

Laat je niet afleiden

BOB GOFF

LAAT

JE

NIET

AFLEIDEN

Herpak je focus,
herontdek je vreugde

/ark media

Laat je niet afleiden
Herpak je focus, herontdek je vreugde
Bob Goff

ISBN 978-90-33804-16-8
ISBN e-book 978-90-33804-175
NUR 707

Originally published under the title Undistracted, Capture Your Purpose, Rediscover Your Joy, in Nashville, Tennessee, by Nelson Books, an imprint of Thomas Nelson. Nelson Books and Thomas Nelson are registered trademarks of HarperCollins Christian Publishing, Inc.
Dutch edition published by arrangement with HarperCollins Christian Publishing, Inc.

Vertaling: Nelleke Scherpbier
Ontwerp omslag: Corné van der Horst
Opmaak binnenwerk: Geertje van Dijk, Gewoon Geertje

De bijbelteksten in deze uitgave zijn ontleend aan de NBV21 © Nederlands-Vlaams Bijbelgenootschap 2021.
In verband met de privacy van de betrokkenen zijn namen en kenmerkende details in sommige beschrijvingen aangepast.

© 2024 Ark Media, onderdeel van Jongbloed Christelijke Media – Leeuwarden

Alle rechten voorbehouden
jongbloedmedia.nl

Dit boek is voor mijn lieve Maria Goff en ons groeiende gezin.

Dank je wel, Lindsey, Jon, Richard, Ashley, Adam en Kaitlyn – ik leer zoveel van jullie en ik ben jullie grootste fan. Het meeste van wat in dit boek staat, heb ik geleerd door simpelweg te kijken naar hoe jullie je leven leiden. G.K. Chesterton schreef ooit aan zijn vrienden: ‘Sorry voor de lange brief, ik had geen tijd om een kortere te schrijven.’ Dit boek is de lange brief die ik met jullie hulp kon schrijven over mijn doel: een leven zonder afleiding. Hoe jullie je leven leiden – dat is mijn voorbeeld.

Dit boek is ook voor mijn vriend Bill Lokey. Terwijl hij moedig de strijd tegen kanker streed, bleef hij liefde uitstralen. Dank je wel dat je me hebt geleerd om niet bang te zijn voor wat er na dit leven op ons wacht en je er ook niet door te laten afleiden. Dank je wel voor de belofte dat als je in de hemel aankomt het is alsof je vanaf de boot op de aanlegsteiger stapt. Welkom aan wal, Bill.

Ten slotte is dit boek voor jou, als je vergeten bent waartoe je geroepen bent, omdat je je hebt laten afleiden door dingen die belangrijker leken, maar het niet waren. Ik hoop dat dit boek je helpt om je weg terug te vinden naar het geweldige leven zonder afleiding waartoe Jezus je uitnodigt. Zet alles op alles om dat leven te vinden en doe alles wat nodig is om er te komen. Als je dat eenmaal te pakken hebt, laat dan alleen de hemel er nog tussen komen.

Inhoud

1. De vernietigende kracht van afleiding	9
2. Door een sleutelgat naar de eeuwigheid kijken	19
3. Uitbreken door thuis te komen	31
4. De vreugde van het streven	43
5. Hoeveel vingers steek ik op?	55
6. Onbepaalde toegang	67
7. Met Jezus in een kamer	77
8. Niet stalken a.u.b.	87
9. De tandenfee en een vliegtuig dat krimpt	99
10. Onder de sterren	113
11. Wapenstilstand	127
12. De verkeerde knop	137
13. De neus van Pinokkio	147
14. De mislukte avonturen van een afwijzingsexpert	157
15. Stop met achter dat paard aan rennen	169
16. Vanuit de diepte	179
17. 'Jeetje!'	191
18. Over vijf minuten	201
19. Maak het af	213
Epiloog	225
Dankwoord	231
Noten	235
Over de auteur	238
Contact met Bob	239

1

De vernietigende kracht van afleiding

*Leven met een doel is
leven met de blik vooruit.*

Een paar jaar geleden reisde ik met een paar vrienden naar Koerdistan, vlak bij de grens met Iran. We hadden een school opgezet in de regio en waren nu bezig met de bouw van een ziekenhuis en huisvesting voor vluchtelingen. Op een ochtend stonden we vroeg op en gingen naar de top van een berg die deels bij Iran en deels bij Irak hoort. Het gebied was rotsachtig en desolaat. Ik herinnerde me ineens het verhaal over drie Amerikanen die hier aan het hiken waren, zo'n tien jaar geleden, en die door de Iranese grenswachters gevangen werden genomen. Nu zag ik pas hoe gemakkelijk je je kon vergissen in aan welke kant van de grens je was. Een streepje op de landkaart is op de grond zelf niet altijd te zien.

Ik liep daar met mijn vrienden en we zagen een bord waarop stond dat de twee landen van elkaar werden gescheiden door een mijnenveld. Dit moet de grens zijn, dacht ik. Ik kon de woorden op het bord niet lezen, maar de schedel, gekruiste botten en explosie-icoon vertelden het verhaal heel duidelijk. Ik gooide een paar stenen richting het mijnenveld om te zien

wat er zou gebeuren. Je hebt gelijk, niet echt een geweldig idee, maar ik kon op dat moment niets beters verzinnen. Na een minuut of tien keek ik nog eens goed naar het bord. Nu zag ik dat het scheef stond. We stonden helemaal niet op een veilige plek stenen te gooien richting het mijnenveld – we stonden midden in het mijnenveld.

Wees maar eerlijk. Van tijd tot tijd bevinden we ons allemaal in gevaarlijke situaties waarvan we dachten dat ze veilig waren. We komen in dit soort mijnenvelden terecht als we ons laten afleiden. Wie je ook bent, op een gegeven moment zul je een grens overgaan en ontdekken dat je midden in iets bent beland waar je nooit deel van uit wilde maken.

Jij en ik moeten leren herkennen wanneer we ons laten afleiden. Misschien hebben we wel door dat onze gedachten afdwalen, maar we moeten ook kijken naar de aard van onze activiteiten. In plaats van beslissingen te nemen die passen bij wie God zegt dat wij zijn, handelen we naar wat iemand anders van ons wil. Misschien laat je je afleiden van wie je bent door jezelf of je leven te vergelijken met anderen. Misschien is het financiële druk, of zijn het diepgewortelde onzekerheden of fouten uit het verleden die steeds maar weer de beslissingen van nu beïnvloeden. Zulke dingen moeten we herkennen in ons leven voordat we ze kunnen veranderen en aan de avontuurlijke reis voorwaarts kunnen beginnen.

Dit is een goede oefening: maak tijdens de dag aantekeningen over hoe je de tijd tussen twee taken of afspraken doorbrengt. Niet: 'Ik heb aan mijn artikel gewerkt vandaag', of: 'Ik heb me vandaag voorbereid op ons weekendje weg.' Schrijf echt alle dingen op waardoor je je juist van die taken hebt laten afleiden. En wees eerlijk. 'Ik ging naar het postkantoor. Ik stuurde de hond van de burens terug naar zijn eigen tuin. Ik vergeleek mijn falen met andermans succes. Ik at een koekje.'

Wees eerlijk en geef toe dat het er drie waren. Je dacht misschien dat je aan de rand stond en naar het mijnenveld keek, maar door afleidingen als deze zie je dat je er middenin staat. Duizend van dit soort onopgemerkte afleidingen staan tussen jou en een doelgericht leven vol vreugde, het leven waar je naar verlangt.

Je hoeft je niet slecht te voelen over alle dingen die je aandacht vragen. We laten ons allemaal weleens afleiden. Dat zit in ons systeem. We laten ons door omstandigheden en door elkaar afleiden van onze doelen, en daardoor dwalen we ook af van God en van alles waarin we geloven. De overvloed aan goedheid die we aan de wereld kunnen brengen, wordt helaas tenietgedaan door al die dingen die ons zó ver van de kade brengen dat we de sprong naar de kust niet eens meer kunnen maken. We blijven vastzitten in het verleden, maken ons zorgen over het heden of laten ons afleiden door de toekomst. In plaats van te leven in het nu, wenden we ons ervan af en worden we mensen die steeds minder lijken op hoe God ons bedoeld heeft.

Ik heb een retraitecentrum opgericht in Zuid-Californië, samen met wat vrienden. Het heet The Oaks. We waren daar een serie aan het filmen met een geweldige, heel creatieve groep mensen. Ze hadden een eindscène bedacht waarin ze met drones zouden filmen hoe ik boven op de twintig meter hoge watertoren stond, terwijl ik een bos ballonnen vasthield. Ik hoefde alleen maar naar de bovenkant te klimmen. Het klonk als een gevaarlijk plan, dus we begonnen meteen met de voorbereidingen.

De watertoren staat op een grote heuvel die bedekt is met struikgewas tot op heuphoogte. We reden het smalle pad omhoog, met de felgekleurde heliumballonnen wapperend uit de ramen. Toen we bij de toren aankwamen, keek ik omhoog, langs de ladder die naar boven ging. Tientallen sporten strekten

zich boven mij uit. Dit ging niet makkelijk worden. De wind waaide behoorlijk hard en terwijl ik omhoogkeek, was ik volledig gefocust op het tellen van de sporten en het plannen van mijn bewegingen en vroeg ik me af hoe ik mezelf en de ballonnen heel boven kon krijgen. Als ik zou vallen, zou ik tenminste op de ballonnen terechtkomen, toch? Ik bleef daar staan, minutenlang, naar boven kijkend en nadenkend over alle details die me belangrijk leken. Tot ik even naar beneden keek en daar een opgerolde ratelslang zag liggen. Oeps!

Als ik toen was gebeten, zou dit verhaal een stuk beter zijn. Ik vroeg me af of ik met mijn mond bij mijn enkel zou kunnen komen om het gif eruit te zuigen – was ik lenig genoeg? Ik zal eerlijk zijn: het zou een vrij extreme yogahouding zijn geweest. Heel voorzichtig liep ik achteruit, dankbaar dat ik geen spieren zou hoeven verrekken om mijn eigen leven te redden.

Deze gebeurtenis zette me aan het denken. Soms zijn we zo druk met omhoogkijken en vooruitkijken, om te bedenken wat de volgende stap in ons leven wordt – of achteruitkijken naar alles wat we hebben meegemaakt – dat we niet naar beneden kijken om te zien waar we nu eigenlijk zijn. Eigenlijk zijn we allemaal gebeten door iets dat minstens zo giftig is als die ratelslang: door de enorme hoeveelheid afleidingen om ons heen. We leven een groot deel van ons leven terwijl we ons met moeite focussen, niet wetend hoe we met onze familie en vrienden moeten omgaan. We maken ons druk over onze populariteit en ons geloof. We twijfelen over onze studierichting of onze loopbanen. Soms vragen getrouwde stellen zich af of ze de juiste keuze hebben gemaakt. Heb ik wel de juiste persoon gekozen? Ben ik de juiste persoon? Wie is er veranderd? Ik? Jij? Allebei? En wat nu?

Het is geen wonder dat we in de war zijn. We komen als baby terecht in de armen van ouders die volslagen amateurs

zijn, die geen handleiding hebben en meestal ook geen idee over hoe ze ons moeten opvoeden. De meesten van ons beginnen met weinig bezit en zekerheid en voor sommigen van ons blijft dat zo. Sommigen worden rijk, maar krijgen vervolgens een vertekend beeld van hun rijkdom, terwijl anderen nooit vervulling vinden in hun zoektocht naar heelheid. Als je daaraan toevoegt dat we een God volgen die we niet kunnen zien, tijdens een leven waarvan we niet weten hoe lang het is, op weg naar een hemel die we niet kunnen bevatten, door genade die we niet hebben verdiend, dan is het geen wonder dat we allemaal worstelen.

Als je het goed bekijkt, proberen we allemaal een vliegtuig te bouwen terwijl we er al mee vliegen. Logisch dat we er vaker naast zitten dan dat het goed gaat, dat we vaker verward dan zeker zijn en dat er meer onduidelijkheid dan duidelijkheid is. Kortom: een groot deel van het leven kan ervoor zorgen dat we ons volledig, onontkoombaar, absoluut en totaal afgeleid voelen. En het eerste dat daaronder lijdt, is onze vreugde.

Al deze onrust speelt de duivel mooi in de kaart. Ik ben niet zo iemand die op iedere hoek van de straat de duivel ziet, maar ik zie wel steeds meer in hoe slim hij is. Ik denk niet dat hij ons wil vernietigen met een opvallende frontale aanval. Nee, ik denk dat hij ons probeert af te leiden, zodat we niet doen waarvoor we bedoeld zijn. De duivel is er niet tevreden mee ons met één beslissende slag te vellen als het ook met duizenden kleine sneetjes kan. En hij is er behoorlijk in geslaagd ook, om ons uit de strijd weg te houden en verstrikt te laten raken in de jungle van afleiding.

Ken je die witte strepen aan de zijkant van de snelweg, met ribbeltjes erop, die geluid maken als je te veel naar de zijkant gaat met je auto? Zo'n strook heet een rammelstrook. Ik wil dat dit boek je waarschuwt, je door elkaar rammelt, in jouw leven.

Je bent onderweg. Je gaat ergens naartoe. Het maakt me niet uit of je in de Formule 1 rijdt of nog bezig bent met je rijlessen: het kan zijn dat je af en toe slipt. Niet het coole, geplande soort slippen, zoals je dat in films of op TikTok ziet, maar het enge slippen, waardoor je ondersteboven in de greppel belandt. In dit boek wil ik je ideeën geven over hoe je weer op de juiste weg terechtkomt. Hoe je je kunt concentreren, helderheid krijgt over je langetermijndoelen en hoe je meteen kunt beginnen met je nieuwe leven: met minder afleiding en meer vreugde en balans. Niemand vraagt om toestemming om met zijn auto op de weg te blijven. Jij hebt ook geen toestemming nodig om je leven te leven. Begin gewoon met het rijke, betekenisvolle, prachtige én vaak pijnlijke leven dat God je al heeft gegeven.

We kennen allemaal wel iemand die weigert te stoppen om naar de weg te vragen. Ik was ook zo iemand en ik weet nu waarom. We vinden het niet fijn als iemand ons vertelt wat we moeten doen, zelfs al zou het ons helpen. Het feit is: we hebben geen behoefte aan nog meer informatie, we hebben behoefte aan meer voorbeelden. Blijf dicht bij mensen die begrijpen hoe ze afleiding kunnen weerstaan, die hun energie richten op hun langetermijndoelen. Dan zal een deel van deze doelgerichtheid overgaan op jou. Denk je eens in wat er zou kunnen gebeuren als je je aandacht richt op wat er echt toe doet, in plaats van op allerlei dingen die er niet toe doen. Wat een geweldig voorbeeld van liefde, doelgerichtheid en blijdschap zou jij zijn voor anderen. En dáár gaat het om, of je nu een eenvoudige onbekende of een legendarische grootheid bent.

Laten we eerlijk zijn: er is veel 'tweede keus' beschikbaar. Als we ons daar niet bewust van zijn, nemen we steeds genoeg met minder dan wat we zouden kunnen hebben. Ik ga je niet vertellen wat je moet denken of wat je moet doen, maar ik

hoop dat dit boek je eraan herinnert wie je al bent. Jij bent iemand die een leven kan bereiken met een onvoorstelbare, ondenkbare, volkomen absurde hoeveelheid focus, doelgerichtheid, vreugde en voldoening.

Er zijn een paar vragen die ik je wil stellen voordat we aan deze reis beginnen. Ben je bereid om alles te doen wat nodig is om het wonder te ontdekken waar jij al door omringd wordt? Kun je de moed opbrengen om te onderzoeken wat jou afleidt van je bestemming? En tot slot: ben je bereid om – ook al is dat moeilijk – belangeloos de schoonheid die je ontdekt aan anderen door te geven, in plaats van die voor jezelf te houden?

Als we dit echt gaan doen, moeten we de blik vooruit richten, net als een renpaard met oogkleppen op of een hond met een kap om zijn nek als hij naar de dierenarts is geweest. We moeten onze blik afwenden van al die dingen die er eigenlijk niet toe doen en niet langer terugvallen in de oude patronen die het behalen onze langetermijndoelen niet ten goede komen. En we moeten gaan herkennen wat tijdelijk en vergankelijk is en in plaats van daarop onze aandacht richten op de dingen die blijvend zijn: ons geloof, ons gezin en onze levensdoelen. Als je je aandacht verplaatst naar deze dingen, zul je blijdschap en balans vinden.

Als je een van mijn andere boeken hebt gelezen, weet je hoe ik vanaf het moment dat ik haar zag, gefocust ben op mijn lieve Maria. Ze trekt al jaren mijn volle aandacht. Het is makkelijk om me niet te laten afleiden als zij in de buurt is. Een van mijn ontelbare eigenaardigheden is dat ik elke morgen voor haar zing. Ik zal je niet vertellen wat mijn repertoire is, maar ik kan je wel zeggen dat ik niet goed kan zingen. Echt helemaal niet goed. Denk aan nagels op een krijtbord, maar dan erger, met meer armgebaren en een lagere stem. Het lijkt wel een slechte Disney-tune, gezongen door een hond die naar de maan huilt.

Als ik 's morgens voor Maria zing, begint ze meestal te kreu-
nen en trekt ze een kussen over haar hoofd. Ik heb haar verteld
dat dit bij het platina voordeelpakket hoort dat ze kreeg toen ze
'ja' tegen me zei. Ze heeft me al een paar keer gevraagd of ze
geen aluminium of kartonnen voordeelpakket kan krijgen. Een-
tje waarin geen ochtendserenade zit. Ik antwoord dan dat die
helaas zijn uitverkocht. Ik weet dat ze het ergens diep vanbin-
nen leuk vindt. En ik blijf lelijke liedjes zingen, omdat ze me her-
inneren aan wie ik ben en van wie ik houd. Het zingen herinnert
me er elke dag aan wat het middelpunt van mijn leven is – ons
gezin – en dat dat, behalve mijn geloof, belangrijker is dan wat
dan ook. Met deze liedjes laat ik zien wat mijn prioriteiten gaan
zijn. Doordat ik elke keer weer die onzin uit galm, laat ik Maria,
mezelf en de wereld weten wat mijn plannen zijn voor die dag
en dat ik probeer die zo goed mogelijk uit te voeren.

Ik hoop dat dit boek je helpt om je eigen lied te zingen, of
om wat harder te zingen als je dat al doet. Ik hoop dat wat ik
schrijf jou inspireert tot een paar coupletten die gevuld zijn
met liefde, ambitie, hoop, doelgerichtheid en vooral: Jezus.
Misschien wordt het tijd dat jij elke morgen een paar regels
neuriet over het prachtige leven dat je hebt gekregen, de korte
tijd die je hier op aarde hebt en de mensen die je zou kunnen
inspireren als je je liefde en creativiteit alle ruimte geeft, in
plaats van je te laten inperken door wat er achter je ligt.

Er staan geen fabels in dit boek. Het staat van kaft tot kaft
vol met verhalen. Waarom? Omdat Jezus verhalen vertelde. In
de Bijbel staat dat Hij nooit met iemand sprak zonder een paar
goede verhalen te vertellen, die de waarheid die Hij wilde door-
geven ondersteunden. Verhalen kunnen ons de waarheid ver-
tellen en ook de weg wijzen naar een leven dat vol is van
waarheid. Terwijl onwaarheden ons willen afleiden, helpt de
waarheid ons om met de juiste informatie op het juiste pad te
blijven voor de lange duur.

Dit boek is ook niet gevuld met geniale feiten. Ik heb nog nooit meegemaakt dat een verzameling willekeurige, losstaande feiten mijn leven veranderde. Tegenwoordig lijkt het wel of de wereld tjokvol informatie zit. We komen om in de informatie. Gemiddeld verdubbelt de kennis van de mensheid elke dertien maanden, maar al die informatie geeft ons niet meer helderheid over ons leven. Integendeel, het voelt alsof al die informatie een rookgordijn vormt tussen ons en de helderheid die we zo nodig hebben. Is het je weleens opgevallen dat zelfs als feiten onweerlegbaar zijn, mensen altijd een manier vinden om daar bizar lang over te discussiëren? Volgens mij kunnen we wel concluderen dat we in onze cultuur allemaal een beetje gespannen en overprikkeld zijn.

Ben je bereid om even van me aan te nemen dat al die informatie een en al afleiding is? Ik zeg niet dat we moeten kiezen voor leven in onwetendheid. Verre van dat. Feiten kunnen nuttig zijn, maar zelden hebben ze een diepere betekenis. We hebben niet méér feiten nodig om ons levensdoel te vinden, of de vriendelijkheid en onbaatzuchtigheid waarnaar we verlangen; wat we nodig hebben is een stevig gefundeerd geloof, een paar goede vrienden en wat betrouwbare geheugensteuntjes.

Ik hoop dat deze verhalen je helpen uit te vinden wat je gelooft en waarom. Dit boek is bedoeld om je een duwtje te geven in de richting van wie je wordt, in plaats van dat je gevangen blijft in wie je was. Want als we een sterke focus en een helder hoofd hebben, vinden we steeds weer ons levensdoel. Dat beloof ik. Vind je levensdoel en je zult meer vreugde ervaren. Zo simpel is het.

Het doel van de duisternis is om afleiding te creëren. Misschien is dat nu wel gaande in jouw leven en realiseer je je dat niet eens. Afleiding is zo sluw. De bestrijding ervan is even simpel als moeilijk. Je kunt afleiding verslaan, door in beslag te

worden genomen door iets dat veel groter en zoveel beter is, zoals levensdoel en vreugde.

Dat is waar we voor gaan in dit boek en mijn doel is dat we daar ook de rest van ons leven voor gaan. Als je bereid bent om er hard voor te werken, beloof ik je dat je er iets voor terugkrijgt dat veel beter is dan waar je tot nu toe genoeg mee hebt genomen. De afleiding die zoveel energie wegslurpt, vervang je door een levensdoel dat niets of niemand je meer kan afnemen.

Hoofd omhoog, gordels om – daar gaan we.

2

Door een sleutelgat naar de eeuwigheid kijken

*Zorg goed voor je hart en blijf altijd leren,
dan zul je een leven vol betekenis leiden.*

Ik zat op de behandeltafel van de dokter ... alweer. Mijn hele leven ben ik een gezonde man geweest. En nu zat ik te wachten op Rick, die zou gaan kijken wat er met mijn hartslag aan de hand was. Rick is al tientallen jaren onze huisarts, en ik heb mijn leven meer dan eens in zijn handen gelegd. Hij heeft wonden gehecht en de vinger van een van mijn kinderen weer vastgezet. Hij hielp me toen we een paar jaar geleden ontdekten dat ik een agressieve variant van malaria had opgelopen tijdens een reis door Afrika. Die keer was het echt spannend of ik het einde van de week vanuit de hemel zou beleven, maar ook toen hielp Rick me erdoorheen.

Hij kwam binnen en we deden het standaard riedeltje tussen patiënt en huisarts, gecombineerd met vriendschappelijke grappen. Toen zette Rick de stethoscoop op mijn borst. Ik ben er vrij zeker van dat hij die net uit de koelkast had gevestigd. Ik haalde