

Inhoud

Voorwoord	8
Gedachten	11
Geloof	53
God	95
Rust	137
Toekomst	179

Voorwoord

Terwijl ik dit voorwoord schrijf, zijn de quarantainemaatregelen van kracht omdat het coronavirus de wereld rondgaat. Inmiddels zitten we al enkele weken gedwongen thuis in afwachting van wat komen gaat. Voor sommige lezers geldt dat ze hun baan zijn kwijtgeraakt. Anderen hebben in het ziekenhuis gelegen, mogelijk op de ic. Hoelang zullen de anderhalvemetermaatregelen nog gehandhaafd moeten worden? Gaan we straks echt naar het 'nieuwe normaal'? Deze tijd brengt veel onzekerheid met zich mee. Misschien gaat op dit moment je geloofsleven wel helemaal over de kop. Misschien heb je op de toppen van het geloof gestaan, maar ben je nu alles kwijt. Dit kan sluipenderwijs gaan, maar soms ook voor je gevoel plotseling. Dat laatste overkwam mij; na 23 jaar voor de klas gestaan te hebben, kwam ik van de ene op de andere dag met een burn-out thuis te zitten. Ik was helemaal opgebrand. Jarenlang had ik gegeven. Ik was over mijn grenzen gegaan. En dat niet eenmalig, maar steeds weer opnieuw. Daarnaast speelden er ook allerlei vragen over Gods bedoeling met mijn leven. Alles bij elkaar was het me te veel geworden. Dit was het begin van een burn-out die anderhalf jaar zou duren. Op het moment dat ik dit schrijf, ben ik weer bijna volledig terug in het arbeidsproces. Maar het was een heftige tijd. God was uit zicht. En het duurde een hele tijd voordat ik weer uitzicht kreeg.

In deze tijd van thuiszitten ben ik op diverse manieren bemoedigd: door een gedeelte dat ik las tijdens mijn stille tijd, door een kaartje in de brievenbus, door een mailtje, door een appje, door de Dagelijks Woord-app en door diverse citaten op Facebook. Veel van deze bemoedigingen heb ik via mijn eigen Facebookpagina 'Bijbeldagboek' gedeeld. Gaandeweg ontstond het idee deze bemoedigingen in boekvorm uit te geven. Hierbij is de tekst uit 2 Korinthe 1:3-4 leidend geweest. Zo hoop ik anderen te bemoedigen met bemoedigingen waardoor ikzelf bemoedigd ben.

In mijn burn-outperiode heb ik veel geleerd. Een paar dingen:

- Het leven is geen vanzelfsprekendheid. Als God onze adem inhoudt, is het gebeurd;
- Gezondheid is niet vanzelfsprekend;
- Werk is een zegen als je gezond bent;
- Zegeningen moet je bewust tellen in je leven;
- Wees blij met de kleine dingen;
- Tijd inruimen om écht naar God te luisteren;
- Er is daadwerkelijk gesprek met God mogelijk;
- Mijn levensloop ligt in Gods hand;

- God heeft een doel met mijn leven, ook al is het voor mij niet duidelijk hoe dit gestalte krijgt;
- God wil dat wij ons bekommeren om anderen en hen troosten, zoals wijzelf getroost worden.

Ik heb gekozen voor vijf thema's die herkenbaar zijn voor iedereen die door een moeilijke periode heen gaat: gedachten, geloof, God, rust, toekomst.

De titel heeft een dubbele bodem. God heeft me regelmatig uitzicht geboden in deze moeilijke periode in mijn leven. Daarvoor ben ik Hem hartelijk dankbaar. Vandaar dat ik het boek de titel *Uitzicht* meegegeven heb. Maar er zijn ook tijden dat God helemaal uit zicht is. Zeker in de eerste maanden waren die tijden er regelmatig. Maar ook later kwamen ze met enige regelmaat terug. Vandaar dat ik in dit boek een weg bewandel die gaat van uit zicht naar uitzicht. Het is overigens niet een voortdurend opgaande lijn. Dan zou ik geen recht doen aan de werkelijkheid. Enkele goede dagen werden afgewisseld door slechtere. In de stukjes zul je dit ook terugvinden. Maar de hoofdlijn gaat van mineur naar majeur, van uit zicht naar uitzicht!

Uiteindelijk gaat het om de Vader der barmhartigheden en de God aller vertroosting. Hij doet niets zonder doel. Hij confronteert ons – de een meer dan de ander – om ons daarna te troosten en ons zo bagage mee te geven voor anderen, zodat wij hen kunnen troosten. Hem alle eer!

Arjan van den Noort

Gedachten

Heb je ook zo 'n hekel aan onrustige video's? Het beeld flitst maar heen en weer. Alles deint op en neer. De horizon staat scheef. Toch komt deze beschrijving misschien nog wel het meest in de buurt van hoe je je kunt voelen wanneer alles je teveel geworden is. Je gedachten tollen maar rond. En ze stilzetten lukt je niet, alle goedbedoelde adviezen ten spijt. Je gedachten draaien steeds weer in hetzelfde cirkeltje rond. Maar je schiet er niets mee op. Je ziet op tegen de dingen die komen gaan. De dag van morgen zie je als een berg voor je. Hoe kom je die dag ooit door? Angst is misschien nog wel de ergste kwelgeest. En tegelijk weet je dat het ook de slechtste raadgever is. Maar hoe kom je er vanaf? 'De mens lijdt dikwijls het meest door het lijden dat hij vreest, doch dat nooit op komt dagen.' Je weet het, maar toch ...

1. De wenteltrap

'De HEERE nu is het Die voor u uit gaat.' (Deut. 31:8a)

Wanneer je een toren beklimt, moet je vaak een wenteltrap op. Er lijkt geen eind aan te komen. Misschien tel je wel automatisch het aantal treden tot boven toe.

Je staat aan het begin van een nieuwe periode. Dat kan een nieuw jaar zijn. Of misschien begin je dit boekje op een willekeurige dag van het jaar. In ieder geval ligt er een tijd voor je die voor jou onbekend is. Evenals bij Jozua, die hier van Mozes officieel de bevelvoering krijgt over de Israëlieten. Zou hij het hebben zien zitten? 'Ja, Mozes, het komt helemaal goed.' Of zou zijn reactie meer zijn: 'Ik? Wie ben ik dat ik dit moet doen? Dit lukt me nooit, tenzij ... God mij helpt.'

Het kan echter ook zomaar lijken dat God er niet is. Of op z'n best ver weg is, uit ... zicht. Het leven lijkt soms net een wenteltrap. Om iedere bocht denk je eindelijk het doel te zien. Maar de bocht blijft een bocht. Zo ook de tijd die voor je ligt: het leven als een wenteltrap. Wat brengt de toekomst? Wat zal er allemaal gebeuren? Krijg je die baan die je zo graag wilt? Zou hij of zij

'ja' zeggen tegen jou? Hoe zal het gaan met de gezondheid van je ouders? Zal die ziekte weer terugkomen? Zal je kind weer een jaar van pesten tegemoet gaan op school? Blijft het goed gaan in je huwelijk, dat barstjes is gaan vertonen? Blijf je het trekken op je werk?

Allemaal vragen die je hebt, en waar je geen antwoord op weet. Maar weet dat op de wenteltrap van je leven Jezus je is voorgegaan. Iedere trede heeft Hij ook betreden. Hij weet van moeiten, zorgen, angsten, verdriet. Maar Hij weet ook van blijdschap, vreugde, vriendschappen.

'De HEERE nu is het Die voor u uit gaat.'

Houd dit voor ogen de komende tijd. Jezus is ons voorgegaan en heeft alles wat jij zult doormaken al doorgemaakt. En nog iets om in de gaten te houden: de wenteltrap houdt een keer op. En boven op de toren heb je een prachtig uitzicht. Als je in Jezus' voetsporen mag gaan zal het *uitzicht*, de hemel met Jezus altijd in je nabijheid, onvoorstelbaar mooi zijn.¹

1. N.a.v. een preek van ds. H.J.T. Lubbers, nieuwjaarsdag 2018 in IJsselmuiden

”

‘De HEERE nu is het
Die voor u uit gaat.’

Deuteronomium 31:8a





”

Als vooruit kijken je bang maakt en achterom
kijken pijn doet, kijk dan omhoog. God zal je
helpen.

DagelijkseBroodkrumels

2. Kijk omhoog!

'Mijn hulp is van de HEERE, Die hemel en aarde gemaakt heeft.' (Ps. 121:2)

Als vooruit kijken je bang maakt en achterom kijken je pijn doet, kijk dan omhoog. God zal je helpen.

Herkenbaar? De toekomst lijkt zo donker. Het liefst stop je je hoofd onder je kussen om verder te slapen. De toekomst lijkt zo onheilspellend. Logisch, gezien wat je meegemaakt hebt. Wanneer je kijkt naar de weg die achter je ligt, komt er een pijnlijke trek op je gezicht. Waar is God?

Je las net Psalm 121. Dit wordt wel de 'reispsalm' genoemd. Veel mensen hebben de gewoonte om Psalm 121 te lezen voordat ze op reis gaan. Bijvoorbeeld aan het begin van een vakantie. Het is een gebed om Gods bescherming. In deze psalm klinkt het vertrouwen in God door: 'Mijn hulp is van de HEERE, Die hemel en aarde gemaakt heeft. Hij zal(!) uw voet niet laten wankelen. (...) De Bewaarder van Israël zal niet sluimeren of slapen.'

Als vooruit kijken je bang maakt en achterom kijken pijn doet, kijk dan omhoog. God zal je helpen.

We vinden het vaak zo moeilijk om het van God te verwachten. Maar het is zo bevrijdend. God zal helpen! Hij kent je. Hij is je Schepper. Hij heeft je het leven gegeven. Zou Hij dan ook niet verder voor je zorgen? Zie minder op de omstandigheden. Herinner jezelf er steeds weer aan, dat je niet op de omstandigheden moet zien. Dat werkt verlammend. Zie op God, Die veel groter is dan die omstandigheden.

Hij is je Bewaarder. Hij is ook je schaduw aan je rechterhand. Hoe dichtbij is een schaduw? Dichtbij dan dat kan niet. Zo dichtbij is God. Hij is als het ware één schreeuw van je verwijderd. Nee, Hij is helemaal niet van je verwijderd. Zijn schaduw zit aan je vast. Al zie je Hem niet, Hij is er wel. Waar het licht met het donker strijdt, is de schaduw het scherpst afgetekend. Hij hoort je, Hij kent je gedachten. En Hij roept het je toe: 'Kijk omhoog, behalve je Schaduw ben ik ook je Lichtbron!'

3. Piekeren is ongehoorzaamheid

'Maar mijn God zal u, overeenkomstig Zijn rijkdom, voorzien van alles wat u nodig hebt, in heerlijkheid, door Christus Jezus.' (Filipp. 4:19)

Piekeren: wie doet het niet? Hoe zal het gaan vandaag? Gaat mijn baas weer mijn werk overdoen? Zal ik weer last krijgen van migraine? Zal die klas weer zo vervelend doen? Kan ik deze maand rondkomen? Wanneer alles goed gaat en je gezond bent, is er meestal niets aan de hand. Maar wanneer het je niet meer voor de wind gaat, kan dit zo maar omslaan in gepieker.

Paulus dankt de Filippenzen voor de financiële gaven die hij van hen ontvangen had. Paulus is tevreden met de situatie waarin hij verkeert, ook al zit hij in de gevangenis. Hij ziet hoe God voor Hem zorgt. En zo belooft hij ook dat God zal zorgen voor de Filippenzen: 'Maar mijn God zal u, overeenkomstig Zijn rijkdom, voorzien van alles wat u nodig hebt, in heerlijkheid, door Christus Jezus.'

'Ja, het zal allemaal wel, God. Maar ik

ervaar het niet zo. Waar bent U dan in mijn leven? Ik moet al zolang overal alleen tegen opboksen! En iedere dag weer is die vermoeidheid er. Hoe kom ik daar ooit vanaf?' 'Ho, stop Mijn kind. Nu ga je direct weer piekeren. Vertrouw op Mij en laat Mij nu maar gewoon Mijn gang gaan in je leven. Het komt echt goed. Dat belooft Ik je. Ik laat Mijn kinderen niet in de steek: "Ik zal je voorzien van alles wat je nodig hebt." Ge-loof Me nu! Dit zijn geen leugens. Blijf nu niet piekeren.

Eigenlijk is piekeren ongehoorzaamheid. Je bent dan bezig met twijfelen aan Zijn woorden.

Stop daarmee en vertrouw op Mij. Wat zeg je? Dat vind je juist zo moeilijk? Dat weet Ik en daarom heb Ik Paulus ook op laten schrijven dat Ik zal voorzien in alles(!) wat je nodig hebt!'



”

Eigenlijk is piekeren ongehoorzaamheid. Je bent dan bezig met twifelen aan Zijn woorden.

Corrie ten Boom, n.a.v. video 'Piekeren is ongehoorzaamheid'

”

Je zorgen maken is als een schommelstoel: het houdt je bezig, maar je komt er niet verder mee.

Corrie ten Boom

