



Voorwoord

Jij bent de mooiste! is speciaal geschreven voor meiden zoals jij, die het druk hebben met school, vrienden, facebooken&chatten. Die wel geloven en in de Bijbel willen lezen, maar niet zo veel tijd hebben.

Indeling

In dit dagboek vind je geen uitgebreide bijbelstudies, maar per dag een oneliner, een korte tekst met een duidelijke boodschap, een bijbelvers en een gebedsregel. De thema's zijn willekeurig gerangschikt.

Op pagina 324 en 325 vind je een themaregister.

Er zitten 312 stukjes in dit dagboek. Als je 6 keer per week een stukje leest, heb je er een jaar plezier van. Als je er 3 keer per week in leest, kun je er zelfs twee jaar mee doen. We hebben er bewust geen week- of dagindeling bij gezet, zodat jij kan bepalen wanneer je in dit dagboek leest. Als je de flap van het omslag om het gelezen gedeelte heen vouwt, hoef je niet te zoeken waar je bent gebleven.

Vanaf pagina 326 vind je informatie over de auteurs, en vanaf pagina 331 is er ruimte voor notities.

Feestkatern

Feestdagen verdienen bijzondere aandacht, daarom hebben we vanaf pagina 305 een feestkatern geplaatst met stukjes voor speciale dagen. Voorin het feestkatern vind je de feestdagen volgens het kerkelijk jaar: eerste kerstdag, tweede kerstdag, Goede Vrijdag, eerste paasdag, tweede paasdag, Hemelvaart, eerste pinksterdag, tweede pinksterdag. Op pagina 315 beginnen de nationale feestdagen: oudjaar, Nieuwjaar, Koninginnedag, dodenherdenking, Bevrijdingsdag, Moederdag en Vaderdag. Tot slot nog een apart stukje voor je verjaardag.

De stukjes in dit boek houden je een spiegel voor. Ze gaan over thema's waar jij mee bezig bent. Ze helpen je om na te denken en misschien wel om te kiezen. Kijk eens in de spiegel en knipoog naar jezelf. Want God heeft jou mooi gemaakt. Jij bent de mooiste!

De uitgever



*Als God had gewild dat ik anders was,
had hij mij anders geschapen.*

Johann von Goethe



Waardevol

Tijdens een wetenschappelijk onderzoek kregen 75 mannelijke studenten foto's van vrouwen te zien. Sommige waren heel aantrekkelijk, andere minder. De jongens kregen de opdracht er iemand uit te halen voor wie ze graag een van de volgende dingen zouden doen: meubels versjouden, geld uitlenen, bloed geven, een nier afstaan, anderhalve kilometer zwemmen om haar te redden, haar uit een brandend gebouw halen of zich op een door een terrorist geworpen handgranaat werpen. Je raadt het al: de mooie vrouwen kwamen er stukken beter van af. Wat is dat oneerlijk als je uiterlijk minder goed bedeed bent. Natuurlijk kom je met flatterende kleding en make-up een heel eind, maar toch ... Jezus wist hoe het was om niet opvallend van uiterlijk te zijn. Maar toch waren zijn lichaamsbouw en zijn gelaatstrekken niet van belang voor wat hij ging doen op deze wereld. Hij vindt jou waardevol en heeft een plan met je, of je er nu uit ziet als Miss Nederland of als je tachtigjarige overbuurvrouw (maar dat is vast niet het geval :-)).

**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.**

PSALMEN 139:13-14

Heer, u heeft mij gemaakt: mooi, minder mooi of heel gewoon. Dank u wel dat mijn uiterlijke schoonheid voor u niet van belang is, maar dat u mij juist wilt gebruiken zoals ik ben.

MM



De jongerenzender TMF heeft zijn kijkers opgeroepen om leuke filmpjes in te sturen van jongeren die de klas uit worden gestuurd. Wie het winnende filmpje instuurt, krijgt een laptop als beloning.
waarmaarraar.nl



Eruit!

Eigenlijk bedoel je het helemaal niet vervelend. Het gaat gewoon vanzelf. En je weet precies wie je moet hebben. De juf wiskunde die geen orde kan houden. De leraar Frans die te graag aardig gevonden wil worden.

Je ziet de zweetplekken onder zijn armen. Je hoort hoe hij steeds bozer wordt. Machteloos boos. Hij kan strafwerk geven. Hij kan er iemand uitsturen. Maar hij heeft geen vat op jullie.

Er zijn leraren die er overspannen van worden. Die 's nachts niet meer slapen. Die opzien tegen de nieuwe dag. Tegen het volgende uur. Tegen jullie klas. Die zichzelf helemaal mislukt voelen. Omdat ze het niet kunnen.

Want je dacht toch niet dat ze het zelf niet doorhadden? Een leraar die geen orde kan houden, voelt zich net zoals een leerling die gepest wordt.

Wat vind jij van die actie om filmpjes in te sturen?

Wat zou je adviseren aan jouw leraar of lerares die geen orde kan houden?

Wat zouden jullie als klas kunnen doen om hem of haar te helpen?

Maar de vrucht van de Geest is liefde, vreugde en vrede, geduld, vriendelijkheid en goedheid, geloof, zachtmoedigheid en zelfbeheersing.

GALATEN 5:22-23

Vader, ik dank u voor mijn leraren en leraressen. Ik bid u voor ...

CO

EERLIJKHEID

*Een goed mens is zich in zijn duister streven
toch altijd van de rechte weg bewust.*

Goethe



Slaapfeest

Jij mag ook komen op het slaapfeest van een schoolvriendin. Leuk, je hebt er zin in! De hele week kijk je ernaar uit. Maar de avond voor het feestje realiseer je je dat je daar dan wel moet bidden voor het slapen. Thuis bid je elke avond. Maar onder de ogen van zo'n grote groep klasgenoten lijkt het je moeilijk. Je bent bang om uitgelachen te worden. Je wikt en weegt, moet je het nou doen of niet? Ben je dapper of ben je slap? Stel dat een vriendin vraagt of je niet nog moet bidden. Wat zeg je dan? Moet er een haan drie keer kraaien voordat jij je realiseert dat je God verloochent? Opeens heb je helemaal geen zin meer in het slaapfeestje.

Hoe kan wie jong is zuiver leven? Door zich te houden aan uw woord. Met heel mijn hart heb ik u gezocht, laat mij niet afdwalen van uw geboden.

PSALMEN 119:9-10

God, ik wil u echt wel volgen en dienen maar ik wil ook niet opvallen of het allemaal moeten uitleggen. Ik zou wel graag sterk willen staan in mijn geloof, maar vind het soms echt nog moeilijk. Wilt u mij helpen?

BW



*Je bent gedragen om verlost te worden
gekomen om te gaan.*

Geert Boogaard (zie pag. 303)



Eren én verlaten

Misschien heb jij ook wel eens met kromme tenen in de kerk gezeten bij het horen van de woorden 'eer uw vader en uw moeder'. Zeker als je kort daarvoor een flinke aanvaring met hen hebt gehad, kan je dat behoorlijk raken. Toch is het een belangrijke opdracht van God: hij wil dat kinderen – kind, tiener of volwassene – hun ouders *eren*!

God heeft nóg een leefregel gegeven over de omgang tussen kinderen en hun ouders. Die opdracht is minder bekend: kinderen moeten hun ouders *verlaten*. Dat lees je al in Genesis 2:24.

Het lijkt een spanningsveld: je ouders eren én verlaten. Alsof ze elkaar tegenspreken. Maar de twee geboden hebben elkaar nodig: zou je je ouders alleen maar eren – en ze niet verlaten – dan zou je nooit zelfstandig worden. Zou je ze verlaten zonder ze te eren, dan blijft er van een relatie maar bar weinig over. Eren en verlaten zijn onlosmakelijk met elkaar verbonden.

Jij bent een tiener, druk bezig volwassen te worden. Je maakt je steeds meer van je ouders los, bent langzaamaan bezig hen te verlaten. En dat is goed. God heeft je in het leven geroepen om als volwassen mens zelf verantwoordelijkheid te dragen voor je leven.

**Zo komt het dat een man zich losmaakt van zijn
vader en moeder en zich hecht aan zijn vrouw.**

GENESIS 2:24

*Here God, u geeft twee opdrachten die elkaar tegen lijken te spreken.
Wilt u me helpen mijn ouders te eren én te verlaten?*

KvI-S



KIEZEN

Het geloof is een lege hand.

Maarten Luther



Het winnende team

Soms moeten er met gym teams gekozen worden en dan sta je daar, hopen dat een van de teamleiders je kiest. Dat je niet als laatste overblijft ... Je ziet jezelf al met afgezakte schouders en een rood hoofd naar dat ene team gaan dat jou helemaal niet wilde ... Brrr! Maar als je als een van de eersten gekozen wordt, is dat natuurlijk leuk.

Bij God is dat zo. Hij heeft jou gekozen! Kom maar, jij hoort bij mij! In 1 Johannes 4:9-10 staat: 'En hierin is Gods liefde ons geopenbaard: God heeft zijn enige Zoon in de wereld gezonden, opdat we door hem zouden leven. Het wezenlijke van de liefde is niet dat wij God hebben liefgehad, maar dat hij ons heeft liefgehad en zijn Zoon heeft gezonden om verzoening te brengen voor onze zonden.'

God is begonnen met van ons te houden. Daardoor leren we liefde, ook om van elkaar te houden. We hoeven alleen maar te kiezen, ja te zeggen, om in zijn team te spelen. Hij zorgt voor vergeving, zodat het goed is tussen hem en jou. Hij traint je om te groeien in die liefde. Hij heeft jou gekozen: ja jij ... kom maar!

Heer, blijf in mij, zodat ik in uw liefde blijf. Houd me vast als ik van u dreig weg te dwalen, help me steeds weer voor u te kiezen. Dank u voor uw liefde!

IZ



Ik hoorde over een economie van genade, die geen recessie kent.

Remedy Drive



Money makes the world go round ...

De wereld lijkt stil te staan. De beurzen kelderen, geld wordt minder waard, mensen worden werkloos. De hele maatschappij lijkt in de war. Maar vindt God dat ook?

Natuurlijk leeft hij met iedereen mee. Als je ongelukkig bent omdat je ouders geen werk hebben, is God ook verdrietig. Maar bij God gaat alles wel verder, terwijl onze wereld lijkt op te houden als dingen tegenzitten.

God vindt niet dat alles in de war is. Hij heeft juist een heel mooi ritme gemaakt, in de natuur, in de wereld. Dat ritme houdt nooit op. Dat heeft hij beloofd in zijn woord. En dan word je gerustgesteld. De aarde heeft haar eigen ritme. Dat heeft niets te maken met geld, werk, grote huizen of succes. Het is Gods ritme. We mogen vertrouwen en bouwen op Gods economie van genade, en de schepping die daarbij hoort.

Zolang de aarde bestaat, zal er een tijd zijn om te zaaien en een tijd om te oogsten, zal er koude zijn en hitte, zomer en winter, dag en nacht - nooit komt daar een einde aan.

GENESIS 8:22

Heer, dank u wel dat uw rijk nooit ophoudt te bestaan. Wat u hebt geschapen heeft eeuwigheidswaarde.

MV



LIEFDE

Vriendelijkheid maakt iemand aantrekkelijk. Als je de wereld wilt winnen, moet je haar smelten, niet betimmeren.

Alexander Maclaren



Eerste indruk

Als je iemand voor het eerst ontmoet, kun je heel zenuwachtig zijn. Zeker als diegene ouder is of een belangrijke functie heeft. En wat maakt het dan een groot verschil hoe die persoon op jou reageert! Is de reactie zakelijk of afstandelijk, dan voel je je al snel uit het veld geslagen.

Maar als die ander vriendelijk reageert, voel je je veilig en is het ijs gebroken! Wat een meevaller, al snel heb je geen last meer van zenuwen. Als iemand vriendelijk is, voel je je snel thuis, op je gemak en gewaardeerd. Die vriendelijkheid maakt iemand aantrekkelijk.

En zo is het ook met jou. Als je mensen tegenkomt of ontmoet, kun je afstandelijk reageren. Je hebt kans dat die mensen dan een volgende keer wegblijven. Ze voelen zich niet op hun gemak. Maar je kunt ook vriendelijk reageren, met een glimlach op je gezicht en een enthousiaste groet. Dan is het ijs snel gebroken en blijft het contact. Dan ben je aantrekkelijk!

Laat iedereen u kennen als vriendelijke mensen.

FILIPPENZEN 4:5

God, wilt u me helpen vriendelijk te reageren als ik mensen ontmoet.

MvdW



VRIENDINNEN

Overal waar grenzen zijn, wordt gesmokkeld.

Otto Weiss



Grensoverschrijdend

Kijk eens rond in jouw klas. Weet je naar welke kerk jouw klasgenoten gaan? Hoe denk jij over andere kerken? Denk je dat jouw kerk de beste is, of juist die van je vriend of vriendin?

Voor God doet het er niet toe. Er is maar een kerk: alle gelovigen samen. Er is geen aparte hemel voor protestanten of katholieken of baptisten. De psalmdichter David zegt het heel mooi: 'Ik ben een vriend van allen die u vrezen en zich houden aan uw regels' (Psalmen 119:63). Zo mag je andere mensen zien die naar een andere kerk gaan. Er is geen wedstrijd wie de grootste, meest flitsende kerk heeft, ook al lijkt dat soms wel zo. Er is geen kerk die helemaal perfect is. Jij mag een vriend zijn van allen die ontzag hebben voor God, want God is dat ook van hen.

Heer, dank u voor mijn christenvrienden. Wilt u me helpen om zonder vooroordeel naar hen te kijken?

JM



Een meisje uit mijn klas vraagt altijd: 'Heb jij wel eens gezoend?' Dan zeg ik: 'Nee, nog niet, nee.'

En dan zegt zij: 'Dan ben je wel laat, zeg!' en dan lacht ze me uit. Ben ik laat met zoenen?

www.goeievraag.nl



Never been kissed

Wat is er mis met je? Je hebt nog nooit verking gehad én je hebt nog nooit gezoend. Andere meisjes hebben het ene vriendje na het andere, en weten precies hoe het allemaal moet. Hoe je met jongens moet praten zónder rood te worden. Hoe je je moet gedragen, zodat ze je leuk vinden. Wat voor kleren je aan moet, hoe je make-up moet gebruiken. Hoe je moet zoenen.

Om jaloers op te worden. En toch ...

Het zou wel eens kunnen dat de meiden die nu zo populair zijn bij de jongens, later balen. Dat ze de herinnering aan vroegere vriendjes uit zouden willen wissen. De jongen op wie je zo verliefd bent als je 13 of 14 bent, is meestal niet de jongen met wie je later je leven wilt delen.

Het is net alsof het erbij hoort. Zoenen is heel gewoon. Als je verking hebt, of gewoon, als je er zin in hebt. Als je het lekker vindt.

Maar zou het niet cool zijn, te wachten op dé jongen die God voor jou bestemd heeft? Om samen met hem te ontdekken hoe mooi kussen kan zijn, zonder eerst geëxperimenteerd te hebben met anderen?

Of zou dat onmogelijk zijn?

**Laat hij mij kussen,
laat zijn mond mij kussen!
Jouw liefde is zoeter dan wijn.**

HOUGLIED 1:2

*Heer, help me om op een goede manier om te gaan met jongens.
En laat me op een dag de jongen vinden die u nu al voor me in gedachten hebt.*

CO



*Zie je ik hou van je,
ik vin je zo lief en zo licht –
je ogen zijn zo vol licht,
ik hou van je, ik hou van je.*
Herman Gorter



Te groot

Ze voelen zwaar aan je lichaam en ze zijn altijd zo aanwezig, die grote borsten van je. Je wilt sporten, dansen, hardlopen, strakke korte shirtjes aan, onopvallend zijn. Maar altijd voel je ze. Je hebt weleens expres een te kleine bh gekocht om ze er lekker strak in te proppen. Maar dat was pijnlijk en niet prettig. Het enige voordeel is dat ze dan weer wat kleiner lijken. Meestal kun je er wel mee omgaan, maar soms heb je zo'n dag dat je niet goed in je vel zit. Dat je je onzeker voelt en bekeken. Op zo'n moment lijkt het alsof geen enkele jongen je gewoon in de ogen kijkt, maar alleen maar je borsten ziet. Terwijl je veel meer bent dan een paar borsten. Vél meer!

**Als een boom ben je, wortelend waar water stroomt,
vol van vrucht en blad dat niet zal dorren.**

PSALM 1:3 (in de vertaling van Ida Gerhardt)

***God, ik wil van mijn lichaam houden en me daar zeker over voelen.
Mag ik uw hulp daarbij, God?***

BW



*De streng die je bond
aan het lichaam van je moeder
moest verbroken worden
om je te laten leven.*

Geert Boogaard (zie pag. 303)



Verlaten

Misschien ga jij over een paar jaar wel op kamers. Maar het zou ook kunnen dat je thuis blijft wonen totdat je gaat trouwen. Toen God de opdracht gaf om ouders te verlaten, ging een pasgetrouwd stel niet in een eigen huis wonen. Mensen woonden in een groter familieverband bij elkaar. Het meisje dat ging trouwen verliet letterlijk haar ouders en familie om bij haar man en zijn familie te gaan wonen. De man bleef dus bij zijn ouders wonen en zijn vrouw kwam daarbij. Juist tegen de man zegt God dan: jij woont nog wel bij je ouders, maar toch moet je hen verlaten en één worden met je vrouw. Tegen de vrouw hoefde dat niet speciaal gezegd te worden: zij deed dat immers al. Je ouders verlaten betekent dat je zowel emotioneel en geestelijk, als financieel en praktisch niet meer van hen afhankelijk bent. Je gaat je eigen weg en ontdekt hoe jij in het leven wilt staan. Dat gaat niet zomaar: heftige discussies en flinke ruzies horen er af en toe bij. Soms zul je je heel onbegrepen voelen. Houd daarom voor ogen dat God zelf het zo bedoeld heeft: je mag, nee je moet, je ouders verlaten.

Toen ik nog een kind was, sprak ik als een kind, dacht ik als een kind en redeneerde ik als een kind. Nu ik volwassen geworden ben heb ik al het kinderlijke achter me gelaten.

1 KORINTIËRS 13:11

Vader, wilt u mij en mijn ouders zegenen in deze jaren dat ik mij van hen los moet maken en zij mij los moeten laten?

KVI-S

