan veranderingen in mezelf en het veranderen van wat gewoonten die ik in mijn leven van meer dan dertig jaar heb aangekweekt. Er zijn wat strubbelingen geweest en ik ben af en toe nog teruggevallen in mijn oude neerslachtigheid, maar over het algemeen is het een positieve verandering geweest.

Tijdens een cursus in persoonlijke training leerde ik dat zelfs wanneer je een dieet maar voor 60 of 70% navolgt, je er toch succes mee hebt, omdat wij als onvolmaakte wezens die we zijn, nooit voor de volle 100% zullen zijn zoals we willen zijn. Als we niet opgeven, maar doorzetten zullen we toch op onze bestemming aankomen, ook al duurt het misschien wat langer dan we oorspronkelijk gepland hadden.

Ik ben er van overtuigd dat er haast niets is dat we niet ten goede kunnen verbeteren, of het nu om onze omgeving gaat of onze eigen houding. Met een beetje vastberadenheid, wat kunst-en vliegwerk en Gods hulp, kunnen we slagen!

Door Anna Perlini

EEN JAARLIJKSE AFSPRAAK

Ongeveer drie jaar geleden nodigde mijn vader zijn vijf kinderen, die zelf allang getrouwd waren en ook kinderen hadden, uit om samen met hem en onze moeder naar het Heilige Land te gaan. Hij was al 85 en had al jaren niet meer gereisd, laat staan gevlogen. Tot op dat moment geloof ik dat hij zich oud had gevoeld en wat bezorgd en angstig en had hij dat hoofdstuk van zijn leven al afgesloten. Maar die dag was er iets gebeurd; het was een combinatie van zijn verlangen om de plaatsen waar Jezus was opgegroeid nog eens te bezoeken, en ook om nog een keertje met zijn gezin op reis te gaan, iets dat sinds onze kindertijd niet meer was voorgekomen. We hadden geen van allen veel aansporing nodig om ja te zeggen! Gedurende de maanden die aan de reis vooraf gingen kwamen we een paar keer met zijn zevenen bij elkaar om alles voor te bereiden en het schema en alle details op te stellen. Mijn vader ging op onderzoek uit en vond een reisgids waar we alles in konden vinden tijdens de negen dagen die we in Israël, Palestina en Jordanië zouden touren. Iedereen kreeg een taak toegewezen: mijn vader was “de patriarch” en mijn moeder was de verpleegster die ook zorgde voor de vitamines, een van mijn broers hield een logboek bij, een ander zorgde voor de praktische aspecten, een van mijn zussen was de penningmeesteres en de ander hielp met de geschiedkundige achtergrond. Omdat ik goed was met de Engelse taal kreeg ik een taak als tolk en vertaalster.

Vol verwachting en ook wat bezorgd gingen we het vliegtuig in en de negen dagen die toen volgden waren betoverend, een onvergetelijke ervaring vol met geweldige vergezichten, onverwachte avonturen, lange, diepgaande gesprekken en heel veel plezier. We waren niet altijd zo’n hecht, liefdevol gezin geweest, maar de wijsheid en het begrip komen met de jaren. We konden over het verleden praten met innige gevoelens en tederheid en een tikkeltje humor. Toen we terugkwamen waren we rijker geworden door de ervaring en waren we ook veel eensgezinder.

Nadien zijn we elk jaar als gezin op reis geweest, niet zo lang of zo intens als de eerste keer, maar iedere keer is weer uniek. Hoe druk we het ook hebben het hele jaar door, we weten allemaal dat het een van onze belangrijkste afspraken is. Mijn eigen kinderen kijken nu ook uit naar de dag dat mijn man en ik hen mee op zo’n reis zullen nemen en andere familieleden en vrienden uit onze kring zijn het ook gaan doen.

Kiezen voor minder

Door Marie Alvaro

Mijn man en ik hebben een jaar in een klein plaatsje in Tanzania gewoond. Als ik het over een klein plaatsje heb, dan bedoel ik een plaats met twee stoplichten, geen supermarkt, niets wat je echt een restaurant kunt noemen, slechts een gebouw met twee verdiepingen en geen amusement! We woonden in een eenvoudig huisje met enkel de hoogst nodige meubelen en gemakken.

We waren naar Tanzania verhuisd omdat we de kans hadden om mee te werken aan een pas opgericht humanitair project dat tot doel had, de levens van gehandicapten te verbeteren door hen middelen te geven om zich voort te bewegen en hen te helpen om onafhankelijk te zijn en zelf de kost te verdienen. In de twee jaren die aan onze verhuizing vooraf gingen waren we getrouwd, hadden we een kindje gekregen en waren we maandenlang bezig met geld verdienen om ons project te verwezenlijken, of er in ieder geval een begin aan te maken.

De eerste nacht die we in ons nieuwe plaatsje doorbrachten viel de stroom uit. Dit is iets doodgewoons op het platteland van Afrika en het kan variëren van een paar minuten lang tot een paar dagen. Deze keer duurde het een paar uur en we begrepen al meteen dat niets hier volgens ons tijdschema zou gebeuren. We konden nog zo hard ons best doen, maar we konden toch niet opboksen tegen de omstandigheden in een primitieve omgeving. Voor het eerst sinds jaren moesten we het dus langzamer aan gaan doen. We pasten ons aan een nieuw leefritme aan, zoals een dagelijkse wandeling naar de markt, en het handmatig wassen van katoenen luiers die we buiten te drogen hingen. We moesten wennen aan een leven zonder internet, zonder televisie of filmpjes kijken, zonder "dringende" e-mails, zonder haastige vergaderingen, of een auto om snel van A naar B te komen. Er bestonden geen dringende zaken in ons leven. Ook als we het gevoel hadden dat iets dringend was, dan konden we de zaken toch niet versnellen. In het begin was dat verschrikkelijk frustrerend! Alles ging zo langzaam! En uiteindelijk, hoe graag ik de manier van opereren in het stadje ook had willen veranderen, was ikzelf de enige die veranderde. Mijn leven ging nu langzaam genoeg om tijd te nemen om naar de prachtige blauwe lucht te kijken en te

genieten van de eindeloze vlakten van rode aarde die zich rondom ons uitstrekten. Ik raakte bevriend met de vrolijke dorpelingen. En al snel vond ik het niet erg meer dat ik niet meer naar films kon kijken en op het internet kon surfen. Ik leerde heel eenvoudig voedsel te waarderen en ik kleedde me eenvoudig en onze leefwijze werd zo ongecompliceerd.

De grootste verandering die dat jaar plaatsvond had te maken met ons huwelijk. We hadden het niet meer te druk voor elkaar en ons leven verliep veel rustiger zodat we elkaar beter konden leren kennen. 's Avonds hadden we vaak niet veel meer te doen dan van elkaar te genieten. We zaten in het

donker (want anders zouden de muggen met honderden tegelijk onze kamer binnen komen als we licht maakten) en vroegen elkaar waar we op hoopten, waar we van droomden, wat we fijn vonden, wat we graag wilden, wat voor wensen we hadden en waar we bang voor waren. Zonder alle afleidingen van het moderne leven werd onze verhouding als volgelingen van Christus, vrienden en minnaars elke dag sterker.

Nu we weer in de Verenigde Staten zitten is er altijd wel iets om ons druk over te maken. We hebben alle gemakken bij de hand; supermarkten, restaurants, het internet, goede wegen en moderne geneeskunde, maar ook de problemen dat we geen tijd hebben om stil te zitten en een leven leiden dat te snel gaat om echt een band met mensen te smeden. Ik betrap mezelf er vaak op dat ik met weemoed aan mijn jaar in Tanzania zit te denken. Ik koester de herinneringen aan de vrede die ik daar kende, het contact en de simpele geneugten. Ik merk dat ik nu vanwege die ervaring nog steeds op zoek ben naar een eenvoudiger leven. We voelen vaak de druk om ieder nieuw jaar te beginnen met het voornemen om meer te worden of meer te krijgen; meer spullen, meer haast, meer uitgaven, meer verdiensten. Maar de weldaad voor mijn hart en ziel bestaat uit beter contact, een rustiger leven en grotere vreugde.

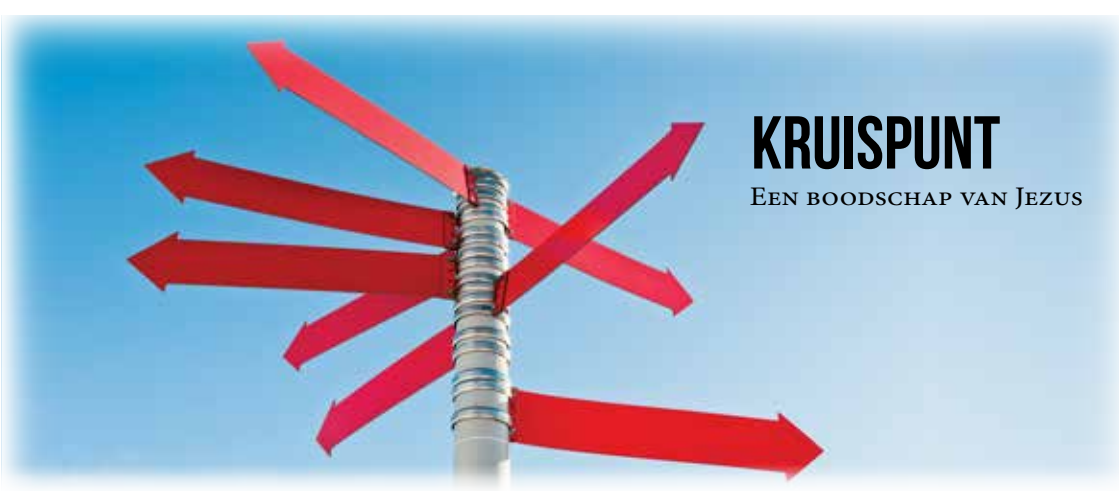
Mijn gebed aan het begin van het nieuwe jaar is voor de moed om minder voort te razen en minder spullen te vergaren, mijn ziel de tijd te geven om in contact met God en anderen te komen, en mijn lichaam de tijd te gunnen om bij te tanken. Ik wil mijn gedachten weer op dingen baseren waar ik door groei en die me helpen om meer van het leven te genieten.

De beste momenten in het leven zijn de vredige uren die je doorbrengt met een vriend die je iets te vertellen heeft.
-Abu Marri

Wees tevreden met wat je hebt, wees blij met alles zoals het is. Als je beseft dat er niets ontbreekt ligt de wereld aan je voeten.
–Lao Tzu (531 v. Chr.)

De consumptiemaatschappij lijkt niet meer weg te denken uit ons huidige leven. Maar zo is het niet. Het feit dat dit systeem ooit tot stand is gebracht geeft je te denken dat we die machten kunnen omvormen om een gezonder, degelijker systeem te creëren met een doel dat meer vervulling geeft dan het verkrijgen van meer spullen.
–Rachel Botsman

Onze zielen snakken niet naar bekendheid, comfort, weelde of macht. Onze zielen snakken naar dingen met betekenis, het besef dat we ons leven zo in moeten richten dat het zin heeft.
–Harold Kushner



KRUISPUNT

Een boodschap van Jezus

Een kruispunt is een geweldige plek om aan te staan omdat je zoveel mogelijkheden hebt. Je kunt voorwaarts gaan, je kunt ook dezelfde weg terug nemen, of een geheel nieuwe richting op gaan. Ik gebruik de kruispunten van het leven om sommige mensen te helpen om de verkeerde afslagen die ze hebben genomen te verwerken en hen de kans te geven de juiste kant op te gaan. Voor anderen is het een gelegenheid om een nieuwe richting in te slaan waardoor ze op de lange duur verder komen. Voor weer anderen is het een moment om te zien dat ze op de juiste weg zitten, zodat ze met de hernieuwde krachten die hun overtuiging hen geeft, verder kunnen gaan.

Wat het geval ook is, wanneer iemand bij een kruispunt aankomt is dat een nieuwe kans en als hij Mij vraagt welke kant hij op moet gaan, zal Ik hem leiden. Misschien is de nieuwe richting iets dat je nooit eerder gedaan hebt. Misschien is het zelfs iets dat je vrees inboezemt. Of misschien heb je het al jarenlang gedaan. Wat je ook kiest, Ik zal je meegeven wat je nodig hebt. Ik zal voorzien in hetgeen je nodig hebt voor de volgende stap. Als je meer geloof nodig hebt, vraag Mij er dan om. Als je meer moed nodig hebt, roep dan naar Mij uit, dan zal Ik je hart moed geven. Als je meer kracht of doorzettingsvermogen nodig hebt om nieuwe uitdagingen aan te gaan, zoek dan Mijn aangezicht en stel je vertrouwen in Mij. Stap voor stap zal Ik je blijven helpen. Je hoeft dus niet bang te zijn voor die verkeersborden met die kruispunten die staan aangegeven, maar je kunt er vol verwachting naar uitkijken in de wetenschap dat Ik aan je zijde sta. Ik ken je hart, Ik weet waar je uiteindelijk het gelukkigst zult zijn en waar je de meeste voldoening zult krijgen. Als je niet weet waar dat is, vraag Mij dan om je de juiste richting te laten zien en begin dan te lopen. Ik ben altijd bij je, waar je ook bent en wat je ook doet. Ik hou van je en Ik zal je nooit in de steek laten.