

# GLOW

DAGBOEK

*voor vrouwen door vrouwen*



Esther Vorsterman van Oijen – Astrid Feddes – Arleen Westerhof  
Carianne Ros – Satcha Maduro-Valies – Annemarie Rietkerk  
Merle van Herk – Tineke Wuister – Femke Helland – Lucie Veselka  
Merit van Bodegom – Annick Rooda – Jannie Kloosterman – Marijke Pool  
Ruth van Mierlo – Vanessa van der Knaap-de Castro – Elvira Nanariaian  
Erica Kramer – Djéranie Rellum – Joëlla Joy Landoulsi – Carolyn Ros  
Gerdien Lammers – Margreet van Boheemen – Juliette Wolthuis-Mourits

# GLOW



**GLOW**

# Glow

– Dagboek voor vrouwen door vrouwen

Uitgegeven door GLOW

glow@arrowz.org

www.arrowz.org

**GLOW** is een imprint van Uitgeverij Arrowz. GLOW staat voor God Loves Original Women, een bediening van vrouwen voor vrouwen.

**Auteurs:** Merit van Bodegom, Margreet van Boheemen, Astrid Feddes, Femke Helland, Merle van Herk, Jannie Kloosterman, Vanessa van der Knaap-de Castro, Erica Kramer, Gerdien Lammers, Joëlla Joy Landoulsi, Elvira Nanariain, Satcha Maduro-Valies, Ruth van Mierlo, Marijke Pool, Djéranie Rellum, Annemarie Rietkerk, Annick Rooda, Carianne Ros, Carolyn Ros, Lucie Veselka, Esther Vorsterman van Oijen, Arleen Westerhof, Juliette Wolthuis-Mourits, Tineke Wuister.

**Foto Carianne Ros:** Silverlinings | **Foto Elvira Nanariain:** Marleen Sahetapy Fotografie | **Foto Margreet van Boheemen:** Fotostudio EdoLand Haarlem | **Foto Erica Kramer:** Fotostudio EdoLand Haarlem | **Foto Merit van Bodegom:** lyannevanbodegom.com | **Vormgeving en typografie:** Ronald Gabriëlsen, 3ig.org

ISBN 978 94 90489 53 3

NUR 707

Copyright © 2019 GLOW

De Bijbeltekst in deze uitgave zonder nadere bronvermelding is ontleend aan De Nieuwe Bijbelvertaling, © 2004/2007 Nederlands Bijbelgenootschap.

De (naar het Nederlands vertaalde) Bijbeltekst in deze uitgave met bronvermelding is ontleend aan respectievelijk:

AMP Amplified Bible, © 1954, 1958, 1962, 1964, 1965, 1987 The Lockman Foundation

BB BasisBijbel, © 2013 Stichting BasisBijbel

BGT Bijbel in Gewone Taal, © 2014 Nederlands Bijbelgenootschap

GNB Groot Nieuws Bijbel (herziene editie), © 1996 Nederlands Bijbelgenootschap & Katholieke Bijbelstichting

HB Het Boek (herziene editie), © 2008 Biblica-Nederland

HSV Herziene Statenvertaling, © 2010 Stichting Herziene Statenvertaling

MSG The Message, © 1993-2005 NavPress Publishing Group

NASB New American Standard Bible®, © 1960, 1962, 1963, 1968, 1971, 1972, 1977, 1995 The Lockman Foundation

NBG NBG-vertaling 1951, © 1951 Nederlands Bijbelgenootschap

NIV New International Version®, NIV®, © 1973, 1978, 1984, 2011 Biblica, Inc.™

NKJV New King James Version®, © 1982 Thomas Nelson, Inc.

TPT The Passion Translation®, © 2017, 2018 by Passion & Fire Ministries, Inc.

De spelling van het tetragrammaton en het gebruik van eerbiedskapitalen is aangepast aan de huisstijl van de uitgever van dit werk. Cursivering van Bijbeltekst is toegevoegd door de auteur.

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden veeleelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen, of op enige andere manier – met uitzondering van korte citaten in gedrukte recensies – zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

All rights reserved. No portion of this book may be reproduced, stored in a retrieval system or transmitted in any form, electronically, mechanically, by means of photocopying, recording or otherwise – with the exception of brief quotation in printed reviews – without the prior written permission of the publisher.

*Voor alle vrouwen in  
Nederland en België.  
Jullie zijn prachtig en machtig!  
Gods veelkleurige schoonheid  
schijnt door jullie heen en  
verlicht de wereld.*

*Erica Kramer  
&  
Juliette Wolthuis-Mourits*

# Voorwoord

Je hebt het eerste GLOW-dagboek in handen! Het verhaal van GLOW begon ruim een jaar geleden. Erica droomde van een boekenfonds waarin vrouwen ontdekken hoe ze kunnen leven in vertrouwen, verbondenheid en heelheid. Dit viel perfect samen met Juliettes passie om vrouwen zichtbaar te maken en te laten schitteren. We bundelden onze krachten, richtten een boekenfonds op en noemden het GLOW: God Loves Original Women. We willen de lezers meegeven: God houdt van je en heeft je uniek en schitterend geschapen. Je doet ertoe. Je bent onmisbaar!

Al snel hadden we een briljant idee: een dagboek uitgeven voor en door vrouwen. We vroegen drie leiders met een duidelijke visie voor christelijk Nederland om met ons te bidden en brainstormen. Op een donderdag in november 2018 kwamen we bij elkaar: Esther Vorsterman van Oijen, Astrid Feddes, Arleen Westerhof en wij tweeën. We baden: 'Heer, wat wilt U de vrouwen in Nederland de aankomende jaren geven? Wat is uw verlangen voor ons?' Zo kwamen we tot een vijftal hoofdthema's voor het boek:

- ♥ Gods stem verstaan;
- ♥ op een nieuwe manier leren denken;
- ♥ je autoriteit als gelovige ontdekken;
- ♥ een krachtige identiteit ontwikkelen;
- ♥ leren samen sterk te staan.

Als je op deze gebieden groeit, zul je veel van Gods kracht ervaren in je leven.

De vierentwintig auteurs van dit dagboek delen wat ze in de Bijbel ontdekken en wat God speciaal in hen gelegd heeft. Ze schrijven eerlijk, authentiek en soms kwetsbaar. Het zijn vrouwen die spreken, ondersteunen, leiden en coachen. Sommige studeren nog, andere zijn al jaren aan het werk. Single, getrouwd, met of zonder (klein)kinderen - samen vertegenwoordigen ze zo ongeveer alle levensfasen en -omstandigheden.

Daarnaast brengen ze allerlei kerkelijke en culturele achtergronden samen. Stuk voor stuk hebben ze een hart dat brandt voor God en elk van hen heeft een facet van Gods openbaring gekregen. Zo vormen ze samen een prachtige diamant die Gods glorie weerkaatst.

– *Erica Kramer & Juliette Wolthuis-Mourits*  
*Haarlem, maart 2019*



**ESTHER VORSTERMAN VAN OIJEN** is sprekerster en trainer. Samen met Eduard en hun drie kinderen woont ze in Nijkerk. Esther is het gezicht van het tv-programma *Transparant* bij Family7, een programma waarin je handvatten krijgt om te worden wie je bent. Hieruit zijn drie interactieve boeken ontstaan: *Tijd om op te staan*, *Ga voor goud* en *Kom tevoorschijn*. Haar verlangen is dat elk mens tot bloei komt.

Met spreekbeurten en workshops in het land wil ze met name vrouwen bemoedigen, inspireren en mobiliseren vanuit Gods Woord.

13-28 april



**ASTRID FEDDES** is sprekerster en trainer. Ze is getrouwd met Jaap en samen hebben ze twee dochters en een zoon. Astrid is gepassioneerd om vrouwen te inspireren en te activeren in het Koninkrijk van God. Ze is oprichter van *Destined to Reign* en (mede)oprichter van *Credo Huizen*. In 2018 verscheen haar boek *Welkom aan boord*. Meer info vind je op [destinedtoforeign.nl](http://destinedtoforeign.nl) en [credohuis.nl](http://credohuis.nl).

16-24 juli, 4-8 en 27 december



**ARLEEN WESTERHOF** is samen met haar man Dick voorganger van God's Embassy Amsterdam ([embassyamsterdam.nl](http://embassyamsterdam.nl)). Ze is oprichter van de Nederlandse Profetische Raad ([profetischeraad.nl](http://profetischeraad.nl)) en van de Economic Summit, een organisatie die politici, economen en CEO's adviseert ([economicsummit.eu](http://economicsummit.eu)). Ook spreekt ze regelmatig op conferenties in binnen- en buitenland en is ze initiatiefnemer van

Women on the Frontlines in Nederland ([coalitie.org/wofl-2019](http://coalitie.org/wofl-2019)). Haar passie is door profetie mensen toe te rusten om transformatie te brengen in de verschillende invloedssferen van de maatschappij.

3-17 augustus



**CARIANNE ROS** is trainer en auteur. Ze is getrouwd met David en heeft vijf kinderen. Het is haar missie om (aanstaande) coaches te leren om vanuit Bijbelse principes te opereren. Samen met Nelleke de Wit coacht ze christenvrouwen die hun roeping willen ontdekken en uitleven. Ontvang een gratis videotraining en Bijbelse inspiratie op [totalbalance.nl](http://totalbalance.nl) en [vrouwen-met-power.nl](http://vrouwen-met-power.nl).

24 januari – 8 februari



**MERLE VAN HERK** is marketeer bij een christelijke uitgeverij. Ze geniet ervan om samen met God invulling te geven aan dit leven. Haar passie is om anderen te inspireren met Gods waarheid. Je kunt haar volgen via Instagram (Surrender&Roar), waar ze wekelijks bemoedigende quotes plaatst. Ze houdt van haar werk, cappuccino, cola, vrienden en familie, dansen, muziek, schrijven en shoppen.

10-17 maart, 25 september – 2 oktober



**LUCIE VESELKA** is klinisch psycholoog en psychotherapeut. Ze is getrouwd en heeft kinderen. Lucie heeft een eigen praktijk en daarnaast is ze spreker en schrijfster. Ze heeft een model ontwikkeld voor innerlijke genezing en bevrijding en binnenkort verschijnt haar boek hierover. Je vindt haar op [praktijkGMR.nl](http://praktijkGMR.nl).

26 oktober – 10 november





**ANNEMARIE RIETKERK** is spreekster en trainer. Ze is getrouwd met Mark en heeft drie kinderen. Haar passie is vrouwen te helpen een vertrouwelijke omgang met God te ontwikkelen en luisterend bidden tot een levensstijl te maken. Benieuwd naar de spreekbeurten en workshops die Annemarie verzorgt? Bekijk haar website [annemariერიeterkerk.com](http://annemariერიeterkerk.com) en like haar op Facebook.

23 februari – 9 maart



**TINEKE WUIJSTER** is toegepast psycholoog, coach en schrijver. Ze is getrouwd met Sander en samen hebben ze drie zoons. Haar passie is drukke mensen helpen de eenvoud in het leven terug te vinden. Dat doet ze door coaching op het gebied van loopbaan, stress en burn-out. Kijk op [reflexion-coaching.nl](http://reflexion-coaching.nl). Daarnaast werkt ze als trainer/coach bij LEF Navigators.

1-7 januari, 14-21 mei



**VANESSA VAN DER KNAAP-DE CASTRO** is getrouwd met Arno en moeder van vier kinderen. Samen met haar man is ze oprichter en voorganger van GODcentre in Leiden: een dynamische, multi-culturele kerk die veel jonge mensen weet te bereiken. Ze heeft een identiteitstraining opgezet en weet mensen op een fijngevoelige manier in het hart te raken door de Geest van God.

12-27 juni



**FEMKE HELLAND** is getrouwd met Matt en moeder van vier kinderen. Met een team is ze actief op de Wallen om de mensen die daar werken op hun bestemming te brengen. Samen met haar man is ze voorganger van een gemeente in Amsterdam waar ze ook regelmatig spreekt. Ze is te vinden op [newliffequip.org](http://newliffequip.org). Kijk voor het werk op de Wallen op [brightfame.nl](http://brightfame.nl).

18-23 maart, 13-22 december



**ELVIRA NANARIAIN** is de auteur van *Mengelmoes* en werkt in de zorg. Ze is getrouwd met Frans en samen hebben zij een zoon, Ziggy. Ze geeft lezingen op vrouwenconferenties en zet zich graag in voor de Molukse gemeenschap in Nederland. Haar levensverhaal vertelt ze onder andere in het tv-programma *De Verandering*. Zie [mengel-moes.nl](http://mengel-moes.nl).

8-23 januari



**SATCHA MADURO-VALIES** is mindset-coach en spreker. Ze is getrouwd met Francis Maduro, moeder van Sienna en bonusmoeder van vier jongens. Satcha's missie is iedereen te inspireren het beste uit zichzelf te halen. Ze helpt mensen een mindset te ontwikkelen waarmee ze alles kunnen bereiken wat ze willen, ongeacht de omstandigheden. In de televisieprogramma's *De Verandering* en *Hour of Power* vertelt ze haar krachtige getuigenis over hoe ze van schulden naar succes is gegaan. Voor meer informatie over onder andere haar masterclasses, zie [satcha.nl](http://satcha.nl).

1-12 april



**MARGREET VAN BOHEEMEN** is redacteur, schrijver, ghostwriter en vertaler. Vanuit haar eigen tekstbureau werkt ze onder andere voor Arrowz. Het is haar passie om woorden te geven aan wat ze God ziet doen. Ze vindt het heerlijk om anderen te helpen hun verhaal zo mooi en helder mogelijk te vertellen. Je vindt haar op [greatwords.nl](http://greatwords.nl) en op LinkedIn, zoek op Margreet van Boheemen.

25 juli-2 augustus, 9-12, 25 en 28 december



**ANNICK ROODA**, geboren en woonachtig in België, is gelukkig getrouwd met haar Nederlandse man Paul Immanuel en trotse moeder en omi van twee kinderen en drie kleinkinderen. Het is haar verlangen dat vrouwen genezen en in de vrijheid komen als krachtige dochters van de Vader. Na jaren zendingswerk in Canada en België werden Annick en Paul in 2017 pastors van Alive and Well Church in Genk.

Annick spreekt in kerken en op conferenties en deelt daarbij wat de Bijbel zegt over herstel. De Nederlandse stichting van Annick en Paul heet Alive and Well Ministries. Zie [alive-and-well.org](http://alive-and-well.org).

18 augustus – 2 september



**MARIJKE POOL** is getrouwd met Jan en moeder van vier kinderen, plus schoonkinderen en kleinkinderen. Naast de zorg voor haar gezin was ze jaren 'de vrouw van de voorganger'. Nu werkt ze samen met Jan in zijn stichting Heartlink.

11-24 september



**MERIT VAN BODEGOM** is student Global Project & Change Management. Ze is gepassioneerd over het bouwen aan een sterke kerk als organisatie en geestelijk huis. Ze houdt ervan om mensen te inspireren en te activeren tot een leven dichterbij Jezus.

9-22 februari, 24 december



**JANNIE KLOOSTERMAN** is getrouwd met Henk en moeder van een zoon. Ze is voorgangerster/pastor, spreekster in binnen- en buitenland en coach voor jongeren. Haar stichting Geopende Deur/Joy Ministry helpt het kindertehuis JCC in Oeganda. Ze staat klaar voor vrouwen, jongeren en iedereen die hulp nodig heeft. Zie [geopendedeur.nl](http://geopendedeur.nl).

29 mei-11 juni



**RUTH VAN MIERLO** is trainer en spreekster. Ze is getrouwd met Ben en samen hebben ze twee tieners. Ruth is enthousiast, doortastend en doelgericht. Het is haar grote verlangen dat vrouwen tot ontplooiing komen en invloed hebben op hun omgeving. Ze is oprichter van YIB (Your Inner Beauty) en ontwikkelde met haar team de Know-Grow-Go-trainingen en de YIB Leaders Track. Wil je een training volgen of op de hoogte blijven van de ontwikkelingen van YIB, kijk dan op [yib-women.nl](http://yib-women.nl) en schrijf je in voor de YIB-nieuws-updates.

11-26 november



**ERICA KRAMER** leidt samen met Juliette Wolthuis GLOW: God Loves Original Women. De boeken die in dat fonds verschijnen, hebben tot doel om vrouwen te laten groeien in vertrouwen, verbondenheid en heelheid. Erica schrijft, vertaalt, geeft workshops, leidt retraites en heeft een eigen tekstbureau: het purperhuis. Je vindt haar op [facebook.com/hetpurperhuis.nl](https://facebook.com/hetpurperhuis.nl).

22-28 mei, 28-30 juni, 23, 26, 29-31 december



**DJÉRANIE RELUM** is moeder van Trey en woont in Haarlem. Ze helpt ondernemers en professionals om hun financiële doelen te behalen. Haar programma's baseert ze op de financiële principes van de Bijbel. Kijk op [djeranie.nl](https://djeranie.nl) of zoek op 'djeranie' op Instagram en Facebook.

3-10 september, 27 november – 3 december



**JULIETTE WOLTHUIS** leidt samen met Erica Kramer GLOW: God Loves Original Women. Haar verlangen is om vrouwen zichtbaar te maken in hun veelkleurige eigenheid. Dit doet ze onder andere door het geven van kleur- en stijladvies, waarbij ze vrouwen ook bemoedigt in wie ze mogen zijn (zoek op Facebook naar 'GLOW laat je schitteren'). Juliette is getrouwd met André en samen geven ze leiding aan de Haarlemse uitgeverij Arrowz. Samen ervaren ze het leven met God als één groot avontuur met verrassende wendingen.

1-15 juli



**GERDIEN LAMMERS** is getrouwd en moeder van vier kinderen. Ze is als spreekster en docent werkzaam bij Vrij Zijn en vindt het heerlijk om te zien hoe God door het onderwijs heen mensenlevens verandert. Voor meer informatie, zie [vrijzijn.nl](http://vrijzijn.nl).

3-17 oktober



**JOËLLA JOY LANDOULSI** is twintig jaar en studeert in Amsterdam. Ze heeft een passie voor worship en de krachtige uitwerking daarvan. Haar hart brandt om jonge meiden te zien transformeren tot sterke, unieke vrouwen.

29 april-13 mei



**CAROLYN ROS** is spreekster, schrijfster en mentor, werkzaam bij Jeugd met een Opdracht in Amsterdam. Ze is getrouwd met Johan en heeft vier kinderen en negen kleinkinderen.

24-31 maart, 18-25 oktober

# Vrijmoedigheid

*Laten we dus zonder schroom [NBG: 'met vrijmoedigheid'] naderen tot de troon van de Genadige, waar we telkens als we hulp nodig hebben barmhartigheid en genade vinden.*

- Hebreëën 4:16

Ons laatste kernverlangen is vrijmoedigheid. Gewoon jezelf zijn, zonder schroom of angst. Onbevangen rechtop staan. Je leven niet laten bepalen door wat anderen vinden, maar vanuit vrijheid moedige keuzes maken.

Vrijmoedigheid begint ermee dat jij heel diep vanbinnen weet dat God de Genadige is. Hij is de enige die het recht heeft een oordeel over je te vellen. En door Jezus luidt zijn oordeel: goedgekeurd! Je hoeft niet bang te zijn. Je mag vrijmoedig dichtbij komen.

Vanuit die diepe vrijmoedigheid mag je onbevangen leven. God heeft jou waardevolle dingen toevertrouwd. Je leven, je talenten - maak er wat van! Je gedachten en gevoelens - neem er verantwoordelijkheid voor. Je bent niet verantwoordelijk voor wat een ander denkt of voelt. Maar wel voor hoe jij denkt over jezelf en anderen, en welke gevoelens je wel of niet voedt. Jouw werk en gezin - doe het zoals jij gelooft dat het goed is en zoals je het graag wilt. Oké, natuurlijk wel in overleg met je collega's of partner ...

Geleid door Gods Woord en met zijn Geest in je mag jij je leven leiden. Niet 'lijden' - lijdzaam en afwachtend - maar 'leiden'. Richting uitzetten en kiezen, tot je leven steeds meer in lijn is met hoe God je gemaakt heeft. Beken kleur, wees vrijmoedig jezelf. Er is er maar één zoals jij. Door jezelf te zijn, eer je je Schepper.

Waar heb jij vandaag hulp bij nodig? Nader vrijmoedig tot de troon van de Genadige. Vraag wat je nodig hebt en zie uit naar zijn genade en barmhartigheid voor jou.

*Welke drie kernverlangens, uit deze serie of van jezelf, kies jij als leidraad voor je keuzes en gedrag de komende tijd?*

# Vergelijken

*We zijn niet zo overmoedig ons te vergelijken met degenen die zichzelf zo aanprijzen, laat staan ons aan hen gelijk te stellen. Zij tonen hoe dom ze zijn door zichzelf als maatstaf en norm te nemen.*

- 2 Korintiërs 10:12

Social media, ik heb er een haat-liefderelatie mee. Ik kan er onrustig van worden als ik zie hoe alles bij anderen perfect lijkt. Er zijn tijden geweest dat die perfecte plaatjes een graadmeter voor me werden. Het gaf me een ontevreden gevoel over mezelf. Het aantal 'likes' dat ik op een post kreeg, bepaalde hoe ik me voelde. Het ging mijn eigenwaarde bepalen: wanneer ik niet veel likes kreeg, ging ik twijfelen aan mezelf.

Paulus wil zich niet vergelijken met de mensen die zichzelf zo aanprijzen. De reden dat hij daarin slaagt, is dat hij naar iemand anders kijkt. Zijn focus ligt niet op andere mensen, maar op God. Hij wil niet zo buitensporig hoog van zichzelf opgeven, omdat hij blijft binnen de grenzen die God hem heeft gesteld (vs. 13).

Zie je wat hij hier eigenlijk zegt? 'Ik hoef niet hoog van mezelf op te geven, omdat ik precies ben waar God me wil hebben, en precies doe wat Hij van me vraagt.' Als je focus op mensen ligt, ga je wankelen. Dan ben je niet meer bezig met wat God van je vraagt en ga je jezelf met anderen vergelijken. En de vrucht daarvan is onrust, ontevredenheid, misschien zelfs depressiviteit.

Heb jij iets externs nodig om je zelfbeeld te voeden? Dat zal nooit meer zijn dan junkfood, iets wat niet echt vult. God heeft echt voedsel voor je, iets van eeuwige waarde: de woorden die *Hij* over je spreekt.

*Hebben de social media invloed op je zelfbeeld? Zo ja, wat voor tekort probeer je te vullen met de likes die je krijgt?*



# Schoonheid

*Weet u niet dat u een tempel van God bent en dat de Geest van God in uw midden woont? Indien iemand Gods tempel vernietigt, zal God hem vernietigen, want Gods tempel is heilig - en die tempel bent u zelf.*

- 1 Korintiërs 3:16-17

Een paar jaar geleden schreef ik de serie Je bent waardevol. Het raakte me enorm dat er zo veel christenvrouwen zijn die zichzelf waardeloos vinden. Ze kijken in de spiegel en focussen zich op alles wat ze lelijk of te dik vinden. En ze beseffen niet dat ze Gods geliefde dochters zijn. Dat ze zelfs Gods heilige tempel zijn. Dat ze juist dáárom waardevol zijn, mét rimpels en te veel buikvet en al. Dat ze niet hoeven presteren om geliefd te zijn.

De vijand vindt het heerlijk als je op zo'n negatieve manier naar jezelf kijkt. Als je jezelf de grond in stamp. Als je geneigd bent om je slechte eigenschappen te benadrukken. Want het verlamt je. Je laat het wel uit je hoofd om te doen waartoe God je roept, want je denkt: wie ben ik eigenlijk om dat te gaan doen?

'Weet je niet dat je een tempel van God bent?', fluistert Gods Geest in ons hart. Weet je dat? Besef je dat? Leef je vanuit deze waarheid?

Hoe zou God zich voelen? Hij schiep al die prachtige vrouwen, maar ze vinden zichzelf lelijk. Niet alleen in de westerse wereld, maar overal zijn vrouwen en meiden continu bezig om mooi te wórd. Tegelijkertijd zijn er veel vrouwen die zichzelf laten verslonzen, 'omdat het er toch niet toe doet'... Dat is níét zorg dragen voor jouw heilige tempel!

Dus zeg tegen jezelf: ik ben mooi zoals ik ben!

*Ga voor de spiegel staan en noem minstens tien dingen op die je mooi vindt aan jezelf - innerlijk én uiterlijk!*

# Verborgen wonderen

*'Iedereen zet zijn gasten eerst de goede wijn voor en als ze dronken zijn de minder goede. Maar u hebt de beste wijn tot nu bewaard!' Dit heeft Jezus in Kana, in Galilea, gedaan als eerste wonderteken.*

*- Johannes 2:10-11*

In de Bijbelgedeelte lezen we over de bruiloft in Kana. Terwijl Jezus op deze bruiloft is, raakt de wijn vroegtijdig op. Maria kijkt haar zoon verwachtingsvol aan, in het vertrouwen dat Hij dit probleem op goddelijke wijze op kan lossen. Wat er dan gebeurt, is voor veel christenen onbegrijpelijk. Op een bruiloft waar de meeste gasten al dronken zijn van de wijn (in de HSV: als er 'goed gedronken' is), maakt Jezus nog meer wijn! Toen ik me dit realiseerde, liep mijn hoofd over van vragen. Moedigt Jezus nu het gedrag van dronkaards aan? Waarom zegt Hij niets over het feit dat al die mensen dronken zijn? Waarom is juist dit Jezus' eerste wonder?

Maria, de leerlingen, de bedienden en de ceremoniemeester kijken Jezus vol verbazing aan. Ze hebben nog nooit zoiets uitzonderlijks gezien. Alle andere gasten zijn zich ondertussen nergens van bewust. Hun aandacht is niet gericht op Jezus' werken, zij doen zich te goed aan de wijn.

Het fascineert mij hoeveel wijsheid Jezus meegeeft in dit eerste wonder. Het lijkt haast wel advies voor de wonderen die nog komen. De mensen die helder van geest zijn en hun oren en ogen op Hem gericht houden, zullen zijn werken en wonderen zien en ervan getuigen. Maar wie zijn aandacht laat afdwalen naar wereldse dingen (in dit geval: wie dronken wordt), is niet in staat zijn wonderen te erkennen.

*Vraag God met welke wereldse dingen jij nog kunt breken om gericht te kunnen zijn op Gods wonderen in jouw leven.*



# Belofte

*Mijn schapen luisteren naar mijn stem, Ik ken ze en zij volgen Mij.*

- Johannes 10:27

In Johannes 10 vinden we een eenvoudig beeld van wat het luisteren naar Gods stem inhoudt. Jezus omschrijft zichzelf hier als de Goede Herder die zijn schapen leidt met zijn stem. In die tijd leidden herders uit het Midden-Oosten hun schapen door voor hen uit te lopen, in plaats van hen van achteren voort te drijven. De schapen volgden de herder omdat ze zijn stem herkenden. Ze trokken immers dagelijks met hem op.

Schapen zijn bange beesten. Doordat ze geen klauwen, horens of slag tanden hebben, zijn ze een makkelijke prooi voor wilde dieren. Maar in de nabijheid van de herder zijn ze veilig. Jij en ik worden in de Bijbel met schapen vergeleken omdat ook wij onze angsten en benauwdheden hebben.

Jezus zegt vandaag tegen jou: Ik ben je herder. Ik weet precies waar jij bent en wat je bezighoudt. Misschien ben je bang om ziek te worden, om een geliefde kwijt te raken of om je werk te verliezen. Jij weet niet wat er op je pad komt, maar dat hoeft ook niet. Ik weet het wel en daarom kan Ik jou zo goed leiden. Ik zal je leiden met mijn stem zodat je Mij kunt volgen.

Het verstaan van Gods stem kun je niet verdienen door goed je best te doen. Het begint met geloof in Jezus' belofte dat Hij persoonlijk tot jou spreekt en dat jij zijn stem kunt verstaan. Geloof jij dat?

*Dank God dat Hij echt tot jou wil spreken en dat jij Hem kunt horen. Vraag Hem om (meer) geloof.*

# Schaamte is een gevangenis

*Ontwaak, ontwaak, Sion, en bekleed je met je kracht!*

- Jesaja 52:1

Soms bevind je je in een situatie die zo slecht is dat je het aan niemand wilt vertellen. Je schaamt je. Ik schaamde me voor mijn schulden. Hoe kon een hoogopgeleide vrouw er zo'n puinhoop van hebben gemaakt? Ik durfde het aan niemand te vertellen. Wat zouden ze van me denken? Doordat dat ik me zo schaamde, deed ik niets en werden de schulden alleen maar groter.

Uiteindelijk werd de situatie zo nijpend dat ik wel hulp moest vragen. Ik ging de schaamte voorbij. Wat een verademing. En wat bleek: ik werd helemaal niet veroordeeld, ook niet door mijn ouders of vriendinnen. Het was in mijn hoofd allemaal erger dan in werkelijkheid. Door me kwetsbaar op te stellen, werd ik krachtig.

Heb jij iets waarvoor je je schaamt? Zo erg dat je het aan niemand durft te vertellen? Ik wil je bemoedigen om erover te praten. Door in de schaamte te blijven, kies je ervoor om niets aan je situatie te doen. Begin met het eerlijk aan God te vertellen. Schrijf Hem desnoods een brief. God weet al wat je nodig hebt nog voor je Hem erom vraagt. Je hoeft en kunt je voor Hem niet verstoppen. Dat zorgt eerder voor afstand tussen jou en God, en tussen jou en je dierbaren. God zegt tegen je: wees dapper en zorg voor doorbraak in je leven. Stap samen met Hem uit de schaamte. Je zult zien hoeveel het je oplevert.

*Heer, ik geef U al mijn schaamte. Wilt U mij helpen om verder te komen?*

# Positionering

*Onverschrokken komen zij aanstormen, als strijders beklimmen zij de muren. Ieder houdt vast aan zijn eigen weg, (...) niemand van hen duwt een ander opzij, iedereen houdt zijn eigen plaats. Ook als er sneuvelen door tegenstand, verbreken zij hun gelederen niet.*

- Joël 2:7-8

Samen vormen we Gods grote leger. Ieder van ons heeft een eigen plekje gekregen, waar je verschil maakt. De een is niet meer dan de ander; iedereen telt, ongeacht geslacht, leeftijd of cultuur. Net als in een lichaam zijn alle onderdelen hard nodig. Sta je niet op de juiste plek, dan mist de ander jou en ontstaat er een gat in de rijen.

Stop daarom met vergelijken en concurreren. Geef jaloezie geen kans door de plek van de ander te begeren, want dan kun je kwetsbaar worden. In de dagtekst staat dat niemand een ander opzijduwt. Als je de roeping, gaven en kwaliteiten van de ander kunt erkennen, dan durf je haar een plekje te gunnen zonder er een waardeoordeel aan te verbinden of jezelf minder te voelen. We zijn immers geen bedreiging voor elkaar, maar een aanvulling! Het is belangrijk om elkaar te bevestigen en in eenheid op te trekken, want eenheid geeft autoriteit.

God is iedereen op de juiste plek en positie aan het brengen. Hij is ons aan het positioneren. Net als bij een ouderwets schuifpuzzeltje wordt er flink geschoven. Elk vlakje staat altijd in verbinding met een ander vlakje. Je kunt ze niet even losmaken van elkaar. Soms begrijpen we het proces van het schuiven niet meer, omdat het puzzeltje hierdoor nog minder lijkt te kloppen dan het in eerste instantie deed. Maar vertrouw Hem, Hij weet wat Hij doet en Hij kent de uitkomst! Zijn doel is dat eenieder op haar eigen unieke bestemming uitkomt.

*Vraag jij je af welke plek Hij specifiek voor jou heeft bedacht?  
Vraag het Hem maar, Hij zal het je openbaren.*



# Ik kies vreugde

*Dagtekst wijzigen in: Ik wil vrolijk zijn, U toejuichen.*

- Psalm 9:3

De zoektocht naar geluk is een populair onderwerp. Tijdschriften, boeken en websites staan vol met tips en tricks om geluk te vinden. Iedereen wil toch gelukkig zijn? Een blij gevoel vanbinnen, een vrolijke stemming. Helaas is het tegenovergestelde soms de realiteit in ons leven.

De oorzaak kan duidelijk zijn. Een somber, bedroefd gevoel kan bijvoorbeeld ontstaan door iets wat een geliefde of onszelf overkomt. Maar soms lijkt een verdrietige stemming uit het niets te komen. Wanneer een somber gevoel blijft hangen, wordt het moeilijk om ergens van te genieten. Het kan voelen als een neerwaartse spiraal. Zeker als je er niet over praat, kan het gevoel alsmaar zwaarder worden. Gelukkig is God een God van vreugde.

Het goede nieuws is dat we altijd kunnen kiezen voor vreugde. Hoe je je ook voelt, waar je ook doorheen gaat: je hebt een keuze. God heeft ons een eigen wil geven, om zelf te kunnen beslissen. Kiezen we voor gedachten van leven of van dood? Voor gedachten van gezondheid of van ziekte?

Ik geloof dat God ons de autoriteit heeft gegeven om te kiezen wat voor gedachten we wel en niet willen houden. Wil je opnieuw vreugde ontvangen? Maak je keuze en vraag het aan God. Open je hart, dan ontvang je iets nieuws.

*Vervul mij met uw vreugde, verfris mijn hart.*

# Problemen in je leven

*'Laten we dan meteen met de herbouw beginnen', zeiden ze, en ze pakten het werk voortvarend aan.*

- Nehemia 2:18

Vaak beginnen we vol enthousiasme aan ons werk. Maar wat doe je als je net als Nehemia meteen aan het begin al wordt bespot, geminacht, gekleineerd en uitgelachen om wat je aan het doen bent? (Neh. 2:19). Dit is de tactiek van de vijand om onzekerheid, faalangst en twijfel in je hart te zaaien. Als je ontmoediging in je hart toelaat, is er een grote kans dat je opgeeft en het plan niet slaagt.

Nehemia zet Gods beloften in tegen de woorden van de vijand. Hij vertrouwt God en staat zijn oren niet toe te luisteren naar negatieve informatie. Hier roept ook de Spreukendichter ons toe op wanneer hij zegt: 'Mijn zoon, heb aandacht voor mijn woorden (...). Houd ze steeds voor ogen, bewaar ze in het diepste van je hart. Ze (...) sterken heel het lichaam als een medicijn' (Spr. 4:20-23).

Welke woorden plaats jij tegenover de woorden waarmee de vijand je ontmoedigt? Je kunt je de Bijbelse beloften eigen maken. God is de goede Herder, die jou helpt. Hij verkwikt je ziel, zijn stok en staf leiden alles in goede banen (Ps. 23). Zijn woorden hebben invloed op je denken, je gemoed en je geestelijk leven. Ze zijn vol leven en kracht (Heb. 4:12).

Wat heeft God al gedaan in je leven? Herinner jezelf er steeds weer aan hoe God jou de vorige keren heeft gered, want uit dat getuigenis put je kracht (Ps. 103:2).

*Welke Bijbelverzen kunnen jou helpen niet ontmoedigd te raken?  
Schrijf ze op en leer ze uit je hoofd.*



# Kennis en inzicht

*Want het is de HEER die wijsheid schenkt, zijn woorden bieden kennis en inzicht.*

*- Spreuken 2:6*

*Hoe ben ik hierin verzeild geraakt? En hoe kom ik weer uit?! Heb je dat ooit gedacht? Ik wel! De eerste paar keer dat het gebeurt, raak je nog in paniek. Maar naarmate je langer met God wandelt, reageer je rustiger. Je herkent het soort situatie en weet wat je moet doen. Want wie dicht bij God leeft, krijgt steeds meer wijsheid van Hem. En voor Hem is geen enkele situatie nieuw of verrassend. Hij weet altijd raad!*

Ik ben moeder van vier kinderen en als ze te maken kregen met pesten, kon ik in paniek raken. Ik voelde de afwijzing, omdat ik zelf ook afwijzing heb meegemaakt. Ik werd er heel emotioneel over! Het ging zelfs zo ver dat ik de kinderen van school wilde halen. Maar ik heb geleerd om met mijn problemen naar God te gaan. Hij gaf mij wijsheid die ik aan mijn kinderen kon geven: als iemand je pest, heeft dat niet met jou te maken. Het heeft vaak te maken met de onzekerheden van degene die pest. Nu raak ik zelf niet meer in paniek en kan in de rust blijven, want ik weet dat God boven elke situatie staat.

Dus stormt het vandaag in je leven? Vraag je je af: 'Waar is God nu?' Breng jezelf tot rust. Word stil. Wacht totdat God zichzelf aan jou openbaart. Hij zal je wijsheid geven over de situatie waar je in zit. Luister naar zijn stem in je hart.

*Lieve Vader, help mij om een vrouw van kennis en wijsheid te zijn, omdat ik uw liefde overal wil doorgeven.*



# Licht

*Je bent zo mooi, vriendin van mij, je bent zo mooi!*

*- Hooglied 4:1*

Veel vrouwen hebben de neiging om zich te verschuilen, om niet op te vallen, want: 'Ach, ik ben niet zo bijzonder.' Nou, daar denkt onze hemelse Vader heel anders over. Dat lees je ook in Jesaja 60:1: 'Sta op en schitter, je licht is gekomen, over jou schijnt de luister van de HEER.' Vrouwen horen te schitteren!

Ik geniet ervan om vrouwen te laten zien hoe mooi ze zijn en kleuren helpen daarbij. Sinds een paar jaar geef ik kleur- en stijladvisen aan vrouwen in mijn directe omgeving. Niet dat ik daarvoor een opleiding heb gevolgd - voor mij is het een intuïtief proces. Ik 'zie' de kleuren bij vrouwen die hen zichtbaar maken, hun persoonlijkheid laten zien, hun innerlijke schoonheid naar voren halen.

Als jonge tiener kon ik al opgaan in het spelen met kleuren. Als mijn moeder dan een jurk aantrok, kwam ik erbij staan om haar te adviseren bij het kiezen van de blazer, sjaal, ceintuur, panty en de schoenen. Alle kleuren moesten natuurlijk harmoniëren en dat ging me goed af: mijn moeder was erg blij met mijn hulp.

Het waren mooie moeder-dochtermomenten waaraan ik met plezier terugdenk. Maar meer nog was het een van mijn eerste pogingen om een vrouw, in dit geval mijn moeder, te laten schitteren. God heeft vrouwen mooi gemaakt en dat mag gezien worden. Ook jij bent mooi, want alles wat God maakt is goed. Dus: sta op en schitter!

*Schitter vandaag op de plek waar je bent en houd je niet in!  
Vraag God om je hierbij te helpen.*



# Edelsteen

*Als edelstenen in een kroon zullen ze fonkelen op zijn land.  
Wat schitterend! Wat mooi!*

- Zacharia 9:16-17

Edelstenen heb je in allerlei kleuren. Ze worden geslepen en gepolijst in verschillende vormen en maten. Elke edelsteen is uniek en bovendien kostbaar. Ik kreeg eens een prachtige ring van mijn man Jaap met verschillende edelstenen erin: rood, roze, lichtgroen, oker, wijnrood en lichtblauw. Als de zon erop schijnt, lichten de kleuren op en beginnen ze te fonkelen. Het is een ring die opvalt.

Jij bent zo'n edelsteen! Jij bent kostbaar en waardevol. God heeft jou gewild en Hij heeft je uniek gemaakt. Zoals jij bestaat er geen tweede op de wereld. Je hoeft je dus niet te vergelijken met je zus, vriendin of collega. Je mag authentiek jezelf zijn. God heeft jou uit liefde gemaakt en je gaven en talenten gegeven die jij mag inzetten in je omgeving.

Alle dingen die je hebt meegemaakt, of ze nu leuk of slecht waren, hebben je gekneed en gevormd. Ze hebben je geslepen. Gelukkig laat God alles meewerken ten goede. De Heilige Geest polijst je, zodat je meer en meer op Jezus gaat lijken.

Samen met alle andere gelovigen in ons land ben je als een prachtige edelsteen in een kroon. Jij mag schitteren en zijn licht weerspiegelen. Ik zie voor me dat alle gelovigen lichtpuntjes zijn, waardoor heel het land gaat fonkelen. Dat kan niet onopgemerkt blijven. Zou dat niet geweldig zijn?

*Afkeer, dank U dat ik een waardevolle en kostbare edelsteen ben. Laat uw licht vandaag door mij heen schitteren, zodat ik een lichtpunt mag zijn voor anderen.*

# Ware nederigheid

*Onze bekwaamheid danken we aan God.*

*- 2 Korintiërs 3:5*

Vaak denken vrouwen te laag van zichzelf. Als een vrouw op haar werk een prachtige kans krijgt om een taak uit te voeren die tot promotie leidt, maar het gevoel heeft dat ze die taak niet perfect kan afronden, wijst zij die kans af. Mannen staan hier vaak anders in. Ook al weten ze dat ze niet alle competenties hebben, toch pakken ze de kans aan! Ze gaan ervan uit dat ze best bij kunnen leren wat ze nog niet weten. Mannen nemen meer risico's en ervaren in het algemeen meer voldoening op hun werk en thuis.

Ik sta aan het hoofd van de Economic Summit, een organisatie die regeringsleiders en hooggeplaatsten adviseert hoe ze de economie in hun land positief kunnen beïnvloeden. Toen God mij hiervoor riep, schrok ik me een hoedje. Ik had namelijk scheikunde gestudeerd, geen economie.

Toen ik voor deze groep sprak, dacht ik dat ik me bescheiden opstelde door te benoemen dat ik eigenlijk niet bekwaam was om de Economic Summit te leiden. Plotseling kwam de organisatrice van de bijeenkomst het podium op. Zij keek mij indringend aan en zei: 'Arleen, zo mag je niet praten! God is de grote Econoom en als Hij je hiervoor roept, is het ongeloof te zeggen dat je er niet geschikt voor bent. Hij zal je bekwaam maken!' En dat heeft Hij gedaan.

Deze ervaring leerde me een belangrijke les die in het bijzonder toepasbaar is voor vrouwen. Ware nederigheid is niet minder van jezelf denken, maar minder aan jezelf denken.

*Heb je weleens 'nee' gezegd tegen iets wat God van je vroeg, omdat je dacht dat je er niet voor bekwaam was? Belijd het aan Hem en vraag Hem je de volgende keer moed te geven.*

# Afspraakje met God

*Prijs de HEER, mijn ziel, prijs, mijn hart, zijn heilige naam. Prijs de HEER, mijn ziel, vergeet niet één van zijn weldaden.*

- Psalm 103:1-2

David vertelt zijn ziel wat te doen. Hij wil niet meegaan met zijn gevoel en maakt de keuze om naar de Heer te gaan. In plaats van naar binnen te kijken, gebiedt hij zijn ziel om zich op zijn almachtige God te richten, die hem weldaden doet. David zet de juiste prioriteit!

Ons leven kan zo druk zijn dat we dingen vergeten. Je vliegt de deur uit voor je afspraken en vergeet in de haast je portemonnee en mobieltje. Daarna snel terug naar huis en poetsen, want om kwart over drie is de school weer uit. Je moet nog eten maken en, o ja, je wilt straks nog bij je beste vriendin langs voor haar verjaardag. Herkenbaar?

Een herinnering op je telefoon of een agenda kan helpen, of een post-it op de deur of spiegel voor wat je die dag zeker niet moet vergeten. Maar hoeveel post-its leggen we neer om naar God te gaan? Staat jouw Vader ook in jouw drukke agenda?

We moeten onszelf eraan herinneren om Gods weldaden niet te vergeten. Wat zijn die weldaden waar David het over heeft? Hij vergeeft al je schulden, Hij geneest al je ziekten, Hij redt je leven van het graf, Hij kroont je met trouw en liefde, Hij overlaadt je met schoonheid en geluk. Je jeugd vernieuwt zich als een adelaar (Ps. 103:3-5). David strekt zich uit naar de totale genade die God aanbiedt en dankt Hem daarvoor. God geniet ervan als je met Hem afspreekt! En je post-its geven Hem een glimlach.

*Welk hulpmiddel helpt je om dagelijks met God af te spreken?  
Maak een lijstje met weldaden die Hij voor je gedaan heeft.*



# Leren fietsen

*Mijn hulp komt van de HEER, die hemel en aarde gemaakt heeft.*

- Psalm 121:2

Ik vind het zo prachtig dat God onze hand vasthoudt terwijl Hij met ons meegaat. Dat is toch geweldig? Zelf heb ik dit te weinig ervaren van mijn aardse vader. Daarom kostte het mij moeite om te begrijpen hoe het voelt.

Het is alsof je probeert te fietsen en het lukt niet. Maar opeens voel je een sterke hand die je in balans houdt. Pas dan kun je trappen en blijf je stabiel. Je gaat sneller en sneller en opeens merk je dat je los bent en het zelf kan! Je kijkt voorzichtig achterom en je ziet twee dikke duimen in de lucht.

Ik geloof dat God ons telkens nieuwe dingen wil leren. Alle begin is moeilijk, maar het mooie is dat we nooit alleen zijn. Vol geduld staat God bij je en houdt je hand vast wanneer je het nodig hebt. Zodra je het zelf kunt, laat Hij los, maar Hij gaat niet weg. Hij blijft naast je lopen en wijkt niet van je zijde.

Zo zie ik voor me dat Hij dan op zijn fiets stapt en naast je komt fietsen. Daar legt Hij zijn hand op je schouder, zodat Hij je begeleidt wanneer het wat spannend wordt.

Waar je ook doorheen gaat, wat je momenteel ook moeilijk vindt, leun op God. Vraag Hem om je te helpen. Hij staat naast je en wacht op jou. Hij dringt zich nooit op en weet maar al te goed dat het jouw proces is.

*Vader, vandaag vraag ik uw hulp bij ... (benoem het). Wilt U mijn hand vasthouden?*



# Een koninklijk huwelijk

*Ze brengt hem voorspoed, geen ellende, alle dagen van haar leven.*

- Spreuken 31:12

In een eerdere overweging vertelde ik wat God van mij vroeg toen ik met Jan was getrouwd. Dit betekent niet dat God van iedere pasgetrouwde vrouw vraagt dat zij haar baan opgeeft om haar man op die manier respect te tonen.

God vertelt ons in zijn Woord dat man en vrouw beiden naar zijn beeld en gelijkenis geschapen zijn. Zij krijgen ook dezelfde opdracht (Gen. 1:27-28). Toen God de vrouw schiep, schiep Hij haar uit de man. Wanneer een man en een vrouw met elkaar trouwen, worden zij weer één vlees. Wat bijzonder en mooi.

Man en vrouw vormen een eenheid en werken aan dezelfde opdracht: de taak die God hun gegeven heeft. In Spreuken 31:10-31 schetst de dichter een prachtig plaatje van de samenwerking tussen een man en een vrouw binnen het huwelijk.

Zij is een zakenvrouw (vs. 16 en 24), een coupeuse (vs. 21), een manager (vs. 27). Ze is sterk en optimistisch (vs. 25), ze heeft een groot hart voor wie het moeilijk heeft (vs. 20), ze is wijs (vs. 26) en ze dient God met heel haar hart (vs. 30). Hij is een man van invloed (vs. 23) die trots is op zijn vrouw (vs. 28).

Eigenlijk laat de dichter zien dat de man zo succesvol is mede door toedoen van zijn vrouw. Haar respect voor hem en de manier waarop ze dat in daden omzet, is de sleutel die de deur opent naar een koninklijk huwelijk in dienst van God.

*Hoe kun jij het respect dat je voor je man of voor iemand anders hebt, omzetten in daden?*



# Op zoek naar waarde

*Bij U schuil ik, U bent mijn schild, in uw woord stel ik mijn hoop.*

- Psalm 119:114

Soms laat ik me beïnvloeden door mijn omstandigheden en de meningen van mensen om me heen. Wanneer mensen me teleurstellen, kan ik boos op hen worden. Of ik word boos op mezelf. De duivel fluistert me bijvoorbeeld in dat ik geen goede vriendin ben geweest. Wanneer je zekerheden wankelen, komt het erop aan wat je gelooft.

Als je mensen ruimte geeft om jou goed te keuren, geef je hun ook de macht om je af te keuren. Maar als je je daardoor laat leiden, dien je mensen en niet God. Als jij je waarde haalt uit je functie op je werk, dan kun je bang worden om je baan te verliezen. Als jij je waarde haalt uit je partner, dan kun je hem gaan pleasen.

De duivel probeert ons op allerlei manieren te doen geloven dat we niet goed genoeg zijn. Hij wil graag dat we hard werken om onszelf 'op te poetsen'. Dat we onze waarde halen uit meningen van mensen, materiële zaken en onze omstandigheden.

Het enige wat God van ons verlangt, is dat we volledig rusten in zijn waarheid. Wanneer je je zekerheid zoekt in andere zaken en mensen, begin dan met Gods waarheid tot jouw waarheid te maken. Zoek het bij Hem alleen. In Hem ben je werkelijk geborgen.

*Schrijf je onzekerheden en zekerheden op en zet daar Gods waarheid achter. Zoek jij je waarde al volledig in Hem?*

# Eén met Jezus

*Ik ben aan U gehecht, met heel mijn ziel, uw rechterhand houdt mij vast.*

- Psalm 63:9

David is in de woestijn als hij uitroept: 'Uw nooit falende liefde is beter dan het leven zelf!' (zie vs. 4). Met heel zijn wezen verlangt David ernaar één te zijn met zijn Schepper. Hij weet dat God voor hem zorgt en durft zijn leven aan Hem toe te vertrouwen. Het woord 'gehecht' uit de dagtekst mag je ook vertalen met 'stevig aan U vastgelijmd'. In de stormen van zijn leven weet David dat hij zichzelf nooit zal verliezen: God houdt hem stevig vast.

In ons leven kan het ook behoorlijk stormen. De problemen die op je afkomen, de gedachten die door je hoofd razen, de zorgen die je in de greep houden. Soms weet je niet waar je het zoeken moet. Doe dan net als David, zorg dat je vastgeplakt zit aan God. Als jij jezelf dreigt kwijt te raken in de storm, zal Hij je vasthouden. In Jesaja 41:10 zegt Hij dat zijn overwinnende rechterhand jou overeind zal houden.

Stevig aan elkaar vastgelijmd, niet meer van elkaar te scheiden. Eén met Jezus. Precies zoals Jezus het zelf verwoordt: 'Dan zul je begrijpen dat Ik in mijn Vader ben, dat jullie in Mij zijn en dat Ik in jullie ben' (Joh. 14:20). Hij in jou, jij in Hem. Zijn vrede wordt jouw vrede, zijn vreugde wordt jouw vreugde. Zijn kracht maakt jou sterk. En terwijl jij het leven van alledag leeft, verandert Hij jou van binnenuit. Net als David ervaar je dan dat je ziel verzadigd wordt met overvloed (vs. 6).

*Neem vandaag een situatie waar je over piekert en geef die aan Jezus. Blijf even stit en kijk wat Hij je ervoor in de plaats geeft.*





# Meesterbouwer

*Vrouwe Wijsheid bouwt haar huis, Dwaasheid breekt het hare eigenhandig af.*

- Spreuken 14:1

We worden opgeroepen om meesterbouwers te worden. Het vraagt bewuste inspanning om van een huis een thuis te maken. Een paar fundamentele pijlers zorgen daarvoor.

De duurzaamste pijler is de zichzelf weggevende liefde. Deze liefde is geduldig, vol goedheid en niet jaloers. Ze is niet ijdel of zelfgenoegzaam. Ze zoekt zichzelf niet. Ze laat zich niet provoceren en voelt zich niet beledigd (1 Kor. 13:4-8).

Een tweede pijler wordt vaak verwaarloosd: de pijler van respect. Wij respecteren iemand vaak om zijn reputatie of prestaties. Het diepste respect dat we voor iemand kunnen tonen, is echter gebaseerd op de intrinsieke waarde van de ander als mens. Hij is immers gemaakt naar het evenbeeld van God (Gen. 1:27).

De kwetsbaarste pijler is vertrouwen. Vertrouwen is de verwachting dat iemand echt en eerlijk is en jou geen kwaad zal doen. Waar vertrouwen is, zijn veiligheid, geborgenheid en bescherming. Er is wijsheid voor nodig om te bepalen of iemand te vertrouwen is.

Dan is er nog de pijler van begrip. De bouw van deze pijler duurt een heel leven lang. Begrip is het vermogen te weten hoe de ander zich voelt en daar gepast op te reageren. Het kost tijd om dit te ontwikkelen. Dat begint met een aantal basisvragen: Hoe kan ik je beter begrijpen? Waar loop je warm voor? Waarom vind je wat je vindt?

Om een veerkrachtige meesterbouwer te worden, moet je een ontvankelijke houding ontwikkelen, vrijgevig zijn en je bewust zijn van je identiteit als geliefde dochter van je hemelse Vader.

*Heer, laat me zien hoe ik deze pijlers van liefde, respect, vertrouwen en begrip kan laten groeien en van mijn huis een veilig thuis kan maken.*

# Grenzen

*Laat jullie ja ja zijn, en jullie nee nee; wat je daaraan toevoegt komt voort uit het kwaad.*

- Matteüs 5:37

Hoor jij jezelf ook weleens ja zeggen op een vraag terwijl je vanbinnen nee zegt? Je vindt het misschien moeilijk om te weigeren en wilt iemand niet teleurstellen. Mogelijk ben je bang voor een conflict of je vreest dat de ander je dan niet meer aardig vindt.

Jezus leert ons dat ons ja ja moet zijn, en ons nee nee. Hij zegt daarmee: zorg dat je binnen- en je buitenkant met elkaar overeenkomen. Zorg dat wat je zegt, ook is wat je wilt. Om met autoriteit te kunnen bidden, moet je het eens zijn met wat je bidt.

Wat heb jij nodig voor die eenheid tussen je binnen- en je buitenkant? Misschien moet je nee leren zeggen tegen alles wat je afleidt. Tegen verslavingen als eten of social media. Of misschien moet je stoppen de problemen van anderen op te lossen, omdat je geen energie meer overhebt om je eigen leven op orde te houden.

Als je wilt leren om in gehoorzaamheid aan God te leven en de strijd te voeren die God wil dat je voert, zijn gezonde grenzen een voorwaarde. Als je weet waar God jou wil inzetten, kun je leren nee te zeggen tegen alle andere voorstellen en afleidingen, welk goed doel ze misschien ook dienen. Om gefocust te kunnen blijven op Gods doel, moet je in staat zijn duidelijk nee te zeggen tegen dat wat je ervan afhoudt.

*Kom je vandaag in een situatie waarin je ja wilt zeggen?  
Onderzoek dan eerst of je ja ook echt ja is. Twijfel je?  
Zeg dan nee!*

# Nieuw vanbinnen

*Daarom, als iemand in Christus is, is hij een nieuwe schepping: het oude is voorbijgegaan, zie, alles is nieuw geworden.*

- 2 Korintiërs 5:17 HSV

In je eenheid met Christus ben je een nieuwe schepping geworden. Wat ik zo'n mooie ontdekking vond, is dat er in het Grieks twee woorden zijn die met 'nieuw' worden vertaald: *neos* en *kainos*. Het woord *neos* betekent volgens de Concordantie van Strong: 'iets nieuws waarvan al oudere versies bestaan'. Bijvoorbeeld: je oude jas is versleten, maar nu krijg je een nieuwe jas. In dit Bijbelvers wordt twee keer het woord *kainos* gebruikt. *Kainos* verwijst naar iets wat nieuw is geschapen en niet lijkt op wat al bestaat. In diezelfde concordantie staat voor *kainos*: 'van een nieuwe soort, ongekend, nieuw, ongewoon, ongehoord'.

Is dat niet bijzonder? God heeft niet je oude mens opgelapt of schoongemaakt, maar je helemaal nieuw gemaakt vanbinnen. Je hebt nu een nieuwe geest. Je bent van een volkomen nieuw soort. Je nieuwe mens is uit God geboren (1 Joh. 5:1). Je hebt een nieuwe Vader gekregen. Je zit nu in zijn bloedlijn. Je hebt zijn natuur gekregen; Gods geestelijk DNA is in jou! Je bent geschapen naar het beeld van Jezus.

Ga jezelf zien als een nieuwe schepping! Als Gods kind ben je in staat om net als Jezus een bovennatuurlijk leven te leiden. Je kunt Gods liefde laten stromen, zijn Koninkrijk verkondigen en wonderen doen. Wat een geweldige reden om blij te zijn!

Dank God dat je een nieuwe schepping bent! Waartoe ben jij in staat met Jezus in je (1 Joh. 14:12)?



# Het verloren schaap

*Als iemand van u honderd schapen heeft waarvan er één verloren is geraakt, laat hij dan niet de negenennegentig andere in de woestijn achter om naar het verdwaalde dier op zoek te gaan tot hij het gevonden heeft?*

- Lucas 15:4

Opnieuw staan de farizeeën en schriftgeleerden aan de kant te morren terwijl Jezus zondaars ontvangt en met hen eet. Het lijkt wel een patroon te worden. Jezus toont hun zijn hart door deze prachtige gelijkenis.

Als een man een schaap verliest, laat hij de negenennegentig in de woestijn achter en gaat achter het verloren dier aan. Als we Jezus zien als deze herder en mensen als de schapen, zien we hoe onwijs begaan Jezus is met het verlorene. Hij geeft zelfs aan dat er in de hemel meer blijdschap is over een zondaar die zich bekeert, dan over negenennegentig rechtvaardigen die de bekering niet nodig hebben.

Laat dat eens op je inwerken. Jezus geeft echt prioriteit aan het zoeken van het verlorene, ook hier en nu. Hoe zit het met onze prioriteiten? Vaak zijn we als christenen druk met onze dagelijkse besommeringen: werk, het gezin, hobby's en vrienden. Zelfs binnen de kerk gaat veel van onze tijd naar 'de negenennegentig': we bereiden preken voor, gaan naar conferenties, maken muziek en hebben huisgroepen en vergaderingen ... Maar maken we tijd om de verloren schapen te zoeken? Dit kan alleen als we de keuze maken om achter hen aan te gaan tot ze gevonden zijn. Dit kost tijd. Dit kost liefde. Dit kost toewijding.

*Kijk naar jouw eigen prioriteiten. Ben jij op zoek naar verdwaalde schapen? Begin vandaag voor een aantal van hen te bidden.*



# Spons

*Alleen bij God vindt mijn ziel haar rust, van Hem komt mijn redding.*

*- Psalm 62:2*

Op een middag had ik een diep gesprek. Er kwam van alles voorbij: verdriet, een verbroken familierelatie en de gevolgen die dat zo veel jaren later nog had. Het was een kostbaar gesprek, maar ook zwaar. Toen ik naar huis ging, zat mijn hoofd helemaal vol.

Uitgeput plofte ik thuis op de bank neer. Tv aan? Nee, misschien eerst maar even tot rust komen. Ik deed mijn ogen dicht en strekte me uit naar Gods aanwezigheid. Bij Hem kon ik loslaten. Het duurde even, maar langzaam hielden mijn gedachten op met tollen.

In dat moment van rust gebeurde iets. Hoe meer ik deze situatie aan God toevertrouwde en losliet, hoe dieper ik voelde dat God te vertrouwen is. Er kwamen meer dingen omhoog die ik los mocht laten. En terwijl ik zo voor mijn gevoel steeds lichter werd, hoorde ik ineens Gods fluisterstem: 'Je bent geaccepteerd. Je bent geliefd.'

Met mijn hoofd wist ik dat natuurlijk allang, maar het was alsof het op een nieuwe manier in mijn hart landde. Als een soort filmpje zag ik vervolgens voor me hoe ik als een spons helemaal werd gevuld met Gods liefde en acceptatie. Het gaf een geweldig gevoel van vreugde en vrede.

Later dacht ik na over dat beeld van de spons. Wanneer je een volle spons aanraakt, word je nat. Als ik mezelf dagelijks in Hem onderdompel, dan 'lek' ik levend water op iedereen die met mij in aanraking komt!

*Stel je vandaag voor hoe je als een spons langzaam gevuld wordt met Gods levende water. Weet dat dit niet enkel in je voorstellingsvermogen gebeurt.*

## GEMAAKT OM TE STRALEN

Je bent prachtig. Ja, jij daar! En je bent krachtig. God kent je door en door en Hij heeft je gemaakt om te stralen.

*Glow* is een dagboek voor vrouwen door vrouwen. Vierentwintig auteurs delen op authentieke en soms kwetsbare wijze wat God hun gegeven heeft. Aan de hand van de Bijbel laten ze je zien hoe God naar je kijkt en moedigen je aan om in je kracht te gaan staan. Zoals een van hen schrijft: 'Als alle gelovigen een lichtpuntje zijn, gaat heel het land fonkelen!'

**GL****W**

