

Maandag 12 oktober

'Wees over niets bezorgd' (Fil. 4:6)(NBV).

Als je bezorgd bent (1).

Bezorgdheid begint druppelsgewijs en creëert vervolgens een kanaal in ons hoofd waardoorheen al onze gedachten gaan stromen. De meeste bezorgdheden vallen uiteen in drie categorieën:

1) Bezorgdheid over dingen waarmee we allemaal te maken krijgen: zoals ouder worden, invaliditeit, pensioen, eenzaamheid, financiële onzekerheid, ongelukken, ziekte, verlies van een dierbare en overlijden. 2) Bezorgdheid over dingen die we allemaal moeten doen: zoals besluiten nemen, relaties aangaan en beëindigen, gewicht verliezen, van baan veranderen, fouten maken. 3) Bezorgdheid die een weerspiegeling is van onze innerlijke geestesgesteldheid: Het onthult ons gevoel over hoe we denken dingen aan te kunnen. Angst voor afwijzing bijvoorbeeld kan elke relatie in je leven beïnvloeden. Om te vermijden dat je wordt bezeerd, sluit je anderen buiten; zo wordt je wereld kleiner en zijn je gelegenheden om zelf te groeien beperkter.

Veel van onze bezorgdheden kunnen worden teruggebracht tot één vraag: 'Stel dat ik het niet aankan?' Je denken is het slagveld waar de overwinning al dan niet wordt behaald. Vraag je daarom eens af: 'Zou ik nog steeds bezorgd zijn als ik zeker wist dat ik alles aankan wat op mijn pad kwam?' Waarschijnlijk niet. Bezorgdheid kan je niet lamleggen en je vreugde roven als je weet dat je alles aankunt wat je overkomt. Klinkt dat niet heel erg simpel? Niet wanneer je God erbij betreft! Ik heb twee geweldige, bezorgdheidsverwijderende bijbelteksten voor je om op te steunen als het moeilijk wordt: 1) 'Ik ben tegen alles bestand door hem die mij kracht geeft' (Fil. 4:13). 2) 'Wees over niets bezorgd, maar vraag God wat u nodig hebt en dank hem in al uw gebeden. Dan zal de vrede van God, die alle verstand te boven gaat, uw hart en gedachten in Christus Jezus bewaren' (Fil. 4:6-7).

Dinsdag 13 oktober

'Wees over niets bezorgd' (Fil. 4:6)(NBV).

Als je bezorgd bent (2).

We kennen allemaal momenten waarop we moeten kiezen tussen geloof en bezorgdheid. Een vrouw die klem zit in een relatie van misbruik moet kiezen tussen hulp zoeken, weglopen of ermee opgezaald blijven zitten. Een jongere die ertoe aangezet wordt drugs te gebruiken, kan kiezen tussen toegeven of nee zeggen en weg lopen. Iemand die inzit over de dood, kan Gods woord erop naslaan, met een vriend of raadgever praten, of bezorgd blijven.

De bijbel zegt: 'Een rechtvaardige voelt zich zo veilig als een leeuw' (Spr. 28:1). Misschien voel jij je op dit moment niet zo veilig. Moed neemt bezorgdheid niet weg, maar overstijgt deze! David zei: 'Wacht op de Heer, zijt sterk, en Hij zal uw hart versterken, ja, wacht op de Heer' (Ps. 27:14)(SV). Wanneer het een goede zaak betreft en je toegewijd bent aan God, geeft hij je de benodigde moed om ernaar te handelen. Maar je moet leren datgene wat je vreest onder ogen te zien. Dit kan betekenen uitkomen voor je geloof, een uitgesteld telefoontje plegen, je mening uiten of een karakterfout erkennen en God om hulp vragen om daar verandering in te brengen. Wat je wel moet onthouden is dit: eerst komt het doen en dan pas het gevoel van vergroot vertrouwen. Elke keer dat jij je bezorgdheden onder ogen ziet, zet je een stap vooruit. Maar wanneer jij je laat beheersen

door je bezorgdheid, dan trek je je terug in je veilige zone en ga je jezelf zien als iemand die het leven niet aankan. Een goed levensadvies is dit: analyseer de situatie zonder angst, stel je het slechtst mogelijke scenario voor. Heb je dat eenmaal geaccepteerd, dan merk je dat er energie vrijkomt en kun je er iets aan gaan doen. Al is dat soms niet meer dan het achterlaten in de capabele en liefdevolle handen van God.

Woensdag 14 oktober

'Wees over niets bezorgd' (Fil. 4:6)(NBV).

Als je bezorgd bent (3).

Johannes schrijft: 'Ik bid dat het u in alles wél ga en dat gij gezond zijt, gelijk het uw ziel wél gaat' (3 Joh. 2)(NBG). Waarom zou hij dat zeggen? Omdat het je vaak fysiek goed gaat als het je geestelijk goed gaat. Dat staat met elkaar in verband. Artsen zeggen dat bezorgdheid je immuunsysteem onderdrukt, je bloeddruk opvoert en cholesterol aanmaakt dat je aderen laat dichtslibben. Het scheidt de toestand die je juist vreest! Wist je dat één procent van alle eerstejaars studenten medicijnen de symptomen ontwikkelt van de ziektes die ze bestuderen? Sommigen vallen zelfs flauw als ze er voor het eerst mee te maken krijgen. Job zei: 'Wat ik vreesde, komt nu over me' (Job 3:25). Bezorgdheid is een van satans meest effectieve wapens. Door jouw onbekendheid met zijn bezorgdheidoproepende streken kan hij vaste voet krijgen in je denken en je beroven van de zegeningen waar je recht op hebt, inclusief je gezondheid.

Zit jij in over je gezondheid? Schrijf deze bijbelteksten op een kaartje en draag het bij je: 1) 'Vereer de Heer, jullie God, dan zal hij je voedsel en je water zegenen en jullie vrijwaren voor ziekten... en ik zal je een lang leven schenken' (Exod. 23:25-26). 2) Weet dat ik je zal genezen, ik zal je wonden helen - spreekt de Heer' (Jer. 30:17). 3) 'Mijn zoon, heb aandacht voor mijn woorden, geef aan mijn uitspraken gehoor. Houd ze steeds voor ogen, bewaar ze in het diepste van je hart. Ze zijn het leven voor wie ze aanvaarden, sterken heel het lichaam als een medicijn' (Spr. 4:20-22). 4) 'Daarom zeg ik jullie: alles waarom jullie bidden en vragen, geloof dat je het al ontvangen hebt, en je zult het krijgen' (Marc. 11:24).

Donderdag 15 oktober

'Wees over niets bezorgd' (Fil. 4:6)(NBV).

Als je bezorgd bent (4).

Zit jij vandaag ergens over in? Programmeer je denken met de volgende beloften. Of beter nog, draag ze bij je en lees ze van tijd tot tijd: 1) 'Wees vastberaden en standvastig. Laat u... geen angst aanjagen, want... wij worden bijgestaan door de Heer, onze God, die voor ons strijdt' (2 Kron. 32:7-8). 2) 'Maar jou zal ik redden - spreekt de Heer. Je zult niet worden uitgeleverd aan de mannen die je vreest' (Jer. 39:17). 3) Wees niet bang... Moet je door het water gaan... je wordt niet meegesleurd' (Jes. 43:1-2). 4) 'Jullie hoeven niet bang te zijn... want dit is niet jullie strijd, maar die van God' (2 Kron. 20:15). 5) 'Jullie zullen het zwaar te verduren krijgen in de wereld, maar houd moed: ik heb de wereld overwonnen' (Joh. 16:33). 6) '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). 7) 'De Heer hoort de kreten van de rechtvaardigen, hij bevrijdt hen uit de nood' (Ps. 34:18). 8) 'Je zult vol vertrouwen zijn, er is hoop, je zult je veilig weten, je kunt rustig slapen' (Job 11:18). 9) 'Ze zullen je bestrijden, maar je niet overwinnen, want ik zal je terzijde staan om je te beschermen en

te redden' (Jer. 15:20). 10) '[Niets]... heden [onze angsten van vandaag] noch toekomst [onze zorgen voor morgen], hoogte noch diepte, of wat er ook maar in de schepping is, zal ons kunnen scheiden van de liefde van God' (Rom. 8:38-39). 11) 'Wie uw naam kent, kan op u vertrouwen, u verlaat niet wie u zoeken' (Ps. 9:11). 12) 'De Heer is je wachter, de Heer is de schaduw aan je rechterhand... De Heer behoedt je voor alle kwaad, hij waakt over je leven, de Heer houdt de wacht over je gaan en je komen' (Ps. 121:5-8).

Vrijdag 16 oktober

'Ik ga recht op mijn doel af: de hemelse prijs waartoe God mij door Jezus Christus roept' (Fil. 3:14)(NBV).

Ga jij voor uitmuntendheid?

Je haalt niet het meeste uit jezelf wanneer de maatstaven die anderen voor jou aanleggen hoger zijn dan degene die je voor jezelf aanlegt. Voormalig basketballer Bill Bradley bezocht een basketball zomerkamp toen hij 15 was. Daar zei basketballer 'Easy' Ed Macauley tegen hem: 'Als je niet alles aan je spel doet, zal er ergens iemand zijn die net zo goed is als jij die ook alles aan zijn spel doet. Sta je dan op zekere dag tegenover elkaar, dan is hij in het voordeel.' Noch je critici noch je medespelers zouden de maatstaven moeten bepalen die jij voor jezelf aanlegt. Psycholoog Jon Johnston wijst op het verschil tussen puur succes en uitmuntendheid: 'Succes baseert onze waarde op een vergelijking met anderen, uitmuntendheid legt ons éigen kunnen langs de meetlat. De beloning van succes is weinigen gegund, maar is de droom van velen. Uitmuntendheid is beschikbaar voor alle levende wezens, maar wordt slechts door weinig mensen aanvaard.' Er is een pijnlijk moment in het leven van Jezus: 'De hogepriester ondervroeg Jezus over zijn leerlingen en over zijn leer' (Joh. 18:19). Over zijn leer kon Jezus zeggen 'Vraag het toch aan de mensen die mij gehoord hebben' (Joh. 18:21), maar over zijn leerlingen zei hij niets, omdat zij hem allemaal in de steek hadden gelaten. Als ze óns vragen over onze leer zeggen we: 'Vraag het toch aan de mensen die mij gehoord hebben.' Maar vragen ze ons over ons discipelschap, kunnen we dan zeggen: 'Vraag maar aan de mensen die mij kennen?' Sta jij bekend om je lauwe, weinig invloedrijke leven, of kun je met Paulus zeggen: 'Ik ga recht op mijn doel af: de hemelse prijs waartoe God mij door Jezus Christus roept?' Ga jij voor uitmuntendheid?

Zaterdag 17 oktober

'Is dit soms niet belangrijk' (1 Sam. 17:29)(GNB)?

Een zaak groter dan jezelf.

Hoe kon David het opnemen tegen een reus voor wie iedereen wegrende? Omdat Gods volk in gevaar was en alle anderen bang waren het probleem aan te pakken. Wat zorgt ervoor dat jij bij een situatie waar iets aan gedaan moet worden in actie komt en zegt: hier ga ik iets aan doen? Een zaak groter dan jezelf! Weigeren gevangen in angst te leven. Nee zeggen tegen de beperktheden van een egocentrische wereld!

Er werd een onderzoek gehouden onder mensen die ouder waren dan 100 jaar. Nu zou je verwachten iets te lezen over gezonde diëten, wondermiddelen en taaie oefeningen. Maar wat al deze honderdjarige gemeen hadden was een doel. Zij hadden een dringende reden om 's morgens het bed uit te komen. Paulus schrijft: 'Want voor mij is leven Christus' (Fil. 1:21). Dat was het voor Paulus! Zijn naam verhogen en zijn koninkrijk promoten. Vaak zijn we net als die man die zei: 'Waar ik ook mee bezig ben, ik doe liever

iets anders.' Ben jij ook zo? Of ga jij voor iets dat groot genoeg is om je energie op te richten en sterk genoeg om je gaande te houden als alles tegen zit?

God heeft je gemaakt voor een missie. Heb je die al ontdekt? Op zijn twaalfde zei Jezus dat hij bezig moest zijn met de dingen van zijn Vader (zie Luc. 2:49). Toen hij 21 jaar later stierf aan het kruis zei hij: 'Het is volbracht' (Joh. 19:30). Deze twee uitspraken omkaderen een volledig vervuld leven dat God de eer geeft. Vraag dus vandaag aan God of hij jou zijn doel voor je leven wil laten zien. Zolang je het niet gevonden hebt, heb je niet geleefd en zolang je het niet vervult, ben je niet klaar om te sterven.

Zondag 18 oktober

'Als... uw hart gelooft... zult u worden gered' (Rom. 10:9)(NBV).

Als je geloof wankelt (1).

Iemand die pas christen is schrijft: 'Ik heb Jezus aangenomen als mijn Verlosser. Maar dan struikel ik en vraag me uiteindelijk af of mijn geloof wel sterk genoeg is. Als ik echt verlost ben, waarom praat God dan niet tegen mij zoals hij tegen anderen praat?' Je zou verbaasd staan hoeveel mensen rondlopen met twijfels die hun vrede en zekerheid roven. De bijbel zegt: 'Als uw mond belijdt dat Jezus de Heer is en uw hart gelooft dat God hem uit de dood heeft opgewekt, zult u worden gered.' Stel jij je vertrouwen op Christus? Heb jij hem beleden als je Verlosser? Dan ben je gered! Jezus zei: 'Wie gelooft, heeft eeuwig leven' (Joh. 6:47). Er rijzen altijd twijfels als je op je gevoel afgaat en niet op Gods woord. Je emoties zijn net zo veranderlijk als het weer. De vijand zal ze gebruiken om je te vertellen dat verlossing prima is voor andere mensen maar niet voor jou. Paulus zei: 'Ik weet in wie ik mijn vertrouwen heb gesteld en ben ervan overtuigd dat hij bij machte is om wat mij is toevertrouwd te bewaren' (2 Tim. 1:12). Degene aan wie jij je eeuwige welzijn hebt toevertrouwd, is eraan toegewijd jou te verlossen én te bewaren. Hannah Whitall Smith zei: 'Geloof is het eenvoudigste en simpelste wat er bestaat: gewoon geloven in God.'

Als je geloof wankelt, bid dan: 'Here Jezus, ik heb mijn vertrouwen gesteld in u. Uw woord zegt dat ik kan weten dat ik eeuwig leven heb (1 Joh. 5:13). Het is geen kwestie van gevoelens, wensen of gedachten; het is een kwestie van geloven en weten dat u zich aan uw woord houdt. Daarom kies ik ervoor twijfels te zetten bij mijn twijfels en te geloven in u!'

*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.