

Oppepper



Thuis of op je werk, een Oppepper maakt je sterk

actiefonline@gmail.com

2e jaargang, nummer 44

Uit wetenschappelijk onderzoek is gebleken dat lachen een enorm positief effect op het menselijk lichaam heeft. Bijna alle belangrijke organen worden er op een goede manier door gestimuleerd en het is duidelijk dat het vooral stressverminderend werkt. Zelfs een geforceerde lach heeft een uitwerking. De Heer wil dan ook dat we blij zijn, plezier hebben en goedlachs door het leven gaan. En daar gaat de Oppepper deze week over.

Oppepper

Ik stond eens samen met een oude zendeling de afwas te doen. Hij had meer dan vijftig jaar in Tibet gewerkt en had van alles meegemaakt. Ik was erg onder de indruk van zijn rustige, vriendelijke uitstraling. Vijftig jaar in Tibet? En nu stond hij simpel samen met mij de afwas te doen. Wat had hij geleerd? Wat had hem er doorheen gesleept? Aarzelend vroeg ik hem wat hij dacht wat de belangrijkste eigenschap was voor een arbeider voor God? Ik verwachtte een diepzinnig, theologisch antwoord uit de schatkamer van ervaringen uit zijn loopbaan en wachtte gespannen op zijn antwoord.

“Het belangrijkste?” zei hij tenslotte glimlachend, met zijn handen in het sop.

“Het belangrijkste is een gevoel voor humor. Dat je om jezelf kunt lachen terwijl je eigenlijk het liefst een potje zou willen huilen!” Hij vertelde dat er momenten waren geweest waarop de stress bijna ondraaglijk was en het gevaar vanuit alle mogelijke hoeken op hem en zijn vrienden loerde. En dan hielp de Heer hen om aan iets grappigs te denken in het heetst van de strijd waarmee ze geconfronteerd werden en dan schoot iedereen in de lach. Opeens zag de situatie er dan heel anders uit en wisten ze weer dat alles wel meeviel omdat God nog altijd voor hen zorgde. Als je weet dat God uiteindelijk toch aan het langste eind zal trekken kun je je veroorloven om te lachen, ook al lijkt alles op dat moment verloren. God zal het wonder verrichten.

Een vrolijk hart bevordert een goede gezondheid. (Spreuken 17:22)

God heeft ons geschapen met een gevoel voor humor. Het is de bedoeling dat we kunnen lachen om grappige dingen en dat we plezier hebben in ons leven. Als wij, die geschapen zijn naar Gods evenbeeld, deze emoties kennen is de conclusie dat ook God een gevoel voor humor heeft, snel getrokken. Kijk maar eens naar al die grappige mensen, dieren en dingen die Hij gemaakt heeft.

Maar helaas nemen wij onszelf al snel een beetje te serieus. Het helpt enorm om alles in het juiste licht te blijven zien als je zo nu en dan om jezelf kunt lachen; om je eigen onbeholpen pogingen om je stempel op deze wereld te drukken. Wij zijn tenslotte maar mensen en vergeleken bij God hebben we maar bitter weinig te vertellen. Als je jezelf nooit eens met een korreltje zout kunt nemen en hartelijk over jezelf mee kunt lachen heb je misschien een iets te hoge dunk van jezelf. Dan zie je het leven misschien wel wat te zwaar.

Het is Gods bedoeling dat we blij, gelukkige kinderen zijn en Hij heeft ons daar de mogelijkheden, de gevoelens en omstandigheden voor gegeven. Martin Luther zei eens dat het doel van dit leven in het kort kon worden samengevat als: “Hou van God en geniet voor eeuwig van Hem!” Misschien kunnen we daar nog aan toevoegen: “en help anderen om ook gelukkig te worden!”

Wij hebben tenslotte alle reden om gelukkig te zijn en om dat uit te stralen. Wij kunnen rusten in de liefde van Jezus, die beloofd heeft om voor ons te zorgen en ons uiteindelijk veilig thuis zal brengen.

Jezus zelf zei dat Zijn juk en Zijn werk niet zwaar is maar licht. (Mattheüs 11:28-30)

Het is juist de weg van de mens die God weerstaat die zwaar en moeilijk is.

Als je God ergens in tegenwerkt ontvang je Zijn hulp niet. Dan moet je al je moeilijkheden op eigen kracht overwinnen en daar kun je best wel eens een hele zware dobber aan hebben. (Spreuken 13:15)

Jij vindt ook dat je eigenlijk geen reden hebt om blij en dankbaar te zijn?

Geef jij je zorgen wel aan God? Weersta je Hem en Zijn stem misschien ergens in een klein donker hoekje van je hart? (1 Petrus 5:7) Misschien probeer je wel teveel op je eigen schouders te laden. Dat is niet de bedoeling.

Daar ben je niet voor gemaakt. Laat God je toch helpen en gebruik Zijn kracht om door deze wereld te stappen. Wees liever blij en dankbaar en tel al je zegeningen. Neem jezelf vooral niet al te serieus en geniet van alles om je heen.