

14

NUDGES

Duwtjes in de goede richting



**GODS
STEM
VERSTAAN**

Dankbaarheid

Wim Kamphorst

NUDGES

Duwtjes in de goede richting

Dankbaarheid

Wim Kamphorst

Voorwoord

Tien mannen met een ongeneeslijke huidziekte riepen Jezus aan. Hij stuurde ze naar de priesters en onderweg werden ze genezen. Negen van hen liepen door. Eén keerde om. Hij viel voor de voeten van Jezus neer en dankte Hem. Jezus vroeg: “Zijn niet de tien gereinigd? Waar zijn dan de negen anderen?”

Alle tien ontvingen een wonder. Maar slechts één ontving ook een ontmoeting. Dankbaarheid bracht hem terug bij Jezus.

“Verblijd u altijd. Bid zonder ophouden. Dank God in alles. Want dit is de wil van God in Christus Jezus voor u.”

1 Thessalonicenzen 5:16-18

Ik heb gemerkt dat dankbaarheid mijn oren opent. Als ik dank, zie ik beter wat God al doet en hoor ik beter wat Hij zegt. Dit boekje gaat daarover. Het zijn nudges: kleine duwtjes om terug te keren, net als die ene man, en Jezus te danken.

Wim Kamphorst oprichter (F)Luister Nederland

Inleiding

Toen ik net tot geloof kwam, gebeurde er iets wat ik nooit vergeten ben. Alles om me heen leek levendiger te worden. De vogels, de bomen en het gras. Het was alsof ik voor het eerst zag dat ze door God gemaakt waren en Hem eerden. Er was niets veranderd aan de natuur. Er was iets veranderd in mij.

Dankbaarheid begint met zien. Je kunt pas danken voor iets wat je opmerkt. Daarom is dankbaarheid geen gevoel dat je overvalt, maar een manier van kijken die je kunt oefenen.

“Loof de HEERE, mijn ziel, en vergeet niet een van Zijn weldaden.”

Psalm 103:2

David spreekt hier tegen zichzelf. Hij weet hoe snel je vergeet wat God gedaan heeft. Dankbaarheid is dus ook herinneren.

Inkijkje:

Het Griekse woord voor danken is eucharisteō. Daarin zit het woord charis: genade. Danken is dus letterlijk: genade herkennen. Elke keer dat je dankt, zeg je eigenlijk: dit heb ik niet verdiend, dit is gegeven.

Hoofdstuk 1 Danken opent je oren

Dankbaarheid en luisteren naar God hebben meer met elkaar te maken dan je misschien denkt. Wie klaagt, ziet vooral wat er mist. Wie dankt, ziet wat er al is. En vaak spreekt God juist door wat er al is.

God wil meer geven dan je nodig hebt

Tijdens het boodschappen doen voelde ik eens sterk dat ik de rekening moest betalen voor de klant achter mij. Ik kende haar nog van vroeger. Ze is christen en het bedrag was minder dan acht euro. Allerlei gedachten kwamen op: ze kan dit makkelijk zelf betalen. Toch werd de aansporing sterker dan mijn twijfels. Toen ik had betaald, zei ze: “Maar dat is niet nodig hoor.” Ik antwoordde spontaan: “Dat weet ik, maar God wil ook dingen geven die je niet nodig hebt.”

Dat moment bracht ons allebei tot hetzelfde besef. God geeft niet alleen wat noodzakelijk is. Hij geeft in overvloed. Dankbaarheid is dat leren zien.

Danken voor wat Hij gezegd heeft

Ik heb gemerkt dat het helpt om God te danken voor wat Hij al gesproken heeft, ook als ik de vervulling nog niet zie. Op een teleurstellende avond, toen er minder mensen kwamen dan ik had gehoopt, dacht ik terug aan de woorden die we als team over die avond hadden ontvangen. Ik koos ervoor me te richten op wat God had gezegd, en niet op wat ik zag. Er kwam vrede. Danken verplaatst je blik van de omstandigheden naar God.

“Wees in geen ding bezorgd, maar laat uw verlangens in alles, door bidden en smeken, met dankzegging bekend worden bij God;”

Filippenzen 4:6

Een uur genieten

Na mijn stille tijd ervoer ik eens ineens de aanwezigheid van God, als een warme deken. Ik ben gaan liggen en heb een uur genoten van Zijn liefde. Er

was geen vraag en geen opdracht. Alleen dankbaarheid dat Hij er was. Sommige van mijn mooiste momenten met God waren momenten waarop ik niets vroeg en alleen dankte.

Een nieuw hart vindt nieuwe dingen leuk

Na mijn bekering stopte ik met vloeken, iets wat ik voorheen in bijna elke zin deed. Ik begon boeken te lezen, terwijl ik daarvoor nog nooit een boek had uitgelezen. Niemand had me dat opgedragen. Mijn nieuwe hart vond gewoon nieuwe dingen leuk. Als ik daaraan terugdenk, word ik nog steeds dankbaar. God veranderde niet alleen mijn bestemming, Hij veranderde ook mijn gewone dagen.

Misschien is het goed om eens terug te kijken op je eigen leven met God. Wat is er veranderd sinds je Hem kent? Welke gewoontes zijn verdwenen, welke nieuwe zijn gegroeid? Vaak zie je pas als je terugkijkt hoeveel Hij gedaan heeft. En dat terugkijken wordt vanzelf danken.

Danken voor mensen

Paulus begon bijna al zijn brieven met danken voor de mensen aan wie hij schreef. Ik dank God voor mijn moeder en haar vriendin, die bleven bidden toen het slecht met me ging. Voor mijn vrouw, die bleef vertrouwen op wat God had gezegd. Voor vaderfiguren die me lieten zien wat ik van huis uit niet had meegekregen. Een van hen leerde me knuffelen. Hij omhelsde me elke keer weer, tot ik het niet meer vreemd vond.

Als je God dankt voor de mensen om je heen, ga je ze ook anders zien. Niet als last of als concurrent, maar als geschenk.

Hoofdstuk 2 Danken als het tegenzit

Paulus schrijft: dank God in alles. Hij zegt niet: dank God voor alles. Je hoeft God niet te danken voor ziekte, verlies of onrecht. Maar je mag Hem danken in die situaties. Omdat Hij er is. Omdat Hij trouw blijft.

Tevreden leren zijn

Paulus schreef zijn brief aan de Filippenzen vanuit de gevangenis. Juist daar schreef hij over blijdschap en tevredenheid.

“Niet dat ik dit zeg vanwege gebrek, want ik heb geleerd tevreden te zijn in de omstandigheden waarin ik verkeer.”

Filippenzen 4:11

Let op het woord geleerd. Tevredenheid kwam niet vanzelf, ook niet voor Paulus. Hij moest het leren. Dat geeft mij moed. Ik ben er ook nog lang niet.

Danken in het wachten

In de veertien jaar dat mijn vrouw en ik wachtten op een kind, was danken niet altijd makkelijk. Elk jaar met oud en nieuw spraken we opnieuw onze hoop uit. Er vloeiden ook tranen. Toch probeerden we steeds weer te danken voor wat God wel gaf: Zijn vrede, Zijn woorden, en de dingen die Hij in die jaren door ons heen liet groeien. Danken maakte het wachten niet korter. Het maakte ons hart wel zachter.

Aan tafel delen wat God doet

Aan onze eigen tafel proberen we het praktisch te maken. We vragen elkaar hoe de dag was, en soms erachteraan: heeft God vandaag iets moois of verrassends laten zien? Onze dochter is nog te klein om mee te praten. Toch zijn we ermee begonnen. We willen dat het voor haar later gewoon is om te delen wat God doet. We maken er geen verplichting van. Het is een gewoonte die ons zelf ook dankbaarder maakt.

“En laat de vrede van God heersen in uw harten, waartoe u ook in één lichaam geroepen bent; en wees dankbaar.”

Kolossenzen 3:15

Dankbaarheid tegen bitterheid

Ik heb gewerkt bij een baas die me graag plaagde, soms op een vernederende manier. Op zo'n moment helpt een gave van de Geest weinig. Wat wel helpt, is de vrucht van de Geest. Ik merkte dat danken een medicijn is tegen bitterheid. Niet danken voor de plagerij, maar danken voor wat God in mij deed, en voor wat er wel goed was. Bitterheid krijgt minder ruimte in een hart dat dankt.

Zingen als het moeilijk is

Nadat ik tot geloof was gekomen, gebeurde er drie weken lang niets. Toen kwam er een teleurstelling die alle oude pijn weer bovenhaalde. Ik fietste huilend naar huis, en tegelijk zong ik een opwekkingslied dat ik niet eens kende. Juist op dat moment hoorde ik Zijn stem van binnen: “Wim, Ik ben bij je en zal je nooit alleen laten.” Ik kwam thuis in vrede.

Ik denk niet dat het toeval was dat het zingen en het horen samen kwamen. Lofprijzing en dankbaarheid openen iets. Paulus en Silas zongen in de gevangenis, met hun voeten in het blok. Ze baden en zongen lofliederen voordat er iets veranderd was. Daarna gingen de deuren open.

Hoofdstuk 3 Hoe groei jij in dankbaarheid?

Dankbaarheid is als een spier. Hoe vaker je hem gebruikt, hoe sterker hij wordt. Een paar duwtjes:

1. Schrijf elke avond drie dingen op

Neem een schrift of je notitie-app en schrijf elke avond drie dingen op waarvoor je God dankt. Klein mag. Een kop koffie, een zonnestraal, een fijn gesprek. Doe het een maand lang en kijk dan terug.

2. Dank voordat je vraagt

Begin je gebed met danken, voordat je je zorgen en vragen noemt. Merk hoe je hart verandert. Vaak worden je vragen kleiner als je eerst ziet hoe groot God is.

3. Dank voor wat Hij gezegd heeft

Pak je aantekeningen van wat God tegen je heeft gesproken. Dank Hem voor die woorden, ook voor de woorden die nog niet vervuld zijn. Danken voor een belofte is een daad van vertrouwen.

4. Zeg het tegen anderen

Dankbaarheid is niet alleen voor God. Bedank deze week drie mensen persoonlijk, met een appje, een kaartje of een gesprek. Noem concreet wat ze voor je betekend hebben.

5. Keer om, zoals die ene man

Heeft God iets voor je gedaan waarvoor je nog niet echt hebt gedankt? Neem er bewust tijd voor. Ga terug naar Jezus, zoals de genezen man die omkeerde. Vertel het ook aan iemand anders. Zo wordt dankbaarheid een getuigenis.

Een dankbaar hart ziet meer van God. En wie meer van God ziet, hoort ook meer van Hem.

FAQ

Vraag: Ik voel me helemaal niet dankbaar. Moet ik dan toch danken?

Antwoord: Ja, en je mag eerlijk zijn over hoe je je voelt. Danken is in de eerste plaats een keuze, geen gevoel. Begin klein. Vaak volgt het gevoel later. Als je merkt dat je langdurig nergens meer van kunt genieten, praat er dan met iemand over. Soms zit er meer achter.

Vraag: Hoe kan ik God danken als er iets vreselijks is gebeurd?

Antwoord: Je hoeft God niet te danken voor het vreselijke. De Psalmen laten zien dat je ook mag klagen en huilen. Maar midden in je verdriet mag je zoeken naar wat er nog wel is: Zijn aanwezigheid, mensen die om je geven, kracht voor vandaag. Dat is danken in alle dingen.

Vraag: Is dankbaarheid niet gewoon positief denken?

Antwoord: Nee. Positief denken probeert de werkelijkheid mooier te maken dan ze is. Dankbaarheid kijkt eerlijk naar de werkelijkheid en ziet daarin God aan het werk. Het richt zich niet op een gevoel, maar op Hem.

Op fluisternederland.nl vind je meer over wie wij zijn, hoe je Gods stem kunt leren verstaan en inspirerende getuigenissen in ons (F)Luister magazine.

Over (F)Luister Nederland

(F)Luister Nederland is een beweging die gelovigen wil helpen de stem van God te verstaan en daarin te groeien. Wij geloven dat God vandaag nog steeds spreekt en dat Zijn kinderen Zijn stem kunnen leren herkennen, begrijpen en gehoorzamen.

Onze missie

Wij willen mensen toerusten en bemoedigen om in hun dagelijks leven te wandelen in relatie met Jezus, geleid door de Heilige Geest. Het is ons verlangen dat steeds meer volgelingen van Jezus leren luisteren naar Zijn fluistering en daarin vrijmoedig stappen zetten.

Onze visie

We zien een kerk en een samenleving waarin Gods stem weer centraal staat. Waar gelovigen niet alleen luisteren naar preken of meningen, maar zelf leven vanuit de intieme relatie met hun Vader in de hemel. Een generatie die Gods stem verstaat en daardoor verschil maakt in hun omgeving.

Wat wij doen

- ▶ Magazines: we publiceren inspirerende getuigenissen, praktische artikelen en onderwijs over het verstaan van Gods stem.
- ▶ Evenementen: we organiseren bijeenkomsten waar we samen oefenen in luisteren naar God, onderwijs ontvangen en elkaar bemoedigen.
- ▶ Training & Spreken: we komen graag langs in kerken, groepen en evenementen om onderwijs te geven over dit thema.

Wil je meer weten, onze magazines lezen of een evenement bijwonen? Kijk op: fluisternederland.nl

Samen leren we Zijn stem verstaan

Dankbaarheid

Luisteren naar Hem. Danken in alle dingen.

God spreekt. Elke dag. Niet alleen tot profeten of geestelijke leiders, maar tot ieder van ons. Het probleem is niet dat Hij stil is, maar dat wij vaak niet goed afstemmen.

In dit boek neemt Wim Kamphorst je mee op een reis om de stem van God te leren herkennen, verstaan en gehoorzamen. Je ontdekt:

- ▶ waarom danken een manier is om Gods stem beter te horen;
- ▶ hoe je kunt danken als het leven tegenzit;
- ▶ vijf duwtjes om te groeien in dankbaarheid.

Wim Kamphorst zag na zijn bekering ineens hoe levendig de vogels, de bomen en het gras waren. Sindsdien leert hij elke dag opnieuw te zien wat God geeft.

Met persoonlijke getuigenissen, heldere Bijbelteksten en praktische voorbeelden maakt dit boek duidelijk dat een dankbaar leven iets is wat op Gods hart ligt.

**God spreekt.
Waarvoor dank jij Hem vandaag?**

