



Bemoedigingsboek
voor moeders

Schenk aandacht aan alles wat
waar is, alles wat **edel is, alles wat
rechtvaardig is, alles wat zuiver
is, alles wat lieflijk is, alles wat
eervol is**, kortom, aan alles wat
deugdzaam is en **lof verdient**.
(Filippenzen 4 vers 8).

Colofon

Onvoorwaardelijk
Bemoedigingsboek voor moeders
Sestra mama

ISBN: 9789464251616
NUR 707

De bijbelteksten in deze uitgave zijn,
tenzij anders vermeld, ontleend
aan de Nieuwe Bijbelvertaling
© Nederlands-Vlaams Bijbelgenootschap 2004.

© 2025 Sestra
Onderdeel van Jongbloed
Christelijke Media – Leeuwarden
Alle rechten voorbehouden.

Vormgeving omslag en binnenwerk:
TinekeWerkt

Fotografie (blz. 15, 27, 29, 51, 63, 75, 87, 99)
Elisabeth Ismail

Overdenkingen door Esther van Lunteren
en Hannah Zandbergen

www.jongbloedmedia.nl

Lieve mama,

Vanaf het moment dat ik ze voor het eerst zag, was het daar: die onvoorwaardelijke liefde voor mijn kinderen. Het was een liefde die anders was en dieper ging dan ik ooit daarvoor had gekend. Je zult het vast herkennen, dat gevoel dat je kind zo duidelijk bij jou hoort en dat je het wel voor altijd vast zou willen houden.

Onvoorwaardelijke liefde begint met een gevoel, maar is meer dan dat. Het komt tot uiting in duizend kleine daden van toewijding: 's nachts wakker zijn met een huilend kindje, je peuter zindelijk maken, het klaslokaal schoonmaken, langs de lijn staan, gezonde maaltijden maken, je kind halen en brengen en je – veel te vaak – zorgen maken.

Het mooie is: zoals wij onvoorwaardelijk van onze kinderen houden, zo houdt God onvoorwaardelijk van ons. Het moederschap is een afspiegeling van wie God is. Onze Vader in de hemel wil ons graag zo dicht mogelijk bij zich houden. Hij beschermt ons, troost ons en moedigt ons aan. En wanneer we onze vreugde kwijtraken en uit onze slof schieten, houdt Hij nog steeds van ons. Onvoorwaardelijk.

In Filippenzen 4:8 zegt Paulus dat we aandacht mogen schenken aan 'alles wat waar is, alles wat edel is, alles wat →



rechtvaardig is, alles wat zuiver is, alles wat lieflijk is, alles wat eervol is, kortom, aan alles wat deugdzaam is en lof verdient'. Deze acht begrippen vatten heel mooi samen wat belangrijk is in het leven. Het zijn de woorden waar jij je als moeder (bewust of onbewust) door laat leiden. Om die reden vormen ze het uitgangspunt van dit boek. Wat jij doet, doet ertoe. Met dit boek willen we je graag een hart onder de riem steken. Want je doet het al zo goed, lieve mama. Twijfel daar alsjeblieft niet aan. En wanneer je dat toch doet, pak dit boek er dan bij en lees een bemoedigende overdenking of inspirerend citaat. Laat je vullen met Gods liefde, zodat je overstroomt en uit kunt delen naar je gezin. Zijn vrede toegewenst!

Esther van Lunteren

hoofdredacteur Sestra mama

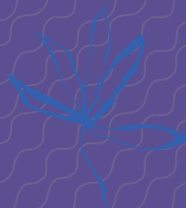
Hannah Zandbergen

eindredacteur Sestra mama



Inhoudsopgave

Alles wat waar is	9
Alles wat edel is	21
Alles wat rechtvaardig is	33
Alles wat zuiver is	45
Alles wat beminneijk is	57
Alles wat eervol is	69
Alles wat deugzaam is	81
Jij verdient lof!	93



*Alles wat
waar is*

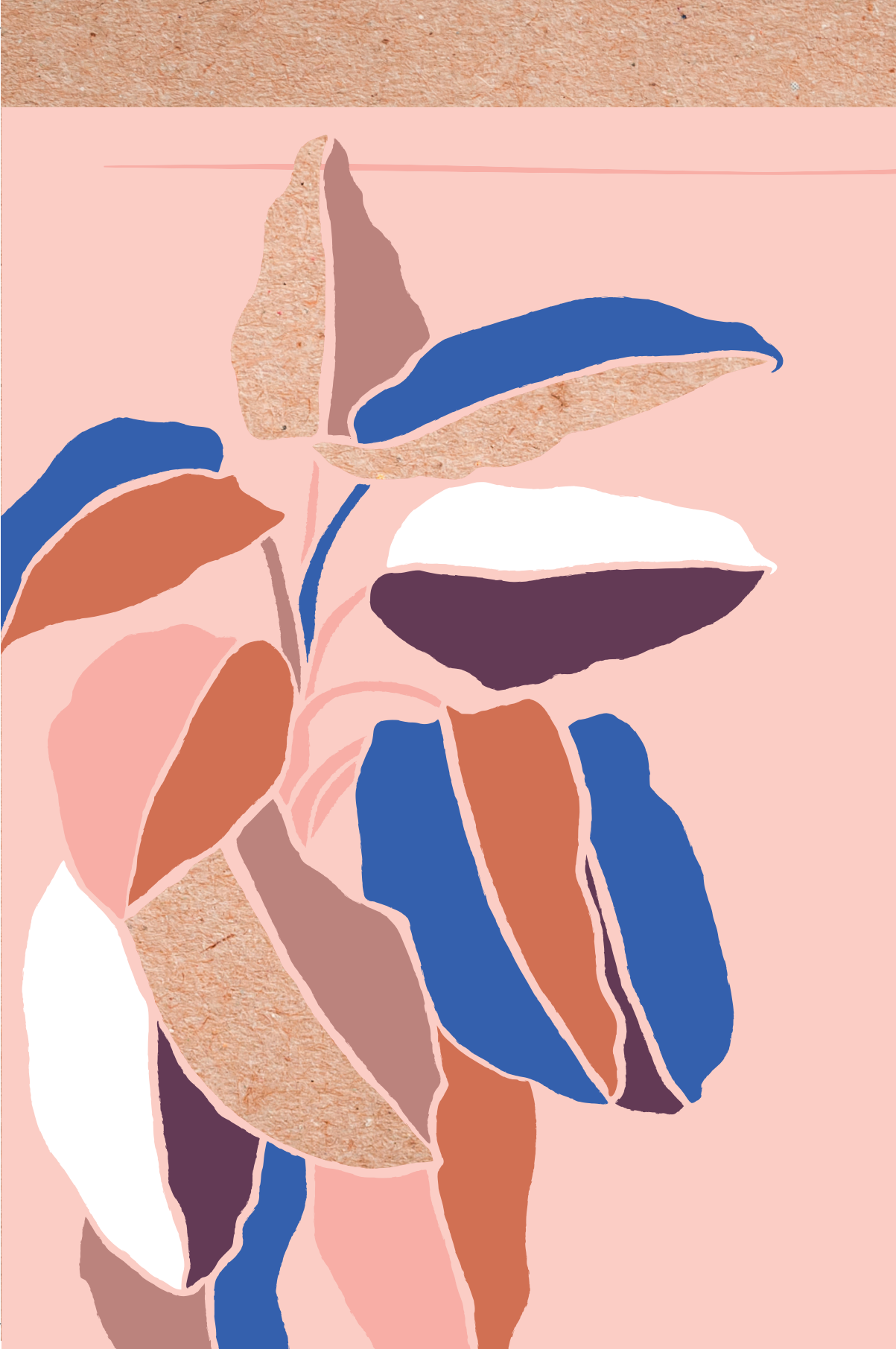
Alles wat waar is

hoe ik ook
m'n **best** doe
er is
altijd
tekort

hoe ik ook
tekort *schiet*
er is
altijd
genade

UIT: DICHTBUNDEL ONDERWEG





overdenking

Mam, jij zegt ook altijd dat [vul de uitspraken van je kinderen maar in].’ Als het gaat om de waarheid over jouw moederschap, zijn je kinderen geen beste graadmeter. Of je het goed doet, hangt vooral af van het aantal uren schermtijd waarover jij vandaag je goedkeuring hebt uitgesproken, en of je zojuist ‘ja’ hebt gezegd op de vraag of ze een snoepje mochten pakken. Toch geven we hun mening over hoe wij moeder zijn, vaak (onbewust) een grote plaats. De innerlijke criticus zegt: ‘Als je kind dit vindt, dan zal het ook zo zijn.’

Bij God werkt waarheid anders. Hij ziet jouw moederhart en alles wat daarin leeft. Je verlangens. Je spijt. Je vreugde. Je verdriet. Je hoop. Je gebeden. Je grenzen. Je grenzeloze liefde. Hij ziet het. Vanuit het perspectief van Golgoltha. Jezus is de waarheid, en vanuit Zijn perspectief krijgt de waarheid over ons moederschap vorm. Lees je Bijbel, bid elke dag, zingt een overbekend kinderlied. Een waarheid als een koe. Want dichtbij God leren we niet alleen Zijn liefde voor ons (én onze kinderen) kennen, maar ontdekken we ook hoe we naar onszelf en ons moederschap mogen kijken. Wat zie jij vanuit dát perspectief?

g e b e d

Heer Jezus, U bent de weg, de waarheid en het leven. Via U komen we bij het hart van de Vader. Daar waar de waarheid over ons leven overduidelijk klopt. **U gaf uw eigen en enige kind om ons liefde en leven in overvloed te geven.** Laat dat de bron van ons moederschap zijn. In elke situatie die ons pad kruist. **Maak in ons een verlangen wakker** om vaak en veel in uw aanwezigheid te zijn. Zodat uw waarheid in ons hoofd en hart gegrift wordt. Zichtbaar wordt in ons denken, ons spreken, ons handelen. En onze kinderen uw waarheid omarmen. **In Jezus naam.**