

*Begin
je dag
met God*

WILKIN VAN DE KAMP

DAGBOEK

Voor tekstvermelding is, tenzij anders aangegeven, gebruik gemaakt van de Herziene Statenvertaling. Bij andere vertalingen geldt als afkorting:

BB = BasisBijbel

BGT = Bijbel in Gewone Taal

GN = Groot Nieuws Vertaling

HB = Het Boek

KJV = King James Version

MSG = The Message

NB = Naardense Bijbel

NBG = Bijbelvertaling van 1951 van het Nederlands Bijbelgenootschap

NBV = Nieuwe Bijbelvertaling

NKJV = New King James Version

NLT = New Living Translation

PC = Petrus Canisius vertaling

WV = Willibrordvertaling

YLT = Young's Literal Translation

Begin je dag met God

Dagboek

Wilkin van de Kamp

Copyright © Wilkin van de Kamp

Ontwerp omslag en binnenwerk: Jonathan Reining | Jore ontwerp

Druk: Wilco B.V.

Jaar van uitgave: november 2018 (oplage 4.000)

2e druk: april 2019 (oplage 2.000)

Uitgave: Vrij Zijn, Industriestraat 1, 7122 AP Aalten, Nederland

www.vrijzijn.nl

info@vrijzijn.nl

ISBN: 978-94-90254-79-7

NUR 707, trefwoord: geloofsopbouw

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 op enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

All rights reserved. No part of this publication may be reproduced, stored in a retrieval system, or transmitted, in any form or by any means, electronic, mechanical, photocopying, recording, or otherwise, without the prior written permission of the publisher.

HOE BEGIN JE DE DAG?

**In de morgen, Heer, hoort U mijn stem,
in de morgen wend ik mij tot U en wacht.**

DAVID in Psalm 5:4, NBV

David heeft het verlangen om elke dag met God te beginnen. Hij weet dat dit van groot belang is om een groeiende relatie met Hem te hebben. Elke morgen baant hij in gebed een weg naar het vaderhart van God, waarna hij Gods woorden in zich opneemt om zich te verzadigen met Gods beeld: 'Ik zal, wanneer ik ontwaak, verzadigd worden met uw beeld' (Psalm 17:15). Een andere vertaling zegt: '... vrijgesproken door U, mag ik uw gelaat aanschouwen, en bij mijn ontwaken van uw aanblik genieten' (WV). Of zoals The Message vrij vertaalt: 'And me? I plan on looking you full in the face. When I get up, I'll see your full stature and live heaven on earth.'

Een half uur 'stille tijd' begint simpelweg met discipline, verandert in een broodnodige gewoonte en loopt uit op een diep verlangen naar Gods tegenwoordigheid. Daarom stond Jezus 'vroeg in de ochtend op, toen het nog helemaal donker was, ging naar buiten en liep naar een eenzame plek om daar te bidden' (Marcus 1:35, NBV). Zonder een dagelijkse stop bij het tankstation loop je het gevaar dat je zonder brandstof langs de weg komt te staan.

Hoe ga je met dit dagboek aan de slag? Begin je dag net als David met gebed. Lees vervolgens de tekst van de dag na in je eigen Bijbel om vertrouwd te worden in het Woord van God. Laat je meenemen door het dagelijkse onderwijs en open al lezend je hart en je gedachten voor de Heilige Geest. Hij is jouw Leraar, laat Hem je onderwijzen en je leiden (Johannes 14:26). Schrijf elke dag een gebed naar God waarin je je dankbaarheid woorden geeft. Als je 's morgens opstaat met 'een dankoffer', dan zet je daarmee de toon voor de dag. Van alle offers in de tempel gaf God alleen het dankoffer - dat men bracht om Hem te bedanken voor wat Hij gedaan had - aan de mensen terug. Een dankoffer eindigde altijd in een vrolijke maaltijd om de vriendschap tussen God en mens te vieren. Als jij elke ochtend God een dankoffer brengt, vier jij je vriendschap met Hem. Jezus wil samen met jou maaltijd houden: 'Zie, Ik sta aan de deur en Ik klop. Als iemand mijn stem hoort en de deur opent, zal Ik bij hem binnenkomen en de maaltijd met hem gebruiken, en hij met Mij' (Openbaring 3:20). Je zult gaan ervaren dat je door God te danken de deur van je hart opent om zijn tegenwoordigheid te ervaren.

Het is mijn gebed dat je de komende 365 dagen zult groeien in je relatie met God en dat jij voluit in je identiteit en vrijheid in Christus mag wandelen.

Wilkin van de Kamp

TIP

Nodig een vriend of vriendin uit om tegelijkertijd met jou dit dagboek te gaan gebruiken. Via Whatsapp kun je uitwisselen wat het met jullie doet. Versterk zo de onderlinge vriendschap en jullie persoonlijke relatie met God. Ga ervoor!

DE KRACHT VAN DANKBAARHEID

**Alleen met dankbaarheid eer je Mij,
alleen zo zul je mijn hulp ervaren.**

GOD in Psalm 50:23, GN

Er zijn duizenden onderzoeken gedaan naar wat mensen gelukkig maakt. Dankbaarheid springt er telkens weer uit. Een dankbare houding heeft een groot effect op je gezondheid, je geluksgevoel en je relaties. Wie dankbaar is, is minder bevattelijk voor burn-out, raakt niet verbitterd en staat gelukkiger in het leven. Geluk schijnt niet af te hangen van je rijkdom of mogelijkheden, maar van de mate waarin je dankbaar bent en waardeert wat je hebt.

In het bijbelgedeelte van vandaag zegt God dat je Hem eert met je dankbaarheid en dat je daardoor zijn hulp zult ervaren. Oefen jezelf een jaar lang elke dag in dankbaarheid, zodat je een levensstijl van dankbaarheid ontwikkelt waarin je God eert om wie Hij voor je is en je zijn hulp gaat ervaren. Dank God voor wie je bent in Christus, dat zijn liefde en trouw elke dag weer nieuw zijn.

Ik moedig je aan om elke dag een gebed naar God op te schrijven, waarin je Hem dankt voor wat Hij in je leven doet. Je dankgebed opschrijven en het hardop uitspreken helpt je om je gedachten te ordenen en gericht tot God te bidden. Wees dankbaar en vertel het Hem. Onder dankzegging mag je al je wensen bij God bekendmaken (Filippenzen 4:6). Dankbaarheid opent de deur van je hart om Gods tegenwoordigheid te ervaren. Dankbaarheid opent je ogen voor de hand van God die je leidt. Dankbaarheid vergroot je vertrouwen in God die doet wat Hij belooft. Dankbaarheid verruimt je hart om meer van God te ontvangen.

Mijn gebed: _____

DE VRUCHT VAN STILTE

Hij zegt: 'Wees stil
en weet dat Ik God ben.'

Psalm 46:11, WV

Ook al kun je op ieder moment van de dag bidden, toch is het belangrijk om aan het begin van de dag de stilte op te zoeken. Stilte zet je letterlijk stil bij wie je bent, wie God is en wat Hij belangrijk vindt in jouw leven. In een andere psalm zegt David: 'Waarlijk, mijn ziel keert zich stil tot God, van Hem is mijn heil; waarlijk, Hij is mijn rots en mijn heil, mijn burcht, ik zal niet te zeer wankelen' (Psalm 62:2-3, NBG). David zag in de stilte verwachtingsvol uit naar wat God zou doen.

Wees creatief en zoek een vaste plek waar je niet afgeleid of gestoord wordt en waar je met een lekker bakje koffie je dag met God kunt beginnen. Elke keer als je deze plek ziet, zul je je de kostbare momenten herinneren die je hier met God beleefd hebt.

Ik las eens hoe Susanna Wesley, de moeder van Charles en John Wesley (bekende opwekkingpredikers uit de achttiende eeuw), eenvoudig haar schort over haar hoofd trok. Dat liet de rest van haar gezin weten dat ze met God aan het spreken was en dat ze niet gestoord wilde worden. Neem elke dag de tijd om de wereld buiten te sluiten en in stilte je aandacht op God te richten door aan de voeten van Jezus te gaan zitten.

Moeder Teresa schreef:

De vrucht van stilte is het *gebed*.

De vrucht van het gebed is *geloof*.

De vrucht van het geloof is *liefde*.

De vrucht van liefde is *dienstbaarheid*.

De vrucht van dienstbaarheid is *vrede*.

Vertel me eens, hoe ziet jouw schort er uit?

Mijn gebed: _____

JE EERSTE GEDACHTE

**Stem uw gedrag niet af op deze wereld.
Word andere mensen, met een nieuwe gezindheid.
Dan bent u in staat om uit te maken wat God van u wil,
en wat goed is, welgevallig en volmaakt.**

PAULUS in Romeinen 12:2, WV

De Duitse verzetstheoloog Dietrich Bonhoeffer vroeg in de jaren dertig aan zijn studenten om elke dag een half uur stille tijd te nemen voor meditatie. Ze kregen de opdracht om aan het begin van de dag slechts één bijbeltekst te overdenken om te ontdekken wat het Woord van God hen persoonlijk te zeggen had. Hij zei: 'We vragen niet wat het Woord anderen te zeggen heeft. We bereiden geen preek voor, maar wachten op grond van de belofte dat Gods Woord nooit leeg tot Hem zal terugkeren en bewaren het in ons hart. Onze eerste gedachte en het eerste woord van elke nieuwe dag behoren God toe. Pas dan kunnen we die dag als een geschenk van God ontvangen.'

Geïnspireerd door Bonhoeffer heb ik mezelf aangeleerd om op het moment dat ik wakker word mijn eerste gedachten en mijn eerste gevoelens naar God uit te laten gaan. In het besef dat Hij er is, mij ziet en mij hoort. Al doende heb ik mezelf getraind om bij alles wat ik doe en denk op God af te stemmen. Niet alleen in de vroege morgen of in de late avond, maar de hele dag door. Bidden en bijbellezen is voor mij vooral afstemmen op God geworden. Je wordt stil en stelt je innerlijke radio af op het horen van Gods stem. Geef jij God de ruimte om in je gedachten binnen te komen, om je duidelijk te maken wat Hij van je wil en wat goed, welgevallig en volmaakt is?

Mijn gebed: _____

MEDITEREN IS HERKAUWEN

**Dit wetboek mag niet wijken uit uw mond,
maar overpeins het dag en nacht,
opdat u nauwgezet handelt overeenkomstig
alles wat daarin geschreven is,
want dan zult u op uw wegen uw doel bereiken
en zult u voorspoedig zijn.**

GOD in Jozua 1:8, NBG

Christelijke meditatie heeft zijn wortels in de Bijbel. Sterker nog, de Bijbel gebiedt jou om te mediteren. God zegt niet alleen tegen Jozua dat hij Gods Woord dag en nacht moet overpeinzen. In het Hebreeuws wordt het woord *hagah* gebruikt dat niet alleen 'overpeinzen' betekent maar ook 'herkauwen' of 'mediteren'. Mediteren is niet hetzelfde als bijbelstudie doen. Mediteren is een vorm van 'herkauwen'; je gaat biddend je Bijbel lezen en de woorden overdenken. Zo open je je hart om God tot je te laten spreken door de verzen die je gelezen hebt. Zo haal je kracht en energie uit het Woord van God. Om sterk te worden en gezond te blijven. Je hebt geestelijke discipline en structuur nodig om aan het begin van de dag je dagtekst uit het Woord van God te lezen. Maar geloof me, als het eenmaal een goede gewoonte is geworden wil je niet meer anders. Je gaat meer zicht krijgen op wie God is en wie Hij voor jou wil zijn. Je gaat groeien in geloof, inzicht en wijsheid om ook anderen te helpen groeien. Misschien kom je het komende jaar een keer in een situatie dat het er gewoon niet van komt om stille tijd te houden. Voel je daar niet schuldig om. Laat het verlangen om elke dag met God te beginnen maar lekker groeien. Je zult zien dat je er een mooier mens van gaat worden. Ga je er voor?

Mijn gebed: _____

LAAT JE BIJL SLIJPEN

**Iemand die zijn bijl niet slijpt
wanneer de snede bot wordt,
moet meer kracht gebruiken.**

SALOMO in Prediker 10:10, NBV

Ken je het verhaal van de twee houthakkers die een wedstrijd hielden wie de meeste bomen kon omhakken? Direct na zonsopgang klonk het startschot en vlogen de spaanders hen letterlijk om de oren. De kleinste van de twee liep elk uur met zijn bijl een minuut of tien verder het bos in en kwam dan weer terug. Zijn tegenstander die een stuk groter was keek hem dan glimlachend en zelfverzekerd aan, in de overtuiging dat hij aan de winnende hand was. Hij was sterker, kwam de hele dag niet van zijn plek af, onderbrak het houthakken niet en nam geen enkele pauze. Aan het einde van de dag was de grote man geschokt dat zijn tegenstander, die schijnbaar zoveel tijd verkwistte, veel meer bomen geveld had dan hij. 'Hoe heb je dat voor elkaar gekregen, je hebt zo vaak een pauze genomen?' vroeg hij. De kleine man antwoordde: 'Elk uur heb ik mijn bijl geslepen.'

Koning Salomo leert je vandaag een belangrijke geestelijke les: het is belangrijk om aan het begin van elke nieuwe dag tijd te nemen om je geestelijke bijl te laten slijpen, anders word je moe van onnodig hard werken. Iedere ochtend als je de Bijbel leest en mediteert scherp jij je geestelijke bijl, waardoor je hart gevoed wordt met het Woord van God en je scherp blijft om de juiste keuzes te kunnen maken. Laat de christenen in het stadje Beréa je tot voorbeeld zijn: 'Zij onderzochten dagelijks de Schriften' (Handelingen 17:11). Hou vol om elke dag met God te beginnen en je geestelijke bijl te laten scherpener, zodat je niet met wilskracht maar met Gods kracht de dag ingaat, om tot zegen te zijn voor iedereen die God op je pad brengt.

Mijn gebed: _____

ANTWOORDEN KRIJG JE NIET CADEAU

**Bid, en u zal gegeven worden; zoek, en u zult vinden;
klop, en er zal voor u opengedaan worden.
Want ieder die bidt, die ontvangt; wie zoekt, die vindt;
en voor wie klopt zal opengedaan worden.**

JEZUS in Matteüs 7:7-8

Als schrijver en spreker weet ik dat er niets nieuws onder de zon is. Je leert geen nieuwe dingen. Wel word je uitgedaagd om het eeuwenoude verhaal op een eigentijdse wijze, met een net iets andere belichaming, te vertellen zodat ogen, oren en harten geopend worden voor de liefde en waarheid van God. Ik voel me rijk gezegend dat ik de bijbelse boodschap voor mijn generatie zo heb kunnen verwoorden dat zoveel mensen het hart van God hebben gevonden. Terugkijkend zie ik dat de manier waarop ik een aantal bijbelse thema's verwoord heb is voortgekomen uit gemaakte fouten, persoonlijke worstelingen en frustraties. Een tijd waarin ik God zocht en op zoek ging naar antwoorden op mijn vragen. Want antwoorden krijg je niet cadeau. Je vindt ze door te zoeken. Zo is het onderwijs over 'wie je bent in Christus' geboren vanuit mijn worsteling dat ik mijn identiteit vond in mijn kerk, overtuiging en prestaties. Zo is het onderwijs over 'vrijheid in Christus' voortgekomen uit mijn gevecht tegen allerlei vormen van wetticisme in mijn leven. Het onderwijs over 'eenheid in Christus' is de vrucht van een jarenlang proces waarin ik me bekeerde van allerlei vormen van exclusief denken, spreken en handelen. Soms denk ik dat het een wonder is dat ik sta waar ik nu sta. En dat is het ook. Een wonder van Gods genade. Dit dagboek heb je in handen omdat ik net zolang bad, zocht en klopte totdat ik ontving, vond en er werd opengedaan. Waarvoor bid, zoek en klop jij totdat je ontvangt, vindt en er wordt opengedaan?

Mijn gebed: _____

ALS HET LEVEN JE STILZET

De Goede Herder roept zijn eigen schapen
bij hun naam en leidt ze naar buiten.
Wanneer Hij al zijn schapen naar buiten gebracht heeft,
loopt Hij voor ze uit en de schapen volgen Hem
omdat ze zijn stem kennen.

JEZUS in Johannes 10:3-4, NBV

Er zijn van die momenten in het leven dat je plotseling stilgezet wordt. Je verliest je baan, je gezondheid of een geliefde. Het leven valt stil en je beseft: vanaf nu wordt alles anders. De grote vraag is wat je op zo'n moment gaat doen. Hoe reageer je dan? Misschien word je verdrietig, boos of lamgeslagen. Dat kan allemaal. Je kunt het moment ook aangrijpen om na te denken over wat echt belangrijk is in je leven. Durf je te luisteren naar wat God je in de stilte te zeggen heeft? Hij belooft er te zijn voor mensen die Hem nodig hebben. God laat mensen die stilgezet worden niet alleen.

Niemand verlangt ernaar om stilgezet te worden. Maar soms is het voor je ziel wel heel heilzaam. Je gaat dan nadenken over de vraag waar het om draait in het leven: 'Wat en wie is het belangrijkste in mijn leven?' Ik heb gemerkt dat als je stilgezet wordt, je dingen gaat ontdekken over jezelf die je nooit geweten hebt. Je gaat inzien waar je diep vanbinnen echt om geeft. Wat en wie echt belangrijk voor je is. Laat je niet meeslepen door de wanhoop. In Gods ogen is een crisis een kans. Een kans om Hem (beter) te leren kennen. Zoveel mensen hebben tijdens de moeilijkste periode van hun leven God ervaren als nooit tevoren. Midden in de crisis leerden zij God als de Goede Herder kennen. De vraag is wat jij op zo'n moment gaat doen.

Mijn gebed: _____

ZO WIL GOD VOOR JOU ZIJN

**De Heer
is mijn herder.**

DAVID in Psalm 23:1a, NBG

Psalm 23 begint met een uitroep van vertrouwen en vreugde: 'De Heer is mijn herder!' David zegt niet in het algemeen dat God de herder is van Israël. Nee, hij zegt: 'De Heer is *mijn* herder!' Al zou Hij voor niemand anders een herder zijn, dan is Hij toch een herder voor mij! Mijn Herder zorgt voor mij, Hij waakt over mij en Hij leidt mij! Voor David was de relatie tussen de herder en zijn schapen er een van diepe genegenheid. De herder leefde met zijn schapen, ze waren als familie voor hem. Hij noemde de schapen bij naam en de schapen herkenden zijn stem. Als schaapherder wist David hoe afhankelijk een schaap is van de herder. Hij wist dat God hem van alles wat hij nodig had zou voorzien. En hij was er zeker van dat God altijd bij hem zou zijn.

David wist uit eigen ervaring dat het lot van een schaap bepaald wordt door de eigenaar. Een goede herder waakt over zijn schapen. Geen werk is hem te veel. Vroeg in de morgen inspecteert hij de schapen om te zien of het goed met ze gaat. Hij wil weten of ze geen gebrek lijden. Hij doet zijn best om hen de allerbeste weidegronden en het helderste water te geven. Hij zal zijn schapen beschermen tegen weer en wind, tegen roofdieren en dieven. 's Nachts slaapt hij met één oog en twee oren open. Bij elke dreiging van gevaar springt hij op om zijn kudde te beschermen. David zegt dat God zo'n herder is. Zo wil God voor jou zijn!

Mijn gebed: _____

JIJ ZULT NIET ONTBREKEN

**De Heer is mijn herder,
mij ontbreekt niets.**

DAVID in Psalm 23:1, NBG

De boodschap van Psalm 23 is niet dat jou nooit iets kwaads zal overkomen, maar dat God in elke situatie dichtbij je is. In dit leven kan je van alles ontbreken: gezondheid, een partner, kinderen, werk. Psalm 23 belooft je niet dat al je wensen vervuld worden als je maar genoeg in God gelooft. De uitdrukking 'mij ontbreekt niets' betekent dat je volkomen tevreden bent met Gods aanwezigheid en zijn leiding in je leven. David voelde zich als een schaap dat zich nergens om hoeft te bekommeren en in blind vertrouwen de herder volgt. Het was voor hem voldoende dat de Heer zijn herder was.

Met minstens zoveel recht kunnen we de woorden 'mij ontbreekt niets' vertalen als: 'Ik zal niet ontbreken.' Dat is belangrijk, want wat er ook gebeurt in je leven: jij hoort erbij! Jij bent een deel van Gods familie! Misschien heb je af en toe het gevoel dat je buiten de kudde loopt, luister dan naar deze woorden: 'De Heer is mijn herder, ik ontbreek niet.' Als de Goede Herder bij het vallen van de avond de schapen telt, ben jij erbij. Hij verliest jou niet uit het oog. Hij let altijd op je. Hij roept je bij je naam. Jij wordt niet vergeten. Voor Hem doe je ertoe. Hij wil je niet missen. Bij Hem zul je niet ontbreken. Hij zal je aanmoedigen om bij de kudde te blijven. Hij zal je dragen als je afgedwaald bent. Hij zal je omarmen met geloof, hoop en heel veel liefde.

Mijn gebed: _____

KRACHT UIT HET WOORD VAN GOD

**Hij doet mij neerliggen
in grazige weiden.**

DAVID in Psalm 23:2a

Psalm 23 zegt niet 'Hij leidt mij naar grazige weiden,' maar 'Hij doet mij neerliggen in grazige weiden.' Er ligt een mate van dwang in deze woorden. Sommige schapen hebben namelijk de neiging om zich dood te eten! Dat mag de herder niet laten gebeuren. Daarom zorgt hij er voor dat de schapen gaan liggen in grazige weiden.

Zoals het gevaarlijk is voor een schaap om voortdurend gras te eten zonder te herkauwen, zo is het ook voor jou en mij belangrijk dat we niet alleen maar bijbelkennis vergaren maar ook de tijd nemen om het Woord van God te overdenken. De hele dag door krijg je informatie binnen waarvan een groot deel tegen het Woord van God ingaat. Dat is onverteerbaar. Als je als schaap van de Goede Herder gezond wilt blijven, is het belangrijk dat je elke dag de tijd neemt om het Woord van God in alle rust te overdenken. Zoals je inmiddels weet zei God tegen Jozua dat hij Gods Woord dag en nacht moest overdenken, dan zou hij zijn doel bereiken en voorspoedig zijn (Jozua 1:8). Het Hebreeuwse woord *hagah* dat gebruikt wordt voor 'overdenken', betekent grappig genoeg ook 'herkauwen' of 'mediteren'. Mediteren is een vorm van 'herkauwen': je gaat biddend je Bijbel lezen en de woorden overdenken. Zo haal je kracht en energie uit het Woord van God. Om sterk te worden en gezond te blijven. De Goede Herder wil je helpen bij alles wat je onderneemt. Daarom spoort God je aan om elke dag zijn Woord te overdenken en je hierdoor te laten leiden. Dat is de manier waarop de Goede Herder je leven richting geeft.

Mijn gebed: _____

