VERANDER JE LEVEN-VERANDER DE WERELD OM JE HEEN

actief

21e jaargang - nummer 11

EEN NIEUWE LEVENSKANS

Een nieuw zelfbeeld

OVERVLOED of OVERDAAD

De juiste vrijheid vinden

DEZE DAG

Geluk in onzekere tijden

actief

Inhoud

3 *Persoonlijk*
4 *Mijn drie zoons*
6 *Een meesterwerk*
10 *Gods afdruk op mij*
12 *10 Tips voor zelfvertrouwen*
14 *Een nieuwe levenskans*
18 *Ik voel me mooi*
20 *Hoe kijk je er naar?*
22 *Wat een verschil geloof maakt*
26 *Overvloed of overdaad?*
28 *Deze dag*
30 *Mijn liefde voor jou*

copyright 2020 Activated
Alle rechten voorbehouden

Vertaald door:
Koos en Maria Stenger.
Layout en ontwerp:
Koos Stenger en Gentian Suci

www.actiefonline.org
actiefonline@gmail.com

Het is niet ons vertrouwen dat ons bewaart,
maar de God op wie we vertrouwen die ons bewaart.
-Oswald Chambers (1874-1917)

De Godfactor

In het boek 'God in the dock' van C.S. Lewis staat ook een verhandeling met de titel:

"Antwoorden op vragen over het Christendom." Een van de vragen gaat over welke godsdiensten van de wereld de volgelingen het meeste geluk brengt. Hij gaf dit beroemde antwoord: "Zolang het duurt is de godsdienst van zelfaanbidding het beste. Zelf heb ik een bejaarde kennis van rond de tachtig die een leven van ononderbroken egoïsme en zelfverheerlijking heeft geleid en die min of meer een van de gelukkigste mannen lijkt die ik ken. Dat klinkt wellicht raar en het spijt me dat ik het moet zeggen, want vanuit een moreel standpunt gezien is dit heel lastig!"

Geluk is een geweldig iets. Maar veel mensen begrijpen niet echt wat het eigenlijk betekent. De man over wie C.S. Lewis sprak, kende de eerste soort geluk; een soort oppervlakkig tijdelijk geluk. Maar er bestaat nog een ander soort geluk, blijvend geluk dat altijd leeft ongeacht de omstandigheden. Het is een eeuwig geluk; de rust en de vrede die je krijgt als je God kent en een relatie met Hem hebt.

Het is heel natuurlijk om verdrietig te zijn over de problemen in de wereld, te treuren over verloren dingen, te worstelen met een ongelukkige relatie. God heeft ons als gelovigen niet beloofd dat alles altijd van een leien dakje zou gaan, maar wat Hij wel beloofd heeft is dat Hij altijd aan onze zijde zou staan, Zijn hand op ons leven zou houden en dat Hij alle dingen ten goede zou laten meewerken wanneer we Hem liefhebben en volgen.[1]

Koning David had een uitermate stormachtig leven vol met rampspoed en tegenslag die hem in het diepst van zijn ziel troffen, [2] maar hij verloor nooit uit het oog waar het ware geluk vandaan kwam: "Gelukkig is hij, die zijn hulp ontvangt van de God van Jakob, die alles verwacht van de Here, zijn God."[3]

Ik hoop dat deze aflevering van Actief je helpen mag dichter naar God toe te groeien en echt blijvend geluk te vinden.

1. Zie Romeinen 8:28
2. Zie 2 Samuel 12:16-17
3. Psalm 146:5

MIJN DRIE ZOONS

Door Keith Phillips

Toen mijn drie zoons nog kleuters waren leek het een goed idee om ze alle drie dezelfde kleren aan te trekken. Het was makkelijker als we kleren moesten kopen en aangezien het broertjes waren die ongeveer dezelfde bouw hadden zagen ze er leuk uit in dezelfde kleren.

Thuis kregen we er een ordelijk gevoel door, hoe oppervlakkig dat ook is in een huishouden waar drie jongetjes voortdurend in beweging waren en in het openbaar zagen ze er schattig uit, naar mijn idee de leukste kinderen die ooit op deze aardbol rondgelopen hadden. In diepere zin had het een uitwerking op mijn gevoel voor gelijkheid. Ik hield van de een niet meer dan van de ander en ik was vastbesloten nooit iets te zeggen of te doen waardoor ze zouden denken dat het anders was. Ik zou hen allemaal in alles onpartijdig behandelen, of het nu om grote dingen ging of kleine.

Maar zodra ze oud genoeg werden om zelf te kiezen ging de uniforme kleding de deur uit.

Naarmate hun persoonlijke behoeften veranderden en van elkaar begonnen te verschillen ondervond ik dat ik me voortdurend moest aanpassen aan de manier waarop ze mijn liefde en ondersteuning nodig hadden. Nog steeds hield ik van de een niet meer dan van de ander, maar ik kon hen niet steeds op dezelfde manier behandelen.

Nu die jongens volwassen mannen zijn geworden lijken ze in geen enkel opzicht meer op elkaar. Mijn vroegere pogingen tot uniformiteit lijken nu heel dwaas te zijn en ik dank God dat Hij hen allemaal genoeg verstand heeft gegeven om hun eigen weg te volgen, hun eigen vaardigheden te ontwikkelen en zichzelf te zijn.

Ze hebben allemaal waarschijnlijk dingen in zich die ze graag zouden willen veranderen; je moet tenslotte altijd open staan om dingen beter te doen, maar ik hou heel veel van hen, precies zoals ze zijn.

Op die manier houdt God ook van ons. We vergelijken onszelf vaak op een negatieve manier met anderen of we maken ons druk over dingen aan onszelf waar we niet tevreden over zijn, maar Hij probeert voortdurend tegen ons te zeggen: “Ik houd van je zoals je bent. Als je iets moet veranderen zal Ik het je laten weten en dan zal Ik je er bij helpen, maar verder moet je gewoon jezelf zijn.” Als we dat nou allemaal konden geloven, wat zouden we dan gelukkig zijn!

Een meesterwerk

Door Maria Fontaine

Wanneer het leven van een volgeling van Jezus wordt geleid zoals Jezus het voor ogen had, wordt het iets prachtigs. Het Christen-zijn en onze relatie met God zou iets moeten zijn dat overal in onze dagelijkse bezigheden doordringt, dat aan onze beslissingen is gekoppeld en kleur geeft aan de manier waarop we onszelf, anderen en het leven zien.

Net als bij een mooi schilderij wordt de bloei van een Christen gestimuleerd door een heleboel kleine dingen. De piepkleine verfkloddertjes op het schilderij die van dichtbij zo onbeduidend lijken worden adembenemend mooi wanneer je ze in hun geheel ziet.
Op dezelfde manier gaat dat met de talloze uitingen van Gods liefde die een Christen zijn leven lang aan anderen laat zien. Op zichzelf lijkt het wellicht niet veel voor te stellen, maar God ziet ze in het totale verband van een leven dat Hem verheerlijkt en Hij geniet van de schoonheid. Naarmate ons leven meer op God gericht wordt laat Hij onze ogen meer stralen, geeft Hij leven aan onze wandeling en meer kracht en genade in onze zwakte ten tijde van strijd, verlies of lijden. Naarmate we afhankelijker van Hem worden geeft Hij ons grotere vreugde waarmee we over ons verdriet heenkomen. Hoe meer we er naar streven onze wandeling met Jezus te versterken en hoe groter ons verlangen is naar een diepere connectie met Hem, des te meer kan Hij Zijn Geest laten schijnen. Paulus prees een paar Christenen van de eerste kerk door te zeggen:

> "Zij gaven meer weg dan zij konden missen. En ik kan getuigen dat zij het niet deden omdat wij het vroegen, maar omdat zij het zelf wilden. Zij drongen er bij ons op aan het geld mee te nemen, want zij vonden het een voorrecht de gelovigen in Jeruzalem te kunnen helpen. Wat zij deden ging onze verwachtingen ver te boven. Zij gaven zichzelf eerst aan de Here en, omdat God het wilde, ook aan ons."[1]

Wanneer je geloof een belangrijke rol speelt in je waarden, je doelstellingen en je beslissingen, kan de liefde die God ertoe bracht het heelal te scheppen je hart beroeren om de noden om je heen op te merken. Je zult erdoor worden gedreven. Als God Zijn liefde voor ons laat zien in de schoonheid van een bloem en ook de onbeschrijflijk grote daad van Zijn komst naar de aarde en Zijn sterven voor ons, dan laat ons dat zien dat er ook een grote verscheidenheid is in de manieren waarop onze levens een getuigenis van Zijn Geest en waarheid kunnen zijn aan deze wereld. God wil ons leven vullen met Zijn Geest zoveel wij het Hem toestaan. Wij zijn Zijn handwerk. Naarmate we Hem verder toestaan de tinten van Zijn liefde en genade met elkaar te mengen en de prachtige vorm in ons te ontwikkelen die Hij voor ogen heeft, worden we Zijn meesterwerk dat tot vele harten zal spreken.

1. 2 Corinthiërs 8:3–5

Door het voorbeeld van Christus Die voor ons gestorven is weten wij wat echte liefde is. Daarom moeten wij ook ons leven opofferen voor onze broeders. Vrienden, wij moeten ophouden te zéggen dat we van elkaar houden. Wij moeten echt van elkaar houden en het uit onze daden laten blijken. Daaraan kunnen wij weten of de waarheid onze vader is. Dan zullen wij niet bang voor God hoeven te zijn. – 1 Johannes 3:16,18-19

BRANDEND HART

Een mening is iets waar je van overtuigd bent in je hoofd. Geloof is een vuur dat brandt in het hart.

-Joseph Fort Newton (1876-1950)

Angst neemt bezit van je, geloof bevrijdt. Angst verlamt, geloof geeft kracht. Angst ontmoedigt, geloof moedigt aan. Angst maakt ziek, geloof geneest. Angst maakt je nutteloos, geloof maakt je dienstbaar en bovenal geeft angst je een hopeloos gevoel terwijl geloof zich verheugt in God.

-Harry Emerson Fosdick (1878-1969)

Groot geloof is niet het geloof dat altijd in het licht wandelt en geen duisternis kent, maar het geloof dat volhardt wanneer het lijkt alsof God zwijgt. Dat geloof zal vast en zeker zijn beloning ontvangen. -Vader Andrew (1869-1946)

Ik ben iemand die liever zinkt met geloof dan te zwemmen zonder geloof. -Stanley Baldwin (1867-1947)

De daad van geloof is meer dan een simpele geloofsbelijdenis. Het is zich richten naar het gezicht van de levende God.

-Christopher Bryant

Ik wil niet alleen maar geloof bezitten. Ik wil een geloof dat mij bezit. Charles Kingsley (1819-1875)

Geloof is verstand dat rust in God.

-Charles Haddon Spurgeon (1834-1892)

Gods afdruk op mij

Door Sonia Escobar

De laatste tijd is me opgevallen wanneer ik naar de bank ga, dat ik alleen mijn identiteitsbewijs hoef te laten zien en dan mijn rechterduim op een biometrische scanner moet plaatsen. Met deze eenvoudige handeling wordt alle informatie van mijn persoonlijke rekening geactiveerd en kan ik zonder verdere poespas mijn geld opnemen. Deze transactie zette me aan het denken over de manier waarop God ons heeft geschapen. Ieder mens heeft andere vingerafdrukken. Terwijl er miljarden mensen op de aarde rondlopen heeft ieder individu zijn eigen unieke vingerafdruk. Ik ontdekte, toen ik op het internet keek dat zelfs eeneiige tweelingen niet dezelfde vingerafdrukken hebben!

God heeft dit unieke verschijnsel zo geschapen. We zijn geen poppetjes van de lopende band. Hij schiep er vreugde in om ons naar Zijn evenbeeld te maken en drukte op onze vingers de identificerende afdruk van Zijn enkelvoudige schepping. Hij schiep ons met liefde en er staat in Zijn Woord dat Hij zelfs weet hoeveel haren je op je hoofd hebt.[1]

Overal vinden we Gods stempel dat van Zijn volmaaktheid getuigt. De hele schepping draagt Zijn handtekening, Zijn zegel waarop staat dat wij Zijn handwerk zijn en, wat het belangrijkst is, dat Hij van ieder van ons houdt alsof er maar een van bestond.[2]

1. Lukas 12:7
2. Efeziërs 2:10

U hebt mij immers in de buik van mijn moeder gemaakt! Mijn hele lichaam werd door U geweven. Ik prijs U, omdat U mij zo prachtig hebt gemaakt. Alles wat U doet, is wonderbaarlijk. Alles in mij getuigt daarvan. U zag elk van mijn botten, terwijl zij in het verborgene werden gemaakt. U zag mij al toen ogen mij nog niet konden zien. Elke dag van mijn leven stond toen al in Uw boek opgeschreven. Wat betekenen Uw gedachten veel voor mij, mijn God. Ze zijn ontelbaar. Zelfs als ik zou proberen ze te tellen, blijken het er nog meer te zijn dan de zandkorrels. Ik ben voortdurend in Uw nabijheid.
-Psalm 139:13-18

10 MANIEREN OM JE ZELFVERTROUWEN OP TE KRIKKEN

Bijbels Menu
Opgesteld door Li Lian

1 Maak een lijstje van alle goede dingen die je momenteel in je leven hebt.
Dank God, onze Vader, altijd voor alles.
-Efeziërs 5:20

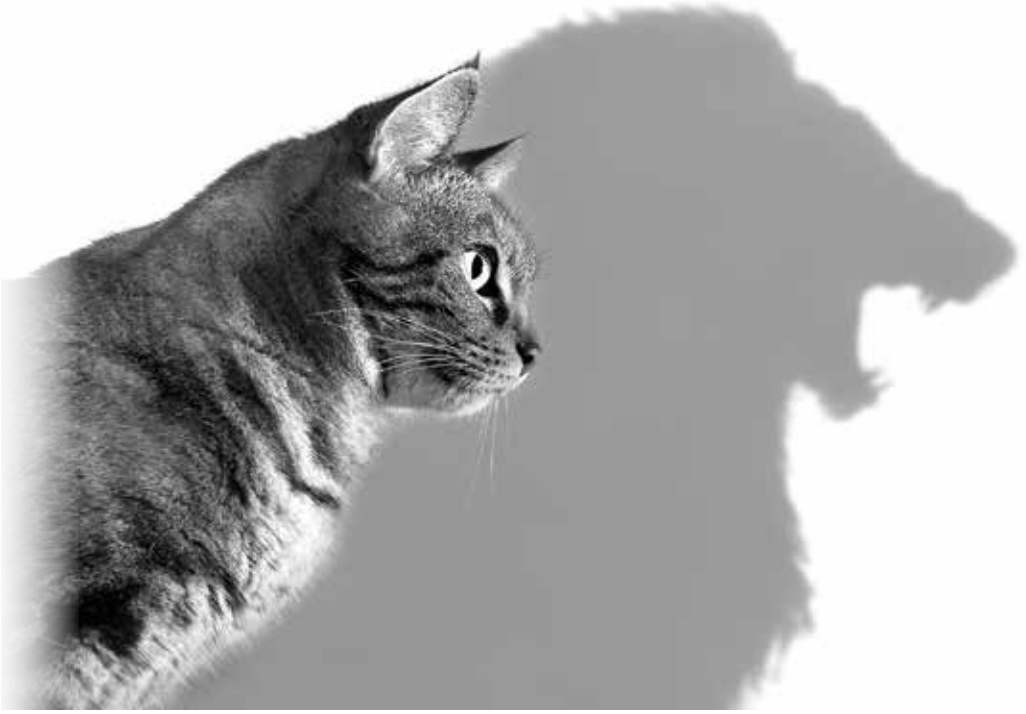
2 Vertel Jezus over alles.
Ik houd zoveel van de Here; altijd hoort Hij mij als ik mij smekend tot Hem richt. Hij wil ook graag naar mij luisteren; daarom zal ik nooit nalaten Hem aan te roepen.
-Psalm 116:1-2

3 Help anderen. Doe iets om de gemeenschap waarin je woont te helpen.
Ik heb u steeds laten zien dat wij, door zó te werken, de armen tot steun moeten zijn. Denk maar eens aan de woorden van de Here Jezus. Hij zei dat geven beter is dan ontvangen.'
-Handelingen 20:35

4 Luister naar een vrolijk liedje.
Het is goed 's morgens vroeg al te spreken over Uw liefde en 's nachts over Uw trouw.
-Psalm 92:2

5 Breng je vrije tijd eens door in de natuur en beweeg.
Weet u niet dat uw lichaam een tempel is van de Heilige Geest? Van de Geest die God u heeft gegeven en Die nu in u woont? U bent niet van uzelf! God heeft u tegen de allerhoogste prijs gekocht!
-1 Corinthiërs 6:19-20

6 Ontmoet anderen.
Lachen is gezond voor je hart, je gedachten en je ziel.



Een blij hart doet het lichaam goed.
-Spreuken 17:22

7 Doe iets leuks met je kinderen.
Ouders, behandel uw kinderen zodat ze niet dwars en haatdragend worden. Voed ze zo op dat ze de Here leren volgen en liefhebben.
-Efeziërs 6:4

8 Zorg voor een goede nachtrust.
Toen pas durfde ik rustig te gaan liggen en vredig te gaan slapen. Ik werd ook weer veilig wakker, want de Here hield de wacht over mij.
-Psalm 3:6

9 Denk aan Gods trouw.
David zei: De Here, Die mij beschermde tegen de klauwen van leeuwen en beren, zal mij ook beschermen tegen deze Filistijn!
-1 Samuel 17:37

10 Lees inspirerende verhalen zodat jouw geloof ook aangemoedigd wordt.
Alles wat u hebt gezegd, heb ik als een blijvend erfdeel gekregen. Ik ben er heel erg blij mee.
-Psalm 119:111

EEN NIEUWE LEVENSKANS

Door Jessie Richards

"Het is niet eerlijk." Dat waren de woorden die ik misschien het vaakst uitsprak tijdens mijn jeugd. Het scheen dat er altijd iemand was die het beter had dan ik. In mijn eerste tienerjaren had ik de gewoonte alles te analyseren en mezelf met iedereen te vergelijken en ik werd het meest geobsedeerd door het vergelijken van mijn uiterlijk, persoonlijkheid en vaardigheden met die van andere meisjes van mijn leeftijd. Na mijn tienertijd kwam ik terecht op een kantoor waar ik in teamverband werkte en daar had ik het gevoel dat ik niet goed genoeg was in mijn baan. Ik was ervan overtuigd dat ik nooit geaccepteerd of geappreciëerd zou worden als ik mijn gebrek aan vaardigheid niet zou compenseren door harder te werken dan alle anderen. Ik probeerde altijd punten te scoren (wat dat dan ook voor punten waren en wie ze dan ook gaf), en raakte altijd gefrustreerd door de score die ik mezelf had gegeven.

Ik was over het algemeen gewoon niet tevreden met mezelf en zelfs voor de dingen waar ik wel tevreden over was gaf ik mezelf geen goed punt totdat ik er wat beter in was geworden.

Ik vond altijd wel ergens een fout. Toen begon er nog een bron van ontevredenheid aan me te knagen; ik voelde me bedrogen en ik vond mezelf een mislukking omdat ik op mijn vijfentwintigste nog steeds geen vaste vriend had, terwijl mijn vriendinnen al getrouwd waren en kinderen kregen. Ik wist niet zeker of dat aan mij lag of aan God, dus was ik boos op ons allebei.

Ik kon andere mensen maar moeilijk om me heen verdragen, want haast iedereen gaf me het gevoel dat ik op de een of andere manier niet deugde, maar tegelijkertijd had ik ook een heleboel kritiek op andere mensen. Het is niet zo vreemd dat mijn negatieve opstelling jegens anderen er voor zorgde dat ze een eind bij me uit de buurt bleven, waardoor ik me nog minder geliefd voelde. Het was dus een vicieuze cirkel.

Toen het heel slecht met me begon te gaan las ik wat artikelen over het herkennen en overwinnen van negatieve gedachtepatronen. Ik was er diep van onder de indruk en toen

begon ik te beseffen waarom ik zo ontevreden was en wilde ik er iets aan gaan doen.
Toen ik eenmaal begrepen had dat ik kon veranderen was dat het begin van de vrijheid.
Ik begon heel anders over dingen te denken. Ik werd dankbaar voor alles wat God me gegeven had in plaats van te klagen over de dingen die Hij me niet gegeven had. Ik nam een dankbare houding aan in plaats van te mokken.
Ik vroeg Jezus ook om me te laten zien wat Hij van me dacht en probeerde naar de dingen te kijken vanuit Zijn oogpunt. Dat hielp me om dieper met Jezus te communiceren dan ik eerst had gedaan en ik begon langzaamaan te veranderen; eerst mijn gedachten en daarna mijn leven.
Doordat ik naar Hem luisterde begon ik te begrijpen dat ik zo was omdat Hij mij zo gemaakt had en dat Hij echt van me hield en me niet wilde straffen voor dingen die ik verkeerd had gedaan.
Ik sloot me ook aan bij een gebedsgroepje waar we elkaar over onze strijd vertelden en dan voor elkaar baden. Die momenten van gebed brachten kracht van God die mijn leven veranderde. Ik ontving ook een hoop aanmoediging en steun van vrienden die om me gaven, wat op zich al een hele stap was naar de ontwikkeling van een gezonder zelfbeeld.
Wat me ook hielp om meer vertrouwen en compassie te ontwikkelen was het beter leren kennen van de mensen op wie ik zo jaloers was geweest omdat ik ontdekte dat hun levens niet zo volmaakt waren als ik me had verbeeld.

Het werd mogelijk om meer liefde te hebben voor anderen toen ik niet meer zo geplaagd werd door afgunst, zodat ik de goede kwaliteiten in anderen kon waarderen. Nu kan ik God zelfs danken voor de manier waarop Hij hen gemaakt heeft en lachen om de dingen waar we anders in zijn omdat we nu eenmaal allemaal anders in elkaar zitten. De een is niet beter dan de ander.
Het duurde een tijdje voordat ik met mijn oude gewoonten gebroken had; bijna twee jaar vanaf het moment dat ik mijn eerste stappen ondernam naar verandering, maar het gebeurde. Mijn zienswijze is veranderd, ik ben op een punt gekomen dat ik echt tevreden ben en niet meer zo jaloers word op anderen. Wat mij betreft is dat een wonder.
Nu, een paar jaar later, kan ik tot mijn vreugde zeggen dat mijn innerlijke make-over blijvend is. Ik weet dat er dingen zijn die nu eenmaal niet mijn sterkste punten zijn en dat accepteer ik nu. Daardoor raak ik niet constant van de wijs wanneer ik iets aan mezelf opmerk dat niet ideaal is.
Het gaat steeds beter met mijn leven en ik word steeds gelukkiger. Ik heb geleerd dat mensen die op zoek zijn naar het goede in het leven en de schoonheid in anderen, zelf het goede ontmoeten. Ik weet ook dat ik door Jezus de kracht heb om vooruitgang te boeken op gebieden die belangrijk zijn. Het is wonderlijk hoe we kunnen leren en groeien als we besluiten een positieve benadering te zoeken en de angst voor mislukking te overwinnen.

IK VOEL ME MOOI

Doore Joyce Suttin

Toen ik een blik wierp op de spiegelwand van de sportschool tijdens mijn tai chi oefeningen kwam er een ongewone gedachte bij me op. Ik heb nooit geweten dat ik zo mooi was.

Ik zal je er iets meer over vertellen. Toen ik nog een baby was zag ik er schattig uit, maar zodra ik op de kleuterschool was gearriveerd realiseerde ik me dat ik niet het mooiste meisje van de klas was. “Mooi” was blond of ravenzwart haar, maar het mijne was een soort peper en zoutkleur. “Mooie ogen” waren groot en blauw of donkerbruin, maar de mijne waren klein en groen. Kuiltjes in de wangen en een stralende glimlach werden als mooi beschouwd, maar mijn mond stond een beetje scheef. Van kleins af aan wist ik dus al dat ik nooit zou opvallen door mijn schoonheid.

Toen ik wat ouder en wijzer was leerde ik dat er zoiets bestond als “innerlijke schoonheid.” Aardige mensen zagen er aardig uit. Harde mensen, zelfs wanneer ze fysiek aantrekkelijk waren, verloren iets van hun schoonheid door de onvriendelijke gelaatsuitdrukking die ze hadden.

Hoe goed hun haar ook zat of hoe perfect hun gezicht of lichaam ook was, je kon het altijd aan hun gezichtsuitdrukking zien.

Ik besloot dat ik heel erg mijn best zou doen om mijn innerlijke schoonheid ten toon te spreiden. Ik zou proberen om vriendelijk te zijn. Ik zou verschrikkelijk mijn best doen om mijn geduld niet te verliezen. Liefdevol en vrijgevig wilde ik zijn. Ik zou nooit gemeen zijn. Maar toch voelde ik me nooit mooi. Die gedachte verbaasde me dus.

Misschien kwam het doordat ik mezelf van een afstand in mijn volle lengte zag. Misschien kreeg ik eindelijk de trage, gracieuze bewegingen van tai chi onder de knie. Het zou kunnen dat ik mezelf niet zo ongenadig veroordeelde en zag wat anderen in me zagen. Maar op dat moment vond ik mezelf mooi en het was al heel lang geleden dat ik zulke gedachten over mezelf had gehad.

Ik deed niets om er mooi uit te zien. Ik vergeleek mezelf niet met anderen in de zaal. Ik was alleen maar aan het genieten van het moment, de rustige muziek en het deinen van mijn lichaam, het gevoel dat ik iets bereikte bij het leren van iets nieuws.

Maar als er iets was dat ik van de gedachte leerde was het dat ik wenste dat ik mezelf had toegestaan deze gevoelens eerder in mijn leven te koesteren. Ik wenste dat ik mezelf niet altijd met anderen had vergeleken en mezelf niet zo had neergehaald. Ik wenste dat ik meer tijd had besteed aan het genieten van muziek en dankbaar was geweest dat ik een lichaam had dat kon meebewegen op de maat. Ik wenste dat ik meer tijd had genomen om dingen te doen die me hadden doen voelen dat ik mooi was.

Misschien zag ik mezelf op dat moment zoals God me zag; een oudere vrouw die zich weer jong voelde, een vrouw die genoot van de ontdekking en de vrijheid van het leren, een kind van God, dankbaar voor haar leven en een nieuwe dag om Hem te kunnen prijzen.

HET LIGT ER MAAR AAN HOE JE HET BEKIJKT

Door David Bollick

Ik las een artikel van Rabbi Evan Moffic dat me erg aansprak. Hier heb je de laatste paragraaf:
"Het leven," aldus Søren Kierkegaard, de filosoof, "wordt vooruit geleefd en achteruit begrepen." De kracht in het begrijpen van dat omgekeerde gedeelte van ons leven ligt in onszelf. We kunnen niet veranderen wat er gebeurd is, maar we kunnen veranderen wat het betekent. Wat we ons willen herinneren helpt ons in onze vorming.1
Een goed voorbeeld van iemand die dat deed was Jozef in het Oude Testament. Hij zei tegen zijn broers, die hem veel kwaad hadden aangedaan: "Begrijpen jullie dan niet dat terwijl jullie mij kwaad wilden aanrichten, God diezelfde plannen voor goed gebruikte zoals je nu kunt zien overal om je heen; leven voor een heleboel mensen."2
Ik heb gemerkt dat ik, zoals Rabbi Moffic, ook de geschiedenis weleens herschrijf en dat ik wat je zou kunnen noemen een "lelijkheidsfilter" gebruik dat een hoop slechte dingen uitvlakt of zelfs wanneer ze erin worden gelaten, ze ergens anders neerzet op een minder in het oog lopende plek.
Er zijn echter dingen waarbij ik extra mijn best moet doen door mezelf te betrappen bij het inslaan van een duister pad in mijn geheugen. Ik moet mijn gedachten een andere richting op laten gaan door opzettelijk de persoon of de situatie die me dwarszit het voordeel van de twijfel te geven of mezelf te wijzen op het feit dat zelfs als ik zelf geen goeds zie, Gods belofte nog steeds geldt dat alle dingen ten goede meewerken voor Zijn kinderen.3
Ik heb een tactiek die goed voor me werkt. Ik zeg zoiets als: "Die-en-die heeft het me heel moeilijk gemaakt, maar waarschijnlijk heb ik het haar ook moeilijk gemaakt en was het net zo moeilijk voor haar om met mij samen te werken als voor mij om met haar samen te werken."
Het leven is een zeer genuanceerde en gecompliceerde aangelegenheid! Ik heb moeten erkennen dat ik simplistisch ben geweest in veel van mijn observaties en de realiteit onder ogen heb moeten zien dat ik niet goed genoeg van alles op de hoogte ben om de zaken te kunnen beoordelen. Ik denk dat ik, als ik mensen en situaties om me heen wat minder hard probeer te begrijpen met mijn eigen beperkte vermogens en in plaats daarvan meer leun op de waarheid in Gods Woord, ik alles eigenlijk veel beter kan begrijpen.

1. http://michaelhyatt.com/we-are-what-we-remember.html
2. Zie Genesis 50:20
3. Zie Romeinen 8:28

WAT EEN VERSCHIL GELOOF MAAKT

Door George Sosich

Ik heb geen gemakkelijk leven gehad. Dat begon al in mijn jeugd want mijn vader had zware mentale gezondheidsproblemen die hem en mijn moeder en ons als kinderen veel pijn veroorzaakten.

Toen ik twee was werd ik ernstig verbrand door een pan met kokend water. Ik heb nu nog steeds littekens op mijn lichaam. Op mijn 17e kreeg ik glomerulonefritis. Dit is een chronische nierziekte die sporadisch voorkomt bij zulke jonge mensen.

Op mijn 20ste kreeg ik salmonella waardoor ik zes weken in het ziekenhuis moest blijven. Ik overleefde het maar ternauwernood en mijn toch al zwakke nieren werden nog verder beschadigd. Op 37-jarige leeftijd werkten mijn nieren helemaal niet meer. Ik moest kunstmatig in leven worden gehouden in een plaatselijke kliniek door een

dialysemachine die de gifstoffen uit mijn bloed haalde, drie maal per week, vier uur lang. Zonder deze behandelingen zou ik binnen een week dood zijn. Twee-en-een-half jaar later kreeg ik een nier van mijn zuster waardoor ik van de dialysemachine bevrijd werd. Maar ik moest iedere twaalf uur medicijnen innemen om afstoting van het nieuwe orgaan door mijn lichaam te voorkomen en moest regelmatig voor controle naar het ziekenhuis. Vijf maanden na die niertransplantatie stierf mijn beeldschone vrouw onverwachts op de leeftijd van 34 jaar. Nu stond ik er alleen voor, met vijf jonge kinderen en mijn gezondheidsproblemen. Het was een verpletterend verlies maar ik ging verder en hertrouwde een paar jaar later. Mijn tweede vrouw is ook heel mooi en we hebben er samen twee prachtige kinderen bijgekregen.

Helaas ging het mis met mijn getransplanteerde nier en moet ik wederom kunstmatig in leven worden gehouden door een dialysemachine. Ik ben 57 en wacht nu op een tweede niertransplantatie.

In mijn medische geschiedenis heb ik langdurige perioden van slechte gezondheid meegemaakt, ben ik bedlegerig geweest, heb ik levensbedreigende noodsituaties meegemaakt, misschien wel duizend naalden in mijn lichaam gehad, hopen medicijnen gebruikt, talloze bloedonderzoeken gehad en moest ik vaak in het ziekenhuis blijven. En het is nog steeds gaande.
Ik ben me er van bewust dat er mensen zijn die het nog moeilijker hebben dan ik. Maar voor zover ik weet heb ik een moeilijker leven gehad dan de meeste mensen die ik ken. Ondanks alles heb ik echter een prachtig leven gehad. Terwijl dit allemaal plaatsvond ben ik twee keer gelukkig getrouwd geweest, heb ik zeven prachtige kinderen voortgebracht, heb ik God 38 jaar lang gediend als zendeling en ben ik in 18 landen geweest waar ik heel veel beleefd heb.

Hoe ben ik er dan in geslaagd om positief te blijven en overeind te krabbelen na iedere tegenslag ? Het antwoord ligt bij geloof in God en het hiernamaals:

Wat weet je zeker?

* Je weet dat zelfs wanneer je de redenen niet begrijpt voor je "ongeluk," God het allemaal weet en dat Hij alles goed doet.[1]

* Je weet dat zelfs wanneer je familie en vrienden niet kunnen begrijpen wat je allemaal doormaakt, God het wel begrijpt.

* Je weet dat Hij nog steeds van je houdt en voor je zorgt en dat Hij je niet in de steek zal laten, zelfs tijdens vreselijke tegenspoed en verdriet.[2]

* Jezus zelf was niet immuun voor het lijden en leeft met je mee omdat Hij zelf werd verworpen, verraden, gemarteld en uiteindelijk op wrede manier ter dood werd gebracht.[3]

* Je kent de belofte in de Bijbel: "Voor wie Hem liefhebben laat God alles meewerken voor hun bestwil, want Hij heeft een plan met hen."[4]

*Je weet dat je vreugde kunt vinden na wanhoop want Hij belooft: "'s Avonds is er droefheid, maar 's morgens klinkt gejuich."[5]

* Je weet dat een knock-out klap geen doodsklap is. Je kunt weer opstaan. "De rechtvaardige kan vaak vallen, maar zal net zo vaak weer opstaan."[6]

* Je weet dat je troost kunt vinden bij het Bijbelverhaal over Job; de rijke landheer uit het Oude Testament die al zijn geld verloor, zijn kuddes, zijn huis, zijn kinderen en tenslotte zijn gezondheid. Maar hij behield zijn geloof in God.

* Je weet dat het lijden je heel veel persoonlijke lessen kan bijbrengen, waaronder empathie met anderen die lijden en dat je een bron van bemoediging voor hen kunt zijn.

*Je weet dat dit leven een voorbereiding is op het volgende en dat de lessen die je nu leert eeuwige waarde hebben.

* Je weet dat je je kunt verheugen op een eeuwigheid zonder tranen, problemen, ziekte en pijn. "Hij zal alle tranen van hun ogen afwissen en er zal geen dood meer zijn. Van verdriet, rouw en pijn zal geen sprake meer zijn. Dat hoorde allemaal bij de oude wereld en die is voorgoed voorbij."[7]

Als je nog niet gelovig bent, leer God dan nu kennen door Zijn Zoon Jezus in je hart te ontvangen en je tocht van geloof vandaag te beginnen. Als je nog niet veel afweet van het christelijke geloof kun je er over leren en groeien in je geloof door de Bijbel en ander geloofsopbouwend Christelijk leesvoer te bestuderen. "Dus alleen door te luisteren naar wat Christus gezegd heeft, kunt u in Hem gaan geloven."[8]
Als je met geloof de tegenslagen in je leven het hoofd biedt maakt dat een groot verschil. Het is de tijd die je er in stopt waard. Dan krijg je een sterk geloof in God.

1. Markus 7:37
2. Hebreeën 13:5
3. Hebreeën 4:15
4. Romeinen 8:28
5. Psalm 30:6
6. Spreuken 24:16
7. Openbaring 21:4
8. Romeinen 10:17

OVERVLOED OF OVERDAAD

Door Ruth McKeague

Toen ik 19 was vertelde mijn vriendje me dat zijn moeder tijdens een zakenreis in een restaurant was geweest waar de mensen 50 dollar betaalden voor hun lunch; wat nu met de hedendaagse waarde van de dollar drie keer zoveel zou zijn. Hij zei dat hij ervan droomde ooit in de omstandigheden te verkeren om zo'n soort lunch te eten. "Dat is nou vrijheid!" zei hij.
De woorden "vrijheid" en "overvloed" geven weer wat ik uiteindelijk wil. Maar het is me niet altijd duidelijk geweest waar de grens ligt tussen vrijheid en overvloed en verslavende, spilzieke overdaad. Ik heb vaak gedacht aan vrijheid in de zin van vrijheid om je te goed te doen aan voedsel, drank, amusement, inkopen doen of reizen. Laatst hoorde ik een soortgelijke boodschap van drie verschillende dominees, die te maken had met de grens tussen overvloed en overdaad, vrijheid en gebondenheid. Als ik vrij onverwacht in een kort tijdsbestek zo'n soort boodschap krijg uit drie verschillende bronnen is het wellicht tijd om mijn oren te spitsen en te luisteren. Ik hoorde de eerste twee via YouTube en de derde afgelopen zondag:

Andy Stanley: "Je begeerte hoeft niet altijd bevredigd te worden."

Ravi Zacharias: "Daniel legde zichzelf beperkingen op aan zijn begeerten." (de profeet Daniel weigerde vlees of andere overdadige spijzen te eten, of wijn te drinken, toen hij gevangen zat in Babylon.)

Pastor Ian: "Wanneer God je iets geeft is het om je de verlangens van je hart te geven. Wanneer de vijand je iets geeft wil hij je er een slaaf van maken."

Afgelopen januari ben ik opgehouden met het eten van desserts. Net zoals een heleboel andere mensen had ik me voorgenomen om een paar kilo's kwijt te raken. De eerste week had ik er wel moeite mee.
Mijn trek in muffins en koek en restjes van het kerstgebak had me te pakken en ik moest uit alle macht vechten om niet met dat "ene koekje" te beginnen, want natuurlijk blijft het niet bij één. Daarom moest ik juist die extra kilo's afvallen. Maar toen ik op de helft van de maand zat was het al niet zo moeilijk meer. Ik was mijn verslaving aan desserts te boven. Het is maar een dun lijntje tussen vrijheid en overdaad, maar ik kan drie vragen bedenken die misschien nuttig zijn:

* Ben jij sterk genoeg om "er maar ééntje" te nemen? Zo ja, ga dan gerust je gang. Maar als dat niet het geval is kun je er beter van afblijven.

* Denk je dat dit je die vrijheid of dat overvloedige leven kan geven? Doe het dan niet. Of doe je het als een uiting van de overvloed en de vrijheid die je al hebt? Ga er dan voor.

* Blijf je achter met een ontevreden gevoel? Doe het dan niet. Heb je naderhand een tevreden gevoel? Dan is het goed. Ik vraag me af of mijn vriendje van vroeger nu de vrijheid heeft om een lunch van 150 dollar te eten. Ik hoop maar van niet. Ik hoop dat hij een overvloedige vrijheid heeft gevonden die veel waardevoller is.

DEZE DAG

Door Marie Alvero

Wie had kunnen denken dat ik een artikel zou schrijven over geluk en voldoening, na alles wat we hebben meegemaakt naar aanleiding van het COVID-19 virus? Nadat we zoveel onzekerheid hebben gehad, hoe kan dat een tijd zijn om aan geluk te denken?

Als je net zo bent als ik is een deel van je geluk wellicht afhankelijk van het gevoel dat je je leven ietwat onder controle hebt. Het komt van uitkijken naar gebeurtenissen. Het komt eigenlijk van iets zeker weten, maar we hebben eigenlijk geen echte controle over de dingen in ons leven. Toen ik vanochtend in de Bijbel zat te lezen viel me een bepaalde passage in het bijzonder op:

Er zijn mensen onder u, die zeggen: "Vandaag of morgen gaan we naar die en die stad om zaken te doen. Wij zullen er een jaar blijven en goed winst maken." Hoe weet u wat er morgen met u zal gebeuren? Uw leven lijkt op een damp, die er nu is en straks weer verdwijnt. U kunt beter zeggen: "Als de Here het wil, zullen wij leven en dit of dat doen."1

Wij kunnen onmogelijk voorspellen wat we wel of niet zullen doen of wanneer we het doen. Jezus heeft ons geleerd om te bidden: "Geef ons heden ons dagelijks brood."2 Toen God de kinderen van Israël instructies gaf om het manna te verzamelen moesten ze dat voor één dag tegelijk doen (behalve op de Sabbat). God vindt het prima dat we niets over morgen weten; we moeten op Hem vertrouwen en afhankelijk van Hem zijn.

Dus hoe kan ik gelukkig zijn in onzekere tijden? De laatste weken heb ik met deze vraag geworsteld en dit is mijn conclusie: Iedere dag kan ik weer zeggen: "Dit is de dag die de Heer heeft gemaakt. Ik zal me erin verheugen en blij zijn!" Vandaag heb ik en ik weet wat ik ermee moet doen. Dit geeft geen antwoord op alle vragen en er zit ook geen grote lading praktisch advies bij. Maar het geeft een basis voor tijden wanneer alles verward is en de normale maatstaven voor geluk en voldoening niet te vinden zijn.

Wanneer het moeilijk is om vooruit te denken, omdat je niet weet wat er komen zal, gebruik dan deze dag en maak er het beste van.

Jezus houdt zoveel van je dat Hij de grootste prijs voor je heeft betaald, Zijn leven, zodat jij eeuwig kunt leven. Maak nu voor eeuwig kennis met Zijn liefde door te bidden:

Lieve Jezus, dank U dat U Uw leven voor mij heeft gegeven. Vergeef me alstublieft de verkeerde dingen die ik gedaan heb, kom in mijn hart en geef me Uw geschenk van eeuwig leven. Vul me met Uw liefde en Heilige Geest en help me om U beter te leren kennen. Amen.

KRACHT IN VREUGDE

EEN BOODSCHAP VAN JEZUS

Je hebt weleens gehoord dat de vreugde des Heren je kracht is.1 Maar hoe krijg je deze vreugde? Het antwoord kan worden gevonden in de liefde die je voor Mij hebt. Heb Mij lief met heel je hart, heel je verstand en al je kracht en heb ook anderen lief. Zolang je hart vol met die liefde zit zal Ik je Mijn vreugde en vrede geven. Onthoud altijd dat jouw vreugde in Mij je kracht moet zijn. Het is Mijn wil dat je vreugde en vrede in je leven vindt. Wanneer Ik jouw geluk zie; je vreugde en je blijheid, brengt het ook Mij vreugde. Wees dus blij en geniet van je leven en van alle zegen die je ontvangt; groot of klein en alles wat daar tussen zit! Want als je van deze dingen geniet vind je vreugde in Mij. Waar de Geest van de Heer is, daar is vrijheid2; vrijheid om de vreugde te verkondigen die je in Mij vindt, de vreugde van je redding, en de vreugde die je in Mijn Woord, Geest en gebed vindt. Deel deze vreugde en liefde die Mijn Geest in je leven brengt met anderen. Alleen Mijn Geest kan je die vrijheid schenken.