VERANDER JE LEVEN, VERANDER DE WERELD OM JE HEEN

# actief

23e jaargang – nummer 6

## WOELIGE BAREN
De bijzondere passagier

## Vredesplan
Sleutels tot innerlijke rust

## Verstoorde vlucht
Een overwinning in drie bedrijven

# Actief juni 2022

23e jaargang – nummer 6
Copyright © 2022 Actief - alle rechten voorbehouden.
De Bijbeltekst in deze uitgave is ontleend aan de
NBG-vertaling 1951, © Nederlands Bijbelgenootschap 1951.
Website: activated.org
actiefonline.org

Redactie Ronan Keane
Vertaling door Maria Stenger

*Als je het mij vraagt*

## Volmaakte vrede

Er was een schildercompetitie met vrede als thema en de meeste deelnemers leverden rustige afbeeldingen in van zwoele dagen op het platteland, waar alles stilte en harmonie uitademde.
Zeker, dat is een vorm van vrede, maar het winnende schilderij illustreerde een soort vrede die het moeilijkst te bereiken is.
Het was de afbeelding van een razende, woeste, schuimende stroomversnelling en een enorme waterval waarboven een iel boomtakje boven de waterstroom bungelde. Het twijgje was maar nauwelijks zichtbaar te midden van al dat schuimende geraas, maar daar, op dat ranke stukje hout, zat een piepklein vogeltje rustig te zingen, zonder zich te storen aan de kolkende razernij daar beneden.
In de Bijbel wordt ons een vrede beloofd die alle begrip te boven gaat.1 Maar dat soort vrede komt alleen door de Vredevorst Jezus en het besef dat Hij voor ons zal zorgen, wat er ook mag gebeuren! Net zoals een piloot in een vliegtuig blijft Hij het stuur stevig vasthouden wanneer het onrustig wordt.
Dat doet me denken aan een inspirerend citaat dat me vaak moed heeft gegeven in tijden van onrust: “God kan je problemen in een oogwenk oplossen. Hij kan je geest verfrissen met een diepe ademtocht. Hij kan je gedachten verhelderen met enkele klanken van hemelse muziek. Hij kan je zorgen en je tranen wegwissen met een enkel vredig moment in die volmaakte rust die Hij geeft als je gedachten op Hem zijn gericht, enkel en alleen op Hem.”2
Het is mijn hoop dat ook jij Zijn volmaakte vrede deze dag mag ervaren; sterker nog, deze week, deze maand, en dit hele jaar door.

Zie Filippenzen 4:7
Zie Jesaja 26:3

# Waarom wij belangrijk zijn

Door Chris Mizrany

Als ik een zonsopgang zie, de zon op mijn gezicht voel schijnen, rondspetter in de oceaan of het natuurschoon bewonder, bedenk ik vaak wat een bijzondere plek de aarde is. Onlangs kwamen mij een paar heel interessante weetjes ter ore die weer eens bevestigden hoe prachtig onze planeet is!

Wanneer bijvoorbeeld sterrenkundigen een planeet ontdekt hebben die wat op de aarde lijkt, hebben ze het meestal over planeten met een aantrekkingskracht die overeenkomt met die van de aarde.

Een die dicht genoeg bij hun ster staat en zo net warm genoeg is en niet te heet en waar wel of geen vloeibaar water aanwezig is.

Maar er speelt veel meer dan die drie noodzakelijke ingrediënten. Hier is een onvolledige lijst waaruit blijkt dat de aarde van al die vele hemellichamen het belangrijkst is.

De maan: De aarde staat een ietsje gekanteld en wankelt als een tol die ronddraait, wat drastische klimaatverschuivingen zou kunnen veroorzaken. Maar door de stabiliserende invloed van de maan op onze baan is ons klimaat veel stabieler.

Stabiele omwenteling: De regelmaat en frequentie van dag en nacht op deze planeet spelen een belangrijke rol in het voorkomen van extreme temperaturen en maken het mogelijk om er te leven.



Zon met lang leven: Onze zon is een gele dwerg, een relatief zeldzaam soort ster die zowel klein is als stabiel. Hij heeft ook een lang leven. Grotere sterren worden over het algemeen heter en doven eerder uit, terwijl kleinere sterren meestal enorme pluimen van straling produceren.

Gasreuzen als buren: de zon en de maan zijn noodzakelijk voor ons, maar er is nog iets dat de aarde bewoonbaar maakt: Jupiter. Over het algemeen klonteren gasreuzen samen in de buurt van hun eigen sterren. Maar omdat die in ons zonnestelsel voorbij onze planeet gesitueerd zijn, worden verdwaalde asteroïden en kometen door hun intense aantrekkingskracht opgevangen en zijn wij veilig.

Een magnetisch veld: de aarde is gezegend met een sterk, stabiel magnetisch veld dat kosmische straling en zonnevlammen op een afstand houdt. Als dit er niet zou zijn zou onze planeet al snel verbranden.

Dampkring: die hooggelegen gaslaag schermt ons af voor een heleboel dodelijke stralingen.

Dit zijn maar een paar voorbeelden op een lange lijst van eigenschappen waardoor de aarde buitengewoon bewoonbaar is vergeleken bij alle andere planeten die we kennen. Het feit dat de lijst van eigenschappen zo lang is, zou kunnen betekenen dat het leven ongelooflijk zeldzaam is en dat onze planeet misschien de enige is die aan alle noodzakelijke voorwaarden voldoet.

We kunnen natuurlijk nergens volledig zeker van zijn. Maar het feit dat al die voorwaarden voor het leven dat we kennen in volmaakte vorm op aarde aanwezig zijn, wijst op een geweldige Schepper die precies wist wat Hij aan het doen was.

Hij strooide de sterren uit en zette de planeten op hun banen. Hij bracht water en sneeuw, licht en duisternis, lach en liefde tot stand met een specifiek doel.1 Ieder persoon is uniek en is geschapen door een liefdevolle Schepper die voor een prachtige, ingewikkeld ontworpen planeet zorgde waar wij op kunnen leven en waar wij van kunnen genieten.

Zie Psalm 8:4; 33:6.

# Ben je onrustig?

Door Peter Amsterdam

In Filippenzen 4:6-7 geeft de apostel Paulus de gelovigen het advies: “Weest in geen ding bezorgd, maar laten bij alles uw wensen door gebed en smeking met dankzegging bekend worden bij God. En de vrede Gods, die alle verstand te boven gaat, zal uw harten en uw gedachten behoeden in Christus Jezus.”1

Onrust, zorgen, spanningen… de druk is voor de meeste mensen heel hoog in deze tijd. We leven in een wereld die razendsnel verandert, en verandering brengt onzekerheid met zich mee. Ongewisheid geeft meestal zorgen en spanning en een algeheel gevoel van onrust. Iemand die ik ken drukte het als volgt uit: “Als ik onrustig ben voel ik me slecht op mijn gemak, een gevoel alsof er iets mis zal gaan of dat ik iets belangrijks misloop. Het heeft iets te maken met het onbekende, een risico en dan word je overvallen door een onprettig, overweldigend gevoel.” Soms word je ‘s nachts wakker met een onaangenaam gevoel, of je bent onrustig maar weet niet precies waardoor dat komt. Er zijn duizenden redenen



voor aan te wijzen. Misschien moet je een beslissing nemen, maar stel je het steeds maar uit. Of misschien heeft het te maken met problemen in je relatie of wordt het tijd voor een verandering in je leven, je carrière, je locatie, of de manier waarop je je kind opvoedt. Hoe dan ook, er is onrust.

Je weet dat verandering noodzakelijk is, maar je weet ook dat het je persoonlijk iets zal gaan kosten en dat geeft ook onrust. Misschien deins je voor de veranderingen terug en ben je er bang voor zodat je de stappen niet onderneemt die nodig zijn. Gaat het zich allemaal wel goed ontwikkelen? En zo kan ik nog wel even doorgaan.

Dat onrustige, onaangename, angstige gevoel neemt meestal veel van je vreugde en je geloof weg. Die gevoelens van dreiging of onzekerheid kunnen een domper zetten op je perspectief of hoop voor de toekomst. Daardoor word je belet om goede vooruitgang in je leven te maken.

**Maar er is een oplossing.**
Er staan geweldige beloften in de Bijbel over dit onderwerp met zowel geestelijk als praktisch advies. Deze bijvoorbeeld:

* Werp uw bekommernis op de Here, Hij zal voor u zorgen; Hij zal nimmermeer toelaten, dat de rechtvaardige wankelt.2
* Werp al uw bekommernis op Hem, want Hij zorgt voor u.3
* Standvastige zin bewaart Gij in volkomen vrede, omdat men op U vertrouwt.4
* Vrede laat Ik u, mijn vrede geef Ik u; niet gelijk de wereld die geeft, geef Ik hem u. Uw hart worde niet ontroerd of versaagd.5

Al onze zorgen aan God leren geven en ons nergens zorgen over maken 6 is een proces waarbij enkele praktische stappen van onze kant vereist zijn. Wij moeten een bewuste poging doen onze lasten aan God over te geven. Wij moeten onszelf ertoe brengen regelmatig tijd met Jezus door te brengen en leren onze angst en zorgen aan Hem over te geven. Mediteer op Gods Woord en richt je gedachten doelbewust op dingen die prijzenswaardig, nobel,

goed, waar, eervol en juist zijn.7

Als we een bewuste poging ondernemen om onze slechte gewoonten te vervangen door goede, wordt ons leven geestelijk gezond. Sommige mensen denken dat God je automatisch beschermt tegen slechte dingen zodra je een christen wordt. Zo werkt het echter niet. Vertrouwen op God betekent niet dat al je problemen, spanningen of moeilijkheden verdwijnen, maar het geeft je wel een stevige ondergrond voor vertrouwen en een uitlaatklep voor angst: God Zelf.

Zelf kijk ik vaak Gods beloften over om mezelf te herinneren aan Zijn onvoorwaardelijke liefde voor mij. Hij geeft om mij. Hij wil mij helpen. Hij heeft beloofd dat Hij voor me zal zorgen. Als we onszelf en onze geliefden in Zijn handen leggen kunnen we zekerheid hebben dat we op de best mogelijke plaats zijn aangeland. Er zijn ook wat goede praktische tips waar je misschien iets aan hebt.

**Schrijf op waar je bezorgd over bent.**

Dat is bijzonder handig wanneer je een heleboel aan je hoofd hebt. Alleen al het opschrijven ervan kan verheldering en verlichting brengen. Zet je zorgen op papier en geef ze aan Jezus. Als je alles hebt opgeschreven dat aan je knaagt, kan die lijst zowel een gebedslijst worden als een planner. Als je actie kunt ondernemen met een paar dingen, zelfs als ze maar klein zijn,



wordt de lijst wat kleiner en krijg je het gevoel dat je vooruitgang maakt.

**Praat met iemand; je echtgenoot, een vriend, een raadgever**. Je situatie bespreken en advies vragen kan je helpen.

**Pas op voor de 'god van opties**.'

Deze uitdrukking heeft te maken met de enorme veelheid aan mogelijkheden die we tegenwoordig hebben. Te veel informatie kan verlammend werken en ook nog eens een hoop tijd verspillen. Let op en disciplineer jezelf: zoek de informatie uit die je nodig hebt om een beslissing te nemen zonder in de greep te komen van de oneindige stortvloed van nieuwe informatie en opties.

**Zet een stap tegelijk**.

Als je een groot aantal problemen hebt die opgelost moeten worden, probeer ze dan niet allemaal tegelijk aan te pakken. Zoek er een uit waar je over nadenkt en bidt. Zet de punten van overweging op een rijtje, met als doel er een beslissing over te nemen.

**Neem de beslissing.**

Doe wat je moet doen. Vertrouw. Doe het weer. Als je eenmaal een beslissing genomen hebt, blijf dan niet steeds op je keuze terugkomen. Vertrouw erop dat je een beslissing genomen hebt die goed genoeg is. Ik las laatst een citaat over open deuren en de strijd die wij als Christenen vaak krijgen bij het maken van keuzen van levensbelang waarbij we Gods wil willen weten. De schrijver zei: "God kan zelfs iets gebruiken dat op een 'verkeerde deur' lijkt als je er met een oprecht hart door loopt."8

Ik geloof dat dit waar is en daar put ik veel troost uit omdat we nooit iedere beslissing voor de volle honderd procent goed kunnen krijgen. Dat hoort bij de ervaringen van het leven.

Als we een hemels perspectief voor ogen houden zullen we meer genieten van onze levensreis. Het is waar dat de problemen waar we in het leven mee te maken krijgen niet makkelijk zijn. Maar Jezus heeft beloofd dat Hij ons de kracht zal geven om die

problemen te dragen. Hij zegt: “Mijn juk is zacht en Mijn last is licht.” 9 Als we kracht uit Hem putten, kunnen we rust vinden te midden van de storm en volle vreugde ervaren tijdens beproevingen.

Jezus is onze bron van vrede. De naam des Heren is een sterke toren; de rechtvaardige ijlt daarheen en is onaantastbaar. 10

1.NBG 1951
2.Psalm 55:23
3,1 Petrus 5:7
4.Jesaja 26:3
5.Johannes 14:27
6.Filippenzen 4:6
7.Zie Filippenzen 4:8.
8.John Ortberg, All the Places to Go …
9. Mattheüs 11:30
10. Spreuken 18:10

# Gebed voor de dag

Jezus, als ik me zwak en moe voel of chagrijnig ben, dan bent U bij me om Uw armen om me heen te slaan, me te troosten en me te vertellen dat alles in orde zal komen. U strekt Uw handen naar mij uit en stelt me op mijn gemak en laat mijn zorgen wegsmelten en haalt de verwarring weg die mij omringt.
Dank U dat ik verlichting kan vinden van de stress van een drukke agenda door naar U op te kijken. Als ik even ophoud met mijn activiteiten en even nadenk over U en de liefde die U voor me heeft, wordt mijn geest verfrist en vind ik de kracht om met mijn dag verder te gaan.

# Wees maar gerust

Stress is geen lolletje. Of je nu een student bent die zwoegt voor een belangrijk examen, een ouder die de balans probeert te houden tussen werk en gezin, iemand die met een ernstig gezondheidsprobleem kampt of zich op de been probeert te houden tijdens een onzekere economie, we hebben allemaal wel te maken met de machteloze gevoelens die stress met zich meebrengt. De omstandigheden zijn misschien iets veranderd sinds de tijd dat de Bijbel geschreven werd, maar de lessen en de beloften in de Bijbel zijn nu nog net zo toepasselijk als duizenden jaren terug.

**God belooft vrede aan de mens die zich tot Hem wendt.**
De Here zal zijn volk sterkte verlenen, de Here zal zijn volk zegenen met vrede. -Psalm 29:11

Komt tot Mij, allen, die vermoeid en belast zijt, en Ik zal u rust geven…
Mattheüs 11:28

Vrede laat Ik u, mijn vrede geef Ik u; niet gelijk de wereld die geeft, geef Ik hem u. Uw hart worde niet ontroerd of versaagd. -Johannes 14:27



**Bestrijd zorgen met gebed.**
Weest in geen ding bezorgd, maar laten bij alles uw wensen door gebed en smeking met dankzegging bekend worden bij God. En de vrede Gods, die alle verstand te boven gaat, zal uw harten en uw gedachten behoeden in Christus Jezus. -Filippenzen 4:6,7

Werp uw bekommernis op de Here, Hij zal voor u zorgen;
Hij zal nimmermeer toelaten, dat de rechtvaardige wankelt.
-Psalm 55:23

Werpt al uw bekommernis op Hem, want Hij zorgt voor u. -1 Petrus 5:7

**Blijf dicht bij God.**
Gewen u toch aan Hem, opdat gij vrede hebt; daardoor zal uw gewin groot zijn. -Job 22:21

Toen zeide Hij: Moet Ik zelf medegaan om u gerust te stellen?
-Exodus 33:14

Standvastige zin bewaart Gij in volkomen vrede, omdat men op U vertrouwt. -Jesaja 26:3

**Vertrouw op Gods nimmer falende liefde en zorg.**
Worden niet twee mussen te koop aangeboden voor een duit? En niet één daarvan zal ter aarde vallen zonder uw Vader. En de haren van uw hoofd zijn ook alle geteld. Weest dan niet bevreesd: gij gaat vele mussen te boven. -Mattheüs 10: 29-31

Hoe zal Hij, die zelfs zijn eigen Zoon niet gespaard, maar voor ons allen overgegeven heeft, ons met Hem ook niet alle dingen schenken?
-Romeinen 8:32

Want ik ben verzekerd, dat noch dood noch leven, noch engelen noch machten, noch heden noch toekomst, noch krachten, noch hoogte noch diepte, noch enig ander schepsel ons zal kunnen scheiden van de liefde Gods, welke is in Christus Jezus, onze Here. Romeinen 8:38,39

# Mijn verstoorde vlucht

Door Curtis Peter van Gorder

Toen ik middenin de strijd zat wilde ik er niet over praten, maar nu alles is opgeklaard kan ik dat wel. Om een lang verhaal kort te houden zou ik mijn hele relaas kunnen samenvatten in deze uitspraak: als je niet op komt dagen, kun je niet gaan.
En nu krijg je de volledige versie:

**1e bedrijf: Een openbaring van tijd**

Mijn vrouw en ik moesten heel vroeg vanaf het vliegveld van Berlijn vertrekken, wat met de bus vanuit Dresden, de stad waar we wonen, zo'n twee uur rijden is. We hadden alles zorgvuldig gepland en gingen slapen in de volle overtuiging dat we de situatie meester waren. Alles zou zeker goed verlopen.

Toen we bij de bushalte kwamen om de bus te pakken die om 4:50 zou vertrekken vroegen we ons af waarom hij nog niet gekomen was. We keken hoe laat het was en kwamen tot de ontdekking dat we de



eerste bus gemist hadden, wat betekende dat we onze trein zouden missen, waardoor we onze vlucht zouden missen! Hoe had dit nu kunnen gebeuren?
Toen we er over nadachten, beseften we dat de batterij in onze klok de avond tevoren was losgeraakt en dat de klok nadat de batterij er weer was ingezet, 30 minuten achter was gaan lopen! We hadden op die klok vertrouwd en hadden niet de moeite genomen om de tijd te vergelijken met andere klokken.

**2e bedrijf: Alles was verloren**

Ik moet tot mijn spijt toegeven dat ik veel zin had om met mijn vuist naar de hemel te schudden en wanhopig uit te roepen: Mijn God, mijn God, waarom heeft U ons verlaten? We hebben zo wanhopig gebeden dat alles vlekkeloos zou verlopen en dan valt alles in duigen door een stomme vergissing…! Vreemd, hoe we soms onze eigen fouten over het hoofd zien en dan God of anderen overal de schuld van geven.Na de gevoelens van wanhoop kwam mijn gezond verstand weer boven drijven en probeerde ik de situatie te redden. Het werd al snel duidelijk dat het geen makkie zou worden. Wanneer je stommiteiten zoals deze begaat is de verleiding groot om het bijltje er maar bij neer te leggen, maar dat was geen optie, gezien de consequenties die eruit zouden voortvloeien. Een mens kan niet al te lang met zijn gezicht in de modder blijven liggen.
De bekende Dr.Seuss schreef daar ook iets over dat het goed illustreerde. (Zie volgende bladzijde)

**3e bedrijf: De verlossing**

Als je probeert te communiceren met een verschrikkelijk grote luchtvaartmaatschappij middenin een wereldwijde pandemie, dan krijg je het gevoel dat je een redevoering probeert te houden tijdens het spitsuur midden op een groot kruispunt. De vertrektijd van onze vlucht brak aan en ging voorbij en nadat ik alles geprobeerd had besloot ik als laatste oplossing hun hulpdesk nog een keer te bellen. Ik werd weer in de wacht gezet en ik vreesde al dat ik weer terug

zou gaan naar de wachtrij, de meest vruchteloze plaats aller plaatsen, maar nadat ik meer dan een half uur gewacht had, nam iemand de moeite om me te woord te staan. Halleluja!
Nadat we onze situatie hadden uiteengezet kregen we weer een klap te verwerken: we kwamen er achter dat, als je de heenvlucht gemist hebt, de retourvlucht ook wordt afgelast. Dat zou dan betekenen dat we onze tickets volledig verspeeld hadden en weer nieuwe zouden moeten kopen terwijl het hoogseizoen was, waardoor we zo 2000 euro zouden verliezen. “Tenzij… u kunt bewijzen dat u uw ticket probeerde te annuleren vóór de vlucht.”
Nu was het zo dat ik te midden van al onze pogingen een boodschap had verstuurd via Whatsapp, die een paar uur voor vertrektijd was gedateerd. We stuurden hen een screenshot en dat werd goedgekeurd. En na nog een half uur overleg met de functionaris van de hulpdesk kregen we nieuwe tickets voor een latere vlucht zonder bijkomende kosten!!!!

Toen alles achter de rug was kreeg ik het idee om te kijken hoeveel beltegoed er nog op mijn telefoon zat en zie: ik had nog 69 cent! Stel je voor dat mijn beltegoed op was gegaan terwijl ik met dat ingewikkelde gesprek bezig was! Dan had ik helemaal opnieuw moeten beginnen.

Maar goed. God is de baas en zorgt voor ieder detail. Ik werd eraan herinnerd dat de Bijbel vol zit met verhalen over gebeurtenissen die afhingen van kleine dingen en nederige mensen; hele mensenmenigten werden gevoed met slechts een paar broden en vissen, een herdersjongen werd koning, een reus werd verslagen met een kiezelsteentje, de Rode Zee werd in tweeën gedeeld met behulp van een stok die omhoog werd gehouden, de Redder van de wereld werd in een stal geboren, om maar een paar voorbeelden te noemen.
Deze ervaring hielp me om weer eens te beseffen dat zelfs als wij alles verkeerd doen en enorme flaters slaan, onze geweldige God altijd met ons is en zelfs onze menselijke fouten kan opheffen om iets goeds in ons leven voort te brengen.



Het spijt me het je te moeten vertellen
Maar helaas is het waar
Dat tegenslagen
en hindernissen
ook jou kunnen overkomen.
Je kunt blijven hangen aan het prikkeldraad
terwijl alle anderen rustig verder gaan.
Je wordt in een lastig parket gelaten
Je valt je een bult als je eruit komt.
En dan is de kans nog groot
Dat je je stoot
En als je je stoot,
Mis je ook nog de boot.
Uit een lastig parket
kom je niet gauw vandaan.1

Uit: Oh, the Places You’ll Go (1990), Dr. Seuss’ laatste boek voordat hij stierf. Zie http://benavidez5thgrade.weebly.com/uploads/8/6/7/3/86734958/oh-the-places-youll-go-by-dr-seuss.pdf.

# Vredesplan

Door Keith Phillips

Vrede is een van de vruchten van de Geest1; een van de bijzondere zegeningen die in de Bijbel beloofd worden aan degenen die ernaar streven dicht bij God te leven.
Het Hebreeuwse woord voor vrede in de meeste versies van het Oude Testament drukte volledigheid, deugdelijkheid en algeheel welzijn uit. De betekenis in het Nieuwe Testament is innerlijke rust; een combinatie van hoop, vertrouwen en vrede in de gedachten en de ziel.2 In deze huidige tijd kan zulke vrede ongrijpbaar zijn.
Er bestaat geen magische formule voor het verkrijgen van innerlijke vrede, maar er zijn een paar dingen die we kunnen doen om haar te voeden.



**Op God vertrouwen**

Vertrouwen komt niet vanzelf. Als kinderen leren we onze ouders te vertrouwen omdat we hun liefde voelen en profijt trekken uit hun verzorging en volwassen begrip van het leven. We vertrouwen vrienden die ons trouw zijn gebleven door dik en dun. We vertrouwen op zakenmensen die eerlijk en betrouwbaar zijn gebleken. We vertrouwen op mensen door onze ervaring met hen. Zo is het ook met God. Hoe meer we onze harten voor Hem openen, des te beter we Zijn liefde en zorg begrijpen en ervaren. Hoe meer we in de Bijbel studeren en artikelen lezen die op de Bijbel gebaseerd zijn, des te beter we het leven begrijpen en des te meer we Gods wijsheid en goedheid waarderen. Als we onze problemen bij Hem brengen in gebed, gaan we meer en meer op Hem leunen en rekenen we erop dat Hij ons zal helpen om een

oplossing te vinden. Doordat we Hem beter leren kennen, durven we meer op Hem te vertrouwen en groeit onze innerlijke vrede.

**Doe het op Gods manier**

Als we God willen behagen en er ons best voor doen kunnen we Zijn zegen verwachten. “de Here geeft genade en ere; het goede onthoudt Hij niet aan hen die onberispelijk wandelen.”3
Dat betekent niet dat alles dan direct makkelijk wordt of glad verloopt, want hard werken en problemen horen nu eenmaal bij het leven. Het betekent echter wel dat we vredige gedachten kunnen hebben ook in moeilijke tijden, omdat God heeft beloofd voor een goede afloop te zorgen.

**Ga met je problemen naar God in gebed**

Als we onze problemen aan God geven in gebed, hebben we daar op twee manieren voordeel van. Ten eerste krijgen we Zijn hulp, wat al een groot verschil maakt. Maar er is ook het extra voordeel dat er geen druk meer op ons rust om voor de oplossing te zorgen. “Weest in geen ding bezorgd, maar laten bij alles uw wensen door gebed en smeking met dankzegging bekend worden bij God. En de vrede Gods, die alle verstand te boven gaat, zal uw harten en uw gedachten behoeden in Christus Jezus.”4

**Geef alles de tijd**

Wat ons ook mag overkomen, om wat voor reden dan ook, we kunnen er gerust op zijn dat God er iets beters uit wil voortbrengen. “Wij weten nu, dat [God] alle dingen doet medewerken ten goede voor hen, die God liefhebben, die volgens zijn voornemen geroepenen zijn.”5 In de tussentijd wordt ons geloof versterkt en leren we geduld te hebben.

Als we geen geduld en geloof hebben is het moeilijk om vrede te hebben. Daarom staat er in de Bijbel dat we positief moeten blijven en vol moeten houden: “Houdt het voor enkel vreugde,



mijn broeders, wanneer gij in velerlei verzoekingen valt, want gij weet, dat de beproefdheid van uw geloof volharding uitwerkt. Maar die volharding moet volkomen doorwerken, zodat gij volkomen en onberispelijk zijt en in niets te kort schiet.”6

**Vergeet het verleden**

Het is onmogelijk om met jezelf of met God in vrede te leven zolang we de last blijven dragen van fouten uit het verleden. We kunnen ons duizendmaal bekeren en boete doen totdat we er bij neervallen, maar we zullen geen echte vrede krijgen totdat we volledig accepteren dat God ons al onze fouten al heeft vergeven op het moment dat we Hem vroegen dat te doen. Wij zeggen: “Ik ben te slecht.”

God zegt: “Ik, Ik ben het, die uw overtredingen uitdelg om Mijnentwil en Ik gedenk uw zonden niet.”7 “Wij dan, gerechtvaardigd uit het geloof, hebben vrede met God door onze Here Jezus Christus.”8

**Beschouw tegenslag als een kans**

In haar boek “Gratitude: A Way of Life,” door Louise L. Hay merkt de schrijfster op: “Wat er ook om ons heen gebeurt, we kunnen er voor kiezen te reageren op een manier die ons zal helpen in ons leerproces en onze groei. Als we tegenslagen beschouwen als kansen om te groeien kunnen we dankbaar zijn voor de lessen die we van deze moeilijke ervaringen leren.
In iedere ervaring schuilt een geschenk. Door dankbaarheid tot uitdrukking te brengen kunnen we dat vinden.”
Als we op deze manier leren denken, plaatsen we problemen in het juiste perspectief, bevrijden we onszelf van de negatieve gevoelens die ze oproepen en vinden we vrede.

**Tevredenheid cultiveren**

“Nu brengt inderdaad de godsvrucht grote winst, (indien zij gepaard

gaat) met tevredenheid."9 Wie wil er nu geen "grote winst"? Meestal haken de mensen al af bij het horen van "godsvrucht" en "tevredenheid" waardoor ze het hele vers verkeerd interpreteren. "Godsvrucht" betekent niet dat je een heilig boontje moet zijn of volmaakt moet worden. Het is geen staat van zondeloosheid, maar het is een proces dat een heel leven in beslag neemt; het is erkennen dat we nog lang niet zo ver zijn als Hij en dat we Hem moeten vragen om ons betere mensen te maken.

En "tevredenheid" betekent niet dat je net moet doen alsof je gelukkig bent of dat je je maar moet neerleggen bij alles zoals het is, als de zaken helemaal niet zo liggen als ze moeten zijn. Het is een kwestie van God liefhebben en op Hem vertrouwen voor de oplossing. "Hiervan toch ben ik ten volle overtuigd, dat Hij, die in u een goed werk is begonnen, dit ten einde toe zal voortzetten, tot de dag van Christus Jezus."10

**Neem de tijd voor rustige meditatie**

"Geef God de tijd om Zich aan je te openbaren. Gun jezelf de tijd om stil te zijn en rustig voor Hem te zitten terwijl je wacht op de verzekering van Zijn aanwezigheid door Zijn Geest die in jou werkt. Laat Hem een heilige atmosfeer in jou creëren, een heilig, hemels licht waarin je ziel verfrist wordt en versterkt wordt voor het werk van het dagelijks leven."11 In die rustige momenten zal God in staat zijn jouw geest te vernieuwen en jou ook meer te maken zoals Hijzelf is.12

**Wees dankbaar**

Als we onze zegeningen tellen komen we op een positief kanaal te zitten. Onze problemen worden er niet allemaal door opgelost, maar we denken dan niet meer zo aan de dingen waardoor we van streek raken. "Voorts, broeders, al wat waar, al wat waardig, al wat rechtvaardig is, al wat rein, al wat beminnelijk, al wat welluidend is, al wat deugd heet en lof verdient, bedenkt dat."13

**Verdiep je persoonlijke relatie met Jezus**

Tijdens Zijn afscheid van de discipelen, toen Hij wist dat Hij zou worden gearresteerd en gekruisigd, zei Hij tegen hen: "Dit heb Ik tot u gesproken, opdat gij in Mij vrede hebt. In de wereld lijdt gij verdrukking, maar houdt goede moed, Ik heb de wereld overwonnen."14

Hoe beter je Jezus leert kennen door Hem te vragen in je hart te komen, Zijn Woord te lezen; in het bijzonder het Evangelie, en contact met Hem onderhoudt door middel van gebed en meditatie, des te meer je ervan overtuigd zult raken dat Hij en Zijn Vader alles onder controle hebben, hoe slecht de situatie er ook mag uitzien.

Er kunnen allerlei geweldige dingen gebeuren in dat kleine stukje tijd waarin je het niet opgeeft maar blijft geloven. -
Virginia Brandt Berg (1886-1968)

Jezus beloofde niet dat Hij onze omstandigheden zou veranderen, maar Hij beloofde wel grote vrede en pure vreugde aan degenen die zouden leren geloven dat God eigenlijk alles in Zijn hand heeft.
-Merlin Carothers (1924-2013)


1. Zie Galaten 5:22–23.
2, Nelson's Bible Dictionary,
3. Psalm 84:11
4. Filippenzen 4:6–7
5. Romeinen 8:28
6 Jakobus 1:2–4
7. Jesaja 43:25
8. Romeinen 5:1
9. 1 Timotheüs 6:6
10. Filippenzen 1:6
11. Andrew Murray (1828–1917),
12. Zie Efeziërs 4:23;
13. Filippenzen 4:8
14. Johannes 16:33

# Wanneer de regen verfrissend is

Door Joyce Suttin

Na zeven jaar droogte in het gebied waar ik woon kregen we een heel regenachtige lente. Daardoor ben ik veel over de regen gaan nadenken.

Een paar jaar lang hebben we ontzettend droog weer gehad, onderbroken door zware regenstormen. Door het droge weer werd de kleigrond brokkelig zodat er overstromingen kwamen toen het opeens zwaar ging regenen. Er kwam opeens zo'n ommezwaai van heet, droog weer naar teveel regen in één keer dat die regen weinig hielp om de droogte te verhelpen.
Door gebrek aan balans in de natuur ontstonden er branden, werd het water vervuild en werden er dodelijke ongelukken veroorzaakt wanneer mensen in laaggelegen gebieden reden en



werden getroffen door plotselinge overstromingen.
Na een paar jaar is de balans in de natuur nu hersteld met regelmatige regen deze hele lente. We hebben wel veel regen gehad, maar in plaats van direct weg te rollen, is het water diep in de aarde gedrongen, die daardoor hersteld werd. Nu de regen geleidelijk is gevallen is de aarde in staat geweest het water op te nemen en dat is een groot verschil.
Hierdoor ben ik meer gaan nadenken over de periodes van geestelijke droogte in mijn leven. In tijden van onevenwichtigheid nam ik geen regelmatige tijd met God, met geestelijke droogte tot gevolg. Toen bracht ik hele dagen door met gebed en Woord en werd daardoor wat gesterkt, maar het had toch niet hetzelfde effect als dagelijkse momenten van verfrissing.
Door deze dagelijkse momenten waarop we onze ziel water geven, verkrijgen we een bloeiend geestelijk leven. Als we een goede balans hebben in ons leven en regelmatig de tijd nemen om te bidden en in de Bijbel te lezen, wordt ons vermogen om het Woord in ons op te nemen en veranderingen in ons teweeg te laten brengen, vergroot. Dan zijn we beter in staat om beproevingen te doorstaan en ontwikkelen we diepe wortels van geloof die ons helpen om te vertrouwen dat God ons door alle stormen heen zal loodsen.

Deze lente ben ik dankbaar geweest voor het regenachtige weer. Ik heb genoten van de aanblik van het groene gras en de bloeiende bloesems. Ik heb de voordelen gezien van een stijgend grondwaterpeil. In het bijzonder waardeer ik de les van een herstelde balans in de natuur en in mijn eigen leven.

Als je Jezus nog niet als je Redder hebt ontvangen, dan kun je het volgende gebed bidden en Hem vragen in je hart te komen en je Zijn liefde, vrijheid, waarheid, vrede en geluk te geven, hier en nu en voor altijd:

Lieve Jezus, ik geloof dat U de Zoon van God bent en dat U voor mij gestorven bent. Vergeef me mijn zonden, kom in mijn hart en vul me met Uw Heilige Geest. Geef me Uw geschenk van eeuwig leven. Amen

# Geen angst voor de toekomst

Door Tina Kapp

Ik spreek vaak mensen die bang zijn voor de toekomst. Ook al heeft God ons in de Bijbel van het begin tot het einde laten zien hoe machtig Hij is en hoe Hij ons altijd wil beschermen, wat er ook gebeurt, toch vergeet de mens zulke zekerheden wanneer hij zich zorgen maakt. Maar er is mij iets overkomen waardoor dit voor mij drastisch veranderd is.

In dezelfde maand dat ik had ontdekt dat ik zwanger was, werden mijn man en ik door God geroepen om zendelingen te worden in Afrika.

Dat was nog een grotere verrassing, omdat ik het grootste gedeelte van mijn leven in Japan had gewoond en volledig werd geabsorbeerd door een counseling programma voor universiteitsstudenten en nog ander liefdadig werk. Ik was de



Japanse taal machtig, ik was er gelukkig en vervuld en had het gevoel dat ik op de plaats zat die God voor me had, maar toen vertelde Hij dat Hij me nog andere dingen wilde leren en dat een verandering van plaats daarbij zou helpen!

Toen ik over de eerste schrik heen was en wat tijd had genomen om aan het idee gewend te raken, begon ik er enthousiast over te worden en na een paar maanden waren we op weg. We stopten in Europa om de familie van mijn man op te zoeken en daar kregen we het advies om alle spulletjes voor de baby al aan te schaffen, aangezien die dingen schaars en verschrikkelijk duur waren in het deel van Afrika waar we heen gingen. Maar dat was zo gemakkelijk nog niet. In Europa waren babyspullen ook niet goedkoop en bovendien was het winter, zodat er geen zomerkleertjes te vinden waren. Ten einde raad begon ik maar wat vlooienmarkten af te stropen, maar ook hier was niets te vinden. Tenslotte zag ik ergens een verfomfaaide advertentie hangen die mijn aandacht trok. Ik werd er haast naar toe getrokken en ofschoon het op niets leek had ik toch het gevoel dat ik er op moest reageren. Het leek wel alsof hij speciaal voor ons bedoeld was. “Meubelen en kinderkleding.” Die man verkocht alle kleren van zijn kind, vanaf de geboorte tot een jaar oud. Ze waren nog in perfecte staat en de meeste waren voor de zomer! Ook had hij wat speelgoed en andere dingetjes die de baby nodig zou hebben. Opeens viel alles op zijn plaats en het liet me zo duidelijk zien dat God altijd trouw is.

Wat dat met angst voor de toekomst te maken heeft? Nu, wanneer ik weer met een dergelijke angst geconfronteerd word, vooral met betrekking tot mijn dochtertje, denk ik weer aan die ervaring. We zijn maar mensen, dus vroeg of laat slaan we de plank mis of maken we ons zorgen over de toekomst, maar God laat ons nooit in de steek. In Zijn armen zijn we voor altijd veilig!

# Woelige baren

Door Marie Alvero

*Nader, mijn God tot U*
*Zij steeds mijn be'e*
*Zij 't levenspad soms ruw*
*Gaat Gij met mij mee*
*Dan kent mijn ziele rust*
*Mij van Uw trouw bewust*
*Wacht ik aan blijder kust*
*Uw sabbat' s vre'e*

(Uit zangbundel Joh. de Heer)

Keer op keer zong ik die woorden, in de hoop dat ik vrede zou vinden door ze steeds te herhalen. Maar er kwam helemaal geen vrede. Mijn ziel was ongerust, doodsbang zelfs. "Waar is God gebleven in deze puinhoop? Waar is God te midden van deze onzekerheid?" Ik klonk wellicht precies zoals de discipelen van Jezus toen ze in de storm zaten op zee. Jezus lag ongestoord te slapen op een kussen. De discipelen maakten Hem wakker en zeiden: "Meester, kan het U dan niets schelen als we vergaan?" Jezus stond op en zei tot de zee: "Zwijg. Wees stil!" en de storm bedaarde en de zee werd kalm. Toen zei Jezus tot de discipelen: "Waarom zijt gij zó bevreesd?



Hoe hebt gij geen geloof?"[1] Dat vroeg Jezus niet omdat ze bang waren voor de storm, maar omdat ze vroegen of het Jezus iets kon schelen of niet.
En ik werd geconfronteerd met dezelfde angst: Kan het U dan niets schelen, God? Mijn vrede, en soms zelfs mijn geloof is zo verstrengeld met de manier waarop alles wel of niet volgens mijn plan verloopt. Hier zijn wat dingen die mijn vrede verstoren:

**Verlies, het allesomvattende monster.**
Bij ieder verlies beleef ik weer alle voorgaande verliezen en voel dan de pijn uit het verleden samen met de nieuwe pijn.
**Overgave**.
Wat een gevecht is het als we weten dat Gods wil tegenstrijdig is met die van ons!
**Gebrek.**
Als er iets is dat ik nodig heb of dat ik wil maar niet heb, dan is het moeilijk om vrede te accepteren.

Misschien kun jij je daarin verplaatsen. Ik denk eigenlijk dat het logisch is dat dit soort situaties momenten zijn waarop vrede niet verwacht wordt, net zoals we het normaal vinden dat we bang zouden zijn in een enorme storm, in een bootje dat op de zee heen en weer geslingerd wordt. God vindt het niet erg dat we angst laten zien; Hij weet dat een storm angstwekkend is, maar Hij zegt dat Jezus bij ons is in de boot en dat we er niet aan hoeven twijfelen of het Hem iets kan schelen.
Nu komen we weer op mijn gekwelde ziel. Ik had juist een familielid verloren, plotseling en op pijnlijke wijze. Een van mijn kinderen kampte met ernstige gezondheidsproblemen. Een ander kind stond voor een moeilijke situatie. Soms wordt het me allemaal teveel, dan ontglipt me de vrede en dan vraag ik me, net zoals de apostelen, af of het God iets kan schelen. Maar natuurlijk zit Jezus bij me in de boot en kan het Hem wel schelen. Ik las het verhaal opnieuw. Ik zong het prachtige lied nog eens en riep de vrede op in mijn ziel en ja hoor, die geweldige vrede die ons verstand ver te boven gaat rolde mijn hart binnen. God is getrouw.



[1] Zie Markus 4:35–40.

# Pas je snelheid aan

De pelgrimsreis van het Christelijk leven is een voortdurende klim naar boven. Er zijn kleine plateaus waar je kunt uitrusten en je even kunt ontspannen en op krachten kunt komen, voordat je verder gaat. Hoewel het beklimmen van een berg moeizaam kan verlopen en vermoeiend is, zorg Ik voor stopplaatsen waar je kunt genieten en momenten van ontspanning waarop je je krachten vernieuwt. Het is belangrijk om af en toe een pauze in te lassen en even te rusten. Deze pleisterplaatsen zijn prachtige rustplaatsen waar je van het uitzicht over het dal kunt genieten en de indrukwekkende schoonheid in je op kunt nemen. Geniet hier van de adembenemende, majestueuze pracht van de bergketen, de lucht en de hele schepping. Het zal je inspiratie geven om over het doel van je leven na te denken. Maar het gebeurt weleens door de drukte van het leven van alledag dat je denkt dat je niet kunt stilhouden en de tijd niet kunt nemen om vernieuwd te worden op die uitkijkposten. Onthoud dat je die momenten van ontspanning nodig hebt en niet alleen maar moet klimmen. Je moet opnieuw gevuld worden voordat je met de reis verder gaat. De tijden veranderen, de omstandigheden veranderen, het weer verandert en zelfs de situatie op de berg verandert naarmate je verder klimt. Raadpleeg de bergbeklimmersgids en vraag Mij je voor te gaan in de veranderende omstandigheden waar je mee te maken hebt.

Markus 14:8