

parels op je pad

ontdek en ontvang
wat God geeft





eline lindeboom

parels op je pad

ontdek en ontvang
wat God je geeft

verder
met God
serie

7 rustpunten ter beoediging en versterking voor wandelaars onderweg met God

Verder met God – serie

7 rustpunten ter bemoediging en versterking
voor wandelaars onderweg met God

Deel 7 – Parels op je pad

Ontdek en ontvang wat God geeft

Eline Lindeboom

www.praktijkkrivkah.nl

© 2023 Scholten Uitgeverij BV
Burgemeester Drijbersingel 25c
8021 DA Zwolle
info@scholtenuitgeverij.nl
www.scholtenuitgeverij.nl

Omslag en binnenwerk: zijdiezijn.nl

Drukwerk: Drukcase

Eerste druk, maart 2023

ISBN: 9789083313016

NUR: 707

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden veelevoudigd, 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, met uitzondering van korte citaten gebruikt in recensies, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Psalm 33:1-5

Zing vrolijk in de HEERE, rechtvaardigen!
Een lofzang past de oprechten.
Loof de HEERE met de harp, zing psalmen
voor Hem met de harp en de tiensnarige luit.
Zing voor Hem een nieuw lied, speel
welluidend met vrolijke klanken. Want
het woord van de HEERE is recht en al Zijn
werk betrouwbaar. Hij heeft gerechtigheid
en gericht lief, de aarde is vol van de
goedertierenheid van de HEERE.

Op pad met de serie

‘Verder met God’

Hoofd en hart

Velen van ons hebben het wandelen (her)ontdekt. Wandelen is gezond en goed voor geest, ziel en lichaam. Wandelen ontspant en creëert (denk)ruimte. Het ondersteunt ons bij het verwerken van tal van zaken uit ons leven. Wandelen zorgt er zelfs voor dat we letterlijk ‘vooruit gaan denken’; we gaan meer in oplossingen denken. Wandelen helpt ons ook te leren hoe we in ons leven meer kunnen vertragen en vanuit Gods rust kunnen leven. Misschien is dat iets waar we ten diepste allemaal naar op zoek zijn. De Bijbel staat vol met passages die ons erop wijzen dat het leven met God als gelovige een wandelend leven mag zijn. We mogen leren wandelen in geloof; samen met God op weg gaan in ons leven. God is zelf rust en het is dan ook niet verwonderlijk dat we nergens in de Bijbel lezen dat God haast heeft of rent in Zijn omgang met Zijn kinderen. Hij geeft ons tijd om te leren leven in Zijn tempo. En vaak is dat heel wat trager dan we gewend zijn of dan we misschien zouden willen. Het kan een hele weg zijn om een nieuw leef- en beweegtempo aan te leren. Maar veranderen

en groeiprocessen in ons leven vragen tijd en het is belangrijk dat we geduld hebben met onszelf, zoals God dat ook heeft. Als we daarbij mét God wandelen (geestelijk én fysiek), geven we Hem de ruimte Zijn schatten van wijsheid en kennis aan ons toe te vertrouwen en ons van binnenuit te veranderen. Wandelen is een wonderlijk middel van God om te leren niet alleen vanuit je hoofd, maar ook vanuit je hart te gaan leven.

Wandelen in Gods schepping

God onderwijst ons door Zijn Woord en door onder andere de cycli van seizoenen en we kunnen hier steeds opmerkzamer in worden. In de jaren dat ik voor de klas stond, noemden we dat ‘aanschouwelijk en ervaringsgericht onderwijs’; leren door te zien en te ervaren. Het draagt bij aan het verankeren van het geleerde en we worden als mens meer in het geheel betrokken bij wat we leren. Het dóet iets en het beweegt iets in ons! Door te zien en te ervaren, leren en onthouden we beter. Toch is het opvallend dat deze manier van leren nog steeds zo’n minimale plek krijgt in het onderwijs en in het bedrijfsleven. We lijken toch dikwijls te blijven steken in cognitieve processen en het willen begrijpen met ons verstand. God wil ons leren dat we in het leven niet alles zullen begrijpen en dat we toch met Hem verder mogen komen. Zoals een vader zijn kind aan de hand meeneemt, zo wil God met ons op weg gaan. In de

afgelopen jaren heb ik ontdekt dat wandelen in Gods schepping een wonderlijk mysterie is. Wandelen in de natuur werkt misschien wel dubbel zo genezend en verdiepend. In de natuur liggen schatten verborgen waarmee God tot het hart en de ziel van de mens spreekt. Ze getuigt van God zelf (Psalm 19) en het is misschien juist in de natuur dat we ontvankelijker worden voor Zijn stem. Dit begon echt tot me door te dringen toen ik tijdens een periode van burn-out ging wandelen om rust en herstel te vinden. Ik ontdekte echter dat het wandelen meer betekende dan alleen 'het pad van herstel' bewandelen. Het wandelen leerde mij op een andere manier te leven. Het plaatsen van mijn ene voet voor de andere, bleek het begin te zijn van een geweldige – soms confronterende – onderwijstijd, waarin God mij kostbare lessen leerde over het leven (met Hem). Een manier van leven die ik door mijn gehaaste en volle leven onmogelijk kon ontdekken en waar ik bovendien ver vanaf was geraakt. Ik ontdekte in die tijd dat God ons bedoeld heeft om met beide voeten op de grond te staan, op aarde te bewegen; de plek waar Hij ons geplaatst heeft, om daar van betekenis te zijn. We dienen Hem niet door alleen hard te werken op deze aarde, maar door hier te zijn en met Hem samen te leven en te werken. Je mag bewegen op de plek waar je geplaatst bent. En het gaat God er niet in de eerste plaats om wat je doet of wat je voortbrengt, maar waar je bént. Hij verlangt ernaar dat we dichtbij Hem

zijn. En in deze verbondenheid mogen we ontdekken wat Zijn bedoeling is met ons leven. Zo mag ons leven een geweldige reis met God worden, waar we door moeilijke én mooie tijden mogen groeien. We zijn als pelgrims onderweg en tijdens onze reis mogen we onze hulp van God verwachten (Psalm 121). Samen met Hem komen we verder.

Het is mijn verlangen dat deze boekenserie je helpt om vanuit verschillende thema's en vraagstukken in je leven de reis te maken van je hoofd naar je hart. Gods Woord is leven (Joh. 1:4) en Hij verlangt ernaar te bewegen in ons (dagelijks) leven opdat wij leven! Ik neem je graag mee op pad in Gods wonderlijke schepping.

Het lezen en verwerken van dit boekje is waarschijnlijk één stap in jouw wandeltocht met God. God zegene deze stap, zodat je ook echt zult ervaren dat je met God verder kunt komen. Of je nu net twee stappen vooruit hebt gezet of misschien tien stappen achteruit, God kan verder met jou. Bij Praktijk Rivkah (www.praktijkrivkah.nl, info@praktijkrivkah.nl) kun je terecht als je behoefte hebt aan natuur- en wandelcoaching bij dit thema of bij een van de andere thema's uit de serie 'Verder met God'. Sommige wandelingen zullen qua thematiek misschien een lading voor je hebben waarbij je liever met iemand samen wandelt. Het is ook mogelijk om tijdens het

doornemen van het boekje op dit thema gecoacht te worden of enkele themawandelingen te plannen.

Hoe deze boekjes te gebruiken?

Elk boekje nodigt je uit om met een specifiek thema op pad te gaan. Waarschijnlijk heeft de titel je aangesproken omdat het een thema uit je leven raakt en omdat je daarmee aan de slag wilt gaan. Dat is dan ook gelijk het startpunt van je reis. Elk boekje start met een inleiding op het thema waarin je je ‘wandel-doel’ verwoordt en uitwerkt met behulp van een opdracht in de natuur. De eerste stap is het vrij maken van tijd om te gaan wandelen. Het zou mooi zijn als zeker één wandeling per week kan plaatsvinden in een natuurgebied.

Dit boekje is gemaakt om onderweg mee te nemen en past makkelijk in je jaszak of in een rugtas. Je kunt vooraf een hoofdstuk lezen of tijdens je wandeling een pauze inlassen waarin je iets leest of verwerkt. In de boekjes zelf vind je vragen en opdrachten. Elk hoofdstuk behandelt een thema die je per wandeling kunt lezen. In totaal kun je met elk boekje tien wandelingen maken. Het is aan te raden een schrijf- of schetsboek aan te schaffen om alle vragen en opdrachten in te verwerken. Speciaal voor deze serie zijn bijpassende schetsblokken ontwikkeld waarin je een keuze kunt maken om te verwerken in poëzie, verhalen of beelden. Schrijf bij je verwerking

ook op wanneer en in welk gebied je de wandeling hebt gemaakt.

Zintuigen

Elk boekje is opgebouwd vanuit het wandelen met je zintuigen: zien, horen, ruiken, proeven, voelen. God heeft ons zo verschillende kanalen gegeven om te ervaren, te ontvangen en te verwerken.

Hoe wandelen?

Probeer bij elke wandeling je bewust te zijn van hoe je loopt. Zijn je schouders ontspannen, is je wandeltempo rustig? Hoe is je ademhaling? Zoek naar een ontspannen manier van lopen en geef jezelf even de tijd om in de vertraging te komen als je dat nodig hebt. Het kan geen kwaad ook eens goed te kijken naar je schoeisel. Lekker zittende wandelschoenen zijn absoluut geen overbodige luxe en zullen je echt tot zegen zijn. Het zou mooi zijn als de wandelingen plaatsvinden in (verschillende) natuurgebieden. Hiervoor vind je bij enkele wandelingen ook suggesties.

Inleiding

Parels op je pad (deel 7)

Het zandpad waar ik zojuist mijn voeten op heb gezet, is verwarmd door de zon. De zon heeft vandaag een goede dag; uitbundig belicht ze de paarse heide en zet verborgen plekjes in dit natuurgebied in de schijnwerpers. Een kort moment voel ik mij te gast in dit natuurtheater van de Schepper. Waterjuffers en libellen cirkelen boven het water, een kever probeert de overkant van het pad te halen en de geur van dennen en zomer bereikt mijn neus. Dit stukje natuur dat enerzijds lijdt aan uitputting door de hete zomer, ademt tegelijkertijd een stukje pure schoonheid. Ik vraag mij af: wie zoekt wie hier op? Ben ik het die de rust en de ontmoeting met God hier tracht te vinden of is het God zelf die hier aanwezig is en mij wil ontmoeten te midden van het leven dat Hij schiep? De glans van de zon, de kleuren en het leven: zij getuigen van een God die leeft en die een ontmoeting wil met de mens. Hier zijn schatten te vinden. Schatten van groei, creativiteit, variatie en van talloze bewegingen van leven die wijzen naar hun Maker.

Schatten in je leven zijn de parels op je levenspad. Parels zijn zeldzaam. Bij slechts één op de tien-duizend oesters treft men een natuurlijke parel aan. Parels zijn door hun zeldzaamheid logischerwijs ook waardevol. Niet dat het weekdier er zelf ook maar enig benul van heeft, maar de waarde van een parel kan oplopen tot wel honderdduizend euro. Wij kennen in ons persoonlijk leven ook parels: zeldzame gebeurtenissen, ontmoetingen of personen die van grote waarde zijn. Soms weten we dat direct, soms realiseren we het ons later. Er zijn mensen in ons leven waarvan de glans vanuit hun binnenste afstraalt naar buiten en vaak zijn ze zichzelf er niet bewust van. Het zijn soms ook die onverwachte woorden die iemand spreekt, de hand die je gereikt wordt, het herstel dat je ontvangt, de kans die je krijgt. Momenten die gemarkeerd worden door hun glans en die niet vergeten worden. Veel van deze parels komen uit Gods wijze en liefdevolle hand.

God schiep ons met een geweldig pakket aan zintuigen om de wereld om ons heen te ervaren, om mee op pad te gaan en om in verbinding te komen met ons innerlijk leven, met anderen en met God. Zintuigen waarmee we de parels als het ware in ons op kunnen nemen. Zien, horen, ruiken, proeven en voelen: als we onze zintuigen actief gaan gebruiken in ons leven en tijdens onze wandelingen met God, dan kan het bijna niet anders dan dat ze ons tot

blijdschap en lofprijzing zullen brengen. Zo is het ook met het lezen van Gods Woord: lezen we met al onze (geestelijke) zintuigen, dan gaan de woorden op de papieren bladzijden leven en zullen ze ons veranderen.

Eén van de psalmen die in dit boek aan bod komt is Psalm 33; een lofzang op Gods almacht, de Aanwezige! Het gaat over de God die alles heeft gemaakt en die een wonderlijk plan heeft met Zijn volk en met de wereld. Het past Hem te loven met een blij en dankbaar hart omdat Hij de Schepper is. In de drukte van ons dagelijks leven en in de beslommeringen van alledag, zijn we vaak niet in de eerste plaats bezig met lofprijzing. Onze agenda's puilen uit, onze spieren zijn gespannen en relaties hebben vaak te lijden onder het gebrek aan tijd en inspanning. En dat terwijl de parels voor het oprapen liggen.

Open het Woord, open je hart om te horen en het wonder gebeurt. Keer op keer. God blijft eindeloos geven, omdat Hij Gever is! Hij is de gever van ons hart dat klopt, Hij gaf ons adem (Gen. 2:7), Hij schonk ons de schepping om voor te zorgen en om van te genieten en Hij gaf Zijn Zoon om ons voor altijd dichtbij Zijn hart te kunnen houden. Dit mag ons dankbare en hoopvolle mensen maken. Ons leven wordt een kleurrijk, hoopvol en gevend leven, dat anderen aan zal zetten ook diepzee te gaan duiken naar deze parels van God. De Bijbel is een boek

vol geheimenissen; dat wat verborgen is, wil God aan ons openbaren. Dat is het moment dat de woorden in de Bijbel meer dan woorden blijken te zijn: de woorden leven. Gods Woord onderwijst, schuurt, verandert, voedt, leidt en troost.

Ik weet nog dat ik als kind een ‘dikke stuiver’ vond: een munt met de waarde van vijf gulden. Ik vond het tijdens mijn wandeling naar school. Daar liep ik als achtjarige met een munt van vijf gulden in mijn jaszak. Een munt waarvan ik dacht dat ik er alles mee kon kopen. Ik ging er rechterop van lopen en omklemde de munt stevig in mijn zak: ik voelde me rijk. Parels maken ons rijk. Woorden, aanrakingen, geschenken; ze maken ons ervan bewust dat wij hier zijn, dat we leven in verbinding met God en mensen en dat dit betekenis heeft. Ik hoop en bid dat dit boek voor jou hetzelfde uit gaat werken en dat je na het oprapen en het (her-)ontdekken van de parels in jouw leven, kan zeggen dat je er rijker van bent geworden.

Wil je ontdekken welke parels er op jouw pad liggen?
Wil je herinneren welke parels God in het verleden op
jouw pad heeft gelegd? Wil je zoeken in Gods Woord
naar parels in de regels van de God-geïnspireerde
teksten? Ben je bereid dieper te duiken en te zoeken
naar wat er nog meer te ontdekken is? Wil je zoeken
naar kostbaarheden met eeuwigheidswaarde?

'(Jouw naam), bid en je zal gegeven worden; zoek en je zult vinden; klop en er zal voor je opengedaan worden.'
(Mattheüs 7:7)

Je persoonlijke wandeldoel bij Parels op je pad

Waar zou je verder in willen komen?

Wat zou je de komende tijd graag willen ontdekken of veranderen in je leven (met God)? Hoe hoop je dat dit boekje daaraan zal bijdragen?

Verwerkingssuggesties

1. Lees Lukas 12:31-34. Waar bewaar jij jouw schatten? Ga even op een rustig plekje zitten met een tekenblok. Schrijf of teken de eerste drie zaken uit jouw leven die bij je opkomen als je denkt aan wat jou in het leven het meest waard is. Zijn dit tastbare dingen, principes, verlangens? Welke van deze dingen hebben volgens jou eeuwigheidswaarde? Met andere woorden: wat zal nooit zijn waarde verliezen? Zoek in je wandelomgeving naar iets dat deze waarde mooi uitbeeldt. Welke kenmerken heeft het? Maak er een foto van of teken het.

2. Wandel een paar minuten zonder bewust in je op te nemen wat er om je heen is. Wat gebeurt er? Grote kans dat je juist wél bewust gaat zien wat er is. Wat heb je gezien? Vaak wandelen we in ons leven voorbij aan wat God geeft, maar als je je zintuigen open zet om te gaan ontdekken wat God zegt en doet, dan word je opmerkzaam. Welke parels hoop jij tijdens je wandelingen te ontdekken? Schrijf dit op. Markeer dit moment met een persoonlijk gebed waarin je God vertelt over wat je hoopt en verwacht. Bid om een oplettend en opmerkzaam hart.

3. Wandel een stukje en raap om de paar meter iets kleins op. Denk aan: steentjes, schelpjes, blaadjes of takjes. Raap het bewust op en houd het in je hand. Hoe voelt het om bewust iets op te rapen? Wat liet je liggen? Wat is er voor nodig om het op te rapen? Oprapen is een bewuste actie die je met volle aandacht verricht. Zo is het ook met de dingen die God ons geeft: we moeten het wel bewust oprapen, anders blijft het simpelweg liggen! Hoe zou je dit kunnen doen?

Laten we op weg gaan om te ontdekken en op te rapen wat God geeft!

Inhoudsopgave

Op pad met de serie 'Verder met God'	6
Inleiding <i>Parels op je pad (deel 7)</i>	12
 <i>Zien</i>	 21
Wandeling 1 Kijk!	22
	Parels in je dagelijks leven
Wandeling 2 Onverwachte schoonheid	
	op je pad
	God verrast ons
	29
 <i>Horen</i>	 37
Wandeling 3 De stem van de natuur	38
	Kostbaar voor God
Wandeling 4 Terugluisteren	45
	Gods parels op jouw levenspad
 <i>Proeven</i>	 55
Wandeling 5 Proeven wat God schiep	56
	De schoonheid van de Zoon
Wandeling 6 Proef het frisse water	63
	Het geschenk van Gods nabijheid

<i>Ruiken</i>		71
Wandeling 7	De geur van herfst in de zomer	72
	Stilstaan bij wat belangrijk is	
Wandeling 8	Het hart van de natuur	80
	Parels opduiken in Gods Woord	
<i>Voelen</i>		89
Wandeling 9	Stekelig en zacht	90
	Van binnenuit vernieuwd	
Wandeling 10	Het seizoen	
	op je huid en humeur	100
	Een fundament van beloften	
Terugblik op jouw wandeltijd met God		108

Hoofdstuk 1 Zien

Zien is het zintuiglijk waarnemen van beelden oftewel visuele waarneming.

We kunnen ook indirect mentale beelden waarnemen zoals beelden en dromen. Geestelijk zien is vooral het kunnen zien van de dingen (van het geloof) die we anders niet kunnen zien. Zien is dan ook gerelateerd aan 'begrijpen' en is onlosmakelijk verbonden aan het verlossende werk van Jezus. Met deze ogen kunnen we ook beoordelen, onderzoeken en ontdekken.

Wandeling 1: Kijk!

Thema: Parels in je dagelijks leven

Tip: Maak deze wandeling op de vroege morgen.

'Let op de lelies, hoe zij groeien.'
(Lukas 12:27a)

Het is nog maar enkele jaren geleden dat ik voor het eerst in een sportzaak wandelschoenen stond te passen. Tijdens een periode van burn-out was ik gaan wandelen en ik had een nieuw paar schoenen nodig. Ik herinner me hoe verwachtingsvol ik in die tijd was bij elke wandeling, want ik was diep verwonderd over de rust die het wandelen me bracht, over hoe mijn gedachtestroom er rustiger door werd en over de prachtige dingen die ik onderweg in de natuur tegenkwam. Het was alsof mijn ogen voor het eerst opengingen voor de schoonheid van Gods schepping. In die eerste periode wilde ik dan ook intens graag schoonheid vangen met mijn blik. In de chaos van mijn opgebrande leven was het iets waar ik grote behoefte aan had. Maar zelfs mijn ogen zochten soms nog zo doelmatig de omgeving af in de hoop iets te vinden. Ik miste nog iets dat ik pas vele wandelingen later zou gaan ontdekken en dat tot veel meer schoonheid en ontdekkingen zou leiden: ontvangend wandelen.

Sta even stil bij jouw wandelstijl. Heb je vaak verwachtingen van een wandeling? Hoe wandel jij ontvangend? Welke (onbewuste) doelen stel jij voor een wandeling? Wandel een stukje 'ontvangend'. Wat doe je anders of misschien juist bewuster? Welke fysieke houding heb je?

De tekst uit Lukas 12 gaat over bezorgdheid en wijst ons erop dat Gods zorg voor Zijn schepping ons moet helpen te beseffen dat deze God nog veel meer aan óns denkt en voor ons zorgt. Kijk naar de lelies, kijk naar het gras, zie de naaldbomen en het kabbelende water. Kijk naar de zwaluw die oversteekt, de bij op de bloemen in de tuin, de madeliefjes in het gras. Kijk eens om je heen in jouw wandelomgeving. Wat omgeeft jou nu? Probeer het bewust in stilte te ontvangen.

Het betegelde voetpad eindigt hier en ik ruil het in voor een bospad. Hoge bomen staan aan weerszijden, boomwortels steken hier en daar uit boven de aarde, ergens in een boom zou een specht moeten zitten. Ik hoor de vogel en tuur de boomtoppen af, maar ik kan zijn plek niet vinden. In die paar meter dat ik het voetpad heb ingeruild voor het bospad is er iets gebeurd: al mijn zintuigen zijn opengezet. Het is alsof ik hier anders ademhaal. Een duif koert, blad knispert onder mijn voeten en ik raap een paar eikels op die dit jaar vroeg zijn afgevallen. Het is een moment om te ontvangen en te zijn.

Ik ontdekte dat wandelen zonder doel en met open, ontvangend vizier een lang verborgen geheim was dat zich voor mij ging ontfouwen. Niet ik hoefde te bepalen welke schoonheid op mijn pad zou liggen, maar God. En zo kon Hij mij wijzen op dingen die Hij met mij wilde delen. Dat leidde tot mooie, verrassende en soms verbijsterende en ontroerende ontdekkingen in de natuur. Ervaringen die hun weg naar mijn hart vonden. In het fysieke wandelen leerde ik bovendien de vertaalslag te maken naar mijn dagelijks leven en mijn wandel met God. Ik geloof ook dat God niet voor niets zo veelvuldig aandacht besteedt aan wandelen in Zijn Woord. Ik ontdekte dat ik in mijn dagelijks leven vaak te hoge verwachtingen had en de gedachten aan doelen die ik mijzelf had gesteld buitelden dikwijls al in mijn hoofd bij het opkomen van de zon. Ik denk dat het zonlicht dat God ons bij het ontwaken geeft niet bedoeld is om ons te helpen een blik te werpen op onze to-do lijsten, maar om ons te helpen te zien op Hem, zodat we met Hem de nieuwe dag inwandelen.

'O God, U bent mijn God! U zoek ik
vroeg in de morgen; mijn ziel dorst
naar U.' (Psalm 63:2a)

Opdracht: ontwaken

Misschien is de eerste parel van een nieuwe dag wel de zon die opkomt. Sta daar vandaag in de (vroeg) morgen even bij stil en lees bijvoorbeeld Psalm 63:2-6. Wat zegt de opkomende zon jou? Je kan ook op dit tijdstip je wandeling plannen zodat je letterlijk de zon ziet opkomen. Wat speelt er in jouw gedachten bij het ontwaken? Kijk een tijdje naar de zon, naar het licht en naar wat het licht doet. Ontvang deze parel.

Als we minder doelmatig en meer ontvangend leven, dan gaan we veel beter zien welke parels er in ons dagelijks leven te vinden zijn. Ontvangend leven is naar mijn mening niet een houding die alles laat vallen en afwacht, maar veeleer een verwachtingsvolle houding. Wat is volgens jou het verschil? Wat kenmerkt een verwachtingsvolle houding?

Bij ontvangend leven komt nog een aspect om de hoek kijken: vertragen. Als we langzamer leven, minder gericht zijn op wat we moeten presteren en meer gericht zijn op het ontvangen wat Gods ons elke dag geeft, dan vinden we meer voldoening in wat elke dag ons brengt. Als we vertragen hebben we immers meer tijd om ons bewust te zijn van ónze plek in wat we doen en meemaken. Elke dag is anders. We voelen ons goed of slecht, we hebben een spannend gesprek of hebben zo'n dag vol regelzaken en routine. De hond is ziek, de buurman vraagt om je hulp,

er valt een brief op de deurmat of de wasmachine houdt ermee op. Voor je het weet ben je vergeten hoe de zon je wekte en je uitnodigde tot een ontspannen wandel met God.

Het lijkt soms een onmogelijke klus om de parels op je dagelijkse pad te zien, vertragen is soms ongemakkelijk en het begrip ontvangend leven schuift weg achter de wolk van jouw verantwoordelijkheidsgevoel. Waar zijn nu die parels?

Opdracht: boven de grond

Denk nog even aan de lelies op het veld, hoe zij groeien (Lukas 12:27a). Wandel een stukje in een vertraagd tempo. Loop langzamer dan je natuurlijke wandeltempo. Juist als je sneller wil gaan, raad ik je aan langzamer te gaan. Ben je in je dagelijks leven ook geneigd steeds sneller te gaan lopen? Op welke momenten? Let bewust op wat je boven de grond ziet. Welke losse natuurlijke voorwerpen zie je? Welke hebben delen onder de grond? Wat ligt er op het pad en wat naast het pad? Langzamer leven helpt je te zien wat er op het pad van vandaag ligt.

Ik sta even stil bij het veld waar het fingerhoedskruid trots haar plek heeft ingenomen. Ik moet denken aan de lelies en aan hoe zij groeien. Jezus zei tegen Zijn

discipelen dat ze moesten kijken naar hoe de lelies groeien. Ik kijk naar het vingerhoedskruid. Ik kan niet zien hoe ze groeien. Wel zie ik waar ze staan en hoe ze hun weg naar boven vinden. Ik zie de paarse en de witte kelken. Er is iets gebeurd onder de aarde en dat toont zich nu als een geschenk boven de aarde.

Elke gewone dag is een parel, omdat we deze dag van God krijgen om te leven. En het zonlicht belooft elke morgen: er is nog veel meer. Toen ik langzamer leerde leven, ging ik de gewone dingen van het leven veel meer waarderen. In elke daad die we trouw en uit liefde doen, ligt een parel verborgen. Als we boven het gewone leven uit willen stijgen door alleen maar buitengewone dingen te doen en doelen te stellen, dan missen we de schatten die voor onze voeten liggen. Door dankbaar te leven met het gewone van elke dag, zullen we buitengewone ontdekkingen doen. Het plantje dat net ontkiemt, de buurman die je heg heeft bijgewerkt, de geur van verse koffie die je vrouw heeft gezet, de ramen die glanzend schoon het zonlicht doorlaten of de hond die kwispelend aan je voeten staat.

In hetzelfde Bijbelgedeelte van Lukas 12 staat: 'Zoek eerst het Koninkrijk'. Met andere woorden: zoek eerst naar dat wat écht belangrijk is en de rest zal erop volgen. Het gedeelte sluit af met de woorden: 'Want waar uw schat is, daar zal ook uw hart zijn'.

Waar richt jij je op in je dagelijks leven? Zie je de werkelijke parels die God jou geeft of zoek je te hard en op plekken waar je het niet zult vinden? Zoek Hem, leef ontvangend en je zult de schoonheid in elke dag ontdekken.

Ga even rustig zitten of loop in een langzaam tempo. Som rustig en hardop een aantal *gewone* dingen uit jouw leven op waar je je buitengewone dank aan God over uitspreekt. Hoe krijgen deze dingen nu meer glans?

Verwerkingssuggesties

1. Luister naar het lied '*10.000 reasons*' van Matt Redman. Welke redenen om dankbaar te zijn heb jij vandaag? Koop een boekje of een schriftje waarin je dagelijks bijhoudt waar je God voor wil danken.
2. Blijf even staan op het pad tijdens een wandeling. Kies een stukje pad uit dat staat voor één dag. Bekijk wat er rondom jouw voeten los op de grond ligt. Benoem het. Licht het binnen handbereik? Je kan even op je hurken gaan zitten en proberen het te pakken. Wat ligt er buiten handbereik? Hoe kan je aandacht geven aan wat binnen handbereik (jouw verantwoordelijkheden, mogelijkheden en roeping) ligt? Hoe betrek je God bij wat er buiten handbereik ligt?