

# Waar te beginnen?

Een guide voor als je  
zoekende bent in het geloof

Met  
praktische  
tips en meer!

ZIJ L&CHT  
*Sis, you GOD this*

Zij Lacht handleiding

‘Waar te beginnen als je nieuw bent in het geloof?’

Ontwikkeling: Zij Lacht in samenwerking met Sis, you GOD this

Vormgeving: Zij Lacht

Zij Lacht

[www.zijlucht.nl](http://www.zijlucht.nl)

[www.sisyougodthis.nl](http://www.sisyougodthis.nl)

Dit e-book hoort bij de gratis guides van Zij Lacht, alle rechten voorbehouden.

# Inhoud

- 5 Evangelie
- 6 Bijbellezen
- 7 Bijbelvertalingen
- 8 Ontmoeten
- 9 Kerken
- 12 Vragen
- 13 Tips



Lieve vrouw,

Wat fijn dat je meer wilt weten over het christelijk geloof en wie God is! We weten dat het soms best lastig kan zijn om te bepalen waar je moet beginnen. Met deze handleiding hopen wij je zoveel als het kan te helpen. Mocht je vragen hebben, stuur gerust een mailtje naar [info@zijlucht.nl](mailto:info@zijlucht.nl).

Liefs,

Team Zij Lucht & de meiden van Sis, you God this



# Het Evangelie

*“God had de wereld zo lief dat Hij Zijn enige Zoon gegeven heeft, zodat iedereen die in Hem gelooft niet verloren gaat, maar eeuwig leven heeft.”*

- Johannes 3:16

Deze Bijbeltekst is de kern van het Evangelie: God die Zijn Zoon naar de wereld stuurde om voor ons te sterven aan het kruis. En Hij deed dit zodat jij eeuwig leven kunt ontvangen, om je te vergeven van al jouw zonden en de relatie tussen God en mensen te herstellen.

## **Maar hoe deed Hij dat?**

God komt in liefde naar ons toe. Hij wil namelijk heel graag dat het goed zit tussen jou en Hem. Van nature willen we allemaal zelf de baas zijn over ons leven. Hierdoor zijn we stuurloos geworden en hebben we het echte geluk niet meer. Vandaag de dag leven veel mensen onder de druk van angst, schaamte en schuld. Dit kan komen door fouten die ze zelf hebben gemaakt of dingen die hun zijn aangedaan. Maar leven onder de druk van deze gevoelens, betekent niet leven in vrijheid. En het lukt ons zelf niet om ons te bevrijden van deze angst, ons schuldgevoel en wat er fout gegaan is in ons leven. En het lukt ons al helemaal niet om 'zomaar' mensen te vergeven die ons iets hebben aangedaan.

Maar God laat ons niet aan ons lot over. Om de relatie tussen Hem en ons te herstellen en het ware geluk te vinden, heeft God Jezus naar deze aarde gestuurd. Jezus is de Zoon van God. Hij is 100% God, maar ook 100% mens. Daarom kan Hij ons bevrijden van onze zonde en ons ongeluk.

Toen Hij stierf, stierven al onze fouten met Hem. Hij heeft zelf geen fouten gemaakt en kon daardoor de prijs voor ons leven betalen bij God. Daarom zegt God: als je op Jezus vertrouwt, zit het goed tussen ons. Als je op Jezus vertrouwt, kun je helemaal opnieuw beginnen bij God. Al het oude is dan voorbij. Je leeft een nieuw leven: een leven met God.

## **Vertrouwen**

Op Jezus vertrouwen klinkt misschien heel vaag. Hoe doe je dat dan?

Het begint met praten. Je vertelt Jezus alles wat er gebeurd is. Hoe je je voelt en wat je nodig hebt. Je mag echt alles aan Hem vertellen. Je mag tegen Hem praten, gewoon zoals je tegen een vriend zou praten. Jezus is namelijk in de hemel en dat betekent dat Hij iedereen over de hele wereld kan horen én helpen!

Toen Jezus naar de hemel ging, is de Heilige Geest gekomen. Die is op aarde namens Jezus en werkt in ons. De Geest is al in je aan het werk, doordat je zoekt naar God. Vraag de Geest ook om je verder te leiden in dit proces. Je bent niet alleen! Hij staat je terzijde.

## Bijbellezen

Door de Bijbel spreekt God tot jou en met bidden mag je terugpraten. Ook leren we Jezus, en wat Hij voor ons heeft gedaan, beter kennen door de Bijbel te lezen. Soms kan de Bijbel best overweldigend zijn als je die voor het eerst (of opnieuw) wilt gaan lezen. Onze tip is daarom ook om eerst de vier Evangelieën in het Nieuwe Testament te lezen. Dit zijn: Matteüs, Marcus, Lucas en Johannes. Deze Bijbelboeken leggen de kern uit van waar het geloof over gaat. Hier lees je onder andere over wie Jezus is en wat Zijn leven en sterven voor ons betekenen. Jezus is de kern van Gods boodschap aan ons. In de brieven van de apostelen (de Bijbelboeken na de Evangelieën) leer je wat het betekent om met Jezus te leven als je in Hem gelooft.

In het Oude Testament lees je over het volk Israël. Door die geschiedenis leer je God steeds beter kennen en wordt duidelijk waarom het nodig was dat Jezus kwam.

### 'Vreugde voor Elke Dag'

Als Zij Lacht hebben we een eigen weggeefbijbeltje ontwikkeld met het Johannesevangelie, de Psalmen en vier overdenkingen die speciaal zijn geschreven voor vrouwen die nieuw zijn in het geloof!

### Leesplannen

Het kan helpen om naast het Bijbellezen een leesplan te gebruiken. Zij Lacht is onderdeel van het Nederlands-Vlaams Bijbelgenootschap (NBG), dat twee leesplannen heeft ontwikkeld die wij je aanraden:

#### Leesplan 'Bijbel in het kort'

Wil je meer weten over de Bijbel, maar weet je niet waar je moet beginnen? Dit leesplan laat je dagelijks een paar minuten stilstaan bij een bijzonder verhaal en een vraag om over na te denken. Zo leer je in 21 dagen de Bijbelse verhalen kennen en ontdek je hoe actueel ze zijn voor jouw leven.

<https://www.debijbel.nl/leesplannen/bijbel-in-t-kort>

#### Leesplan 'Het leven en de woorden van Jezus'

Wat weet jij over Jezus? En wat zou je nog meer over Hem willen weten? In dit leesplan verdiep je je in het leven, het sterven en de opstanding van Jezus, en ervaar je wat het betekent om Hem te volgen.

<https://www.debijbel.nl/leesplannen/het-leven-en-de-woorden-van-jezus>

#### Leesplan 'Een nieuw begin'

De Bijbel staat vol met verhalen over een nieuw begin. Misschien ben jij ook wel toe aan een nieuw begin of staat je een nieuw begin te wachten. Aan de hand van een aantal Bijbelverhalen over verleden, heden en toekomst leren we hoe we altijd mogen blijven vertrouwen op God! Dit is het leesplan van Sis, you GOD this.

<https://www.bible.com/nl/reading-plans/41240-een-nieuw-begin>

# Bijbelvertalingen

Ben je op zoek naar een Bijbel, maar weet je niet welke vertaling je moet lezen? Het Oude Testament is oorspronkelijk in het Hebreeuws geschreven en het Nieuwe Testament in het Grieks. Omdat dat hele oude talen zijn die heel anders zijn dan het Nederlands zijn er verschillende vertalingen gemaakt. En tussen die vertalingen zijn ook verschillen. Hieronder hebben we een paar Bijbels met verschillende vertalingen op een rijtje gezet:

**HSV – de Herziene Statenvertaling** is een vertaling die dicht bij de grondtekst (wat betreft woordkeus en zinsconstructie) probeert te blijven. Het nadeel is dat de zinnen soms lastig zijn opgebouwd. De Zij Lacht Notitiebijbel is in de HSV-vertaling uitgebracht. Er staan overdenkingen in die je verder helpen bij het begrijpen van de Bijbel. En onze online overdenkingen kunnen hier een mooie aanvulling op zijn.

**NBV21 – de Nieuwe Bijbelvertaling van de 21e eeuw** is een vertaling die dicht bij de grondtekst wil blijven én makkelijker te lezen is. Dit is een van de nieuwste vertalingen in het Nederlands. De nieuwste kennis over het Hebreeuws, Grieks en de grondtekst is gebruikt om een goede, kloppende vertaling naar het Nederlands te maken. *P.s. Zij Lacht komt in het najaar van 2024 met een Zij Lacht NBV21 Bijbel!*

**BGT - Bijbel in Gewone Taal** is een vertaling in gewone taal, met algemeen bekende woorden en de zinnen zijn overzichtelijk en niet te lang. Deze vertaling is speciaal gemaakt voor mensen die niet veel lezen, maar wel Gods boodschap willen leren kennen. Dus heb je nog nooit of heel weinig de Bijbel gelezen, dan is dit een aanrader.

**De Bijbel Dichtbij** is de Bijbel in Gewone Taal met extra uitleg en hulp om te begrijpen wat je leest.



# Ontmoeten

Naast het lezen van de Bijbel is het ook fijn om anderen te ontmoeten en samen op reis te gaan in het ontdekken van het geloof en de Bijbel.

## **Alpha Cursus**

Heb je vragen over geloven en hoe je dat doet in de praktijk, dan is Alpha een mooie plek voor jou. Deze cursus wordt door het hele land gegeven.

In een groep met allerlei verschillende mensen praat je over geloof, God en het leven. Het is een plek waar je al je vragen kunt stellen en waar mensen met je meelopen in het ontdekken van het geloof.

Neem een kijkje op de site: [www.alpha-cursus.nl](http://www.alpha-cursus.nl)

## **Zij Lacht Community**

Wil jij andere Zij Lacht lezeressen online en/of offline ontmoeten? In onze Facebook community worden er op eigen initiatief Zij Lacht groepen gestart. Sluit je aan bij een groep vrouwen bij jou in de buurt of start er zelf één. De invulling van de groep kan variëren van gezellige avonden met lekker eten en goede gesprekken tot een wekelijkse Bijbelstudie-avond met vrouwen uit jouw omgeving. <https://www.facebook.com/groups/zijlacht.community/>

## **Sis, you GOD this**

Wil je andere (jonge) christelijke vrouwen ontmoeten die ook op zoek zijn naar verbinding en bemoediging in het geloof? Dan is het online platform 'Sis, you GOD this' misschien iets voor jou. Je kunt het online platform vinden op [sisyouGODthiscommunity.nl](http://sisyouGODthiscommunity.nl) en via Instagram: @sisyouGODthis

# Kerken

Naast het lezen van de Bijbel is het ook fijn om anderen te ontmoeten en samen op reis te gaan in het ontdekken van Jezus en de Bijbel. De kerk is een mooie plek om samen met andere gelovigen te groeien en elkaar te versterken. Er zijn veel verschillende kerkstromingen. We hebben er hieronder een aantal op een rijtje gezet met een korte uitleg:

## **De Rooms Katholieke kerk**

In de Rooms-Katholieke Kerk (RKK) is je christen-zijn onlosmakelijk verbonden met de gemeenschap (je eigen kerk, gezin of de kerk wereldwijd). Hiermee wordt bedoeld dat je christen-zijn pas echt kunt beleven als je dat samen met anderen doet.

In de katholieke traditie is er ook veel aandacht voor spiritualiteit. Met de christelijke spiritualiteit wordt de manier bedoeld waarop je vormgeeft aan je verbinding met God en hoe je geloof werkt in je leven.

Rituelen hebben een belangrijke plek in de RKK. In de liturgie worden alle zintuigen aangesproken. De mooie kerken verwijzen naar de grootheid van God. De leider van de RKK is de paus. Samen met heel wat medewerkers stuurt hij de kerk aan vanuit Rome.

De RKK geloof dat het vier opdrachten heeft: vieren, verkondigen, gemeenschap vormen en dienstbaar zijn. Vieren is op zondag of andere momenten waarop je samen viert. Verkondigen is het Evangelie doorgeven in wat je doet en zegt. Gemeenschap vormen doe je door mee te bouwen aan een kerkgemeenschap of deel te nemen aan kerkactiviteiten. Dienstbaar zijn gaat over het steunen en zorgen voor anderen.

In de RKK wordt niet alleen tot God gebeden, maar ook tot Maria en andere heiligen. Heiligen zijn mensen die door de Heilige Geest iets heel bijzonders hebben meegemaakt of gedaan hebben in hun leven. De paus kan iemand heilig verklaren en die heilige kan ook voor mensen tot God bidden. Daarom wordt er binnen de RKK ook tot heiligen gebeden.

## **Protestantse kerk**

In de zestiende eeuw was er een grote groep mensen die het niet meer eens was met wat er destijds gebeurde in de Rooms Katholieke kerk. Zij wilden de kerk hervormen en gingen in protest. Deze beweging heet 'De Reformatie' en werd geleid door de theologen Maarten Luther en Johannes Calvijn. De paus en de rituelen hadden een veel te grote plek gekregen. Mensen wilden de focus terugbrengen naar de Bijbel in plaats van alle bijzaken. In de loop van de geschiedenis zijn er veel verschillende kerken ontstaan uit deze protestbeweging. Zij hebben vaak een van de woorden 'protestant', 'hervormd' of 'gereformeerd' in hun naam. Dit laat zien uit welke traditie ze komen. De focus binnen deze kerken ligt op het uitleggen van Bijbelteksten, geloof, het bekeren van je oude leven en het ontvangen van nieuw leven door Jezus. Een aantal kerken die hieronder vallen zijn: de Nederlands Gereformeerde Kerk (NGK), Christelijke Gereformeerde Kerken (CGK), Protestantse Kerk in Nederland (PKN), Hersteld Hervormde Kerk (HHK) en de reformatorische kerken.

## **De Reformatorische kerk**

Reformatorische kerk komt ook voort uit de Reformatie, maar heeft een beetje een eigen geschiedenis. In de loop van de vorige eeuw is er in een deel van de protestantse kerk de focus komen te liggen op de gebreken van de mens tegenover God en dat alleen Hij ons kan veranderen. Maar om te beseffen dat God je wil vergeven, wordt er veel aandacht besteed aan het beseffen en voelen dat je zondig bent. Doordat er veel nadruk ligt op de zonde en dat God iets moet doen, kunnen mensen zich machteloos gaan voelen in het geloof. Sommige mensen blijven altijd twifelen of God nu wel echt hun zonden wil vergeven. Deze kerken vormen daarentegen vaak een hele hechte gemeenschap en hebben veel aandacht voor het ervaren van God. Binnen deze stroming vallen de volgende kerken: de Gereformeerde Gemeente (Ger. Gem.), Gereformeerde Gemeente Nederland (Ger. Gem. in Ned.), Oud Gereformeerde Gemeente (Oud Ger.Gem). en de Hersteld Hervormde Kerk.

### **Evangelische kerk**

Deze stroming heeft voornamelijk de focus op de blijdschap van het geloof. Evangelie betekent namelijk: het goede nieuws. Het goede nieuws dat Jezus voor jou is gestorven en dat jij als je in Hem gelooft bij God kunt komen, staat hier centraal. Er ligt nadruk op Jezus en dat Hij voor iedereen gestorven is. Het is aan jou de keuze of je Jezus aanneemt of niet. Kerken die binnen deze stroming vallen zijn: de Baptistengemeente, de Evangelische Kerk en de Vrij Evangelische Kerk. Ook de charismatische gemeenten horen binnen deze categorie.

### **Charismatische stroming**

Binnen de evangelische stroming zijn er ook kerken die meer aandacht geven aan de gaven van de Heilige Geest. In 1 Korintiërs 12 gaat het over de 'charismata': de gaven van de Geest. Deze kerken noemen zich daarom 'charismatisch'. Centraal staat dat God door de Heilige Geest nog steeds wonderen verricht zoals in de tijd van de Bijbel. Genezing van ziekten en psychische problemen krijgt veel nadruk. Ook zijn de diensten gericht op ervaring en geloofsopbouw. Vaak zijn de diensten modern aangekleed. Er is een podium met een band, lichten en de sfeer is casual. Aan het einde van de dienst word je vaak opgeroepen om naar voren te komen als je je leven aan Jezus wilt geven of als je wilt dat iemand voor je bidt. Kerken die bij deze stroming horen, hebben soms het woord 'evangelisch' in hun naam, maar vaak hebben ze geen 'stroming' in hun naam. De kerken staan meer op zichzelf en hebben geen officiële onderlinge banden, zoals bijvoorbeeld bij de PKN of de RKK.

# Vragen

Bij Zij Lucht kunnen wij je helaas geen inhoudelijke begeleiding geven, maar we hebben wel een tip waar je dit kunt vinden:

## **E-pastoraat.nl**

Dit is een online platform waar je anoniem met al je vragen over God, geloof en het leven terecht kunt. Via de mail worden je vragen beantwoord door mensen die hiervoor zijn getraind en je graag helpen in je zoektocht naar God.

## Zij Lacht tips

### Zij Lacht overdenkingen

Wist je dat er op onze eigen website ([www.zijlucht.nl](http://www.zijlucht.nl)) elke dag om 06.00 uur een Bijbelse overdenking online staat? Met onze overdenkingen willen we je helpen om dagelijks tijd met God door te brengen.

Onze overdenkingen bestaan uit een Bijbeltekst en een praktische koppeling om in je dagelijkse leven toe te passen.

### Zij Lacht dagboek

Dit dagboek bevat 300 overdenkingen. Het is daarmee een bijna-elke-dagboek, want soms wil je jouw tijd met God anders invullen of lukt het een dagje niet. Dit dagboek heeft elke dag een Bijbeltekst die je in je eigen Bijbel kunt lezen. Daarna lees je de verdieping op het Bijbelgedeelte in je dagboek. Het helpt je ook om de Bijbel vaker te lezen en je relatie met God te laten groeien.

### Guide Bijbellezen

Soms is het best lastig om de Bijbel te lezen, maar hoe kun je dat veranderen? Deze gids loopt langs verschillende vragen en worstelingen, geeft antwoord op je vragen en helpt om je verlangen naar Gods Woord te (her)vinden.

### 'You GOD this!'

Struggle je met onderwerpen zoals onzekerheid, roddelen, social media, keuzes maken, tegenslagen en relaties? Wil je verhalen horen over hoe God in deze tijd nog tot mensen spreekt en vraag je je af wat je doel is in het leven? Dan is het boek *You GOD this!* wat voor jou.

Jolet en Anouk van Sis, *you GOD this* zijn al jarenlang vriendinnen. In hun zoektocht naar hoe je als jonge christelijke vrouw steeds meer op Jezus kan gaan lijken, hebben ze met vallen en opstaan veel geleerd. Dit boek is geschreven met de vraag: *'Wat zouden we tegen de jongere versie van onszelf willen zeggen?'*

### The Chosen

Dit is de eerste hoogstaande en authentieke filmserie over het leven van Jezus en Zijn volgelingen. Deze serie wil een brug slaan tussen onze moderne wereld en het tijdperk waarin het allemaal begon. De serie bestaat uit zeven seizoenen en heeft al meer dan 150 miljoen mensen bereikt. Deze serie is geen vervanging van de Bijbel, maar geeft je op een laagdrempelige manier een introductie van het verhaal van Jezus. Zie ook [www.thechosen.nl](http://www.thechosen.nl).

## **Boeken- en podcasttips**

### **‘Het Christelijk geloof voor eeuwige beginners’**

Dit is een boek voor beginners en jonge gelovigen waarin belangrijke thema's over het christelijk geloof op een laagdrempelige manier worden behandeld. Daarnaast sluit elk hoofdstuk af met leestips en gespreksvragen om over na te denken.

### **'Dogmatiek voor iedereen'**

Wil je meer weten over wat het christelijk geloof inhoudt en houd je van lezen? Dogmatiek gaat over wat we geloven in de kerk. Het boek legt dit heel helder en begrijpelijk uit.

### **‘Dit is de Bijbel’**

Als je je kennis over de Bijbel wilt verdiepen, kun je ook deze podcast luisteren. De podcast behandelt per aflevering een thema uit de Bijbel.

### **Zij lacht Bijbel in 1 jaar podcast**

In de Zij Lacht Bijbel In Een Jaar Podcast gaan Femke en Liza wekelijks met elkaar in gesprek over de Bijbel In Een Jaar. Samen kijken ze terug op de gelezen stukken van afgelopen week. Wat viel hen op? Elke week delen ze een Bijbelweetje van een Bijbelwetenschapper en ten slotte denken ze na over de vraag: ‘hoe kan ik de Bijbelgedeeltes die ik heb gelezen toepassen in mijn eigen leven?’

*Doe mee met de uitdaging en lees samen met Femke en Liza de Bijbel In Een Jaar! Bestel de Bijbel via [zijlucht.nl/bijbelineenjaar](http://zijlucht.nl/bijbelineenjaar).*

### **Zij Lacht Elke Dag podcast**

Elke dag delen we een Bijbelgedeelte met daarbij een verdiepende overdenking van Zij Lacht. Luister mee en leer de Bijbel beter lezen, begrijpen en leven.

We hopen dat we je met deze handleiding wat tips en handvatten hebben gegeven om je zoektocht in het geloof en de Bijbel te versterken.

Via onze online kanalen delen we gratis dagelijkse content om vrouwen in Nederland en Vlaanderen te helpen de Bijbel te lezen, te begrijpen en te leven. Daarnaast ontwikkelen we constant nieuwe producten om onze missie uit te dragen.

Ons team stopt veel liefde en tijd in het ontwikkelen van mooie producten. Wil jij ons werk ondersteunen? Je kunt Zij Lucht maandelijks ondersteunen. Je ontvangt dan maandelijks een uitgebreide Bijbelstudie die jou helpt dieper de Bijbel in te duiken. Kijk voor meer informatie op: [www.zijlucht.nl/membership](http://www.zijlucht.nl/membership)

### **Bouw jij mee?**

Liefs,

Team Zij Lucht  
in samenwerking met Sis, you GOD this





ZIJ L&Auml;CHT  
*Sis, you GOD this*