

VERBONDEN

Tijdschrift voor Vrouwen van Predikanten - Nederlands Caribische Unie - Tweede Semester 2021





Verbonden

Deze tijdschrift is speciaal bereid om geestelijke vitaliteit te stimuleren, emotionele groei te koesteren en om elke vrouw van onze predikanten van de Zevende-dags Adventisten Kerk van Aruba, Bonaire en Curaçao aan te moedigen om een evenwichtig gezond leven te leiden, om thuis en in de gemeenschap een goede christelijke getuige te zijn, een geweldige moeder voor hun kinderen, en een grote steun voor hun echtgenoten in de bediening.



INHOUD:

Jezus, mijn Kapitein!

Reddingsboei voor
Werkverslaafden

Reddingsboei voor
Negatievelingen

Reddingsboei voor
Zelfopofferende
Mantelzorgers

Reddingsboei
van Groei

Geschiedenis van
de Reddingsboei

Gevaarlijke
Reddingsboei!

OPMERKING: Alle niet nader genoemde artikelen zijn een bijdrage van de redacteur.

B

este collega's in het pastoraat:

Misschien hebt u net als ik het gevoel dat we verdrinken -in huishoudelijke taken, in onze carrière, helpende in de kerk, de tijd vliegt, de week gaat voorbij - en we hebben niet alles bereikt wat we ons hadden voorgesteld.

Bent u een 'nega-holic' of negatieveling? Bent u een 'werkaholic' of werkverslaafde? Bent u uzelf aan het martelen door de mantelzorg? Worstelt u met spirituele groei? God zij dank is er altijd een oplossing, een hulpbron en verlichting. Dank God voor Jezus Christus, onze Kapitein!

Auteur Sharon Platt-McDonald zei in haar boek *'Overcoming With God'*: "Elke keer als ik denk aan de dingen die ik niet kan doen of waar ik niet toe in staat ben om te doen, hoor ik God me er zachtjes aan herinneren dat Hij me toegerust heeft voor de taak die Hij heeft bepaald. Een van de schriftgedeelten die voor mij echt tot leven is gekomen, is Jesaja 40:29 "Aan mensen die moe zijn, geeft Hij kracht. Mensen die zwak zijn, maakt Hij weer sterk."

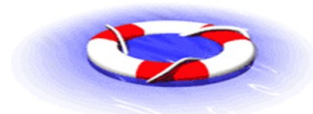
Hier geeft God de verzekering dat Hij onze tekortkomingen zal goedmaken. We hoeven ons alleen maar beschikbaar te stellen aan Hem om dit transformatiewerk in ons leven te doen.

En wanneer we bidden om onze zwakheden te overwinnen, is Gods Woord een goede plaats om te beginnen. Zie ook deze andere teksten uit Jesaja 40:3; Filippenzen 4:13; Romeinen 8:26.

Het is geen gemakkelijke taak om onze natuurlijke zwakheden te overwinnen, maar "God zij gedankt, die ons de overwinning geeft door onze Heer Jezus Christus." (1 Korintiërs 15:57)

Welwillend,

Anna Maria Manuela Croes





Kapitein van mijn schip:

JEZUS CHRISTUS

Hoe u God toestaat uw reddingsboei te zijn,
wanneer de stormen van het leven razen

Kathryn Shirey zegt dat **we bepaalde dromen voor ons leven hebben** – afstuderen aan de universiteit, trouwen met onze perfecte match, verhuizen naar dat huis met het witte hek, bevallen van perfect gezonde baby's, die droombaan krijgen, enzovoort... Dan slaat de realiteit toe. Soms is het slechts één droom die onbereikbaar lijkt en andere keren lijken de gebroken dromen zich op te stapelen.

Dat was de plek waar ze zich bevond. Gelukkig getrouwd en klaar om een gezin te stichten, maar plotseling onderhandelend over de wereld van onvruchtbaarheid. Haar droom van een gezin viel uit elkaar. Ze wist niet zeker of en hoe ze ooit van 'echtpaar' naar 'familie' zouden verhuizen. Bovendien reisde ze elke week de stad uit voor haar werk, werkte ze onmenselijke uren en wist ze dat ze van baan moest veranderen - maar naar wat? Om nog maar te zwijgen van het feit dat ze te veel werkte, om de tijd en energie te hebben om op zoek te gaan naar een andere baan. Voeg nog een paar gemiste verwachtingen en idealen toe die ze nooit helemaal kon waarmaken en de stress van dit alles begon haar neer te halen.

Ze was aan het verdrinken. Ze droeg zo'n last van zorgen dat ze nauwelijks kon ademen. Paniekaanvallen werden een nieuwe norm toen ze worstelde met de realiteit dat ze het niet allemaal alleen kon oplossen. Dit was niet hoe Kathryn zich deze fase van haar leven voorstelde. Dit was niet de plek waar ze wilde zijn.

Soms moet je zinken om dichterbij God te komen.

Toen Kathryn en haar man de eerste ronde van in vitro ingingen op hun reis om een gezin te stichten, raakte ze ervan overtuigd dat de wetenschap het leven onder de knie had. Artsen en wetenschappers zouden leven kunnen opwekken in een reageerbuis. Dit was hun antwoord! De wetenschap zou hen een gezin geven. Oh, en ze zou haar werksituatie verbeteren en ze zou op de een of andere manier een oplossing vinden voor alle andere spanningen. Ze dacht dat als ze maar hard genoeg duwde, ze al haar problemen kon oplossen. Dus toen dat allemaal niet lukte – toen ze niet zwanger raakten, toen de baan niet doorging, toen ze de andere problemen niet kon overzien – begon ze weg te zinken en zei ze: “als ik het niet kan, mijn problemen oplossen, wie anders zou dat kunnen? Ik voelde me verloren, overweldigd en alleen. Ik had mijn ogen gericht op de stormen om me heen en ik kon niet blijven drijven.”

Laat u uzelf verdrinken onder het gewicht van de wereld of roept u tot God om hulp?

Een vriend stelde een radicaal alternatief voor toen ze op een ochtend deze strijd deelde met hem, terwijl ze een warm drankje nuttigden. Een andere oplossing die haar gek leek en waarschijnlijk niet het gewenste resultaat zou opleveren. Hij stelde voor dat ze zou proberen dit alles aan God over te dragen en Hem de lasten een tijdje te laten dragen. Zijn antwoord op haar problemen was om tot God om hulp te roepen.

In die tijd geloofde ze in God en wist dat Hij echt was, maar beschouwde Hem alleen als een ver, opperwezen; niet iemand die nauw betrokken is bij ons leven. Ze bad, maar verwachtte nooit een antwoord. Ze kon zich dus niet voorstellen hoe dit zou helpen. Wat kon God tenslotte aan haar problemen doen?

Ondanks haar bedenkingen was Kathryn wanhopig, dus besloot ze het gebed eens te proberen. Ze ging die ochtend naar huis en begon te bidden dat God de last voor haar zou gaan dragen. Ze probeerde zich zelfs de zorgen die zo zwaar op haar schouders voelden over te dragen.

Het duurde een aantal weken om dit te bidden, voordat ze de verandering begon op te merken. Enkele weken, voordat ze de woorden in dat gebed geloofde en om haar hart te openen voor de mogelijkheid dat God daadwerkelijk zou antwoorden. Ze begon langzaam het gewicht op haar schouders lichter te voelen. Ze begon haar borst een beetje te voelen ontspannen en ze kon gemakkelijker ademen. Toen merkte ze dat ze niet zo bezorgd was over alle problemen, alle dingen die ze niet kon oplossen in haar leven. Ze begon vrede te voelen met het leven, zelfs met alle problemen, en ze begon hoopvol te worden over de toekomst.

Wat was er veranderd? Haar levensomstandigheden waren zeker niet veranderd. Ze reisde nog steeds wekelijks door het land voor haar werk. Ze was nog steeds niet zwanger. Niets was echt veranderd, maar toch voelde ze zich anders. Ze voelde zich kalm en vredig.

Wat er veranderde, was dat ze God om hulp vroeg en hij antwoordde. Hij stond de hele tijd naast haar, wachtend tot ze het zou vragen.

“Maar toen hij de wind zag, werd hij bang en begon te zinken en riep uit: "Heer, red mij!" Meteen stak Jezus zijn hand uit en greep hem.” (Mattheüs 14:30-31a).

Als u begint te verdrinken in de stormen van het leven, laat God dan uw reddingsboei zijn.

Het leven kan zwaar zijn! Er zijn geen beloften van een gemakkelijk leven in de Bijbel te vinden. Nergens wordt ons verteld dat als we Jezus gewoon volgen, ons leven vol goede dingen en gemakkelijke tijden zal zijn. Nee, geen dergelijke beloften. (Zie Johannes 16:33).

Wat we eigenlijk van Jezus krijgen, is een belofte dat het leven moeilijk zal zijn. Hij zegt duidelijk dat we beproevingen en ontberingen zullen doorstaan, waarvan sommige niet naar onze tevredenheid zullen worden opgelost, aan deze kant van de hemel.

Als we echter geloof hebben, kunnen we deze beproevingen met hoop en vrede tegemoet treden, wetende dat Jezus aan onze zijde staat. We zien misschien niet de oplossing die we in dit leven wensen, maar als gelovigen kunnen we rusten in de hoop dat God aan onze zijde staat tijdens de reis. (Zie Mattheüs 10:29, 30).

Als we beginnen te verdrinken, kunnen we ons laten meeslepen of om hulp roepen. Niet dat we er per se voor kiezen om helemaal naar beneden te zinken. Maar soms wanneer we niet om hulp roepen, denkend dat we ons er alleen uit kunnen trekken, levert dit hetzelfde resultaat op. Het is moeilijk om om hulp te vragen of zelfs maar om te weten naar welke hulp je moet vragen.

Wat gaat u kiezen? Alleen strijden en verdrinken in de stress en zorgen? Of om hulp roepen en God een kans geven?

Deze 'verdrinkings'-ervaring was het keerpunt in Kathryn's geloofsreis. Het was ook het keerpunt in deze strijd. Hoewel het nog maanden zou duren voordat er iets in haar situatie zou veranderen, begon haar hart te veranderen. Ze begon deze uitdaging met hoop en gemoedsrust aan te gaan, wetende dat de eindresultaten in Gods handen waren – hoe het ook allemaal uitpakte.

Dus, met welke stormen heb jij in je leven te maken? Voelt het alsof je verdrinkt en op het punt staat voor de laatste keer onder te gaan? Reik uit naar God en laat hem je reddingsboei zijn. Vraag om zijn hulp en laat God de last een tijdje dragen.

Hoe God uw reddingsboei te laten zijn wanneer de stormen van het leven woeden | Gebed & Mogelijkheden (www.prayerandpossibilities.com)



“[Tijdens de verovering van Jericho] had Israël hun aandeel om te tonen door hun handelen dat ze geloof hadden in de **Kapitein van hun redding**.

Elke dag moest er gestreden worden... Als Gods agenten moeten u allen uzelf aan Hem overgeven, zodat Hij de strijd voor u kan plannen, leiden en strijden, met uw medewerking. De Vorst van het leven staat aan het hoofd van Zijn werk. Hij zal bij u zijn in uw dagelijkse strijd met uzelf, zodat u in principe trouw kunt zijn; dat hartstocht, wanneer het strijdt voor het meesterschap, kan worden onderworpen door de genade van Christus; dat u meer dan overwinnaar zult worden door Hem die ons heeft liefgehad. Jezus is op de aarde geweest. Hij kent de kracht van elke verzoeking. Hij weet precies hoe hij elke noodsituatie het hoofd moet bieden en hoe hij u door elk pad van gevaar moet leiden. Waarom zou u Hem dan niet vertrouwen? Waarom zouden we het bewaren van onze ziel niet aan God toevertrouwen, als aan een getrouwe Schepper?”

(2BC 994, 995; 3T 457)



REDDINGSBOEI VOOR WERKVERSLAAFDEN

CAROL's moeder was zwanger van haar toen Pearl Harbor in 1941 werd aangevallen. Die gebeurtenis moet haar geschokt hebben zoals 9/11 ons schokte. Met haar stresshormonen en angst erg hoog, beïnvloedde ze haar hele lichaam en ook de foetus die in haar groeide. Gevoelig voor de fysieke en emotionele bedreigingen in haar universum, werd Carol geboren en waggelde ze rond in een staat van onstuitbare onrust. Het was alsof ik opgroeide in het oorlogsgebied van een alcoholisch gezin - een plek waar kinderen leven in constante angst voor wat er kan gebeuren.

Daarbovenop kwam nog de 'vuur-en-zwavel' prediking van haar grootvader die haar net zo bang maakte als de oorlog. Als jeudige zou ze er niet eens aan hebben *gedacht* om hun nationale kalmerende middel, alcohol, te gebruiken om haar angsten te verlichten. Er was haar verteld dat drinken een zonde was waarop de doodstraf stond. Als je drinkt, ga je rechtstreeks naar de poel van vuur of de hel of het vagevuur... Zelf probeerde ze een manier te vinden om haar gevoelens te verdoven - een manier die God niet zou afkeuren. Als ze zou proberen perfect te zijn, als ze zou weten hoe ze zowel de goedkeuring van haar vader als die van God kon verdienen, zou ze een grotere kans hebben om er levend uit te komen. Haar vader was financieel gestrest en haar moeder was klinisch depressief.

Omdat ze dacht dat het haar plicht was om haar mama en papa gelukkig te maken, begon ze te veel te presteren, en alles te overdrijven... Zich inspinnen om de goedkeuring en acceptatie van zowel God als de mens te krijgen. Carol zegt: *"Ik was gedreven om mijn bestaan in het hier en nu te rechtvaardigen en ook om mijn eeuwige redding te verdienen.* Klinkt dat voor jou als een normale puber?

Ze herinnert zich de eerste keer dat ze een compliment kreeg voor het doen van een vriendelijke daad. In haar eerste jaar op de middelbare school gaf ze een paar items uit haar eigen magere kledingkast aan een behoeftige klasgenoot. Voor zover ze weet, was haar motief onzelfzuchtig, maar toen ze publiekelijk werd geprezen voor haar vriendelijke daad, was ze meteen verslaafd aan bewondering. Hier was de bevestiging waar ze haar hele leven naar op zoek was.

Vanaf dat moment was ze bereid bijna alles te doen om lofbetuigingen te verdienen. Systematisch offerde ze zichzelf op om goedkeuring te krijgen, waarbij ze het altruïsme zo ver voerde dat ze zichzelf bijna vernietigde, figuurlijk, zo niet letterlijk. Ze is *misschien* ook in de buurt gekomen om haar 'verzorgers' met vriendelijkheid te doden. Behulpzaam zijn, versterkte haar ego. Het versterkte haar afnemende zelfrespect. Ze hield zichzelf voor de gek, door te denken dat ze van nature onzelfzuchtig was.

Als ze zichzelf had kunnen zien zoals anderen haar zagen, zou ze haar motieven in twijfel hebben getrokken. Ze zuchtte vaak en luid en klaagde tegen iedereen die maar wilde luisteren. Geleidelijk aan perfectioneerde ze haar 'arme ik'-personage. Kreunen, jammeren en klagen zijn de manieren waarop de martelaar woede naar buiten lekt om aandacht te krijgen van nietsvermoedende sympathisanten... Ze betrapte zichzelf erop dat ze dacht dat God haar had uitgekozen om een zwaarder dan gemiddelde last te dragen, omdat Hij wist dat ze het aankon. Toen ze eindelijk wakker werd en haar superieure houding rook, was ze gekrenkt.

Werk-verslaving, zorg en controle werden een zichzelf in stand houdende cyclus. Op 45-jarige leeftijd was ze kapot - opgebrand door overwerk en overbezorgdheid. Hoe meer ze haar gedrag probeerde te beheersen, hoe meer ze de controle verloor. Ze wist dat ze moest veranderen. Ze probeerde zich los te rukken van haar obsessieve dwangmatige gedrag, maar dat lukte niet. Maanden later, uiteindelijk verslagen, liet ze zichzelf toe tot een ziekenhuis gebaseerd behandelprogramma voor verslaving en co-afhankelijkheid - de brede diagnostische categorie waarbinnen dwangmatige zorg, controle, marteling van zichzelf en nega-holisme vallen.

HAAR ADVIES VOOR ONS VANDAAG:

- [Herstel is een proces](#). Langdurige, diepgewortelde gewoonten verdwijnen niet van de ene op de andere dag. Herstel is een proces, geen gebeurtenis.
- [Herken](#). Het is oké om een nederlaag toe te geven. Het is eigenlijk een verademing. Dus u kunt stoppen met proberen het onmogelijke te bereiken.
- [Een dag tegelijk](#). Carol was niet genezen, maar ze genoot niet langer van zelf martelingen, obsessies, piekeren of depressief zijn. Ze bekommert zich niet meer om mishandeld te worden, en zette zichzelf op om in de steek te worden gelaten. Ze geeft de voorkeur aan rust en sereniteit boven de waanzin van overwerk, dwangmatige zorg en meedogenloos zelfmedelijden. Ze koestert zichzelf nu en behandelt zichzelf met respect.
- [Het is gemakkelijker om gezondheid en geluk na te streven dan voor onbepaalde tijd met uw ellende bezig te zijn](#). Het loslaten van oude gedrag en het ontwikkelen van nieuwe vaardigheden kost tijd, maar het eindresultaat maakt de inspanning de moeite waard.
- [Dagelijkse overgave](#). Geef jezelf elke dag opnieuw aan God over, voed u met Zijn Heilig Woord, praat van hart tot hart met Hem, vraag Hem om het over te nemen, u te leiden, u te vergeven en u te herstellen naar Zijn eigen beeld en gelijkenis, en God zal het doen. *"Dus u moet niet naar uzelf kijken, laat de gedachten niet bij jezelf stilstaan, maar kijk naar Christus"* (SC 72).

HELP DE ZINKENDE ZIELEN

"Er zijn zielen die honger naar sympathie. Voor het brood des levens; maar ze hebben er geen vertrouwen in om hun grote behoefte kenbaar te maken... De zaak is mij aldus voorgelegd: Een drenkeling, tevergeefs worstelend met de golven, ontdekt een boot, en slaagt er met zijn laatste overgebleven kracht in om die te bereiken, en klampt zich vast aan de zijkant. In zijn zwakheid kan hij niet spreken, maar de pijn op zijn gezicht zou in ieder hart medelijden opwekken... De hele hemel kijkt toe terwijl de mannen in de boot, de slappe en vastklampende handen afslaan, en een lijdende kerel laat zinken onder de golven, om niet meer naar boven te stijgen. *"Een nieuw gebod geef ik u, dat u elkaar liefhebt."* (TM351)



REDDINGSBOEI VOOR SOMMIJVEITAGEN

Boek: Carol Cannon "Hooked on Unhappiness", hoofdstuk 3

!Maar waarom ben je zo negatief?!

NED

Getrouwd, vader van drie kinderen, was hij de personificatie van goed verholde pijn en ellende. Hij was zo depressief dat als hij in een greppel of een open graf was gevallen en een voorbijganger aarde op hem was begonnen te scheppen, hij geen spier zou hebben bewogen om te voorkomen dat hij levend werd begraven. Ned wisselde tussen twee emotionele uitersten: jammerlijk huilen en ziedend van woede. Maar alleen de mensen die het dichtst bij hem stonden, waren zich bewust van zijn drastische stemmingswisselingen.

Gedurende zijn kindertijd en adolescentie werd Ned systematisch geïmponeerd - verbaal en fysiek - door zijn ouders en leeftijdsgenoten. Vier ideeën werden in zijn geest geïmplant: je bent lelijk; jij bent dom; je bent waardeloos; en je bent een mislukking. Ned nam deze foutieve berichten op in zijn geloofssysteem.

Omdat zijn ouders 8 kinderen moesten onderhouden, werkte Ned gedurende de kinderjaren en tot ver in de volwassenheid in het familiebedrijf zonder loon. Hij kreeg gratis kost en inwoning, maar geen salaris - zelfs geen dankbaarheid. Dit verdiepte zijn gevoel van waardeloosheid.

Op 33-jarige leeftijd ontmoette hij een vrouw in de kerk en werd verliefd. Na een korte verkering trouwden ze. Emily, zijn vrouw, merkte niet dat Ned een zo ernstig gebrek aan zelfvertrouwen had dat alles wat ze deed om hem een beter gevoel over zichzelf te geven, in een bodemloze put viel. Hij verwachtte dat ze hem het gevoel van waarde zou geven dat hij miste, maar zijn emotionele tekort was groter dan een staatsschuld. Emily kon het niet afbetalen.

Omdat hij zich zo onbekwaam voelde, misgunde Ned elke prestatie van zijn vrouw, en ze was een buitengewoon talentvolle vrouw. In zijn gedachten vergrootten haar successen zijn mislukkingen. Om die reden begon hij haar pogingen te saboteren. Hij ging zelfs zo ver dat hij de voltooiing van de hogeschool in de weg stond, door het rooster voor haar eindexamen weg te gooien toen het met de post kwam! Het was niet zijn bedoeling om zo'n eikel te zijn. Door zijn geschiedenis te begrijpen, begrijpen we zijn dilemma.

Hoewel hij een zeer getalenteerde man was, voelde Ned zich ontoereikend. Om zijn afnemende zelfrespect te versterken, begon Ned grieven tegen Emily te verzamelen. Zijn wrok groeide uit tot het punt dat ze al zijn gedachten in beslag namen. Geobsedeerd door het vinden van fouten, concentreerde Ned zich op Emily's tekortkomingen - zowel echte als ingebeelde. Ze reageerde defensief en de twee raakten verwickeld in een dodelijke machtsstrijd. Elk voelde zich gedwongen om de ander ongelijk te bewijzen om zich goed te voelen.

NEGATIVITEIT OVERWINNEN

Het is dan ook niet verwonderlijk dat hun kinderen midden in deze geheime oorlog werden gevangen. Als religieus fundamentalist had Ned het altijd als de heilige plicht van zijn kinderen beschouwd om hem het respect te geven dat hij miste, maar omdat hij zichzelf niet respecteerde, vonden zijn kinderen het moeilijk om hem te respecteren. Hoe harder hij probeerde de kwestie te forceren, hoe onaangenermer zijn gedrag werd, wat hun respect verder verminderde.

WANNEER BEGON DEZE ZELFVERNIETIGENDE CYCLUS?

In de kindertijd. Ned speelde de slachtofferrol in die mate dat het zijn identiteit werd. Als kind gebruikt en misbruikt, bleef hij als volwassene vervolging accepteren - zelfs onbewust uitnodigend. Ergens onderweg ontdekte hij dat het helpen van mensen zijn gevoel van eigenwaarde versterkte. Vanaf dat moment dreef hij zelfopofferend gedrag tot het uiterste door zijn vaardigheden gratis aan individuen en instellingen aan te bieden, zijn aanzienlijke talenten voor weinig of niets te verkopen, terwijl zijn familie honger leed - letterlijk. Hij wist dat zijn familie materieel werd beroofd, maar hij kon niet stoppen. Hij kon zijn gedrag niet veranderen.

Tegenwoordig is Ned hopeloos verslaafd en ongelukkig. Hij is een dwangmatige controleur en een slachtoffer en martelaar van wereldklasse. Hij is verslaafd aan negatieve denk-, geloofs- en gedragspatronen die zijn relaties vernietigen en zijn leven bedreigen. Ned wordt gegijzeld door negatieve zelfpercepties. De schaduw van de dood hangt over hem en verduistert het leven van iedereen van wie hij houdt. Uitgeput door de voortdurende machtsstrijd, uitgeput van emotionele middelen, is hij geestelijk bankroet en zijn familie is diep bedroefd. Het ergste van alles is dat Ned op het punt staat zelfmoord te plegen.

Er zijn veel gewonde zielen zoals Ned en Emily die worstelen met problemen waar ze niet om hebben gevraagd en die ze niet begrijpen. Tragisch genoeg zullen de slachtoffers hun kinderen zijn.

Het goede nieuws is dat herstel mogelijk is. Carol Cannon zegt dat ze in haar praktijk honderden gezinnen kent die opmerkelijk getransformeerd zijn, te beginnen met één familielid dat de moed had om te veranderen. De 16-jarige dochter van een vooraanstaande kerkbestuurder schreef een bedankbriefje aan Carol een paar weken nadat haar vader door de behandelinstelling ging waar Carol werkt. Dit is wat er op het briefje stond: "Ik heb nu een vader. Voor het eerst in mijn leven heb ik een vader."

HOE ZOU U NEGATIVITEIT DEFINIËREN?

Het is een gebruikelijk referentiekader - een diep ingebed mentaal filtersysteem - waardoor alles er somber uitziet. Voor mensen die zijn grootgebracht te midden van verslaving of misbruik, is zo'n kijk vanzelfsprekend. Het is als een tweede natuur. Volwassenen die als kind pijnlijke ervaringen hebben meegemaakt en die niet in staat zijn geweest hun gevoelens openlijk te uiten, hebben een vrachtwagen vol achtergebleven emoties, die zich als een oude plaat in hun hoofd blijven afspeelen.

1. Omarm een houding van dankbaarheid. Begin je dag goed door God te danken voor het leven, als je wakker wordt, als je in een bed slaapt, als je een dak boven je hoofd hebt, als er eten in de koelkast is, als je kleding hebt. (1 Tes. 5:18)

2. Breng rustige tijd door met God. Stel je voor dat je aan de voeten van Jezus zit. Richt je gedachten op Hem. Bid en luister. (Psalmen 46:10).

3. Lees je Bijbel. Bid voordat je begint. Vraag God om leiding en het vermogen om Zijn wil te begrijpen en toe te passen in je leven. (Psalmen 119:105).

4. Concentreer je op je zegeningen in plaats van op je zorgen. Matteüs 6:34. Het vergt oefening, maar met de tijd zal het een goede gewoonte worden. (Matteüs 5:3-10).

5. Draag een glimlach op je gezicht. Als je *chagrijnig* in de spiegel kijkt, lach dan! Het zal verdwijnen als je je op je zegeningen concentreert en een grote grijns flitst. (Spreuken 15:13).

ONDERZOEKERS beweren dat het 15-20 dagen duurt om een nieuw gedragspatroon te creëren. Wees dus geduldig en mild voor jezelf. Op sommige dagen ga je 2 stappen vooruit en op andere dagen ga je misschien 2 achteruit en 1 vooruit. Je zult snel ontdekken dat je beoefening is veranderd in een gezond, positief patroon dat overloopt van Gods liefde, genade, vreugde en vrede.

[Vijf sleutels om negativiteit te overwinnen \(crosswalk.com\)](http://crosswalk.com)

WAAROM IS MISERIE VERSLAVING MOEILIK TE DIAGNOSTICEREN?

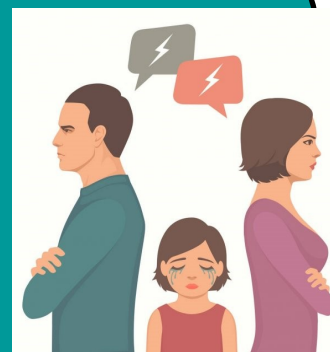
- Net als alcoholisten zijn negatief denkende verslaafden de laatsten die weten dat hun gedrag problematisch is. Andere mensen kunnen hun symptomen op een mijl afstand herkennen, maar *dat* kunnen ze niet.
- Niemand wil ongelukkig zijn.
- Ellende verslaafden houden er niet van om ongelukkig te zijn.
- Het is niet leuk.
- Ze groeiden op in de aanwezigheid van een slachtoffer of martelaar - een ouder of grootouder die veel klaagde en klaagde - en ze willen niet zijn zoals zij.
- Trieste realiteit, kinderen leren van mensen waar ze mee leven.

20 VRAGEN VOOR NEGATIEVELINGEN

Kijk of u deze problemen hebt. Misschien bent u een negatieveling en weet u het niet.

1. Als u 's ochtends wakker wordt, zijn uw eerste gedachten dan pessimistisch?
2. Als iemand zegt: "Goedemorgen", denkt u dan, '...*wat is er goed aan*'?
3. Voelt u zich vaak minder dan anderen of 'minderwaardig'?
4. Vindt u het nodig om bij vrienden, familie en zelfs vreemden te klagen over kleine ergernissen in uw leven?
5. Als u een kamer binnenloopt, merkt u dan meteen het negatieve op: de gebreken in de inrichting of het stof op de vensterbank?
6. Als u nieuwe kennissen maakt, merkt u dan meteen hun negatieve eigenschappen op?
7. Opent u de meeste gesprekken met een klacht?
8. Verzamelt u grieven tegen mensen en instellingen?
9. Als u praat over de trauma's in uw leven, gebruikt u dan meer details dan nodig of overdrijft u voor het effect?
10. Geeft u meer van uw tijd, energie of geld aan mensen en instellingen dan u zich kunt veroorloven?
11. Vertegenwoordigt u uw rechten in relaties niet omdat u anderen niet wilt kwetsen of beledigen?
12. Aarzelt u om uw voorkeuren kenbaar te maken aan vrienden en familie en beschouwt u ze dan als onattent als en wanneer ze niet aan uw behoeften voldoen?
13. Accepteert u onaanvaardbaar gedrag, tolereert u het ondraaglijke?
14. Twijfelt u aan de oprechtheid van mensen?
15. Vergelijkt u uzelf ongunstig met anderen?
16. Nodigt u mensen uit om van u te profiteren?
17. Hebt u een buitensporige behoefte aan sympathie en aandacht?
18. Zou u ooit willen dat u niet meer zo kritisch over uzelf en anderen zou denken?
19. Hebt u uw best gedaan om optimistischer te zijn?
20. Als u gefaald hebt, probeert u dan harder?

Satan scheidt behagen in twist- Satan probeert voortdurend wantrouwen, vervreemding en kwaadaardigheid onder Gods volk te veroorzaken. We zullen vaak in de verleiding komen om het gevoel te hebben dat onze rechten worden geschonden als er geen echte reden is voor dergelijke gevoelens... Onenigheid, strijd en rechtszaken tussen broeders zijn een schande voor de zaak van de waarheid. Degenen die zo'n koers volgen, stellen de kerk bloot aan de spot van haar vijanden en laten de machten der duisternis zegevieren. Ze doorboren de wonden van Christus opnieuw en brengen Hem openlijk te schande - **2 MCP 497**.

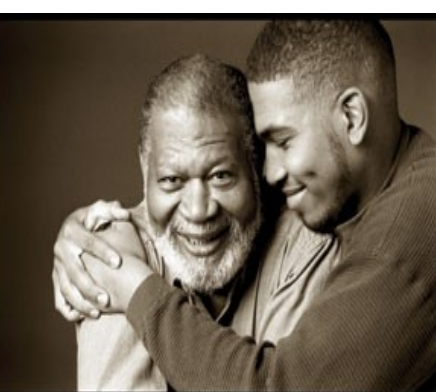




REDDINGSBOEI

VOOR

**ZELFOPOFFERENDE
MANTELZORGERS**



De meeste martelaren bereiken het punt waarop ze niet langer het slachtoffer zijn. Het zijn 'vrijwilligers'. Ervan overtuigd dat ze verantwoordelijk zijn voor ieders gezondheid en geluk (iedereen behalve die van zichzelf, dat wil zeggen), baseren ze hun waarde op hun vermogen om zichzelf op te offeren met weinig of geen aandacht voor hun eigen gezondheid en veiligheid.

Het zijn mensen die vertrouwen op de persoonlijkheid van de verzorger, voor betekenis, identiteit en waarde. Sommigen zijn emotioneel afhankelijk van het gevoel van eigenwaarde dat ze krijgen door mensen te redden en te repareren. Ze moeten 'nodig' geacht worden. Maar vaak, wanneer ze niet opletten, kan de persoon hierin geobsedeerd raken, met gevaar voor eigen gezondheid en die van hun gezin.

Zestien jaar oude **KELLY** zei: "Mijn moeder denkt dat ze Moeder Theresa is. Ze rent overal heen om mensen te helpen, Bijbelstudies te geven, kleding voor ze te kopen, meubels, wat dan ook. Ze is nooit thuis. Gisteren vertelde ik haar dat ik wenste dat ze minder tijd zou besteden aan het helpen van anderen en meer tijd zou besteden aan het omgaan met papa en mij. Ik kon niet geloven wat ze zei: 'Hoe kan ik minder doen terwijl Jezus Zijn *leven* voor mij gaf?' Hoe zou ik dat kunnen tegenspreken? Tien minuten later verliet ze het huis om weer een van Gods boodschappen te doen.'

En psycholoog Carol Cannon zegt: „De vastberadenheid van deze goedbedoelende vrouw om haar christelijke plicht te vervullen, zou goed zijn geweest als ze zichzelf had kunnen opofferen zonder haar familie op te offeren. Maar dat was onmogelijk. Ze maakte van mensen projecten. En toen ze eenmaal een project ondernam, kon ze het niet meer loslaten. Overigens zijn haar pogingen om mensen te redden en te repareren soms indringend en ongewenst.

VERZORGEND OBSESSIEF GEDRAG

- Probeert zichzelf onmisbaar te maken voor anderen.
- Anticipeert op de behoeften van andere mensen en vervult ze.
- Doet dingen voor mensen, die mensen *zouden moeten* doen voor zichzelf.
- Geeft respectloos, dat wil zeggen, zonder de voorkeuren van de ontvanger te raadplegen.
- Geeft zonder toestemming - dringt mensen ongevraagd advies of hulp op.
- Geeft om te krijgen, of de beloning te ontvangen, waardering voor nu, voldoening of een schot van eigenwaarde te verkrijgen.
- Geeft om controle te krijgen, de grondgedachte is: "Na alles wat ik voor je hebt gedaan, heb ik het recht om je te vertellen wat je moet doen".
- Geeft royaal, maar klaagt achteraf, wat een subtiele vorm van opschepperij is.

Toen **KEVIN's** zevenjarige huwelijk eindigde, begon Kevin, een verpleger van ongeveer dertig jaar oud, mantelzorg te gebruiken als een manier om eenzame uren door te brengen en te voorzien in zijn behoefte om 'behelpzaam' te zijn. Omdat hij buitengewoon veelzijdig was, bood hij zich vrijwillig aan om vrienden en voormalige patiënten op alle mogelijke manieren te helpen. Hij verbouwde hun huizen, repareerde hun auto's en repareerde hun kapotte apparaten. Hij was erg populair, omdat hij zijn "klanten" nooit een cent in rekening bracht! Zijn behoefte aan aandacht en goedkeuring dreef hem harder en harder te werken. Het behagen van mensen was betaling genoeg. Zijn agenda werd steeds hectischer. Hij werd moe van het overwerken en gebrek aan slaap.

Om het tempo bij te houden, verhoogde Kevin zijn cafeïne-inname. Toen hij zichzelf verwondde tijdens het reviseren van de automotor van zijn neef, voegde hij verdovende pijnstillers toe aan zijn regime. Vanaf daar ging het bergafwaarts. Hij slikte regelmatig pillen om de pijn en uitputting te vermijden die door zijn buitensporige gedrag werden veroorzaakt. Uiteindelijk werd hij een volslagen verslaafde, wat hem bijna zijn carrière en zijn leven kostte.

De gevolgen van de obsessie, om 'nodig' geacht te worden, van **MATTHEW**, was anders dan die van Kevin. Man en vader van vijf kinderen, Matt was een leider in zijn kerk en gemeenschap. Toen zijn voorganger de gemeente aanmoedigde om behoeftige zielen te bezoeken en hen voor de Heer te winnen, door in hun materiële behoeften te voorzien en hen vervolgens uit te nodigen voor de kerk, ging Matt op zoek naar iemand die hulp nodig had. Hij ontmoette een ideale kandidaat: Tony, een getroebleerde tiener die dringend een vaderfiguur nodig had. Toen Matts vrouw, Maria, hoorde dat de getroebleerde tiener even oud was als hun oudste dochter, waarschuwde ze Matt tactvol voor het risico om vriendschap met hem te sluiten. Ondanks haar waarschuwingen hield Matt vol. Hij nodigde de jongeman zelfs uit om in hun huis te komen wonen. Daarna liet hij hem weggkomen met dingen die hij zijn eigen kinderen niet toestond. De kinderen waren in de war door de dubbele standaard. Hun vader compromitteerde de waarden en principes die hij hen had bijgebracht. Hun moeder smeekte Matt om zijn taak over te dragen aan de zorgprofessionals die meer gekwalificeerd waren om hem te helpen, maar Matt kon zichzelf er niet toe brengen, zelfs niet in het belang van de bescherming van zijn kinderen. .. Dit spreekt boekdelen over het verslavende karakter van Matt's zorg. Hij maakte van het redden en repareren van Tony zijn hoogste prioriteit. Hij deed dit ten nadele van zichzelf en zijn gezin, en hij bleef dit doen ondanks de nadelige gevolgen. Uiteindelijk liep zijn dochter er met de jongen vandoor en raakte betrokken bij drugs.

HET VERSCHIL

Gezonde manier van zorg geven:

- Is oprecht begaan zijn met de behoeften van anderen en laat hen tegelijkertijd verantwoordelijkheid nemen voor zichzelf en hun problemen.
- We moeten ons niet haasten om ze te redden.
- We voelen ons niet verplicht voelen om ze te repareren.
- Respectvolle zorg voor een ander wordt getoond door iemands persoonlijke ervaring, kracht en hoop te delen zonder zijn of haar grenzen te overschrijden.
- Alleen iets geven als daarom wordt gevraagd.
- Helpen zonder beloning te verwachten.
- Laat naasten en hun problemen los en laat ze opgroeien.
- Laat ze leren omgaan met hun eigen moeilijkheden, en genieten van het zelfrespect dat daaruit voortvloeit.



Ongezonde manier van zorg verlenen:

- Dingen doen voor een ander die hij/zij voor zichzelf zou moeten doen.
- Zijn/haar problemen proberen op te lossen.
- Zich bemoeien met zijn/haar zaken.
- Hun grenzen overtreden om hem/haar te redden of te repareren.
- Zijn/haar leven beheren.
- Zijn/haar geweten bewaken.
- Dergelijk gedrag houdt de ontvanger ziek en maakt hem of haar onvolwassen.

OM OVER NA TE DENKEN:

- Het is oké om nee te zeggen tegen vrienden of familieleden, om in uw eigen behoeften te voorzien.
- Als u iets niet kunt doen zonder wrok, doe het dan niet! Of verander uw houding voordat u het doet.
- Gezonde verzorgers zijn gelukkig, tevreden, sereen, niet gehaast.

- Dwangmatige verzorgers zijn gestrest, moe, uitgeput, wrokkig.
- Gezonde zorgverleners kunnen zowel hulp aanvaarden als geven.
- Dwangmatige verzorgers koesteren anderen, maar accepteren geen verzorging in ruil daarvoor. Ze trekken zich liever terug dan te vragen naar iets.
- Het is oké om dingen te repareren, maar mensen niet.
- Compulsieve verzorgers stormen binnen waar engelen bang zijn om te betreden.

VICKY kan er niet tegen om het appartement van haar volwassen dochter in een puinhoop te zien. Elke keer dat ze op bezoek komt, gaat ze op een schoonmaak tocht die haar uitgeput achterlaat. Daarna klaagt ze bitter tegen haar man. Haar dochter is zeer beledigd door de acties van haar moeder. Genereus geven maar achteraf opscheppen of klagen is een symptoom van ongezonde zorg.

HOOP VOOR VANDAAG

KLAGEN en spijt zijn de kenmerken van 'behelpzame verslaafden'. Zwelgen in spijt voedt ellende en verandert je in een zeer onaangenaam gezelschap.

ALS JE DE mensen van wie je houdt niet uit je leven wilt verdrijven, moet je veranderen.

MISERABLE moeders zijn niet leuk.

VRIJHEID van schuld en dwangstoornissen komt voort door te werken met de 12-stappen.

Wees BETROKKEN in dit proces, met de hulp van een coach, zodat u uw schuld en schaamte niet hoeft op te leggen aan de mensen die al genoeg gekwetst zijn door uw verslaving en afhankelijkheid.

UW BELANGRIJKE partner zal bereid zijn u te vergeven. U hoeft geen boete te betalen.

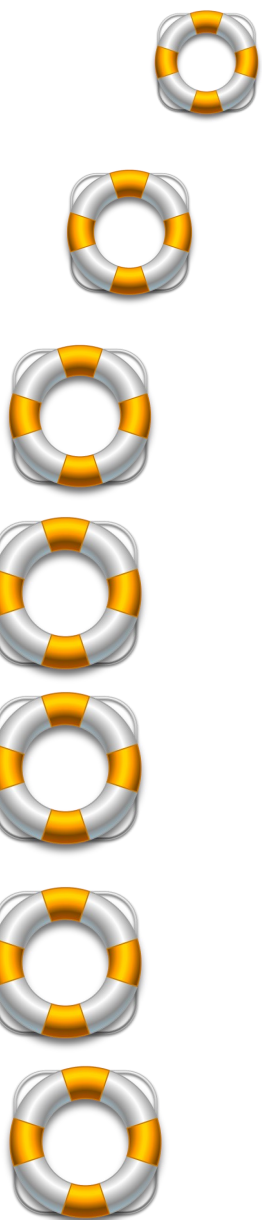
ZWELGEN in schuld zal geen enkel doel dienen, behalve om je ellende in stand te houden.

Bron: Boek van Carol Cannon
Hooked on Unhappiness, hoofdstuk 8

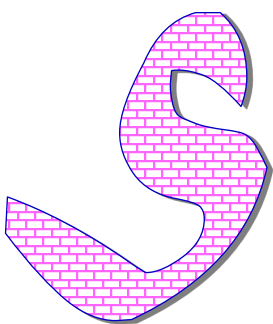


1. Vond u het toen u jong was nodig om voor iemand in uw omgeving te zorgen of te troosten? Hoe hebt u ze beschermd of geprobeerd hun pijn weg te nemen?
2. Hoe werd u beloond voor uw inspanning?
3. Is vriendelijk en behulpzaam zijn onderdeel geworden van uw persoonlijkheid?
4. Hebt u ooit uw uiterste inspanning gegeven in de zorg van iemand en hebt u uzelf pijn gedaan of iemand anders pijn gedaan?
5. Maak een lijst van de negatieve gevolgen van uw overmatige zorg. Keer u naar een bron van wijsheid en kracht buiten uzelf, GOD, zoals u God begrijpt, of een goede vriend, en uit uw gevoelens van pijn en wroeging.

"Kom tot Mij, allen die vermoeid zijn en zware lasten dragen, en Ik zal u rust geven" (Matteüs 11:28)



**REDDINGSBOEI
VAN GROEI**



Succesvolle vervulling van uw rol als de vrouw van een predikant, is iets dat moet worden geleerd, maar niet kan worden onderwezen. Uw unieke mix van persoonlijkheid, ervaring, behoeften en capaciteiten bepaalt het tempo voor uw groei. Deze factoren bepalen ook grotendeels uw reactie op het delen van het leven met een predikant. 'How-to'-informatie kan u helpen om te vorderen te midden van grote zorgen en enkele kleine irritaties, maar u zult moeten beslissen hoe u uw openbare rol in evenwicht kunt brengen met uw privéleven. Alleen u hebt kennis uit de eerste hand, over hoe dingen goed werken in uw situatie. Begin waar u bent, pas de ideeën toe die het meest zinvol lijken in uw behoefte en kijk wat er gebeurt.

Hier zijn enkele algemene strategieën om te overwegen:



VERWACHTINGEN.— Denk eens terug aan uw eerste idealen over het zijn van een domineesvrouw. Hoe goed sluit u nu aan bij die idealen? Wenst u vaak dat u geen domineesvrouw was? Als dat zo is, denk dan aan de dingen die de wens triggeren. Misschien kunt u een patroon van gebeurtenissen of druk vinden die u naar beneden halen. Controleer of uw verwachtingen van de bediening realistisch zijn. Iemand heeft u misschien een bed van rozen beloofd. Hoe zit het met de verwachtingen van uzelf? Misschien hebt u meer van uzelf geëist dan nodig is. Vier alle geschenken die u in uw rol meebrengt en waardeer de steun die u uw man geeft.



ROLLEN DRUK. Profiteer van de omgang met de vrouwen van andere predikers. Vraag hoe ze over hun rol denken. Deel de problemen en de manieren om ermee om te gaan. Het zou u verbazen wat een opluchting het is om te weten dat u niet de enige bent die zo over problemen denkt! Woon seminars en retraites bij die door uw denominatie worden aangeboden en die gericht zijn op uw zorgen. Onderzoek uw successen en flops in het dienen als de vrouw van een prediker. Door welke dingen voelt u het meest competent en waardoor voelt u het meest kwetsbaar? Zoek naar manieren waarop uw sterke punten de minder dan optimale gebieden in evenwicht kunnen brengen. Maak een lijst van de dingen die het het interessantst maken om de vrouw van een dominee te zijn. Wat kunt u doen om uw lijst te vergroten?



TIJD EISEN.— Probeer het aantal evenementen, activiteiten en leiderschaps taken die u op zich neemt te verminderen. Maak een lijst van alle dingen die u absoluut *moet* doen en rangschik deze op prioriteit. Concentreer u alleen op het bovenste derde deel van de lijst - de rest is waarschijnlijk niet zo belangrijk. Behandel alleen de eerste belangrijke items en leg de andere tijdelijk opzij. Doe deze taken eerst op de dag of op het moment dat u op het hoogtepunt van uw kracht bent. Zodra de zeer noodzakelijke zaken zijn opgeruimd, voelt u waarschijnlijk minder druk om voor de anderen te zorgen. Geef uzelf voldoende tijd om taken uit te voeren. Geef wat tijd aan onverwachte haken en ogen of verrassingen. Maak een lijst van de dingen in uw rol als predikanten vrouw die het meeste van uw tijd vragen. Verdienen deze items echt al die tijd? Als u weet dat er een bijzonder zwaar schema aankomt, zorg er dan voor dat u extra rusttijd in uw dag afspreekt. Uzelf kapot rennen zal slechts een korte tijd werken voordat uw lichaam en geest in opstand komen.



PLEZIER EN AANMOEDIGING. Concentreer u op de aspecten van het vrouw zijn van een dominee die u leuk vindt, die u aanmoedigen om door te gaan en die u een oppepper geven. Bekijk hoe u deze gebieden kunt uitbreiden. Accepteer alle aanmoediging die u kunt krijgen. Laat anderen uw inspanningen bevestigen. Zoek een paar manieren om bevrijd te worden van routine. Kies een hobby, ambacht of recreatie die u regelmatig kunt doen, gewoon voor de lol. Probeer bijvoorbeeld geen geld te verdienen met handwerken, zelfs niet als u er dol op bent, maar doe het puur voor uw plezier. Gebruik dit soort activiteiten meer voor plezier dan voor prestatie.

VERNIEUWING. Open uw leven voor Gods mogelijkheden. God is groter dan we weten, ver buiten de grenzen van onze ervaring. Hij kan hoop en genezing brengen op een manier die u niet kunt verwachten. Het geloof heeft een steeds wijder wordende visie op God en Zijn macht nodig: "opdat uw geest geopend mag worden om Zijn licht te zien, zodat u zult weten wat de hoop is waartoe Hij u heeft geroepen, hoe rijk de wonderbare zegeningen zijn die Hij aan zijn mensen geeft, en hoe groot is Zijn kracht die werkzaam is in ons, wij die geloven." (Efeziërs 1:18-20).

BRON: "Manier van Winnen voor Predikanten Vrouwen", p. 76, 77.



PLEVEN

Psalmen 138
Filippenzen 1:3-6
Efeziërs 2:18-23

Ons leven kan soms voelen alsof er niets aan de hand is. We staan op, kleden ons aan, gaan aan het werk en nemen verantwoordelijkheden. We maken maaltijden klaar, halen stomerijspullen op en betalen rekeningen. Het leven is zo alledaags. Proberen de diepte van mijn relatie met God of de groei in mijn leven te meten, is als proberen de sneeuw te zien smelten - een onbevredigende oefening in zinloosheid.

Het monitoren van onze spirituele of persoonlijke groei is niet aan ons. Dit proces, dit dagelijks leven van ons geloof, is een geleidelijke (en even wonderbaarlijke) lente die opkomt. En net als de lente zijn de resultaten niet van ons. Het is onze taak om bereid te zijn God 'God' te laten zijn en Hem de resultaten toe te vertrouwen.

Debra Klingsporn, *Women's Devotional Bible*, p. 297



"Want hier ben ik zeker van, dat Hij, die een goed werk in u begon, het zal vervolmaken tot de dag van Christus Jezus." (Filippenzen 1:6)

"Onze groei in genade, onze vreugde, ons nut, alles hangt af van onze vereniging met Christus. Het is door gemeenschap met Hem, dagelijks, elk uur, - door in Hem te blijven - dat we moeten groeien in genade. Hij is niet alleen de Auteur, maar de Voltooier van ons geloof. Het is Christus, de eerste en de laatste en de 'altijd'. Hij zal bij ons zijn, niet alleen aan het begin en het einde van onze cursus, maar bij elke stap van de weg." (SC 70)

Geschiedenis van de:



REDDINGSBOEI



Reddingsboei

ALS u ooit als kind – of misschien zelfs als volwassene – uit een boot of van een aanlegsteiger bent gevallen, was u waarschijnlijk best blij dat u in het water dobberde in plaats van erin weg te zinken in de diepte. Dat wil zeggen, als u een reddingsboei droeg of iemand u er vrij snel een gooide. Maar hebt u ooit stilgestaan bij de geschiedenis van dit interessante en vaak verwaarloosde stuk uitrusting van zeeschepen? In het recente verleden, bekend als reddingsvesten, reddingsboeien, perry boeien, kurken jassen, kisby/kisbee ringen en zelfs Mae Wests, reddingsboeien hebben een rijke geschiedenis en hebben vele duizenden levens gered.

Het idee dat mensen zonder boot op het water zouden kunnen drijven, is niets nieuws. In 870 voor Christus gebruikte het leger van de Assyrische koning Assur-nasir-Pal opblaasbare dierenhuiden om een gracht over te steken. Hoewel niet elke oude zeeman zo'n apparaat had, is het fascinerend om te bedenken dat de technologie bestond. Reddingsboeien zoals we ze vandaag kennen - in tegenstelling tot verschillende drijfmiddelen die worden gebruikt in situaties waarin geen noodlottige personen betrokken zijn - kwamen ter plaatse toen maritieme-specifieke levensreddende organisaties begonnen te worden. Zo maakte een Fransman in 1757 een jas van kurk voor noodgevallen in het water. Noorse zeelieden gebruikten met kurk gevulde vesten en zelfs blokken hout om verdrinking te voorkomen.

In dezelfde periode trokken andere levensreddende uitvindingen belangstelling, maar deze sloegen niet aan. Kurk was een populair materiaal in "moderne" reddingsvesten, net als kapok vezels. Kapok Vezels werden echter al snel verboden, niet alleen vanwege de ontvlambaarheid, maar ook vanwege het feit dat het zijn drijfvermogen verloor wanneer het werd samengedrukt. Het belangrijkste voordeel dat kapok had ten opzichte van kurk was dat kurk zwaar en omvangrijk was en dat kapok effectiever was in het houden van iemands hoofd boven water. Balsahout, gebruikt in het naoorlogse WOI-tijdperk, was een van de andere materialen voor reddingsvesten waarvan de bloeitijd kort was.

In de 19e eeuw hielp de invloed van organisaties zoals de Britse Royal National Lifeboat Institution (die de kisbee-ring gebruikte) om reddingsvesten populair te maken. Kort na de uitvinding van de kisbee-ring in het VK heeft het Amerikaanse congres een wet aangenomen die schepen verplicht om reddingsvesten te vervoeren en sindsdien gelden soortgelijke regels voor militaire, commerciële en pleziervaartuigen. Bijna honderd jaar later werden de gelijknamige Mae Wests in de Tweede Wereldoorlog ingezet. Dit waren de eerste opblaasbare reddingsvesten, en ze werden uitgegeven aan soldaten omdat ze compact genoeg waren om in verpakkingen te passen.

In dezelfde periode nam het Congres de Motorboat Act aan op het Amerikaanse thuisfront - en als gevolg daarvan ontstonden er minder omvangrijke ontwerpen voor reddingsboeien. Het idee was dat als reddingsvesten comfortabeler waren om te dragen, mensen ze ook daadwerkelijk zouden dragen.

Helaas, het was pas in de tweede helft van de 20ste eeuw dat 'easy-to-wear', specifieke zwemvesten ontstonden. Comfortabel om gedragen te worden. Mensen zouden ze ook echt dragen.

Dus wat biedt de toekomst voor de hardwerkende reddingsboei? Aangezien scheepswrakken en maritieme ongevallen overal zullen plaatsvinden waar mensen varen, is het waarschijnlijk dat de reddingsboei nooit zal stoppen met evolueren. We kijken er naar uit om te zien wat ingenieurs en ontwerpers vervolgens doen met dit noodzakelijke apparaat.

[De geschiedenis van de reddingsboei - Fisherman's Outfitter \(fishermansoutfitter.com\)](http://fishermansoutfitter.com)



Voor een waargebeurd verhaal hoe een man door zijn reddingsvest werd gered tijdens de oorlog, zie deze video:

[\(258\) "The Life Preserver" - The Encouraging Story of Elgin Staples - YouTube](#)

ENKELE LESSEN HOE NUTTIG EEN SPIRITUELE LEVENSREDDER IS:

1. Vaak hebben we het gevoel dat we helemaal alleen zijn als we in een storm zitten. We denken dat, omdat we tegen de wil van God zijn ingegaan, Hij niet over ons waakt. Dit is gewoon niet waar. God wacht altijd op ons om naar Hem uit te reiken en te bidden. Als God onze gebed beantwoordt, is dat meestal niet op een manier die we verwachten. Omdat we door onze ongehoorzaamheid in de storm zitten, gebruikt God die storm om ons een lesje te leren. Het belangrijkste is dat we de les leren en gehoorzamen.

2. Soms verliezen we alles behalve ons leven. Dat is niet noodzakelijk een slechte zaak. Als je niets hebt, moet je op God vertrouwen. God wil dat we van Hem afhankelijk zijn, zelfs als je alles hebt.


3. Niet alle stormen in het leven waar we doorheen gaan, worden veroorzaakt door ongehoorzaamheid aan God. Vaak gaan we door een storm als we God gehoorzamen omdat de duivel ons probeert te ontmoedigen. Vaak gebruikt God stormen, zelfs als we gehoorzaam zijn, om ons te versterken en dichterbij Hem te brengen. Stormen gebeuren en in feite zijn ze onvermijdelijk. Het type storm waar ik naar verwijs is degene die wordt veroorzaakt wanneer we opzettelijk tegen Gods wil ingaan.



4. **We hebben de neiging om net als deze zeelieden te zijn (Handelingen 27:30).** We denken dat we een gemakkelijke uitweg uit een situatie zien, dus we proberen die te nemen. Het kan ons niet eens schelen hoe die acties anderen om ons heen zullen beïnvloeden. Dat is een van de redenen waarom het zelfmoordcijfer zo hoog is; het is een gemakkelijke uitweg. Alcohol en drugs zijn een andere gemakkelijke uitweg. In plaats van je problemen aan te pakken, verstop je je in een fles of in een pil. Maar de gemakkelijke uitweg was niet Gods uitweg. God wilde dat de mannen op het schip bleven totdat het tegen de kust neerstortte. Paulus heeft misschien wel, of niet, Gods redenering gekend, wat belangrijk is, is dat hij ervoor koos om te gehoorzamen. Dat zouden wij ook moeten doen. Als we een gemakkelijke uitweg zien, maar God geeft ons geen toestemming om die weg te gaan; niet doen.

5. **God zorgt voor ons, zelfs als we op het punt staan schipbreuk te lijden.** God was bezorgd dat de mannen al veertien dagen niet hadden gegeten, dus liet Hij hen aanmoedigen door Paulus. God wist dat de mannen hun kracht nodig zouden hebben in de komende beproeving, dus overtuigde Hij hen (via Paulus) om te eten. Hij doet hetzelfde ook bij ons. Hij probeert onze ogen op Zichzelf gericht te houden en vertelt ons dat we door de storm zullen leven. Zelfs als de storm van onze eigen makelij is, geeft Hij nog steeds om ons. Wanneer Paulus hun vertelt dat niemand zal sterven; werden ze vrolijker. Ze volgen zijn voorbeeld en eten. De mensen van deze wereld kijken ook naar ons. Ze weten het misschien niet, maar ze verlangen ernaar van God te mogen horen. God gebruikt ons om tot hen te spreken. Paulus gaf het voorbeeld van Christus' gedrag dat ieders aandacht trok. Wat zien mensen als ze naar u kijken? Wat horen ze als u praat? Wat lezen ze als u schrijft? Zien en horen ze iemand wiens hoop op de Heer is gevestigd? Laten we elke gelegenheid aangrijpen om anderen naar de Kapitein van onze redding te leiden!

Bron: [Handelingen 27 - Gesloopt in de storm van het leven. \(spwickstrom.com\)](http://spwickstrom.com)



“De religie van Christus onderwerpt de zelfzuchtige geest en verandert de geest en de genegenheden; het vernedert de trots van mensen, opdat alleen God verheven mag worden. Dit is wat broer A wil. Hij heeft een praktisch geloof in God nodig... Hij moet principes verheerlijken en de christelijke standaard verhogen...

Hij moet het belang inzien van het hebben van geloof en bijbehorende werken, zodat hij thuis, in de kerk en in zijn zaken eerlijk de zuiverheid en het verheven karakter van religie kan vertegenwoordigen.

Hier is zijn gevaar; en hij zal uiteindelijk **schipbreuk lijden door zijn geloof, tenzij hij zijn handelwijze verandert en een stevige verbinding maakt met de Bron van licht.**

Als zijn belangstelling voor geestelijke zaken even groot was als voor de dingen van de wereld, dan zou zijn toewijding aan God volkomen zijn; hij zou zich een ware discipel van Christus tonen, en God zou de talenten aanvaarden en gebruiken die nu geheel aan de dienst van de wereld zijn gewijd.” (5T 275, 276).

“Niemand kan twee heren dienen; want ofwel zal hij de ene haten en de andere liefhebben, of hij zal zich aan de ene vasthouden en de andere verachten. U kunt God en de mammon niet dienen.” (Matteüs 6:24)

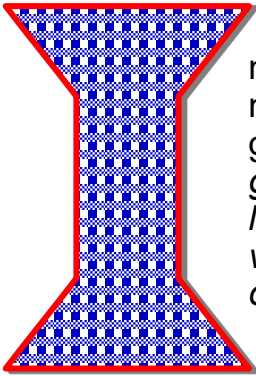


Gevaarlijk



Geschreven door: Rubia de Cuba

REDDINGSBOEI!



In deze tijden waarin wij leven hebben we zeker een **reddingsboei** nodig. dat is **JEZUS CHRISTUS**. We moeten voortdurend in gedachten houden, Galaten 2:20 waar staat: *“Ik ben met Christus gekruisigd; en ik leef niet meer, maar Christus leeft in mij; en het leven dat ik nu in het vlees leef, leef ik door het geloof in de Zoon van God, die mij heeft liefgehad en Zichzelf voor mij heeft overgegeven.”* (NIV)

Er is een beroemd en zeer gevaarlijk fenomeen. Gods Woord zegt duidelijk in Exodus 20:3: *“Gij zult geen andere goden voor mijn aangezicht hebben.”*

TECHNOLOGIE is niet slecht; het is op zichzelf goed, maar we laten ons er jammerlijk door beheersen en Satan weet ons allemaal in zijn strik te laten vallen. Als we maar verliefd zijn op Jezus, en Hem echt liefhebben vanuit het hart, kunnen we het dan overwinnen.

En weet je wat jammer is? De kleine, dat is degene die de hele wereld beheerst. De vijand is erg sluw en velen van ons gaan achter hem aan als slaaf met zijn vele uitvindingen.

Als we goed opletten, zullen we merken dat er geen respect meer is voor de dingen van God.

- Er is geen respect voor het huis van God.
- Huizen worden vernield.
- Huwelijken vallen uiteen.
- Kinderen worden verwaarloosd.
- Er is geen tijd meer voor de kinderen.
- Geef de kinderen alles wat ze willen, zodat ze je niet lastig vallen.
- Er is geen dialoog meer tussen koppels.
- Waar je ook gaat, in het kantoor van de dokter, enz., er is geen communicatie meer.
- De mobiele telefoon vangt ieders aandacht en tijd.

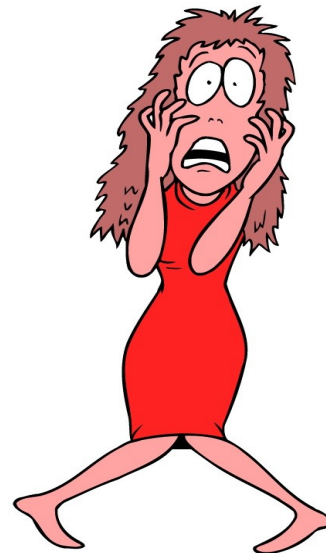
Ja, de grootste valstrik die de vijand op dit moment gebruikt, in onze tijd, is de **MOBIELE TELEFOON**.

De Bijbel zegt in Jakobus 3:5: *“Dus ook de tong is een klein deel van het lichaam, en toch beroemt hij zich op grote dingen. Zie, hoe groot wordt een bos in brand gestoken door zo'n klein vuurtje!”*

Net zoals het kleinste deel van het lichaam de tong is, en het kan zo rampzalig zijn, zo vernietigt ook de mobiele telefoon alles wat ik eerder heb genoemd en meer.

Laten we het maar niet hebben over FACEBOOK!!!

Waw, velen van ons als christenen laten ons fatsoenlijk gekleed in de kerk zien, maar op Facebook poseren we op allerlei manieren, nagels gelakt, met korte broeken, korte jurken, allemaal opgemaakt. Soms erger dan de wereldse mensen. Waar is Jezus? Waar is het christendom? Sommigen van ons hebben belangrijke posities in de kerk, we moeten toegewijd zijn en een goede voorbeeld geven, vierentwintig zeven, maar wij zijn christenen die niet aan de verwachtingen voldoen”.



Vaak herken je de christelijke vrouwen van de Zevende-dags Adventisten niet eens, die zeggen dat ze wachten op de wederkomst van Jezus. Waar is de eerste liefde? Het lijkt erop dat *dat* uit de mode is geraakt.

We hebben geen tijd om de sabbat schoolles met onze kinderen te bestuderen. Je hoort veel excuses. Ik ben moe, ik heb hoofdpijn. *Morgen!* Maar de mobiele telefoon, ja, daar hebben we tijd voor! Er is geen tijd om te luisteren naar de klachten van onze kinderen. *"Niet nu!"* Er is iets gebeurd met het kind vandaag. *"Je kunt het morgen aan moeder vertellen!"* Maar andere ouders hebben wel tijd voor ze en dan verkrachten ze ze. Dat is Satans plan. En we kunnen de vijand van onze ziel niet de schuld geven, maar onszelf de schuld geven van onze verwaarlozing.

Toen het paar vroeger naar bed ging, was er tijd om te vrijen, maar tegenwoordig gaan ze naar bed met de mobiele telefoon, en dus krijgen we veel echtscheidingen en scheidingen, omdat er kilte in de relatie is. De vrouw of man is niet goed, ze bevredigen ons niet meer. De vijand verblindt ons en we vallen voor een vriend, zoals velen zeggen, maar ik heb niets met hem/haar. Op dat moment zie je alle fouten van je partner, ook al ben je al jaren met hem/haar getrouwd. Laten we het niet vergeten. Toen je trouwde was hij/zij alles voor je, je tolereerde alles. Maar nu de duivel ons verblind heeft, hij of zij is niet meer nuttig voor ons, klagen we over alle kleine gebreken. In het verleden, toen we deze dingen hoorden, was het uit dat andere verre land. Maar tegenwoordig hoeven we niet ver te gaan, ons eigen eiland bevindt zich in deze situatie.

Er is geen tijd voor gezinsaanbedding. Kinderen gaan naar bed zonder God te danken, zonder Gods woord in hun hart te hebben. Er is geen ochtend aanbedding, omdat ik mijn mobiele telefoon moet opnemen voordat ik van huis ga. Als de kinderen God afwijzen, hun bloed blijft op ons als ouders. Niet op de mobiele telefoon.

Velen van ons laten ons meevoeren door de golf van verlangen. Heb je ooit gehoord van seks op de mobiele telefoon? Het bestaat! Masturbatie, pornografie, enz. Al dit kwaad trekt ons weg van God. Dat gebeurt nu in het dagelijks leven, elke dag. En wijzelf hebben de schuld, want we leiden onszelf in deze valkuilen van Satan. Moge God ons helpen!



Een van de meest trieste is dat velen geen Bijbel meer naar de kerk dragen, noch een gezangboek. *"Op de mobiele telefoon hebben we alles!"* Maar het gevaar is dat zodra een bericht binnenkomt, we meteen antwoorden, en we de eerbied voor God verstoren. We zijn net als het volk van Israël in het verleden. We willen alles, maar we willen God niet Zijn respect, Zijn eer en eerbied geven. En onze God is heilig!

Laten we ons losmaken van Satans verwarde bol garen. Dit is de tijd om al deze dingen achter ons te laten en God te dienen zoals het hoort.

Onze tijd is kort, heel kort. Het is geen tijd meer om door te gaan met onze aanbedding van Satan. Laten we onze chip veranderen en alleen God aanbidden, en Hem echt aanbidden in geest en in waarheid.

Laten we niet vergeten, redding is individueel. Laten we onze huwelijken redden, laten we onze kinderen en ons huis redden. Technologie is goed, maar het hangt af van hoe we het gebruiken. Laten we het niet onze god maken.

Als we hierin falen. Laten we naar Jezus Christus gaan. Hij is de weg, de waarheid en het leven. Waar we Hem hebben achtergelaten, zullen we Hem daar nog steeds op ons zien wachten. Maak een inventaris van uw geestelijk leven om te zien of u nog in het geloof bent.

Moge God ieder van ons zegenen!
Vrouwen, Maranatha! Christus komt!

Hier laat ik u enkele teksten achter waar we meer over dit onderwerp kunnen vinden: 1 Johannes 1:9; 5:3; Matteüs 19:14; Maleachi 4:6; 1 Korintiërs 13:1-8; 2 Korintiërs 13:5.

Citaten van E.G White: *Notes of Ellen White*, p. 17, titel: "Geloof versus Vermoeden"; *Beloften voor de laatste dagen*: 'Beloften voor het gezin', p. 59; "Beloften voor moeders", p. 96-99; "Beloften voor de verleidden"; p. 136-139.

Rubia de Cuba heeft 22 jaar als ouderling in de Pos Chikito-kerk op Aruba gediend. Op dit moment dient ze in de kerk te Bernhardstraat.

