

Ben ik genoeg?

GRACE VALENTINE

**BENT
GENOEG?**

**OMARM WIE JE
WERKELIJK BENT**

 **J/**sestra

Ben ik genoeg?
Omarm wie je werkelijk bent
Grace Valentine

Oorspronkelijke uitgave: *Am I enough?* W Publishing,
Thomas Nelson (Tennessee): 2018.
© 2018 Grace Valentine
Alle rechten voorbehouden.

ISBN paperback: 9789064250428
ISBN e-book: 9789464250503
NUR 707
c-NUR 003

Ontwerp omslag: Studio Nijenhuis
Ontwerp binnenwerk: Gewoon Geertje
Vertaling: Anouk van der Plas

Bijbelteksten in deze uitgave zijn ontleend
aan de Nieuwe Bijbelvertaling © 2021, tenzij anders vermeld.

©2022 UITGEVERIJ SESTRA – LEEUWARDEN
Alle rechten voorbehouden.
Sestra is onderdeel van Royal Jongbloed Publishing.
www.royaljongbloed.com

*Aan al mijn kampgenoten, de meiden in de Life Group die ik leid,
en al mijn zusjes. Elk van onze meidenpraatjes leerde
me meer over Jezus. Ik hoop dat jullie nooit je verwondering voor
en begerigheid naar onze Heer verliezen. Het maakt niet uit in
welk seizoen van je leven je bevindt, ik hoop dat je altijd zult
weten wat je echt waard bent. En vergeet nooit dat ik maar één
telefoontje van je verwijderd ben.*

Inhoud

Inleiding: Genoeg! 11

Leugen #1:

Je bent mooi, omdat een jongen je dat verteld heeft 19

Hoofdstuk 1: *Wie kan het wat schelen wat mannen denken?* 20

Hoofdstuk 2: *Mooi in Gods ogen* 28

Leugen #2:

Liefde moet je verdienen 33

Hoofdstuk 3: *Liefde kun je niet verdienen* 34

Hoofdstuk 4: *Het sekshoofdstuk* 42

Hoofdstuk 5: *Een man vinden die niet op je wacht* 53

Hoofdstuk 6: *Het beste liefdesverhaal ooit* 57

Leugen #3:

Vergeet je verleden 63

Hoofdstuk 7: *Als je glimlach gebroken is* 64

Hoofdstuk 8: *Door Jezus' ogen* 71

Leugen #4:

Als je er niet 'toonbaar' uitziet, verstop je dan 81

Hoofdstuk 9: *Kom onder die pet vandaan* 82

Hoofdstuk 10: *15 dingen die ik liever wil zijn dan aantrekkelijk* 87

Hoofdstuk 11: *Onthoud het belangrijkste* 94

Leugen #5:

| | |
|---|-----------|
| De kledingmaat is de maatstaf van schoonheid | 97 |
| Hoofdstuk 12: <i>Het gewicht van de wereld</i> | 98 |
| Hoofdstuk 13: <i>Jessica ontmoeten</i> | 104 |
| Hoofdstuk 14: <i>Het ultieme dieet</i> | 109 |

Leugen #6:

| | |
|--|------------|
| God wil gewoon je Vriend zijn | 113 |
| Hoofdstuk 15: <i>Zet God niet in de friendzone</i> | 114 |
| Hoofdstuk 16: <i>Meen wat je zegt</i> | 119 |
| Hoofdstuk 17: <i>Kruis dragen</i> | 126 |
| Hoofdstuk 18: <i>Wees heilig</i> | 130 |

Leugen #7:

| | |
|--|------------|
| Sterke vrouwen huilen alleen op de wc | 135 |
| Hoofdstuk 19: <i>Het juiste fundament</i> | 136 |
| Hoofdstuk 20: <i>Wat te doen met een gebroken hart</i> | 142 |
| Hoofdstuk 21: <i>Ongewone kracht</i> | 148 |

Leugen #8:

| | |
|---|------------|
| Nicholas Sparks schrijft de beste liefdesverhalen | 155 |
| Hoofdstuk 22: <i>Verliefd zijn!</i> | 156 |
| Hoofdstuk 23: <i>Herinneringen aan mijn eerste liefde</i> | 163 |

Leugen #9:

| | |
|---|------------|
| Bidden is alleen voor als je hulp nodig hebt | 173 |
| Hoofdstuk 24: <i>Uit de woestijn</i> | 174 |
| Hoofdstuk 25: <i>Meen wat je bidt</i> | 183 |
| Hoofdstuk 26: <i>Best bestede tijd</i> | 188 |

Leugen #10:

| | |
|--|------------|
| Je zult nooit genoeg zijn | 193 |
| Hoofdstuk 27: <i>Sterk genoeg</i> | 194 |
| Hoofdstuk 28: <i>De liefdesbrief van God</i> | 200 |
| Hoofdstuk 29: <i>In een oogwenk</i> | 206 |
| Hoofdstuk 30: <i>Het 'Ik Ben'-leven</i> | 210 |
| | |
| Conclusie: <i>Met wie wil je dansen?</i> | 213 |
| Dankwoord | 218 |
| Over de auteur | 221 |
| Eindnoten | 223 |

Inleiding

Genoeg!

Ik heb er genoeg van om te proberen genoeg te zijn. Genoeg van de jongen die me niet trouw was. Genoeg van het bedrijf dat me niet de zomerstage van mijn dromen aanbood. Genoeg van de jongen uit mijn geboortestad die tijdens de Victoria's Secret Fashion Show tweette: 'Waarom zien de meisjes in onze stad er niet zo uit?'

Ik vroeg me af wat ik verkeerd had gedaan waardoor die jongen me ontrouw geworden was. Ik gaf mezelf de schuld en twijfelde aan wat ik waard was, ervan uitgaande dat die ander knapper en aantrekkelijker was dan ik. Hij gaf me het gevoel dat ik hem niet genoeg te bieden had.

Mijn ogen vulden zich met tranen toen ik de e-mail las waarin stond dat ik de stage niet had gekregen. Ik analyseerde elk antwoord dat ik tijdens het gesprek gegeven had. Het was duidelijk dat wat ik zei (of niet zei) niet genoeg voor hen was. De avond van die tweet heb ik drie uur getraind in de sport-school. Ik dacht dat ik niet slank genoeg was, en in slechts twee maanden ben ik van maat S naar maat XS gegaan.

Dat was een keuze die ik maakte. Maar als jonge vrouwen worden we vaak gepusht om van alles te doen wat andere mensen van ons verlangen.

We voldoen aan de eisen van hen die voor ons belangrijk zijn, in de hoop indruk op hen te maken en ons geliefd te voelen.

We gebruiken moeilijke woorden om slimmer te lijken in de hoop de baan te krijgen waarvan we denken dat die het antwoord op onze gebeden is. We tellen onze squats in de sport-school en staan vroeger op dan ons lief is, om tijd te hebben om ons op te maken om er goed uit te zien voor de aantrekkelijke jongen in de scheikundeles. We twijfelen aan onze eigenwaarde. We spelen voortdurend een vergelijkingsspel. En waarvoor? Om erachter te komen dat iemand anders beter en slimmer is, meer 'genoeg' is, dan wij?

De waarheid is dat we nooit genoeg zullen zijn. We kunnen niet genoeg zijn. Niet voor deze wereld in ieder geval, want God schiep ons niet om deze wereld te pleasen; Hij schiep ons voor zijn genoeg. En dat schiept een conflict. Zowel God als de wereld willen ons, maar de Bijbel vertelt ons dat we niet aan beide kunnen toebehoren.

Heb de wereld en wat in de wereld is niet lief. Als iemand de wereld liefheeft, is de liefde van de Vader niet in hem, want alles wat in de wereld is – begeerte, inheligheid, pronkzucht –, dat alles komt niet uit de Vader voort maar uit de wereld.
(1 Joh. 2:15-16)

Zo, de toon is gezet!

Met wie wil je dansen?

Toen ik op de middelbare school zat, schreef mijn moeder me in voor cotillion, dat volgens het woordenboek 'een formeel bal is, waar vooral beginners worden voorgesteld'. De ervaring was net zo vreselijk als het woord klinkt. Ik leerde ballroomdansen – de wals, de chachacha, de foxtrot en een aantal andere dansen waarvan ik de naam nog steeds niet kan uitspreken. Ik kreeg gedetailleerde instructies over etiquette en hoe ik me moest gedragen als een nette jongedame. Ik vergat het meeste

van wat ik leerde, maar ik herinner me dit van cotillion: we moesten met jongens dansen.

Nu ik een jonge vrouw ben, hoeft mijn moeder me niet meer aan te moedigen om met jongens te dansen. Maar in mijn middelbareschooltijd – dansen met jongens? Dat wilde ik liever niet. Helaas werd er geen rekening gehouden met mijn voorkeuren.

Ik merkte wel iets interessants op tijdens zo'n dansfeest. Terwijl ik danste, was ik zo gefocust op het kijken naar de voeten van mijn partner en het volgen van zijn leiding, dat ik vergat hoe erg ik het vond om daar te zijn.

Tijdens het kerstbal deden mijn danspartner en ik mee aan de chachacha. Ik ben competitief ingesteld, en hoewel ik ergens anders wilde zijn, wilde ik toch winnen – niet alleen uit trots, maar ook voor de prijs, namelijk de lekkerste popcorn die je je maar voor kunt stellen.

Ik staarde zo aandachtig naar de voeten van mijn danspartner, dat ik niets anders zag terwijl we dansten. En we wonnen. En mijn broer heeft al mijn popcorn opgegeten. (Ja, E.J., dat zit me nog steeds een beetje dwars.)

Afgezien van onze popcorn-winnende chachacha bleek dansen niet zo leuk te zijn als mijn moeder deed voorkomen.

God is de waarheid, en de wereld vertelt ons leugens in een poging om ons van Hem af te brengen. Wanneer we het slachtoffer worden van die leugens – en onder 'we' versta ik zeker ook mezelf – kiezen we ervoor om met de wereld te dansen in plaats van met God. Om eerlijk te zijn, is dat geen dans waar ik van kan genieten.

Ik dacht laatst aan cotillion en dansen, en ik vroeg me af: waarom volg ik zoveel dingen van deze wereld waarvan ik weet dat ze niet bevredigend zijn? Ik blijf dansen met de wereld. Ik blijf dansen met mijn onzekerheden. In feite is mijn leven uitgegroeid tot dansen op het verkeerde ritme met de verkeerde

partner – elke keer opnieuw. Ik was uitgeteld, gestrest en ik lag compleet overhoop.

Ik betrapte mezelf erop dat ik op de verkeerde muziek danste. Ik maakte me druk om een wereld bij te houden waarvoor ik niet bestemd was. Ik richtte mijn blik van mijn voeten omhoog om te zien of ik mijn onzekerheden volgde, terwijl ik mijn Schepper zou moeten volgen.

Ik heb mezelf betrappt op pogingen om genoeg te zijn voor een partner voor wie ik niet ben gemaakt.

Velen van jullie heb ik dezelfde gedachten horen opbiechten. Weet dat we verre van alleen zijn in deze strijd. We zitten er samen in, dames.

Kunnen we samen verklaren, hier en nu, dat we er genoeg van hebben om te proberen genoeg te zijn?

Genoeg van de vraag:

- Ben ik gelukkig genoeg?
- Ben ik geliefd genoeg?
- Ben ik christelijk genoeg?
- Zal ik ooit genoeg zijn?

Er is iemand die luistert wanneer wij onze 'Ben ik ... genoeg'-vragen stellen. Wanneer we aan onszelf twijfelen, wanneer we ons afvragen wat we waard zijn, wanneer we ons afvragen of er wel iemand is die van ons wil houden zoals we zijn, antwoordt Hij: Dat ben Ik.

God wil dat we de 'Ben ik ...'-vragen en ons leven bouwen op de waarheid. Hij biedt je zijn hand aan, in de hoop dat je zijn aanbod om met Hem te dansen zult accepteren.

Leugens, leugens, leugens

Er zijn tien leugens die de wereld ons, jonge vrouwen, elke dag opdringt. We kunnen de raad van de Heer niet goed naleven als we blijven geloven:

1. Dat we mooi zijn, omdat een jongen ons dat verteld heeft.
2. Dat we liefde moeten verdienen.
3. Dat we ons verleden moeten vergeten.
4. Dat we ons moeten verstoppen als we er niet toonbaar uitzien.
5. Dat een kledingmaat onze schoonheid bepaalt.
6. Dat God alleen maar een Vriend wil zijn.
7. Dat sterke vrouwen alleen op de wc huilen.
8. Dat Nicholas Sparks de beste liefdesverhalen schrijft.
9. Dat we alleen mogen bidden als we hulp nodig hebben.
10. Dat we nooit genoeg kunnen zijn.

Leugens. Allemaal leugens.

Beste vriendin, ik geloof dat het geen toeval is dat je dit boek leest, want waarschijnlijk heb je sommige van die leugens geloofd. Misschien wel allemaal. Mijn doel is om deze tien leugens te ontrafelen en ze te vervangen door de waarheid die God in onze harten en gedachten fluistert. Dus wil ik je vragen om samen met mij deze reis te maken. Het is mijn gebed dat je door dit boek in staat zult zijn om te ontdekken hoe deze leugens invloed hebben op de manier waarop je naar jezelf kijkt. Ik weet uit ervaring dat onzekerheid verwoestend werkt. Onzekerheid kruipt in onze ziel en probeert de vreugde te stelen die we beleven in het *dansen* met God.

Spoiler alert: er is goed nieuws in het vooruitzicht. Genade en vreugde zullen je aangeboden worden. Je hoeft die alleen maar te accepteren.

Elk van deze tien leugens beïnvloedt jou, net zoals ze mij hebben beïnvloed. Terwijl je de verschillende hoofdstukken van dit boek doorneemt, daag ik je uit om ze te lezen, te geloven en te delen. Lees de waarheid. Geloof de waarheid, en laat die je bevrijden van de slavernij van onzekerheid. Deel de waarheid met anderen die het nodig hebben.

Laat dit boek en het evangelie – het beste liefdesverhaal aller tijden – de manier waarop jij naar jezelf kijkt veranderen. Deel wat je leest en vertel het aan je vriendin die zich blijft afvragen of de nieuwe vriendin van haar ex aantrekkelijker is dan zij. Deel het met de vriendin die haar droombaan niet heeft gekregen. En met alle vrouwen die je liefhebt en die eraan herinnerd moeten worden dat ze van zichzelf mogen houden.

Onzekerheid berooft vrouwen van hun vreugde. Laat het evangelie overwinnen. Bevrijd diegenen van wie je houdt met de waarheid.

Maar, beste vriendin, het begint bij jezelf. Neem deze uitdaging serieus. Neem voor jezelf elke leugen door in je dagboek. Neem na elk hoofdstuk de tijd om te bidden. En het belangrijkste: trek je dansschoenen aan.

Wij vrouwen moeten elkaar tot steun zijn! Beschouw dit boek als de ultieme meidenavond. Laat onze tijd samen voelen alsof het twee uur 's nachts is, en jij en je beste vriendinnen nog klaarwakker zijn, pratend over het leven onder het genot van Ben & Jerry's. Ik beloof je dat ik eerlijk tegen je zal zijn, en ik bid dat jij ook eerlijk tegen jezelf zult zijn.

Ben je klaar om met God te dansen in plaats van met de wereld?

Ik wel!

Een eerlijk gesprek

- Welke van de tien leugens beheerst jouw gedachten het meest?
- Vul deze zin in: Ik voel me nooit genoeg voor:

- Waarom zijn we nooit genoeg voor deze wereld?
- Wat zijn je doelen bij het lezen van dit boek?
- Is er iemand die je zou willen vragen om dit boek samen met jou te lezen? Met wie kun je samenwerken om deze reis samen te maken?
- Schrijf een gebed tot God en dank Hem dat Hij genoeg is voor jou. Als we samen verder gaan, wees dan eerlijk over je onzekerheden en vraag Hem om de leugens die de wereld je heeft verteld uit je gedachten te verwijderen.



LEUGEN #1

Je bent mooi, omdat een jongen je dat verteld heeft

1. Wie kan het wat schelen wat mannen denken?

Op een dag in maart scrolde ik door mijn nieuwsfeed van Facebook. En voor een twintiger is Facebook in maart een aaneenschakeling van meisjes met een sixpack in bikini, en meisjes met sixpacks naast jongens met sixpacks.

Ik stalkte een vriendin uit mijn eerste jaar op de universiteit. In de afgelopen vier jaar had ze elke voorjaarsvakantie bikini-foto's gepost. Ik herinnerde me dat, omdat ik heel erg jaloers was op haar lichaam. Zonder na te denken, typte ik die dag een berichtje naar haar. Tot mijn schaamte moet ik bekennen dat ik een meisje met een thigh gap en sixpack, die zelfverzekerd in een bikini liep te pronken, via Facebook een berichtje stuurde. Ik deed dat, zodat ik haar kon vragen hoe ze zo slank geworden was, in de hoop dat ik hetzelfde zou bereiken.

Ik bleef staren naar haar perfecte buik en thigh gap. Wat wilde ik graag een lichaam zoals zij.

Ik dacht: vertel mij je geheim, terwijl ik me voorstelde hoe een foto van haar en mij naast elkaar eruit zou zien.

Als ik naar haar lichaam keek, begreep ik wel waarom zoveel jongens gek op haar waren.

Ik staarde naar mijn dijen die geen gap hebben, en naar mijn buik die je als een zacht kussen kon gebruiken. Ik dacht bij mezelf: het is geen wonder dat ik een hopeloze single ben. Maar, vanaf

de zonnige kant gezien, vangen mijn dijen-zonder-gap de frietjes op die mijn mond missen en in mijn schoot vallen.

Ik zou willen dat ik kon zeggen dat dat de enige keer was dat ik iemand een berichtje stuurde om te vragen hoe ze zo'n perfect lichaam had gekregen. (Ik zei je dat ik eerlijk tegen je zou zijn.)

Zielig? Ja. Normaal? Misschien. Goed voor mij? Nee.

Wij vrouwen verlangen naar het gevoel aantrekkelijk te zijn. Wij hunkeren naar een mooi lichaam en een mooi gezicht om begeerd te worden door mannen die ons volgens hun normen mooi genoeg vinden. We willen ons lichamelijk aantrekkelijk voelen.

Maar we zijn voor zoveel meer bedoeld dan dat. We zijn geschapen voor een veel groter doel dan er sexy uit te zien.

Overboord

Mijn oorspronkelijke idee voor dit hoofdstuk was om aan christelijke jongens te vragen wat volgens hen een vrouw mooi maakt, met de gedachte dat het nuttig zou zijn om die jongens te horen zeggen: 'Uiterlijk vervaagt – het gaat allemaal om het hart en het karakter van een vrouw.'

Dit wordt goud! dacht ik, toen ik de ruwe schets bekeek die ik had geschreven. Vrouwen zullen dit geweldig vinden!

Ik zat op mijn bank in mijn comfortabele, extra grote T-shirt en flodderige Nike-shorts, klaar om een Facebookbericht te sturen naar de groep jongens die ik had uitgekozen. Het waren leuke christelijke jongens die op zomerkampen werkten en sandalen droegen. Ik wist gewoon dat ze me zouden steunen door te zeggen dat ware schoonheid van binnenuit komt.

Maar voordat ik op 'verzenden' drukte, hoorde ik God in mijn hart fluisteren: Grace, heb je dan niets geleerd?

Wat had dat te betekenen? Ik wist dat schoonheid van binnenuit komt. Ik wist dat wat je waard bent als vrouw niet wordt

bepaald door wat jongens over ons zeggen of hoeveel likes we krijgen op Instagram. Ik wist wat het juiste antwoord was, en ik was van plan om deze waarheid op te schrijven – maar ik wilde ook zoeken naar leuke christelijke jongens met sandalen die ons vrouwen daarvan nog meer zouden overtuigen.

De stem die ik in mijn hart hoorde, stelde me een andere vraag: begrijpen ze dat wel?

Ik nam aan dat deze jongens in staat zouden zijn om antwoorden te geven, die de jonge vrouwen die dit boek lezen, zouden helpen om zich beter over zichzelf te voelen. Is dat geen lieve gedachte?

Maar omdat ik in tweestrijd was, deed ik wat ik heel goed kan: ik stelde het oplossen van het probleem uit. In plaats daarvan ging ik naar de campusbibliotheek om een essay te printen voor mijn journalistiekles. Daar hoorde ik twee jongens, die op de campus een goede christelijke reputatie hadden, praten over twee meisjes die ik Ashley en Brittany zal noemen.

Goede christelijke man 1: 'Heb je gezien wat Ashley gisteravond aanhad? Haar kont is echt te gek.'

Goede christelijke man 2: 'Ja man. Waanzinnig!'

Goede christelijke man 1: 'Ik denk dat zij de enige is die lekker is in die groep. Ze is veel lekkerder dan Brittany.'

Goede christelijke man 2: 'Zeker.'

Ik was totaal van de kaart. Dit was helemaal niet wat ik verwachtte van nette, christelijke jongens.

Daar ging mijn geniale plan voor dit hoofdstuk. Die jongens hadden me teleurgesteld, omdat ze, net als zoveel vrouwen, niet hadden onthouden dat de waarde van een vrouw niet in haar uiterlijk ligt. Als we onze waarde baseren op wat de wereld zegt, zal het ons elke keer weer teleurstellen.

De waarheid is dat geen enkele vrouw ooit mooi genoeg zal zijn voor iedere man. Er zal altijd wel een man zijn die jou onaantrekkelijk vindt.

Als je je waarde laat afhangen van wat een man van je vindt, zelfs als hij een christen is, dan verzeker ik je dat hij je zal teleurstellen. We moeten ophouden onze schoonheid te definiëren door wat mannen aantrekkelijk vinden.

Geen gedoe meer

In de eerste klas van de middelbare school zei de jongen die tijdens de lessen Engels naast mij zat, dat mijn armen hariger waren dan de zijne. Hij bedoelde het niet gemeen; hij constateerde gewoon een feit. Maar toen ik het hem hoorde zeggen, verstijfde ik.

Mijn hersenen interpreteerden zijn uitspraak als: Grace-met-de-harige-armen Valentine is het niet waard om aardig gevonden te worden in de klas, tenzij ze haar armen scheert. Die avond schoor ik al het haar van mijn armen af in een poging iets te doen aan wat ik als een fout in mijn uiterlijk zag. Door die ene misplaatste beslissing in de eerste klas moet ik tot de dag van vandaag mijn armharen afscheren, omdat ze anders uitgroeien tot een stekelige cactus.

De twaalfjarige Grace liet zich door die, wat ik nu pas beseft, onschuldige opmerking van één jongen, een gevoel van negatieve eigenwaarde aanpraten.

Toen ik ouder werd, probeerde ik jongens te pleasen met mijn kleding. Ik geloofde dat ze me aantrekkelijker zouden vinden als ik me uitdagender kleepte. Zelfs nu nog worstel ik hiermee als ik mijn kast inloop en in de verleiding kom om een strak shirt, een kort jurkje of nietsverhullend topje te kiezen om daarmee meer aandacht te trekken.

Ik durf te wedden dat sommigen van jullie ook weleens 's morgens wakker zijn geworden met het voornemen om jongens een plezier te doen. Maar als je daaraan gehoor geeft, zal dat een boodschap uitstralen die je waarschijnlijk niet van plan bent uit te stralen.

Een vriendin van me zei dat haar vriend haar zou verlaten als ze geen seks met hem had. Dus deed ze dat maar. Maar hij ging alsnog bij haar weg. Mijn vriendin deed wat ze dacht dat ze moest doen, zodat deze jongen haar mooi zou vinden, maar het was nog steeds niet genoeg om hem bij haar te houden. En kijk wat ze hiervoor heeft opgegeven.

We willen dat die jongen op onze selfies reageert met 'Mooi!' We willen dat die knapperd in de sportschool met zijn aanbiddelijke grijns zegt: 'Je ziet er goed uit vandaag.' En wie weet, zal hij op een dag knipogen als hij iets tegen me zegt of als hij hulp aanbiedt bij de apparaten. We willen zo graag dat ze tegen ons zeggen dat we schattig zijn. We willen dat mannen die ons hart niet eens kennen, ons vertellen dat we mooi zijn.

Maar het is nooit genoeg.

Deze jongen vindt je rode lippenstift mooi, de andere niet. Deze jongen vindt je leuk in T-shirts, die andere niet.

Deze jongen bewondert je, omdat je wilt wachten met seks tot je getrouwd bent, die andere weer niet.

Misschien vind je een man die je armen te harig vindt, of iemand die het raar vindt dat je ze scheert.

Het is gewoon onmogelijk om elke man met ons uiterlijk te pleasen.

Mooie woorden zijn echt niet bevredigend. Je oma kan je vertellen dat je de mooiste persoon ter wereld bent. Je moeder kan foto's van je op Facebook zetten en je hele thuisfront zegt: 'Wow! Wat ziet ze er volwassen en mooi uit!' Maar wat dan? Wanneer komt het volgende compliment? En wat gebeurt er als dat niet komt?

Het probleem is groter dan een compliment.

We moeten hiermee ophouden.

Een van mijn favoriete passages uit de Bijbel is Matteüs 6:25-29. Hier staat vrij vertaald:

Als je voor God kiest en een leven leidt dat in het teken staat van God aanbidden, dan hoef je je ook niet druk te maken over wat er tijdens de maaltijd op tafel staat en of de kleren in je kast wel in de mode zijn. Het leven is meer dan het voedsel dat je in je maag stopt en de kleding die je aandoet. Kijk naar de vogels, vrij en ongebonden, zij hebben geen verplichtingen, en zijn zorgeloos onder de hoede van God. Voor Hem betekenen je veel meer dan vogels. Is iemand ooit langer geworden door een beetje voor de spiegel te staan? Al de tijd en al het geld dat aan mode wordt verspild – denk je dat het zoveel verschil uitmaakt? Loop eens naar het veld, in plaats van naar mode te kijken, en kijk naar de wilde bloemen. Ze zijn niet opgemaakt of aangekleed, maar heb je ooit zoveel kleur en design gezien? De tien best geklede mannen en vrouwen van het land zien er naast hen armoedig uit.

Als je je, net als ik, afvraagt wat mannen aantrekkelijk vinden en hoe je er beter uit kunt zien om hen te plezieren, houd daar dan mee op. Als je je puistjes in de spiegel telt, stop dan met tellen. Als je denkt dat het dragen van een croptop of een zomerjurkje dé manier is om jongens te laten denken dat je aantrekkelijk bent – laat dat idee dan los.

Stop ermee je druk te maken.

Er is een reden dat God jou heeft gemaakt zoals je bent. Je fysieke schoonheid verander je niet door te zeuren en te klagen.

Ik zeg niet dat je je favoriete kleur lippenstift weg moet gooien en nooit meer naar de sportschool moet gaan. Kleding mooi aan. Blijf gezond. Maar doe die dingen niet om de wereld te plezieren. Natuurlijk is dat geen gemakkelijk advies om op te volgen, want het gaat in tegen onze natuurlijke verlangens om mannen te plezieren.

Maar dat zal ons nooit lukken. En weet je wat? Je leven heeft een hoger doel dan een lekkernij voor het oog van mannen te

zijn. Als je merkt dat je je druk maakt over hoe mannen je zien, bid dan. Haal diep adem en sluit Facebook. Concentreer je op je Schepper. Focus je op het leven voor die Ene die je het leven gaf. Zoek zijn aangezicht, en bid om het vermogen om jezelf te zien zoals Hij je ziet.

Je zult nooit mooi genoeg zijn voor de wereld.

Het is belangrijk voor de rest van dit boek om vast te stellen dat de wereld ons niet beoordeelt. Dat doet God. Hij heeft ons geschapen, en we moeten Hem – en niet de tijdelijke verlangens van deze wereld – toestaan ons te vertellen wie we zijn.

Laat alle vrouwen die God liefhebben, met of zonder thigh gap, hier amen op zeggen.

De volgende keer dat je zin hebt om je druk te maken, stap dan weg van de spiegel en ga naar buiten. Kijk naar de wilde bloemen, de katjes en de zonneschijn. Verwonder je over de natuur en de zee. God heeft het allemaal geschapen. Toch zijn wij zijn favoriete schepping. Vier dat! Geef God de eer in je leven. Je mooiste eigenschap is het vermogen om voor Hem te leven.

Laten we meer tijd besteden om onszelf te kleden met de vrucht van de Geest: liefde, vreugde, vrede, geduld, vriendelijkheid, goedheid, trouw, zachtmoedigheid en zelfbeheersing.

Laten we ons kleden met liefde en zachtmoedigheid, laten we zelfbeheersing dragen alsof het onze favoriete handtas is. Laten we dagelijks vreugde en vriendelijkheid rondstrooien als confetti.

Laten we geduldig zijn met elkaar en leven in goedheid. We kunnen beter de vruchten van de Geest dragen dan de merk-kleding die we showden op de middelbare school. En als je blijft, laten we ze langer dragen dan we Crocs droegen!

Een eerlijk gesprek

- Wanneer was de laatste keer dat je je druk maakte over hoe je eruitziet? Waar maakte je je in het bijzonder druk om?
- Waarom denk je dat je uiterlijk belangrijk is?
- Hoe kun je jezelf eraan herinneren om te stoppen met dat gedoe?
- Wie bepaalt wat jij waard bent?