

Kracht naar Kruis

STICHTING EVANGELISEREND LECTUURFONDS VOOR CHRONISCH ZIEKEN EN OUDEREN

no. 8 • Mei 2017 • 74ste jaargang



Meditatie

Niet meer

Romeinen 6 : 6

De opstanding van Jezus Christus is de grote beslissing waarvan de consequenties pas bij de opstanding op de laatste dag helemaal openbaar komen, maar waarvan de consequenties ook nu hier op aarde al zijn te zien. Men kan geloven dat de slang in het paradijs heeft gesproken en toch dezelfde blijven. Maar het geloof in de opstanding van Christus kan het oude leven net zo min laten bestaan als de oude mens. Dit geloof is dodelijk voor de zonde. Als we alleen maar letten op de kwaliteit van de gelovigen op de kwaliteit van hun geloof, dan kunnen we ons nauwelijks voorstellen dat de Heere waarlijk is opgestaan. Dan kunnen we ons zeker niet voorstellen dat er veel mensen zijn die dit werkelijk geloven. De zonde is zo'n verschrikkelijke macht in de wereld dat zij de gemeente van Christus bijna onherkenbaar maakt. Als we letten op de dagelijks praktijk van het leven van de gemeenteleden dan zou men niet zeggen dat Jezus ten derde dage is opgestaan. En toch blijft het waar dat Christus opstond opdat wij niet meer de zonde dienen. De zonde dienen, dat is een hard woord, en niemand wil het graag horen. De mens is geschapen om God te dienen en de wereld te regeren. Als hij God niet meer dient, regeert hij de wereld ook niet meer. Dan dient hij de zonde, wat hij verder dan ook doet of nalaat. Tegenover de dienst van de Heere staat

de dienst van de zonde. En een derde mogelijkheid is er niet. Wie de Heere niet dient die dient de zonde. En de zonde dienen dat is een slavernij, een verkocht zijn naar lichaam en ziel en geest. Het betekent dat wij niet anders kunnen dan zondigen. Al wat wij doen is zondigen. Deze slavernij ligt als een ban over de dienaar van de zonde. Het is de Heere God, Die deze ban uitspreekt en oplegt. Het is Zijn wet die ons allen onder de zonde heeft besloten en houdt besloten. Wie kan zichzelf bevrijden van de gewontezonden, die men immers niet eens meer opmerkt? Wie kan zijn karakterfouten overwinnen, ook al is hij zich die wel degelijk bewust? Wie komt er toe om met Gods gebod ernst te maken midden in het leven? Het is in deze dingen dat wij de verwoestende macht van de zonde ondervinden tot in het hart van de gemeente, die tot beter geroepen is. Het ergste is dat er in deze slavernij een element van vrijwilligheid wordt gevonden. Wij dienen de zonde niet alleen als weerbarstige, gedwongen slaven. Maar wij hebben de zonde lief en willen er niet van scheiden. Het is deze vrijwilligheid die de slavernij verdubbelt. Maar op grond van de opstanding van Christus zegt Paulus: niet meer! Geloven wij werkelijk dat Jezus is opge-



In dit nummer van ons blad treft u van de u bekende medewerkers de diverse bijdragen aan. Wij hopen u in het nummer van juni te kunnen zeggen hoe de eindredactie na het heengaan van ds. J. Oosterbroek meer definitief zal worden geregeld. Wij wensen u een dankbaar en blij leven toe vanuit de kracht van de opstanding van onze Heere Jezus Christus. "Houd in gedachten dat Jezus Christus uit de doden is opgewekt, uit het nageslacht van David, overeenkomstig mijn Evangelie!" (2 Timotheüs 2:8).

De redactie.

staan? Zelfs wanneer wij het niet geloven dan is het toch waar. De Heere is waarlijk opgestaan opdat wij niet meer de zonde dienen. Hij heeft door Zijn opstanding de slavernij opgeheven, de macht van de zonde gebroken. Nu kunnen wij weer ademen, nu kunnen we pas echt leven. Want het leven onder de zonde is geen leven maar een soort sterven. Het liefhebben van de zonde is een verbond met de dood dat leidt tot het verderf. Daartegenover heeft de opstanding van Jezus Christus het leven geopenbaard en geopend.

Het enige wat wij moeten doen om niet meer de zonde te dienen is geloven dat Christus is opgestaan. Paulus spreekt hier in de Romeinenbrief niet over mensen die menen dat het geloof buiten hun leven omgaat. Zulke theorieën noemt hij: de zonde dienen. Geloven is leven. Wie de opstanding van Christus gelooft, die dient de Heere met blijdschap ook al is hij een zwak mens-kind. Want wat er nog tegen onze wil in ons is overgebleven dat is de zonde die haar macht verloor aan de vergeving.

Dirksland, ds. J. Willemsen

GOD IS MIJ EEN HELPER

Als God de Heer mijn Helper is,
dan heb ik niets te vrezen.
Die woorden, zeker en gewis,
staan in zijn Woord te lezen.

Omdat die woorden levend zijn,
Mag ik het gaan ervaren,
Dat in de zorgen, groot of klein,
Zijn hand mij zal bewaren.

En als ik in onzekerheid
Wegzink in angst en vrezen,
Dan klinkt zijn liefdevol verwijt:
'Ik wil toch bij je wezen.

Ik ken je angst, ik weet je strijd,
Ik ken je pijn en zorgen.
Maar weet, dat Ik je steeds bevrijd.
Je bent in Mij geborgen.'

Als God de Heer mijn Helper is,
Mij vult met heel zijn Wezen;
Als God de Heer mijn Helper is,
Dan heb ik niets te vrezen.

Jelly Verwaal



GEBED

'Hemelse Vader, laat Uw genade op
mij rusten.
Laat mij vandaag iets van Uw kracht
ervaren.
Verlos mij van mijn eenzaam egoïsme
en help mij in Uw liefdelijke
verbondenheid te blijven.'

*Uit: 'Een gebed voor elke dag,' J.H.
Gunning J.Hz*

Maarten Luther en 500 jaar reformatie (2)

De geestelijke ontwikkeling

In dit artikel bespreken we naast enkele biografische gegevens de geestelijke ontwikkeling uit Luthers jeugd en studietijd. We zien dat hij door allerlei ontwikkelingen, geestelijke stromingen en geestelijke aanvechtingen opzoek is om van zijn streng Godsbeeld verlost te worden en Jezus Christus door genade leert kennen als zijn Bevrijder.

"EEN JONG MENS IS ALS NIEUWE WIJN, HIJ MOET UITGISTEN

(...) WANNEER DE JEUGD NIET EEN GOEDE SCHOOLMEESTER

EN LERAAR ONTVANGT, DAN HEEFT DE DUIVEL MET ZIJNE

BENDE SPOEDIG EEN GEWONNEN SPEL."

M. Luther

Ouders en jeugd

Maarten Luther werd geboren uit een familie die Luder heet. Tot 1517 zal hij deze naam dragen, daarna verandert hij zijn naam in Luther. Door zijn grootvader Heine Luder, een boer uit Möhra niet ver bij Eisenach vandaan, ontvangt de familie aanzien en welstand. Een zoon van Heine, Hans, de vader van Maarten, was voordat hij raadsheer werd, mijnwerker van beroep in de kopermijnen van het graafschap Mansfeld, wat voor hem een goede sociale mobiliteit met zich meebracht. Hans trouwde met Margarete Lindemann, die uit een aanzienlijke Eisenacher familie kwam. Maartens jeugd werd door de zelfstandigheid van zijn vader en de uit betere kringen voortkomende moeder gevormd. Maarten werd op 10 november 1483 (of misschien wel 1484) geboren in Eisleben en werd de volgende dag gedoopt, zoals toen de gewoonte was,

met de naam van de dagheilige 'Sint Maarten'. Later zegt Maarten over de doop, dat als je eenmaal gedoopt bent met water je altijd weer gedoopt moet worden door het geloof. 'Je moet altijd sterven om te leven. De kracht van de doop neemt heel je leven met lichaam en ziel op om het terug te geven op de jongste dag, met het gewaad bekleed van heerlijkheid en onsterfelijkheid.' Er is over Maarten Luthers jeugd weinig bekend. Hij groeide op in een atmosfeer van hardwerkende en spaarzame ouders die hem nogal hardhandig en zonder godsdienstige overdrevenheid opvoeden. Maarten groeide op met een strenge Godsvoorstelling, waarin de duivel constant aanwezig was in opvoeding en vroomheid. De duivel blijft levenslang Maartens tegenstander. Van zijn strenge vader moest Maarten rechten studeren en hij vertelt over hem het volgende: 'Mijn vader sloeg mij een keer zo hard, dat ik voor hem vluchtte en boos op hem werd, totdat ik weer aan hem gewend was.' Bij de opvoeding was het slaan een algemene gewoonte. Men ging uit van Salomo's spreuk: 'Die de roede inhoudt haat zijn zoon.' Hoewel, zei Luther later: er 'een appel naast de roede moest liggen.' Want, 'wat vader en moeder niet opvoeden kan, dat voedt de duivel op.' Daarom: 'zullen de ouders niet aflaten om voor de kinderen het beste te zoeken, ook wanneer zij ondankbaar zijn.' En tot de kinderen zegt hij: 'God die bevolen heeft dat de kinderen hun ouders gehoorzaam zijn, heeft de gehoorzamen kinderen zegen



beloofd.' Uit zijn jeugd werkten vooral twee indrukken na, die van wilskracht en vroomheid. We vragen ons af: wat was de godsdienstige sfeer waarin Luther werd groot gebracht?

In het gezin aanvaardden de ouders van Maarten de kerkleer zoals die aan hen werd overgedragen. En daar naast werkte in de samenleving het geloof aan hekserijen en toverijen als een algemeen verbreid verschijnsel in de middeleeuwen. In het volksleven nam het bijgeloof in de duivel een grote plaats in. Maarten is met dit bijgeloof opgegroeid, mensen schreven allerlei kwaad en misstanden toe aan de duivel. In die tijd zochten mensen veiligheid bij de kerk, zodat door missen en processies deze geheimzinnige duivelse machten werden gebroken. In die tijd had de kerk een machtige greep op de samenleving, daardoor werd Maarten in zijn jeugd geconfronteerd met een godsdien-

stige voorstelling van Christus als rechter in het oordeel op de laatste dag. Door dit strenge Godsbeeld werd niet alleen het gezin, samenleving en kerk, maar ook de school beheerst. Maarten bewaart geen prettige herinneringen aan zijn schooltijd, ook daar ontbrak de roede niet en op zaterdag werd met de jeugd afrekening gehouden door het toedienen van slagen, het aantal was afhankelijk van hoe groot de aantekeningen van de leerlingen waren. Gelukkig is door Gods genade het Evangelielicht door middel van de reformatie weer gaan schijnen, zodat wij niet langer onder de wet maar onder de genade leven. Dan mag ons bemoedigen in tijden van ziek-zijn en allerlei tegenspoeden.. 'Mijn genade is voor u genoeg, want Mijn kracht wordt in zwakheid volbracht.'

Benschop, ds. C. Bos

Onze omgang met vluchtelingen

Onze omgang met vluchtelingen
Er zijn momenteel duizenden mannen, vrouwen en kinderen op de vlucht. In Nederland worden ongeveer 40.000 vluchtelingen opgevangen. De meeste mensen zijn Syriërs op de vlucht geslagen voor Assad en Islamitische Staat, IS. Laten we direct maar duidelijk zijn: wanneer mensen als vluchtelingen opzoek zijn naar een veilig heenkomen, dan zullen wij hen naar een woord van Jezus steun en opvang moeten bieden. 'U zult uw naaste liefhebben als uzelf.' Hoe doen wij als ons huis in brand staat, wat neem je mee als je wegvlucht? Ik denk allereerst je kinderen,

omdat je ze het meest liefhebt en daarna de waardevolle spullen die je nog mee kunt nemen. Zo is het ook met de Joodse wet die allereerst begint met aanbidding en liefde voor God. Als wij naar Gods beeld gemaakt zijn, dan ontdekken we de volle betekenis van ons bestaan. We zijn immers geschapen om God in deze wereld te weerspiegelen! Aan de naaste geven we hetzelfde respect en dezelfde zorg die we aan onszelf geven. In de ander, de vluchteling en zij die in nood leven, zien we God die aan ons vraagt om hulp te bieden.

Benschop, ds. C. Bos

Vast vertrouwen

Soms kom je mensen tegen, die aantrekken door hun eenvoud. Ze zijn zelfs door en door eenvoudig en kunnen zonder enige opsmuk 'gewoon' vertellen wie de Heere voor hen is. Het duurt meestal niet lang of ze spreken al goed over de Heere, terwijl er alle ruimte is om te zeggen hoe het met hen gaat, als je er naar informeert. Maar voordat je er erg in hebt, gaat het over het meest centrale van hun leven. Want het is een leven met God en voor Hem. Zo kun je het uit hun eigen mond horen wie Hij is. Vanuit een beleving die niet op een enkel moment teruggaat, maar heel hun leven 'toonzet'.

Zo kun je onverhuld horen getuigen: 'Het valt niet mee om oud te worden. Maar de Heere heeft tot mij gezegd: Ik zal u niet begeven en Ik zal u niet verlaten. En nu stel ik mijn vertrouwen maar op de Heere.'

Het is heel mooi wanneer door menig- een gezongen wordt: *'k Stel mijn vertrouwen op de Heer, mijn God*. Het is een geliefd lied geworden bij velen. Maar bij deze oudere vrouw, die helemaal niet zo goed zingen kan, hoor je het hoogste lied.

Ze vertelt vanuit een levenslange ervaring wie de Heere voor haar is in allerlei situaties in haar leven. Als en doorgaand refrein klinkt het: zó is Hij voor mij. Heerlijk wanneer deze klanken ook bij een van haar kinderen op te merken zijn. Telkens weer is haar dochter erover verwonderd dat de Heere Jezus Zijn leven voor haar gaf. Hoe vaak 'getuigt' ze in haar gesprek: Ik voor u! Het is niet te geloven dat het waar is dat de Heere Jezus Zijn leven voor mij gaf. Maar ik mag het weten: *Ik voor u*. Zo kunnen moeder en dochter als getuigen in de gemeente (en daarbuiten) een voorname plaats innemen. Niet

omdat zij zelf denken dat ze wat zijn en dat zij zo goed spreken. Het is niet een 'voorgenomen' en ingestudeerde belijdenis. Het komt als een bijna 'vanzelfsprekende' belijdenis recht uit hun hart.

Om jaloers op te worden. Om te bidden: Heere, mag ik ook zo getuige van U zijn. Want je proeft het: dit is echt. In alle eenvoud zo voornaam.

Als je oma zo spreekt en je moeder in datzelfde spoor gaat, ben je rijk gezegend. Je hoeft er de deur niet voor uit te gaan, je hoeft ook geen boekjes te lezen met geschiedenissen van bekeering. Je hoort in eigen huis en in eigen gezinsleven wie de Heere voor een mens is.

Je kunt er God niet genoeg voor danken zulke 'voorbeelden' in je leven te mogen ontvangen. Wie mag dit voorrecht zó genieten?

Tegelijk brengt het je tot een voortdurend gebed: Mag ik U ook zo kennen, om zo van u te spreken. Daar heb je dan geen cursus voor nodig. Alleen het gebed: *Open mijn lippen, zo zal mijn mond Uw lof verkondigen*.

Zulke gebeden zijn God aangenaam en worden door Hem verhoord. Meer dan eens ontdek je dat God in de lijn van de geslachten werkt. Zó kom je er achter: zo moeder, zo dochter. Lezen we ook niet van Timotheus dat zijn oma en zijn moeder met name worden genoemd vanwege de godvrezende opvoeding die hij mocht genieten?

Zo kun je van jongs af voorgeleefd zien: *'k zal op U mijn vast vertrouwen altoos bouwen, door uw vleugels overspreid*

Ede
J. Van Amstel



Draagt elkanders lasten



Beste lezer,

Bent u een volger - een volger waarvan geschreven staat in de Bijbel? Het zijn woorden die Jezus Zelf sprak tot zijn discipelen. Lees maar in Johannes 21: daar zegt Jezus tegen Petrus: 'Volg mij'. Twee woorden met verstrekkende gevolgen. Petrus zou het niet makkelijk krijgen maar wat een heerlijke toekomst stond hem te wachten! Misschien heeft u ook wel geen makkelijk leven: ziekte, eenzaam, buitengesloten, haat, pijn, verdriet, Toch mag u in geloof u vastklampen aan de woorden van Jezus: 'Volg Mij'. Aan het einde van Johannes 20 staat dan een heerlijke belofte te lezen: 'en opdat gij, gelovende, het leven hebt in Zijn Naam' of, zoals in een moderne vertaling staat: 'Als je gelooft in Jezus Christus, krijg je het eeuwige leven'. Als dat geen machtig perspectief is!

Verjaardagskalender

- 12 mei Alma Siereveld,
Vuurpijlstraat 20b,
3053 EZ Rotterdam
- 13 mei De heer J. Koppert,
Beelstraat 43,
2672 AB Naaldwijk
- 16 mei De heer J. Koelewijn,
Scheepsvaart 85,
6846 LT Arnhem
- 25 mei Mevr. M.S. van
Esseveldt-Donker,
'Ronssehof' app. 322,
Ronsseweg 410,
2803 ZX Gouda

Ben zo gelukkig

Ben zo gelukkig,
Jezus kwam in mijn leven,
Hij veroverde mijn hart,
wat heb ik veel gekregen.

Jezus, mijn Broer,
Vriend en Redder,
Hij gaat mij voor,
leidt mij als een Herder.

Hem mag ik vertrouwen,
Hij heeft het zelf gezegd:
"Volg Mij maar,
dan zit je op de goede weg".

*Dichter: Janneke Troost,
www.gedichtensite.nl*

Brievenbus

Mevr. V. Visserman,
"Hof van Smeden", Smeden 5,
Kamer 323, 8301 XG Emmeloord
Mevr. A. Hofland, Westduinweg 1385,
2583 AZ Den Haag



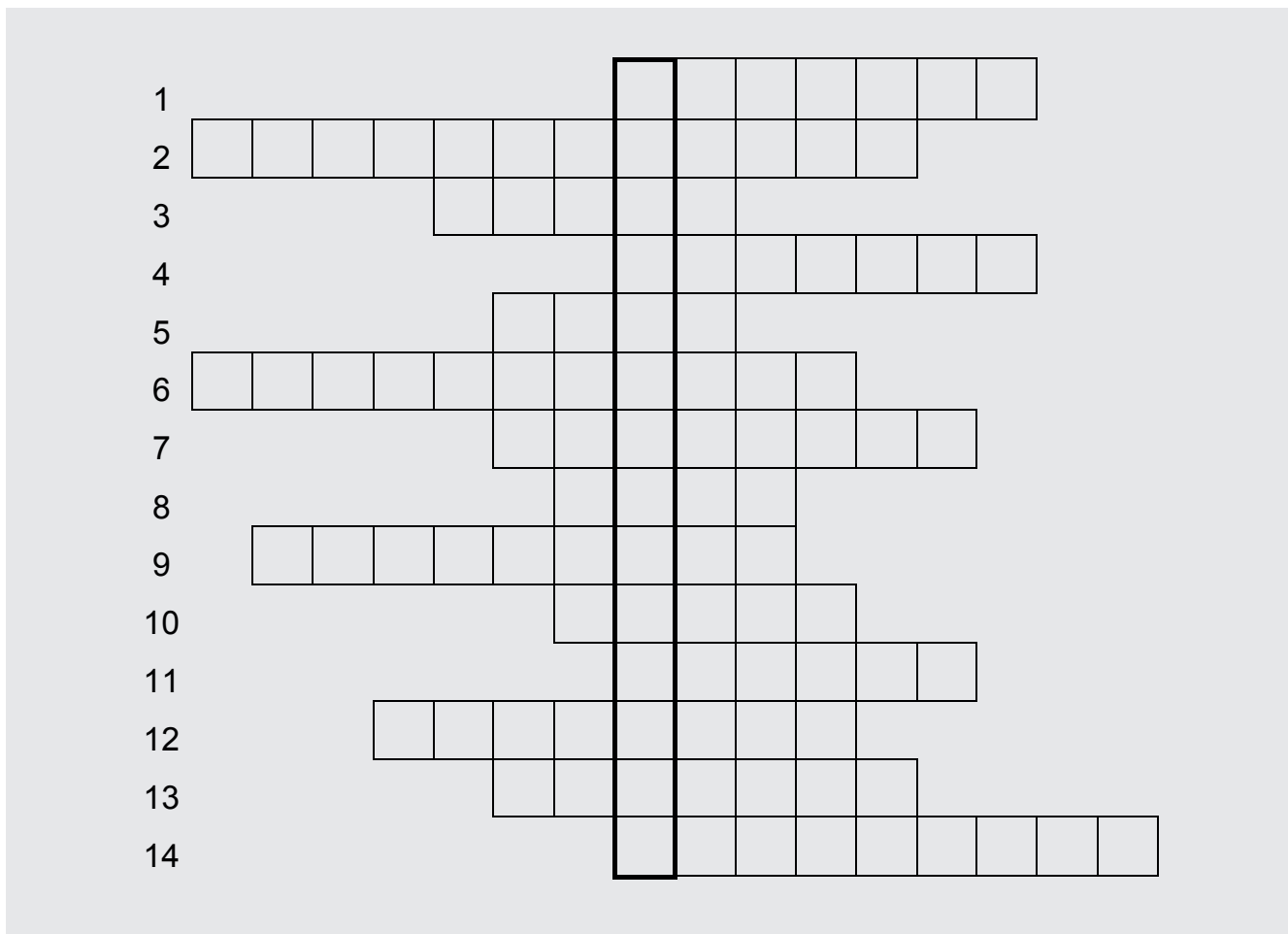
Puzzelhoek

Bij deze puzzel moet u gaan bladeren door drie Bijbelboeken. De vindplaatsen staan bij de vragen. In Het dik omliggende vak leest u de oplossing voor deze puzzel, die kunt u naar mij opsturen.

1. Hoeveel dagen zijn er tussen Pasen en Hemelvaart? (Handelingen 1)
2. Hoever ligt de Olijfberg bij Jeruzalem vandaan? (Handelingen 1)
3. Waar doopte Johannes mee? (Handelingen 1)

4. Andere naam voor Thomas.
(Johannes 20)
5. Hoeveel mannen stonden er ineens bij de discipelen op de berg der verheerlijking? (Handelingen 1)
6. Aan welke zijde moesten de discipelen het net uitwerpen? (Johannes 21)
7. Op deze berg voer Jezus ten hemel op. (Handelingen 1)
8. Matthias werd discipel in plaats van (Handelingen 1)
9. Aan wie schreef Lukas het boek der Handelingen van de Apostelen (Handelingen 1)

10. Wie is de zoon van Jonas?
(Johannes 21)
11. Hoe heet de plaats waar twee mannen met Jezus naar toe liepen?
(Lukas 24)
12. Andere naam voor 'akker des bloeds'. (Handelingen 1)
13. Hoe heet één van de Emmaüsgangers? (Lukas 24)
14. Deze man kwam uit Kana in Galilea.
(Johannes 21)



De oplossing van de puzzel uit het april-nummer is:
Deze is de Koning der Joden.

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

Genezing zoeken (1)

Sommigen van ons zijn langdurig ziek, meer dan eens ernstig ziek. De dokter moet je zo vaak raadplegen, dat je er bij tijden voor schaamt om hem of haar weer te bellen. Vooral als je anderen daarin te hulp moet roepen, zie je er tegen op om hen opnieuw te vragen om je tegemoet te komen. Zolang zij er zijn, helpen ze je.

Maar als zij wegvallen of het niet meer kunnen, omdat zij zelf ziek geworden zijn of er te oud voor worden, waar komt dan je hulp vandaan?

Soms moet je in een ziekenhuis opgenomen worden, maar wie brengt je er heen of wie gaat met je mee voor allerlei onderzoeken?

Wij kunnen in ons zeer welvarend land vrijwel overal geholpen worden, dankzij een uitzonderlijke gezondheidszorg om ons heen. Stel je voor dat je met al je kwalen in een ander land zou leven, hoe moet het dan verder? Overleef je het dan wel? We kunnen in dit opzicht niet dankbaar genoeg zijn voor wat we dag en nacht mogen ontvangen en zelfs genieten. Maar hoelang zal dit voorrecht ons nog ten deel vallen?

De kosten rijzen te pan uit

Als je in een ziekenhuis terecht komt, alleen al voor onderzoek, merk je hoeveel mensen aan het werk zijn en zich inzetten voor je lichamelijk en geestelijk heil. Het is in één woord 'heilzaam'.

Maar hoe lang zullen we deze weldaden nog genieten? Moet er niet een grens getrokken worden aan de nodige zorg, waarvoor men terecht vreest. Want verzekeringsmaatschappijen kunnen de kosten niet eindeloos dekken. Het eigen risico kan verhoogd worden, evenals de premie, maar er komt een keer een einde aan de mogelijkheden. En wat dan? We kunnen wel zeggen dat het nog niet zo

ver is, maar we naderen een grens.

Na de Tweede wereldoorlog gaven we al snel honderden miljoenen uit voor de gezondheidszorg, nu zijn er inmiddels al tientallen miljarden nodig om mensen metterdaad te helpen. Wie zal deze hoge kosten kunnen betalen, wanneer er nog meer nodig is op dit terrein?

Of zullen wij in de toekomst meer gezond zijn? Wanneer tal van mensen dankzij de toenemende wetenschap langer zullen leven en door toediening van steeds meer medicijnen en andere ontdekte middelen ouder worden, is dit nog betaalbaar?

Door langduriger en intensieve verzorging stijgt het aantal ouderen zienderogen.

Tegelijk komen we er achter dat het aantal kinderen dat geboren wordt dusdanig afneemt, dat straks een gering deel van de bevolking voor de lasten op moet draaien.

Zal het dan nog mogelijk zijn om in leven te blijven, als het kostenplaatje het niet meer toelaat om zoveel zorg te besteden aan zieken, die te duur worden voor de maatschappij?

We horen nu al geluiden om een grens te stellen aan de leeftijd voor behandelingen. Moet een te vroeg geboren kind zoveel 'kosten' en wat te denken aan ouderen die te zwaar drukken op behandelmethoden? Worden zij niet te duur in ons welvaartsperiode? Er zijn ouderen die bang zijn dat ze straks met mooie woorden worden 'opgeruimd', althans niet in de gelegenheid komen voor de zo nodige zorg, die onbetaalbaar is geworden.

Zorg

Waarom over dit kostenaspect zoveel aandacht besteden in ons blad? Het gaat toch meer om geestelijke kracht in het kruis dat we hebben te dragen?

In een bundel over alternatieve geneeskunst '*Dag dokter*' eindigt het eerste arti-

kel met de hierboven genoemde gegevens, die hoe langer hoe meer het kostenaspect gaan bepalen voor wat nog mogelijk is voor het geheel van de samenleving. We kunnen er daarom niet omheen daaraan aandacht te besteden bij de vraag waar we (in de toekomst) voor komen staan wanneer wij genezing zoeken. Vooral omdat we ons buigen moeten over de vraag: wat is ziekte en tegelijk ons af moeten vragen: wat is gezondheid? Vooral komen we voor de vraag te staan: wat is de mens. Want waarom wordt iemand ziek? Ziekte treedt met name op wanneer er iets misgaat of al langer mis is. Zo kunnen we niet heen om de vraag wat ziek worden inhoudt en wat ziekte met zich meebrengt. En meteen: waar moeten we genezing zoeken? Mag alles wat kan? Of zijn er grenzen aan te geven. Wat is in overeenstemming met het Woord van God? Mag je naar gebedsbijeenkomsten gaan

en je de handen op laten leggen, als niets meer helpt?

Wat betekent de gave van de genezing? Temeer omdat vanuit de nu Protestantse Kerk een aantal jaren geleden in dit opzicht synodale handleidingen zijn verschenen over het werk van de Heilige Geest in de gemeente. En schreef dr. W.J. Ouweneel niet een dik boek over 'Het domein van de slang' in verband met allerlei occulte bewegingen?

Waar opent de Heere de weg tot genezing en waar treffen we een bordje aan: 'Verboden toegang'?

We merken dat er veel op onze weg komt, wanneer we samen willen nadenken over deze dingen, die vooral zieken en hun omgeving danig bezig kunnen houden. We hopen in de komende tijd, bij gezondheid!, op een en ander dieper in te gaan.

Ede

J. Van Amstel

Een lied Hamaälôth: Psalm 126.

Ps.126 is bekend en geliefd. Maar dat wil niet zeggen, dat dit een gemakkelijke psalm is. Het "schuurt" vooral rond het punt of de mensen over wie het hier gaat nu al wel of nog niet zijn bevrijd. In vers 1 leest u, dat God de gevangenen terug heeft doen keren. Maar in vers 4 wordt er toch weer gebeden: "Breng ons terug!" Dus dat lijkt niet te kloppen. Deze zaaier moet een van de Judese ballingen in Babylon zijn. Zeventig jaar geleden was er een bovenlaag van de mensen van Jeruzalem op transport gesteld naar Babel. God strafte Zijn volk. Maar niet zonder medelijden. Eens zou het weer naar het oude land teruggaan. Met het aantreden van koning Kores is

dat ook gebeurd. God was goed. Het geluk van de mensen was te groot voor hun hart. Dat viel zelfs de heidenen op. Israël trok weer op naar het land van melk en honing. Maar het blijkt niet zo licht als ze hadden gedacht. In Kanaän viel het tegen. Ze waren maar met een restant. Velen waren er in Babel gebleven. En de stad was verwoest. De blijdschap verstomde. Ze leken wel weer een slaaf. De eerst juichende balling zien we als een huilende zaaier al zaaierende gaan. Soms valt ons het latere van ons leven ook tegen. Je bent blij met je diploma; maar er is vervolgens geen werk. Of je kreeg weer een man; maar dan word je ziek. Deze psalm gaat over



de dromen van ons, mensen, die nogal eens de grond in worden geboord. Wat een feest leek, is een nachtmerrie geworden. Maar hoe moet je daar mee omgaan? Het is duidelijk, dat het dit lied draait om wat je noemt geloof en vertrouwen. Deze psalm bidt: "Laat ons weer geloven. Laat het donkere het niet winnen. Laat ons niet verdrinken in onze angst. Heere, breng een omkeer in onze gevangenschap, zoals waterstromen in het zuiden".

Als je vertrouwt, waar vertrouw je dan op? Dan vertrouw je, als het goed is, niet op: "Het komt wel weer goed". Want dat weten we niet. Maar vertrouwen is in de Bijbel vertrouwen op God. Vertrouwen is met al je ontgoocheling naar Hem toe te gaan. "Ik vertrouw me U toe".

"Heere, breng een omkeer in onze gevangenschap, zoals waterstromen in het zuiden". Het zuiden (de Nègev) is een eindeloos dor gebied. Het is een woestijn. Je zit daar dichtbij de dood. Maar wanneer er eenmaal regen valt in de woestijn vullen zich de droge beddingen met water. Een groen waas van vruchtbaarheid ligt er over het land. Nee, die beddingen kunnen niet voor dat gezegende water zorgen. Maar die vangen het water wel op. Levenslust en vertrouwen kun je jezelf niet geven. Maar God geeft dat aan ons. Ps.126 is een gebed. Wie bidt, zit niet bij de pakken neer. God geeft hem weer moed. Dat gaat niet vanzelf. Ons verlangen staat soms op de nul. Maar als God ons door het geloof vleugels aandoet, blijven we niet stil zitten te treuren. Maar we staan uit onze zorgen weer op. Als God werkt, slaat de tegenslag ons niet lam. Net als in Ps.42 is het dan met je: "Ik Zal Zijn lof, zelfs in de nacht, zingen, daar ik Hem verwacht".

"Die het zaad draagt, dat men zaaien zal, gaat al gaande en wenende". Mooier dan zo kan vers 6 niet worden vertaald. In die woorden zie je de huilende zaaier, al gaande, gaan. Je hoort zijn slepende tred. Maar al gaat het moeizaam, het gaat. Wij

moeten, maar wij kunnen ook doorgaan in dit moeilijke, maar ook mooie leven dat God aan ons geeft. Dat is niet zonder strijd. Laat er niemand ooit zeggen, dat vertrouwen gemakkelijk is. Men zegt wel eens: "Je hebt je geloof toch?" Maar dat zeggen meestal de mensen die maar weinig in hun leven mee hebben gemaakt. Maar dat is niet eerlijk om te zeggen: "Als je gelooft, moet je rust hebben en vrede. Maar wanneer je wel eens twijfelt, heb je een geloof dat niet goed genoeg is". Ook de topperige mensen rekent God er graag bij. Juist voor zulke mensen schreef de dichter deze juichende psalm. Maar die zaaier huilt wel. Stelt u zich bij dat wenende zaaien maar een man voor die in een periode van schaarste nog een zakje zaaizaad van koren ergens op een droog plekje heeft staan. Wat gaat hij daarmee doen? Hij kan er twee dingen mee doen. Hij kan het tot meel vermalen en er brood van bakken. Dan heeft hij voor een dag of wat nog te eten. Maar hij kan het ook wegwerpen en het in de aarde strooien en dan hopen, dat het opkomt. Een zware keuze is dat. Maar hij doet dat laatste. Al gaande werpt hij zijn laatste zekerheid weg. U begrijpt, denk ik, dat huilen ook wel. Wie van de gelovigen is er die niet wel eens om de ontrouw van de mensen en om hun lichtzinnigheid huilt? Maar die zaaier laat zijn zekerheden los en zijn dromen; en zijn toekomst legt hij in Gods hand. Maar er is ook een belofte. "Hij zal zeker terugkomen met gejuich en zijn schoven dragen". Maar nu zijn wij in deze psalm niet alleen maar die huilende zaaier. Maar vooral Jezus is dat. Jezus huilde om Jeruzalem. En Hij huilde om ons. Hij gaf ook zichzelf prijs. Maar daarna stond Hij op. Toen is het nog meer waar geworden dan toen Israël uit Babel is teruggekomen: "Toen werd onze mond vervuld met lachen en onze tong met gejuich!"

Brandwijk J.A.H. Jongkind

Geheugen 11

Het onderhoud van het geheugen

Het laatste jaar hebben we ons bezig gehouden met het geheugen. Allerlei ideeën, tips en adviezen waren te lezen. Het is goed, om naast dit alles, ook te bedenken hoe we ons geheugen het beste kunnen onderhouden. Tijdens de dagelijkse bezigheden en huishoudelijke karweitjes op allerlei momenten van de dag kunnen we oefenen. Zo blijven we ons geheugen activeren.

Dagelijks ontmoeten we mensen en maken we dingen mee. Aan het einde van de dag kunt u de gebeurtenissen van de afgelopen dag evalueren, bijvoorbeeld voor u gaat slapen. U kunt zich afvragen: wat heb ik vandaag gedaan, wie heb ik ontmoet, wat zijn mijn plannen voor morgen enzovoort? Hiermee ordent u de afgelopen dag en brengt u structuur aan in de dag van morgen. Dit alles helpt om beter te onthouden.

Daarnaast is hoofdrekenen een belangrijk iets. Tegenwoordig doen we dit nauwelijks meer. Hiermee oefenen we echter wel ons geheugen, ons concentratievermogen, maar ook ons korte termijn geheugen. Maak er bijvoorbeeld een gewoonte van om tijdens het boodschappen doen een optelsom te maken van de kosten. Bij het afrekenen aan de kassa weet u, als u contant wil betalen, hoeveel geld u moet betalen. Misschien kunt u het dan ook wel passen. Een mogelijk een bijkomend voordeel is ... u wordt waarschijnlijk ook prijsbewuster.

Dingen worden beter onthouden naarmate er meer structuur in te onderscheiden is. Dit kwamen we al vaker tegen. U kunt die structuur, die orde, er zelf in aanbrengen. Bijvoorbeeld: deel thuis uw boodschappenlijstje zo

dat alle groente en fruit onder elkaar staat, de melkproducten etc. U leest het lijstje thuis aandachtig door en probeert in de winkel het zonder uw lijstje te doen. Eventueel kunt u, voordat u in de rij komt te staan, de inhoud van uw boodschappenkar controleren met uw lijstje.

Misschien is het ook een leuk idee om regelmatig een spel te doen. Met leeftijdsgenoten, uw (achter) kleinkinderen of buurkinderen. Mens-erger-je-niet, memory, dammen of schaken. Of het bekende spelletje: ik ga op reis en neem mee..

Door woorden te herhalen en er steeds één aan toe te voegen, is dit ook een goede oefening.

Ook kruiswoordpuzzels activeren natuurlijk de hersenen. Het leuk én goed om eens een spel te doen wat u nog niet kent. Dan activeert u uw hersenen dubbel!

Waarschijnlijk lezen we allemaal wel eens een boek of een tijdschrift. Dit is altijd prima natuurlijk. U kunt na elk hoofdstuk of artikel voor uzelf even nagaan waar het nu precies over ging, wat de kern van het verhaal was. Zo maakt u als het ware een samenvatting. Goed voor de hersenen én u zult het vast beter onthouden.

Natuurlijk kunt u ook de tips en ideeën die we in het afgelopen jaar beschreven hebben nog eens nalezen. Misschien zit er iets bij wat u aanspreekt en in het dagelijks leven in praktijk wilt brengen. Tot slot van dit rijtje wil ik u er nog attent op maken dat we moeten oppassen voor sleur. Als iets gewoonte wordt, dan gaat het automatisch. Dat betekent dat we geen appèl meer doen op ons geheugen en activeren we het dus niet.



Ik las ergens dat het goed voor de hersenen is om bijvoorbeeld een keer met uw andere hand uw tanden te poetsen. Of een hele andere weg te nemen als u naar de bakker gaat. Daarnaast is regelmaat belangrijk. Voldoende slaap, beweging en gezond eten. En vooral: blijf onder de mensen. Knoop met die en gene een gesprekje aan, wissel gedachten uit en praat door over een bepaald onderwerp. Dit kan in uw straat zijn, binnen uw kennissenkring maar ook in uw kerkelijke gemeente. Actief blijven op allerlei gebied binnen onze mogelijkheden is van groot belang. Hier hoop ik de volgende keer DV nog verder op ingaan.

*Met een vriendelijke groet,
Marianne Tanis.*

GEDACHTEN

'Pas laat ben ik van U gaan houden,
schoonheid, zo oud en toch zo nieuw!
Pas laat ben ik van U gaan houden!
Maar dat lag niet aan U.
U was binnen en ik was buiten,
en dáár zocht ik U.
Lelijk als ik was, stortte ik me op alle
mooie
dingen die U hebt gemaakt.'

Uit: 'Een stil moment',
A. Augustinus



Colofon

Dagelijks bestuur van de Stichting:

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

Ds. C. Bos, Dorp 190,
3405 BJ Benschop,
tel. 0348-451292.
Tevens adres voor de kopij.
e-mail: cbos@solcon.nl

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 adreswijzigingen aan:
abonnementen@krachtnaarkruis.nl of
KnK, Anthon van der Horstlaan 56,
3752 VP Bunschoten-Spakenburg,
tel. 033 2984332; alle informatie
over KNK kunt u vinden in
www.krachtnaarkruis.nl