



Meditatie

Mijn God, mijn God! waarom hebt U mij verlaten?

Psalm 22:2a

Als mensen je verlaten, kan dit vreselijk zijn. Je kunt het aan jezelf te wijten hebben wanneer anderen niets meer met je te maken willen hebben en zich van je afkeren. Vaker is het raadselachtig waarom mensen een afkeer van je hebben en je metterdaad verlaten.

Maar als God je verlaat, dan heb je het niet meer. Zo beleeft David het in deze psalm. We weten niet in welke situatie hij zich bevindt. Dit is wel duidelijk dat hij zich in het nauw gedreven voelt. Het zijn mensen die het hem moeilijk maken. Het is heel zwaar voor hem om zo verder te leven. Maar het allerergst is wel dat hij klaagt dat God hem verlaten heeft. Want stel je voor dat je door iedereen wordt verlaten, en toch kunt zingen: *als God, mijn God maar vóór mij is, wie is er dan mij tegen?* Dan kun je tot je troost beleven: in de grootste smarten blijven onze harten in de Heere gerust. De HEERE heeft immers aan Zijn volk beloofd: Ik zal u niet begeven en Ik zal u niet verlaten.

Maar David moet hier klagen: Ik roep tot U, maar U antwoordt niet. Integendeel: U verlaat mij zelfs. Dat is voor hem raadselachtig. Wat heb ik nu aan Mijn God? David is niet opstandig en gooit het er niet zomaar uit: waarom?

Hij gaat met deze verlating van God naar God Zelf en belijdt hartelijk, tot drie keer toe achter elkaar: mijn God. Met een gelovig gebed richt hij zich tot zijn eigen God. Dat is het echte geloof, *dat niet bij God* weg te slaan is, hoe donker de weg is en hoeveel vragen er opkomen. In vers 4 zegt hij dat God heilig is. Er is geen kwaad woord van God te zeggen. Hoe heilig is Zijn Naam! Hij verkeert dicht bij het heiligdom, waar de lofzangen van Gods volk klinken. Maar daarom des te meer heeft hij het zo moeilijk met zijn God.

Psalm 22 is een voluit messiaanse psalm. Deze psalm en Psalm 69 en 110 worden in het Nieuwe Testament rechtstreeks op Christus betrokken. De eigen Zoon van God heeft de heerlijke nabijheid bij Zijn Vader verlaten. Hij heeft Zich vernederd tot op het kruis. Daar vooral heeft Hij de toorn van God over de zonde gedragen. In Gethsémané dronk Hij al de beker van Gods toorn, een van wil met Zijn Vader. Aan het kruis, in de drie uur van neerdaling in de hel, riep Hij uit (niet in wanhoop!): waarom verlaat U nu Mij? Als de mensen om Hem heen de spot met Hem drijven wanneer Hij aan het kruis bidt, klemt Hij Zich vast aan Zijn God. Hoe kunt U nu Mij verlaten? Heilig



Dit nummer verschijnt in die periode van het kerkelijk jaar die wij de lijdens tijd noemen. In die periode overdenkt de Kerk het zware en verschrikkelijk lijden van Christus. Heel belangrijk want Hij is immers de Bron van ons behoud. Tegelijk is het ook de tijd waarin wij onze Biddag voor gewas en arbeid houden. In mijn rubriek " Belijden en Beleven" geef ik aandacht aan het gebed in de lijdens tijd, waarin het gebed van de Heere Jezus centraal staat.

Dat komt ook uit in de meditatie van ds J Van Amstel.

U vindt in dit nummer tevens een overdenking over een van de zegeningen van de zonen van Jakob, Issaschar en gaat ds C Harinck verder met zijn serie over de twaalf apostelen in de Nieuw Testamentische tijd. Marianne A Tanis begint een serie artikelen over ons geheugen; praktisch van inhoud en belangrijk voor ons allen.

Ik wens u veel leesgenoegen,
Eindredacteur

ds. J. Oosterbroek

Vader, wat nu? Ik ben zonder zonde en nu deze diepe weg? Niemand heeft zoveel over de hel gesproken dan Gods eigen Zoon. Maar niemand heeft ook zo diep gevoeld wat het is door God verlaten te worden. Daarom roept Hij het uit: Ik heb zo'n dorst! Zo heeft Jezus de straf op de zonde gedragen. Daarom moest Hij zo zwaar lijden.

Opdat wij, zo klinkt het in het formulier om het heilig avondmaal te bedienen, nimmer door God verlaten zouden worden. Om in een nieuwe herstelde gemeenschap met God te leven. En nooit meer van Hem gescheiden te

leven. Zo mag een kind van God zeker weten: ik kom niet in de hel, in de eeuwige verlaten door God.

Niemand en niets zal mij kunnen scheiden van de liefde van God, in Christus Jezus, onze Heere, belijdt de apostel in Romeinen 8.

Waar David over klaagt en wat de grote Zoon van David uitroept in Zijn lijden, bidt het nageslacht van David. Aan hen heeft de HEERE beloofd: Ik ben met u. De Heiland heeft aan de Zijnen toege-

HET GROOTSTE LIJDEN

Nee, 't waren niet de nagels door Zijn handen,
ook niet de lichaamsspijnen die Hij leed;
't was niet de kruisiging op zich, de schande,
't was zelfs de doodstrijd niet, die Hij doorstreed.

Maar 't was de schuld, die Hij, de schuldeloze,
van heel de mensheid op Zijn schouders droeg.

Die zondelast, de werken van de boze...
dàt was de dodelijke angst die Hem versloeg.

Was 't door die schuld, dat God Hem moest verlaten;
dat Hij in eenzaamheid Zijn lijden droeg?
Het Zoon-zijn van de Vader mocht niet baten,
totdat de Vader zei: Het is genoeg.

En zo stierf Hij; in volle overgave,
Vader, in Uw hand leg Ik nu Mijn Geest.
Zijn lichaam was geteisterd en gehavend:
het offer, dat Hij bracht – dat ons geneest.

Jelly Verwaal uit Leven van dag tot dag

zegd: Ik ben met u alle dagen. Toch bidden kinderen van God: HEERE, waarom verstoot U mij? In dit opzicht zijn de psalmen niet achterhaald. Gods volk kan soms bidden: Heeft U vergeten ons genadig te zijn? En wat is in vervolging van de Joden gebeden en vandaag onder moslimterrorisme? Vergeet God Zijn volk? En hoe bidt de christelijke kerk, omdat het lijkt alsof de Heere ons verlaat?

Wat kan het in het leven van een kind van God aardedonker zijn: waarom bent U zo ver van mij? Als ik aan God denk, wordt het zwaar. Heilig zijn, o God, Uw wegen, kan beleefd worden en toch verwijfeld worden gevraagd: waarom hebt U mij verlaten en bent U zo ver weg? Het klinkt als een hartelijke belijdenis: *door een nacht, hoe zwart en dicht,*

voert U mij naar 't eeuwig licht.

Dan is het geloof levendig en kun je, terwijl alles tegenzit en je niets meer voelt, toch hartelijk belijden: mijn God! Thomas kwam, wel te laat, tot de oprechte belijdenis: mijn Heere en mijn God. Door en om Jezus, Die voor hem de verlaten inging.

Om Jezus' wil, Die door God verlaten is, mag een kind van God weten en belijden dat God hem nimmer zal begeven en verlaten. Om straks in eeuwigheid het vriendelijk licht van Gods aangezicht ononderbroken te mogen aanschouwen. Zo ik niet had geloofd...Zo ik niet had geweten: mijn God...

Ede

ds. J. Van Amstel

Belijden en Beleven

ONS BIDDEN (4) IN DE LIJDENSTIJD

Bidden lijkt zo simpel: ogen dicht en handen samen. De meeste lezers van ons blad hebben dat in hun kinderjaren geleerd. Onbevangen en op kinderlijke wijze werd er gebeden.

Maar hoe ging dat later? Kwamen er in uw leven ook zoveel hindernissen? Het gebed wordt wel de ademhaling van de kerk genoemd, maar zo werktuigelijk als de ademhaling verloopt het toch niet. Bovendien speelt de drukte van het alledaagse leven ons ook parten als het om bidden gaat.

We zijn in staat heel mooie dingen over bidden te zeggen en kunnen bidden omschrijven. Luther heeft gezegd: bidden is de buidel van Gods beloften voor de HEERE neerzetten.

Het is je bij God vervoegen, met in de ene hand je verlegenheid en in de andere hand Zijn Woord van trouw,

zoals een Schotse dominee, Andrew Gray het heeft omschreven.

Ware en kostbare typering.

Maar nu in de praktijk. Bij tijden kan een mens aan het einde van de dag nog geen fatsoenlijk gebed bij elkaar krijgen. De dingen van de afgelopen dag tellen nog door je gedachten en de zorgen voor morgen rollen alweer over je heen. Bovendien zijn er ook nog de "waaroms" en de aanvechting of God wel hoort.

Zelf moet ik bekennen dat ik onder al die tegenkrachten nogal eens vlucht in de binnenkamer van Gods Woord, het boek der Psalmen. Niet alleen vanwege gebrek aan concentratie, maar ook uit schaamte over het peil van wat een gebed mag heten. Wanneer het bij u anders ligt, mag u er dankbaar voor



GETHSÉMANÉ

In deze hof van duisternis en woede,
waar d' ene mens de ander dood wou
slaan,
waar Christus eenzaam 't lijden moest
doorstaan
en waar de vijand wreed Zijn dood
bevroedde,
daar werd de Heiland door de satan
slinks verzocht,
maar hij heeft 's Mensenzoon niet
overmocht.

Uit deze hof van wreedheid en ellende,
waar onze Borg de straf droeg voor
Zijn volk,
waar Hij zou dienen als de grote
Hemeltolk,
maar waar geen mens Zijn Borgwerk
ook erkende,
werd Hij geleid, om smadelijk te ster-
ven,
opdat Zijn volk het eeuwig goed zou
erven.

Wat is Uw trouw toch eeuwig groot, o
Heere!
Dat U dit grote Borgwerk op U nam,
vanaf 't begin, waar satan in ons
kwam
en dat U zo Uw kind'ren wilt bekeren.
Geef dan een hart, dat satan mag
weerstaan
en dat het oog naar U omhoog mag
slaan.

*Hanneke Schoonebeek uit "HEIMWEE
NAAR HUIS", uitg De Banier, Utrecht*

zijn. Ga er echter niet prat op.
Als het erop aankomt zijn wij schamele
bidders. Ons gebedsleven kan immers
"zomaar" in het ongerede geraken.

In dit opzicht is het nodig te zien op de
Borg en Zaligmaker in Zijn lijdensgang,

speciaal in de nacht van Zijn verraad.
We lezen in de lijdensgeschiedenis dat
de Heiland met Zijn discipelen aan de
Avondmaalstafel de lofzang hebben
gezongen. Daarna zette de Heiland
koers naar de plek waar olijven worden
geperst. In die nacht echter worden er
geen olijven geperst, maar de Man van
Smarten wordt geperst. Hij betreedt de
pers alleen en Hij betreedt de Hof van
Gethsémáné om daar te bidden.

Wat gaat er dan gebeuren? De evange-
list maakt ons getuige van dit schok-
kende gebeuren. De Heere Jezus, Die
bedroefden had getroost, begint Zelf
bedroefd te worden. Gekneusd als een
olijf. De angst staat op Zijn gezicht te
lezen, want Hij ziet het kruis opdoemen.
Hij huivert voor de pijn die morgen
komt: de gesels en de spijkers, de
doodsnood en de vloek. Huiver bevangt
Hem. Wat een geweldige Middelaar,
lezer. Door in al onze reddeloosheid af
te dalen, verzoent Hij wat wij verzaakten.
Hij doet dat niet manhaftig als een held
die zijn rug recht. Hij kan Zijn rug niet
rechten, maar kromt die als een gebro-
ken mens. Dit is de gestalte waarvan de
Hebreeënbrieff getuigt, dat Hij gebeden
en smekingen offerde onder sterk
geroep en tranen. Een Hogepriester Die
in alle dingen verzocht werd als wij.
U kunt dus niet nog zo ontredderd zijn,
of u vindt in Hem een Borg en Broeder
Die kan meeleven en meelijden. Ik kan
Ambrosius wel volgen als hij
schrijft "Hierin bewonder ik Zijn heer-
lijkheid het meest terwijl Hij de over-
macht van Zijn Godheid opgaf, wilde Hij
mijn pijn en zwakheid lijden".
De diepte van Jezus 'nood is onpeilbaar.
Hij kan niet langer staande blijven. Uit
deze diepte klinkt Zijn gebedsroep op:
"Mijn Vader, indien het mogelijk is, laat
deze drinkbeker van Mij voorbijgaan".
Weliswaar volgt erop ..."doch niet Mijn
wil"

Laat de hoogspanning van die woorden voor de komma ons niet ontgaan. Een volgende maal wil ik met u nadenken over de betekenis van de drinkbeker in Gethsémané.

Overdenk die situatie van de Heiland in

deze lijdensweken opdat de dankbaarheid moge overheersen:
Duizend, duizend maal o Heer',
Zij U daarvoor dank en eer!

Harderwijk
ds. J. Oosterbroek

Draagt elkanders lasten



Beste lezer,

Gevouwen handen. Dat heeft de Heere Jezus ons laten zien in de hof van Gethsemane. Daar, waar Hij het zo moeilijk had, heeft Hij laten zien wat de meeste troost geeft. Gevouwen handen, onze nood bij de Vader brengen.

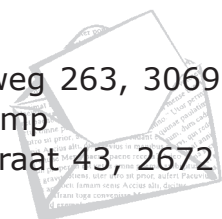
Verjaardagskalender

Regelmatig krijg ik te horen dat de verjaardagskalender en brievenbus niet meer actueel is. Ik zou u willen vragen om mij op te hoogte te stellen van wijzigingen, zodat ons blad actueel blijft.

13 maart Mevr. J. Hoekstra,
Voorsteek 1,
9101 BC Dokkum
26 maart Mevr. M. Buijzer,
Kerkstraat 5,
4231 BW Meerkerk

Brievenbus

Aleida Jansen, Kooikerweg 263, 3069
WP Rotterdam-Zevenkamp
Fam. J. Koppert, Beelstraat 43, 2672
AB Naaldwijk



Heer', mijn handen...

Heer', mijn handen zwaaiden ook met palmen
want bij een koning hoort een feest.
Ik zong mee met de uitbundige psalmen
voor u o Jezus, die de zieke mens geneest.

Heer', mijn handen hief ik ook naar
boven
bij het roepen met elkaar 'Ja kruisig
Hem!'

Ik wilde graag in U als Heer' geloven
maar in de massa klonk daar ook mijn
stem.

Heer', ik sloeg mijn handen voor de ogen
toen ik zo eenzaam U voorbij zag gaan.
En ook al was ik misschien wel bewogen,
ik stond er bij en zag het aan.

Heer', met mijn handen wis ik tranen af,
zo vol van spijt en met berouw.
Ja voor mij droeg U ook die zware straf,
ik haakte af, maar U bleef trouw.

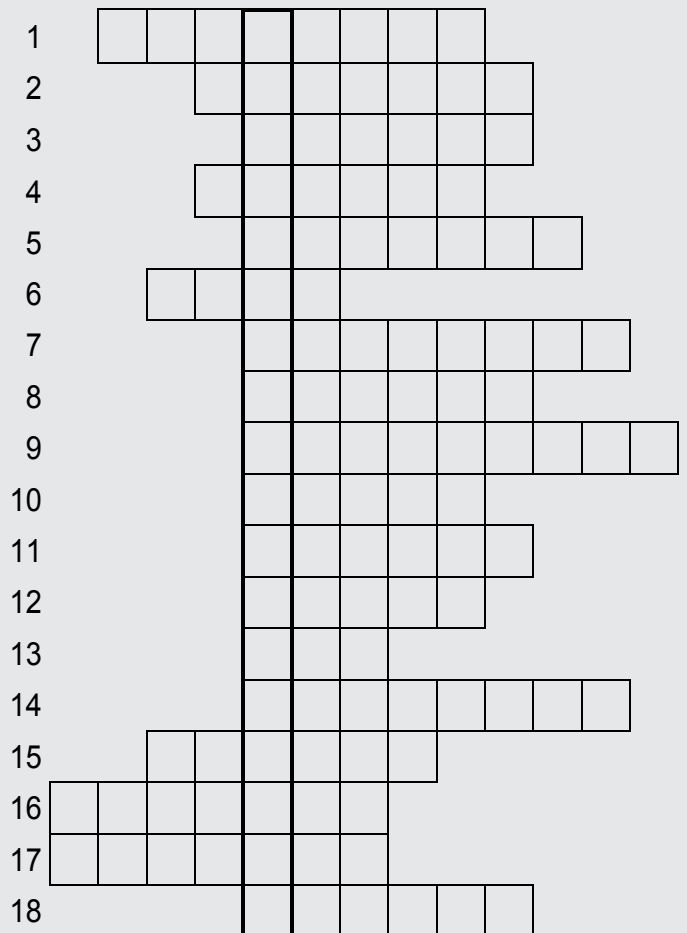
Heer', ik wil mijn handen in Uw liefde
leggen,
zoals een kind dat bij zijn vader doet.
O Heer', wat moet ik nu nog zeggen,
mijn handen zijn gewassen door Uw
bloed.

Geschreven door Beijersbergen-Groot,
Diny; <http://www.gedichtensite.nl>

Puzzelhoek

Voor deze puzzel moet u door de vier Evangeliën bladeren op zoek naar de antwoorden. De oplossing kunt u lezen in het dik omliggende vak. U kunt de oplossing insturen tot 1 april.

1. Op deze berg werd Jezus gekruisigd. (Johannes 19)
2. In welke zaal wilde Jezus het Pascha eten? (Marcus 14)
3. Waarmee werd het oor van Malchus afgehakt? (Johannes 18)
4. Deze man verloochende Jezus? (Mattheus 26)
5. Naar deze streek zou Jezus Zijn leerlingen voorgaan na de opstanding (Marcus 14)
6. Op welk dier rijdt Jezus de stad Jeruzalem binnen? (Mattheus 21)
7. Uit welke plaats was Jezus, de Profeet? (Mattheus 21)
8. Wat werd er in de tempel verkocht? (Mattheus 21)
9. De toenaam van Judas (Lukas 22)
10. Deze man moest het kruis van Jezus dragen (Lukas 23)
11. Voor zoveel zilveren penningen werd Jezus verraden (Mattheus 27)
12. Dit moest het huis van God zijn: een huis des..... (Lukas 19)
13. Waar werd Jezus mee verraden? (Lukas 22)
14. Welke berg ligt nabij Beth-Fagé en Bethanië? (Lukas 19)
15. Dit purperen kledingstuk wed Jezus omgehangen (Mattheus 26)
16. Wat zou de haan niet doen voordat Petrus had geloofd dat hij Jezus kende? (Johannes 13)
17. Hiervan werd de kroon voor Jezus mee gemaakt. (Johannes 18)
18. In deze taal stond te lezen "Jezus, de Nazarener, de Koning der Joden" (Johannes 19)



Hartelijk dank weer voor de vele oplossingen. Het is fijn dat ook telkens weer nieuwe puzzelaars zich melden!

De oplossing van de puzzel uit het februarinummer is: "Er is niemand Heilig gelijk de Heere"

*Vriendelijke groeten van:
Willeke Breederveld
Capellerij 3
3252 CG GOEDEREDE
telefoon: 0187-492281
email: wbreederveld@solcon.nl*

Nafthali

"Nafthali is een losgelaten hinde; hij geeft schone woorden"

(Genesis 49:21).

Dit was de aantrekkelijkste. En je komt een beetje dichtbij hem, als je deze lijn volgt: 1. De schaduw over dit woord. 2. De verwijzing in dit woord. 3. De zegen van dit woord.

1. Een hinde is een vrouwelijk hert. Aan zo'n lichtvoetig dier deed deze jongen denken. Een typisch vrouwelijke man heeft iets onechts. Maar een enkele haast vrouwelijke trek op het gezicht van een man geeft aan hem iets extra charmants. Nafthali heeft iets gracieus. Hij kan prettig praten. Kunstzinnig is hij. Hij kan de dingen zo goed duiden. Hij neemt de mensen daarmee voor zich in. Hij is een blij kind. Maar er is ook iets ongrijpbaars aan hem. Hij kan goed praten; maar verbergt hij er ook niet iets mee? Hij is er een van Rachels slaavin. Maar het moest er heel zijn leven voor doorgaan, dat hij er een van Rachel zelf was. Hij moest wel praten om zich waar te maken.

Het is een gave, als men een spreektaal heeft. Maar die gave keert zich soms tegen ons. Dan glanst het; maar het heeft geen inhoud. Wij leven in een "babbeltcultuur". Maar wij moeten ons schamen, als wij praten en praten; en ook over God praten, maar met een onbekeerd hart. Daarom is het nogal dubbel, dat Jakob van deze zoon zoiets zegt als: "Hij kan goed praten..."

2. Debora zingt in haar lied over Barak, die uit Nafthali kwam: "Hij heeft zijn ziel versmaad tot de dood" (Ri.5:18). Bij hem spoorde wat hij zei met de geest van zijn hart. En wij denken aan de Heere Jezus bij wie alles wat Hij zei echt is geweest. En

die ook Zijn leven voor de waarheid heeft overgehad.

Jezus heeft gewoond in...Nafthali. In het land waar de zondaren wonen en de leugen regeert. "Het land Nafthali...Het volk, dat in duisternis zat, heeft een groot licht gezien!" (vgl. Mt.4:16). Daarom is er raad voor wie Hem om raad vraagt. Jezus was een vriendelijk Man. Bits stootte Hij er nooit een van zich af. Tegen een blinde sprak Hij: "Wat wilt gij, dat Ik u doen zal?" (vgl. Lk.18:41). En Hij wees Petrus zachtmoedig terecht. "Simon, hebt gij Mij lief?" Hij liet niet over zich lopen. Maar Hij heeft er nooit een weggestuurd, die zo schuldig als Hij was, tot Hem kwam. En Zijn woord is het



BIDDAG VOOR GEWAS EN ARBEID

Het zaad is weer gezaaid in rechte voren,
de bomen staan te bloeien,
rose en wit.
't Wacht alles op de vrucht,
die aanstonds wordt geboren,
wij wachten Heer' op U, 't is Uw bezit.
Strek nu Uw handen uit, en zegen
onze landen,
Geef zon en regen, duisternis en licht.
En zegen ook de arbeid onzer handen,
ja, zegen 't werk, het werk door ons
verricht.

*Enny IJsker-Kooger uit:
"Op stille wegen",
uitg Buijten en Schipperheijn,
Amsterdam, zj*

schoonst, als Hij voor Zijn rechter, de eed, dat Hij de Zoon van God is, bekoopt met Zijn dood. Maar ook als Hij zo genadig spreekt: "Kind, uw zonden zijn u vergeven!" (vgl. Mk.2:5).

3. Wat een zegen, als je je gaven tot eer van God en tot troost voor de mensen gebruikt. Dan leef je bij Christus' woord. Maar dan heb je zelf ook wat te zeggen. Wij behoeven niet een typische spreker te zijn; maar dan kunnen wij toch wel "schone woorden geven". Zeggen wij van onze medemensen wel eens wat goeds? Of verachten wij hen? Waar Christus met ons vriendelijk handelt, gaan wij ook teer om met elkaar. Dat is, omdat je je medemens graag gelukkig wilt zien. En als je iemand wel eens iets moet zeggen, doet het jou zeerder dan hem. Er zijn mensen die

steeds hun stem maar laten horen. Maar de werkelijke sprekers zijn de mensen van maar weinig woorden. Maar als ze wat zeggen, valt het op, dat ieder luistert. En dan is er in onze woorden wellevens en ernst.

Nee, wij komen er niet met alleen onze natuurlijke gaven; ook al zijn wij nog zo begaafd. Maar onder het kruis moet het door. Het moet geheiligd worden. Nafthali had iets vrolijks en kunstzinnigs. De zon leek wel helderder te gaan schijnen, als hij het woord nam. En ze zijn kostbaar in de kerk, die de gave hebben van innemend en vrolijk te zijn en die zo hun Heere dienen! En ze pronken nergens mee; maar ze werpen hun kronen voor de voet van Gods troon.

Brandwijk
ds. J.A.H. Jongkind

DE TWAALVEN (XIII)

Verschillende benadering



De apostel Paulus, zo weten we uit het verslag in de Handelingen van de apostelen, preekte anders in de synagoge dan op de Areopagus in Athene. In de prediking tot de Joden wordt met kracht naar voren gebracht dat God Zijn beloften heeft vervuld. Hij heeft de lang beloofde Messias gezonden: Jezus Die de vervulling is van de oudtestamentische profetie. Het boek 'De Handelingen van de apostelen' is doortrokken van een beroep op de Schriften. Of we nu lezen over de prediking van Petrus of van Paulus, steeds wordt vanuit de Schrift getoond dat in Jezus' kruisdood en opstanding de Schriften zijn vervuld. Hun argumentatie en de conclusies, die zij trekken zijn op de oudtestamentische geschriften gegrond. Wanneer Paulus voor de stad-

houder Felix en de jood Agrippa verantwoordelijkheid aflegt van zijn optreden zegt hij: "Dan, hulp van God verkregen hebbende, sta ik tot op dezen dag, betuigende beiden klein en groot, niets zeggende buiten hetgeen de profeten en Mozes gesproken hebben, dat geschieden zou. Namelijk dat de Christus lijden moest en dat Hij, de Eerste uit de opstanding der doden zijnde, een licht zou verkondigen dit volk en de heidene" Hand. 26:22,23. Bepaalde oudtestamentische profetieën keren in de prediking tot de Joden steeds terug. Zij stelden die steeds in het nieuwe licht van Jezus' kruisdood en Zijn opwekking door God uit de doden. Zo horen we hoe Petrus op de Pinksterdag vanuit Psalm 16 licht laat vallen op Jezus' sterven en opstanding. Stefanus betoogt dat de Jezus de Profeet is waarover heeft gesproken. Paulus doet dat vanuit Psalm

2 in de synagoge te Antiochië. Wanneer hij in Rome de Joden op een afgesproken dag voor discussie ontvangt, lezen we: "Denwelken hij het Koninkrijk Gods uitlegde, en betuigde en poogde hen te bewegen tot het geloof in Jezus, beiden uit de Wet van Mozes en de profeten, van des morgens vroeg tot de avond toe" Hand. 28:23. Jezus was hen daar in voorgegaan. In het gesprek met de Emmaüsgangers en Zijn discipelen liet Jezus het licht van de wet van Mozes, de Psalmen en de profeten over Zijn dood en opstanding vallen. "En begonnen hebbende van Mozes en van al de profeten, legde Hij hun uit, in al de Schriften, hetgeen van Hem geschreven was" Luk. 24:27. Op deze wijze is het Evangelie met grote zegen onder Joden verspreid. De heidenen werden op, een andere manier benaderd. De Joden werden bena-

derd vanuit het Oude Testament, de heidenen vanuit het licht van de rede en de openbaring van God in de natuur. We zien dat reeds bij Paulus op de Areopagus. In het gesprek met de wijze Grieken zoekt hij aansluiting bij hun manier van denken over de goden. Hij spreekt over hun vele tempels en altaren en zelfs over hun verering van een onbekende god. Hij toont aan hoe absurd de gedachte is, dat de goden door menselijke offers in stand worden gehouden. De ware God heeft niet nodig dat mensen Hem onderhouden. Hij Zelf is de bron van alle leven en onderhoudt alle dingen en schepselen. *(wordt vervolgd)*

*Kapelle (Zld)
ds. C. Harinck*

1. John Foster, *After the Apostles*, p. 82.

DE NOODZAKELIJKHEID VAN DE BIDDAG

De landman strooit niet meer met gulle hand, steeds grijpend in zijn zak met kostbaar koren. Er werken minder mensen op het land; men loopt niet stap voor stap door verse voren. 't Is slechts een beeld, dat nog wel tot ons spreekt, maar waar de werk'lijkheid van is verbleekt.

We tellen niet meer "een en een is twee"; Computers kunnen 't beter en veel sneller. Wie ouderwets is, kan niet langer mee: het leven wordt steeds harder en steeds feller. De mens klimt hoog in deze maatschappij. Maar...hoort de "biddag" er dan nog wel bij?

Beleven w 'iets van onz' afhankelijkheid? Of hebben we genoeg aan al ons weten? Zijn we verstrikt in alles van de tijd, zodat w'als 't er op aankomt God vergeten? We horen 's zondags graag een goede preek, maar hebben we God nodig in de week?

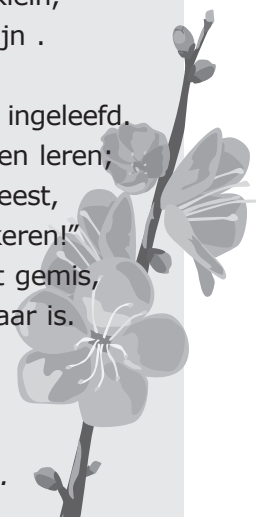
Wie gaf 't verstand? Wie gaf de wetenschap?

Wie schonk talenten om ermee te werken? Wie geeft ons kracht, zelfs tot de kleinste pas? 't Betaamt ons dit met aandacht op te merken! God doe ons zien hoe nietig en hoe klein, ja, hoe afhankelijk w'in alles zijn.

Wie werk'lijk leeft in zijn afhankelijkheid ervaart vanzelf de noodzaak der gebeden; die vindt een biddag geen bijkomstigheid, maar zal ootmoedig 't Gods huis binnentreden. Dan zal voor alle dingen, groot en klein, de Heere Zelf als Leidsman nodig zijn .

Wanneer de nood in het hart wordt ingeleefd. Dan klinkt het "HEERE, wil mij bidden leren; wil in mij bidden door Uw Heil'ge Geest, wil mij, o God, om Christus' wil bekeren!" Dan wordt ervaren, zelfs in 't diepst gemis, dat zulk een biddend leven vruchtbaar is.

*Christien de Priester uit 1
"NABIJ U IS HET WOORD". uitg
Den Hertog, Houten, 4e druk, 2002.*



Hoe werkt het geheugen?

Onze hersenen zitten heel wonderlijk in elkaar. Als we hierover nadenken, realiseren we ons weer dat we zo wonderlijk geschapen zijn... Ons geheugen

heeft hierin ook een plaats. We kennen het korte-termijn geheugen.

Wat we net gelezen hebben in de krant, horen in de kerk of het gas uitgedraaid hebben in de keuken wordt in dit geheugen opgeslagen.

Daarnaast kennen we het lange-termijn geheugen. Dingen die we

als kind geleerd hebben op school, van onze ouders of predikant zijn opgeslagen in dit gedeelte van het geheugen. We hebben allebei deze geheugens nodig in het leven!

Vast staat dat dit korte-termijn geheugen bijzonder gevoelig is voor invloeden als vermoeidheid, gebrek aan belangstelling, geneesmiddelen- en alcoholgebruik en neerslachtigheid.

Geheugenklachten:

Allemaal zullen we weleens last hebben van vergeetachtigheid. Daarom wil ik hierop ingaan, op de normale vergeetachtigheid die hoort bij het ouder worden. Leeftijdsgelateerde vergeetachtigheid noemt men dit. Dit onderscheidt zich van een dementie. Tijdens het ouder worden treden veranderingen in de hersenen op die nadelige gevolgen hebben voor het geheugen. De hersenen slijten als het ware een beetje, naarmate de leeftijd vordert. U merkt misschien ook aan andere dingen dat het meer moeite kost bij het ouder worden, bijvoorbeeld bij het lopen of autorijden.

Ook het terughalen van informatie uit het geheugen, dus het herinneren, kan meer tijd nodig hebben. Dit kan wat problemen geven wanneer veel informatie tegelijkertijd moet worden verwerkt

(bijvoorbeeld tijdens een lezing of een kerkdienst) of wanneer u het druk heeft. Bovendien hebben ouderen doorgaans wat meer moeite met het vasthouden van aandacht. Dit merkt u misschien wel als u met verschillende dingen tegelijk bezig bent. Zeker de dames onder ons zijn dit vaak wel gewend geweest. Regelmatig hoor ik mannen zeggen: doe dan ook één ding tegelijk, dan vergeet je minder.....

Tenslotte: een vuistregel bij het vergeten is hoe minder aandacht u aan iets besteedt, hoe minder goed u de informatie onthoudt.

Herinneren:

Onthouden lijkt vanzelfsprekend, totdat we merken dat het geheugen ons wel eens in de steek laat. Het is lastig als dit gebeurt. Het is een verkeerde gedachte dat we onze hersenen kunnen 'trainen' als zou het een spierbundel zijn. Wel kunnen we nagaan waardoor we iets vergeten zijn. Als er géén sprake is van een beginnende dementie, een depressie of een andere ziekte, kunt u proberen om er iets aan te doen. Als u hierover een vraag heeft, bespreek dit dan zeker met uw huisarts, en assistente of zo mogelijk met een thuiszorgmedewerker.

Bewust gebruik van het geheugen:

Dit jaar wil ik regelmatig iets schrijven over dit onderwerp. Het zal niet zo zeer gericht zijn op het verhogen van geheugenprestaties, maar op het verkrijgen van meer inzicht van het geheugen en vooral ook hoe we hiervan gebruik kunnen maken bij het onthouden. Het klinkt u nu misschien wel wat theoretisch in de oren, maar ik zal proberen zo concreet mogelijk te schrijven en elke keer ook één of meerdere oefeningen toe te voegen. De oefeningen zijn bedoeld om u bewust te maken dat we allemaal



vaak op een nonchalante manier iets proberen te onthouden. En de tips zijn bedoeld om bewust te leren gebruik te maken van manieren en gewoonten die het onthouden bevorderen. Ik kan niet beloven dat u aan het einde van het jaar echt beter kunt onthouden. Vaak worden dit soort oefeningen namelijk in groepsverband gegeven en u begrijpt, dan kunnen de theorie en oefeningen

aangepast worden aan de individuele deelnemer. Aansluiten bij het dagelijks leven is hierbij namelijk van belang. Maar ik zal een poging wagen om het toch geschikt te maken voor u allen via dit blad.

Goedereede,
Marianne A. Tanis

HET KRUIS

*Het Kruis was pijn, vernedering
en ook de geselslagen.
Maar hoe hebt U Uw levenslang,
ons om U heen verdragen?*

*U keek door onze maskers heen,
Uw schuldeloze ogen,
doorzagen elke dag opnieuw,
dat wij U steeds belogen.*

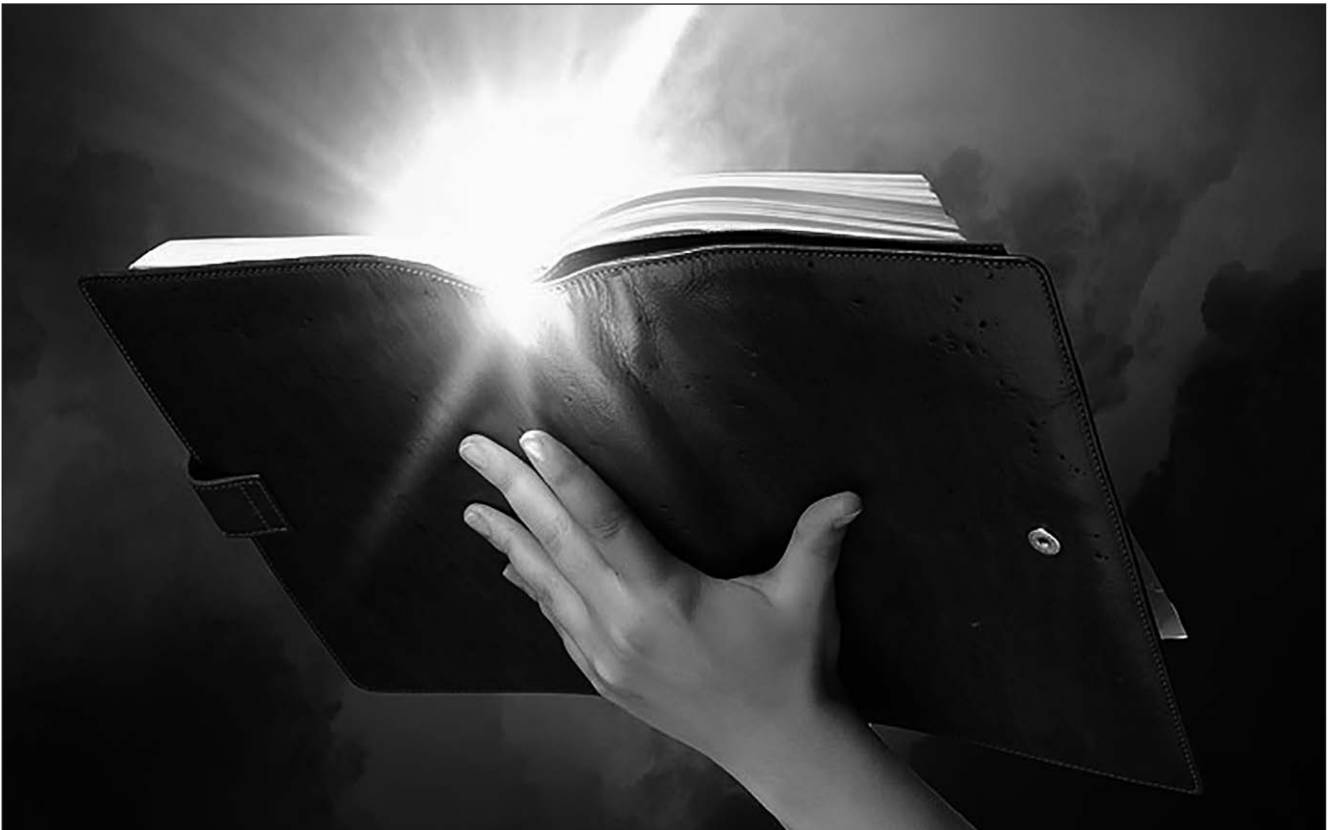
*U was bij ons zo eenzaam, Heer',
wij waren als verdoemden.
Hoe groot moet wel Uw Liefde zijn,
dat U ons broeders noemde?*

*Zelfs in de Godverlatenheid,
hebt U voor ons gebeden.
Niet één van ons heeft U getroost.
U hebt alleen geleden,*

*het leed, dat niet te peilen is,
dat wij niet konden dragen.
Vergeef ons Heer', de zware schuld,
dat wij Uw smart niet zagen.*

Co 't Hart uit TEGENWIND





Colofon

Dagelijks bestuur van de Stichting:

Ds. J. Willemsen, voorzitter, PKN
(hervormd), Dirksland

Ds. J. Oosterbroek, secretaris,
Chr. Geref., Harderwijk

Dhr. M. C. Paul, penningmeester, PKN
(hervormd), Dirksland

Ds. J. A. H. Jongkind, bestuurslid PKN,
(hervormd), Brandwijk

Ds. C. Bos, alg.adjunkt, PKN
(hervormd), Benschop

Eindredacteur:

Ds. J. Oosterbroek, Voorste Wei 23,
3844 JW Harderwijk,
tel. 06 27114366.

Tevens adres voor kopij.

e-mail: oosterbroekj@yahoo.co.uk

Medewerkers:

Ds. J. Van Amstel, Chr. Geref., Ede
Mevrouw W. Breederveld, PKN
(hervormd), Goedereede

Ds. C. Harinck, Gereformeerde
Gemeenten, Kapelle

Rev. W. de Jong, Chr. Reformed
Church, Straffordville, Ontario, Canada

Mevrouw M. A. Tanis, Chr. Geref.,
Goedereede

Abonnementen:

Dit blad verschijnt in de eerste week van
elke maand (10 maanden van het jaar);
alle chronisch zieken kunnen dit blad
gratis ontvangen; de abonnementsprijs
is € 10,00 per jaar; het banknummer
is: NL 40 INGB 0000 9389 39 ten
name van Stichting Kracht naar Kruis
te Den Haag;

opgave nieuwe abonnees en adres-
wijzigingen aan:

abonnementen@krachtnaarkruis.nl of
KnK, Anthon van der Horstlaan 56,
3752 VP Bunschoten-Spakenburg;
alle informatie over KNK kunt u
vinden in www.krachtnaarkruis.nl