

## Nieuwe Bijbelvertaling

## Herziene Statenvertaling

## Dag 1 Psalm 139:13-18.

## Zo heeft God je gemaakt

**13** U was het die mijn nieren vormde, die mij weefde in de buik van mijn moeder.  
**14** 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.  
**15** Toen ik in het verborgene gemaakt werd, kunstig geweven in de schoot van de aarde, was mijn wezen voor u geen geheim.  
**16** Uw ogen zagen mijn vormeloos begin, alles werd in uw boekrol opgetekend, aan de dagen van mijn bestaan ontbrak er niet één.  
**17** Hoe rijk zijn uw gedachten, God, hoe eindeloos in aantal,  
**18** ontelbaar veel, meer dan er zandkorrels zijn. Ontwaak ik, dan nog ben ik bij u.

**13** Want U hebt mijn nieren geschapen, mij in de schoot van mijn moeder gegeven.  
**14** Ik loof U omdat ik ontzagwekkend wonderlijk gemaakt ben; wonderlijk zijn Uw werken, mijn ziel weet dat zeer goed.  
**15** Mijn beenderen waren voor U niet verborgen, toen ik in het verborgene gemaakt ben en geborduurd werd in de laagste plaatsen van de aarde.  
**16** Uw ogen hebben mijn ongevormd begin gezien, en zij allen werden in Uw boek beschreven, de dagen dat zij gevormd werden, toen er nog niet één van hen bestond.  
**17** Daarom, hoe kostbaar zijn mij Uw gedachten, o God, hoe machtig groot is hun aantal.  
**18** Zou ik ze tellen? Zij zijn talrijker dan korrels zand; ontwaak ik, dan ben ik nog bij U.

## Dag 2 Jesaja 43:1-7.

## Zo denkt en voelt God over jou

**1** Welnu, dit zegt de HEER, die jou schiep, Jakob, die jou vormde, Israël: Wees niet bang, want ik zal je vrijkopen, ik heb je bij je naam geroepen, u bent van mij! **2** Moet je door het water gaan – ik ben bij je; of door rivieren – je wordt niet meegesleurd. Moet je door het vuur gaan – het zal je niet verteren, de vlammen zullen je niet verscroeien.  
**3** Want ik, de HEER, ben je God, de Heilige van Israël, je redder. Voor jou geef ik Egypte als losgeld, Nubië en Seba ruil ik in tegen jou.  
**4** Jij bent zo kostbaar in mijn ogen, zo waardevol, en ik houd zo veel van je dat ik de mensheid geef in ruil voor jou, ja alle volken om jou te behouden.  
**5** Wees niet bang, want ik ben bij je. Ik haal je nakomelingen uit het oosten terug, uit het westen breng ik jullie bijeen.  
**6** Tegen het noorden zeg ik: Geef hier! Het zuiden gebied ik: Laat los! Breng mijn zonen terug van verre, mijn dochters van de einden der aarde,  
**7** allen over wie mijn naam is uitgeroepen, en die ik omwille van mijn majesteit geschapen heb, gemaakt en gevormd.

**1** Maar nu, zo zegt de HEERE, uw Schepper, Jakob, uw Formeerder, Israël: Wees niet bevreesd, want Ik heb u verlost, Ik heb u bij uw naam geroepen, u bent van Mij. **2** Wanneer u zult gaan door het water, Ik zal bij u zijn, door rivieren, zij zullen u niet overspoelen. Wanneer u door het vuur zult gaan, zult u niet verbranden, geen vlam zal u aansteken.  
**3** Want Ik ben de HEERE, uw God, de Heilige van Israël, uw Heiland. Ik heb Egypte als losgeld voor u gegeven, Cusj en Seba in uw plaats.  
**4** Sinds u kostbaar bent in Mijn ogen, bent u verheerlijkt en heb Ik u liefgehad. Daarom heb Ik mensen gegeven in uw plaats en volken in plaats van uw ziel.  
**5** Wees niet bevreesd, want Ik ben met u. Vanwaar *de zon* opkomt, zal Ik uw nageslacht halen en vanwaar *zij* ondergaat zal Ik u bijeenbrengen.  
**6** Ik zal zeggen tegen het noorden: Geef! En tegen het zuiden: Weerhoud niet! Breng Mijn zonen van ver, en Mijn dochters van het einde der aarde.  
**7** Ieder die genoemd is naar Mijn Naam, die heb Ik tot Mijn eer geschapen, die heb Ik geformeerd, ja, die heb Ik gemaakt.

## Dag 3 Jeremia 17:5-8.

## Zo maakt God je tot een bloeiende boom

**5** Dit zegt de HEER: Vervloekt wie op een mens vertrouwt, wie zijn kracht ontleent aan stervelingen, wie zich afkeert van de HEER.  
**6** Hij is als een struik in een dorre vlakke, hij merkt de komst van de regen niet op. Hij staat in een steenwoestijn, in een verzilt en verlaten land.  
**7** Gezegend wie op de HEER vertrouwt, wiens toeverlaat de HEER is.  
**8** Hij is als een boom geplant aan water, zijn wortels reiken tot in de rivier. Hij merkt de komst van de hitte niet op, zijn bladeren blijven altijd groen. Tijden van droogte deren hem niet, steeds weer draagt hij vrucht.

**5** Zo zegt de HEERE: Vervloekt is de man die vertrouwt op een mens, en *die* een schepsel tot zijn arm stelt, terwijl zijn hart van de HEERE afwijkt.  
**6** Hij zal zijn als een kale struik in de vlakke, die het niet ziet wanneer het goede komt: hij verblijft *op* de droogste plekken in de woestijn, *in* zilt en onbewoond land.  
**7** Gezegend is de man die op de HEERE vertrouwt, wiens vertrouwen de HEERE is.  
**8** Hij zal zijn als een boom, die bij water geplant is, en *die* zijn wortels laat uitlopen bij een waterloop. Hij merkt het niet als er hitte komt, zijn blad blijft groen. Een jaar van droogte deert hem niet, en hij houdt niet op vrucht te dragen.

## Dag 4 Jeremia 29:11-14.

## Dit zegt God over je toekomst.

**11** Mijn plan met jullie staat vast – spreekt de HEER. Ik heb jullie geluk voor ogen, niet jullie ongeluk: ik zal je een hoopvolle toekomst geven.  
**12** Jullie zullen mij aanroepen en tot mij bidden, en ik zal naar jullie luisteren.  
**13** Jullie zullen mij zoeken en ook vinden, als jullie mij tenminste met hart en ziel zoeken.  
**14** Ik zal me door jullie laten vinden – spreekt de HEER – en ik zal in je lot een keer brengen. Ik zal jullie samenbrengen uit alle volken en plaatsen waarheen ik je verbannen heb – spreekt de HEER – en je laten terugkeren naar Jeruzalem, waaruit ik je heb laten wegvoeren

**11** Ik immers, Ik ken de gedachten die Ik over u koester, spreekt de HEERE. Het zijn gedachten van vrede en niet van kwaad, *namelijk* om u toekomst en hoop te geven.  
**12** Dan zult u Mij aanroepen en *heengaan*, u zult tot Mij bidden en Ik zal naar u luisteren.  
**13** U zult Mij zoeken en vinden, wanneer u naar Mij zult vragen met heel uw hart.  
**14** Ik zal door u gevonden worden, spreekt de HEERE, Ik zal een omkeer brengen in uw gevangenschap en u bijeenbrengen uit alle volken en uit alle plaatsen waarheen Ik u verdreven heb, spreekt de HEERE, en Ik zal u terugbrengen naar de plaats vanwaar Ik u in ballingschap heb gevoerd.

## Dag 5<sup>BS</sup> Kolossenzen 3:10-17. Zo verandert God je blijvend (vgl. Kolossenzen 3:23-24)

10 en de nieuwe mens hebt aangetrokken, die steeds vernieuwd wordt naar het beeld van zijn schepper en zo tot inzicht komt. 11 Dan is er geen sprake meer van Grieken of Joden, besnedenen of onbesnedenen, barbaren, Skythen, slaven of vrijen, maar dan is Christus alles in allen.

12 Omdat God u heeft uitgekozen, omdat u zijn heiligen bent en hij u liefheeft, moet u zich kleden in innig medeleven, in goedheid, bescheidenheid, zachtmoedigheid en geduld. 13 Verdraag elkaar en vergeef elkaar als iemand een ander iets te verwijten heeft; zoals de Heer u vergeven heeft, moet u elkaar vergeven. 14 En bovenal, kleed u in de liefde, dat is de band die u tot een volmaakte eenheid maakt. 15 Laat in uw hart de vrede van Christus heersen, want daartoe bent u geroepen als de leden van één lichaam. Wees ook dankbaar. 16 Laat Christus' woorden in al hun rijkdom in u wonen; onderricht en vermaan elkaar in alle wijsheid, zing met heel uw hart psalmen en hymnen voor God en liederen die de Geest u vol genade ingeeft. 17 Doe alles wat u zegt of doet in de naam van de Heer Jezus, terwijl u God, de Vader, dankt door hem.

23 Wat u ook doet, doe het van harte, alsof het voor de Heer is en niet voor de mensen, 24 want u weet dat u van de Heer een erfenis als beloning zult ontvangen – uw meester is Christus!

10 en u met de nieuwe mens bekleed hebt, die vernieuwd wordt tot kennis, overeenkomstig het beeld van Hem Die hem geschapen heeft.

11 Daarbij is niet Griek en Jood van belang, besnedenen en onbesnedenen, barbaar en Scyth, slaaf en vrije, maar Christus is alles en in allen.

12 Bekleed u dan, als uitverkorenen van God, heiligen en geliefden, met innige gevoelens van ontferming, vriendelijkheid, nederigheid, zachtmoedigheid, geduld. 13 Verdraag elkaar en vergeef de een de ander, als iemand tegen iemand anders een klacht heeft; zoals ook Christus u vergeven heeft, zo moet ook u doen. 14 En doe boven dit alles de liefde aan, die de band van de volmaaktheid is. 15 En laat de vrede van God heersen in uw harten, waartoe u ook in één lichaam geroepen bent; en wees dankbaar. 16 Laat het woord van Christus in rijke mate in u wonen, in alle wijsheid; onderricht elkaar en wijs elkaar terecht, met psalmen, lofzangen en geestelijke liederen. Zing voor de Heere met dank in uw hart. 17 En alles wat u doet met woorden of met daden, doe dat alles in de Naam van de Heere Jezus, terwijl u God en de Vader dankt door Hem.

23 En alles wat u doet, doe dat van harte, als voor de Heere en niet voor mensen, 24 in de wetenschap dat u van de Heere als vergelding de erfenis zult ontvangen, want u dient de Heere Christus.

## Dag 6 Matteüs 6:25-34.

## Zo kun je stoppen met je zorgen te maken

25 Daarom zeg ik jullie: maak je geen zorgen over jezelf en over wat je zult eten of drinken, noch over je lichaam en over wat je zult aantrekken. Is het leven niet meer dan voedsel en het lichaam niet meer dan kleding? 26 Kijk naar de vogels in de lucht: ze zaaien niet en oogsten niet en vullen geen voorraadschuren, het is jullie hemelse Vader die ze voedt. Zijn jullie niet meer waard dan zij? 27 Wie van jullie kan door zich zorgen te maken ook maar één el aan zijn levensduur toevoegen?

28 En wat maken jullie je zorgen over kleding? Kijk eens naar de lelies, kijk hoe ze groeien in het veld. Ze werken niet en weven niet. 29 Ik zeg jullie: zelfs Salomo ging in al zijn luister niet gekleed als een van hen.

30 Als God het groen dat vandaag nog op het veld staat en morgen in de oven gegooid wordt al met zo veel zorg kleedt, met hoeveel meer zorg zal hij jullie dan niet kleden, kleingelovigen? 31 Vraag je dus niet bezorgd af: "Wat zullen we eten?" of: "Wat zullen we drinken?" of: "Waarmee zullen we ons kleden?" – 32 dat zijn allemaal dingen die de heidenen najagen. Jullie hemelse Vader weet wel dat jullie dat alles nodig hebben. 33 Zoek liever eerst het koninkrijk van God en zijn gerechtigheid, dan zullen al die andere dingen je erbij gegeven worden. 34 Maak je dus geen zorgen voor de dag van morgen, want de dag van morgen zorgt wel voor zichzelf. Elke dag heeft genoeg aan zijn eigen last.

25 Daarom zeg ik u: Wees niet bezorgd over uw leven, over wat u eten en wat u drinken zult; ook niet over uw lichaam, namelijk waarmee u zich kleden zult. Is het leven niet meer dan het voedsel en het lichaam meer dan de kleding? 26 Kijk naar de vogels in de lucht: zij zaaien niet en maaien niet, en verzamelen niet in schuren; uw hemelse Vader voedt ze evenwel; gaat u ze niet ver te boven? 27 Wie toch van u kan met bezorgd te zijn één el aan zijn lengte toevoegen? 28 En wat bent u bezorgd over de kleding? Kijk naar de lelies in het veld, hoe ze groeien; ze werken niet en spinnen niet; 29 en Ik zeg u dat zelfs Salomo in al zijn heerlijkheid niet gekleed ging als één van deze. 30 Als God nu het gras op het veld, dat er vandaag is en morgen in de oven geworpen wordt, zo bekleedt, zal Hij u niet veel meer kleden, kleingelovigen?

31 Wees daarom niet bezorgd en zeg niet: Wat zullen wij eten? of: Wat zullen wij drinken? of: Waarmee zullen wij ons kleden? 32 Want al deze dingen zoeken de heidenen. Uw hemelse Vader weet immers dat u al deze dingen nodig hebt. 33 Maar zoek eerst het Koninkrijk van God en Zijn gerechtigheid, en al deze dingen zullen u erbij gegeven worden. 34 Wees dan niet bezorgd over de dag van morgen, want de dag van morgen zal voor zichzelf zorgen; elke dag heeft genoeg aan zijn eigen kwaad.

## Dag 7 Psalm 103:1-14.

## Dit geeft God allemaal aan jou

1 Van David.

Prijs de HEER, mijn ziel, prijs, mijn hart, zijn heilige naam. 2 Prijs de HEER, mijn ziel, vergeet niet één van zijn weldaden. 3 Hij vergeeft u alle schuld, hij geneest al uw kwalen, 4 hij redt uw leven van het graf, hij kroont u met trouw en liefde, 5 hij overlaadt u met schoonheid en geluk, uw jeugd vernieuwt zich als een adelaar. 6 De HEER doet wat rechtvaardig is, hij verschaft recht aan de verdrukten. 7 Hij maakte aan Mozes zijn wegen bekend, aan het volk van Israël zijn grootse daden. 8 Liefdevol en genadig is de HEER, hij blijft geduldig en groot is zijn trouw. 9 Niet eindeloos blijft hij twisten, niet eeuwig duurt zijn toorn. 10 Hij straft ons niet naar onze zonden, hij vergeldt ons niet naar onze schuld. 11 Zoals de hoge hemel de aarde overspant, zo welft zich zijn trouw over wie hem vrezen. 12 Zo ver als het oosten is van het westen, zo ver heeft hij onze zonden van ons verwijderd. 13 Zo liefdevol als een vader is voor zijn kinderen, zo liefdevol is de HEER voor wie hem vrezen. 14 Want hij weet waarvan wij gemaakt zijn, hij vergeet niet dat wij uit stof zijn gevormd.

1 Een psalm van David. Loof de HEERE, mijn ziel, en al wat in mij is, Zijn heilige Naam. 2 Loof de HEERE, mijn ziel, en vergeet niet een van Zijn weldaden. 3 Die al uw ongerechtigheid vergeeft, Die al uw ziekten geneest, 4 Die uw leven verlost van het verderf, Die u kroont met goedertierenheid en barmhartigheid, 5 Die uw mond verzadigt met het goede, uw jeugd vernieuwt als die van een arend. 6 De HEERE doet rechtvaardige daden en recht aan alle onderdrukten. 7 Hij heeft aan Mozes Zijn wegen bekendgemaakt, aan de nakomelingen van Israël Zijn daden. 8 Barmhartig en genadig is de HEERE, geduldig en rijk aan goedertierenheid. 9 Hij zal niet voor altijd ter verantwoording roepen, niet voor eeuwig handhaaft Hij Zijn toorn. 10 Hij doet ons niet naar onze zonden en vergeldt ons niet naar onze ongerechtigheden. 11 Want zo hoog de hemel is boven de aarde, zo is Zijn goedertierenheid machtig over wie Hem vrezen. 12 Zo ver het oosten is van het westen, zo ver heeft Hij onze overtredingen van ons gedaan. 13 Zoals een vader zich ontfermt over zijn kinderen, zo ontfermt de HEERE Zich over wie Hem vrezen. 14 Want Hij weet wat voor maaksel wij zijn en blijft bedenken dat wij stof zijn.

1 Van David.

Erger je niet aan slechte mensen,

2 zij verdorren snel als gras,

zij verwelken als het jonge groen.

3 Vertrouw op de HEER en doe het goede,

bewoon het land en leef er veilig.

4 Zoek je geluk bij de HEER,

hij zal geven wat je hart verlangt.

5 Leg je leven in de handen van de HEER,

vertrouw op hem, hij zal dit voor je doen:

6 het recht zal dagen als het morgenlicht,  
de gerechtigheid stralen als de middagzon.

7 Blijf kalm en wacht op de HEER,

erger je niet aan wie slaagt in het leven,

aan wie met listen te werk gaat.

8 Wind je niet op, laat je woede varen,

erger je niet, dat brengt maar onheil.

9 Slechte mensen worden verdelgd,

wie hopen op de HEER, zullen het land bezitten.

10 Nog even, en verdwenen is de zondaar,

je kijkt waar hij is, maar vindt hem niet.

11 Wie nederig zijn, zullen het land bezitten

en gelukkig leven in overvloed en vrede.

1 Een psalm van David.

Ontsteek niet *in woede* over de kwaaddoeners, *aleph*  
benijd niet wie onrecht doen.

2 Want als gras zullen zij snel verdorren,

als groene grasscheutjes zullen zij verwelken.

3 Vertrouw op de HEERE en doe het goede; *beth*

bewoon de aarde en voed u *met* trouw.

4 Schep vreugde in de HEERE,

dan zal Hij u geven wat uw hart verlangt.

5 Vertrouw uw weg aan de HEERE toe *gimel*

en vertrouw op Hem: Hij zal het doen.

6 Hij zal uw gerechtigheid tevoorschijn doen komen

als het *morgenlicht*,

uw recht *doen stralen* als de middagzon.

7 Zwijg voor de HEERE *daleth*

en verwacht Hem;

ontsteek niet *in woede* over hem wiens weg voorspoedig is,  
over een man die listige plannen uitvoert.

8 Laat uw woede bedaren en laat uw grimmigheid varen; *he*

ontsteek niet *in woede* – het brengt slechts kwaad.

9 Want de kwaaddoeners zullen uitgeroeid worden,

maar wie de HEERE verwachten, die zullen de aarde bezitten.

10 Nog even, en de goddeloze zal er niet *meer* zijn; *waw*

u zult op zijn plaats letten, maar hij zal er niet wezen.

11 Maar de zachtmoedigen zullen de aarde bezitten

en vreugde scheppen in grote vrede.

## Dag 9 Romeinen 12:3-8.

## Sla jezelf niet te hoog aan

3 Met een beroep op de genade die mij geschonken is, zeg ik u allen dat u zichzelf niet hoger moet aanslaan dan u kunt verantwoorden, maar verstandig over uzelf moet denken. Denk overeenkomstig het geloof, dat is de maatstaf die God u heeft gegeven. 4 Zoals ons ene lichaam vele delen heeft en die delen niet allemaal dezelfde functie hebben, 5 zo zijn we samen één lichaam in Christus en zijn we, ieder apart, elkaars lichaamsdelen. 6 We hebben verschillende gaven, onderscheiden naar de genade die ons geschonken is. Wie de gave heeft te profeteren, moet die in overeenstemming met het geloof gebruiken. 7 Wie de gave heeft bijstand te verlenen, moet bijstand verlenen. Wie de gave heeft te onderwijzen, moet onderwijzen. 8 Wie de gave heeft te troosten, moet troosten. Wie iets weggeeft, moet dat zonder bijbedoeling doen. Wie leiding geeft, moet dat doen met volle inzet. Wie barmhartig voor een ander is, moet daarin blijmoedig zijn.

3 Want door de genade die mij gegeven is, zeg ik ieder onder u niet hoger te denken dan hij moet denken, maar laat hij denken in bescheidenheid, naar de mate van geloof zoals God die aan ieder heeft toebedeeld. 4 Want zoals wij in één lichaam vele leden hebben en de leden niet alle dezelfde functie hebben, 5 zo zijn wij, *hoewel* velen, één lichaam in Christus, maar ieder afzonderlijk leden van elkaar. 6 En nu hebben wij genadegaven, onderscheiden naar de genade die ons is gegeven: 7 hetzij profetie, naar de mate van het geloof; hetzij dienstbetoon, in het dienen; hetzij wie onderwijst, in het onderwijzen; 8 hetzij wie bemoedigt, in het bemoedigen; wie uitdeelt, in oprechtheid; wie leiding geeft, met inzet; wie zich over anderen ontfermt, met blijmoedigheid.

## Dag 10 Romeinen 12:9-18.

## Zo geef je aan anderen een gezonde eigenwaarde

9 Laat uw liefde oprecht zijn. Verafschuw het kwaad en wees het goede toegedaan. 10 Heb elkaar lief met de innige liefde van broeders en zusters en acht de ander hoger dan uzelf. 11 Laat uw enthousiasme niet bekoelen, maar laat u aanvuren door de Geest en dien de Heer. 12 Wees verheugd door de hoop die u hebt, wees standvastig wanneer u tegenspoed ondervindt, en bid onophoudelijk. 13 Bekommer u om de noden van de heiligen en wees gastvrij. 14 Zegen uw vervolgers; zegen hen, vervloek hen niet. 15 Wees blij met wie zich verblijdt, heb verdriet met wie verdriet heeft. 16 Wees eensgezind; wees niet hoogmoedig, maar zet uzelf aan tot bescheidenheid. Ga niet af op uw eigen inzicht. 17 Vergeld geen kwaad met kwaad, maar probeer voor alle mensen het goede te doen. 18 Stel, voor zover het in uw macht ligt, alles in het werk om met alle mensen in vrede te leven.

9 Laat de liefde ongeveinsd zijn. Heb een afkeer van het kwade en houd vast aan het goede. 10 Heb elkaar hartelijk lief met broederlijke liefde. Ga elkaar voor in eerbetoon. 11 Wees niet traag wat uw inzet betreft. Wees vurig van geest. Dien de Heere. 12 Verblijd u in de hoop. Wees geduldig in de verdrukking. Volhard in het gebed. 13 Wees deelgenoot in de noden van de heiligen. Leg u toe op de gastvrijheid. 14 Zegen wie u vervolgen. Zegen *hen* en vervloek *hen* niet. 15 Verblijd u met hen die blij zijn, en huil met hen die huilen. 16 Wees eensgezind onder elkaar. Streef niet naar de hoge dingen, maar houd u bij de nederige. Wees niet wijs in eigen *oog*. 17 Vergeld niemand kwaad met kwaad. Wees bedacht op wat goed is voor alle mensen. 18 Leef, zo mogelijk, voor zover het van u afhangt, in vrede met alle mensen.