

Zondag 17 juli

'... die zowel het willen als het handelen bij u teweegbrengt, omdat het hem behaagt'
(Fil. 2:13)(NBV).

Gods pasklare plan voor jouw leven.

God is toegewijd aan zijn plan voor jouw leven, niet aan jouw plan! Je kunt niet zeggen: 'Heer, hier heeft u mijn plan, wilt u het zegenen.' Misschien doet hij dat, misschien ook niet. 'Want hij heeft ons gemaakt... om de weg te gaan van de goede daden die God heeft voorbereid' (Efez. 2:10). Je kunt niet zeggen: 'Op dit vlak doe ik de dingen op mijn manier, maar op dat vlak laat ik me leiden door God.' Nee, elke stap die je zet, moet synchroon lopen met het ritme van de heilige Geest. Niets zou belangrijker voor je moeten zijn dan gelijk met hem op te gaan. Paulus schrijft: 'Want het is God die zowel het willen als het handelen bij u teweegbrengt, omdat het hem behaagt.' God werkt door jou heen als jij je geest openstelt, je hersens gebruikt en je talenten aanwendt om te doen wat hij al in je hart gelegd heeft. Het moment dat je ja zegt, geeft hij je de kracht om zijn wil uit te voeren. Merk op dat hij niet eerst zijn wil openbaart en je vervolgens roept. Nee, hij roept je en terwijl jij een stap zet en hem gehoorzaamt, openbaart hij stap voor stap zijn wil aan jou. Elke dag vormt God je meer en meer naar de gelijkenis van zijn Zoon. Dat is zijn doel. Je bent niet aan de wandel, je gaat ergens heen! Telkens opnieuw kom je terecht in situaties die je meer volwassen maken, net zolang tot je dezelfde houding, hetzelfde perspectief, dezelfde antwoorden en hetzelfde onderscheidingsvermogen hebt als Jezus. Begrijp je dat eenmaal, dan zal je wandel met God een heel nieuwe betekenis voor je krijgen. Je zult beseffen dat zijn pasklare plan voor jouw leven het enige plan is dat je ooit zal bevredigen.

*The Word for Today wordt geschreven door Bob and Debby Gass and Ruth Gass Halliday.
UCB Europe web site: www.ucb.co.uk (Tel: +44 (0)1782 642000) Copyright 2011. All rights reserved.
Vertaling: Toos Kleinhout - Wijnstokgemeente Berkel en Rodenrijs.
Voor belangstellenden is het Woord voor Vandaag aan te vragen via:
tel: 010-5190444 of e-mail: info@wijnstokgemeente.nl of kijk bij www.wijnstokgemeente.nl
Referenties van The Word for Today zijn op de website vermeld.*

Maandag 11 juli

'We worden geveeld, maar gaan niet te gronde' (2 Kor. 4:9)(NBV).

Sterker worden door verandering (2).

Max Gunther merkte spitsvondig op: 'Als je aan het touwtrekken bent met een tijger, geef hem dan het touw voor hij je arm te pakken krijgt. Je kunt altijd nog een nieuw touw kopen!' Weerstand tegen verandering werkt slechts het ontstaan van maagzweren, slapeloosheid en stress in de hand. Het kan anders! Een paar tips. Denk niet langer als een slachtoffer en verwacht dat anderen je komen redden, medelijden met je hebben of je stressniveau verlagen. Kruip zelf achter het stuur van je leven. Je bent niet hulpeloos en je situatie is niet hopeloos. Gods Woord belooft dat je alles kunt doen met de hulp van Christus (zie Fil. 4:13). Stap vervolgens af van de gedachte dat je niet wilt veranderen. Je kunt met je hoofd tegen de muur van de realiteit blijven lopen, maar je kunt je energie beter steken in het veranderen wat je kunt veranderen, zoals je houding en benadering! Het kost meer energie om aan oude gewoonten en overtuigingen vast te houden dan om nieuwe te omhelzen. Speel het nieuwe spel niet langer volgens de oude regels. Wanneer je met een auto in de tweede versnelling 150 km per uur wilt halen, kun je raden wat er gebeurt, dan blaas je de motor op! Wil je niet opbranden, leer dan naar een andere versnelling over te schakelen. Wanneer je levensseizoenen, werkzaamheden of relaties veranderen, ga je dan aanpassen. Leer te spelen volgens de nieuwe regels, anders blijf je verliezen. Probeer niet langer het onbeheersbare te beheersen. Wanneer de muziek verandert, wordt het tijd om wat nieuwe danspassen aan te leren, anders kom je als een muurbloempje aan de kant te zitten. Misschien vind je de veranderingen niet leuk, maar je kunt wel leren erin mee te gaan. 'We worden aan het twijfelen gebracht, maar raken niet vertwijfeld... We worden geveeld, maar gaan niet te gronde' (2 Kor. 4:8-9).

Dinsdag 12 juli

'... want ik heb geleerd met de omstandigheden, waarin ik verkeer, genoeg te nemen'
(Fil. 4:11)(NBG).

Sterker worden door verandering (3).

Aangezien je verandering of de stress die ermee gepaard gaat, niet kunt ontlopen, heb ik een paar stappen die je kunt nemen om je te helpen ermee om te gaan. Kies ten eerste je strijdpunten verstandig: geef jij instinctief toe aan angst en verzet je je tegen verandering, zelfs wanneer het je goed zou doen? Blijf je jezelf voor de trein gooien in de hoop dat je de goederentrein van de realiteit kunt stoppen? Denk je dat geen enkele kwestie te klein is om genegeerd te worden? Oorlog voeren op teveel fronten resulteert altijd in vermoeidheid en nederlaag, kies daarom strijdpunten die het strijden waard zijn. Probeer ten tweede wat flexibeler te zijn. Wat is je gangbare reactie op verandering? Ga je er sleepvoetend in mee? Met een houding van 'dan moet het maar'? Doe je alleen het hoognodige? Als het je allemaal weinig meer kan schelen, dan verliest het leven zijn sprankel en word je gek genoeg nog meer gestrest. Leer daarom wat veerkrachtiger te worden. Paulus zei: 'Want ik heb geleerd (het is een proces en dat kost tijd) met de omstandigheden, waarin ik verkeer, genoeg te nemen.' Verwelkom ten derde nieuwe ervaringen. Gedurende je leven zal je omgeving voortdurend veranderen. Als dat niet zo is, blijf je in een kringetje draaien. Vasthouden aan het vertrouwde voelt voor vandaag comfortabel, maar gaat ten koste van morgen. Put uit Gods genade, stort je erin en vat de koe bij de hoorns. Leer ten vierde leven met onzekerheid. Als je altijd probeert stabiel te blijven in een continu veranderende wereld is het net alsof je probeert water de heuvel op te dragen - zo gauw je moe wordt en stopt, stroomt het weer over je heen. Leer te leven met losse eindjes, wees wat luchtiger in plaats dat je uit alle macht probeert ervoor te zorgen dat het leven altijd verloopt op jouw voorwaarden.

Woensdag 13 juli

'Ik zal mij verblijden, juichen over uw trouw...' (Ps. 31:8)(NBV).

Sterker worden door verandering (4).

Er is een oud Chinees spreekwoord dat zegt: 'Een diamant is niet te slijpen zonder wrijving, een mens wordt niet volmaakt zonder beproevingen.' We willen allemaal stressvrij leven zonder er moeite voor te doen, maar dat gaat niet. Hier volgen wat suggesties: 1) Neem elke dag tijd om te bidden en Gods Woord te lezen, het zal je perspectief veranderen. 2) Als je er nog steeds uitziet als de foto op je oude paspoort, ben je nodig aan vakantie toe. 3) Wat jou teveel oppept, moet ook weer worden afgebouwd, beperk dus je cafeïne- en suikergebruik. 4) Eet goed, een gebalanceerd dieet bestaat niet uit een koekje in elke hand. 5) Zorg een aantal keer per week voor extra beweging, het tovermiddel van de natuur tegen stress. 6) Gebruik je tijd goed, anders is het verloren tijd. 7) Maak in je leven ruimte voor plezier en ontspanning. 8) Zorg zo mogelijk voor 8 uur slaap. 9) Bewaar je gevoel voor humor: 'Een vrolijk hart bevordert een goede gezondheid, een sombere geest verzwakt het lichaam' (Spr. 17:22). 10) Ga je zegeningen tellen. De psalmist zei: 'Prijst de Heer, mijn ziel, vergeet niet één van zijn weldaden' (Ps. 103:2). 11) Wanneer je tegen jezelf praat, zeg dan de juiste dingen. Je eigen woorden raken jou meer dan anderen. 12) Vereenvoudig je leven door rommel op te ruimen. Heb je iets twee jaar niet gebruikt, dan heb je het waarschijnlijk niet nodig. 13) Ontwikkel een gevoel voor zingeving door God te zoeken en persoonlijke doelen te stellen. 14) Vergeef; wrok is te zwaar om te dragen: 'Maar als je anderen niet vergeeft, zal jullie Vader jullie je misstappen evenmin vergeven' (Matt. 6:15). 15) Lees het laatste hoofdstuk - we winnen!

Donderdag 14 juli

'... moeten ook wij de last van de zonde, waarin we steeds weer verstrikt raken, van ons afwerpen...' (Hebr. 12:1)(NBV).

Sterker worden door verandering (5).

De psalmist zei: 'U laat me mijn ogen niet sluiten, van onrust vind ik geen woorden' (Ps. 77:5). Is dat hoe het momenteel in jouw leven is? Zo ja, laat dan los wat niet langer werkt. Er zijn ruilmiddelen. Voor alles wat je wint, moet je meestal eerst iets opgeven. Het probleem is dat we niet graag opgeven wat we goed doen. Dus gaan we 'de dingen goed doen', maar doen we uiteindelijk de goede dingen niet, en vragen ons vervolgens af waarom we niet slagen. Wanneer je seizoen verandert, sta dan open voor een nieuwe strategie. Loslaten wat niet meer werkt, maakt je vrij om je te richten op wat wel werkt. En wat nog belangrijker is, om je te richten op wat God wil dat je doet! Laat je ten tweede niet verlammen door verandering. In nieuwe situaties is onze eerste neiging om ons tempo te verlagen, op veilig te spelen en de tijd te nemen. Maar vaak raken we dan nog verder achterop. Als je te behoedzaam bent, raak je net zo bevroren als een hert dat in de koplampen kijkt. De Bijbel zegt: 'Hij [God] geeft de vermoeide kracht geeft, de machteloze geeft hij macht in overvloed' (Jes. 40:29). Vertrouw hem daarom en ga door. Geef niet toe aan de impuls om dan maar niets te doen. Benader vervolgens de toekomst met vertrouwen. Gebeurtenissen om ons heen kunnen ons allemaal in verwarring brengen, maar als kind van God kun je zeggen: 'In vrede leg ik mij neer en meteen slaap ik in, want u, Heer, laat mij wonen in een vertrouwd en veilig huis' (Ps. 4:9). In wezen kun je geen redelijk argument aanvoeren om in angst te leven. Vertrouw daarom op God, voeg je naar de realiteit en haal alles uit je dag!

Vrijdag 15 juli

'... laat uw naam geheiligd worden...' (Matt. 6:9)(NBV).

Zijn naam eren.

Toen hun babyzoon werd opgedragen zei de jonge vrouw tegen de voorganger: 'Mijn man wil hem vernoemen naar zijn vader, maar ik wil hem vernoemen naar mijn vader.' 'Hoe heet je vader?' vroeg de voorganger. 'Jozef,' antwoordde ze. 'En hoe heet de vader van je man?' 'Jozef,' antwoordde ze opnieuw. 'Wat is het probleem dan?' De man antwoordde: 'Nou, haar vader is een crimineel en mijn vader een christen. Hoe zullen mensen weten naar wie hij is vernoemd?' De voorganger zei: 'Dat is heel eenvoudig. Noem hem gewoon Jozef en kijk op wie hij gaat lijken. Op die manier zal iedereen weten naar wie hij vernoemd is.' Jezus leerde ons bidden 'laat uw naam geheiligd worden, laat uw koninkrijk komen en uw wil gedaan worden op aarde zoals in de hemel' (v.9-10). Hoe eren we Gods naam? Door zijn wil te doen op aarde. De heilige Franciscus nam eens een jonge monnik met hem mee om in de stad te gaan preken. Maar toen ze aankwamen, kletsten ze slechts met wat kooplied en spraken mensen op straat aan. Weer op weg naar huis vroeg de novice aan Franciscus waarom ze niet hadden gepreekt. Hij antwoordde: 'De mensen hebben naar ons geluisterd en ze hebben gezien hoe we ons gedroegen. Dat was onze boodschap.' Paulus schrijft: '... in alle rust uw eigen zaken [te] behartigen en uw eigen brood [te] verdienen... opdat u een eerzaam leven zult leiden in de ogen van hen die niet tot de gemeente behoren...' (1 Tess. 4:11-12). Dat betekent dat je ervoor zorgt dat je doet wat je zegt, dat je echt om anderen geeft, dat je je partner niet bedriegt of met de belasting sjoemelt, dat je tijdig je rekeningen betaalt, dat je je werkgever niet tekort doet. Petrus schrijft: 'en wees allen elkaar onderdanig' (1 Petr. 5:5)(HSV). Het is een ding om jezelf christen te noemen, het is iets heel anders wanneer de mensen die jou het beste kennen, het daarmee eens zijn!

Zaterdag 16 juli

'Mijn hulp komt van de Heer...' (Ps. 121:2)(NBV).

Op wie steun jij?

Als jij verlangt om Gods wil te doen maar niet uit zijn kracht put, dan zal het je niet gaan lukken, je talenten, contacten en hulpbronnen ten spijt. Je moet in toenemende mate een besef van afhankelijkheid aan God ontwikkelen. Nu kun je niet aan de kant gaan zitten toekijken, in de verwachting dat hij alles voor je doet. Je bent geroepen om uit te stappen in geloof, gehoor te geven aan zijn instructies en hem vervolgens te vertrouwen voor de juiste resultaten. Godgenoegzaamheid moet je doel zijn, niet zelfgenoegzaamheid. Dit vraagt om een gebed: 'Heer, ik word in verleiding gebracht dingen in mijn eigen kracht te doen, maar ik ben niet blij met de resultaten. Leert u mij naar uitmuntendheid te streven, niet naar almachtigheid. Leert u mij mijn talenten optimaal te benutten en mijn ego wat kleiner te maken. Herinnert u me eraan dat u me nooit een opdracht zult geven die geen gehoorzaamheid, toewijding en uw broodnodige genade vereist. De psalmist riep het ook al uit: 'Mijn hulp komt van de Heer.' Denk je even in: als hij Heer is over elke situatie en hij heeft beloofd je te helpen, dan staat je overwinning vast. Je raakt in de problemen zodra je gaat denken dat je het zonder hem of met beperkte hulp van hem af kunt. Jezus zei: '... de Zoon kan niets uit zichzelf doen, hij kan alleen doen wat hij de Vader ziet doen...' (Joh. 5:19). Jezus wist dat hij niets kon doen zonder zijn Vader, dus nam hij nooit de moeite om het te proberen. Wij daarentegen citeren het vers 'zonder mij kun je niets doen' (Joh. 15:5), en gaan vervolgens doen alsof alles van ons afhangt. En wat gebeurt er dan? We vallen plat op ons gezicht. Leer dus regelmatig jezelf even af te vragen op wie jij steunt. En antwoord dan: op u Heer!