

Goed Nieuwsbrief



Nr. 81

oktober 2019

De Goed Nieuwsbrief is een uitgave van Roelof Tichelaar en heeft als doelstelling:

- de verspreiding van christelijke spiritualiteit*
- het informeren over geestelijke hulpverlening en weerbaarheid*
- het aankondigen van nieuwe ontwikkelingen, lezingen en boeken*

Voor meer informatie op internet: www.roeloftichelaar.nl en www.weerbaarheidstrainer.nl

Heeft u de Goed Nieuwsbrief van iemand anders doorgestuurd gekregen en wilt u deze in de toekomst ook zelf ontvangen, of stelt u de ontvangst niet langer op prijs, stuurt u dan een e-mail naar: info@roeloftichelaar.nl.

U kunt ook schrijven naar: Roelof Tichelaar, Schutstraat 112, 7901 EH Hoogeveen.

Bellen mag natuurlijk ook: (0528) 320701.

Het overnemen van de inhoud mag, maar dan graag met bronvermelding.

Kent u mensen die mogelijk geïnteresseerd zijn in deze Goed Nieuwsbrief, stuurt u hem gerust door!

De Goed Nieuwsbrief is en blijft natuurlijk gratis. Een **vrijwillige donatie** is echter van harte welkom.

Dat kan op bankrekeningnummer (IBAN:) **NL28INGB0749790989** (BIC: INGBNL2A) t.n.v. R. Tichelaar te Hoogeveen, onder vermelding van 'gift'.

Inhoud:

Beste mensen	2
Witgepleisterde graven	2
Inspiratie	5
Gebed	5
Boekbespreking	6

Beste mensen,

Deze keer wil ik het hebben over de Bijbeltekst waarin Jezus zijn tegenstanders uitscheldt voor 'witgepleisterde graven'. (Matteüs 23: 27-33)

Jezus stelt daarmee de schijnheiligheid van deze mensen kritisch aan de orde, maar zegt eigenlijk zoveel meer. Meer hierover in het hoofdartikel van deze editie.

Verder ook deze keer weer een geïnspireerde tekst, een gebed en een aansluitende boekbespreking.

Ik wens u veel leesplezier en inspiratie toe.

Een hartelijke groet,

Roelof Tichelaar



Witgepleisterde graven

In het evangelie van Matteüs lezen we over Jezus die de discipelen en de menigte op confronterende wijze toespreekt. 'Wee jullie, schriftgeleerden en Farizeeën, huichelaars, jullie lijken op witgepleisterde graven, die er vanbuiten wel fraai uitzien, maar vol liggen met doodsbeenderen en andere onreinheden.' (Matteüs 23: 27-33)

Het leven van Jezus is vol van liefde, vergeving en mededogen. Dat dit een onvolledig beeld is, blijkt onder andere uit de harde confrontaties die Hij heeft met de schriftgeleerden en Farizeeën. Zijn confronterende woorden beginnen steevast met 'Wee jullie...' en zijn met kracht geladen.

Onze liefde zou bewust moeten zijn, met kracht geladen. Krachteloze liefde ondermijnt ons op den duur. We worden grenzeloos, gaan confrontaties uit de weg en willen alleen maar aardig gevonden worden. Jezus is duidelijk en draait niet om de hete brei heen. Hij benoemt

de dingen precies zoals ze zijn en juist dat maakt Zijn liefde zo krachtig. Want dat is echte liefde.

Deze bewuste liefdes kracht is waardevol en stelt ons in staat gezonde grenzen te stellen en onze eigen koers te bepalen, zonder dat we ons door valse motieven of invloeden van anderen laten leiden. We hoeven niet zo nodig aardig gevonden te worden; belangrijker is het om écht, authentiek te zijn.

Hoewel de stevige woorden van Jezus in eerste instantie tegen de schriftgeleerden en Farizeeën gericht zijn omdat zij zich beter voordoen dan ze eigenlijk zijn, hebben ze ook ons iets te zeggen.

Jezus moedigt ons aan voorbij de buitenkant te kijken, om te zien wat er in het hart leeft. Niet alleen bij anderen, maar ook bij onszelf.

Zo vaak is er een verschil tussen binnen- en buitenkant. Talloze kinderen groeien op in een sfeer waar dit speelt. Pa en ma doen in het bijzijn van de kinderen aardig tegen elkaar en doen net alsof er niets aan de hand is. Maar in de kern is er van alles mis. En kinderen voelen dat. Ze gaan twijfelen aan hun gevoel en aan zichzelf. Ze raken gespleten vanbinnen, omdat de 'binnenkantwerkelijkheid' haaks staat op de 'buitenkantwerkelijkheid'.

Ook de onverwerkte emoties en pijn die we in ons mee kunnen dragen, kunnen zo verdrongen zijn dat we die niet erkennen. Ook dan staat de buitenkant haaks op de binnenkant. We doen ons misschien sterker of vrolijker voor dan we ons eigenlijk voelen. Ontkende pijn en emoties vormen een veld van energie dat ons vanuit het onbewuste negatief kunnen beïnvloeden.

Jezus kijkt voorbij de buitenkant. Hij kijkt naar ons hart en nodigt ons uit hetzelfde te doen: eerlijk naar onszelf kijken, oog hebben voor alle kanten die we in ons meedragen. Als we dit doen, krijgen we niet alleen maar mooie dingen te zien, maar ook eigenschappen die niet voldoen aan Gods heilige wetten. Want wie kan van zichzelf zeggen dat hij volkomen zuiver is?

Toen een journaliste moeder Theresa vroeg waarom ze haar hele leven wijdde aan de arme straatkinderen van Calcutta, was haar antwoord: 'Omdat ik besepte dat ik een Hitler in me had.' Deze op het eerste oog zo paradoxale uitspraak confronteert ons heel direct met de menselijke werkelijkheid en getuigt van grote zelfkennis.

Zolang ik nog denk dat ik alleen maar een goed mens ben, zie ik mijn onvolmaaktheid niet eerlijk onder ogen en leef ik voor een groot deel vanuit het onbewuste. Het tot bewustzijn ontwakken betekent dat we ook oog krijgen voor de onvolmaakte kanten die we allemaal in ons meedragen. Dan zullen we ook niet meer zo snel oordelen over anderen. En dat is nou precies wat de schriftgeleerden en Farizeeën deden.

Jezus heeft op zich niet zoveel moeite met onze donkere kanten, als we maar bereid zijn er eerlijk naar te kijken. Deze eerlijkheid opent ons voor de heilige Geest die óók in ons hart wil zijn. Deze Geest is de genadezon die alle schaduwen doet oplossen. Hij werpt een licht op al die donkere zijden in ons. Enerzijds maakt Hij ons bewust van onze donkere kanten.

Anderzijds verlicht Hij die met Zijn vergevende liefde en ontvangen wij verlossing.

Die liefde staat bij Jezus centraal: de liefde voor God, onze naasten en onszelf.

Alles zal worden opgenomen in het licht van de goddelijke liefde. Maar dit is alleen mogelijk als we bereid zijn eerlijk naar onszelf te kijken.

Inspiratie

Liefdevolle aandacht voor jezelf betekent ook dat je oog hebt voor de pijn die jij in je meedraagt.

Pijn, opgelopen door het leven, innerlijke verwondingen die je misschien zijn aangedaan door andere mensen.

Ik vraag je met liefdevolle aandacht naar die pijn te kijken. Waar in je lichaam voel je die emotie?

Waar precies zit die pijnenergie?

Want je mag dit zien als een wolk van energie die je innerlijk in je meedraagt.

Deze wolk wacht op erkenning, dat je er eerlijk naar kijkt en je met je gevoel er bij blijft.

Druk het niet weg, maar laat het er zijn. Zoek geen afleiding, maar ga er juist naar toe met je aandacht.

En laat dan de liefde stromen naar die plek die zoveel pijn doet. Dan zal de liefde de pijn uiteindelijk doen oplossen. Soms neemt dit langere tijd in beslag en moet je hier herhaaldelijk aandacht aan besteden.

Heb vertrouwen, want alle wonden zullen helen.

Het kan ook zijn dat je een onbestemd, leeg of duister gevoel in je meedraagt.

Ook dat is een vorm van pijn, van lijden. En daar geldt hetzelfde voor als wat Ik zojuist gezegd heb.

Je blijft niet in de pijn hangen, maar geeft je liefdevolle aandacht en daardoor zal Mijn Geest van liefde de pijn van binnenuit oplossen en je vrede geven.

Eenzijdige aandacht is echter niet goed.

Heb ook aandacht voor de andere dingen in het leven, zodat je niet alleen gefocust blijft op de pijn.

Door ook oog te hebben voor de andere facetten van het leven, zal de pijn relatief gezien kleiner worden.

(uit: Roelof Tichelaar, 'De Geest spreekt tot de ziel', uitgegeven door Roelof Tichelaar, Hoogeveen (2019))

Gebed

Lieve God,

*Laat Uw licht helder in mij schijnen,
zodat ik mijzelf kan zien zoals ik ben,
met al mijn lichte én donkere kanten
die ik in mij meedraag.*

Tegenover U hoef ik niets te verbergen.

Uw liefde is in mij en U aanvaardt mij zoals ik ben.

*Help mij ook op die liefdevolle wijze
mijn naasten te aanvaarden*

*en geef mij de kracht om mijn ware zelf te tonen
aan de wereld waarin ik leef.*

Ik wil open en eerlijk zijn

en de wereld geen vals beeld van mijzelf voorhouden.

Ik wil authentiek zijn, een instrument van Uw licht.

Amen.

Boekbespreking: 'De Geest spreekt tot de ziel'



De Geest spreekt tot de ziel.
God heeft je ooit geschapen als
deel van Hem, want niets bestaat
buiten Hem.

Je bent dus niet alleen één met
Hem, maar Hij is ook een deel
van jou.

Zijn Geest is het innerlijk kompas
dat ook jij in je meedraagt.

De Geest drukt zich op unieke
wijze in jou uit, mét of zónder
woorden.

Door stil te zijn en te vertrouwen
op deze bron van goddelijke
liefde, zul je kracht, troost,
wijsheid en liefde ontvangen.
Vanuit deze bron word je
aangemoedigd een licht op aarde
te zijn en Gods liefde te laten
stromen.

De woorden in dit boek zijn in
stilte ontvangen.

God sprak tot de ziel... en wil
ook graag tot jou spreken.

Boekgegevens:

ISBN: 978-90-829306-3-4

124 bladzijden, paperback

Uitgever: Roelof Tichelaar, Hoogeveen

Prijs: € 12,- plus verzendkosten (€ 3,75 binnen Nederland)

U kunt dit boek rechtstreeks bestellen:

Per e-mail: info@roeloftichelaar.nl

Per post: Schutstraat 112, 7901 EH, Hoogeveen

Let op! Vergeet niet uw adres te vermelden. Gelieve pas na ontvangst te betalen op het rekeningnummer dat op de nota staat. (Dit is een ander rekeningnummer dan dat van deze Goed Nieuwsbrief.)