



Lessen van een reuzenvechter

12 - 19 September 2026

Speciale editie voor junioren
Met activiteiten

Meewerkende redacteurs

Divisie	Naam
ECD	Edison Nsengiyumva
ESD	Vadim Grinenko
IAD	Roberto Herrera
NAD	Michael Harpe
NSD	NakHyung Kim
SAD	Josanan Alves Jr.
SID	Mundia Liywalii
CHUM	Steve Rose
SPD	Julian Archer
SSD	Jibil Simbah
SUD	Sunderraj Paulmoney
TED	Heli Otamo-Csizmadia
WAD	Paul Sampah
MENA	Amir Ghali
IF	Ebenezer C. Loriezo Jr.
Oekraïne	Konstantin Kampen

Toestemming

Het tijdschrift Stewardship Revival Week 2026 verleent toestemming om ieder oorspronkelijk artikel (dus geen herdruk) te kopiëren en te gebruiken binnen een plaatselijke gemeente, bijvoorbeeld tijdens een kleine groep, de sabbatschool of in een klaslokaal.

Bij gebruik dient de volgende bronvermelding te worden opgenomen:

Gebruikt met toestemming van het tijdschrift *Stewardship Revival Week 2026*. Copyright © 2025.

Voor ieder ander gebruik dient vooraf toestemming te worden verkregen.

Redactionele opmerking

De artikelen in deze uitgave zijn aangepast aan de doelgroep en het karakter van het programma Stewardship Revival Week 2026.

Tenzij anders vermeld, zijn de Bijbelteksten afkomstig uit de New International Version (NIV).

Verantwoording Bijbelcitaten

Tenzij anders aangegeven, zijn alle Bijbelcitaten afkomstig uit:

THE HOLY BIBLE, NEW INTERNATIONAL VERSION®

Copyright © 1973, 1978, 1984, 2011 Biblica, Inc.

Gebruikt met toestemming. Alle rechten wereldwijd voorbehouden.

Disclaimer

De inhoud en de opvattingen die worden verwoord, gesuggereerd of opgenomen in de aanbevolen bronnen zijn uitsluitend die van de auteurs en vertegenwoordigen niet noodzakelijk de standpunten van de uitgevers van Stewardship Revival Week 2025.

De uitgevers bevelen deze bronnen echter aan vanwege hun waardevolle bijdrage aan het rentmeesterschapsonderwijs. Zij gaan ervan uit dat lezers de inhoud zorgvuldig en kritisch beoordelen voordat zij deze gebruiken.

Stewardship Revival Week is een jaarlijkse uitgave van de afdeling Stewardship Ministries van de Generale Conferentie van de Kerk van de Zevende-dags Adventisten.

Redactie

Directeur: Marcos F. Bomfim

Adjunct-directeur: Aniel Barbe

Hoofdredactie-assistent: Johnetta B. Flomo

DYNAMIC STEWARD-redacteur: Aniel Barbe

Assistent-redacteur: Johnetta B. Flomo

Redactie-assistent: Megan Mason

Vormgeving: 180 Social

Contact

Stewardship Ministries

General Conference of Seventh-day Adventists

12501 Old Columbia Pike

Silver Spring, MD 20904

Verenigde Staten

Telefoon: +1 301-680-6157

E-mail: gcstewardship@gc.adventist.org

Facebook: www.facebook.com/GCStewardshipMinistries

Issuu: www.issuu.com/Dynamicsteward

Inhoud

Dag 1 – Door God uitgekozen	7
Dag 2 - Wanneer uitdagingen te groot lijken	10
Dag 3 - Vermijd strategieën die tot mislukking leiden	13
Dag 4 - Maak jezelf beschikbaar	16
Dag 5 - De Eigenaar leren kennen	19
Dag 6 - Geloof niet altijd wat anderen over je zeggen	22
Dag 7 - Bouw aan je spieren én aan je karakter	25
Dag 8 - Gebruik wat God in jouw handen heeft gelegd	28
Activiteiten	31

GOD OP DE EERSTE PLAATS

Adventistisch Rentmeesterschap (Stewardship Ministries)

Pastor Aniel Barbe is de auteur van *Lessen van een reuzenvechter*, een serie die is geïnspireerd door David, zijn favoriete Bijbelpersonage.

Pastor Aniel zet zich met grote passie in voor de jongere generatie. Jarenlang gaf hij leiding aan het Adventistisch Jeugdwerk op zijn thuisland Mauritius en in de Zuid-Indische Oceaan.

Tegenwoordig is hij adjunct-directeur van de afdeling Rentmeesterschap (Stewardship Ministries) van de Generale Conferentie van het Kerkgenootschap der Zevende-dags Adventisten in Maryland, Verenigde Staten.



Het is zijn verlangen dat ieder kind en iedere tiener leert hoe hij of zij op een wijze manier met het leven kan omgaan en mag genieten van het overvloedige leven dat God heeft beloofd.

Bij het schrijven van deze serie ontving hij waardevolle feedback en praktische suggesties van zijn tienerzoon Adam, die een belangrijke bijdrage leverde aan de ontwikkeling van dit materiaal.

**Boodschap van de directeur van Adventistische Kinderbediening
Generale Conferentie van het Kerkgenootschap der Zevende-dags
Adventisten**

Beste kinderen en tieners,

Met veel vreugde stel ik lessen van een Reuzenvechter aan jullie voor. Deze lessen zijn met veel gebed en een duidelijk doel samengesteld, omdat jullie ontzettend belangrijk zijn voor God én voor ons. God houdt onvoorwaardelijk van jullie. Hij heeft jullie bewust uitgekozen en roept jullie moedig op om een leven te leiden dat zijn liefde en waarheid weerspiegelt.

Terwijl jullie ontdekken wie je bent en waarom je hier op aarde bent, wil ik dat je dit weet: God heeft jou met een doel geschapen. Hij heeft een bijzonder plan voor jouw leven – een leven vol betekenis, kracht, mogelijkheden en ontelbare zegeningen. Zijn roeping geldt voor iedereen, ook voor iemand die nog jong is. Hij riep Samuel toen hij nog een jongen was om naar zijn stem te luisteren en Hem te gehoorzamen. Ook riep Hij David om in geloof op te staan en leiding te geven, zelfs toen de omstandigheden onmogelijk leken.

De Bijbel moedigt iedere jonge gelovige aan met de woorden uit 1 Timotheüs 4:12:

‘Laat niemand u minachten vanwege uw jeugdige leeftijd, maar wees een voorbeeld voor de gelovigen in woord, in levenswandel, in liefde, in geest, in geloof en in reinheid.’

Deze lessen willen je eraan herinneren dat jouw identiteit als kind van God je grootste schat is. Ze helpen je te begrijpen wat het betekent om een trouwe rentmeester te zijn van de tijd, talenten, keuzes en mogelijkheden die God je heeft gegeven, en om je leven in Christus te bouwen.

Je zult ontdekken hoe Gods plan richting geeft aan je dagelijks leven en hoe Hij je kracht geeft wanneer je moeilijke tijden meemaakt. Zeg ‘ja’ tegen de roepstem van Jezus en wandel elke dag moedig met Hem. Je bent nooit

alleen, want zijn heilige Geest woont in je. Laat je geloof echt zijn, je hart oprecht en bereidwillig, en laat je leven een helder licht zijn dat het karakter van Jezus weerspiegelt, zodat anderen Hem door jou leren kennen.

Met liefde en Gods rijke zegen,

Orathai Chureson

Directeur, Adventistische Kinderministerie

Generale Conferentie van de Kerk van de Zevende-dags Adventisten

DAG 1

Door God uitgekozen

De meesten van ons kennen het verhaal van David, de jonge jongen die de reus Goliath versloeg met een slinger. Maar wist je dat zijn verhaal al lang vóór deze indrukwekkende strijd begon? Een ander bijzonder moment in Davids leven was toen hij door God werd uitgekozen. Vandaag willen we leren hoe God zijn strijders kiest.

God maakt de keuze

Samuel was een profeet in Israël. Op een dag gaf God hem een belangrijke opdracht: 'Ik zend je naar Isaï uit Bethlehem. Ik heb een van zijn zonen uitgekozen om koning te zijn.' (1 Samuel 16:1) Met zijn hoorn gevuld met olie vertrok Samuel vanuit Rama naar Bethlehem.

Toen hij daar aankwam, leidde God hem naar het huis van Isaï. Samuel vroeg om Isaï's zonen te zien. Hij bekeek Eliab, de oudste zoon, en dacht: *Dit moet degene zijn!* Maar God zei: 'Nee, hij is het niet.' Isaï stelde vervolgens nog zes zonen aan Samuel voor, maar geen van hen was degene die God had uitgekozen.

Verbaasd vroeg Samuel: 'Zijn dit al uw zonen?' (1 Samuel 16:11) Aarzelend antwoordde Isaï dat er nog één zoon over was: de jongste, die op de schapen paste. Meteen liet Samuel hem halen. Toen de jonge herder binnenkwam, zei God tegen Samuel: 'Sta op en zalf hem, want hij is het.' (1 Samuel 16:12) Samuel gehoorzaamde en goot olie over Davids hoofd.

David was niet de keuze van zijn vader, zijn broers of zelfs van de profeet Samuel. Hij was uitgekozen door God Zelf. De zalving betekende dat God hem had uitgekozen voor een heel bijzondere taak.

Iedereen is uitgekozen

Ben je weleens als laatste gekozen bij een spel of buitengesloten? Ik wel. Toen ik opgroeide en we tijdens de pauze voetbalteams maakten, mochten de aanvoerders om de beurt spelers kiezen. Ze kozen meestal eerst de beste spelers of hun beste vrienden. Vaak waren de teams al vol voordat iemand mij had gekozen. Dat maakte me verdrietig. Daardoor beseftte ik dat het juiste is om altijd iedereen mee te laten doen wanneer we spelen of plezier maken.

Toen ik ouder werd, leerde ik iets belangrijks: alleen omdat iemand jou niet kiest, betekent dat niet dat je slecht bent, niets kunt of iets verkeerd hebt gedaan. Degene die kiest, zoekt misschien naar bepaalde eigenschappen die jij op dat moment niet hebt. Sommige taken vragen nu eenmaal om specifieke talenten. Het kan ook zijn dat degene die kiest jouw mooie kwaliteiten eenvoudigweg niet ziet. Dan ligt het probleem niet bij jou, maar bij degene die de keuze maakt. Het mooiste wat ik heb geleerd, is dat God ons allemaal heeft uitgekozen.

Op een keer zei Jezus tegen zijn leerlingen dat zij zijn vrienden waren. Daarna zei Hij: 'Niet jullie hebben Mij uitgekozen, maar Ik heb jullie uitgekozen en aangesteld om op weg te gaan en vrucht te dragen, blijvende vrucht.' (Johannes 15:16) Dat betekent dat God ieder van ons persoonlijk heeft uitgekozen voor een bijzondere opdracht. En Hij belooft dat ons werk vrucht zal dragen. Hoe bijzonder is het om te weten dat God jou heeft uitgekozen om in zijn team te horen!

Drie belangrijke lessen uit Davids uitverkiezing

1. God kiest je voordat je iets hebt bereikt

God kiest ons en bereidt ons voor op iets groots. Toen God David uitkoos, was hij nog geen ervaren soldaat. Hij was gewoon een jonge herder. Maar toen David Gods keuze aanvaardde, zegt de Bijbel: 'Vanaf die dag werd David krachtig vervuld met de Geest van de HEER.' (1 Samuel 16:13) God gaf hem vervolgens kansen om te leren en te groeien.

De geest van God ontvangen brengt veel zegeningen met zich mee. Je ervaart zijn aanwezigheid wanneer je moeilijkheden tegenkomt. Dat verdrijft angst en geeft moed. De geest van de Heer rust ons toe met gaven en talenten. Daardoor kunnen we dingen beter doen of zelfs nieuwe dingen leren. Hij verandert ons in betere mensen. En uiteindelijk gaan we ook anderen vertellen over Jezus, degene die ons heeft uitgekozen.

Niet lang daarna werd David muzikant aan het hof en wapendrager van koning Saul. Dat was de perfecte plaats om zich voor te bereiden op zijn toekomstige taak als koning. God zal ook voor jou altijd een weg openen naar plaatsen waar je kunt leren en groeien.

2. God kijkt niet naar de buitenkant

God kiest niet zoals mensen dat doen. Hij zei tegen Samuel: 'Kijk niet naar zijn uiterlijk of naar zijn lengte ... De HEER ziet niet zoals een mens ziet. Een mens kijkt naar wat voor ogen is, maar de HEER kijkt naar het hart.' (1 Samuel 16:7)

Mensen denken vaak dat je eruit moet zien alsof je geschikt bent voor een bepaalde taak. We horen volwassenen soms zeggen: 'Je ziet eruit als een dokter', of: 'Je ziet eruit als een leraar.' Maar God leert ons dat dit niet de juiste manier is om iemand te beoordelen.

Denk eens aan de sportwereld. Heb je ooit gehoord van Muggsy Bogues? De gemiddelde speler in de NBA is ongeveer 2,01 meter lang. Muggsy Bogues was slechts 1,60 meter lang, maar hij speelde toch veertien seizoenen in de NBA. Voor God maken geslacht, taal, afkomst of huidskleur geen verschil. Hij houdt van iedereen en kiest mensen die Hem liefhebben voor grote verantwoordelijkheden. Ook al zie je er misschien niet uit als iemand die daarvoor geschikt is, toch kun jij degene zijn die God heeft uitgekozen.

3. Gods tijd is anders

Hoewel God David had uitgekozen, werd hij niet meteen koning. Waarschijnlijk begreep David op dat moment niet volledig wat Samuels zalving betekende. Hij wist alleen dat God hem had gekozen. Daarna ging hij trouw verder met zijn leven. Hij moest ongeveer vijftien jaar geduldig wachten voordat hij werkelijk koning werd.

Jij bent uitgekozen!

Niet iedereen weet al precies wat hij of zij later wil worden. Sommigen ontdekken dat al vroeg, terwijl anderen later nog van gedachten veranderen. Dat is helemaal niet erg. Wat echt belangrijk is, is dat ieder van ons gelooft dat God ons heeft uitgekozen voor iets bijzonders. Op het juiste moment zal Hij duidelijk maken wat zijn plan is en ervoor zorgen dat het werkelijkheid wordt. Nu al is zijn geest in jou aan het werk. Hij helpt je groeien en bereidt je voor op de opdracht die God voor jou heeft.

Onthoud dit: Jij bent door God uitgekozen!

Verdieping

1. Waarom denk je dat God David koos in plaats van zijn oudere broers?
2. Welke goede eigenschappen heeft jouw hart?
3. Hoe voel je je, nu je weet dat God jou heeft uitgekozen voor iets bijzonders?

DAG 2

Wanneer uitdagingen te groot lijken

Heb je ooit heel hard je best gedaan voor iets, zoals leren voor een toets, vrienden maken of je klusjes doen, maar voelde het toch ontzettend moeilijk? Misschien dacht je wel: *Ik doe toch het goede, waarom is het dan zo moeilijk?*

Raad eens? Je bent niet de enige! David, de jonge jongen die door God was uitgekozen, wist precies hoe dat voelde. Hij deed wat goed was: hij gehoorzaamde zijn vader, zorgde goed voor zijn schapen, speelde muziek om koning Saul op te vrolijken en droeg trouw de wapens van de koning. Maar op een dag veranderde alles. Zijn vader Isaï stuurde hem om een eenvoudige boodschap. Plotseling stond David bij een slagveld en werd hij geconfronteerd met een reusachtige uitdaging!

Angstaanjagende uitdagingen

Vandaag en de komende dagen lezen we uit 1 Samuel 17 over Davids grote moment. Laten we kijken naar de angstaanjagende uitdaging waarvoor David stond en ontdekken hoe ook wij onze uitdagingen kunnen aangaan.

1. De uitdaging was dichtbij

In 1 Samuel 17:1 lezen we: ‘De Filistijnen verzamelden hun legers voor de strijd. Zij kwamen bijeen bij Socho, dat in Juda ligt, en sloegen hun kamp op tussen Socho en Azeka, bij Efes-Dammim.’

De Filistijnen, die aan de westelijke grens van Israël woonden, hadden een hekel aan de Israëlieten. Nadat zij een sterk leger hadden gevormd, trokken zij Israël binnen. Nu bevonden zij zich op Israëlitisch grondgebied, klaar om oorlog te voeren. Voordat dit gebeurde, woonden de Filistijnen ver weg en maakten de Israëlieten zich niet zoveel zorgen over hen. Maar nu was het gevaar dichtbij, midden in hun eigen land.

Hoe we een uitdaging ervaren, hangt vaak af van hoe dichtbij die is. Als een probleem ver van ons af staat, lijkt het meestal niet zo erg. Helaas lachen we soms om de moeilijkheden van anderen of maken we er grappen over. Maar wanneer de uitdaging dichtbij komt – zoals een pestkop op school, problemen thuis of een belangrijke toets morgen – kan dat heel beangstigend zijn. Dan doet het pijn, voelen we verdriet en moeten we soms zelfs huilen.

2. De uitdaging was enorm groot

Hoe groot was Davids uitdaging? In 1 Samuel 17:4 staat: 'Toen kwam uit het kamp van de Filistijnen een kampvechter naar voren, Goliath uit Gat. Hij was zes el en een span lang.' Goliath was meer dan 2,80 meter lang, bijna zo hoog als een basketbalring! Hij was niet alleen lang, maar werkelijk een reus.

Koning Saul en zijn leger waren voorbereid op een gevecht tegen gewone soldaten, maar nu moesten ze het opnemen tegen een reus. Ook wij krijgen te maken met gewone problemen, zoals griep, een verloren wedstrijd, een kapot stuk speelgoed of een moeilijke rekensom. Maar soms krijgen we te maken met 'reuzenproblemen': moeilijkheden die veel groter zijn dan alles wat we gewend zijn. Zulke problemen kun je niet zomaar oplossen. Ze laten je klein, machteloos, bang en onzeker voelen.

3. De uitdaging ging niet weg

Wanneer we een moeilijke tijd meemaken, vragen we ons vaak af hoelang die zal duren. In 1 Samuel 17:16 lezen we: 'Veertig dagen lang kwam de Filistijn iedere morgen en iedere avond naar voren en stelde zich op.' Goliath verscheen niet slechts één keer. Hij kwam twee keer per dag, veertig dagen achter elkaar!

Na de eerste dag hoopten de soldaten van Saul waarschijnlijk dat het allemaal slechts een nare droom was en dat Goliath de volgende dag niet meer zou terugkomen. Maar hij kwam terug. Elke ochtend en elke avond daagde hij hen opnieuw uit. Na de eerste week was Goliath nog steeds niet moe en had hij zijn stem niet verloren. Meer dan vijf weken lang leefden de Israëlieten in angst wanneer zij hem zagen verschijnen.

Goliath staat symbool voor uitdagingen die maar blijven terugkomen en bijna blijvend lijken. Gebed en tijd lijken soms geen oplossing te brengen. Voorbeelden hiervan kunnen zijn: een chronische ziekte, het verlies van een ouder, of een verhuizing naar een nieuwe woonplaats. Dag na dag moet je leren omgaan met die moeilijke werkelijkheid.

4. De uitdaging was persoonlijk

Het leger van koning Saul was gekomen om tegen een ander leger te vechten. Maar Goliath veranderde de regels van de strijd. In 1 Samuel 17:8 lezen we: 'Goliath ging staan en riep de slagorde van Israël toe: 'Waarom zijn jullie uitgetrokken om je op te stellen voor de strijd? Ben ik niet een Filistijn en zijn jullie niet dienaren van Saul? Kies één man uit en laat hem naar mij toekomen.' Goliath wilde dat één persoon naar voren zou stappen. Eén man moest de uitdaging aangaan om de strijd te winnen.

Met steun van anderen is het veel gemakkelijker om moeilijkheden te overwinnen. Daarom is het goed om te leren samenwerken en als team op te trekken. Toch zijn er veel situaties waarin jij zelf een persoonlijke keuze moet maken. Je kunt niet altijd op je ouders of leraren vertrouwen om beslissingen voor jou te nemen. Kiezen om Jezus te volgen bijvoorbeeld, of de waarheid spreken, of gezonde keuzes maken: dat zijn allemaal persoonlijke beslissingen. Wanneer de mensen om je heen niet het juiste doen, kan het gebeuren dat jij alleen moet blijven staan voor wat goed is. Daar is moed voor nodig.

Uitdagingen helpen je groeien

Wat moeten we doen wanneer uitdagingen dichtbij komen, enorm groot lijken, niet verdwijnen en vragen dat wij zelf in actie komen? Moeten we opgeven? Moeten we God de schuld geven? Sommige mensen denken dat zij het beter zouden doen als zij minder problemen hadden. Maar de Bijbel leert iets anders. De apostel Paulus schreef aan de gelovigen in Korinthe: 'Meer dan een menselijke verzoeking is u niet overkomen. God is trouw. Hij zal niet toelaten dat u verzocht wordt boven wat u aankunt. Maar met de verzoeking zal Hij ook voor de uitkomst zorgen, zodat u haar kunt doorstaan.' (1 Korinthe 10:13) Onze liefdevolle God en hemelse Vader zal nooit toestaan dat een probleem jou vernietigt. Hij belooft je zijn kracht om iedere uitdaging aan te kunnen.

Daarnaast zorgen uitdagingen ervoor dat je groeit. De apostel Jakobus schrijft: 'De beproeving van uw geloof brengt volharding teweeg. Laat die volharding haar werk volledig doen, zodat u volmaakt en volwassen wordt en het u aan niets ontbreekt.' (Jakobus 1:3-4) Je kunt een uitdaging vergelijken met een lichamelijke training. Zo'n training kan zwaar en zelfs pijnlijk zijn, maar uiteindelijk word je gezonder, sterker en sneller. Op dezelfde manier helpen moeilijke situaties je om wijzer, moediger en trouwer aan God te worden.

Je kunt niet voorkomen dat sommige 'reuzenuitdagingen' op je pad komen. Maar met Gods hulp kun je iedere uitdaging aangaan, de overwinning behalen en geestelijk groeien.

Verdieping

1. Welke dingen maken het soms moeilijk om het goede te doen?
2. Wat kan ons helpen om vol te houden?
3. Heb jij weleens succes ervaren nadat je Gods hulp had gezocht?

DAG 3

Vermijd strategieën die tot mislukking leiden

Stel je voor dat je een puzzel probeert op te lossen met de verkeerde aanpak. Je kunt er heel lang mee bezig zijn zonder ooit de oplossing te vinden. Hetzelfde kan gebeuren wanneer we met moeilijkheden in het leven worden geconfronteerd. Als we de verkeerde strategie gebruiken, lossen we het probleem misschien nooit op en maken we het zelfs nog erger.

Vandaag leren we over verkeerde strategieën aan de hand van het verhaal van koning Saul en zijn leger. Zij stonden tegenover een reusachtige uitdaging, een reus die Goliath heette. Maar ze gebruikten de verkeerde strategieën! Laten we kijken wat zij deden, zodat wij dezelfde fouten kunnen vermijden.

1. Eerst vertrouwen op het verkeerde

Toen de Filistijnen het gebied van Israël binnenvielen, had koning Saul een plan: 'Saul en de Israëlieten kwamen bijeen en sloegen hun kamp op in het dal van Ela en stelden zich op in slagorde om de Filistijnen tegemoet te treden' (1 Samuël 17:2). Koning Saul deed wel iets, maar het leverde geen positief resultaat op.

Zijn leger was goed georganiseerd. Ze hadden soldaten, uniformen en wisten hoe ze moesten marcheren. Ze hadden regels en militaire strategieën. Alles leek klaar voor de strijd. Maar ondanks al die voorbereidingen zaten ze vast. Waarom? Saul vertrouwde eerst op de kracht van zijn leger en op zijn plannen, voordat hij op God vertrouwde. Zelfs de beste organisatie of het sterkste team is niet voldoende om een reusachtige uitdaging te overwinnen als God niet de eerste bron van hulp is.

Als jongere maak je misschien deel uit van een liefdevol gezin, een goede school, een kerk of een fijne vriendengroep. Dat zijn allemaal goede en belangrijke dingen die je helpen groeien. Maar wanneer grote problemen op je pad komen, is het niet verstandig om in de eerste plaats op mensen of systemen om je heen te vertrouwen. Vertrouw allereerst op God.

Ellen White, Gods profetes voor onze tijd, schreef over een gevaar voor Gods kinderen: 'Hij loopt het gevaar zijn lasten op organisaties af te schuiven, in plaats van te vertrouwen op Hem, die de bron is van alle kracht.' (Welfare Ministry, blz. 265) Een van de verkeerde strategieën van koning Saul was dat hij eerst vertrouwde op goede structuren en mensen, in plaats van op de goede God.

2. Weglopen voor de uitdaging

Toen de reus Goliat naar het leger van Israël liep en hen uitdaagde, hoe reageerden de soldaten van Saul? De Bijbel zegt: 'Telkens wanneer de Israëlieten de man zagen, vluchtten zij allemaal in grote angst voor hem weg.' (1 Samuël 17:24) Uit angst keerden ze hem de rug toe en renden weg.

Soms doen wij hetzelfde wanneer we bang zijn voor onze problemen. Hoe gebeurt dat? Soms stellen we dingen uit die meteen gedaan zouden moeten worden. Wanneer iemand ons vraagt iets te doen wat we niet leuk vinden, zeggen we: 'Ik doe het later.' Een andere manier om weg te lopen is proberen onze problemen te vergeten door spelletjes te spelen of televisie te kijken. Sommige mensen, zelfs kinderen, grijpen naar drugs of alcohol om aan hun moeilijkheden te ontsnappen.

Maar dit is de waarheid: Weglopen lost niets op. Problemen verdwijnen niet; vaak worden ze juist groter. En wanneer we uiteindelijk besluiten ze aan te pakken, zijn ze veel moeilijker geworden.

3. Alleen maar over de uitdaging praten

De soldaten vluchtten niet alleen; ze praatten ook voortdurend over hun probleem. In 1 Samuël 17:25 lezen we: 'De Israëlieten zeiden: 'Zien jullie die man die steeds naar voren komt? Hij komt om Israël uit te dagen. De koning zal degene die hem doodt grote rijkdom geven. Hij zal hem ook zijn dochter tot vrouw geven en zijn familie vrijstellen van belastingen in Israël.'

De soldaten zagen het probleem heel duidelijk: een reus die Goliat heette. Ze kenden ook de oplossing: iemand moest opstaan en tegen de reus vechten. Ze wisten zelfs wat de beloning zou zijn: geen belasting meer betalen en trouwen met de dochter van de koning. Maar ze bleven alleen maar praten. Ze ondernamen geen actie.

Praten over je problemen is goed, maar het is niet genoeg. Naarmate je ouder wordt, neem je kennis toe. Je leert spreken, schrijven en discussiëren over allerlei onderwerpen. Dat helpt je goede cijfers te halen op school. Maar iets weten is niet hetzelfde als het ook doen. Je kunt bijvoorbeeld een prachtig werkstuk maken over de gevaren van roken en daar een uitstekende presentatie over geven voor de klas. Maar die kennis betekent weinig als je vervolgens geen 'nee' zegt wanneer vrienden je proberen over te halen om te gaan roken.

Gebruik winnende strategieën

Koning Saul en zijn leger reageerden op de reusachtige uitdaging met verkeerde strategieën. Ze vertrouwden op hun leger in plaats van op God, ze vluchtten in plaats van de uitdaging aan te gaan, en ze praatten er alleen maar over zonder iets te doen. En weet je wat er gebeurde? Veertig dagen lang gebeurde er helemaal niets! Gebruik jij misschien ook een van deze strategieën? Wees voorzichtig! De wijze koning Salomo waarschuwde: 'Soms lijkt een weg de juiste, maar uiteindelijk voert die naar de dood.' (Spreuken 14:12) De verkeerde strategie voorkomt niet alleen dat je je uitdaging overwint, maar kan de situatie zelfs erger maken.

Hoe kun je de juiste strategie vinden om jouw reusachtige uitdagingen aan te pakken? Morgen leren we van David, de door God uitgekozen herder. Maar onthoud nu alvast deze krachtige waarheid: 'Want de HEER geeft wijsheid; uit zijn mond komen kennis en inzicht.' (Spreuken 2:6) Dat betekent dat God belooft ons wijsheid te geven. Hij helpt ons de juiste beslissingen te nemen wanneer we voor grote uitdagingen staan.

Misschien vraag je je af: Hoe ontvang ik Gods wijsheid? De apostel Jakobus schreef: 'Komt iemand van u wijsheid tekort, laat hij die dan vragen aan God, Die aan iedereen overvloedig geeft zonder verwijt, en ze zal hem gegeven worden.' (Jakobus 1:5) Heb je wijsheid nodig? Vraag erom. Wanneer je bidt om wijsheid, geeft God antwoord. Ook de apostel Paulus gaf aan de jonge Timotheüs een belangrijk advies over een betrouwbare bron van wijsheid: 'En omdat u van kinds af aan de heilige schriften kent, die u wijs kunnen maken tot zaligheid door het geloof dat in Christus Jezus is.' (2 Timotheüs 3:15) De Bijbel maakt je wijs, zodat je de uitdagingen van het leven kunt aangaan.

Wees daarom voorzichtig met de strategieën die je gebruikt om je problemen op te lossen. Niet elke strategie is goed in Gods ogen. De veiligste weg is om allereerst op God te vertrouwen, je uitdagingen tegemoet te treden, en doen wat juist is. Vergeet niet om altijd te bidden en de Bijbel te lezen, zodat God je wijsheid geeft.

Verdieping

1. Wat zijn enkele van de 'grote stenen' (de belangrijkste prioriteiten) in jouw dagelijks leven?
2. Waarom denk je dat we vaak proberen zelf meer te doen, in plaats van eerst te bidden?
3. Heb je weleens gebeden toen je voor een moeilijke uitdaging stond? Hoe is dat voor jou afgelopen?

DAG 4

Stel jezelf beschikbaar

Hoe ziet een reuzendoder eruit? Je denkt misschien aan een van je favoriete superhelden met geweldige superkrachten. David, de door God gekozen man die de reus versloeg, was echter geen superheld. Hij was een gewone jongen, net als jij en je vrienden naast je.

De Bijbel beschrijft David zo: 'David was de jongste. De drie oudsten waren Saul gevolgd, maar David ging heen en weer van Saul om de schapen van zijn vader in Bethlehem te verzorgen.' (1 Samuël 17:14-15) Hij was een tiener, ongeveer van jouw leeftijd, en zorgde voor de schapen van zijn vader. David kon geen webben schieten, geen muren beklimmen en had geen bovenmenselijke kracht zoals Spiderman. Hij had niet de kracht, snelheid en vechtvaardigheden van Wonder Woman. Hij kon ook niet onzichtbaar worden, objecten met zijn gedachten verplaatsen of gebruikmaken van geavanceerde gadgets. Toch deed hij iets buitengewoons. Waarom? Omdat David bepaalde bijzondere eigenschappen ontwikkelde. Wil jij ook elke dag meer bereiken? Laten we vandaag één eigenschap van David bekijken.

Ik ga

Op een dag gaf Davids vader hem een eenvoudige opdracht: 'Neem een efa geroosterd graan en deze tien broden voor je broers en ga snel naar hun kamp. Breng ook deze tien kazen naar de bevelhebber van hun eenheid. Kijk hoe het met je broers gaat en breng mij een bevestiging van hun welzijn terug.' (1 Samuël 17:17-18) Dat was alles: een simpele bezorging en een bericht terugbrengen voor zijn vader. Het was gewoon werk voor een jongen. De afstand van Bethlehem naar het dal van Ela was ongeveer 15 mijl, zo'n 23 kilometer naar het zuidwesten. Als hij 's ochtends was vertrokken, had David 's avonds weer thuis kunnen zijn en rustig kunnen slapen. Maar hij koos ervoor om anders te handelen.

Toen David in Ela aankwam, zag hij Goliat die schreeuwde en het leger van Saul bang maakte. Niemand durfde hem te confronteren. David liet een unieke eigenschap zien. Hij ging naar de tent van koning Saul en sprak deze moedige woorden: 'Laat niemand de moed verliezen vanwege deze Filistijn; uw dienaar zal gaan en met hem vechten.' (1 Samuël 17:32)

Zonder militaire ervaring, zonder harnas en zonder zwaard riep deze jongeman: 'Ik ga. Ik zal vechten.' Hij was bereid om op te staan! Een van Davids grootste krachten was dat hij zich beschikbaar stelde. Waarom zou hij dat doen?

Hij gaf om anderen

Het verslaan van Goliath was niet Davids verantwoordelijkheid. Hij had de opdracht van zijn vader al uitgevoerd: hij had het eten gebracht en gecontroleerd hoe het met zijn broers ging. Maar toen hij de wanhopige toestand van het leger van Saul zag, liep hij niet weg – hij bood hulp aan. David was betrokken en gaf om het welzijn van zijn broers en anderen. Daardoor ging hij verder dan wat van hem gevraagd werd.

Naarmate we opgroeien, leren velen van ons vooral op zichzelf te letten en zich niet te veel te mengen in andermans zaken, zodat we niet als bemoeizuchtig worden gezien. Maar daardoor blijven we vaak in onze eigen wereld en zien we de noden van anderen niet meer. Als het goed met ons gaat, is het makkelijk om niet te merken dat anderen lijden of hulp nodig hebben. De apostel Paulus keurde deze egoïstische houding af. Hij zei tegen zijn jonge leerling Timotheüs dat er in de laatste dagen mensen zouden zijn die 'liefhebbers van zichzelf' zouden zijn (2 Timotheüs 3:2), zonder zorg voor anderen. Hij moedigde hem aan om zulke mensen niet te volgen. De jonge David werd een reuzendoder en nationale held omdat hij gaf om anderen en hun welzijn belangrijk vond.

Bereid om iets op te geven

Toen David besloot tegen de reus te vechten, was hij bereid zijn eigen tijd en comfort op te geven. Hij had rustig terug kunnen gaan naar Bethlehem, muziek kunnen spelen of ontspannen bij zijn schapen. In plaats daarvan bleef hij en nam hij het risico om gewond te raken of zelfs zijn leven te verliezen voor anderen.

Anderen helpen of het juiste doen betekent vaak dat je iets moet opgeven. We hebben allemaal beperkte middelen zoals tijd, energie en geld. Als je tijd besteedt aan iemand helpen, heb je minder tijd om te spelen. Als je geld uit je spaarpot geeft als offer voor zendingen om het evangelie te brengen aan mensen die Jezus niet kennen, houd je minder over voor jezelf. Aarzel je soms om iets groots te doen omdat je bang bent voor wat je misschien moet opgeven?

We moeten wijs omgaan met onze middelen. Maar wanneer we anderen helpen, geldt geven voor Gods werk door tienden en offers, of ons leven toewijden aan Jezus, belooft God ons te zegenen en te belonen (Spreuken 19:17; Maleachi 3:9-10; Marcus 10:29-30). Hij zorgt er altijd voor dat we uiteindelijk meer ontvangen dan we hadden.

Het is zoals die jongen die zijn mand met eten aan Jezus gaf. Jezus vermenigvuldigde het voedsel om een grote menigte te voeden, en de jongen had zelfs nog over om mee naar huis te nemen.

Klaar voor iets nieuws

David was bereid iets te doen wat hij nog nooit eerder had gedaan. Hij had nog nooit een reus gezien of bevochten, en ook niemand anders had hij dat ooit zien doen. Maar dat hield hem niet tegen. Hoewel hij thuis was opgegroeid met vaste gewoonten, was David bereid iets nieuws te doen.

Wij hebben allemaal gewoonten die we prettig vinden. Als je een nood ziet of gevraagd wordt iets te doen, zeg je dan soms nee omdat het nieuw is en je het nog nooit eerder hebt gedaan? Nieuwe dingen kunnen eng zijn, maar dat mag ons niet tegenhouden om het juiste te doen.

De Bijbel zegt dat God graag nieuwe en bijzondere dingen doet: 'Zie, Ik ga iets nieuws doen! Nu ontkiemt het; merkt u het niet op? Ik maak een weg in de woestijn en rivieren in de wildernis.' (Jesaja 43:19) Hij wil ons gebruiken om deze nieuwe dingen te doen als wij 'ja' zeggen. Groei en bijzondere prestaties komen bij mensen die bereid zijn iets nieuws te proberen.

Vandaag hebben we geleerd dat David een reuzendoder werd omdat hij zich beschikbaar stelde. Hij wachtte niet op iemand anders. Hij gaf om anderen, was bereid iets op te geven en was niet bang om iets nieuws te proberen. God 'werkt in u om zowel te willen als te werken naar zijn welbehagen' (Filippenzen 2:13), net zoals Hij dat bij David deed. Het enige wat jij hoeft te zeggen is: 'Ik ben beschikbaar. Gebruik mij!'

Verdieping

1. Wat betekent het echt om tegen God te zeggen: 'Hier ben ik, zend mij'?
2. Hoe werken offerbereidheid, medeleven en moed samen wanneer we 'ja' zeggen tegen God?
3. Welke kleine stap zou je deze week kunnen zetten om beschikbaar te zijn voor God en voor anderen?

DAG 5

De Eigenaar kennen

Heb je je ooit afgevraagd hoe David zo moedig kon zijn toen hij Goliath tegemoet trad? Hij was maar een jonge herdersjongen, dus waar kwam zijn moed vandaan?

Wie is de Eigenaar?

Toen David op het slagveld kwam, hoorde hij Goliath die de Israëlieten uitschold en hen 'dienaren van Saul' noemde (1 Samuël 17:8) en 'het leger van Israël' (1 Samuël 17:10). Goliath dacht dat hij koning Saul en het volk Israël uitdaagde. De soldaten dachten dat ook, en ze waren doodsbang: 'Toen de Filistijn zijn woorden liet horen, werden Saul en heel Israël ontsteld en zeer bevreesd.' (1 Samuël 17:11) Ze waren bang omdat zowel koning Saul als de soldaten niet geloofden dat ze klaar waren om te winnen.

Maar David zag het anders. Tegen de soldaten zei hij: 'Wie is deze onbesneden Filistijn, dat hij de slagorden van de levende God durft te honen?' (1 Samuël 17:26) Hij wist dat het niet het leger van Israël was, maar het leger van God. En toen hij met koning Saul sprak, herhaalde hij het: 'Hij heeft de slagorden van de levende God gehoond.' (1 Samuël 17:36) En uiteindelijk, toen hij Goliath tegemoet trad, verklaarde hij: 'Ik kom tegen u in de naam van de HEER van de legers, de God van de slagorden van Israël, die u gehoond hebt.' (1 Samuël 17:45) David wist wie Goliath werkelijk uitdaagde: God. En omdat God eigenaar is van het leger van Israël, zou Hij voor zijn volk strijden.

David geloofde (en wij zouden dat ook moeten doen) wat de Bijbel leert: God bezit alles. David schreef in het begin van een van zijn psalmen: 'Van de HEER is de aarde en alles wat erin is, de wereld en zij die erin wonen; want Hij heeft haar gegrondvest op de zeeën en haar gevestigd op de wateren.' (Psalm 24:1-2) Als Schepper bezit God alles. De apostel Paulus zegt ook: 'U bent niet van uzelf; u bent gekocht en betaald.' (1 Korinthe 6:19-20) Dat betekent dat wij, als mensen die door God gered zijn, ook van God zijn – ons leven, onze tijd, onze talenten, ons geld en alles wat we hebben.

Menselijke eigenaars leven niet voor altijd; ze zijn sterfelijk. Wanneer zij sterven, gaan hun bezittingen naar iemand anders. Ze hebben dan geen controle meer en kunnen hun bezit niet beschermen. Maar God, de levende God, sterft nooit. Hij waakt altijd over wat van Hem is – ook over jou.

Waarom Gods eigenaarschap belangrijk is

David erkende dat God de Eigenaar was van het leger en van het probleem dat ze hadden. Dat gaf hem vertrouwen om alles aan te kunnen.

Toen koning Saul vroeg hoe David zo moedig kon zijn, antwoordde hij: 'De HEER, die mij redde uit de klauwen van de leeuw en uit de klauwen van de beer, zal mij redden uit de hand van deze Filistijn.' (1 Samuël 17:37) Omdat David wist dat hij bij God hoorde, wist hij ook dat God hem zou beschermen en de overwinning zou geven.

Zelfs toen Goliath hem probeerde te intimideren door hem te beledigen en te dreigen hem te doden, gaf David niet toe. Waarom? Hij vertrouwde erop dat God, de ware Eigenaar, zou ingrijpen: 'De strijd is van de HEER, en Hij zal u in onze hand geven.' (1 Samuël 17:47) David geloofde dat God zou handelen.

De Bijbel laat zien dat Gods bescherming, zorg en ingrijpen verbonden zijn aan zijn eigenaarschap – alsof het een pakket is. Zacharia 2:8 zegt: 'Wie u aanraakt, raakt zijn oogappel aan.' Wanneer iets dicht bij je oog komt, knipper je automatisch. Zo reageert God onmiddellijk wanneer zijn kinderen in gevaar zijn, omdat wij kostbaar voor Hem zijn.

Wij zijn geen eigenaars – wij zijn rentmeesters

Als God alles bezit, wat zijn wij dan? Volgens de Bijbel zijn wij rentmeesters van God. Dat betekent dat wij beheerders zijn van iets dat van iemand anders is. Het begon al in de hof van Eden: 'De HEER God nam de mens en plaatste hem in de hof van Eden om die te bewerken en te bewaren.' (Genesis 2:15) God gaf Adam en Eva de opdracht om zijn schepping te verzorgen. De apostel Paulus zegt dat God 'alles onder hun voeten heeft gelegd' (Hebreeënen 2:8). God geeft ons tijd, geld, talenten, ons lichaam en alles wat we hebben – niet om te bezitten, maar om goed te beheren voor Hem.

Goede rentmeesters doen vier dingen:

1. Ze herinneren zich de Eigenaar

'Vergeet de HEER uw God niet, want Hij is het die u kracht geeft om vermogen te verwerven.' (Deuteronomium 8:18) Bepaalde dingen helpen ons de Eigenaar te herinneren. Wanneer we de sabbat houden, herinneren we ons dat God de Schepper is en dat tijd van Hem is. Wanneer we tienden en offers geven, herinneren we ons dat God voorziet in onze dagelijkse behoeften.

2. Ze zijn trouw

'Van een rentmeester wordt verlangd dat hij betrouwbaar blijkt.' (1 Korinthe 4:2) Rentmeesters maken hun eigen regels niet. Ze volgen de instructies van de Eigenaar.

Zolang ze trouw zijn, hoeven ze zich geen zorgen te maken over de resultaten – de Eigenaar zorgt daarvoor. De Bijbel is de leidraad voor trouwe rentmeesters.

3. Ze dienen en zegenen anderen

‘Opdat u in alles overvloedig kunt zijn tot alle goed werk.’ (2 Korinthe 9:8)

Goede rentmeesters zoeken manieren om anderen te helpen en te zegenen.

4. Ze zijn bereid verantwoording af te leggen

Jezus vertelde de gelijkenis van de talenten (Mattheüs 25:14–30) om te laten zien dat iedereen ooit rekenschap moet afleggen over wat hij met wat hij heeft gekregen heeft gedaan.

De soldaten van Saul waren bang omdat ze God niet zagen als de Eigenaar van Israël en van de strijd. Wanneer wij doen alsof wij alles bezitten en alles zelf moeten controleren, worden we bezorgd, bang en gestrest. Maar wanneer we beseffen dat God alles bezit, leven we in vrede en worden we moedig – zoals David. Wij zijn geen eigenaars – wij zijn rentmeesters. De strijd is van de HEER.

Verdieping

1. Wat hielp David zo zelfverzekerd te zijn terwijl iedereen anders bang was?
2. Hoe voel je je wanneer je weet dat je ‘de oogappel van God’ bent?
3. Kun je iets in je leven bedenken dat je beter voor God kunt beheren?

DAG 6

Geloof niet altijd wat anderen over jou zeggen

Er was eens een baby-arend die werd grootgebracht in een kippenhok. Ze leek helemaal niet op de andere kuikens en vroeg vaak aan haar 'moederkip' waarom ze er zo anders uitzag dan haar broertjes en zusjes. De moederkip probeerde haar gerust te stellen en zei: 'Het spijt me dat je er anders uitziet dan de andere kuikens, maar dat verandert niets aan het feit dat je nog steeds mijn kuiken bent.' En ze geloofde de kip en dacht dat ze gewoon een vreemd uitziende kip was.

Wanneer er een schitterende arend in de lucht vloog, renden de kleine kuikens vaak bang weg om zich te verstoppen, maar de baby-arend keek met bewondering toe. Ze fluisterde tegen zichzelf: 'Als ik maar een arend kon zijn ... maar ik ben gewoon het vreemdste kleine kuiken.' Wat ze niet wist, was dat zij óók een arend was! Ze wist het alleen niet, omdat ze geloofde wat anderen haar vertelden.

Weet je dat wat je over jezelf gelooft, bepaalt wat je zult bereiken? Het verhaal van David laat zien dat hij niet altijd vertrouwde op wat anderen over hem zeiden.

Wees voorzichtig met de beoordeling van anderen

Bij verschillende gelegenheden zeiden mensen – zijn broer, koning Saul en Goliath – tegen David dat hij niet tegen de reus kon vechten en er niet geschikt voor was. Maar hij luisterde niet naar hen.

Zijn broer

De eerste die op David neerkeek, was zijn oudste broer Eliab, van wie hij waarschijnlijk veel respect en goedkeuring verwachtte. Toen David interesse toonde in wat er gebeurde en misschien wilde vechten tegen Goliath, werd Eliab boos. De Bijbel zegt: 'Hij ontstak in woede.' (1 Samuël 17:28) Eliab twijfelde aan Davids bedoelingen en beschuldigde hem ervan zijn werk als herder te verwaarlozen. Hij noemde hem trots en zei dat zijn hart slecht was. Geen bemoedigende woorden! Dat moet pijn hebben gedaan, vooral omdat het uit zijn familie kwam.

De koning

De tweede die David onderschatte was koning Saul. Toen David zei dat hij tegen Goliath wilde vechten, verwachtte hij waarschijnlijk lof en aanmoediging. Maar hij hoorde iets heel anders: 'Saul zei tegen David: Jij bent niet in staat om tegen deze Filistijn te gaan vechten, want je bent nog maar een jongen, en hij is vanaf zijn jeugd een strijder.' (1 Samuël 17:33)

Koning Saul twijfelde aan Davids ervaring en capaciteiten. Hij vergeleek hem met Goliath en concludeerde dat hij slechts een jongen was. Als David de koning had geloofd, was hij waarschijnlijk meteen teruggekeerd naar Bethlehem in plaats van naar het slagveld gegaan. Maar dat deed hij niet. Heb jij ooit iemand met gezag – zoals een leraar, jeugdleider of voorganger – meegemaakt die jouw mogelijkheden niet zag? Ben je toen toch doorgegaan met wat je wist dat God van je vroeg?

Goliath zelf

De derde die David belachelijk maakte was Goliath zelf. Hij lachte toen hij David zag en nam hem niet serieus: 'Hij keek David aan en zag dat hij slechts een jongen was ... en hij verachtte hem.' (1 Samuël 17:42) Goliath maakte duidelijk dat hij David niet serieus nam: 'Jij ziet er niet uit als een reuzenstrijder, en dat ben je zeker niet!' Maar David wist dat hij door God gekozen was en dat God hem riep.

Hoe mensen naar ons kijken, laat zien hoeveel zij in ons geloven. Wanneer ze ons negeren of weinig aandacht geven, kan dat voelen alsof we niet belangrijk zijn. Stoppen we dan met onze goede plannen? Voor David was de mening van mensen nooit het belangrijkste. Hij begreep dat zijn waarde niet kleiner werd omdat anderen zijn waarde niet zagen.

Hoe beoordeel jij jezelf?

Soms is het grootste probleem niet wat anderen over ons zeggen, maar wat wij zelf over ons denken. We maken vaak twee grote fouten:

1. Onszelf vergelijken met anderen

We vergelijken onszelf vaak met anderen om te zien of we beter of minder goed zijn. Maar iedereen is anders. Als we zien dat we niet dezelfde talenten of vaardigheden hebben, denken we soms dat we niet goed genoeg zijn. Maar dat is niet waar! 'Er zijn verschillende gaven, maar het is dezelfde Geest die ze geeft.' (1 Korinthe 12:4)

God heeft iedereen iets waardevols gegeven: sommigen kunnen goed zingen, anderen schrijven, spreken of rekenen. Werk samen met anderen en er kunnen geweldige dingen gebeuren.

2. Alleen naar het verleden kijken

Sommige mensen beoordelen hun toekomst op basis van hun verleden – hun fouten, slechte cijfers of mislukkingen. Ze denken dat hun toekomst niet anders kan zijn. Maar dat is niet waar! De Bijbel zegt dat God een goed plan heeft voor ons. Hij zorgt zelfs voor onze pijn en teleurstellingen: 'Hij geneest de gebrokenen van hart en verbindt hun wonden.' (Psalm 147:3)

Jesaja zegt: 'Jongeren worden moe en raken uitgeput...' (Jesaja 40:30-31) Maar God geeft nieuwe kracht: 'Zij die op de HEER hopen, zullen hun kracht vernieuwen... zij zullen opstijgen met vleugels als arenden.' (Jesaja 40:31) Je toekomst hoeft niet hetzelfde te zijn als je verleden. Verandering is mogelijk.

David liet zich niet tegenhouden door de mening van mensen. Hij vertrouwde op Gods roeping, kracht en zorg, en stapte in geloof naar voren. Hij versloeg Goliath! Ellen White schreef: 'De HEER is teleurgesteld wanneer zijn volk zichzelf laag inschat. Hij wil dat zijn uitverkoren volk zichzelf waardeert naar de prijs die Hij eraan heeft gegeven.' (Christian Service, blz. 262) Je bent 'wonderlijk gemaakt' (Psalm 139:14), en Jezus heeft de hoogste prijs betaald om jou te redden: zijn leven. Dus de volgende keer dat iemand iets kwetsends zegt, je afwijst of je laat voelen alsof je een 'vreemd kuiken' bent, bedenk dan dit: Je bent een arend. Zweef hoog!

Verdieping

1. Is jou ooit verteld dat je iets niet kon doen, alleen vanwege je leeftijd, grootte of eerdere fouten?
2. Waarom geloofde David niet wat zijn broer, koning Saul of Goliath over hem zeiden?
3. Waarom is het gevaarlijk om jezelf met anderen te vergelijken?

DAG 7

Bouw je spieren en je karakter

Weet je dat regelmatige oefening en training je voorbereiden op de grote momenten die je in het leven zult tegenkomen? Op een kampioenschap atletiek op een middelbare school had een meisjes-estafetteteam een loper tekort. De coach wist niet wat hij moest doen. Daarom richtte hij zich tot de groep toeschouwende leerlingen en vroeg om een vrijwilliger.

Toen stapte er onverwacht een meisje dapper naar voren en zei dat ze wilde rennen. Ze had nog nooit voor een wedstrijd getraind, maar het was altijd haar droom geweest om mee te doen aan een echte sportcompetitie. Omdat er geen andere optie was, liet de coach haar meedoen.

Ze begon sterk, vol energie, en rende haar eerste meters vol vertrouwen. Maar al snel werd ze te moe en viel ze neer. Ze kon haar deel van de race niet afmaken. Ze had niet getraind, en haar lichaam was er niet klaar voor.

Laten we kijken hoe David zich voorbereidde buiten het slagveld – hoe hij zijn kracht en karakter opbouwde lang voordat zijn grote moment aanbrak.

Groeien in kracht

Als je je voorstelt dat David tegen Goliath vecht, welk beeld komt er dan in je op? Zie je hem als een zwakke en tengere jongen die angstig tegenover de reus staat? Nee, dat klopt niet! David was jong, ja, maar hij had grote fysieke kracht en uithoudingsvermogen opgebouwd. In 1 Samuël 17:17–18 lezen we: ‘Isaï zei tegen zijn zoon David: ‘Neem voor je broers deze efa geroosterd graan en deze tien broden mee en ga snel naar hun kamp. Breng ook deze tien kazen voor de bevelhebber van hun eenheid. Kijk hoe het met je broers gaat en breng mij een teken dat alles goed met hen is.’

Het was een eenvoudige opdracht, maar niet gemakkelijk. Wat David moest dragen – geroosterd graan, broden en kaas – woog ongeveer 15 kilo. Velen, ook tieners, kunnen dat optillen, maar David moest dit gewicht meer dan 15 mijl (23 kilometer) dragen. Dat is meer dan een halve marathon! En zijn vader Isaï zei specifiek dat hij naar het slagveld moest *rennen*. Isaï wist dat zijn zoon de kracht en het uithoudingsvermogen voor deze taak had.

Later, toen Goliath op hem afkwam, rende David ‘snel naar de gevechtlijn om hem tegemoet te gaan’ (1 Samuel 17:48). Hij was snel! Davids snelle bewegingen en

behendigheid maakten het moeilijk voor Goliat om de inkomende pijl uit de slinger te ontwijken. David was in uitstekende fysieke conditie. Zo'n conditie bereik je niet van de ene op de andere dag of op de dag van de strijd zelf. Het kostte David tijd, consistentie en discipline – door hard werken, lichaamsbeweging, gezonde keuzes en het vermijden van alles wat zijn lichaam zou kunnen verzwakken.

We hebben ons lichaam nodig om grote en kleine taken te volbrengen. We hoeven geen reuzen te zijn, maar onze fysieke conditie helpt ons wel om veel voor God te doen. Ellen White, Gods boodschapper voor onze tijd, herinnert ons eraan: 'Sterkte is een talent en moet gebruikt worden om God te verheerlijken. Ons lichaam behoort Hem toe. Hij heeft de prijs van verlossing betaald voor het lichaam evenals voor de ziel ... We kunnen God beter dienen in de kracht van gezondheid dan in de verlamming van ziekte; daarom zouden wij met God moeten samenwerken in de zorg voor ons lichaam' (*Counsels on Stewardship*, blz. 115). God geeft om hoe wij met ons lichaam omgaan.

Met welke goede gewoonten kun je vandaag beginnen, en met welke moet je stoppen om sterk te blijven?

Groeien in geloof

David ontwikkelde niet alleen sterke spieren, maar ook een sterk karakter en geloof. Voordat hij tegen Goliat vocht, had hij al andere uitdagingen overwonnen. David vertelde koning Saul: 'Uw dienaar hoedde de schapen van zijn vader. Toen een leeuw of een beer kwam en een schaap uit de kudde meenam, ging ik erachteraan, sloeg hem en redde het schaap uit zijn bek. Toen hij zich tegen mij keerde, greep ik hem bij zijn manen, sloeg hem en doodde hem' (1 Samuel 17:34-35). David had verantwoordelijkheid en moed ontwikkeld terwijl hij zijn werk als herder deed (1 Samuël 17:34-35). Hij liep niet weg voor gevaar en was bereid zijn leven te riskeren om zijn schapen te beschermen. Diezelfde eigenschappen hielpen hem om moedig te staan toen hij later Goliat moest confronteren. Zijn ervaring bevestigt deze woorden: 'Door trouw te zijn in het minste, verkrijgen zij kracht om trouw te zijn in grotere zaken' (*From Eternity Past*, blz. 148).

Het allerbelangrijkste is dat David God leerde te vertrouwen. 'De HEER die mij redde uit de klauwen van de leeuw en de beer, zal mij redden uit de hand van deze Filistijn' (1 Samuël 17:37). Elke keer dat David zijn schapen moest beschermen, riep hij tot God. En elke keer greep God in, waardoor zijn geloof groeide. Toen hij op het slagveld aankwam, wist hij al dat hij met God alles aankon. Geloof is als een spier – hoe meer je het oefent in het dagelijks leven, hoe sterker het wordt.

Begin vandaag!

Veel mensen wachten op een 'groot moment' om indruk te maken. Maar David wachtte niet – hij bereidde zich voor door trouw kleine dagelijkse taken te doen. Dat is wat ons voorbereidt op grotere taken.

Als gelovigen hebben wij een vergelijkbare opdracht: het goede nieuws van Jezus' spoedige wederkomst met de wereld delen. Christenen kunnen meedoen door anderen te helpen, te prediken en te geven van wat zij hebben. Maar velen wachten op een speciale roeping of een grote kans. Ondertussen nemen ze een 'wacht en relax'-houding aan.

Mensen denken vaak dat ze niet genoeg talenten of middelen hebben om te geven of te dienen voor de zending. Sommigen plannen pas te beginnen met dienen, prediken en delen wanneer hun vaardigheden beter zijn of wanneer ze meer geld hebben. Gods boodschapper, Ellen White, waarschuwt voor deze houding: 'Velen wachten op een groot werk dat tot hen komt. Dagelijks verliezen zij gelegenheden om hun trouw aan God te tonen ...' (*Messages to Young People*, blz. 148).

Begin vandaag met het dienen van anderen, praten over Jezus, tienden geven, offers brengen en gaven doen – al is het misschien weinig. Onthoud deze belofte: 'Door trouw te zijn in het minste, verkrijgen zij kracht om trouw te zijn in grotere zaken.' Je hoeft niet de sterkste, de meest getalenteerde of de rijkste te zijn. God vraagt alleen dat je trouw bent in de kleine, alledaagse dingen.

Verdieping

1. Hoe bereiden kleine dagelijkse keuzes ons voor op grote momenten in het leven?
2. Kun je één gezonde gewoonte bedenken die je deze week kunt beginnen of verbeteren?
3. David werd niet alleen fysiek sterk – hij groeide ook in geloof. Op welke manieren kunnen wij vandaag ons geloof laten groeien?

DAG 8

Gebruik wat in jouw handen is

Jezus vertelde een verhaal over een heer die zijn bezit verdeelde onder zijn dienaren voordat hij op reis ging. Na enige tijd kwam de heer terug en wilde hij weten wat zij met het geld hadden gedaan. Nadat zij hun verslag hadden gegeven, beloofde hij degenen die goed gebruik hadden gemaakt van wat zij hadden ontvangen.

Op dezelfde manier waardeerde God David zeer, omdat hij goed gebruikmaakte van wat hij had ontvangen.

Anders, maar niet buitengesloten

Koning Saul probeerde David te ontmoedigen om tegen Goliath te vechten, maar hij kon hem niet tegenhouden. Uiteindelijk liet Saul zijn dienaar David zijn eigen koninklijke wapenrusting aantrekken en gaf hem zijn zwaard. Hij moest er tenslotte uitzien als een kleine soldaat die klaar was voor de oorlog.

Maar de wapenrusting was te groot en het zwaard veel te zwaar!

David deed een paar stappen, maar kwam al snel terug. Toen de koning hem zag terugkomen, dacht Saul dat David eindelijk had begrepen dat deze strijd niet voor hem was. 'Hij past dit niet' (1 Samuël 17:39).

David was een herder, geen soldaat zoals zijn broers of koning Saul. Hij was anders dan iedereen op het slagveld – hij had hun vaardigheden en ervaring niet. Zou hij opgeven? Nee!

In plaats daarvan accepteerde David wie hij was en koos hij ervoor om te vechten met wat hij gewend was.

We lezen in 1 Samuël 17:40: 'Toen nam hij zijn herdersstaf in de hand, koos vijf gladde stenen uit de beek, deed ze in zijn herderstas en met zijn slinger in de hand ging hij de Filistijn tegemoet.' David gebruikte zijn vaardigheden en middelen: zijn staf (zijn herdersstok), zijn slinger en de gladde stenen die hij uit de beek verzamelde. En met die eenvoudige middelen werd hij bekend als reuzendoder en nationale held.

David leert ons dat ieder mens uniek is. Anders zijn betekent niet dat je niet iets groots kunt doen. Soms voelen we druk om te denken, spreken, lopen, studeren of leven zoals anderen. Wanneer je anderen probeert te imiteren, raak je vaak verward en gefrustreerd.

Het is beter om je eigen talenten, gaven en mogelijkheden te kennen en dingen op jouw eigen manier te doen. Dan kun je veel meer bereiken.

Dus ... wat heb jij in jouw handen?

Een staf, een slinger en enkele stenen in Davids hand veranderden de geschiedenis en zijn leven. Wat heb jij in je handen? Welke vaardigheden, talenten en gaven heb jij ontvangen om Gods missie te volbrengen?

Er zijn vier manieren om je gaven en talenten te ontdekken:

1. *Bid tot God.* Elke goede gave komt van God. Hij is daarom de beste persoon om te laten zien en bevestigen wat jij hebt ontvangen.
2. *Praat met iemand die je vertrouwt.* Ouders, leraren en vrienden die jou goed kennen, zien jouw kwaliteiten en sterke punten. Luister naar wat zij zeggen.
3. *Probeer verschillende dingen.* Proberen en fouten maken hoort erbij. Ontdek wat je kunt en wat je leuk vindt. Soms faalt je of vind je iets niet leuk – dat is normaal en helpt je groeien. Bedenk dat een slechte prestatie kan worden verbeterd door veel oefening. David heeft waarschijnlijk jaren geoefend met de slinger.
4. *Doe een geestelijke-gavetest.* Sommige tests kunnen je helpen ontdekken waar je goed in bent. Wees eerlijk; er zijn geen foute antwoorden. Vraag je sabbatschoolleider of de begeleiders van Scouts & Pathfinders om je te helpen bij het vinden van zo'n test.

Hoe gebruik je wat in jouw hand is?

Een slinger en stenen helpen niet als je niet weet hoe je ze moet gebruiken. David wist hoe hij ze moest gebruiken. Zo is het ook met de gaven die God ons geeft: we moeten ze gebruiken zoals God ze bedoeld heeft.

Een bijzondere gave die mensen ontvangen is geld. Ellen White, Gods boodschapper voor onze tijd, schreef: '[God] heeft in de handen van zijn dienaren de middelen geplaatst om zijn werk voort te zetten in binnen- en buitenlandse zending' (*Review and Herald*, 23 december 1890). Hoe kunnen wij onze financiële middelen gebruiken om Gods missie te ondersteunen?

De apostel Paulus geeft advies: 'Wat betreft de inzameling voor Gods volk ... zet elke eerste dag van de week iets apart, naar draagkracht ...' (1 Korintiërs 16:1-2).

Hieruit leren we vijf principes:

1. *Plan vooruit* – zet geld apart.
2. *Geef regelmatig* – maak van geven een gewoonte.

3. *Iedereen kan geven* – groot of klein.
4. *Geef naar rato* – eerlijk en naar vermogen.
5. *Denk wereldwijd* – steun Gods werk wereldwijd.

Toen God Mozes riep, was hij bang. Maar God vroeg hem: 'Wat heb je in je hand?' Mozes antwoordde: 'Een staf' (Exodus 4:2). God gebruikte die eenvoudige staf om wonderen te doen, zoals het splijten van de Rode Zee. Als God een staf kon gebruiken, kan Hij zeker ook gebruiken wat jij in je handen hebt.

Jezus komt spoedig. En tegen degenen die hun gaven, talenten en middelen goed hebben gebruikt, zal Hij zeggen: 'Uitstekend, goede en trouwe dienaar! ... kom binnen in de vreugde van uw Heer' (Matteüs 25:23). Gebruik wijs wat in jouw handen is.

Verdieping

1. Welke gaven of talenten denk je dat God al 'in jouw handen' heeft gelegd?
2. Heb je ooit iets geprobeerd alleen omdat anderen het deden – en voelde het toen niet echt goed voor jou?
3. Waarom denk je dat het belangrijk is om te plannen hoe we ons geld geven voor Gods missie, ook als we niet veel hebben?

ACTIVITEITEN

Dag 1: Door God uitgekozen

Doel

Kinderen en tieners helpen te begrijpen dat God ieder van hen heeft uitgekozen voor iets bijzonders, en laten zien hoe God zijn keuze maakt.

Openingsactiviteit: De dozenuitdaging (10 minuten)

Benodigde materialen

- 6–8 middelgrote dozen of bakjes (sommige mooi ingepakt of aantrekkelijk versierd, andere eenvoudig en saai).
- Kleine 'schatten' of briefjes in de dozen (bijvoorbeeld: *'Jij bent uitgekozen!'*, *'God heeft een plan met jouw leven!'* of een klein cadeautje).
- Eén eenvoudige, onopvallende doos met de mooiste of meest waardevolle verrassing erin.
- Indexkaartjes.
- Pennen of stiften.

Instructies

- Laat de kinderen de verschillende dozen zien. Sommige zijn opvallend, glanzend of kleurrijk; andere zien er eenvoudig uit.
- Vraag: *'Welke doos denk je dat het mooiste cadeau bevat? Waarom?'*
- Laat de kinderen stemmen en open daarna de dozen één voor één.
- In de mooiste dozen zitten alleen kleine, gewone voorwerpen (bijvoorbeeld een paperclip of een kleurpotlood).
- In de eenvoudigste doos zit een bijzondere boodschap, zoals: *'God kijkt niet naar het uiterlijk, maar naar het hart. Jij bent door Hem uitgekozen!'*

Presentatie van de boodschap (20 minuten)

- Titel: *'Door God uitgekozen'*

Bijbeltekst om te leren (5 minuten)

- 'Mensen kijken naar het uiterlijk, maar de HEER kijkt naar het hart.' (1 Samuël 16:7)

Groepsgesprek (10 minuten)

- Waarom denk je dat God David koos in plaats van zijn oudere broers?
- Welke mooie eigenschappen heeft jouw hart?
- Hoe voel je je als je weet dat God jou heeft uitgekozen voor iets bijzonders?

Verwerkingsactiviteit: Hartkaartjes (10 minuten)

- Geef iedere deelnemer een indexkaartje of een hartvormig uitgeknipt karton.
- Vraag hen om één eigenschap van hun hart op te schrijven of te tekenen (bijvoorbeeld vriendelijkheid, liefde, creativiteit of behulpzaamheid) waarvan zij denken dat God die waardeert.
- **Optioneel:** Verzamel alle hartjes en hang ze op een prikbord of muur met het opschrift: 'Door God gekozen'

Gebod

Dank God in het gebed dat Hij ieder van ons heeft uitgekozen voor een bijzonder doel in zijn plan.

Dag 2: Wanneer uitdagingen te groot lijken

Doel

Kinderen en tieners helpen te begrijpen dat het leven vol uitdagingen is, maar dat wij met Gods hulp het goede kunnen blijven doen en uiteindelijk de overwinning kunnen behalen.

Openingsactiviteit: Hindernissen overwinnen (20 minuten)

Benodigdheden

- Een ruimte om een eenvoudig hindernisparcours op te zetten (binnen of buiten).
- Alledaagse voorwerpen (pionnen, stoelen, touwen, zwembadnoedels, kartonnen dozen, enzovoort).
- Indexkaartjes of papiertjes met daarop beschreven uitdagingen (zie hieronder).

Instructies

1. Zet het hindernisparcours op vóór het begin van het programma.
Het parcours kan de volgende lichamelijke uitdagingen bevatten:

- Onder een touw door kruipen.
- Over pionnen springen.
- Balanceren over een lijn.
- Om kartonnen dozen heen lopen.

Voeg daarnaast Uitdagingsposten toe, waar de deelnemers een vooraf klaargemaakt Uitdaging-kaartje kunnen oppakken. Op elk kaartje staat een situatie uit het dagelijks leven én een Bijbelse waarheid.

Uitdaging uit het dagelijks leven	Bijbelse waarheid
Iemand is gemeen tegen je.	God is met mij.
Je bent bang om op te komen voor wat juist is.	Met Gods hulp kan ik het juiste doen.
Je hebt het gevoel dat je wilt opgeven.	God geeft mij kracht.
Je bent moe, maar iemand heeft jouw hulp nodig.	Jezus gaf niet op – en ik ook niet!
Je bent ergens in mislukt.	God helpt mij om weer op te staan en opnieuw te proberen.

2. Laat de kinderen het hindernisparcours afleggen en onderweg de **Uitdaging-kaartjes** verzamelen.

Presentatie van de boodschap (20 minuten)

- Titel: *‘Wanneer uitdagingen te groot lijken’*

Bijbeltekst om te leren (5 minuten)

- ‘Ik vermag alle dingen door Christus, Die mij kracht geeft.’ (Filippenzen 4:13)

Groepsgesprek: (10 minuten)

- Wat voor dingen maken het soms moeilijk om goed te doen?
- Wat kan ons helpen door te gaan?
- Heb je weleens succes gehad nadat je Gods hulp hebt gezocht? Nodig iemand uit om iets met de anderen te delen.

Gebed

Bid tot slot.

Dag 3: Vermijd verkeerde strategieën

Doel

Kinderen en tieners helpen begrijpen dat niet alle handelingen en reacties geschikt zijn wanneer zij met uitdagingen en moeilijkheden worden geconfronteerd. Zij mogen leren vertrouwen op Gods wijsheid om op een verstandige manier te reageren.

Activiteit: De pot met prioriteiten (15 minuten)

Benodigde materialen

- Een grote, doorzichtige glazen pot of bak.
- Grote stenen met de woorden: *God, Gebed, Bijbel en Wijsheid*.
- Middelgrote kiezelstenen met de woorden: *School, Vrienden, Huishoudelijke taken en Activiteiten*.
- Zand (als symbool voor afleidingen en drukke bezigheden, zoals sociale media, games, enzovoort).

Instructies

- Laat de lege pot aan de deelnemers zien.
- Zeg: *‘Deze pot stelt jouw leven voor. Je hebt maar een beperkte hoeveelheid ruimte, net zoals je tijd, energie en aandacht beperkt zijn. Laten we de pot vullen en ontdekken wat het belangrijkste is.’*
- Begin met het zand.
 - Giet eerst het zand (de afleidingen) in de pot.
 - Voeg daarna de kiezelstenen toe (school, vrienden en dagelijkse taken).
 - Probeer vervolgens de grote stenen (God, gebed, Bijbel en wijsheid) erbij te doen. Je zult merken dat ze niet meer passen.
- Leg uit: *‘Wanneer we ons leven vullen met afleidingen en zelfs met goede dingen, maar God als laatste zetten, blijft er geen ruimte over voor wat werkelijk het belangrijkste is. Dan raken we overbelast en uitgeput.’*
- Maak de pot weer leeg en vul hem opnieuw
 - Plaats eerst de grote stenen in de pot.
 - Voeg daarna de kiezelstenen toe, zodat ze tussen de grote stenen vallen.
 - Giet ten slotte het zand erbij; dit vult de overgebleven ruimte op.
- Leg uit: *‘Maar wanneer we beginnen met God, gebed en zijn wijsheid, krijgt alles andere vanzelf zijn juiste plaats. We hoeven niet méér te doen; we moeten eerst doen wat het belangrijkste is.’*

Presentatie van de boodschap (20 minuten)

- Titel Vermijd verkeerde strategieën

Bijbeltekst om te leren (5 minuten)

- ‘Komt iemand van u wijsheid tekort? Laat hij die dan vragen aan God, Die aan ieder overvloedig geeft zonder verwijten te maken, en zij zal hem gegeven worden.’
(Jakobus 1:5)

Groepsgesprek (10 minuten)

- Wat zijn de ‘grote stenen’ in jouw dagelijks leven?
- Waarom proberen we vaak eerst méér te doen, in plaats van eerst te bidden?
- Heb je ooit gebeden voor een moeilijke situatie? Hoe heeft God je toen geholpen?

Gebed

Sluit de bijeenkomst af met gebed.

Dag 4: Stel jezelf beschikbaar

Doel

Kinderen en tieners helpen begrijpen dat één van de eerste stappen naar een overvloedig leven en een betekenisvolle bijdrage aan Gods missie is dat zij zich beschikbaar stellen voor Hem.

Presentatie van de boodschap (20 minuten)

Titel: *‘Stel jezelf beschikbaar’*

Bijbeltekst om te leren (5 minuten)

- ‘Daarna hoorde ik de stem van de HEER, Die zei: ‘Wie zal Ik zenden? Wie zal er voor Ons gaan?’ Toen zei ik: ‘Hier ben ik, zend mij.’ (Jesaja 6:8)

Activiteit: De uitdaging van open handen (20 minuten)

De deelnemers laten nadenken over drie belangrijke houdingen van een hart dat beschikbaar is voor God:

Doel van deze activiteit is om deelnemers te helpen reflecteren op drie essentiële houdingen van beschikbaarheid vanuit het hart: loslaten (opoffering); uitreiken (compassie); een stap vooruitzetten (nieuw begin).

Benodigde materialen

- Kleine indexkaartjes of plakbriefjes (minimaal drie per deelnemer).
- Pennen of stiften.
- Een grote open ruimte of drie hoeken van het lokaal, gemarkeerd met:
 LOSLATEN,  UITREIKEN,  EEN STAP VOORUIT
- Een groot kruis of een symbolische plaats in het midden van de ruimte.

Instructies

- Leg uit: *‘Beschikbaar zijn voor God betekent niet alleen met je mond ‘ja’ zeggen. Het betekent ook ‘ja’ zeggen met je hart, je gewoonten en je handen. God vraagt ons vaak om iets los te laten, liefde te tonen aan anderen en een stap te zetten naar iets nieuws of iets wat spannend is. Laten we daar samen over nadenken.’*
- Deel drie kaartjes uit aan iedere deelnemer. Vraag hen om na te denken en het volgende op te schrijven:
 - Kaart 1 – LOSLATEN: Schrijf één ding op dat je moeilijk zou vinden om op te geven als God dat van je zou vragen. (Bijvoorbeeld gemak of comfort, vrije tijd, populariteit, je eigen plannen)
 - Kaart 2 – UITREIKEN: Schrijf de naam op van één persoon of een groep mensen waarvan je denkt dat God je uitnodigt om voor hen te zorgen, hen lief te hebben of hen te dienen.
 - Kaart 3 – EEN STAP VOORUIT: Schrijf één ding op waarvan je denkt dat God je vraagt om het te proberen, ook al voelt het nieuw, onbekend of spannend. (Bijvoorbeeld een moeilijk gesprek voeren, een leidinggevende taak op je nemen, meedoen aan zendingswerk, meer tijd nemen voor gebed, iemand over Jezus vertellen)
- Richt drie plaatsen in de ruimte in:  LOSLATEN,  UITREIKEN,  EEN STAP VOORUIT
- Laat de deelnemers langs de drie plaatsen gaan. Bij iedere plaats:
 - leggen zij hun kaartje met de tekst naar beneden neer;
 - bidden zij in stilte: ‘Heer, help mij om U hierin te vertrouwen.’
 - Optioneel: Speel rustige aanbiddingsmuziek op de achtergrond om een sfeer van bezinning te creëren.

Groepsgesprek (10 minuten)

Bespreek samen de volgende vragen:

- Welke van de drie kaartjes vond je het moeilijkst om in te vullen? Waarom?
- Wat betekent het werkelijk om tegen God te zeggen: 'Hier ben ik, zend mij'?
- Welke kleine stap kun jij deze week zetten om je beschikbaar te stellen voor God en voor anderen?

Gebed

Sluit de bijeenkomst af met een gezamenlijk gebed waarin de deelnemers zichzelf opnieuw aan God toewijden en Hem vragen om hen bereid te maken om zijn wil te doen.

Dag 5: De Eigenaar kennen

Doel

Kinderen en tieners helpen begrijpen dat zij, om hun angsten te overwinnen en moedig te handelen, moeten erkennen dat God de Eigenaar is van hun leven en van alles wat zij bezitten. God zorgt immers voor wat Hem toebehoort.

Presentatie van de boodschap (20 minuten)

- Titel '*De Eigenaar kennen*'

Bijbeltekst om te leren (5 minuten)

- 'Want wie u aanraakt, raakt de appel van zijn oog aan.' (Zacharia 2:8)

Gespreksvragen (10 minuten)

- Wat gaf David zoveel vertrouwen terwijl iedereen om hem heen bang was?
- Hoe voel jij je als je weet dat jij de 'appel van Gods oog' bent?
- Kun je iets bedenken in jouw leven dat je beter voor God zou kunnen beheren?

Activiteit: Ontdek je geestelijke gaven – Deel 1 (20 minuten)

Benodigde materialen

- Een afdruk van de *Vragenlijst Geestelijke Gaven voor Kinderen* voor iedere deelnemer (zie volgende pagina)
- Een pen voor iedere deelnemer.

Instructies

- Deel aan iedere deelnemer een vragenlijst en een pen uit.
- Vraag iedereen zijn of haar naam op het formulier te schrijven.
- Leg het puntensysteem uit: Nooit = 1, Zelden = 2, Soms = 3, Vaak = 4, Altijd = 5.
- Lees de stellingen 1 t/m 30 hardop voor en leg moeilijke woorden uit waar nodig.
- Verzamel de vragenlijsten nadat iedereen stelling 30 heeft ingevuld.

Gebed

Sluit af met een gebed nadat de vragenlijsten zijn verzameld.

Vragenlijst Geestelijke Gaven voor Kinderen

Deze vragenlijst is ontwikkeld om kinderen in de basisschoolleeftijd te helpen hun geestelijke gaven te ontdekken, zoals beschreven in Romeinen 12:6-8.

Leider: Lees de onderstaande stellingen één voor één voor. Laat iedere deelnemer antwoorden met: Nooit (1), Zelden (2), Soms (3), Vaak (4), Altijd (5)

1. Ik zie duidelijk het verschil tussen goed en kwaad.
2. Ik werk graag met mijn handen en ben daar goed in.
3. Ik leer graag nieuwe dingen.
4. Ik praat graag en veel.
5. Ik word blij wanneer ik iets aan anderen kan geven.
6. Ik geniet ervan om iets tot een goed einde te brengen.
7. Ik word verdrietig of boos wanneer mensen onrecht wordt aangedaan.
8. Ik ben eerlijk en zeg wat ik denk.
9. Ik help graag andere mensen.
10. Ik vind het leuk om anderen iets te leren.
11. Ik ben meestal vrolijk en evenwichtig.
12. Ik doe alles met heel mijn hart.
13. Ik houd van uitdagingen en wil graag mijn best doen.
14. Ik zie liever het goede in mensen dan hun fouten.
15. Ik ben soms wat negatief.
16. Ik ben meestal verlegen en schaam me gemakkelijk.
17. Ik kan mijn gedachten gemakkelijk onder woorden brengen.
18. Ik moedig anderen graag aan door te zeggen: 'Goed gedaan!'
19. Ik heb veel fantasie.
20. Ik vind trouw in vriendschappen erg belangrijk.
21. Ik vind het fijn om liefde te tonen aan mensen die verdriet hebben.
22. Ik denk vaak dat ik gelijk heb.
23. Ik help anderen graag, zelfs voordat ik aan mezelf denk.
24. Ik houd ervan om feiten en kennis duidelijk uit te leggen.

25. Ik geef mensen graag moed wanneer zij ontmoedigd zijn.
26. Ik deel graag wat ik heb met anderen.
27. Ik neem graag verantwoordelijkheid.
28. Ik voel sterk mee met mensen die pijn of verdriet hebben.
29. Ik word boos wanneer mensen regels overtreden en daar zonder gevolgen mee weggkomen.
30. Ik houd mijn kamer graag netjes en opgeruimd.
31. Ik vertel graag een heel verhaal zodat anderen het goed begrijpen.
32. Ik zie waar mensen goed in zijn en vertel hun dat ook.
33. Ik spaar liever geld dan dat ik het uitgeef.
34. Ik kan mij goed uitdrukken en spreek graag voor een groep.
35. Ik houd van vrede en probeer ruzies te voorkomen.
36. Ik ben sterk van wil en kan koppig zijn.
37. Ik vind het moeilijk om 'nee' te zeggen wanneer iemand mijn hulp vraagt.
38. Ik ben erg zelfstandig.
39. Ik help mensen graag om oplossingen voor hun problemen te vinden.
40. Ik ben goed in het verdienen of beheren van geld.
41. Ik ben enthousiast en heb zelfvertrouwen.
42. Ik vind het moeilijk om voor mezelf op te komen.
43. Ik wil graag gehoorzaam zijn en voel me schuldig wanneer ik ongehoorzaam ben.
44. Ik vind het leuk om mooie projecten voor anderen te maken.
45. Ik denk soms dat ik meer weet dan veel van mijn vrienden.
46. Ik kan goed omgaan met mijn ouders, burens en vrienden.
47. Ik help meteen wanneer ik zie dat iemand hulp nodig heeft.
48. Ik vind het leuk om leiding te geven en dingen te organiseren in een groep.
49. Ik speel liever sporten waarbij samenwerken belangrijker is dan winnen.

De uitslag berekenen

Tel de onderstaande vragen bij elkaar op. De hoogste score kan aangeven welke geestelijke gave het beste bij de deelnemer past.

Profetie (Onderscheidingsvermogen). Kenmerken: opmerkzaam, onderscheidend, gevoelig voor goed en kwaad.

Tel op: $1 + 8 + 15 + 22 + 29 + 36 + 43$

Totaal: _____

Dienen Kenmerken: praktisch, behulpzaam, zorgvuldig.

Tel op: $2 + 9 + 16 + 23 + 30 + 37 + 44$

Totaal: _____

Onderwijzen Kenmerken: logisch, systematisch, houdt van kennis.

Tel op: $3 + 10 + 17 + 24 + 31 + 38 + 45$

Totaal: _____

Bemoedigen Kenmerken: opbouwend, positief, motiverend.

Tel op: $4 + 11 + 18 + 25 + 32 + 39 + 46$

Totaal: _____

Geven Kenmerken: vrijgevig, gastvrij, vindingrijk.

Tel op: $5 + 12 + 19 + 26 + 33 + 40 + 47$

Totaal: _____

Leiderschap Kenmerken: georganiseerd, verantwoordelijk, doelgericht.

Tel op: $6 + 13 + 20 + 27 + 34 + 41 + 48$

Totaal: _____

Barmhartigheid Kenmerken: meelevend, zorgzaam, liefdevol.

Tel op: $7 + 14 + 21 + 28 + 35 + 42 + 49$

Totaal: _____

Dag 6: Geloof niet altijd wat anderen over je zeggen

Doel

Kinderen en tieners helpen om niet te luisteren naar negatieve boodschappen over zichzelf en te begrijpen dat zij allemaal wonderbaarlijk door God zijn gemaakt en door Hem met gaven zijn toegerust.

Presentatie van de boodschap: (20 minuten)

- Titel: *'Geloof niet altijd wat anderen over je zeggen'*

Bijbeltekst om te leren: (5 minuten)

- 'Ik loof U, omdat ik ontzagwekkend wonderlijk gemaakt ben; wonderlijk zijn Uw werken, mijn ziel weet dat zeer goed.' (Psalm 139:14)

Discussievragen: (10 minuten)

- Is er ooit tegen jou gezegd dat je iets niet kon doen vanwege je leeftijd, je grootte of fouten die je in het verleden hebt gemaakt?
- Waarom geloofde David niet wat zijn broer, koning Saul of Goliath over hem zeiden?
- Waarom is het gevaarlijk om jezelf met anderen te vergelijken?

Activiteit 1: Ontdek jouw geestelijke gave – Deel 2 (20 minuten)

Instructies

- Deel de *'Vragenlijst Geestelijke Gaven voor Kinderen'* en pennen opnieuw uit.
- Lees de resterende stellingen van de vragenlijst (31–49) hardop voor en leg moeilijke woorden of begrippen uit waar dat nodig is.
- Herinner de deelnemers aan het puntensysteem: Nooit (1), Zelden (2), Soms (3), Vaak (4), Altijd (5)
- Wanneer iedereen de vragenlijst heeft ingevuld, help dan de deelnemers de punten per categorie van geestelijke gaven bij elkaar op te tellen. Bied hulp aan degenen die moeite hebben met deze berekening.
- Moedig de kinderen aan om hun resultaten te bespreken met hun ouders of met een vertrouwde leider van de gemeente.

Gebod:

Sluit af met een toewijdingsgebed en vraag God om de kinderen te helpen hun geestelijke gaven te gebruiken tot eer van Hem en voor zijn doel.

Dag 7: Bouw aan je spieren én aan je karakter

Doel

Kinderen en tieners helpen om sterker te worden door dagelijkse gewoonten en goede keuzes te ontwikkelen die hen voorbereiden op de belangrijke momenten in het leven.

Presentatie van de boodschap: (20 minuten)

- Titel: Bouw aan je spieren én aan je karakter

Bijbeltekst om te leren: (5 minuten)

- ‘En Jezus nam toe in wijsheid en grootte en in genade bij God en de mensen.’ (Lukas 2:52)

Activiteit 1: De dagelijkse-keuze-uitdaging (10 minuten)

Benodigde materialen

- Whiteboard of groot vel posterpapier
- Stiften
- Een werkblad ‘**Dagelijkse Gewoonten Tracker**’ (of een schrift/vel papier voor iedere deelnemer)

Instructies

1. Begin met het bedenken van een lijst van **belangrijke momenten** waarmee kinderen of tieners te maken kunnen krijgen. Schrijf de antwoorden op het bord of op het posterpapier.
Voorbeelden:
 - Eindexamens of belangrijke toetsen
 - Omgaan met groepsdruk
 - Geestelijke keuzes maken
 - Omgaan met uitdagingen op het gebied van mentale gezondheid
2. Vraag vervolgens de leerlingen om drie dagelijkse gewoonten te noemen die iemand kunnen helpen zich op zulke momenten voor te bereiden.
Voorbeelden:
 - **Belangrijk moment:** Er worden drugs aangeboden.
Dagelijkse gewoonte: Oefenen om ‘nee’ te zeggen en goede vrienden kiezen.

- **Belangrijk moment:** Zakken voor een toets.
Dagelijkse gewoonte: Elke dag leren, hulp vragen en je eigenwaarde niet alleen laten afhangen van je cijfers.

Activiteit 2: Persoonlijke Gewoonten Tracker (15 minuten)

1. Deel aan ieder kind drie wekelijkse werkbladen 'Dagelijkse Gewoonten Tracker' uit.
2. Leg de drie categorieën op het werkblad uit:
 - **Verstand** (bijvoorbeeld: lezen, een dagboek bijhouden, positieve gedachten ontwikkelen)
 - **Lichaam** (bijvoorbeeld: voldoende slapen, bewegen, gezond eten)
 - **Geest** (bijvoorbeeld: bidden, Bijbellezen, vriendelijkheid tonen)
3. Leg uit hoe de Dagelijkse Gewoonten Tracker gebruikt wordt (zie de instructies hieronder).
4. Vraag de leerlingen om voor iedere categorie **drie dagelijkse gewoonten** te kiezen en op te schrijven. Als de tijd beperkt is, laat hen dan ten minste één gewoonte per categorie noteren en de rest thuis afmaken.
5. Moedig de deelnemers aan om de **Dagelijkse Gewoonten Tracker** ook na deze activiteit te blijven gebruiken.

Dagelijkse Gewoonten Tracker | Week van: _____ tot: _____

Verstand

Gewoonte 1	Gewoonte 2	Gewoonte 3
D1 D2 D3 D4 D5 D6 D7	D1 D2 D3 D4 D5 D6 D7	D1 D2 D3 D4 D5 D6 D7

Lichaam

Gewoonte 1	Gewoonte 2	Gewoonte 3
D1 D2 D3 D4 D5 D6 D7	D1 D2 D3 D4 D5 D6 D7	D1 D2 D3 D4 D5 D6 D7

Geest

Gewoonte 1	Gewoonte 2	Gewoonte 3
D1 D2 D3 D4 D5 D6 D7	D1 D2 D3 D4 D5 D6 D7	D1 D2 D3 D4 D5 D6 D7

Instructies voor de Tracker

1. Schrijf de begindatum en einddatum van de week die je wilt bijhouden op.
2. Zet iedere dag een vinkje of kleur het vakje in bij elke gewoonte die je hebt uitgevoerd.
 - Gebruik **één kleur** wanneer je de gewoonte hebt uitgevoerd.
 - Gebruik **een andere kleur** wanneer je de gewoonte niet hebt uitgevoerd.

Aan het einde van de week

- Denk na over de vooruitgang die je hebt gemaakt.
- Dank God voor de dingen die goed zijn gegaan.
- Bid om kracht om ook de volgende week verder te groeien.

Gebed

Sluit af met een gezamenlijk gebed.

Dag 8: Gebruik wat God in jouw handen heeft gelegd

Doel

Kinderen en tieners helpen hun eigenheid te waarderen en te begrijpen dat een succesvol en betekenisvol leven in Gods missie voortkomt uit het verstandig gebruiken van de gaven, talenten en middelen die God hun heeft toevertrouwd.

Presentatie van de boodschap: (20 minuten)

Titel: *'Gebruik wat God in jouw handen heeft gelegd'*

Bijbeltekst om te leren: (5 minuten)

'Laat ieder van u de genadegave die hij ontvangen heeft, gebruiken om de anderen daarmee te dienen, als goede beheerders van de veelsoortige genade van God.'

(1 Petrus 4:10)

Groepsgesprek (10 minuten)

1. Waarom denk je dat David ervoor koos om een slinger en stenen te gebruiken in plaats van de wapenrusting en het zwaard van koning Saul?
2. Welke gaven of talenten denk je dat God al 'in jouw handen' heeft gelegd?
3. Heb je ooit iets gedaan alleen omdat anderen het deden, terwijl je voelde dat het eigenlijk niet bij jou paste?
4. Waarom is het belangrijk om bewust te plannen hoe we ons geld of onze andere middelen inzetten voor Gods werk, ook als we zelf niet veel hebben?

Activiteit: De 'Ik Beloof'-kaart (10 minuten)

Benodigde materialen

- Een afgedrukt exemplaar van de **'Ik Beloof'**-kaart (kinderuitgave) voor iedere deelnemer. Druk de kaarten bij voorkeur af op stevig papier of karton, zodat ze langer meegaan.
- Eén pen per deelnemer.

Instructies

- Deel aan ieder kind of iedere tiener een **'Ik Beloof'**-kaart en een pen uit.
- Lees elk onderdeel van de kaart hardop voor en leg de betekenis uit waar dat nodig is.

- Nodig de deelnemers uit om na te denken over iedere belofte en zelf te besluiten of zij deze willen maken.
- Moedig iedere deelnemer aan om de 'Ik Beloof'-kaart op een veilige en goed zichtbare plaats te bewaren, bijvoorbeeld in de Bijbel, op een spiegel of op het bureau, zodat de kaart hen steeds aan hun beloften herinnert.

Gebod

Wanneer iedereen de kaart heeft ingevuld, sluiten we af met een toewijdingsgebed waarin de gemaakte beloften aan God worden opgedragen.

GOD FIRST

IK BELOOF:

	BRENG TIJD DOOR met Jezus zodra ik elke ochtend wakker word.	<input style="width: 40px; height: 40px; border: 1px solid black;" type="checkbox"/>
	Vraag Jezus om mij te helpen te VERGEVEN en LIEF TE HEBBEN , juist als het moeilijk is	<input style="width: 40px; height: 40px; border: 1px solid black;" type="checkbox"/>
	Kies voor GEZONDE GEWOONTES zodat ik Gods stem beter kan horen	<input style="width: 40px; height: 40px; border: 1px solid black;" type="checkbox"/>
	VERTEL al mijn vrienden en familie over Jezus	<input style="width: 40px; height: 40px; border: 1px solid black;" type="checkbox"/>
	Maak van de SABBAT iets extra bijzonders door me goed voor te bereiden	<input style="width: 40px; height: 40px; border: 1px solid black;" type="checkbox"/>
	GEEF God getrouw Zijn TIENDE dus 10% van het inkomen dat Hij als eerste aan mij schenkt	<input style="width: 40px; height: 40px; border: 1px solid black;" type="checkbox"/>
	BELOOF een percentage (____%) van mijn inkomen als vaste gave	<input style="width: 40px; height: 40px; border: 1px solid black;" type="checkbox"/>

Met Gods hulp: _____ Datum: _____


STEWARDSHIP MINISTRIES