

Lieve lezer,

Wat leuk dat jij jezelf nu de gelukkige eigenaar mag noemen van dit gezellige en mooie boek.

Wij, Ina en Cindy, de (meestal ;-)) blijde gezichten achter de *Precious & Beloved-agenda*, vonden het een voorrecht om iets van onszelf in dit boek te mogen leggen, samen met de input en invulling van zoveel andere kostbare en getalenteerde mannen en vrouwen van God.

We hopen dat je heerlijk zult genieten van dit boek. Tijdens je reis richting vakantiebestemming of op zonnige dagen luierend in je achtertuin.

Waar jij je de komende tijd ook bevindt, we geloven dat God door dit boek heen veel tot jou te zeggen heeft. Probeer naast het ontspannen lezen in je vakantie ook de stilte te zoeken.

Jezus ging niet voor niets zo vaak de berg op om een ontmoeting met zijn Vader te hebben. Als mens had Hij het nodig zich te laten vullen met wijsheid, geduld en kracht, maar ook om steeds weer te baden in die onophoudelijke en verfrissende stroom van liefde, bevestiging en aanvaarding. Rechtstreeks uit het Vaderhart van God!

Als Jezus die stiltemomenten al nodig had, hebben wij ze zeker nodig! Ons gebed voor jou is dat je door elk thema uit dit boek heen nog meer van Gods volmaakte liefde voor jou mag gaan ontdekken.

Zoek de stilte en laat God je helpen om **de balans op te maken** van de afgelopen periode. Durf samen met Hem je **relaties** onder de loep te nemen. Leer van Jezus wat het is om **in je kracht te staan**. Laat deze zomer ook niet voorbijgaan zonder dat je jouw **dromen & ambities** opnieuw in zijn liefdevolle handen hebt neergelegd. Om in vertrouwen te gaan uitzien naar de weg die Hij voor jou heeft uitgestippeld, richting jouw **roeping**.

En last but not least, **geniet** deze zomer! Van elke zonnestraal, van elke bloem, de geluiden van de branding van de zee. Geniet van alles wat God gegeven heeft, zodat je in al deze geuren en geluiden van zijn schitterende natuur het zachte gefluister van zijn stem zult horen: *Jij bent mijn geliefde en kostbare dochter!*

We bidden jou een heerlijk zonnige en gezegende tijd toe!

Cindy en Ina

P.S. In het najaar is de *Precious & Beloved agenda* 2018 verkrijgbaar. Zet 'm alvast op je verlanglijstje!





De *hoog* kan niet altijd
gespannen zijn, of hij zal
breken. Rust is net zo
noodzakelijk voor de geest als
slaap voor het lichaam. Tijd
om te *rusten* is geen verspilde
tijd. Ze is bedoeld om je
nieuwe *kracht* te geven.

CHARLES HADDON SPURGEON

INHOUDSOPGAVE



HOOFDSTUK 1 - GENIETEN

9

25 HOOFDSTUK 2 - DE BALANS OPMAKEN



HOOFDSTUK 3 - ZOEK DE STILTE

47

61 HOOFDSTUK 4 - DROMEN & AMBITIES



HOOFDSTUK 5 - STAAN IN JE KRACHT 75



91

HOOFDSTUK 6 - RELATIES



HOOFDSTUK 7 - ROEPING

111





Pizza met verse tomaten en een kruidenkorst

*Een recept uit Vers van het land, van Wanda Brunstetter
(2-3 porties)*

Ingrediënten

1 el honing
1 el gist
250 ml warm water
1 el basilicum
1 el oregano
½ el knoflookpoeder
275-300 g volkorenmeel
4-6 tomaten
Zout
Peper
Handje olijven
Groene paprika
2 uien
Verse basilicum
Kaas

Werkwijze

Voeg de honing en de gist toe aan het water. Goed roeren en laten staan tot er belletjes zichtbaar worden. Roer de basilicum, oregano en knoflook door het mengsel. Voeg beetje bij beetje het meel toe, tot er een soepel deeg ontstaat. Druppel wat olijfolie over het deeg en kneed goed door. Rol het deeg uit, leg het op een met bakpapier beklede bakplaat en laat het rijzen. Bak 8 minuten op 200 °C. Snijd de tomaten in dunne plakjes en leg ze op de pizzabodem. Ze mogen elkaar iets overlappen. Besprenkel met olijfolie. Voeg zout en peper toe en maak af met olijven, stukjes paprika, ui, basilicum en kaas. Bak nog ongeveer 10 minuten, totdat de kaas gesmolten is en de korst lichtbruin van kleur. Serveer de pizza met rucola.

Citroenpannenkoekjes met boshessen

Een recept van Katie Farrell uit *Je leven in balans*
(2 porties)

Ingrediënten

60 g havermeel
(of havermoutvlokken
die je zelf tot meel maalt)
1 tl bakpoeder
½ tl baking soda
(zuiveringszout)
30 g eiwitpoeder (eventueel kun je
ook havermeel gebruiken)
1-2 tl stevia of een andere
zoetstof naar keuze
250 g magere Griekse yoghurt
Eiwit van 2 grote eieren
2 tl citroensap
100 g verse boshessen
1 tl geraspte citroenschil
(optioneel)

Werkwijze

Doe het havermeel in een middelgrote kom en meng het met het bakpoeder, de baking soda, het eiwitpoeder en de stevia. Voeg dan de yoghurt, de eiwitten en het citroensap toe. Goed roeren. Spatel tot slot de boshessen en de citroenschil door het beslag.

Verhit een koekenpan op middelhoog vuur. Spuit de pan in met bakspray en schep wat beslag in de pan. Bak enkele minuten, tot de randjes bruin beginnen te kleuren en er aan de bovenzijde belletjes zichtbaar worden. Draai de pannenkoekjes om met een spatel en bak tot ook de andere zijde lichtbruin is. Eet smakelijk!





Coleslaw

*Een recept van Erica Kramer
(2 porties)*

Ingrediënten

½ rodekool
1 ui
1 winterpeen
1 sinaasappel
100 g gedroogde cranberries
125 ml zure room
125 ml mayonaise
Olijfolie
Peper

Werkwijze

Laat de cranberries een kwartiertje wellen in sinaasappelsap, limonade of water.
Snijd de rodekool en de ui zo fijn mogelijk.
Rasp de winterpeen.
Snijd de sinaasappel in stukjes – zonder de witte velletjes.
Moeilijk? Op YouTube en de website van de Albert Heijn vind je instructiefilmpjes. Komt er sap vrij? Gebruik het voor de dressing.
Meng de zure room met de mayonaise en eventueel het sap van de sinaasappel. Voeg wat zout en wat olijfolie toe.
Meng met de overige ingrediënten.
Je hebt nu een heerlijke coleslaw, ideaal bij barbecues, picknicks en tuinkesten!

HOOFDSTUK 1

GENIETEN

Cindy van Ooijen

Sinds een tijdje hebben wij met een aantal vrienden een WhatsApp-groep met de naam 'De Levensgenieters'. Deze is vorige zomer ontstaan na een uitje naar Hoek van Holland waar we bij een strandtent met zijn allen zaten te genieten van de warme zon op onze toch al verkleurde gezichten. De tafel was goed gevuld en we hieven lachend de glazen voor een eenstemmig 'proost'.

Ik kan intens genieten van een dagje met ons gezin aan het strand. De warmte van de zon, heerlijk bijkleuren, de kinderen die schelpen aan het zoeken zijn of in de golven van de zee spelen. Al daalt mijn geniet-meter altijd een beetje zodra we thuis zijn en Johan en ik onze armen naast elkaar houden. Hij wint de bruiningswedstrijd altijd!

We genieten als gezin van vrije dagen, vakanties, of van poffertjes eten op woensdagmiddag. Maar ik ben me ook bewust van het feit dat veel mensen op deze wereld er vreselijk beroerd aan toe zijn. Mensen die liggen te slapen onder golfplaten en dat hun huis noemen. Die hun kinderen moeten voeden met wat ze gevonden hebben aan de kant van de weg. Die zich geen zorgen maken over wie er bruiner is geworden na een dag

hard werken, als er al werk was, maar zich afvragen waarom diezelfde zon een scala aan zorgen brengt. Uitdroging, dorst, honger ...

Ja ik weet het, we hebben het zo vreselijk goed.
Durf ik dan nog wel te genieten?

JA! Soms wel met een vleugje schuldgevoel, maar ik weet ook dat al deze zegeningen recht uit zijn vaderhanden komen. Daardoor kan ik genieten. Het geeft mij een dankbaar hart als we na een dagje strand thuiskomen en we de douche aanzetten om het zoute zeewater en opgedroogde zand van ons af te spoelen. Als we weer schone pyjama's kunnen aantrekken en 's nachts in een zacht bed kunnen slapen.

Helaas heb ik niet 1-2-3 een oplossing voor alle wereldproblemen. Door niet te meer te genieten van dit leven los ik niets op. Maar als ik mijn dankbare hart richt op de Koning der koningen, weet ik dat Hij wel een oplossing heeft voor elk probleem. En als Jezus komt in uitzichtloze situaties is het zijn liefde die alles verandert. Dat te zien is pas echt genieten!



Gods stem verstaan *op de fiets?!*

Vanavond op weg naar de huiskring. Voor mij de eerste van dit seizoen. Ik heb er zin in! We hebben zo'n heerlijk stelletje ongeregeld; enthousiaste, vrolijke, serieuze, drukke praters. Ook in de eeuwigheid raken we nog niet uitgepraat met elkaar!

Irene Klein Haneveld

Het schemert en het miezert als ik op de fiets stap. De herfst is al aardig zichtbaar. Ik zet mijn dynamo aan om wat meer licht op de weg te hebben. Het enige resultaat is een hevige piep, zodat ik dan misschien niet zichtbaar, maar wel hoorbaar ben. Geen probleem, vorige week hielp het ook als ik er voorzichtig tegenaan schopte. Dit keer kan ik blijven schoppen (en dat doe ik ook), maar

eenmaal op het juiste adres aangekomen heb ik mijn licht nog steeds niet laten schijnen. Nou ben ik vreselijk keurig en wil ik voor mijn eigen veiligheid nooit rijden zonder licht, dus ik maak me al een beetje zorgen over de terugweg.

De kring is zoals altijd levendig en krachtig. We hebben het over David en de zalving door Samuel. Samuel, die van

God zelf nota bene een leugentje om bestwil mocht vertellen toen hij naar het gezin van David ging om een koning te zalven. Interessant, nietwaar, dat God zegt dat je niet de hele waarheid moet vertellen? Voor ons stof tot praten genoeg. Zeker als we ons afvragen hoe dat nou ging bij Samuel en bij de profeten als 'God tot ze sprak'. Vooral in het Oude Testament staat het er zo direct: 'En God zei tegen ...' Dan weet je ook meteen waar je aan toe bent. We hebben een stevig gesprek over Gods stem verstaan. Is Hij er al bij het tandenpoetsen 's morgens? Spreekt Hij van buitenaf of van binnenuit omdat de Geest nu eenmaal in ons woont? De ene mens moet/wil maanden bidden voor God antwoord geeft en de ander handelt gewoon en weet dat het goed is. We gaan alle kanten op en moeten ook echt concluderen dat er geen pasklare antwoorden zijn, maar dat God ons persoonlijk leidt en dat het bij iedereen verschillend is. We delen een aantal 'gewone' voorbeelden van waar we de leiding van de Heer en dus zijn stem hebben gehoord. Verder zijn we soms ook hartstikke nuchter en vertrouwen erop dat Hij het willen en het handelen in ons werkt. We hebben het ook nog over gebedsverhoring. Het was een heerlijke kringavond en we scherpden ons aan elkaar. Ik heb nu al zin in de rest van dit seizoen, als we het over David gaan hebben. En je moest eens weten wat een anti-kringen-mens ik ben geweest! Als ik uiteindelijk naar huis ga, bedenk ik dat ik nog een probleem heb met mijn fietslamp. Anja, onze gastvrouw, geeft me het advies om een heel zielig gezicht te trekken als ik de politie tegenkom. Ik grap tegen haar of dat dan een leugentje

om bestwil is? Wie weet! Nou ja, zeg ik, ik kan er natuurlijk ook voor bidden en vragen of Hij antwoord geeft. We lachen er hartelijk om!

Ik rij weg en de dynamo piept nog steeds. Ik probeer wederom met mijn schoen de dynamo dichtert op het wiel te krijgen maar het helpt niet. Eenmaal op het fietspad voel ik me toch niet zo happy; eigenlijk is het helemaal tegen mijn principes om zonder verlichting te rijden,

Spreekt Hij van buitenaf of van binnenuit omdat de Geest nu eenmaal in ons woont?

maar ja, lopen is me veel te ver. Ik geef nog een schop tegen de dynamo, maar geen resultaat. Zonder erbij na te denken doe ik wat ik altijd doe en zeg: 'Ach toe Heer, doe 's wat' en buig me voorover om een tik op de lamp te geven. Direct floept de lamp aan. Ik schiet ter plekke in een enorme lachstuipt, wat bijna weer een ander gevaar oplevert omdat ik begin te slingeren.

De hele rest van de terugweg fiets ik glimlachend naar huis. Ik hou zo van die grapjes van de Lieve Heer.

Ach, zullen sommige mensen zeggen, het is gewoon toeval. Anderen zullen zeggen: Maar het is toch volkomen normaal dat God dat doet? Ik vind het geen toeval en ik vind het zeker niet normaal. Ik blijf het een wonder vinden dat God naar gewone mensen omziet en zelfs grapjes met ze uithaalt.

Morgen breng ik de fiets naar de fietsenmaker.