

Levenskracht

Levenskracht

Wilma Oosterhuis

© 2021 Scholten Uitgeverij BV

Burgemeester Drijbersingel 25

8021 DA Zwolle

info@scholtenuitgeverij.nl

www.scholtenuitgeverij.nl

Illustraties: Wilma Oosterhuis

Vormgeving: Marcin & Milou

Tekstcorrectie: Gerhard van Dijk en Wilma Duitman

Drukwerk: www.drukcase.nl

Eerste druk, februari 2021

ISBN 978 90 83114 91 0

NUR 707, 714

De geciteerde teksten zijn uit de Nieuwe Bijbelvertaling
(NBV 2004) tenzij anders aangegeven.

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen, of enige andere manier, 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 or by any means – electronic, mechanical, photocopy, recording or any other – except for brief quotations in printed reviews, without the prior written permission of the publisher.

Levenskracht
woord voor de dag

Wilma Oosterhuis

lente

zomer



Lente



Levenskracht begint met de lente. Dit vind ik zelf het mooiste seizoen. Na een tijd van dorheid en verstillings begint de natuur weer uit te botten. Wat dood leek, komt tot leven. Het geeft een verwachting in mijn hart voor wat komen gaat. Het roept een verwondering in me op als ik het ontwaken van de schepping zie en de cyclus van de natuur. Het brengt me dicht bij de Schepper die dit alles gemaakt heeft. Ik verwonder me over Zijn grootheid en creativiteit.

Lente is ook de tijd dat ramen en deuren opengaan. Tijd om de bezem te pakken en je huis op te ruimen. Om in je hart en leven ruimte te maken voor God, zodat Hij persoonlijk tot je kan spreken en je Zijn stem hoort. Je focus op God te richten en Hem de eerste plek in je leven te geven.

In *Levenskracht* neem ik je mee de lente in en deel Gods woorden met jou. Je mag bij God zijn en naar Hem te luisteren. Vol worden van Zijn kracht en liefde, zodat je volop kunt leven. Geen óverleven, maar léven! Een diep besef dat jij er mag zijn en kostbaar bent. Dat Gods liefde naar je uitgaat en dat Zijn zegen op jou rust.



sta op

doe je ogen open en
zie wat voor je ligt

de lente is
begonnen

De lente is begonnen

1

Vandaag is het eindelijk zover: de winter is voorbij en de lente is begonnen. Het is net alsof de zon dit onderstreept door volop te schijnen. Heerlijk, het nodigt uit om naar buiten te gaan en te genieten.

Die vreugde en verwachting lees je ook in de Bijbel. Kom, sta op, de winter is voorbij. Zie uit naar wat voor je ligt. Een nieuwe tijd is aangebroken. Een tijd van verwachting en leven, een uitzien naar wat komen gaat.

God heeft een geweldige belofte voor jouw leven. Jij bent van Hem en Hij spant een boog van liefde over je uit. Woorden van leven en hoop komen uit Zijn mond. God kent het plan voor je leven en dat is goed. Jij mag je kies-

teren in de armen van je Geliefde. Hij komt je tegemoet en verlangt ernaar om aan jou te geven. Jij mag Zijn liefde ontdekken.

Houd niet terug, maar geef je over aan Hem. Laat achter wat geweest is en leef vandaag. Zet je hart wijd open om vreugde te ontvangen. Adem hemelse heerlijkheid in, zodat leven in jou ontspringt. Het oude is voorbij en het nieuwe is gekomen. Beweeg mee in het ritme van de seizoenen.

»—————«
Sta vlug op, mijn liefste, mooi meisje, kom met me mee! De winter is voorbij, het regent niet meer.
Hooglied 2:10,11 (BGT)

Ontwaken

2

Het is een tijd van wakker worden, je ogen en oren wijd openzetten voor het nieuwe wat is aangebroken. De natuur komt tot leven: bloemknoppen barsten open en de vogels zingen het uit.

Alles leeft en jij mag meebewegen. Schud zorgen en druk van je af en open je voor Gods vreugde. Geniet van het ontwaken van de natuur en al het moois wat de Schepper heeft gemaakt. Jij bent deel van die schepping en ook in jou mag het nieuwe leven openbarsten. De God van leven woont in jou en wil levenslust en creativiteit in jou aanwakkeren. Adem de levenskracht in die Hij aan je wil geven.

Ontdek waar jouw passie ligt en wat je vreugde geeft. Geniet ervan om kleur en geur te geven aan het leven en anderen te laten delen in die vreugde. Jij bent uniek en hebt een eigen geluid om te laten horen. Doe mee met alles wat in je is en eer de Schepper die jou gemaakt heeft.

—> —<—
Buiten bloeien de bloemen al, de vogels gaan weer zingen. Overal hoor je de duiven. De vijgenboom heeft al vruchten, de wijngaard bloeit, het ruikt heerlijk.
Hooglied 2:12,13a (BGT)

3

Tevoorschijn komen

God roept jou om naar buiten te komen. Hij ziet je waar je bent. Je bent kostbaar en Zijn liefde gaat naar je uit. Hij ziet het mooie wat in jou is. Hij verlangt ernaar dat dit gezien wordt. Dat je gaat ontdekken wie je bent. Je hebt de muren om je heen niet nodig, God is jouw beschermer, bij Hem ben je veilig. Luister en hoor wat Hij tegen jou zegt. Je mag de ruimte ontdekken die er is. Niet vastzitten in eigen plannen, maar openstaan voor Gods gedachten. Hij is er, vertrouw je toe aan Hem en durf te gaan.

Voor mij was het een grote verandering om tevoorschijn te komen. Het mooie is, dat God eerst in mijzelf iets

aanraakte. Ik heb ontdekt dat ik er mag zijn en door mijn geloof in Jezus aanvaard ben door God. Dat ik mijn kwaliteiten naar buiten mag brengen. Gods leven bruist in mij, dat geeft mij lef om op te staan. Ik geniet ervan en verlang ernaar om alles te geven wat ik heb.

—> —<—
Sta vlug op, mijn liefste, mooi meisje, kom met me mee! Verberg je niet, zoals een duif die een nest maakt in de bergen. Laat me je gezicht zien, want dat is zo mooi! Laat me je stem horen, want die klinkt zo prachtig!
Hooglied 2:13b,14 (BGT)

Geur verspreiden

Geuren spelen een grote rol in je leven, vaak zonder dat je het door hebt. Denk maar eens hoe je reageert als je een lekker luchtje ruikt of een vieze stank. Geuren komen binnen en het is moeilijk om je ervoor af te sluiten. Geuren laten een herinnering achter. Dat heb ik ervaren op mijn eerste reis naar Azië, de vele onbekende geuren maakten grote indruk op mij.

In de Bijbel lezen we dat God geniet van de heerlijke geur van het altaar van Noach en daarin zijn liefde proeft. En in de tempel wordt reukwerk gebrand om God met heerlijke geuren te aanbidden.

God verlangt nog steeds naar die geur. Hij kijkt hiervoor naar jou. Jij bent de tempel van de Heilige Geest en mag een heerlijke geur verspreiden door aanbidding en je leven met God. Een geur waarvan God geniet en die de mensen om je heen ruiken. Een geur van vreugde en vrede, van frisheid en kracht. Mensen om je heen merken dit. Als jij binnenkomt, breng je de geur van Christus mee. Een geur van waarheid en leven, waar geen plek is voor duisternis. Besef de kracht die uitgaat van de geur die jij verspreidt, zelfs zonder dat je iets hoeft te doen of te zeggen.

Ruimte om te gaan

Gods glimlach is op jou als je 's morgens wakker wordt. Hij ziet met jou uit naar de nieuwe dag. Je mag je aan Hem toevertrouwen en samen op weg gaan.

Een nieuwe dag die je met God gaat beleven. Hij gaat voor je uit en heeft de weg al verkend. Jij mag uitzien en verwachten. God is bij je en vult jou met leven en kracht. Hij inspireert jou en zal je verbaasd doen staan. Wat gesloten leek in je leven, zal Hij openen. Wat dicht was en geblokkeerd, zal je niet langer tegenhouden. God gaat deu-

ren voor jou openen. Je ontvangt een grotere vrijheid om in te bewegen. Vrijheid om naar buiten te gaan en nieuwe gebieden in te nemen. Volop ruimte om in te leven.

Je mag zijn als een kind dat rondkijkt en zich verwondert over alles wat het ziet. Enthousiast huppelend en springend en genietend van alles om zich heen. Er is zoveel meer wat God voor je heeft en Hij nodigt je uit om daarin te bewegen. Blijf niet zitten, maar ga en neem de ruimte in die God jou geeft.



A photograph of a person's legs and a flowing white dress on a beach. The dress is blowing in the wind, and the person is standing in shallow water. The background is a soft-focus view of the ocean and sky.

zoals de *wind waait*
en wegblaast wat
niet vastzit

zo waait *Gods wind*
en blaast weg
wat niet in jou hoort

Vuilnis weggooien

De lente is een tijd om de boel eens lekker op te ruimen en spullen weg te doen. Een nieuw seizoen om te leven met wat je nu nodig hebt.

Dit geldt niet alleen voor je spullen, maar ook voor jezelf. Het is een moment om te bedenken wat je onnodig meedraagt. Dat wat op je drukt, mag je van je afschudden. Teleurstellingen en negatieve gebeurtenissen die invloed hebben op je leven, mag je verwerken en een plek geven. Het is een tijd om achter je te laten wat geweest is, zodat je je kunt uitstrekken naar wat voor je ligt.

Een nieuw seizoen ligt voor je open, je mag er naar uitzien met verwachting in je hart. Weten dat God jou nieuwe kansen biedt om te ontdekken. Daar mag je al je energie aan geven. Laat geen ballast uit het verleden op je drukken, doe alle vuilnis weg en laat het achter je. Je bent op weg met God en Hij wil je helpen om vandaag te leven en uit te zien naar wat komen gaat. Met Hem kun je het verleden een plek geven en vuilnis wegdoen.



Loslaten

7

Een sleutel om volop te leven als christen is om te leren loslaten. Alles wat je vasthoudt en met je meedraagt heeft effect op jou. Zolang je de dingen in je eigen hand houdt, voel je je er verantwoordelijk voor en ben je ermee bezig. Het woord van Jezus is: 'Geef alles over aan Mij en laat Mij het voor je dragen.'

Echt loslaten is moeilijk. Hoe vaak geef je iets over aan Jezus, maar tob je er later toch weer over? Het is alsof je je rugzak met inhoud aan Jezus geeft en dankbaar bent dat je ervan af bent. Maar even later zie je de rugzak staan

en pak je hem toch weer op. En voor je het weet, draag jij het zelf opnieuw.

Om een stap te zetten in het loslaten, kun je een concrete handeling doen. Wat vind jij op dit moment moeilijk en is een last voor jou? Breng het onder woorden en schrijf het op. Doe vervolgens een tastbare handeling waarin je het overgeeft aan Jezus. Leg het in Zijn handen en laat het aan Hem over om je te leiden. Zie uit naar hoe Hij voor je uitgaat en voorziet in wat jij nodig hebt. Ontdek dat je Jezus kunt vertrouwen en dat jij vrijheid krijgt als jij loslaat.

Scheppingskracht

8

Voel je je wel eens als een verlepte plant, waar weinig leven in zit en waarvan alle blaadjes slap hangen? Uitgedroogd door alles wat je hebt meegemaakt, vind je het moeilijk om te bloeien. Er is er Een die jou begrijpt als je je zo voelt. God is niet als de mensen die snel oordelen of je alleen maar willen oppeppen, maar iemand die naast je komt staan en je fris water geeft. Dat is onze God, de Schepper van hemel en aarde. In Hem is scheppingskracht. Hij laat Zich niet tegenhouden door wat voor ogen is. Hij ziet het leven dat in jou verborgen zit. Hij geeft je liefdevolle aandacht en zorgt voor voeding.

En dan gebeurt het wonder: je leeft op en krijgt weer hoop. God blaast Zijn levensadem in je en moedeloosheid gaat verdwijnen. Levenssappen beginnen weer te stromen en een ongeken-de kracht baant zijn weg in jou. God ziet waar je bent en spreekt woorden van leven over je uit. Niets en niemand kan Hem tegenhouden om uit te reiken naar jou. Hij is er en blijft bij je in dit proces van herstel.



Wind van de Geest

Zoals de wind waait en alles wegblaast wat niet vastzit, zo wil Gods wind alles wegblazen wat niet in jou hoort. Lasten, zorgen, druk en teleurstellingen worden weggeblazen waar de wind van Gods Geest komt. Heerlijk, die verfrissende wind in jou!

De Heilige Geest zet iets in beweging. Waar Hij waait, ontstaat ruimte en vrijheid. Daar blaast God Zijn levensadem en begint het leven in je te bruisen. De Geest raakt je aan en zet een nieuwe passie in je vrij. Niet zien op wat geweest is, maar een verwachting naar wat komen gaat. Een ontdekken van de levenskracht die vanuit God in jou stroomt.

Geef de Heilige Geest volop ruimte in jouw leven. Hij wil je helpen om leven te ontvangen en je kracht geven om op te staan. In Hem is waarheid die elke leugen overwint. Luister naar wat God tot jou spreekt en waarin Hij je vrijheid wil geven.

Beweeg mee met de wind van de Geest. Adem Hem diep in en verwonder je over Gods nabijheid. Word vol leven en kracht. Ontvang inspiratie en durf te gaan waar de Geest waait.

Oase bij God

Er is een plek waar je altijd welkom bent en waar naar je wordt uitgekeken. Dat is de plek bij Vader God. Hij kent jou als geen ander en Zijn liefde gaat naar je uit. Jij bent kostbaar voor Hem, jij bent Zijn geliefde kind. Hij kent je door en door en verlangt ernaar om woorden van leven aan je te geven. Weet dat niets voor Hem te groot of te klein is. Alles mag je met Hem delen en in Zijn hand leggen.

Voor mij is het zijn bij God als een heerlijke oase. Daar kom ik tot rust. Een rust te midden van alles wat op me afkomt. Het weten dat ik er niet al-

leen voor sta, maar dat God bij mij is, verandert iets in mij. Het helpt mij om niet naar de situatie te kijken vanuit mijn oogpunt, maar om er als het ware van boven naar te kijken zoals God het ziet. Om te proeven dat God gaat voorzien in wat nodig is. Dat geeft mij vertrouwen en rust.

—> —>
Kom naar Mij als je moe bent. Kom naar Mij als je gebogen gaat onder het gewicht van je problemen! Ik zal je rust geven.

Mattheüs 11:28 (BasisBijbel)

Jij bent gemaakt om te

bloeien

in elk seizoen van je leven
in alle omstandigheden



Levenskracht

Elk voorjaar is het weer een wonder om te zien hoe de natuur tot leven komt. Aan takken die dor en dood lijken, verschijnen opeens kleine puntjes. En na verloop van tijd komen er blaadjes uit en verschijnt een groen waas over de bomen en struiken. En dan de voorjaarsbloemen die in mooie kleuren verschijnen! Volop genieten van al het moois wat God heeft gemaakt.

Een amaryllis bloembol is helemaal bijzonder. Je kunt deze bloembol zomaar neerleggen en zonder aarde en water komt de amaryllisbol uit. Het is haast niet te geloven. Maar in de bol zit zo veel voeding dat de bloem helemaal uitkomt. Ook al lijkt de bol van buiten

dood, in de bol zit volop leven en is alles aanwezig voor groei en bloei.

Wat een mooi beeld is dat, van wat God in jou wil doen. Als je je leven aan God geeft, dan komt de Heilige Geest in je. En daarmee is Gods geweldige kracht in jou. De explosieve kracht van leven is aanwezig. Alles wat God beschikbaar stelde voor Jezus, plaatst Hij nu in jou. Vreugde om te leven, vrede voor elke dag, liefde die nooit ophoudt. God geeft het en jij mag volop leven. God voedt je en vult je, zodat jij gaat bloeien en al het mooie tevoorschijn komt. Alles wat hiervoor nodig is, heeft God al in jou gelegd.



Bloemenpracht

'Ik wist dat het zou komen, dit onstuimige festijn, maar ik had niet durven dromen dat het zo volmaakt zou zijn.' Een regel uit een gedicht over de bloei van de prunus. Een gedicht uit mijn kindertijd, waar ik elke lente aan denk. De verwondering over de bloemenpracht, groter dan gedacht en zo mooi.

Diezelfde verwondering kan ik hebben in de ontmoeting met God. Het kan mij zo overweldigen dat ik bij God mag komen en iets mag proeven van Zijn almacht. Vol ontzag kijk ik naar God, ik zie Zijn liefde en grootheid. Hij is zoveel meer dan alles wat me

bezighoudt. Niemand is als Hij, wat een geweldige God! Mijn hart stroomt over van dank en liefde voor God en ik spreek het uit met woorden van aanbidding.

Wat mooi om God te herkennen in de natuur. Hij, de Schepper die de aarde heeft gemaakt met alle geuren, kleuren en nuances. Maar het kennen van God gaat zoveel dieper. Je mag Hem leren kennen door de Bijbel en de woorden die Hij spreekt, door dicht bij Hem te zijn en je hart met Hem te delen. Het maakt je stil dat jij verbonden bent met de almachtige God en bij Hem hoort.

Gemaakt om te bloeien

Jij bent gemaakt om te bloeien in elk seizoen van je leven, in alle omstandigheden.

Dat is nogal een uitspraak: bloeien in elke fase. Er zijn periodes in je leven waarin dit gemakkelijk is, het leven bruist binnenin je en komt volop naar buiten. De mensen om je heen zien dit en genieten mee van het leven in jou. Maar er zijn ook andere tijden, momenten dat je op jezelf gericht bent en droogte ervaart. Het bloeien gaat niet vanzelf in deze periode. Dit zijn de momenten waar het erom gaat dat je blijft vasthouden aan Gods woorden over jou, over wat Hij in je heeft gelegd. Weten dat God Dezelfde is en Zijn liefde in je uitgiet.

Het bloeien in deze tijd zal anders zijn, maar heel kostbaar. Je beseft je afhankelijkheid van God en leert om Hem te vertrouwen. Het is een tijd waarin de wortels dieper groeien om voeding en water te vinden. Om je open te stellen voor Gods waarheid, dicht bij Hem te zijn en Zijn liefde te ontvangen. Je geloof wordt sterker en krachtiger en de relatie met God verdiept zich. Gevoelens en gedachten bepalen niet wie je bent; jij hoort bij God en niemand kan je roven uit Zijn hand. God vult je met Zijn levenssappen en zo gaat iets moois groeien en bloeien in jou.

