



WEEKLY

voor mama's

Devotional



Week 2 | Zijn overvloed

Alle rechten voorbehouden aan Power to the Mama's
Verspreiden of vermenigvuldigen op welke wijze dan ook is niet toegestaan.

Overdenking

Hey mama's!

Daar gaan we weer! Een nieuwe week homeschooling, jezelf in duizend stukjes verdelen etcetera komt eraan.

Afgelopen weken hoorden we verschillende geluiden. Moeders die het heerlijk vinden zo, hun kruost meer om hen heen. Waarbij het schoolstuk eigenlijk best goed gaat. Maar ook moeders (en vaders) die geen idee hebben hoe ze deze ronde alles voor elkaar moeten boksen. Waar de wanhoop stijgt, de stress voelbaar is en de kinderen die onrust oppikken en vertalen naar boosheid, niet gemotiveerd zijn etc.

Ik weet niet aan welke kant jij staat, maar je bent hierin dus niet alleen.

Deze week bemoedigen we weer vanuit de Daily Devotionals van de eerste lockdown, aangevuld met reflectievragen en gebed. Maar we willen je ook expliciet vragen om je heen te kijken. Wie kan jij om hulp vragen? Met welke moeder kan jij de kids een dagje 'ruilen' zodat je wat lucht hebt voor je werk, jezelf of je baby? Voor wie kan jij wat betekenen?

We hopen en bidden dat de scholen en kinderopvang als eerste open mogen van alles. Tot die tijd blijft het bikkelen. Zorg daarin zo goed mogelijk voor jezelf! Hopelijk helpen deze Devotionals je er weer bij.

Succes mama's, met Hem kunnen we dit! En als je behoefte hebt aan een luisterend oor, plaats vooral een bericht in de community!

Lieve groet namens het hele team,

Daniëlle Koudijs

MAANDAG:

Lezen Jakobus 1:2-6

Wees blij, broeders en zusters, als je geloof door allerlei moeilijkheden op de proef wordt gesteld. Want daardoor zul je leren geduld te hebben. Zo zal je geloof sterker worden en zul je een volwassen geloof krijgen. Daardoor zul je altijd het goede doen. En als je een keer niet weet wat je moet doen, mag je God om wijsheid vragen. God geeft die altijd, zonder boos te zijn dat je het zelf niet weet. Maar je moet daar wel vol geloof om bidden, zonder te twijfelen.

Overdenking

Hoera, het is crisis! Bedoelt Jakobus dit met bovenstaande woorden? Hieronder een mini drie-punten-preek om de Corona-crisis als een kans te zien om God de ruimte te geven in je leven. Juist nu.

- Jakobus zegt het echt: wees blij als er aan je geloofsboompje geschud wordt. Niet dat je blij moet zijn met deze crisis, want die is echt vreselijk, maar om wat het je geloof kan opleveren. Meer dan ooit is dit echt een keuze: geloof ik in Gods trouw of in allerlei doemscenario's? Soms kies ik bewust voor het eerste, soms glijd ik af naar het tweede. Volgens Jakobus kan een crisis een unieke kans zijn om geestelijke rek- en strekoefeningen te doen. Want wat geloof je eigenlijk en wat betekent dit concreet in deze tijden? Ga ermee aan de slag en train je geloofsspieren.
- In maart 2020 heeft SIRE een nieuwe hashtag in het leven geroepen: #DASLIEF: om mensen tijdens deze crisis te inspireren om ook iets liefs voor hun omgeving te doen. Jakobus zou het daarmee eens zijn, want de tekst staat vol met actief taalgebruik. Handen uit de mouwen dus! Ook daarom is deze crisis weer een kans, want er zijn legio mensen aan wie we Gods liefde kunnen laten zien. Een belletje, kaartje of virtuele knuffel: wat ga jij doen vandaag?
- Een kilo extra wijsheid, anyone? Als er iets is waar ik in deze tijden om bid, dan is het wijsheid. Met de kids thuis, stapels werk en een onzekere toekomst qua werk, loopt de spanning best wel op. Mijn gebed? 'Heer, geef me wijsheid! En als U toch bezig bent, dan ook een pak liefde en een fles geduld. Ja, doe maar XL!' En God? Die geeft het zonder verwijt. Op momenten dat ik extra wijs, liefdevol en geduldig ben, geloof ik dat God me dat gegeven heeft en vanuit de hemel naar me knipoogt.

Conclusie? Deze crisis is een kans. Voor méér van God in ons leven. Hoera!

Deze devotional is in maart 2020 geschreven door Rianne Zegelaar

Reflectie:

Wat geloof jij in deze tijd en wat betekent jouw geloof in deze tijd?

Op welke manier ervaar jij groei in geloof in deze crisis?

Waar heb jij wijsheid voor nodig en waar zoek jij die?

Wat voor rol heeft gebed in jouw leven?

Gebod:

Heer, geef me de wijsheid om te zien wat ik nodig heb en het geduld daar iets mee te doen. Help mij groeien in geloof en een goed voorbeeld zijn voor mijn kinderen in deze gekke tijd. Want door mijn geloof, leren ze U vertrouwen.

DINSDAG

Lees Matheus 14:26-27

Toen de leerlingen Hem over het meer zagen lopen, raakten ze in paniek. Ze riepen: "Een spook!" en ze schreeuwden van angst. Onmiddellijk zei Jezus tegen hen: "Rustig maar! IK BEN het, wees maar niet bang.

Overdenking

Een man die over het water loopt, zou jij daar van schrikken? Jezus zijn discipelen wel zoals we lezen in Matteus 24. In dit bijbelgedeelte komt Jezus met zijn woorden heel dicht bij het gevoel wat de discipelen daar ervoeren. Hiermee erkent Jezus dat Hij de angst écht ziet, dat die er is bij de discipelen. Jezus is in dit stuk echt mens: Hij weet wat angst is, Hij weet wat pijn is, Hij weet wat verdriet is.

Als je verder leest, lees je dat Petrus ook over het water wil lopen. Hij stapt uit de boot, kijkt naar Jezus en begint over het water te wandelen. Het lukt! Want terwijl Petrus over het water liep en naar Jezus kijkt, is Petrus vol vertrouwen. Hij is niet bang. Maar op het moment dat Petrus naar de storm kijkt, wordt hij wel bang en begint hij te zinken.

Corona voelt misschien wel als een storm die je laat zinken. Ik wil je daarom aanmoedigen om je focus, je ogen en je hart te richten op Jezus. In Hem ligt rust en verlossing in deze bizarre tijd. Rust die je in je gezin nu zo hard nodig hebt.

In deze tijd waarin je niet weet hoe het er vanmiddag, morgen, overmorgen, laat staan over een week uit gaat zien zegt Jezus tegen jou: Wees niet bang. Blijf kalm, Ik ben het.

Deze devotional is in maart 2020 geschreven door Rianne Zegelaar

Reflectie:

Hoe voelt corona voor jou?

Voel jij dat Hij bij jou is?

Op welke manier merk je dat in jouw gezin?

Wat deel je daarover met je kinderen?

Wat zou dit hen kunnen brengen?

Gebed:

Heer, dank U voor Uw aanwezigheid in mijn leven. Dank U dat U de kalme plek bent om heen te gaan in een stormachtige tijd. Ook al is het soms niet te zien, waar U bent is rust. Daar vertrouw ik op. Wilt U mij het laten vinden.

WOENSDAG

Lees Psalm 94:19

Steeds als ik wanhopig was, troostte U mij en gaf U mij weer hoop.

Overdenking:

16 maart 2020 kwam het besluit: alle evenementen en bijeenkomsten worden verboden. Natuurlijk voelden we die ergens wel aankomen, maar toch kwam het als een botte bijl binnen.

In maart, april en mei 2020 stonden er namelijk allerlei masterclasses op de planning. Ook ons grote event 500 mama's. Dat moest nu allemaal gecancelled worden. In totaal ruim 600 moeders die we voorlopig niet zouden gaan zien, met daarbij de financiële consequenties voor ons platform.

Te midden van al dat annuleren en verplaatsen van bijeenkomsten voelde ik, naast teleurstelling over het moeten missen van deze mooie bijeenkomsten, ook rust en vertrouwen. Het was en is alsof God elke keer in mijn hart fluistert: "Het is even moeilijk, maar je komt hier doorheen."

Het is dan ook niet toevallig dat ik de Psalm tegenkwam die in het begin van deze mail beschreven staat.

Gods woorden troosten mij en geven mij weer hoop. Elke keer weer als ik ze lees. En eerlijk gezegd voorkomt dat ook dat ik wanhopig word. Nee, het valt allemaal niet mee en daar voelde ik mij ook even verdrietig over. Nog steeds wel eens. En dat mag. Maar het komt goed. Hoe dan ook.

Laat Gods Woord jou ook bemoedigen. Zoek in de Bijbel naar woorden die jou troost en hoop geven. Die de liefde van God weerspiegelen zoals jij nodig hebt. Gods Woorden zijn er namelijk niet om alleen mij troost en hoop te geven, ze zijn er ook voor jou.

Deze devotional is geschreven door Daniëlle Koudijs

Reflectie:

Welke woorden uit de Bijbel troosten jou? Zoek er een aantal en schrijf ze op.

Welke woorden troosten jouw kinderen? Zijn ze nog heel klein, welke woorden uit de Bijbel vind je voor hen troostend? Schrijf deze ook op en hang die voor jezelf en van je kinderen op een plek waar je de woorden kunt zien en hardop uitspreken als jij of je kinderen het nodig hebben.

Gebod:

Heer, U alleen weet hoe lang dit nog gaat duren. Wilt U mij met Uw woorden troosten, wilt U bij mij zijn en blijven in mijn denken, mijn voelen en mijn spreken. Dank U Vader dat U mijn angst, verdriet en pijn kent dat Uw Woord daar antwoord op geeft.

DONDERDAG

Lees Nehemia 8:10-11

"Vandaag vieren we feest voor jullie Heer God. Wees dus niet bedroefd en huil niet." Dat zeiden ze, omdat alle mensen hielden toen ze de wet hoorden. Verder zei Nehemia tegen hen: "Ga thuis een feestmaaltijd klaarmaken. Zorg ervoor dat de mensen die niets hebben, ook een deel krijgen. Vandaag vieren we feest voor de Heer. Wees dus niet verdrietig, want de blijdschap van de Heer zal jullie kracht geven."

Overdenking

Nehemia is een belangrijke man in het Oude Testament. Hij heeft hard gewerkt aan de wederopbouw van de stadsmuren van Jeruzalem. Die waren namelijk vernield tijdens de ballingschap. Je leest er alles over in het 2 Koningen 25.

Ik wil graag even inzoomen op de stadsmuren. Die hebben een beschermende functie. Doordat ze in puin lagen, boden ze geen bescherming meer. Het was daarom nodig ze weer op te bouwen. Nehemia deed dat met de bevolking en maakte iedereen verantwoordelijk voor zijn eigen stukje.

Stadsmuren kun je vergelijken met onze 'geloofs- en gevoelsmuren'. Binnen die 'gezinsmuren', groeit ons gezin op. Het is daarom voor jullie als ouders heel belangrijk om te weten hoe het met je eigen muren is. Dat is jouw eigen verdediging. Zijn ze stevig? Is jouw fundament sterk? Zitten er zwakke plekken in jouw muur? Het is belangrijk daar net als Nehemia bewust van te zijn en actief mee aan de slag te gaan.

Hoe dan?

Praat samen met je partner of een goede vriend(in) over jouw geloofs- en gevoelsmuren. Heb je een sterk geloof? Twijfel je nog? Heb je behoefte aan meer antwoorden op geloofsvragen? Ben je bang? Voel je je veilig bij je partner? Kun je bouwen op je huwelijk?

Het zijn moeilijke vragen, maar voor kinderen heel belangrijke voor een veilig opgroei-klimaat. Het is de bescherming voor jouw gezin. 'Gezinsmuren' mogen best nog onder construction zijn. De mensen in Jeruzalem waren dat ook.

God wil zo graag dat we ten volste leven zoals Hij bedoeld heeft. Elke keer als we met elkaar besluiten weer te gaan bouwen aan onze gezinsmuren, mogen we dat vieren. Elke keer als we struggelen mogen we bedenken dat Hij ons helpt en het beste met ons voor heeft.

Zijn Vreugde is onze kracht!

Deze devotional is in maart 2020 geschreven door Daniëlle Koudijs

Reflectie:

Kijk nog eens naar de vragen onder het kopje 'Hoe dan?'. Beantwoord die vragen voor jezelf en samen met je partner. Heb je geen partner? Bespreek ze dan eens met een goede vriendin of een ander die je vertrouwt. Hoe zijn jouw geloofsmuren en gezinsmuren gebouwd?

Gebed:

Heer, een stevig fundament is zo belangrijk. Deze coronatijd onderstreept dat maar weer. Wilt U mij helpen een veilig gezin te zijn waarin we samen goed zijn voor de kinderen en elkaar helpen groeien. Wilt U ons zegenen met Uw visie op gezin zijn en ons helpen gaten in onze muren te dichten en het fundament te verstevigen als dat nodig is.

VRIJDAG

Lees Filippenzen 4:19

Mijn God zal jullie in alles overvloedig geven wat jullie nodig hebben. Want Hij geeft overvloedig omdat Hij Zelf overvloedig bezit. Hij geeft ons in Jezus Christus van zijn rijkdom.

Overdenking

Wc-papier. We hadden het echt, echt, echt afgelopen week nodig! Maar bij het boodschappen doen trof mijn man enkel een compleet leeggeroofd schap aan. Ook online was er geen winkel die ons op korte termijn aan toiletpapier kon helpen. Ja, tegen woekerprijzen waren er op Marktplaats meer dan genoeg aanbieders.

Ik heb het hamsteren van toiletpapier in deze coronacrisis nog steeds niet begrepen. De behoefte om extra levensmiddelen in te slaan, voelde ik echter wel. Met twee kleine kinderen kwam er bij mij als moeder ook ineens een soort van oerdrift boven om goed voor mijn kroost en echtgenoot te zorgen. Er moet genoeg in huis zijn, vond ik.

God doet er nog een schepje bovenop: er is een overtreffende trap van genoeg. Hij zorgt overvloedig voor zijn kinderen. Het woord overvloedig staat maar liefst drie keer in deze ene Bijbeltekst in Filippenzen. God kan overvloedig geven, staat er, omdat Hij zelf overvloedig bezit! Ben jij ervan overtuigd dat je zoveel bezit dat je zonder schaamte of angst voor tekort kunt uitdelen?

Toen ik diezelfde avond in onze Bijbelkring via Skype onze nood aan toiletpapier kenbaar maakte, waren er genoeg mensen die ons wel een paar rollen wilden komen brengen. Ook zij wilden geven vanuit hun eigen overvloed. Inmiddels is er geen papierstress meer op ons toilet.

Van de week vroeg mijn buurvrouw me om een pak bloem, omdat dat ook massaal uitverkocht schijnt te zijn. Ik had nog genoeg voorraad, dus gaf haar een pak. Aankomend weekend komt ze vanuit haar overvloed teruggeven, appte ze net. Haar nieuwe pizza-oven in de tuin gaat aan. Wij krijgen drie pizza's voor het avondeten. Zo blijkt maar weer eens: Delen wordt vermenigvuldigen.

Deze devotional is in maart 2020 geschreven door Nadine Folkers

Reflectie:

Met wie kan jij je overvloed delen? Of wat heb jij nodig?

Aan wie kan jij iets vragen? Heb je niemand om iets aan te vragen, plaats dan een bericht in de Memberomgeving. Er zijn zeker weten mensen die je kunnen helpen!

Wat leer je je kinderen door te delen en door hulp te vragen?

Gebod:

Heer, U geeft uit overvloed. Liefde, wijsheid, kracht. U heeft dat allemaal genoeg in huis. Wilt U mij helpen dat te leren delen met anderen. Maar wilt U mij ook leren ontvangen als ik het nodig heb. Door te vragen en door mensen die net als ik willen leren zien waar ze kunnen delen in overvloed.

Zaterdag

Lees 1 Samuël 16:7

Het gaat niet om wat de mens ziet: de mens kijkt naar het uiterlijk, maar de Heer kijkt naar het hart.

Overdenking:

Ik sta bijna met mijn neus tegen de spiegel gedrukt. Zijn er nu alwéér grijze haren bij gekomen? Zucht.

Tot nu toe kon ik de paar grijze haren in mijn verder kastanjebruine haar nog op twee handen tellen. Maar het lijkt wel of er door de coronastress elke dag minstens tien bij komen. Tijd om mijn haar vakkundig door de kapper te laten verven dan maar? Tja, dat zal nu niet gaan.

En o, wat zie ik daar nu? Een witte haar in mijn wenkbrauwen! Misschien zou een bezoekje aan een schoonheidssalon onderhand ook geen overbodige luxe zijn.

Ho, stop! Waar zit ik me nu in hemelsnaam druk om te maken?

Natuurlijk is er niks mis mee om je eens lekker op te tutten en een jurkje aan te trekken waar je jezelf op en top vrouwelijk in voelt. Maar je druk maken om je uiterlijk? Nee.

Het gaat niet om de buitenkant, zegt de Heer heel duidelijk tegen Samuël in bovenstaand vers. De Heer kijkt naar je hart. Hij ziet hoe jij je stinkende best doet voor je gezin, hoe je er onder deze moeilijke omstandigheden het beste van probeert te maken voor iedereen in je omgeving. Hij ziet je zoals je bent. Niet je hoofd vol grijze haren, maar je hart vol liefde. Wees dus niet hard, maar hart voor jezelf.

Deze devotional is in maart 2020 geschreven door Vera Bijma.

Reflectie:

Hoe is het met jouw hart? Wat leeft daar? Schrijf het eens op. Al je gedachten, twijfels, frustraties, vragen... Schrijf ze uitgebreid op, het zal absoluut ruimte geven.

Gebod:

Heer, dank U wel voor Uw liefde. Dank U dat U naar mijn hart kijkt. Dat is soms best eng om te beseffen, maar het is kraakhelder dat ik niks voor U kan verbergen. U weet wat er in mij omgaat, in deze gekke, pittige tijd. Ik wil mijn hart met U delen en vertellen wat mij bezighoudt. Ik wil het uitspreken naar U, zodat U mij rust kunt geven en mijn hart weer zuiver is. Dank U Heer.

ZONDAG

Voor vandaag een tip voor verbinding in je gezin, met God en jullie zelf

Leg een groot vel papier en een paar stiften op tafel. Teken een groot hart op het papier. Laat vervolgens elk gezinslid drie dingen opschrijven (of zeggen, als ze nog te klein zijn) die hij mooi vindt aan het INNERLIJK van de andere gezinsleden. Dat mag in kernwoorden zijn, bijvoorbeeld: lief, zorgzaam, grappig, knuffelig, begripvol, etc.

Deel deze dingen met elkaar en koester ze. Het is goed om op deze manier eens stil te staan bij alle positieve eigenschappen van iedereen in het gezin. Zeker in een tijd waarin er zoveel van iedereen wordt gevraagd. Juist door de positieve kanten te benoemen, bouw je aan zelfverzekerdheid van je kind en partner, spreek je zegenende woorden uit over je gezin en bouw je aan een positieve sfeer in huis. Mooi is om na dit deelmoment te bidden met elkaar en God te danken voor je gezin en een zegen uit te bidden over een ieder.

Zijn je kinderen tussen 0 en 3 en praten ze nog niet (veel)? Schrijf het dan voor jullie zelf op om elkaar te bemoedigen in deze gekke tijd. En schrijf het ook op voor je kinderen, lees het voor en zegen ze met mooie woorden. Bewaar hetgeen je hebt opgeschreven als herinnering voor later uit deze bizarre lockdown tijd.

Deze Weekly Devotional werd je i.v.m. de lockdown gratis aangeboden door Power to the Mama's. Wil je nou meer van deze bemoedigingen? Word dan Mom Squad Member. Je krijgt dan wekelijks deze Weekly Devotional, te volgen via een (mobiele) website en app, maar ook beschikbaar als download om offline te doen.

Members krijgen niet alleen wekelijks bijbelse bemoediging, maar ook maandelijks een e-magazine, twee keer per jaar het #powerbook, toegang tot de besloten community en korting op coaching en de meeste events. Check www.powertothemamas.nl/product/mom-squad-member voor meer info! Word je voor 15 januari member? Dan ontvang je niet alleen het Dank & Gebedsboek als welkomstcadeau, maar ook het #powerbook Maskers af.

Vanaf 17 januari geldt er een nieuwe welkomstactie met het Dank & Gebedsboek en een kortingscode. De nieuwe actie zal dan in de webshop zichtbaar zijn.

De #powerbooks verschijnen altijd in mei en november. Voor meer info, check: www.powertothemamas.nl/product/mom-squad-member