

Maandag 1 juni

'Laten we afleggen alle last... en met volharding de wedloop lopen' (Hebr. 12:1)(NBG).

'Leg het af'.

'Weet u niet dat van atleten die in het stadion een wedloop houden er maar één de prijs kan winnen? Ren als de atleet die wint' (1 Kor. 9:24). Je kunt die wedloop in je leven maar één keer lopen, ren dus om te winnen. Kijk niet achterom, zodat je niet struikelt of je positie verliest. Het verleden kun je niet veranderen, maar dank God dat je ervan kunt leren en laat het achter je. Zit niet in over de volgende ronde, richt je slechts op de volgende stap. Als je die mist, val je misschien en kom je niet meer overeen. Vóór je het weet heb je meer rondes achter je dan voor je, laat dus elke ronde tellen. 'Laten we afleggen alle last en de zonde, die ons zo licht in de weg staat, en met volharding de wedloop lopen, die vóór ons ligt.' Veel mensen dragen het gewicht en de zorg van lasten die in de ogen van oudere en wijzere mensen niet echt van belang zijn. We spenderen onze krachten aan het doven van vuren die uit zichzelf zouden uitgaan als je ze aan hun lot overliet. Tijd is je meest waardevolle middel. Bespaar tijd, dat levert je voordeel op en verlicht je lasten. Zorg dat je afkomt van die bagage van oude relaties, zinloze angsten en valse schuldenlast tegenover mensen die je proberen te manipuleren. Er zijn genoeg pijnlijke beproevingen in het leven, waarom ook nog lijden aan degene die je kunt afleggen?

Toen de blinde Bartimeüs hoorde dat Jezus in de buurt was, gooide hij zijn mantel af zodat hij niet zou struikelen, sprong op en ging naar Jezus. En zijn geloof wierp vruchten af: 'En meteen kon hij weer zien en hij volgde hem op zijn weg' (Marc. 10:52).

Leg het vandaag af en ren!

Dinsdag 2 juni

'En als iemand je dwingt één mijl met hem mee te gaan, loop er dan twee met hem op' (Matt. 5:41)(NBV).

Een schepje er bovenop.

In Romeinse tijden kon een soldaat joodse burgers opdragen gedurende een mijl zijn bekpakking te dragen. Maar Jezus zegt: 'En als iemand je dwingt één mijl met hem mee te gaan, loop er dan twee met hem op.' Max Lucado schrijft: 'Wij hebben in onze gemeente een 'tweedemijls' dienaar. Zijn professie: architect. Zijn passie: dienen. Vóór elke dienst loopt hij de heren wc's na, maakt wastafels schoon, poetst spiegels, checkt toiletten en raapt papertjes op. Hij vertelt het niemand en vraagt er niets voor terug. Weet je hoe je ze herkent, die tweedemijlers? Zij dragen geen badge of uniform; ze dragen een glimlach. Zij hebben vreugde ontdekt in dat beetje extra doen, voldoening in het helpen van anderen. Zij hebben gemerkt dat de echte beloning komt aan het eind van de tweede mijl. Waarom? Bevrijding! Zij zijn van slaaf vrijwilliger geworden. Toen Maria Jezus' voeten zalfde, deden éénmijlers als Judas de daad af als verspilling. Jezus niet. Hij accepteerde het gebaar als een betoon van liefde, een vriendin die haar kostbaarste gawe offerde. In jouw kerk zit misschien een oudere man die pas zijn vrouw verloren heeft. Een uur van jouw tijd zou alles voor hem betekenen. In jouw woonplaats zijn misschien kinderen die geen vader hebben die ze meeneemt naar de film of naar een voetbalwedstrijd. Iets voor jou? Zij kunnen jou niet terugbetalen, wat je wel kunt verwachten is een brede grijns op hun gezicht. En wat vind je van deze? Bij jou in huis is iemand die jouw achternaam deelt. Verras hem of haar met je aandacht, met het feit dat je je werk thuis zonder klagen doet,

met thee op bed of met zomaar een lief briefje. Kostbare olie die je 'zomaar' uitgiet. Jezus verkoos de plekken waar de dienaren zaten. Kunnen wij dat ook niet doen? John Gardner zei: 'Wanneer mensen dienen is het leven niet langer zinloos.' Je bent niet geroepen voor 'net genoeg', je bent geroepen voor dat schepje er bovenop.

Woensdag 3 juni

'Door wijsheid wordt een huis gebouwd...' (Spr. 24:3)(NBV).

Een gelukkig thuis.

Thuis goede relaties opbouwen is als het bouwen van een muur: dat doe je steen voor steen. En de specie die het bij elkaar houdt is onvoorwaardelijke, niet veroordelende, onzelfzuchtige liefde. De enige manier om er achter te komen hoe goed je dat is afgestaan, is wanneer het getest wordt in de stormen van het leven. Een van de belangrijkste sleutels tot harmonie in huis is - communicatie. Word dus ten eerste creatief. Breng als gezin tijd met elkaar door. Bel je partner eens overdag, probeer af en toe samen tussen de middag een hapje te eten. Breng je kinderen naar school of naar voetbaltraining zodat je met ze kunt praten. Communiceren kan overal, maar het gebeurt niet als je het niet tot een prioriteit maakt. Onderken ten tweede wat communicatie de das omdoet. Internet, mobieltjes en tv zijn de hoofdschuldigen. Een gemiddeld stel besteedt minder dan één uur per week aan zinvolle communicatie. Vijf keer zoveel tijd zitten ze voor de buis. Wil het thuis goed gaan, dan is dit een 'screentest' waar je doorheen moet. Moedig ten derde elk gezinslid aan om zich uit te spreken. En lever dan geen kritiek. Kaats de bal op dat moment niet terug. Verschillen van mening zijn gezond. Als je er goed mee omgaat, kan het tot verbetering leiden. Wees je er ten vierde van bewust hoe je als gezin onderling met elkaar communiceert. Ongemerkt ben je misschien een stijl gaan aannemen die communicatie in de kiem smoort. Denk even na wat je doet: a) vergelden - wat een degraderend effect heeft; b) domineren - wat een intimiderend effect heeft; c) isoleren - wat een frustrerend effect heeft; d) samenwerken - wat een bemoedigend effect heeft. Ben je gewend een andere communicatiestijl te hanteren dan een samenwerkende, probeer daar dan onmiddellijk verandering in te brengen. Dat is echt nodig als je een goede relatie wilt met je gezin.

Donderdag 4 juni

'Schenk aandacht aan alles wat... lof verdient' (Fil. 4:8)(NBV).

Zoek iets om God voor te prijzen.

Generaal Robbie Risner beschreef de zeven jaar die hij als krijgsgevangene doorbracht als 'het wezen van wanhoop'. Hij zei: 'Als je het gevoel uit het woord wanhoop had kunnen persen, dan was er iets smerigs, viezigs en loodkleurigs uitgekomen.' Bijzonder is hoe hij overleefde. Hij wrikte het deksel los van een afvoerbuys in de vloer van zijn cel en boog zijn hoofd door de opening. Daar ontdekte hij één enkele grasspriet, het enige ietsepietsie kleur in zijn kleurloze wereld. Richard noemde het een bloedtransfusie voor de ziel: elke dag begon hij in gebed, liggend op de vloer van zijn cel met zijn hoofd door het gat, gefocust op die enkele grasspriet.

Jezus zei: 'Het oog is de lamp van het lichaam. Dus als je oog helder is, zal heel je lichaam verlicht zijn. Maar als je oog troebel is, zal er in heel je lichaam duisternis zijn' (Matt. 6:22-23). Waar kijk jij naar? Elke dag kun je beslissen waar je je op richt. Naar dingen om over te klagen hoef je niet ver te zoeken: oorlogen, benzineprijzen, de

economie, de opwarming van de aarde en criminaliteit. God gaf Adam en Eva alles wat ze nodig hadden in de hof van Eden, maar zij kozen ervoor om zich te richten op het ene wat ze niet konden krijgen. Hij scheidde de zee, gaf de Israëlieten tekenen om ze door de woestijn te helpen en voorzorg in voedsel zodat ze nooit honger zouden hebben. Eerst 'bezongen ze zijn roem, maar snel vergaten zij wat hij gedaan had' (Ps. 106:12-13). Wees jij alsjeblieft niet zo. 'Schenk aandacht aan alles wat lof verdient.' Je kunt vast wel iets vinden waarvoor je God vandaag kunt prijzen!

Vrijdag 5 juni

'Ik heb mijn ziel tot rust gebracht' (Ps. 131:2)(NBV).

Een rustig gemoed.

Een van de grootste stressfactoren waar we dagelijks tegenaan lopen is lawaai. We leven in een lawaaierige wereld. Willen we een rustiger atmosfeer, dan moeten we die creëren! Zoek dus een plek waar je niet gestoord wordt en leer ervan te genieten om gewoon eens een tijdje stil te zijn. Ben jij een superenergiek, tijdsbewust, resultaat georiënteerd persoon met téveel te doen en te weinig tijd óm het te doen, dan zul je ontdekken dat dit niet eenvoudig is. En voor je nu gaat denken dat het niet erg geestelijk is, zou je de volgende vier bijbelteksten eens moeten lezen:

1) 'Dan zal de gerechtigheid vrede stichten, ze brengt rust en vertrouwen voor altijd' (Jes. 32:17). 2) 'Maar beter is één hand gevuld met rust dan beide vuisten vol gezwogen en najagen van wind' (Pred. 4:6). 3) '... en er een eer in te stellen in alle rust uw eigen zaken te behartigen en uw eigen brood te verdienen' (1 Tess. 4:11). 4) 'Wees stil en weet dat Ik God ben' (Ps. 46:10)(WB). Je kunt niet voortdurend een druk leven leiden en vervolgens verwachten dat je in vrede kunt wandelen.

Jezus zorgde ervoor dat hij momenten van rust en vrede en tijd alleen had. Niemand had een groter levensdoel dan hij, op niemand werd vaker een beroep gedaan dan op hem. Toch zegt de bijbel dat hij 'zich geregeld terugtrok op eenzame plaatsen om er te bidden' (Luc. 5:16). Als Jezus dit nodig had, dan heb jij het zeker nodig. Tijd met God doorbrengen is wezenlijk voor het herstel van je lichaam, je geest en je emoties. Je hebt het in feite regelmatig nodig, sta er dus op en laat niemand het van je afnemen. Pas je schema aan God aan, probeer niet God in jouw schema in te passen.

Zaterdag 6 juni

'Zolang ik zweeg... drukte uw hand zwaar op mij...' (Ps. 32:3-4)(NBV).

Schoon schip maken.

Een therapeute belde 34 jaar nadat ze was afgestudeerd de universiteit van Oregon en bekende dat ze destijds bij een laatste examen had gefraudeerd. De universiteit trok haar graad niet in maar vroeg haar om een artikel te schrijven over integriteit. Een vrouw die een rondje om de wereld had gelopen, bekende dat ze een gedeelte had meegereden in een ondersteuningswagen. 'Ik moet niet de geschiedenis ingaan als de eerste vrouw die rond de wereld liep, als ik vals gespeeld heb,' zei ze. Wij geven vaak nog niet eens toe dat we teleurgesteld zijn!

'Zolang ik zweeg... drukte uw hand zwaar op mij,' zei de psalmdichter. Je zonden belijden laat je ten eerste Gods vergeving ervaren: Hij kent ze toch al. Hij vergeeft je echter niet als jij alleen maar excuses maakt en de schuld op anderen schuift. Johannes zegt: 'Belijden we onze zonden, dan zal hij... ons onze zonden vergeven' (1 Joh. 1:9). De eerste zet is

aan jou. Je zonden belijden zorgt er ten tweede voor dat je emotionele en lichamelijke energie herstelt: niets is uitputtender dan ontkenning en niets is verkwikkender dan een schone lei. David zei: 'door eigen schuld slinken mijn krachten' (Ps. 31:11). Terugblikkend op zijn affaire met Batseba zei hij: 'Zolang ik zweeg... smolt mijn kracht weg... Toen beleed ik u mijn zonde... en u vergaf mij mijn zonde, mijn schuld' (32:3-5). Je zonden belijden laat je ten derde verdergaan: het geeft je de kans de 'reset' knop in te drukken en opnieuw te beginnen. Het is ook belangrijk om een lijn te trekken tussen het verleden en de toekomst, voor het geval je in de verleiding komt in herhaling te vallen. Je zonden belijden laat je ten vierde groeien: Thomas Edison zei dat zijn mislukte pogingen hem op talloze manieren lieten zien hoe je géén gloeilamp moest maken. Je kunt je fouten in je voordeel laten werken in plaats van in je nadeel. Ga ze dan om te beginnen aan God belijden en aanvaard zijn vergeving.

Zondag 7 juni

'Wie de belangrijkste wil zijn...' (Marc. 9:35)(NBV).

Wil je nog steeds de eerste zijn?

Toen Dan Mazur zijn team klimmers de Mount Everest op leidde, waren de condities ideaal om de top te bereiken. Twee uur vóór de top kwamen ze echter Lincoln Hall tegen, een klimmer die de dag ervoor op weg naar beneden was bezweken. Hij was in zijn eentje en hallucineerde. Hij had niets bij zich, zijn ledematen waren bevroren en hij leed aan uitdroging. (Later kwamen ze erachter dat de leider van Hall's team zijn vrouw had gebeld met de mededeling dat hij dood was!) Zonder aarzeling dienden ze Hall zuurstof, water en voedsel toe, en tegen de tijd dat hulp arriveerde, was er geen sprake meer van dat ze de top nog zouden bereiken. Jaren van planning, weken van klimmen en een levenslange droom offerden ze op om een andere klimmer te redden. Het zal je niet verbazen dat Mazur tegenwoordig helpt om scholen en ziekenhuizen te bouwen in delen van Nepal zonder wegen, elektriciteit, telefoons en leidingwater. Zo'n type is hij nu eenmaal.

Zou jij je droom opgeven om iemand anders te redden? Gewone mensen doen het dagelijks: vaders en moeders die allebei werken om hun kinderen te voeden en te kleden; ouders die liever andere banen afwijzen dan hun gezinnen uit een vertrouwde omgeving weghalen; zorgverleners die dag en nacht klaar staan voor hun dierbaren die van hen afhankelijk zijn. Jezus zei: 'Wie de belangrijkste wil zijn, moet de minste van allemaal willen zijn.' In Gods koninkrijk gaat alles anders. De kleinsten worden als de grootsten gezien (Luc. 9:48). De ereplaats in huis is voor degene die we over het hoofd zien (Luc. 14:8-9). Anderen achten we hoger dan onszelf (Rom. 12:10&Fil. 2:3). We staan ons bovenkleed af en gaan de extra mijl (Matt. 5:40-41). Johannes de Doper zei over Jezus: 'Hij moet groter worden en ik kleiner' (Joh. 3:30). Wil je nog steeds de grootste zijn?

*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 2009. 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.