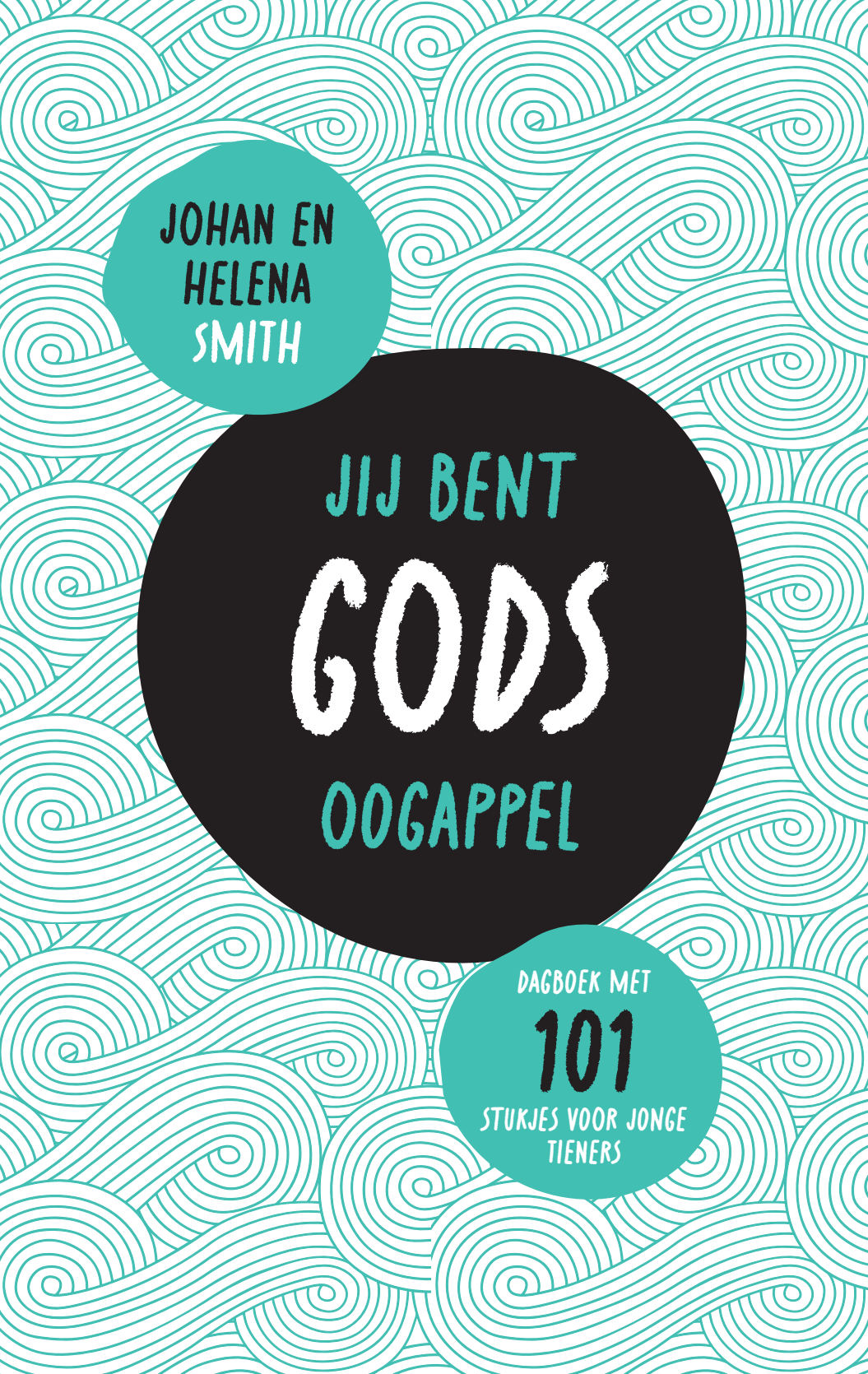




JOHAN EN
HELENA
SMITH

JIJ BENT
GODS
OOGAPPEL

DAGBOEK MET
101
STUKJES VOOR JONGE
TIENERS



Dit boek is van:

Gekregen van:

JOHAN EN
HELENA
SMITH

JIJ BENT
GODS
OOGAPPEL

DAGBOEK MET

101

STUKJES VOOR JONGE
TIENERS

Zevende herziene druk
KokBoekencentrum Uitgevers • Utrecht

Opgedragen aan Celeste.

*Zie de titel van dit boek
als de waarheid voor jou!*

KokBoekencentrum Uitgevers • Utrecht

Ontwerp omslag: Flashworks ontwerpers, Kampen

Lay-out binnenwerk: Flashworks ontwerpers, Kampen

Deze uitgave is oorspronkelijk verschenen onder de titel

Jy is God se oogappel bij Lux Verbi.BM te Wellington, Zuid-Afrika.

Vertaling: Manda Warnaar-van der Stouw

De bijbelteksten in deze uitgave zijn ontleend aan De Nieuwe Bijbelvertaling 2021 ©
Nederlands Bijbelgenootschap 2021.

Zevende herziene druk 2026

ISBN 978 90 266 2877 1

NUR 248

© 2026 KokBoekencentrum Uitgevers, Utrecht

Alle rechten voorbehouden. Tekst- en datamining zijn niet toegestaan.

KokBoekencentrum Uitgevers vindt het belangrijk om op milieuvriendelijke en verantwoorde wijze met natuurlijke bronnen om te gaan. Bij de productie van het papieren boek van deze titel is daarom gebruikgemaakt van papier waarvan het zeker is dat de productie niet tot bosvernietiging heeft geleid.

LEIDRAAD DOOR JE BOEK



GOD VERRAST JE
MET ZOVEEL
SCHITTERENDE
GEDACHTEN



GOD IS ER ALTIJD
OM MET JE TE
PRATEN – STEL JE
VOOR HEM OPEN



MAAK SPELENDER-
WIJS DE LEGPUZZEL
VAN JOUW LEVEN



IN GODS WOORD
VIND JE LEVENS-
GEHEIMEN

INHOUD

10 DAGSTUKJES OVER JE TALENTEN, JE LEVEN EN GOD 11

1. Ben je tevreden met je uiterlijk? 12
2. Schoolprestaties 14
3. Jij en sport 16
4. Gods kinderen hebben talenten 18
5. God hoort jouw gebeden 20
6. God beantwoordt elk gebed 22
7. God is altijd bij je 24
8. God heeft je leven onder controle 26
9. God heeft je echt lief 28
10. Jij bent Gods oogappel 30

10 DAGSTUKJES OVER HET KRUIS 33

1. Het kruis heeft echt bestaan 34
2. Jezus heeft voor jou aan het kruis geleden 36
3. Door Jezus en het kruis vergeeft God je zonden 38
4. Het kruis verzoent jou met God 40
5. Het kruis maakt blij en gelukkig 42
6. Het kruis is Gods liefdesgeschenk voor jou 44
7. Je kunt zeker zijn van het eeuwige leven 46
8. Het kruis maakt een nieuw mens van je 48
9. Je kunt elk moment met God praten 50
10. Het kruis maakt je een lid van Gods familie 52

10 DAGSTUKJES OVER GODS BELOFTEN **55**

1. God belooft dat Hij je vergeeft 56
2. God belooft jou het eeuwige leven 58
3. God belooft dat Hij al je gebeden hoort 60
4. God belooft dat Hij al je gebeden beantwoordt 62
5. God belooft je nieuwe kracht 64
6. God belooft bij je te zijn in moeilijke tijden 66
7. God belooft je hoop in een harde wereld 68
8. God belooft dat Hij je zal beschermen 70
9. God belooft dat Hij je vrij maakt 72
10. God belooft dat Hij wonderen wil doen 74

10 DAGSTUKJES OVER RELATIES **77**

1. Jouw ouders zijn ook geen volmaakte mensen 78
2. Je kunt thuis een voorbeeld zijn 80
3. Zoek zorgvuldig je vrienden uit 82
4. Wees een echte vriend(in) 84
5. Gezinsleden zijn verschillend 86
6. God wil je zegenen met goede relaties 88
7. Mijn naaste is iemand die ik ken 90
8. Vrienden vergeven elkaar 92
9. Eenheid werkt 94
10. Schuif je eigen problemen aan de kant 96

10 DAGSTUKJES UIT DE PSALMEN 99

- | | |
|---|-----|
| 1. Psalm 1: jouw vrienden en vriendinnen | 100 |
| 2. Psalm 4: de Here beschermt je | 102 |
| 3. Psalm 8: je bent heel belangrijk voor God | 104 |
| 4. Psalm 9: vertel over Gods goedheid | 106 |
| 5. Psalm 10: de Here helpt hen die zich
hulpeloos voelen | 108 |
| 6. Psalm 16: de Here is goed voor jou | 110 |
| 7. Psalm 19: Gods Woord is de waarheid | 112 |
| 8. Psalm 21: je mag God in alles vertrouwen | 114 |
| 9. Psalm 23: de Here is je herder | 116 |
| 10. Psalm 27: de Here is je licht en je redder | 118 |

10 DAGSTUKJES OVER HET VOLGEN VAN JEZUS 121

- | | |
|--|-----|
| 1. Neem je kruis op en volg Jezus | 122 |
| 2. Jouw leven behoort toe aan Christus | 124 |
| 3. Het kost iets om Jezus te volgen | 126 |
| 4. De Here gebruikt jonge mensen zoals jij | 128 |
| 5. Hoogmoed is gevaarlijk | 130 |
| 6. God wil dat je nederig bent | 132 |
| 7. Voel je niet meer dan een ander! | 134 |
| 8. Wees voorzichtig met kritiek | 136 |
| 9. Een discipel dient andere mensen | 138 |
| 10. Wees als Paulus | 140 |

10 DAGSTUKJES UIT VERHALEN EN GETUIGENISSEN 143

- | | |
|------------------------------------|-----|
| 1. Een zoon die wegliep | 144 |
| 2. Als het zwaar en moeilijk is | 146 |
| 3. Een boottocht | 148 |
| 4. God hoort je gebeden | 150 |
| 5. Het verhaal van Jan Eriksen | 152 |
| 6. Je bent belangrijk voor God | 154 |
| 7. Gods liefde in moeilijke tijden | 156 |
| 8. Deel genade uit | 158 |
| 9. Je moet anderen kunnen vergeven | 160 |
| 10. De waslijn vol witte lakens | 162 |

10 DAGSTUKJES OVER BEKENDE FIGUREN IN DE BIJBEL 165

- | | |
|---|-----|
| 1. Paulus | 166 |
| 2. Daniël | 168 |
| 3. David | 170 |
| 4. Elia | 172 |
| 5. Mozes | 174 |
| 6. Jona | 176 |
| 7. Mirjam | 178 |
| 8. Het dienstmeisje van Naäman | 180 |
| 9. De jongen met vijf broden en twee vissen | 182 |
| 10. Stefanus | 184 |

10 DAGSTUKJES UIT SPREUKEN 187

- | | |
|--|-----|
| 1. Je leert van Spreuken ... blijmoedigheid | 188 |
| 2. Je leert van Spreuken ... vreugde te vinden | 190 |
| 3. Je leert van Spreuken ... vriendschap | 192 |
| 4. Je leert van Spreuken ... een erg gevaarlijk wapen | 194 |
| 5. Je leert van Spreuken ... wijsheid | 196 |
| 6. Je leert van Spreuken ... ijverig te zijn | 198 |
| 7. Je leert van Spreuken ... gulheid | 200 |
| 8. Je leert van Spreuken ... dat je wordt gekend aan wat je doet | 202 |
| 9. Je leert van Spreuken ... uit te kijken voor zondaars | 204 |
| 10. Je leert van Spreuken ... altijd de waarheid te spreken | 206 |

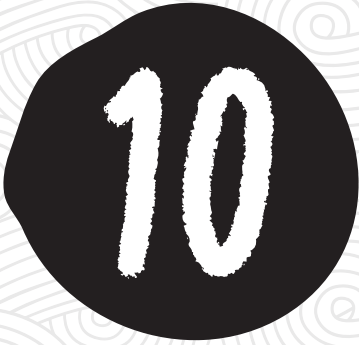
10 DAGSTUKJES OVER GEESTELIJKE GROEI 209

- | | |
|---|-----|
| 1. Jouw belangrijke afspraak | 210 |
| 2. Wat is stille tijd? | 212 |
| 3. Bid voor anderen | 214 |
| 4. De Bijbel is je plattegrond | 216 |
| 5. Het beste nieuws dat je kunt vertellen | 218 |
| 6. Je mag niet zwijgen | 220 |
| 7. Tijd samen met God is belangrijk | 222 |
| 8. Waarom bid jij? | 224 |
| 9. Een dieet voor geestelijke groei | 226 |
| 10. Eet geen ongezonde voeding | 228 |

God vergeeft je al je zonden 230

EEN SPECIALE
BELOFTE OM
IN JE HART TE
BEWAREN...





10

DAGSTUKJES
OVER
JE TALENTEN,
JE LEVEN EN GOD

BEN JE TEVREDEN MET JE UITERLIJK?

Ik keek laatst in de krant naar een foto van de nieuwe Miss World. Ze heeft blauwe ogen, blond haar en mooie lange benen. Op sociale media gaat het veel over beauty. Mensen geven jaarlijks veel geld uit om hun uiterlijk te verbeteren. Volgens tijdschriften, internet en sociale media is het duidelijk: mooi-zijn is 'in'!

Als je jezelf met de wereldse maatstaven meet, dan ben je misschien ontevreden. Puistjes en grote oren zijn nooit 'in' geweest. Ongeveer 95% van alle mensen zal niet aan de wereldse norm van mooi-zijn kunnen voldoen.

Omdat jij volgens de wereldse norm wellicht lang niet volmaakt bent, is het voor jou belangrijk om te weten dat God jou speciaal heeft gemaakt. Je moet weten dat je een uniek kunstwerk bent, er is niemand precies hetzelfde als jij. Zoals een kunstenaar trots is op zijn kunstwerk, is God trots op jou. Hij zegt zelfs dat Hij jou geweven heeft. Onthoud dat God de grote Kunstenaar is die geen fouten maakt.

Je moet nu kiezen of je jezelf gaat meten met de wereldse maatstaven of dat je gelooft wat God in zijn Woord zegt.





Here, dank U dat ik als ik in de spiegel kijk tevreden mag zijn met wat ik zie, want U hebt mij gemaakt.



Psalm 139:13: U was het die mijn nieren vormde, die mij weefde in de buik van mijn moeder.



**God heeft je gemaakt zoals je bent –
zijn kunstwerk**



Schrijf op een briefje: GOD HEEFT MIJ SPECIAAL GEMAAKT.
Plak dat op je spiegel.

2

SCHOOLPRESTATIES

‘Mijn moeder is nooit tevreden over mijn rapport,’ zegt Jacoline. ‘Ik werk heus wel hard, maar ik kan niet gemiddeld een acht halen.’

‘Jij hebt het over een acht. Ik ben al blij als ik een zes heb,’ zegt Anne. ‘Mijn vader zegt altijd dat het niet zo belangrijk is om slim te zijn, als je maar wijs bent.’

Op elke school worden de slimme leerlingen geprezen. Bij prijsuitreikingen scheppen ze op met diploma's en onderscheidingen. Al die prijzen zijn volgens de norm van de wereld. Het zijn dingen die voor de wereld belangrijk zijn.

Voor God zijn al die prijzen niet zo belangrijk. God wil dat we de dingen met wijsheid doen. Wijsheid is iets heel anders dan het hebben van veel kennis. Wijsheid is dat je elke dag de Here gehoorzaamt. Als je wijs bent, zal de Here voor jou de belangrijkste in je leven zijn.

Dit betekent niet dat je mag ophouden met werken. Wijze mensen zijn echt niet lui. Doe maar elke dag goed je best.



Jij bent een jonge tiener en je wilt graag leven met God. Maar hoe moet dat? Wat vraagt God van jou? En wat wil jij van God? Wat geeft de Here jou en wat kun jij voor Hem doen?

Als tiener ontdek je meer en meer van het leven. Dit boek helpt je om je leven te zien door Gods ogen. Het laat je zien dat jij voor God belangrijk bent: jij bent Gods oogappel!

Johan en Helena Smith zijn allebei jeugdwerker geweest in Zuid-Afrika. Helena werkte daarnaast als lerares op een basisschool. Johan schreef ook *Je bent een parel in Gods hand*, eveneens een dagboek voor tieners.



KokBoekencentrum.nl
UITGEVERS | UTRECHT

ISBN 9789026628771 | NUR 248



9 789026 628771