



Bemoedigen is
GOUID

Anja Helmink

Met medewerking van Wim Hoddenbagh, Gerry Velema,
Arie van der Veer, Esther Vonk, Herman Boon, Erica Duenk,
Marlies van der Staaij, Robert de Heer, Nico van der Voet e.a.

LEESFRAGMENT

Bemoedigen is goud

Bemoedigen is Goud

© 2021, Anja Helmink

Uitgave: september 2021

Omslagontwerp en binnenwerk: Jore ontwerp

Uitgave: Triple Boeken, Aalten

www.tripleboeken.nl

info@tripleboeken.nl

eenhartonderderiem.blogspot.com

www.facebook.com/jjibenteenbemoediger

ISBN: 9789083117348

Nur: 707 - geloofsopbouw

De Bijbeltekst in deze uitgave is ontleend aan de Bijbel in de Herziene Statenvertaling,

© Stichting HSV 2010-2016, tenzij anders aangegeven.

Alle rechten voorbehouden.



DICHTBIJ • INSPIREREND • RAAK

BEMOEDIGEN =
HET GOUD
IN ELKAAR
NAAR BOVEN
HALEN

(Bram Markus - Dagelijkse Broodkrumels)

INHOUD

Voorwoord van Wim Hoddenbagh 8

Inleiding 9

Indeling van het boek 10

DEEL 1 • WAT IS BEMOEDIGEN?

1. Wat is bemoedigen? 15

In gesprek met...

Wim Hoddenbagh, Jeanet Hogendoorn, Gerry Velema

2. Waarom bemoedigen? 37

In gesprek met...

Kees Dol, Theo de Koning

3. Laat je hart spreken (1) 53

In gesprek met...

Anneke Schootstra, Esther Vonk

4. Laat je hart spreken (2) 67

In gesprek met...

Peter Overduin, Sjaan Kapteyn

5. Laat je hart spreken (3) 85

In gesprek met...

Frank van Marwijk, Marlies van der Staaij, Anneke Kaai

DEEL 2 • DE KERN VAN BEMOEDIGEN

6. Gericht op Jezus 113
7. Het hart van Jezus 123
8. JEZUS 131
9. Wijd jezelf toe 137
10. Blijf in Zijn liefde 147

DEEL 3 • BEMOEDIGEN IN DE PRAKTIJK

11. De reisgids 157
In gesprek met...
Bram Markus, Arie van der Veer, Arie van der Spek
 12. De directe communicatielijijn 173
In gesprek met...
Herman Boon, Eline Hotting
 13. Waar het hart vol van is 187
In gesprek met...
Gertjan van der Kraan, Nico van der Voet
 14. De kunst van geven 205
In gesprek met...
Robert de Heer, Ruud Sliphorst, Erica Duenk
 15. Geven op tien manieren 227
In gesprek met...
Lijni Visser, Freek van der Brugge & Liesbeth Koedoot
- Dankwoord 251

VOORWOORD

- Wim Hoddenbagh -

Bemoediging is een eerste levensbehoefte. We kunnen niet zonder de liefdevolle aandacht en bekrachtigende woorden van mensen om ons heen.

Als Jozua opvolger wordt van de grote, gerespecteerde leider Mozes, raakt hij ontmoedigd door de taak die voor hem ligt. Mozes had vlak daarvoor het volk aangemoedigd om het beloofde land in te gaan: *De HEERE zal voor u uit overtrekken. Wees sterk en wees moedig, vrees niet, want de HEERE uw God, Hij gaat met u, Hij zal u niet loslaten en Hij zal u niet verlaten* (Deuteronomium 31:3 en 6). Een paar verzen later gebruikt Mozes dezelfde woorden, maar nu speciaal voor Jozua: *'Hou vol, wees sterk! De HEERE zal met je zijn.'* Mozes weet als geen ander hoe zwaar de taak is die op Jozua's schouders komt te liggen. Jozua heeft daarvoor elke dag Gods bemoediging en kracht nodig. Die kracht ligt niet in hemzelf, maar in de bemoediging dat Gods aanwezigheid vierentwintig uur per dag bij hem is en altijd voor hem uitgaat.

Vandaag hebben wij dezelfde bemoediging nodig die Jozua kreeg van Mozes. Het werk van Gods Geest in ons is nooit klein. Gods Woord is altijd vol van bemoedigende kracht.

Anja Helmink kent uit eigen ervaring de levengevende waarde van bemoediging. Dat merk je op elke bladzijde. Dit boek zal je aansporen om gebruik te maken van misschien wel de belangrijkste (en mooiste) genadegave die God aan de kerk heeft gegeven. Als we leren om elkaar dagelijks te bemoedigen, eerlijk en vol van Gods liefde, zal de kerk in Nederland nooit meer dezelfde zijn. Een cultuur van bemoediging is de opmaat naar een diepgaande opwekking in ons land.

Wim Hoddenbagh
Spreker



INLEIDING

Het idee voor dit boek ontstond in 2018. Het was een tijd waarin ik druk was met mensen bemoedigen en daar erg van genoot. Ik verbaasde me over de reacties die erop volgden. Dan had ik iets 'kleins' voor iemand gedaan en kreeg ik als reactie: 'Je zult nooit kunnen begrijpen wat dit voor mij betekent.' Dan dacht ik: ja maar, wat heb ik nu helemaal gedaan?

Nou, lieve lezer, een heleboel blijklaar. Wat voor ons misschien klein lijkt, kan voor een ander van onschatbare waarde zijn. Het kan diegene nieuwe moed en hoop geven. Dat is meteen één van de grootste sleutels van bemoedigen. Het zit hem niet in het 'grote' of de 'hoeveelheid', maar om een hart dat bewogen is met de ander; jouw hart als kind van God, dat van binnenuit wordt vernieuwd en dus steeds mooier wordt.

Mensen zijn zo blij met wat er uit jouw liefdevolle hart komt. Soms hebben ze er geen woorden voor om er uitdrukking aan te geven. Wat in elk geval wel duidelijk is, is dat ze blij met je zijn. En dat komt allemaal doordat jij hen liet zien: ik ben blij met jou!

Ik hoop dat je zult genieten van dit inspiratieboek en dat het je zal uitdagen om nog meer te gaan bemoedigen. Mensen hebben het zo nodig en het levert jou ook veel op. Van bemoedigen word je blij! God wordt er ook blij van. Hij is zelf de Bemoediger bij uitstek en wil graag dat we Hem ook hierin volgen.

In dit boek vind je naast 15 hoofdstukken ook 24 interviews met mooie, unieke mensen. Zij komen uit verschillende geledingen van de samenleving en uit veel verschillende kerken en gemeenten. Allemaal hebben ze een hart dat klopt voor hun medemens. Ze zijn gezegend om tot zegen te zijn en dat geldt ook voor jou. Ik hoop dat dit boek je zal inspireren om (nog meer) te gaan doorgeven van wat je zelf hebt gekregen. Ook jij bent een bemoediger!

Ik wens je Gods onmisbare zegen toe.

Anja Helmink



INDELING VAN HET BOEK

Het boek dat je voor je hebt, bevat drie delen met elk vijf hoofdstukken. In deel 1 kijken we naar de meer theoretische onderwerpen, zoals het ‘wat’ en ‘waarom’ van bemoedigen.

Deel 2, het middelpunt van het boek, is geheel gewijd aan Jezus. Hij is de kern waar alles om draait. Zonder Jezus is leven voor een kind van God niet denkbaar. Zonder Jezus is bemoedigen zeker mogelijk, maar mét Jezus wordt het veel rijker. Na elk hoofdstuk in deel 2 vind je een lied, gedicht of tekst. De liederen en het gedicht zijn onder andere bijdragen van verschillende geïnterviewden in dit boek.

Deel 3 is vooral praktisch van aard en bevat hoofdstukken over Gods stem verstaan en het Woord van God als richtsnoer en lamp voor onze voet. Het zijn stuk voor stuk thema's die je kunnen helpen bij het bemoedigen. Het bevat veel direct toepasbare tips.

Na de hoofdstukken uit deel 1 en 3 volgen steeds twee of drie interviews met bemoedigers. Ik stel deze 24 mensen hier alvast (in alfabetische volgorde) kort aan je voor:

Herman Boon

Herman richtte een Bijbelschool, een gebedsschool en een gebedshuis op en is ook cabaretier, (liedjes)schrijver en zanger. Daarnaast is hij bekend van de Bidden & Vasten-conferenties.

Freek van der Brugge & Liesbeth Koedoot

Freek en Liesbeth zijn als echtbaar verbonden aan de band LEV. Ze schrijven en zingen liederen over het leven en de hoop die er ligt in Jezus.

Kees Dol

Kees woont in Gouda en is een man met een bijzonder levensverhaal. Hij bemoedigt mensen graag via woord en beeld. Hij is goed in het maken van bemoedigende filmpjes.

Erica Duenk

Erica richtte in 2015 'His Healing Voice' op, een bediening die mensen helpt Gods stem te volgen en een stem in deze wereld te zijn.

Robert de Heer

Robert is oprichter en directeur van Stichting ANDERS. De stichting heeft als doel de ondernemerswereld te verbinden met kwetsbare mensen in de samenleving, die zichzelf niet kunnen redden. Momenteel is er al een netwerk voor de Drechtsteden, Eindhoven, Amstelland en Rotterdam.

Wim Hoddenbagh

Wim is spreker in kerken en op conferenties en richtte in december 2018 samen met zijn vrouw Gea en een enthousiast team Stichting Presence op.

Jeanet Hogendoorn

Jeanet is oudste in Kerk op Straat (KopS) in Sliedrecht. Regelmatig spreekt zij ook in de zondagse diensten. Zij heeft een groot hart voor mensen.

Eline Hotting

Eline werkt bij diverse dagbestedingslocaties. Ze houdt veel van dieren. Ook vindt zij troost in haar geloof en houdt ze ervan om er voor mensen te zijn.

Anneke Kaai

Anneke is kunstenaar en maakt veelal schilderijen die een relatie met de Bijbel of een aanverwant thema hebben. Zij heeft veel mogen bemoedigen in haar leven, ook in de tijd dat ze predikantsvrouw was. Ook weet zij wat het is om bemoediging nodig te hebben en te ontvangen.

Sjaan Kapteyn

Sjaan is Intern Begeleidster en Remedial Teacher op een basisschool en een bemoedigster in hart en nieren.

Theo de Koning

Theo is actief als kerkelijk werker, spreker en schrijver. Theo ziet bemoedigen als onderdeel van geestelijk vaderschap, waarbij het erom gaat de ander in zijn bestemming te brengen.

Gertjan van der Kraan

Gertjan is gepassioneerd dichter, schrijver en kunstschilder. Bemoedigen is hem echt op het lijf geschreven. Het is een deel van zijn leven, net zoals liefhebben en helpen.

Bram Markus

Samen met zijn vrienden Jeroen Erkelens en Martijn van der Veer en in samenwerking met een heel team is Bram actief bij DagelijkseBroodkruimels. De eerste kruimel groeide uit tot een online platform dat in binnen- en buitenland dagelijks meer dan 100.000 mensen bereikt met het Woord van God.

Frank van Marwijk

In het dagelijks leven is Frank sociotherapeut en directeur van een adviesbureau over lichaamstaal: Bodycom lichaamscommunicatie. In de media staat Frank bekend als Nederlands bekendste lichaamstaalexpert. Hij schreef hier inmiddels vele boeken over.

Peter Overduin

Peter richtte het Inspire2LiveChoir en het Choir4Hope op, twee koren die uitsluitend zingen voor de kankerbestrijding. Hij verloor zijn eerste vrouw aan de gevolgen van borstkanker.

Anneke Schootstra

Anneke werkt drie dagen in de week als CliniClown Toos in een verzorgingshuis en verschillende ziekenhuizen. Via haar werk mag ze jong en oud bemoedigen door spel en plezier.

Ruud Sliphorst

Ruud richtte samen met een aantal anderen Stichting Opkikker op. Zij zorgen ervoor dat gezinnen met een langdurig ziek kind even een dagje onbezorgd plezier kunnen hebben. Aan Stichting Opkikker ligt een persoonlijk verhaal uit het leven van Ruud ten grondslag.

Arie van der Spek

Arie is mijn vroegere tekenleraar. Ik heb goede herinneringen aan hem en vroeg hem daarom of ik hem mocht interviewen. Hij koos ervoor om mijn vragen in briefvorm te beantwoorden. Arie is kunstenaar en ontwierp onder andere een serie glazen voor het kerkgebouw van zijn eigen gemeente.

Marlies van der Staaij

Marlies is onder andere coördinator van de vrijwillige palliatieve terminale zorg in Benthuizen en omstreken. Zij biedt mensen graag een luisterend oor en mag hen vaak (onbewust) bemoedigen.

Ds. Arie van der Veer

Arie van der Veer is bekend van de Evangelische Omroep, waarvoor hij al vele jaren actief is. Zowel via de EO als ook vanuit zijn functie als dominee mag hij vaak mensen bemoedigen.

Gerry Velema

Gerry richtte de Bemoedigingssite op en zorgt ervoor dat de meer dan vijfduizend abonnees elke vrijdag een 'Bemoediging van de week' krijgen toegestuurd.

Lijni Visser

Lijni is gastvrouw in haar gemeente en werkt mee aan Alpha. Ook maakt ze graag kaarten, waarvan de opbrengst naar Stichting Christenen voor Israël gaat.

Nico van der Voet

Nico is naast schrijver en spreker werkzaam als docent bij de afdeling hbo-theologie aan de Christelijke Hogeschool Ede (CHE) en als studenten-pastor. Hij schreef onder andere het boek 'Waarom moet ik altijd helpen?' over zelfhandhaving en zelfverloochening.

Esther Vonk

Esther is aanbiddingsleider in haar gemeente en runt in het dagelijks leven samen met haar man gezinshuis Connect.

Deel 1

WAT IS
BEMOEDIGEN?

HOOFDSTUK 1

WAT IS BEMOEDIGEN?

In Lukas 10 lezen we dat Jezus in gesprek is met een wetgeleerde: een man die alle Joodse wetten tot in de puntjes kent. Wij zouden zeggen: een jurist. Op zijn vraag: *Meester, wat moet ik doen om het eeuwige leven te beërven?* stelt Jezus hem een wedervraag: *Wat staat er in de Wet geschreven? Wat leest u daar?* Zonder aarzelen (dit doet me denken aan de catechisatie van vroeger, waar we vragen en antwoorden moesten opzeggen) dreunt de wetgeleerde het antwoord op: *U zult de Heere, uw God liefhebben met heel uw hart, met heel uw ziel, met heel uw kracht en met heel uw verstand en uw naaste als uzelf.*

Jezus is tevreden met het antwoord en zegt: *U hebt juist geantwoord. Doe dat en u zult leven.*

Voor Jezus is het gesprek nu afgelopen. Voor de man echter niet. Nee, die is nog niet tevreden. Hij wil zichzelf rechtvaardigen, staat er, zichzelf rechtvaardig verklaren. Daarom vraagt hij verder: *Wie is mijn naaste?*

Bang voor het antwoord is hij niet, dat weet hij immers uit zijn hoofd. Het staat geschreven in Leviticus 19:18: *U mag geen wraak nemen of een wrok koesteren tegen uw volksgenoten, maar u moet uw naaste liefhebben als uzelf.* Dit vers gaat Jezus nu ongetwijfeld ook citeren. Maar nee, dat doet Hij niet. Hij weet heel goed wat deze man graag wil horen, maar Hij gaat hem een andere les leren. Niet door een theoretische verhandeling te houden, maar door een verhaal te vertellen. Laten we het lezen:

Een man ging van Jeruzalem naar Jericho en viel in de handen van rovers, die hem de kleren uittrokken, hem daarbij slagen toedienden en hem bij hun vertrek halfdood lieten liggen. Toevallig kwam er een priester langs diezelfde weg, en toen hij hem zag, ging hij aan de overkant voorbij. Evenzo ging ook een Leviet, toen hij op die plek kwam en hem zag, aan de overkant voorbij. Maar een Samaritaan die op reis was, kwam in zijn buurt, en toen

hij hem zag, was hij met innerlijke ontferming bewogen. En hij ging naar hem toe, verbond zijn wonden en goot er olie en wijn op. Hij tilde hem op zijn eigen rijdier, bracht hem naar een herberg en verzorgde hem. En toen hij de volgende dag wegging, haalde hij twee penningen tevoorschijn, en hij gaf ze aan de waard en zei tegen hem: Zorg voor hem, en wat u verder aan kosten maakt, zal ik u geven als ik terugkom. Wie van deze drie denkt u dat de naaste geweest is van hem die in handen van de rovers gevallen was? En hij zei: Degene die hem barmhartigheid bewezen heeft. Jezus zei tegen hem: Ga heen en doet u evenzo. (Lukas 10:30-37)

Lange tijd dacht ik na het lezen of horen van dit verhaal: tjonge, wat zijn die priester en die Leviet asociaal! Zomaar voorbij lopen en die arme man laten liggen. En het zijn nog wel mannen Gods! Nee, dán die Samaritaan, die doet toch maar mooi het juiste, terwijl dat van hém helemaal niet wordt verwacht.

Toch denk ik er inmiddels anders over. In de wetten voor de priesters (Leviticus 21) lees ik dat een priester geen dode mocht aanraken en ook niet in de buurt van een dode mocht komen. Dit gold zelfs voor de eigen vader of moeder van de priester.

Dat is nogal wat. Nu begrijp ik die priester een stuk beter. Hij is bang voor zijn eigen hachje. Stel je voor dat hij dichterbij zou komen en die gewonde man zou dood blijken te zijn of overlijden waar hij bij stond. Dat zou verschrikkelijk zijn, want dan zou hij zelf meteen onrein zijn en geen dienst meer mogen doen in de tempel. Dan maar liever op grote afstand voorbij lopen.

Die Leviet (ook werkzaam in de tempel) begrijp ik nu ook. Die wil zich natuurlijk ook niet verontreinigen. Zowel de priester als de Leviet hebben geleerd dat ze zich heel precies aan de wetten moeten houden. Het zijn immers de wetten van God zelf!

En die Samaritaan? Nou, het is echt wel bijzonder wat Jezus daarover te vertellen heeft. Dat zou je niet verwachten van zo'n onrein mens. Zo zagen de Joden de Samaritanen namelijk, als onrein. De Samaritanen waren een volkje dat bestond uit Joden en heidense kolonisten. Puur vanwege zijn afkomst werd de man in het verhaal dus als onrein gezien.

Jezus zegt over deze Samaritaan dat deze met innerlijke ontferming is bewogen. Dat wil zeggen: hij is barmhartig en heeft medelijden met deze

gewonde man. Hij doet alles wat nodig is om hem te verzorgen en brengt de man vervolgens naar de herberg. Daar geeft hij de herbergier verdere instructies, waarna hij zijn reis vervolgt.

Jezus besluit zijn verhaal met de vraag: *Wie van deze drie is de naaste geweest van hem die in de handen van de rovers gevallen was?*

Hoor je dit? Jezus draait het om! De wetgeleerde vroeg: *Wie is mijn naaste?* Jezus vraagt: *Wie van deze drie is de naaste geweest?* Het gaat er blijkbaar in de eerste plaats om wat wij zélf doen!

Ben je beschikbaar?

Wie van deze drie is de naaste geweest? vraagt Jezus.

Je naaste is blijkbaar niet iemand die geholpen moet worden. Je wordt zelf de naaste als je iemand helpt die jou nodig heeft.

Jezus wil hier zeggen: 'Help elkaar, ongeacht je afkomst, geschiedenis of godsdienstige positie. Het maakt Mij niet uit hoe religieus je bent, hoeveel Bijbelkennis je hebt en hoe diep je theologisch inzicht is. Het enige dat telt, is of je in je dagelijks leven omkijkt naar de mensen in nood die op je pad komen. Waar ze ook vandaan komen of welk geloof ze ook aanhangen.

Ik moet hierbij denken aan de vluchtelingen in ons land. God geeft om hen. En wij? Ik moet denken aan de mensen die wij liever mijden. Die altijd maar dwarsliggen, zeuren en met iedereen ruzie maken. God geeft om hen.

En dan de échte vijanden... wie denkt er nu positief over terroristen? Wie zou hen willen helpen? Anne van der Bijl, zendeling en oprichter van Open Doers (een wereldwijde organisatie die opkomt voor vervolgte christenen) noemde terroristen zijn vrienden. Hij ging bij hen op bezoek en vertelde hen over de liefde van Christus. In één van zijn boeken schrijft hij: 'Er is ook een andere vraag die me bezorgd maakt, telkens als er weer een zelfmoordaanslag plaatsvindt. Een vraag die ik me al jaren stel: Heeft iemand deze jongeman die zichzelf heeft opgeblazen van Jezus verteld? Wie gaat er naar de terroristen? Is iemand bereid hen te confronteren en uit te dagen om te leven voor iets groters dan hun motivatie om te sterven? Hoe kunnen ze ooit de Vredevorst leren kennen als niemand ze van Hem vertelt?'¹

Het raakt mij als ik dit lees, maar wat doe ik ermee? Hou ik van mijn vijanden? Dat is wel de bedoeling, zegt Jezus in Lukas 6. Omdat God goed

is voor ondankbare en slechte mensen, moet ik dat ook zijn. *Wees dan barmhartig, zoals ook uw Vader barmhartig is* (Lukas 6:36).

Jezus stelt jou en mij vandaag de vraag: 'Wat heb je er voor over om iemands naaste te zijn, ook al is het je vijand? Mag het je wat kosten? Ben je beschikbaar?'

Het gaat om je hart

Toen ik het verhaal van de Barmhartige Samaritaan op me in liet werken, wist ik het: dit heeft alles te maken met het thema bemoedigen. Het woord 'bemoedigen' komt ook in de Bijbel voor. Het is afgeleid van het Griekse *para-kaleō*, dat de volgende betekenissen kan hebben:

1. erbij roepen, te hulp roepen, verzoeken, smeken (zoals bijvoorbeeld in Markus 5:23)
2. oproepen, vermanen, aansporen (zoals bijvoorbeeld in 2 Korinthe 5:20)
3. (vriendelijk) aanmoedigen, bemoedigen, troosten (zoals bijvoorbeeld in 2 Korinthe 1:3 en 4)²

Wie het woord bemoedigen in de encyclopedie opzoekt, vindt als betekenissen: 1) *Aanmoedigen* 2) *Aansporen* 3) *Aanvuren* 4) *Kracht geven* 5) *Moed inspreken* 6) *Moed vatten* 7) *Ondersteunen* 8) *Opbeuren* 9) *Opbeurend toespreken* 10) *Opbouwen* 11) *Sterken* 12) *Stimuleren* 13) *Aanmoedigen* 14) *Troosten* 15) *Vertrouwen*.³

Allemaal mooie woorden die te maken hebben met de ander nieuwe moed geven. Het gaat echter vooral om het hart achter deze woorden. Bemoedigen komt, als het goed is, voort uit een hart dat bewogen is en vol liefde en barmhartigheid is voor de mensen om je heen.

Als ik de essentie probeer te halen uit wat de Bijbel en de encyclopedie aan betekenissen geven met betrekking tot het woord bemoedigen, dan kom ik tot de volgende omschrijving:

Bemoedigen is wat je vanuit een liefdevol en bewogen hart aan een ander (of jezelf) geeft, zodat deze weer moed vat of nieuwe kracht ontvangt.

Een bewogen hart vol liefde en ontferming is zo belangrijk. Zonder dat is alles wat je doet leeg, koud en zonder leven. Mensen merken het meteen als je iets voor hen doet uit plichtsgevoel of omdat het zo hoort. Ze voelen het als je hen iets geeft, zonder dat je hart daarbij is betrokken. Daar worden ze niet blij van.

Iets is pas bemoedigend als het ook als bemoediging wordt ervaren. Wat we willen is een ander blij maken en meer zelfrespect en zelfvertrouwen geven. We willen dat de ander weet: ik ben het waard om aandacht te krijgen, ik ben goed genoeg, ik hoor erbij, ik ben waardevol.

De Bron van alle bemoediging

Als je het proces hebt doorlopen van bekering en wedergeboorte,⁴ dan heb je een nieuw hart gekregen. Dat betekent dat je geest is vernieuwd. Jouw geest is met de Geest van God verbonden. Je wordt nu geleid door die Geest. Dat wordt in Romeinen 8 zelfs hét kenmerk van een kind van God genoemd. Je verstand, wil en emoties worden nu beïnvloed door je vernieuwde geest. Steeds meer leer je te willen wat God wil en je gedachten worden van dag tot dag vernieuwd (2 Korinthe 4:16). Op momenten van tegenslag, verdriet en pijn kun je terecht bij je hemelse Vader. Je mag tot Hem roepen en al je verdriet bij Hem brengen en bij Hem uithuilen.

De Vader wil jou troosten, zodat jij in staat bent om anderen te troosten. Is dat niet enorm liefdevol? Hij laat je niet zomaar wat tobben met een lijstje mooie (werk)woorden, nee, Hij geeft jou eerst wat jij nodig hebt. Dat lezen we in deze prachtige teksten:

En onze Heere Jezus Christus Zelf en onze God en Vader, Die ons heeft liefgehad en ons een eeuwige troost en goede hoop gegeven heeft uit genade, moge uw harten vertroosten en u in elk goed woord en werk versterken.
(2 Thessalonicenzen 2:16-17)

Geprezen zij de God en Vader van onze Heere Jezus Christus, de Vader van de barmhartigheden en de God van alle vertroosting, Die ons troost in al onze verdrukking, zodat wij hen kunnen troosten die in allerlei verdrukking zijn, met de vertroosting waarmee wij zelf door God getroost worden.
(2 Korinthe 1:3-4)

God wordt in de tweede tekst *de Vader van de barmhartigheden en de God van alle vertroosting* genoemd. Is dat niet geweldig mooi? Zodra we tot geloof komen, komt de Heilige Geest in ons hart wonen. Hij wordt ook wel de Trooster genoemd (zie Johannes 16:7). Hij stort de liefde van God uit in onze harten (zie Romeinen 5:5).

Is het niet geweldig dat we Hem, de Bron van alle bemoediging al in ons hart hebben? Daarom kunnen we niet anders dan bemoedigen en goed zijn voor anderen. Daar hebben we vaak niet eens erg in. Het gaat vanzelf. Lees maar in Mattheüs 25:35-40, het Bijbelgedeelte waarin Jezus spreekt over het laatste oordeel. Hij zegt daar:

Want Ik had honger en u hebt Mij te eten gegeven; Ik had dorst en u hebt Mij te drinken gegeven; Ik was een vreemdeling en u hebt Mij gastvrij onthaald. Ik was naakt en u hebt Mij gekleed; Ik ben ziek geweest en u hebt Mij bezocht; Ik was in de gevangenis en u bent bij Mij gekomen. Dan zullen de rechtvaardigen Hem antwoorden: Heere, wanneer hebben wij U hongerig gezien en te eten gegeven? Of dorstig en te drinken gegeven? Wanneer hebben wij U als een vreemdeling gezien en gastvrij onthaald, of naakt en hebben U gekleed? Wanneer hebben wij U ziek gezien of in de gevangenis en zijn bij U gekomen? En de Koning zal hun antwoorden: Voorwaar, Ik zeg u: voor zover u dit voor een van deze geringste broeders van Mij gedaan hebt, hebt u dat voor Mij gedaan.

We doen dus blijkbaar goed zonder er erg in te hebben. Toch heb ik na het lezen van dit Bijbelgedeelte ook weleens gedacht: wat schiet ik tekort! Hoe kan ik iets doen aan al die armoede in de wereld? Wat moet ik met de gevangenen, moet ik die echt opzoeken? Ik wil het wel, maar ik kan het niet, het is teveel.

Herken je dit? Dat je iedereen die hulp nodig heeft zo graag wilt helpen? Dat is echter niet mogelijk en het hoeft ook niet. Jij mag je best doen op jouw plekje en ik op het mijne. Het gaat erom dat je handelt uit liefde. Dan hoef je niet per se naar Afrika om armoede te bestrijden, maar mag je ook die eenzame vrouw dicht bij huis bezoeken. God zal de dingen die je mag doen wel op je pad brengen.

Genadegave

Bemoedigen is een genadegave, een geschenk dat je zomaar voor niets krijgt. God geeft deze gave aan ons allemaal. Hij heeft, behalve deze, nog veel meer goede gaven tot Zijn beschikking. We lezen in Psalm 68:19 en Efeze 4:8 dat Hij deze gaven ook uitdeelt aan de mensen. Paulus schrijft in Romeinen 12:4-8:

Want zoals wij in één lichaam vele leden hebben en de leden niet alle dezelfde functie hebben, zo zijn wij, hoewel velen, één lichaam in Christus, maar ieder afzonderlijk leden van elkaar. En nu hebben wij genadegaven, onderscheiden naar de genade die ons is gegeven: hetzij profetie, naar de mate van het geloof; hetzij dienstbetoon, in het dienen, hetzij wie onderwijst, in het onderwijzen; hetzij wie bemoedigt, in het bemoedigen; wie uitdeelt, in oprechtheid; wie leiding geeft, met inzet; wie zich over anderen ontfermt, met blijmoedigheid.

Lees ik het goed? Schrijft Paulus hier nu dat niet iedereen de gave van bemoedigen krijgt? Daar lijkt het op, maar in wezen noemt Paulus hier gewoon een aantal verschillende vormen van bemoedigen op. Zo komen we als vanzelf uit bij het unieke van ieder mens. God heeft ons allemaal anders gemaakt en Hij laat Zijn gaven hierop aansluiten. Hij weet wat wij nodig hebben.

De één geeft Hij de gave om dingen uit te kunnen leggen, de ander een extra portie zorgzaamheid. Een pastoraal werker heeft vooral behoefte aan wijze en bemoedigende woorden.

God maakt ons bekwaam voor onze taak door ons de juiste gaven te geven (2 Korinthe 3:5) en roept ons er vervolgens toe op om elkaar hiermee te dienen (zie 1 Petrus 4:10-11). Lieve broer of zus, ook jij hebt gaven van God gekregen die je mag inzetten ten behoeve van je medemens. Jij bent een bemoediger!

Samenvattende bemoedigingspunten

- Je wordt zelf de naaste als je iemand helpt die jou nodig heeft. Het enige dat telt, is of je in je dagelijks leven omkijkt naar de mensen in nood die op je pad komen.

- Bemoedigen is wat je vanuit een liefdevol en bewogen hart aan een ander (of jezelf) geeft, zodat diegene weer moed vat of nieuwe kracht ontvangt.
- God geeft jou eerst wat Hij zelf van je vraagt. Hij troost jou, zodat jij anderen kunt troosten.
- Jij hebt gaven van God gekregen die je mag inzetten ten behoeve van je medemens.
- Jij bent een bemoediger!



Gespreksvragen

1. Wat raakt jou het meest in het verhaal van de Barmhartige Samaritaan?
2. Ben jij bereid de naaste te zijn voor wie er op je pad komt, ook al is het je vijand?
3. Zijn er bemoedigers in jouw leven geweest? Vertel eens wat zij voor je deden en wat dit met jou deed.
4. Wat is jouw genadegave, denk je?
5. Wanneer heb jij voor het laatst iemand bemoedigd? Wat deed je, hoe reageerde de ontvanger en wat deed het met jou?



Aanbevolen literatuur

- *Bemoedigen doet goed*, Larry Crabb & Dan Allender, Navigator Boeken i.s.m. Uitgeverij Novapres, 1995
- *Moed doet goed*, Theo Schoenaker, Uitgeverij Anode, 2005

IN GESPREK MET...

WIM HODDENBAGH

Het hart van profetie

Als het een bestaand beroep was zou Wim Hoddenbagh uit Veenendaal het liefst bemoediger zijn. Voor hem is bemoediging een centraal thema in zijn leven. Hij is onder andere spreker in kerken en op conferenties en richtte in december 2018 samen met zijn vrouw Gea en een enthousiast team Stichting Presence op. Het doel van deze stichting is Gods aanwezigheid zichtbaar maken in de levens en roepingen van mensen, in de kerk en op plekken van invloed in Nederland.



Positieve invloed

Eerder werkte Wim als lobbyist in Den Haag en bestond zijn werk uit het beïnvloeden van politici. Momenteel doet hij hetzelfde, maar dan veel breder. 'Mijn roeping is hetzelfde gebleven, maar de omgeving is anders. Ik ga langs bij leiders, ondernemers, politici en voorgangers en wil hen helpen krachtiger te worden in wat ze al zijn. Ze mogen zijn zoals God hen heeft gemaakt en doen wat ze al kunnen. Dat is voor tachtig procent al in hen aanwezig. Een bemoediger profeteert over de levens van mensen, bevestigt wat God al in hen heeft gelegd en voegt hier hoop aan toe. Bemoediging is het hart van profetie en iedereen kan het. Je hebt maar dertig seconden nodig om te bekrachtigen wat God al in iemand heeft gelegd; om te vertellen wat er in Gods hart ligt.

Ik ervaar het als een deel van mijn roeping om een positieve invloed uit te mogen oefenen op mensen in de gehele breedte van de samenleving en ook op mensen die invloed hebben. John Maxwell schrijft in één van zijn boeken over leiderschap: 'Een krachtige vorm van leiderschap is het

beïnvloeden van beïnvloeders.' Achter de grote bemoedigers staan bemoedigers. In de Bijbel zie je dit bij Ananias, die nodig was om Saulus aan te moedigen. Later kon Paulus Paulus niet zijn als Barnabas niet achter hem stond. In de politiek zie je het ook. Gert-Jan Segers van de ChristenUnie kan zelf niet bij de president van Amerika op bezoek gaan, premier Mark Rutte kan dat wel. Wat Segers kan doen, is Rutte positief beïnvloeden.

Bemoedigen kun je leren

Bemoedigen zit in Gods Vaderhart. Hij ziet ons zoals we zijn en met al onze mogelijkheden. Wij mogen leren met Gods ogen naar anderen te kijken en hen te bemoedigen. Ik ben zelf dikwijls bemoedigd door mijn goede vriend Jan Pool. Ik bemoedig hem ook. Ook toen ik een burn-out had, werd ik vaak bemoedigd. Er belden mensen op die ik helemaal niet kende, hele gewone mensen. Er belde zelfs iemand, die helemaal niet van bellen houdt, precies op het moment dat ik echt een bemoediging nodig had. Toen ik hersteld was, heb ik zoveel mogelijk van deze bemoedigers een bezoekje gebracht. Ik heb tegen hen gezegd dat ik blij ben dat zij Gods stem hebben verstaan. Die bezoeken waren vaak voor beide kanten ook weer een bemoediging.

Bemoedigen als vorm van profeteren kun je leren. In Openbaring 19 vers 10 staat dat het getuigenis van Jezus de geest van de profetie is. Als je getuigt van wat Jezus doet, dan ben je aan het profeteren en mag je mensen hiermee bemoedigen. Ieder mens is hiertoe geroepen. Je mag op deze manier Gods aanwezigheid zichtbaar maken. Je mag opbouwende woorden spreken die de basis vormen van profetie. Geef gehoor aan de ingevingen die je krijgt en reageer erop. Je hoeft niet bang te zijn dat het je niet zal lukken. God geeft wat je nodig hebt, je mag op Hem vertrouwen.

Het nut van wachtrijen

Als je gaat zien dat je geroepen bent om te bemoedigen, wordt je dag anders. Dan ga je ervaren dat God elk moment van de dag door je heen wil spreken. Voor mijzelf is bemoedigen een levensstijl geworden. Sta ik bijvoorbeeld in de rij voor de kassa, dan denk ik na over de persoon die ik zie. Ik bid dan: 'Heer, wilt U misschien iets zeggen?' Dat is het voordeel van wachttijden: ze bieden een kans om na te denken over iemands leven.

Toen ik vroeger als lobbyist bij een minister moest zijn, kwam ik eerst

langs vaak wel zeven andere mensen. Ik kon meteen doorlopen naar degene bij wie ik moest zijn, óf even de tijd nemen om de schoonmaakster een complimentje te geven en me voor te stellen aan de receptioniste. Koos ik voor dat laatste, dan werd dat gewaardeerd, ook door de minister. Je moet het niet doen voor het effect, maar omdat je van mensen houdt. Niet om wat ze doen, maar om wie ze zijn. Ik vind die schoonmaakster net zo belangrijk als de minister. Als je mensen echt ziet, maak je hen tot mens en andersom. Zij zien jou nu ook als mens en weten de keer erna nog wie je bent. Zo werkt bemoedigen positief terug naar jezelf. Je ziet dit ook in de Bijbel bij Jozef. Doordat hij de schenker had bemoedigd, kwam hij uiteindelijk zelf bij de farao terecht.

Mooiere mensen

Ik vind bemoedigen ook zeker wel eens lastig, vooral als ik te maken heb met mensen die erop uit zijn om kritiek te leveren. Ik ben graag in een positieve omgeving en probeer mezelf te trainen het goede te zien in iedereen. Gelukkig doet God Zijn scheppend werk in ons en vormt Hij ons karakter. Wij mogen leren Zijn werk in anderen te benoemen. Daardoor verhogen wij God en aanbidden we Hem. De mensen die we bemoedigen worden hierdoor krachtiger in hun geest, ziel en lichaam. Ze worden mooier en het werkt zelfs genezend. Een woord van hoop is als medicijn voor de ziel.

Ook de omgeving wordt er mooier door: mensen zijn graag in de nabijheid van bemoedigers. In Jeremia 29 vers 7 worden bemoedigers vredestitelers genoemd: 'Zoek de vrede voor de stad, waarheen Ik u in ballingschap heb gevoerd. Bid ervoor tot de HEERE, want in haar vrede zult u vrede hebben.' Het gevolg van je inspanningen is, dat niet alleen die ander en de omgeving, maar ook jijzelf er mooier van wordt.



Tips van Wim

- Zoek de eerstvolgende gelegenheid om te bemoedigen. Denk ook aan de praktische uitvoering. Een band plakken kan in de achtertuin, maar ook aan de voorkant op straat, zodat je mensen aan kunt spreken. Zoek de kansen en benut ze.
- Verzamel één of twee bemoedigers om je heen, door wie je beïnvloed wilt worden. 'Waar je mee omgaat, word je mee besmet.'

- Probeer veel aan Bijbelstudie te doen. Kijk naar hoe God ons troost en bemoedigt. Dan ga je zien dat de Heilige Geest in jou woont als de grote Bemoediger. Hij wil jou leren te worden zoals Jezus. Je mag tegen Hem zeggen: 'Hier is mijn stem, hier ben ik, met alles wat ik heb. Gebruik mij tot eer van U.'

IN GESPREK MET...

JEANET HOGENDOORN

Een liefdeskracht van Jezus

Jeanet Hogendoorn woont met haar man in Sliedrecht. Ze mag daar dienstbaar zijn als oudste van Kerk op Straat (KopS). Deze beweging zoekt samen met Stichting Pand 33 naar manieren om iets van 'kerk zijn' te beleven, buiten de traditionele vorm. Binnen KopS is er onder andere een groep voor mensen met een beperking. Jeanet leidt deze



groep en mag daarnaast ook om de drie maanden spreken in de zondagse dienst. Bemoedigen is iets wat helemaal bij haar past. Mensen voelen zich bij haar op hun gemak en kunnen altijd rekenen op een vriendelijk woord, een hand op de schouder of een knuffel.

Een nieuwe baas

Jeanet: 'Met mijn werk in de zorg moest ik stoppen vanwege rug- en knieklachten. De arts en de dominee pakten mijn klachten op als een burn-out. Achteraf heb ik wat mij toen overkwam echt als besturing ervaren. Die burn-out was heel lastig, maar heeft mij ook zoveel geleerd. Ik heb veel van Jezus mogen zien en ben dichterbij Hem gekomen. Het heeft me ook gebracht waar ik nu ben. Alles wat ik in het verleden heb gedaan, kan ik gebruiken in mijn huidige werk. Ook doe ik nu dingen, waarvan ik eerst dacht dat ik ze niet zou kunnen.

Bij het stoppen met werken had ik geen baas meer. Ik vroeg aan God: 'Heer, wilt U mijn Baas zijn?' En zo kreeg ik een andere Baas. Van nature ben ik iemand die aan de zijlijn staat. Ik heb om vrijmoedigheid gebeden

en die ook gekregen. Daarna ben ik gaan bidden en heb ik gevraagd aan God: 'Wilt U mij de weg wijzen?'

Toen het (s)preken om de hoek kwam kijken, dacht ik: is dit wel iets voor mij, preken? Ik word gelukkig vaak bemoedigd, heb het nodige te leren, en dat mag ook. Dan heb ik me druk gemaakt en gaat er prompt iemand huilen of zegt iets over de preek. Er staat in de Bijbel niet dat alles van een leien dakje zal gaan. God geeft het als je het nodig hebt. Soms komt het van onverwachte kanten. Daar zakt mijn mond dan van open en het geeft mij vleugeltjes.

Er is ook ontmoediging, maar God gaat door. Hij neemt je mee en zet je weer met je neus in de goede richting. Het preken is zo mooi om te doen. De ideeën krijg ik 's nachts. Als ik dan wakker word, kan ik de hele rode lijn zo opschrijven. Daarna ga ik het uitwerken en er verder induiken. Zo mooi ook, hoe je door er mee bezig te zijn, zelf als eerste de vrucht mag smaken.

Talenten

Pand 33 (waar op zondag ook de dienst is) is nu vooral een buurthuis. De aandacht is verschoven van de opvang van jongeren naar de gezinnen. Het gaat ons om het contact met de mensen. Zelf heb ik bijvoorbeeld leuk contact met de buitenlandse meiden. Het is zo fijn om even met ze te praten of hen een knuffel te geven. Soms kom ik ze later op straat weer tegen. Op deze manier bouw je een mooi contact op.

We springen in op terreinen waar hulp nodig is. God brengt de juiste dingen op je pad. Dan weet je: dit is voor mij, dit mag ik doen. Ik doe veel bezoekwerk en ook ga ik vaak met mensen mee naar gesprekken met het sociaal team, de psycholoog, psychiater of huisarts. Ik kreeg als bemoediging eens dat ik de dingen wel aardig kan verwoorden. Zo ben ik daarin mijn talenten gaan ontdekken.

Ook mag ik me inzetten voor de Gideongroep, die we sinds 2007 draaien. Dit is een groep voor mensen met een geestelijke beperking. Het is een stabiele groep. Ik heb gemerkt dat ik de deelnemers kan 'meenemen' als ik vanuit mijn hart vertel. Daarmee bereik ik hen het beste.

Zwaan kleef aan

Bemoedigen zou ik willen omschrijven als 'een liefdeskracht van Jezus'. Mensen hebben het zo nodig om bemoedigd te worden. Het zit vaak in

kleine dingen, zoals mensen groeten op straat. Het is goed om dit te blijven doen, ook als ze niets terugzeggen. Op gegeven moment krijg je het terug. Het mooiste is als je het vanuit je hart mag doen. Zo zei ik een keer tegen een Gothic meisje: 'Wat heb jij mooie haren.' Ze lachte en zei: 'Wat vind ik het fijn dat u dat zegt.' Een klein gebaar, heel even zo'n momentje, maakt zo'n verschil.

Zo liep hier langs ons huis steeds een mevrouw met manden vol bloemen. Toen ik haar een keer aansprak, vertelde ze me een heel verdrietig verhaal. We bleven sindsdien naar elkaar zwaaïen. Het zijn van die hele kleine dingen waardoor je mensen laat merken dat ze van waarde zijn en gezien worden. Denk bijvoorbeeld aan: iemand even over de wang strijken, je hand op iemands hand leggen, bewust oogcontact maken of gewoon eenvoudig knikken.

Als het gaat om bemoedigen ben ik net 'zwaan kleef aan'. Het liefst lever ik mensen bij de hemelpoort af en ga dan terug voor de volgende lichting. Jezus is mijn grote Voorbeeld. Hij deed niet anders dan bemoedigen. We mogen, net als Hij, spreken vanuit een bron van liefde. Ik kijk altijd naar de ogen van mensen. Soms voel ik iets wat ik niet eens kan omschrijven. Je kunt niet altijd alles doorgeven wat je binnenkrijgt. Ik kijk dan of ik een ingang kan vinden om een stukje te delen en laat het daarbij. Je kunt mensen ook afschrikken door teveel in één keer te zeggen. Als je ze weer ziet, gaat het vanzelf verder. Ze weten nog wat je gezegd hebt en daar mag je dan op doorborduren.

Ik vind het moeilijk als een ander mijn bemoediging niet aanneemt, maar zelf heb ik ook moeten leren om Gods liefde aan te nemen. Dan dacht ik soms: wat ben ik nou waard? Daar doe je God verdriet mee. Nu ga ik bidden als ik ergens tegenaan loop. Dan komt er ruimte en voel ik er vrede over, zodat ik weer verder kan.

Stapstenen op je weg

Door mijn hooggevoeligheid kan ik voelen hoe het met mensen gaat, daar heb ik geen woorden voor nodig. Ik 'voel' vaak aan wat mensen nodig hebben. Soms kan ik daar wat mee maar vaak ook niet. Dan mag ik het overdragen aan onze hemelse Vader omdat Hij het wél weet. De andere kant is dat ik me dingen snel aantrek en me snel afgewezen voel. Dat is vroeger al begonnen. Toen mijn moeder dementerend werd, hebben wij

haar in huis gehaald. Op een keer zei ze tegen me: 'Maar ik hou van jou.' Dat deed me zo goed. Ik ben heel blij dat ze dat heeft gezegd. Het gaf mij de bevestiging waar ik zo naar verlangde.

Ik ervaar zeker ook behoefte aan bemoediging. Kerk op Straat is geen lieve werkvloer. Allereerst is Jezus natuurlijk mijn grote Bemoediger. Ook de conventies van de CWN (Charismatische Werkgemeenschap Nederland) hebben veel voor mij betekend. Zuster Maria Vinkenburg zal ik nooit vergeten. Zij luisterde en bemoedigde met haar hart. Zulke bemoedigingen neem je mee als stapstenen op je weg. Ik hou ook van de boekjes van Adrian Plass. Hij verstaat de kunst om mensen op een humoristische manier mee te nemen, om daarna ineens over te gaan op iets serieus. Relativeren had ik vooral heel hard nodig toen ik burn-out was. Ik ben ook vaak bemoedigd door de dagboekstukjes van Oswald Chambers. Die zijn Bijbelvast en mooi en puur vanuit het hart geschreven.

Kerk op Straat en corona

Coronatijd binnen KopS was, juist omdat het 'Kerk op Straat' is, een moeilijke tijd. Veel van onze gasten hebben nauwelijks een (helpende) 'achterban' maar vaak wel een problematisch 'heden'. We misten de regelmatige 'aanrakingen' in de contacten, vooral de liefdevolle omarming in de knuffels die zeggen: je hoort erbij, jij hoort bij mij!

Wij hebben in deze tijd veel te doen gekregen, maar zijn wel aangestuurd en gezegend door Hem! We hadden 'stamppotavonden'. Vanuit 'Samen voor Sliedrecht' werden maaltijden bereid die vervolgens werden uitgedeeld en weggebracht door KopS. Om de veertien dagen gingen onze twee teams op pad. Vaak ging het niet eens alleen om de maaltijden, maar om het praatje. Daaruit zijn mooie nieuwe contacten ontstaan.

Een andere groep die veel aandacht nodig had en vroeg waren de gasten uit onze 'Gideongroep', de groep voor mensen met een beperking. Velen waren geïsoleerd door de uitbraak van corona binnen hun leefgroep. Ze begrepen er in het begin ook niets van en raakten van het padje. Iedere maand ging er een flinke envelop uit met wat leuks, iets lekkers en een bemoediging.

Eén van die keren stuurden we een bemoedigingstekst mee die we uit oude Visie's knipten. Die mooie teksten had ik bewaard voor een bijzonder moment. Dat bijzondere moment was nu! We hadden veel contacten via

appen en bellen én de diensten die opgenomen werden in Pand 33. Voor de 'kids' waren er filmpjes waar ook de ouderen van genoten. Gelukkig mogen we nu weer bij elkaar komen en bidden we om de nodige kracht en wijsheid in Zijn liefde om hen weer te bereiken die wat zijn afgedwaald.



Tips van Jeanet

Neem de uitdaging aan zodra je wakker wordt. Zeg dan eens goedmorgen tegen onze lieve Heer. Als je vervolgens buiten komt, zeg dan vriendelijk goedmorgen tegen iemand die een beetje nors kijkt. Denk na over wat jij leuk zou vinden en doe dat eens voor een ander. Je kunt dit soort dingen leren. Natuurlijk speelt karakter ook een rol, maar het gaat er vooral om hoe jouw relatie met Jezus is. In hoeverre krijgt Hij de ruimte in jouw leven en wat mag Hij doen in en door jou heen? Je mag Hem ook vragen of je vandaag eens door Zijn ogen naar mensen mag kijken.'

IN GESPREK MET...

GERRY VELEMA

Elke vrijdag vōōr de zon ondergaat

Het ging allemaal niet vanzelf, maar een bemoediger ontpopt zich dan ook door wrijving en tegenstand. Dat heeft Gerry Velema uit Zwolle zeker ondervonden. In 2010 startte ze met Bemoedigingssite.nl. Elke vrijdag krijgen meer dan vijfduizend abonnees gratis de 'Bemoediging van de week' doorgestuurd. Via de site kunnen mensen ook vragen om gebed of een buddy.



Een droom die uitkwam

'Twee mensen die mij erg geïnspireerd hebben, zijn Joni Eareckson Tada en Corrie ten Boom. Joni raakte door een ongeluk vanaf haar nek verlamd, maar heeft ondanks haar beperking enorm veel mogen doen en betekenen. Toen ik een jaar of acht was, hoorde ik in een kerk Corrie ten Boom spreken. Mensen spraken met eerbied over haar. Later ging ik haar boeken lezen en ontdekte ik een vrouw die door God gebruikt werd als spreekster. Corrie was echt mijn voorbeeld. Daarom wilde ik als meisje al boeken schrijven en evangelist worden zoals Corrie ten Boom. Deze droom is wonderlijk uitgekomen.

Tegen de kinderen van nu zeg ik daarom graag: 'Dromen mag en denk nooit te snel dat iets niet kan.' Het schrijven leek bij mij niets te worden, omdat ik zo slecht in taal was. Voor spreken had ik een 8, voor schrijven een 4; samen werd dat een 6. Ik werd desondanks schrijfster, maar wel pas op mijn dertigste.

Ik schreef zowel kinderboeken als boeken voor volwassenen. In 2009 kwam een jeugdboek uit, waarmee ik de prijs Het Hoogste Woord won. Ik deed het schrijven altijd met plezier.

Een nieuwe bediening

Na mijn laatste jeugdboek drong de vraag zich op of ik hiermee verder moest gaan. Misschien wilde God wel iets anders. Hij gaf me een verlangen om mensen te bemoedigen. In mijn hoofd ontstond het idee om dit te gaan doen via een wekelijks filmpje. De verdere uitwerking kwam spontaan op in mijn gedachten: doe het vrijdag vóór de zon ondergaat, steek een kaars aan, doe het in Mijn naam en met de Bijbel open. Zo werd het concept geboren. Ik vertelde het aan mijn man, maar die was niet meteen enthousiast. Achteraf gezien was dat alleen maar goed. Iets moet kunnen wortelen, beproefd worden en stand kunnen houden tegen kritiek. Bemoedigers ontpoppen zich door wrijving en tegenstand. Ze zijn net als een pijl die zijn scherpte krijgt door het schuren en polijsten.

Uiteindelijk begon ik in 2010 met de Bemoedigingssite en stuurde ik mijn eerste filmpje naar tweehonderd adressen uit eigen bestand. Na een paar maanden waren dat er al vijfhonderd. Ik moest alles leren en me onder andere verdiepen in de sociale media. Alles bij elkaar was het een hele uitdaging om deze nieuwe bediening vol te houden. Toch groeiden we gestaag en hebben we nu ruim vijfduizend abonnees. Een deel van hen woont in het buitenland, zoals in België en Suriname. We willen graag effectieve soldaten van de Heer zijn, die alle kansen en middelen gebruiken.

Liefdesverklaring

Mijn man Wim is, in tegenstelling tot mij, juist heel taalgevoelig. Hij corrigeert al mijn teksten. Daarbij is hij ook liefdevol en geduldig. Soms moet hij zijn woorden vanwege mijn gehoorprobleem wel zes keer herhalen. Naast hem heb ik ook andere bemoedigers in mijn leven (gehad). Ik herinner me een voorval tijdens een vergadering van de steungroep van Stichting Bemoediging. Nadat ik mijn zorg omtrent mijn gehoor had gedeeld, werd ik zo bemoedigd door één van de vrouwen. Ze zei: 'Ik zal alles uit de kast halen om te voorkomen dat jij dit vanwege je gehoor niet meer zou kunnen doen. Je stem is zo belangrijk, die mag niet verstommen.' Ik schoot vol. Dit was een soort liefdesverklaring van iemand die in mij geloofde. Aan

de steungroep heb ik een paar fijne vriendinnen overgehouden. Dat is zo mooi: dat iemand je omarmt als vriendin en dat je samen arbeiders voor God mag zijn.

Zelf mag ik ook mijn oude moeder nog regelmatig bemoedigen. Haar wereldje wordt kleiner en het is zoeken hoe ik het beste met haar om kan gaan. Er is veel geduld voor nodig. In de auto, op weg naar haar toe, krijg ik soms een lied, een gezang of een psalm in gedachten. Dan denk ik: het zou wel eens kunnen dat mama dit kent. Als ik dan bij haar ben, zet ik het in en is het zo mooi als ze het dan overneemt!

Om Jezus' wil

Wij mogen mensen bemoedigen in de naam van Jezus. Jezus' offer was de kostprijs van onze redding. Wat een hoge prijs! Daarom mogen we tegen die ander zeggen: 'Jij bent een topper!' Niet omdat wij dat vinden, maar om Jezus' wil. Omdat Hij zóveel van die ander hield, dat Hij er Zijn leven voor gaf. Het is uiteindelijk Gods Geest die mensen bemoedigt. We mogen weten dat God niet alleen bij óns is, maar ook bij die ander. Het is Zijn kracht die het werk doet. Dat is voor ons niet te bevatten en gaat ons bidden en denken te boven.

We leven in een duistere wereld vol ontmoediging en vijandschap jegens christenen. Er wordt veel op elkaar gekat en er is veel negativiteit, boosheid en jaloezie. Dit zijn krachten die op de ziel inbeuken. Als wij tegenover allerlei leuke reacties er eentje krijgen die een beetje scherp is, merken we meteen het verschil in kracht. Die negatieve reactie lijkt zoveel sterker. Er zijn wel zeven positieve woorden nodig om dat ene negatieve woord te neutraliseren. Laten we daarom veel positieve woorden spreken en met bezieling volhouden en werken zolang het kan. Zaaïen in het vertrouwen dat God zal zorgen voor koren op het land. Dat Hij ervoor zal zorgen dat we eenmaal thuiskomen. Het is toch ongelooflijk dat het de wens van God is om mensen bij zich te hebben. Dat is pas bemoedigend!

Een persoonlijke bemoediging

Gisteren kregen we een telefoontje van vrienden: 'We fietsten voor jullie huis langs en zagen het bordje 'Verkocht' staan. Wat is er gebeurd? Wat is er aan de hand?' Corona zette ons stil, maar hoe stil hebben we eigenlijk gezeten? Na zesentwintig jaar in Roden gewoond te hebben en altijd te

hebben geroepen: 'Hier wil ik nooit meer weg', hebben we in een maand tijd een huis gekocht in Zwolle en nog even wat later werd in een week tijd ons huis verkocht. Ik stond er bij en keek ernaar. Stilgezet door Corona? Nou nee. Voor ons werd coronatijd opruimtijd. Het werd een waardevolle tijd voor mijn man en mij. Intens samenwerken, veel sparren, elkaar iets gunnen, voortdurend overeenstemming zoeken, een team van twee zijn. Wat zegt dit mij? Buiten je eigen toedoen stilgezet worden?

Stilgezet worden is niet hetzelfde als 'niets doen'. We hebben altijd een keuze, zelfs als het lijkt of de overheid, andere mensen of omstandigheden voor ons de keuze hebben gemaakt. Ook dan kun je jezelf de vraag stellen: wat kan ik nu wél doen?

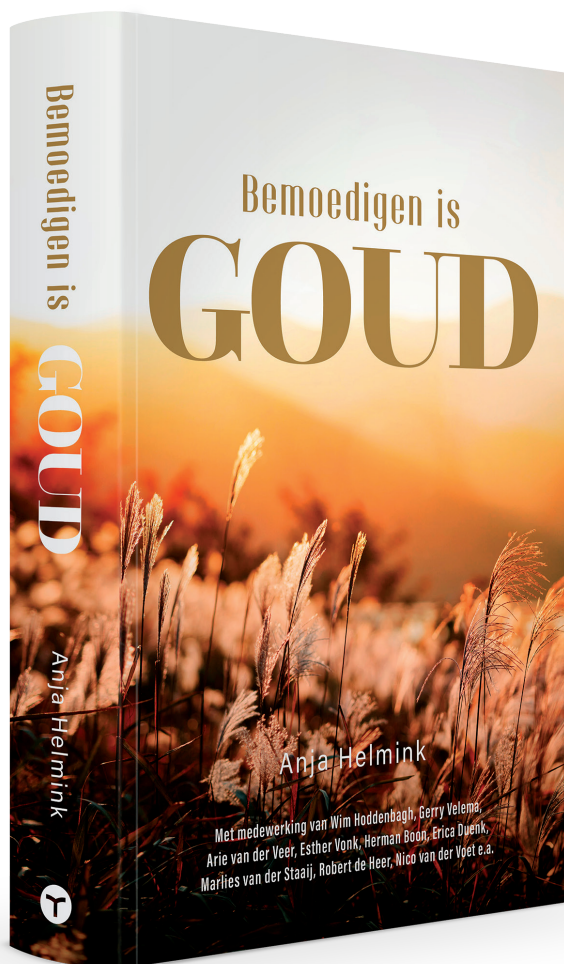
Ja, ik ben een doener. Ik wil innerlijk en fysiek in beweging blijven. Dat heb ik van mijn moeder. Zij (93) moet vanwege haar leeftijd nu ook rustiger gaan leven. Dat zijn stevige lessen voor haar, maar terwijl ze het moet leren, houdt ze haar geest des te meer bezig met haar laatste verhuizing... als de Heer haar straks thuis roept.

Nee, coronatijd was geen verloren tijd. Dat geldt voor alle perioden van verplicht rust nemen, verplicht innerlijk resetten; dat is geen verloren tijd. Laat het juist in Godsnaam gevonden tijd voor je worden, gewonnen tijd! Laat je niet ontmoedigen als je perioden kent dat je weinig fysiek of innerlijk aankunt. Gebruik die tijd voor wat je wél kunt. Ga er iets mee 'doen' binnen de beperkte mogelijkheden. Rusten bij de Heer is één van de rijkste bezigheden.



Tips van Gerry

Om te kunnen bemoedigen, is het nodig om transparant te zijn. De ander mag jou zien in jouw kwetsbaarheid. Vertel oprecht en eerlijk wat God voor jou betekent. Gewoon in voorbeelden van probleempjes, zoals het niet kunnen slapen of in zorgen rondom de kinderen. Ga naast de ander staan en zorg ervoor dat die zich in jou herkent. Ook als je zelf ontmoedigd bent, kun je anderen bemoedigen. Juist dán tilt God je uit boven bidden en denken. Hij zorgt dat zowel die ander als jij bemoedigd wordt. Zoek naar een manier waarop je iemand het beste kunt bemoedigen. Stem af op wat past bij de ander en bij jou. Ga niet te snel over op adviseren. Je bent Gods getuige, niet Zijn advocaat. De ander verleiden om Jezus lief te krijgen, daar gaat het ten diepste om.'



Verder lezen? Dit boek is verkrijgbaar via de webshop op www.tripleboeken.nl en in de (christelijke) boekhandel. Zie ook onze andere uitgaven op de website.

Bemoedigen is goud | Anja Helmink

ISBN 9789083117348 | 256 pagina's | Gebonden hardcover met goudfolie | € 24,95

 **Triple**
boeken

DICHTBIJ • INSPIREREND • RAAK