

VEERKRACHT



Onder redactie van  
Herman van Wijngaarden

VEER  
KRACHT

Dagboek bij  
kernthema's  
uit de Bijbel

Uitgeverij Jes! • Utrecht

Bij de productie van dit boek is gebruikgemaakt van papier dat het keurmerk Forest Stewardship Council® (FSC®) draagt. Bij dit papier is het zeker dat de productie niet tot bosvernietiging heeft geleid. Ook is het papier 100% chloor- en zwavelvrij gebleekt.

Uitgeverij Jes! is een samenwerking tussen Boekencentrum Uitgevers en de HGJB. Kijk voor meer informatie op [www.jesvoorjou.nl](http://www.jesvoorjou.nl).

ISBN 978 90 239 7094 1

NUR 707

Ontwerp omslag Deelstra & de Jong  
Lay-out en dtp binnenwerk JetOntwerp

© 2017 Uitgeverij Jes! – Utrecht

Alle rechten voorbehouden

# INHOUD

## Hoe dit dagboek werkt

<input type="checkbox"/> Aanbidding.....	13
<input type="checkbox"/> Andere godsdiensten.....	18
<input type="checkbox"/> Avondmaal.....	23
<input type="checkbox"/> Beking.....	28
<input type="checkbox"/> Bijbel.....	33
<input type="checkbox"/> Blijdschap.....	38
<input type="checkbox"/> Discipelschap.....	43
<input type="checkbox"/> Dood.....	48
<input type="checkbox"/> Doop.....	53
<input type="checkbox"/> Duivel.....	58
<input type="checkbox"/> Gebed.....	63
<input type="checkbox"/> Geldbesteding.....	68
<input type="checkbox"/> Geloofstrijd.....	73
<input type="checkbox"/> Geloofszekerheid.....	78
<input type="checkbox"/> Geloven.....	83
<input type="checkbox"/> Gemeente-zijn.....	88
<input type="checkbox"/> Genieten.....	93

<input type="checkbox"/>	Getuigen.....	98
<input type="checkbox"/>	God de Vader.....	103
<input type="checkbox"/>	Gods heiligheid.....	108
<input type="checkbox"/>	Gods leiding.....	113
<input type="checkbox"/>	Groeien in geloof.....	118
<input type="checkbox"/>	Heilige Geest.....	123
<input type="checkbox"/>	Identiteit.....	128
<input type="checkbox"/>	Je naaste.....	133
<input type="checkbox"/>	Jezus.....	138
<input type="checkbox"/>	Kern van het geloof.....	143
<input type="checkbox"/>	Koninkrijk van God.....	148
<input type="checkbox"/>	Kruisdragen.....	153
<input type="checkbox"/>	Lichaam.....	158
<input type="checkbox"/>	Liefde van God.....	163
<input type="checkbox"/>	Lijden.....	168
<input type="checkbox"/>	Onze heiligheid.....	173
<input type="checkbox"/>	Opstanding.....	178
<input type="checkbox"/>	Profetieën.....	183
<input type="checkbox"/>	Recht en onrecht.....	188
<input type="checkbox"/>	Rentmeesterschap.....	193
<input type="checkbox"/>	Roeping.....	198

<input type="checkbox"/> Seksualiteit.....	203
<input type="checkbox"/> Toekomst   hemel.....	208
<input type="checkbox"/> Twijfel.....	213
<input type="checkbox"/> Verbond.....	218
<input type="checkbox"/> Verkiezing.....	223
<input type="checkbox"/> Verlossing.....	228
<input type="checkbox"/> Verzoening.....	233
<input type="checkbox"/> Voorzienigheid.....	238
<input type="checkbox"/> Vriendschap.....	243
<input type="checkbox"/> Wederkomst.....	248
<input type="checkbox"/> Woestijnperiode.....	253
<input type="checkbox"/> Zaligheid   redding.....	258
<input type="checkbox"/> Zelfverloochening.....	263
<input type="checkbox"/> Zonde.....	268
<b>Stil worden</b> – verschillende manieren.....	273
<b>Open handen</b> – een aantal gebeden.....	276
<b>Over de schrijvers</b> .....	285

# HOE DIT DAGBOEK WERKT

De Bijbel geeft veerkracht. Hij geeft je kracht om de beweging 'omhoog' te maken, naar God toe. En in die beweging ga je ook vooruit, want de Bijbel is een boek voor het dagelijks leven. In die overtuiging is dit dagboek geschreven. Het wil je in beweging zetten naar God toe en door het leven heen.

Veerkracht is geen gewoon dagboek bij het lezen van de Bijbel. Het belangrijkste verschil met de meeste dagboeken is dit: de auteurs vertellen je niet precies wat zij in de Bijbel ontdekt hebben. Ze stimuleren je om zelf te ontdekken wat God door het bijbelgedeelte tegen jou wil zeggen – tegen jou persoonlijk! Daarbij moet je dus zelf in beweging komen: bid-dend, lezend en overdenkend.

Daarbij is het heel goed mogelijk dat jij iets anders ontdekt dan een andere lezer. Niet omdat je met de Bijbel 'alle kanten uit kunt', maar omdat een bijbelgedeelte je op heel verschillende manieren kan aanspreken. Want bijbellezen is eigenlijk 'in gesprek gaan met de Bijbel'. Je neemt je eigen ervaringen en gedachten mee en legt die naast het bijbelgedeelte. Als de Bijbel dan gaat spreken, kan het gebeuren dat God tegen jou net iets anders wil zeggen dan tegen een ander.

## **SOLVAT-methode**

Deze manier van bijbellezen is onderdeel van de zogenaamde SOLVAT-methode. Dat is een manier van bijbellezen in zes



stappen, die ontwikkeld is door de jeugdwerkorganisatie HGJB. Je hoeft die niet per se stap voor stap te volgen (dat doen we in dit dagboek ook niet), maar ze kunnen je wel helpen. Daarom noemen we ze hier kort. De beginletters van elke stap vormen samen het 'woord' SOLVAT.

### **1. Stil worden**

Als je direct begint met het lezen van de Bijbel, dan is de kans groot dat er nog van alles door je hoofd spookt. Om God te kunnen laten spreken, zul je dus eerst zelf stil moeten worden. Dat begint al door er rustig voor te gaan zitten en een ontspannen houding aan te nemen.

### **2. Open handen**

Bid – voordat je de Bijbel gaat lezen – om Gods nabijheid en de hulp van de Heilige Geest. Dat is geen christelijk oefje ofzo, maar daarmee laat je zien dat het je alleen niet lukt om te begrijpen wat God in Zijn Woord te zeggen heeft. Vandaar: open handen, om los te laten wat je bezighoudt en om te ontvangen wat God geeft!

### **3. Lezen**

Je leest het bijbelgedeelte rustig voor jezelf door en laat de woorden tot je doordringen. Deze stap lijkt misschien vanzelfsprekend, maar iedereen die ervaring heeft met bijbellezen, weet dat het vaak helemaal niet vanzelf gaat. Logisch, want de Bijbel is geen gewoon boek. Hij vraagt speciale aandacht.

### **4. Vragen stellen**

God gaat door middel van de Bijbel met ons in gesprek en wij luisteren. Maar vervolgens mogen wij ook in gesprek gaan met Hem. Bijbellezen is dan in feite: praten met de Bijbel. Net

zoals je een in goed gesprek vragen stelt aan elkaar, kun je vragen stellen aan een bijbelgedeelte.

## 5. Antwoorden

Het bijbelgedeelte dat je gelezen hebt, heeft je wat te zeggen. Ga daarover met God in gesprek. Dank hem voor wie Hij is, vraag om kracht om te doen wat Hij zegt, belijd waarin je tekort schiet, bid naar aanleiding van het bijbelgedeelte voor anderen, enzovoort.

## 6. Toepassen

De Bijbel wil ook wat doen in je leven: van bijbellezen moet het gaan naar bijbelleven. Wat heb je ontdekt en wat kun je vandaag in de praktijk brengen? Laat een bepaalde tekst of opdracht vanuit het bijbelgedeelte je dag kleuren!

### Aan de hand van dit dagboek

Nogmaals, je hoeft deze stappen niet exact zo te volgen. Maar als je dat – aan de hand van dit dagboek – wél wilt doen, kun je zo te werk gaan.

- 1. Stil worden** – Deze stap wordt bij de stukjes niet benoemd, omdat je daarvoor jouw eigen manier kunt kiezen. Achterin dit dagboek staan allerlei voorbeelden waaruit je kunt kiezen: welke past bij jou, welke vind je prettig, enzovoort? En verzin gerust je eigen manieren.
- 2. Open handen** – Hoe en wat je bidt, is ook helemaal aan jou. Kun je daar zelf moeilijk woorden voor vinden, dan vind je achterin dit dagboek een aantal voorbeeldgebeden. Trouwens, stap 1 en 2 kun je ook heel goed combineren.

**Tussenstap: introductie** – Het lezen van dit dagboek begin je als het ware met een ‘tussenstap’: de introductie op

het bijbelgedeelte. Daarin staat een vraag of een situatie waar het bijbelgedeelte op ingaat.

- 3. Lezen** – Vervolgens ga je bijbellezen. Je zult merken dat het niet altijd makkelijke bijbelgedeelten zijn. Lees dus rustig en aandachtig. Hardop lezen werkt vaak goed. Of lees het in verschillende vertalingen. In het dagboek vind je vaak korte informatie die helpt om het gedeelte te begrijpen.
- 4. Vragen stellen** – Het dagboek geeft bij elke dag een manier om vragen te stellen aan het bijbelgedeelte. Dat is een soort leessleutel, of anders gezegd: een sleutel om het bijbelgedeelte voor je te openen\*. Let erop dat het geen vragen zijn waarop het antwoord goed of fout is. Het gaat erom welke gedachten het bijbelgedeelte bij jou oproept.
- 5. Antwoorden** – Wij geven je een suggestie om antwoord te geven op het bijbelgedeelte. Maar dat mag je natuurlijk ook op je eigen manier doen. In dit dagboek combineren we dit met stap 6. Toepassen.
- 6. Toepassen** – Zie bij stap 5.

## 52 kernwoorden

Tenslotte nog iets over de inhoud van dit dagboek. We hebben gekozen voor 52 kernwoorden die belangrijk zijn voor jouw geloof en leven. Bij elk kernwoord lezen we vijf bijbelgedeelten. Als je dit dagboek gemiddeld vijf dagen per week gebruikt, kun je er dus een jaar lang mee aan de slag. Anderen zullen er korter of langer mee bezig zijn, dat maakt niet uit. Volg gewoon je eigen tempo.

\* Tien basis-leessleutels, waar de leessleutels in dit dagboek meestal variaties op zijn, kun je vinden op [www.hgjb.nl/bijbellezen](http://www.hgjb.nl/bijbellezen) (kijk bij bijbellezen > methode). Voor als je later helemaal zelf aan de slag wilt.

Het is niet per se nodig om de kernwoorden in de gegeven volgorde te lezen. Misschien moet je zelfs zeggen: doe dat vooral niet. De kernwoorden zijn namelijk niet logisch geordend, maar alfabetisch. Kies dus steeds het kernwoord waarover je nu wilt lezen en vink in de inhoudsopgave aan welke je al gedaan hebt. Waarbij we natuurlijk hopen dat je het dagboek pas weglegt als je alle 52 kernwoorden gehad hebt. Of begin dan gewoon opnieuw: grote kans dat elk bijbelgedeelte je voor de tweede keer anders aanspreekt dan de eerste!

Namens alle schrijvers,

Herman van Wijngaarden (eindredactie)

# HALLELUJA!

Deze week denken we na over het thema aanbedding. Waarom zou je het doen? Wanneer doe je het? Hoe doe je het? Genoeg om over na te denken. We beginnen met het lezen van een lofpsalm waarin de dichter ons vertelt waarom hij vindt dat God het waard is om aanbeden te worden.

---

## **Lezen # Psalm 146**

Deze psalm begint, evenals veel andere, met het Hebreeuwse woord Halleluja. 'Hallelu' betekent 'prijs' en 'Jah' is een aanduiding van JHWH, het woord voor 'God'. Prijs God!

## **Vragen stellen**

- a. *Wat zegt dit gedeelte over mensen?*
- b. *Wat zegt dit gedeelte over God?*
- c. *Wat wil je vandaag met je meedragen uit deze psalm?*

## **Antwoorden & Toepassen**

Schrijf jouw eigen loflied, waarin je God aanbidt voor wie Hij voor jou is.

## IN DE STORM

Je maakt soms zoveel mooie dingen mee in je leven dat je niet weet waar je moet beginnen om God daarvoor te bedanken en te aanbidden. Maar soms, of misschien wel veel vaker, is het voor je gevoel precies omgedraaid. Je weet niet waar je moet beginnen, omdat er gewoon niets is.

---

### **Lezen # Habakuk 3:14-19**

Habakuk is een aangrijpend bijbelboek, waarin we de profeet zien handelen in een tijd vol ellende en onrecht. Habakuk is hierover in gesprek met God. In het gedeelte dat we vandaag lezen, gaat het erover dat God Israëls vijand zal vernietigen. Dat roept ook bij Habakuk zelf gevoelens van angst op (vers 16). Maar daar blijft het niet bij.

### **Vragen stellen**

- a. *Wat zou je aan Habakuk willen vragen naar aanleiding van vers 17-19?*
- b. *Wat zou hij mogelijk geantwoord hebben?*

### **Antwoorden & Toepassen**

Luister via YouTube naar het lied 'Praise You in the storm' van Casting Crowns.

## ALLEEN VOOR HEM

‘Alle eer aan God’, je hebt het vast wel eens uit volle borst meegezongen. Maar is dat zo? Is alle eer echt alleen maar voor God? Kan/mag iets of iemand soms óók niet een beetje eer ontvangen?

---

### **Lezen # Mattheüs 4:1-11**

De duivel stelt Jezus op de proef met verschillende vragen. Jezus’ antwoord is steeds hetzelfde: ‘Er staat geschreven...’

### **Vragen stellen**

*Lees vers 10 nog een keer goed door.*

- a. *Bedenk wat jij in deze situatie gedaan, gedacht of gezegd zou hebben.*
- b. *Wat vind je van het antwoord van Jezus?*

### **Antwoorden & Toepassen**

Wat is er vandaag in jouw leven gebeurd waarvoor je God kunt eren? Doe dat in je gebed.