

# Inhoud

VOORWOORD 9

INLEIDING 13

## FASE 1 *Leer je auto kennen*

- 1 Zorg voor een auto die kan rijden 24
- 2 Leer het geluid van je motor kennen 31
- 3 Tank de juiste brandstof 38
- 4 Weet welk type motor jij hebt 45
- 5 Ken je eigen handleiding 52

## FASE 2 *Plan je reis*

- 6 Onderzoek mogelijke bestemmingen 62
- 7 Luister naar je passie 69
- 8 Houd rekening met je accu 76
- 9 Kies het doel van je reis 83
- 10 Stippel jouw favoriete route uit 90

## FASE 3 *Gooi die handrem eraf!*

- 11 Handrem 1: Ik durf niet 100
- 12 Handrem 2: Wie ben ik om dit te doen? 107
- 13 Handrem 3: Wat zullen anderen van mij denken? 114
- 14 Handrem 4: Een ander kan het beter 121
- 15 Handrem 5: Ik heb geen tijd, geen geld, geen energie 128

## FASE 4 *Maak je auto rijklaar*

- 16 Zorg voor voldoende brandstof 138
- 17 Organiseer je auto 145
- 18 Zorg voor een goede relatie met andere weggebruikers 152
- 19 Zorg voor een goed onderhoudsplan 159
- 20 Denk aan je apk 167

## FASE 5 *Ga doelgericht op reis*

- 8 21 Neem de juiste route 178
- 22 Luister naar je TomTom 185
- 23 Gas erop, ook als de weg omhoog gaat 192
- 24 Check je route; zit je nog goed? 199
- 25 Zet je lievelingsmuziek op en ga! 206

## TEN SLOTTE 213

## *Gespreksvragen voor bijbelstudieavonden*

- Gespreksavond 1 219
- Gespreksavond 2 222
- Gespreksavond 3 225
- Gespreksavond 4 228
- Gespreksavond 5 231

## OVER DE AUTEURS 234

## NAWOORD 236

# Voorwoord

9

Er is maar één reden waarom vrouwen nog niet bloeien. Ze weten simpelweg de stappen niet om te komen tot dat krachtige leven waarin ze de dingen doen die 100 procent bij hen passen, tot eer van hun Schepper. Ze kiezen er daarom voor om 'te blijven zitten waar ze zitten', zich te verschuilen achter allerlei excuses of om (soms onbewust) te vervallen in een slachtofferrol en niet te geloven dat succes en een vreugdevol leven ook voor hen is weggelegd. Soms zelfs onder het mom van allerlei zogenaamd 'bijbelse' overtuigingen als 'het gaat immers niet om mij', of 'ik moet dankbaar zijn voor wat ik wél heb'. Maar diep van binnen voelen ze frustratie. Frustratie omdat er niet uitkomt wat God erin heeft gelegd.

We hebben geen idee waarom jij dit boek leest. Misschien ben je al jaren op zoek naar jouw roeping en vraag je je af wat Gods wil is voor jouw leven. Misschien denk je voortdurend 'is dit het nou?', of verlang je naar bloei. Misschien herken je bij jezelf die frustratie die we zojuist noemden. Waarom komt er maar niet uit wat erin zit? Je doet misschien ontzettend je best en probeert van alles, maar je lijkt maar niet verder te komen. Gék word je ervan. Carianne noemt dat 'heilige frustratie', een frustratie die God in je hart legt om je aan te zetten tot het maken van (andere) keuzes. Keuzes in de richting van die plek waar God jou hebben wil, omdat Hij jou liefheeft en veel mooie dingen in je ziet.

Hoe het ook zij, ik weet dat de stappen in dit boek voor iedereen zullen werken. Niet omdat Carianne en ik ze hebben bedacht en ervaren, maar omdat ze zijn gebaseerd op bijbelse principes.

Het zijn handvatten die God zelf heeft gegeven om je roeping te gaan leven. We zien het keer op keer terug bij alle vrouwen die we trainen. De stappen zijn universeel, door God gegeven. De stappen die je kunt zetten om te komen tot het leven van je roeping en een leven vanuit kracht, zijn gebaseerd op de overtuiging dat je *invloed* hebt op je leven. Dat je regie hebt over de *keuzes* die je maakt.

En nu hoor ik je denken: in hoeverre is het leven ‘maakbaar’?

10

Dit hele boek is een oproep tot het maken van keuzes en het nemen van je verantwoordelijkheid voor datgene wat binnen je invloedssferen ligt. Voor een deel is het leven zeker maakbaar. Niet op het gebied van omstandigheden, maar wel op het gebied van de *keuzevrijheid* die we van God hebben gekregen. Die keuzevrijheid geeft ons mensen invloed op ons eigen leven en op de ontwikkeling van onszelf. Dat deel van het leven is maakbaar en vraagt van ons rentmeesterschap. God wil geen marionetten, God wil levende wezens die met hart en ziel en verstand voor Hem kiezen. En Hij roept ons op om te creëren.

Dit boek gaat ook over ‘succesvol leven’. We merken dat dit in christelijk Nederland een beladen term is. Maar waarom precies? Succesvol zijn is niet meer (en niet minder!) dan het behalen van je doelen. Als christenen mogen wij immers geloven dat wij hier zijn met een doel: God liefhebben boven alles en onze naaste als onszelf. Dit mogen we op onze unieke manier invullen, aan de hand van ons unieke palet van kwaliteiten dat we van God hebben ontvangen (talenten, gaven, persoonlijkheid, ervaringen, etc.). Daar mogen we vervolgens persoonlijke doelen aan koppelen, om te voorkomen dat we onze focus verliezen en ons alsnog laten leiden door omstandigheden, in plaats van door de roeping die God ons geeft.

Hierbij is het overigens wel belangrijk om te beseffen dat niet het behalen van ons uiteindelijke persoonlijke doel ‘het doel op zich’ is, maar de *weg* erheen – de *richting* die het geeft. Wij mogen iedere dag onze persoonlijke doelgroep en de mensen

in onze directe omgeving doelgericht liefhebben en een stapje verder helpen, of we nu leerkracht, bankdirecteur of hulpverlener zijn, of thuis voor de kinderen zorgen. Jij dus ook. Dat doe je door je grote persoonlijke doel te verdelen in kleine subdoelen. En als je die doelen behaalt, heb je succes. Daar is niets mis mee; dat is juist de bedoeling! Het is overigens wetenschappelijk bewezen dat succeservaringen helpen om je zelfvertrouwen op te bouwen en je te stimuleren om verder te ontwikkelen. Dat is een proces dat God in de schepping heeft gelegd; hoe mooi en bemoedigend! Op naar succes!

11

Op deze manier heb je grip, in plaats van lijdelijk rondjes te dobberen en jezelf mee te laten stromen op de omstandigheden van het leven. Voor omstandigheden kun je inderdaad niet kiezen, maar iedereen heeft wel degelijk een keuze als het gaat om hoe je erop reageert, hoe je ermee omgaat. Je kunt jezelf erdoor laten leiden óf *proactief* in het leven staan.

Dit boek gaat dus ook over 'succesvol' zijn. Hierbij zul je ontdekken hoe jouw persoonlijke succes (het behalen van je persoonlijke doelen) zich verhoudt tot Gods grote doel of zijn roeping met ons. En we kunnen je beloven: het is een ontdekkingsreis waar helemaal niets móet, maar waarin je vanuit vrijheid en ontspanning datgene eruit mag laten komen wat God in jou heeft gelegd. God heeft je alle tools al gegeven en nu ben jij aan zet!

Het leven van je roeping en een leven vanuit kracht is niet iets wat je in één keer bereikt. Het is het steeds opnieuw aangaan van alle uitdagingen in je leven en het durven leren van je ervaringen, met vallen en opstaan, vanuit de veilige bubbel van Gods liefde voor jou. Vanuit zijn back-up.

Vanwege onze interesse in dit onderwerp en omdat we willen weten hoe we ons leven effectief kunnen aanpakken, hebben we naast de Bijbel veel boeken gelezen over het volgen van je roeping en 'succesvol leven'. Wat ons verraste was dat bevindingen over succesvol leven vol zitten met bijbelse principes.

Dit boek brengt aan de hand van een leuke metafoor de stappen samen die leiden tot een succesvol leven: een leven waarin het je lukt om je doelen te behalen, vanuit de kracht van Gods liefde voor jou. Alle verschillende onderwerpen op het gebied van persoonlijke ontwikkeling komen samen in het proces dat we beschrijven. Soms denken we: 'Hadden wij deze stappen maar eerder als leidraad gehad in ons eigen leven, dat had ons veel misstappen en mislukkingen bespaard!'

12 Maar aan het verleden kunnen we niets veranderen en ach ... het is ook een leerproces. Wél hebben we met deze stappen grip op de invulling van ons leven en met dit boek in handen heb jij dat ook! Je hebt alles in huis wat je nodig hebt om achter je roeping te komen en om te gaan leven vanuit Gods kracht. Ongeacht je omstandigheden.

We wensen je veel inspiratieplezier!

Alle liefs,  
Nelleke en Carianne

FASE 1

# Leer je auto kennen



'U WAS HET DIE MIJN NIEREN VORMDE, DIE  
MIJ WEEFDE IN DE BUIK VAN MIJN MOEDER.  
IK LOOF U VOOR HET ONTZAGLIJKE WONDER  
VAN MIJN BESTAAN, WONDERBAARLIJK  
IS WAT U GEMAAKT HEBT. IK WEET HET,  
TOT IN HET DIEPST VAN MIJN ZIEL.'

**PSALM 139:13-14**

Wil jij de roeping die God in je hart heeft gelegd werkelijk leven? Besef dan: jij bent dus die auto waar we het over hebben en de bedoeling is dat jij, als auto, daadwerkelijk gaat rijden. Het doel is dat je op reis gaat, het leven ontdekt, jezelf ontdekt, God gaat liefhebben boven alles en je naaste als jezelf. En dat kan niet als je in de garage blijft staan!

Voor ieder kind dat geboren wordt heeft God een mooi plan. Dat kunnen we bijna niet geloven als we naar filmpjes van kinderen in derdewereldlanden kijken. Maar ook hen heeft God vol liefde geschapen met een bepaalde persoonlijkheid, met talenten en met passies. Net zoals Hij jou prachtig heeft gemaakt, zodat jij kunt doen waarvoor Hij je bedoeld heeft. Die prachtige Psalm 139 leert ons dat God niets aan het toeval overlaat: elk onderdeel van jouw 'zijn' heeft Hij met liefde ontworpen.

Weet jij tot in het diepste van je ziel dat jij wonderbaarlijk bent? Wat een kostbare woorden om over jezelf te mogen uitspreken: 'Ik ben wonderbaarlijk, omdat God mij in liefde heeft geschapen!'

Het kan zijn dat je, zoals zoveel vrouwen, niets met auto's hebt. Toch hebben Nelleke en ik ervoor gekozen een auto als metafoor te gebruiken. Niet alleen omdat je er leuke vergelijkingen mee kunt maken, maar ook omdat veel vrouwen – net zoals ze niet zoveel met auto's hebben – ook niet zoveel met zichzelf lijken te hebben. Ze kijken kritisch in de spiegel, beoordelen en veroordelen zichzelf continu en zetten zichzelf onderaan de to-do-lijst als het gaat om goed voor jezelf zorgen. En ja, dat doen christenvrouwen net zo goed als vrouwen die niet geloven in een God die hen intens liefheeft ... Maar dat kan toch niet? Het is toch de bedoeling dat we licht uitstralen en smaakmakend zout zijn in de wereld? (Matteüs 5:13-14) Hoe kan dat als we



zo kritisch naar onszelf kijken en niet goed genoeg voor onszelf zorgen?

Het is ons hartsverlangen dat christenvrouwen zullen ontdekken hoe mooi ze zijn en dat ze hun roeping zullen leven zoals God die in hun hart heeft gelegd. In deze eerste fase werken we aan een stevig fundament.



## HOOFDSTUK 1

# Zorg voor een auto die kan rijden

'BLIJF NIET STAAN BIJ WAT EERTIJD IS  
GEBEURD, LAAT HET VERLEDEN NU RUSTEN. ZIE,  
IK GA IETS NIEUWS VERRICHTEN, NU ONTKIEMT  
HET – HEB JE HET NOG NIET GEMERKT?'

**JESAJA 43:18-19**



## VERHAAL

25

Anna zat met de brief in haar handen en ze kon alleen maar huilen. Ze voelde zich verscheurd, verslagen, hopeloos ... wat een pijn om al die dingen op te schrijven die haar zo gekwetst hadden. Jarenlang had ze net gedaan alsof er niets aan de hand was, ze was altijd de vrouw geweest die alles op orde had. Als er iemand was die de leiding nam en die controle had, dan was zij het wel. Maar wat niemand wist, was dat de controle háár beheerste. Ze moest alles wel op orde hebben om niet in elkaar te storten.

Mensen keken tegen haar op, maar ze vonden haar ook koel en zakelijk. En zo deed ze zich ook voor, maar zij wisten niet dat ze van binnen eigenlijk een heel lieve, zachtaardige vrouw was. Ze had zich alleen maar zo hard opgesteld om te voorkomen dat mensen haar zouden kwetsen.

In haar hart voelde ze zich een wrak. Zo kon het niet langer doorgaan, er moest echt iets veranderen. En ze had maar één keus: de troep uit haar verleden opruimen, zodat ze eindelijk echt kon zijn wie ze werkelijk was. Ze zou moeten leren zichzelf kwetsbaar op te stellen en ze zou moeten leren leven vanuit vertrouwen in plaats van vanuit angst. Zou ze het aandurven ...?



## THEORIE

### JIJ ALS AUTO

De auto die jij bent in onze metafoor, heb je gekregen van God. Net zoals jij jezelf hebt gekregen, precies zoals je bent. Je kon jezelf niet uitzoeken in een mooie showroom, of extra's uitzoeken vanuit de catalogus; maar jij bent mooi zoals je bent. En jij bent jij, omdat God je zo gemaakt heeft. Hij heeft je jouw persoonlijkheid, je talenten en je passies gegeven. Hij bepaalde de kleur van je ogen en de vorm van je gezicht. En Hij 'zag dat het zeer goed was.' (Genesis 1:31) Zie jij dat ook zo?

Als jij een auto zou zijn, wat voor type zou je dan zijn? En ben je daar blij mee of had je eigenlijk liever een ander merk of ander model gekregen ...? Waar ben je niet blij mee? En wat vind je juist mooi aan jezelf?

Als het goed is, was je helemaal puntgaaf toen je geboren werd. Misschien had je te maken met een 'fabrieksfoutje', waardoor je er niet helemaal compleet uit kwam (zoals mijn man die een halve arm heeft), maar: God zag je en Hij vond je prachtig! Het kan zijn dat je ziek was toen je werd geboren, maar: God zag je en was verrukt over jou! Het kan zelfs zijn dat je al in de buik niet gewenst was door je vader of moeder, waardoor je al deuken opliep nog voordat je geboren werd, maar: God zag je en Hij vond je geweldig!

Jouw auto was dus perfect toen je hem net kreeg, oftewel: jij was perfect toen je geboren werd. En ook al ben je misschien

niet tevreden met het type of merk auto dat jij bent, God heeft bedacht dat jij júíst zoals je nu bent, datgene kunt doen wat Hij voor jou voor ogen heeft. Zoals het zo mooi staat in Efeziërs 2:10: 'Want hij heeft ons gemaakt tot wat wij nu zijn: in Christus Jezus geschapen om de weg te gaan van de goede daden die God heeft voorbereid.' Dus het eerste wat belangrijk is, is dat je jezelf gaat leren zien door zijn liefdevolle ogen.

### DENK NA OVER JE LEVEN

27

Waarschijnlijk stap je meestal gewoon in je auto zonder ergens naar te kijken, maar er is een heel aantal elementen essentieel om te kunnen rijden. Je motor moet in orde zijn, bijvoorbeeld. Je hebt brandstof nodig. Je accu moet voldoende opgeladen zijn. Je hebt een goede bandenspanning nodig. En dit zijn nog maar een paar essentiële onderdelen. Er zijn ongelooflijk veel meer aspecten die moeten functioneren om in alle weersomstandigheden en op verschillende soorten wegen te kunnen rijden ...

Als je een nieuwe auto koopt, is hij helemaal in orde. Hij is gecontroleerd, alles doet het en er zit geen schrammetje op. Maar zodra je ermee gaat rijden, treedt er verval op. De motor gaat kilometers tellen, waarbij elke motor een bepaald aantal kilometers kan rijden. Je auto wordt vies van de regen en de bladeren die erop vallen. Soms rijd je per ongeluk tegen een paaltje waardoor je auto lakschade oploopt, of rijdt een ander een deuk in jouw auto.

Je hebt ongetwijfeld mooie momenten meegemaakt in je leven, die ervoor zorgden dat je jezelf kon ontwikkelen en dat je jezelf leerde waarderen (althoewel je misschien heel hard moet nadenken om ze te kunnen bedenken). Maar hoe dan ook heb in je leven óók schrammen en deuken opgelopen. Je hebt te maken gekregen met teleurstellingen, met pijnlijke en verdrietige momenten. Je hebt opmerkingen naar je hoofd geslingerd gekregen die je misschien gekrenkt hebben of die je hebben geleerd om negatief over jezelf te denken. Je hebt mensen verloren of je bent afgewezen. Iedereen heeft wel íets meege-

maakt, waardoor de perfecte auto die je ooit was, in de loop der tijd schade opliep.

*Maak ruimte voor alle negatieve  
emoties en voel hoezeer je  
bevrijd wordt van de zware  
last die je met je meezeulde!*

28

En zoals een auto naar de garage moet om de motor te laten repareren of lakschade te herstellen, zo is het ook van belang dat jij eens goed over jezelf en je verleden nadenkt om erachter te komen op welk gebied of welke gebieden van je leven jij nog herstel nodig hebt. Niet om continu in dat verleden te blijven hangen, maar juist om de nare dingen te verwerken en ervan te leren, zodat je toekomst mooier, leuker en beter wordt.

Dus stel jezelf die vraag: *hoe ben ik de persoon geworden die ik nu ben?*

Kijk niet naar vrouwen die zeggen dat je je verleden maar gewoon moet vergeten. En luister niet naar vrouwen die zelf in wrok en bitterheid blijven hangen, omdat ze niet bereid zijn om de troep uit hun verleden op te ruimen. Jij bent de schakel tussen het verleden en de toekomst. Al is het je eigen moeder die in bitterheid leeft: jij kunt de dingen anders doen. Jij kunt leren van je verleden en van daaruit betere keuzes maken. Jij kunt dingen herstellen die kapot zijn. Niet omdat jij dat allemaal zelf kunt, maar omdat God met je meegaat en omdat Hij een liefdevolle, herstellende, helende God is, die niets liever wil dan dat jij je ogen opent voor datgene wat Hij in jouw leven aan het ontkiemen is! Je bent niet bedoeld om een gezapig, middelmatig leven te leiden. Jij bent bedoeld om te leven als de dochter van de allerhoogste Koning!

Weet je wat een échte powervrouw is? Een vrouw die bereid is om, samen met God, de verantwoordelijkheid te nemen voor

haar eigen leven, ondanks de schrammen en deuken die ze heeft opgelopen. Het *leven in volheid* dat Jezus ons wil geven (Johannes 10:10), is een leven waarin je beseft dat je de realiteit van het lijden niet kunt omzeilen, maar dat je dat lijden NOOIT alleen zult hoeven dragen! En dat je zelfs door het lijden heen vreugde en vrede kunt ervaren én mag uitdelen, omdat Gods liefde in de diepste duisternis kan doordringen.

## BOUW EEN STEVIG FUNDAMENT

29

De eerste fase van *je roeping leven vanuit Gods kracht* is dan ook het bouwen van een sterk fundament. 'Blijf niet staan bij wat eertijds is gebeurd, laat het verleden nu rusten' (Jesaja 43:18), is een kostbare tekst die je helpt om vooruit te denken en om uit te zien naar de nieuwe dingen die God je wil geven. MAAR, dat kan niet als je niet eerst je verleden eens goed onder de loep hebt genomen. Niet alleen om de negatieve dingen te verwerken, maar ook om ervan te kunnen leren!

*Alleen God zelf kan jouw hart  
ten diepste helen, zodat je  
hart oprecht kan liefhebben.*

Het belangrijkste van je auto is de motor (wat wij als metafoor gebruiken voor je hart). Alleen als je stil bent, kun je horen of jouw motor het goed doet. Laat je motor stationair draaien en luister eens goed: hoor je rare geluiden? Oftewel: zit er nog boosheid of verdriet in je hart? Komt er rook uit je uitlaat (bit-terheid)?

We hebben stilte nodig om erachter te komen hoe het met ons gaat. Maar veel mensen durven niet stil te staan en zeker niet stil te zijn. Toch is het belangrijk, omdat we in de stilte Gods stem kunnen verstaan. En Hij is het die ons wíl helen en ons ook ten diepste kán helen. Als jij jouw roeping wilt leven en anderen in liefde wilt dienen en tot zegen wilt zijn, is het van belang dat je je emoties en gevoelens serieus neemt en er ruimte voor maakt.

Het kan zijn dat je je auto mooi hebt opgepoetst (aan de buitenkant), maar als de motor het niet doet, dan rijdt hij niet. God kijkt naar je hart. Hij weet wat je nodig hebt en Hij wil je hart graag helen. Het is belangrijk om je emoties de vrije loop te laten. Huil het verdriet er maar uit. Schreeuw de boosheid eruit. En blijf vooral niet in wrok of bitterheid hangen. Je motorblok moet helemaal schoongemaakt worden en God wil je daar dolgraag bij helpen!

30



- **HOE ZOU JE JE VOELEN** als je zou leven zonder de last van verdriet, boosheid, schuld, schaamte of angst uit het verleden?
- **WELKE GOEDE KEUZES** heb je in het verleden gemaakt? Oftewel: welke keuzes pasten er bij het leven van jouw roeping?

PS Als je merkt dat dit nog een lastig onderwerp voor je is, omdat je nog te veel pijn uit het verleden met je meedraagt, neem dan contact op met een TotalBalance Coach ([www.totalbalance.nl](http://www.totalbalance.nl)). Zij wil je graag helpen om écht alle negativiteit uit je verleden een plek te geven, zodat je kunt bloeien en stralen zoals jij bedoeld bent.