

Kracht naar Kruis

STICHTING EVANGELISEREND LECTUURFONDS VOOR CHRONISCH ZIEKEN EN OUDEREN

no. 9 • Juni 2018 • 75ste jaargang



MEDITATIE

Hulp in ons gebed

'Wij weten niet, wat wij bidden zullen, zoals het behoort... De Geest zelf echter pleit voor ons met onuitsprekelijke verzuchtingen'.

(Romeinen 8 : 26).

U zult het wel eens meegemaakt hebben: u moest naar het ziekenhuis voor een onderzoek. Doorgestuurd door de huisarts, die daarvoor een verwijsbrief meegaf. Daarin beschreef hij de klachten. We zouden dan wel heel vreemd hebben opgekeken, als hij die brief niet meegaf, maar zei: 'Ik weet niet, wat ik vragen moet'. Dat zou je wel heel erg onzeker maken.

Bedoelt Paulus dat? Hij zegt immers: 'Wij weten niet...'. Hij sluit zich kennelijk aan bij de mensen, die niet weten, wat ze bidden zullen. Maar als Páulus het óók al niet weet...! Die man, die al in het gebed was, toen hij nog maar zo kort tevoren in het hart was gegrepen. Die apostel, die zulke diepe dingen weet te schrijven over het gebed.

Nee, Paulus wil ons niet in onzekerheid brengen. Hij spreekt eenvoudig uit de praktijk en komt dan als het ware naast ons zitten. Hij zegt niet: 'Ik zal het wel eens vertellen!' Hij stelt het heel eerlijk voor: 'Bidden is moeilijk, hè?'

Nee, misschien niet, als je bedenkt waarvoor je bidden wil. Voor je man, je vrouw, als deze zo hulpbehoevend is. Om genezing, als er een operatie moet plaatsvinden. Om kracht in een tijd

misschien wel van kruis dragen. En om eenswillendheid.

Waarom is het dan tóch zo moeilijk? Welke bezwaren zijn er toch altijd weer? Het is toch eenvoudig, als je denkt aan die rijke woorden: 'Hij troost het hart, dat schreiend tot Hem vlucht – Hun bede heeft Hij nimmer afgewezen?' Daar ligt het niet aan.

We komen uit bij onszelf! Wat een bezwaren kunnen er zijn, als we tot de Heere willen bidden. Allereerst onze zwakheid. Onze gedachten kunnen zo maar afdwalen. En dan de bestrijding van de Boze: 'Dacht je, dat God jou hoort?' En hij kan nog wel gelijk hebben óók: als ik zie op mijn zonde, mijn afdwalingen, mijn doodse leven. Zo kun je God toch niet ontmoeten?

En mag je eigenlijk wel bidden om allerlei dingen, die in het dagelijks leven belangrijk of misschien heel niet zo van waarde zijn? Moet je niet alleen maar bidden om geloof en bekering? Daar kun je onder zuchten, onder die vragen.

In die nood heb je húlپ nodig! Ik denk daarbij aan een bejaarde, die bij een arts



De uitgestorte Pinkstergeest werkt al eeuwen lang, wereldwijd. De krachtige werking van de Heilige Geest is niet te onderschatten. Hij is het Die elke tegenstand overwint. Hoewel er in de wereld veel strijd en onrecht is, en in ons eigen leven veel pijn en verdriet kan zijn, werkt de Heilige Geest de ware troost. Daarvan getuigen ook de bijdragen in dit nummer, met daarin de nodige variatie.

Ik wens u de zegen van de Pinkstergeest van harte toe!

*H.I. Ambacht
ds. J.P. Boiten*

in de spreekkamer zit. Hij is zo zenuwachtig; hij kan geen woord uitbrengen. Heerlijk, als er dan iemand bij hem is; één van de kinderen, bijvoorbeeld. Die kan dan het woord doen. 'Kijk', zegt Paulus. 'Zo wil de Heilige Geest dat ook doen'. Hij pleit, Hij bidt met onuitsprekelijke verzuchtingen. Die woorden betekenen niet, dat de Geest onverstaanbare uitdrukkingen gebruikt. Het is precies andersóm. De Geest gaat méé zuchten. Dat betekent, dat Hij de nood van die bidder begrijpt. Daarmee doet de Heilige Geest hetzelfde als Jezus zelf: Deze zuchtte en bad en smeekte ook onder de last van Zijn verloren schapen. Zo wordt het een gebed, zoals God het wil. Een gebed om kracht naar kruis, maar bovenal het gebed om de vrede in het hart en het uitzicht op het eeuwige leven. Een ootmoedig gebed ook vanuit het besef van eigen onwaardigheid, maar óók een gelovig gebed met het oog op de belofte van de Vader in de hemel, dat Hij een bidder niet zal verstoten.

Zijn we zó aan het einde van onze mogelijkheden gekomen? Verlangen we zó naar de hulp van de Geest van

Pinksteren? Bidt het dan maar: 'Och, schonk Gij mij de hulp van Uwen Geest!' Dan begrijpen we, dat onze gebeden onvolmaakt blijven, maar zien we ook wat we in Openbaring 8 lezen, dat de gebeden gelegd worden op het altaar in de hemel, zodat ze gereinigd en geheiligd worden.

Bidt daarom zonder ophouden. En dankt God in alles!

*Hardinxveld Giessendam
Ds W.Arkerats*

Bede om Gods Geest

*Kom Heilige Geest, kom in ons wonen.
Kom en volvoer in ons Uw plan.
Laat ons met Uw liefde overstromen,
en leer ons zingen Uw genadezang.
Dan zal Uw lied door de wereld
klinken,
dan zal Uw lofzang overstemmen
alle pijn.
Dan zullen alle tranen in de zeeën
zinken,
en zal elk mens bij de Verlosser
mogen zijn.*

*Kom Heilige Geest, en doe ons leren
te leven naar Uw wil, te doen wat
U ons zegt.
Geef ons een open hart dat zich tot
U wil keren
waarin Uw liefde aan ons is uitgelegd.
Doe ons wandelen op de gebaande
wegen,
en wijst U ons de weg naar boven
maar.
Dan komen allen eens Uw grootheid
tegen;
dan pas is het leven hier op aarde
klaar.*

Beloften van Jezus (5)



Zijn stem horen en leven. Johannes 5 : 25

In een twistgesprek met de Joden openbaart Jezus veel over zichzelf en Zijn verhouding tot God de Vader. Daarbij gaat het over de grote werken van dood en leven. De Vader wekt de doden op en maakt ze levend. "Alzo maakt ook de Zoon levend, die Hij wil". Het wonder van de levendmaking heeft God de Vader in de macht van Jezus Christus gegeven. Het oordeel over eeuwig wel of wee ligt in de handen van de Zoon van God. Omdat Jezus de Zoon des mensen is, heeft God de Vader Hem macht, bevoegdheid gegeven ook gericht te houden. Want als Mens weet Jezus wat in de mens is. Hij kan ieder mens en zijn leven op de juiste manier beoordelen. Bovendien is Hij de Zoon van God en heeft het leven in Zichzelf. Die beschikking over dood en leven heeft Christus vanwege Zijn kruisdood en opstanding. En wat is nu het rijke evangelie hierbij? Dat Christus die macht gebruikt om doden levend te maken. Zondaren die de verdoemenis hebben verdiend, doet Hij uit de dood overgaan in het leven. En zij krijgen dan het echte eeuwige leven! Dat is het leven wat achter de dood ligt. Aan dat leven kan geen zonde dood of duivel nog iets afdoen! Het is het aangebrachte, verworven leven door de Zoon van God. Met deze achtergrond verklaart de Heere Jezus plechtig "voorwaar, voorwaar zeg Ik u : de ure komt en is nu wanneer de doden zullen horen de stem van de Zoon van God, en die ze gehoord hebben, zullen leven"
Joh 5 : 25. Dat is een machtige belofte, die alleen Jezus kan waarmaken, nl dat doden Zijn stem zullen horen en dat ze zullen leven. Wie in het heden der genade gelooft in het Woord van Jezus,

wordt niet veroordeeld maar heeft eeuwig leven. Dan ben je nu al overgegaan uit de dood in het leven. Dat is nog niet volkomen en volmaakt. De toekomst zal een verdieping geven van dat leven. Maar nu al mag het geloof de verwondering en vreugde kennen van het leven met de Heere. En voor de toekomst is er de troost: geen oordeel meer, want dat heeft Christus voor mij gedragen. Zo is de Zoon de Levensbron voor ieder die in Hem gelooft. Door steeds Zijn stem te horen.

Wat was de aanleiding voor het spreken van deze woorden door Jezus? De Joden wilden Hem doden omdat Hij op de sabbat een zieke man uit Bethesda had genezen. Die man was al 38 jaar ziek. De vermelding van de tijd van zijn ziekte doet denken aan de straftocht van het volk Israël door de woestijn, die duurde ook 38 jaar. Bethesda lag bij de Schaapspoort als bron van het leven dicht bij de tempel. Die zieke man was er heel dicht bij, maar telkens als het water in beroering kwam, was hij te laat. Genezing was voor hem uitgesloten! Iemand die langdurig ziek is heeft soms de moed opgegeven. Eigenlijk zichzelf al opgegeven. Nergens vind ik baat bij, ik moet leren leven met mijn ziekte, mijn handicap. Zo dicht bij de bronnen, maar toch geen genezing! Wat is de kracht, de hoop in zo'n situatie? Jezus brengt voor deze man het leven. Sta op, neem uw matras op en wandel! Die man hoort gelovig Jezus' stem en wordt direct gezond! Jezus brengt het ware leven. Als die man in de tempel gaat om God te danken ontmoet hij daar Jezus. En de Heere waarschuwt hem dan: zondig niet meer opdat u niet wat ergers overkome!

De gezondmaking van deze man door Jezus is dus een illustratie van de genade. Op de grondslag van de vergeving kan het leven opbloeien. Want voor Jezus bleef er aan het kruis niet alleen geen mens over, maar Hij werd ook van God verlaten.

Waarom heeft Jezus deze man genezen en anderen niet? We moeten bedenken dat Jezus niet is gekomen om een soort dokter te zijn. God heeft Hem gezonden om Messias te zijn. En Die bewijst barmhartigheid aan hulpeloze gevallen.

Met het genezen van die man die 38 jaar ziek was toont Jezus dat Hij de beloofde Verlosser is. Want Hij heeft de straf gedragen die vrede ja volkomen verlossing brengt. In Hem wordt vervuld het heil dat God heeft toegezegd. Dat is voor zieken en gezonden de genade die er in Hem te krijgen is. Zalig die Zijn stem hoort en gelooft, hij zal leven in eeuwigheid!

*Hendrik Ido Ambacht
ds. J.P. Boiten*

Sterven en het waarom

Wanneer iemand van wie je houdt sterft, voel je hoe erg dit is. Vooral wanneer het zo plotseling gaat en je geen afscheid hebt kunnen nemen.

Sterven is een vreselijk iets, zelfs al zijn de omstandigheden waaronder dit plaatsvindt niet eens het allerergste.

Soms sterven mensen plotseling, geheel onverwacht.

Bij anderen gaat er een onnoemelijk lijden aan vooraf, zodat je, hoe vreemd het lijkt, naar het sterven verlangt.

Oordeel

Meer dan eens wordt tegenwoordig gezegd dat sterven de andere kant van het leven is, alsof sterven bij het leven hoort. Niets is minder waar. En telkens weer ervaar je ook hoezeer het woord van God waar is dat sterven en daarmee de dood de laatste vijand is. Vandaar dat je ook met al wat in je is, je verzet tegen de dood. Een mens zal alles geven voor zijn leven, zo heeft de satan gezegd. In het paradijs was het sterven onbestaanbaar. God heeft de mens het leven beloofd. De dood hoort niet bij het leven.

In het paradijs heeft God tegen Adam en Eva gezegd dat wanneer zij Zijn gebod overtreden, God dit zo veroordeelt dat er niets anders te verwachten is dan de dood. Door de zonde van de mens, die beeld van zijn Schepper is, is de dood in de wereld gekomen en daarmee alles wat daaraan voorafgaat en daarmee verband houdt. Dat is in één woord vreselijk. Je went er ook nooit aan. En dat is maar goed ook.

We spreken over het dood gaan van dieren en bomen, maar over het sterven van mensen.

Het is de mens gezet eenmaal te sterven en daarna het oordeel. We ontkomen er niet aan.

De straf op de zonde moeten we dragen.

Vele vragen

Het sterven van iemand die oud is geworden kan veel leed teweegbrengen. Hoeveel te meer is het ingrijpend wanneer mensen op een veel jongere leeftijd sterven. Jarenlang kan er heimwee zijn naar iemand die naar menselijke begrippen veel te jong overlijdt. Verbijsterend en schokkend is het als jonge vaders en vooral moeders in het



verkeer omkomen of aan een ernstige ziekte zó lijden dat het niet om door te komen lijkt. Het ene leed is nog niet voorbij of het volgende kondigt zich aan. Soms is het lijden ondragelijk.

Hoe erg is het wanneer kinderen in de moederschoot overlijden of niet levend geboren worden. En hoe ontzettend is het wanneer kinderen worden weggerukt.

Wat kunnen er dan veel vragen op je afkomen. Moet dat nu zó? Is dat Gods bedoeling?

We worden in de Schrift onderwezen dat leed en verdriet zijn intrede doen na de zondeval.

Waarom moet Job ineens tien kinderen verliezen en raakt hij eigenlijk ook z'n vrouw nog kwijt? David uit zich in een klaaglied wanneer Jonathan omkomt en kermt: Absalom, mijn zoon, mijn zoon. Was ik maar voor jou gestorven!

Als zes miljoen Joden, waaronder anderhalf miljoen kinderen de Tweede wereldoorlog in de gaskamers omkomen, blijven er alleen maar veel vragen over.

Job kan belijden: zouden wij het goede uit de hand van God ontvangen en het kwade niet?

Alleen door het geloof kom je zover dat je God niet iets ongerijmds toeschrijft. Maar daarmee zijn de vragen niet verdwenen en opgelost. Je kunt eerbiedig zeggen dat je God niet begrijpt wanneer Hij voor jouw gevoel onmisbare mensen wegneemt en tegelijk van harte beleven én belijden dat wat Hij doet goed is! Heilig zijn, o God, Uw wegen, zingen we terecht.

Uitzicht

Kinderen van God mogen uitzicht hebben, juist bij het sterven. Na de dood is het leven mij bereid, God neemt mij op in Zijne heerlijkheid. Direct bij hun sterven gaan zij de hemel binnen. En genieten daar de volle gemeenschap met Hem. De vraag is waarom kinderen van God

moeten sterven, als Christus voor hen is gestorven.

In principe behoeven zij niet te sterven. Want als hun Heere wederkomt gaan ze de Heere tegemoet in de lucht. Zoals Henoeh met God wandelde en Hij hem wegnam, zo zullen zij de dood niet ondergaan.

Maar zolang hun Heiland nog niet wederkomt, sterven ook de kinderen van God. De dood is voor hen niet een afbetaling van hun schuld, want dat heeft Christus voor hen volbracht. De dood is voor hen een poort naar het eeuwige leven. Zij komen niet voor een gesloten deur te staan, maar beërven het koninkrijk.

Vandaar dat van hen geldt: de dood is verslonden in de overwinning. Het leven is voor hen Christus, het sterven is winst. Het leven mét de Heere gaat dóór, ook wanneer zij sterven. Het komt zelfs tot volkomen ontplooiing

Want wie in Christus is, is een nieuwe schepping.

Betekent het buiten Christus sterven alleen maar treuren, omdat niet anders overblijft dan gewezen en tandengeknars, zoals Jezus Zelf zegt, bij het sterven van Gods kinderen is er troost en uitzicht.

Vandaar dat er op een christelijke begrafenis gezongen kan worden van de hoop op het eeuwige leven.

Er wacht Gods volk een nieuw bestaan. De eerste dingen zijn voorbijgegaan.

Ede

ds. J. van Amstel



Draagt elkanders lasten

Beste lezer,

U kent dat kinderliedje wel, misschien heeft u het wel op de zondagsschool geleerd: "Lees je Bijbel, bidt elke dag". En hóe waar is dat! Door het lezen van Gods woord wordt je immers zo bemoeidigd, maar het is ook een richtingaanwijzer voor je levensweg. De profeet Zacharia moest de Joden tot bekering vermanen, maar het volk luisterde niet... God echter, Hij verbreekt Zijn belofte niet, en redt Zijn volk. In Zacharia 13 staat ook een prachtige belofte, het zijn woorden waar ik u mee wil bemoedigen: "...het zal Mijn Naam aanroepen, en Ik zal het verhoren; Ik zal zeggen: het is Mijn volk; en het zal zeggen: De HEERE is mijn God."

Ik wens u allen Gods zegen toe!

*Lees je Bijbel bidt elke dag
bidt elke dag, bidt elke dag
Lees je Bijbel bidt elke dag
Dat je groeien mag
Dat je groeien mag
Dat je groeien mag
Lees je Bijbel bidt elke dag
Dat je groeien mag*

't Woord zo heilig en zo machtig

*'t Woord zo Heilig en zo machtig
wordt gezaaid, de wereld rond.
D' Heil'ge Geest, zo sterk en kracht
spreekt Gods woorden door de mond
van een ieder die Hem liefheeft,
ja, de Heil'ge Geest daalt neer
in een ieder die zijn hart geeft
-tot bevrijding - aan de Heer'.*

*Hoor! Zijn Geest daalt neer in harten
die verblijd in Hem, Zijn Zoon
-reeds ontdaan van angst en smarten-
knielen voor Gods glorietroon.
Zielen spreken, woorden vloeien,
vuur daalt neder van omhoog.
't Riet - geknakt - zal Hij doen groeien
hoog tot aan de wolkenboog.*

*'s Heeren Geest zal blijven spreken
door de gaven van Zijn Woord
't Licht zal door het duister breken
tot een ieder heeft gehoord,
van Gods wonderbare Raadsman,
Liefde, Kracht en Heerlijkheid.
Niemand, niemand die 't weerstaan
kan,
'k prijs Hem tot in eeuwigheid.*

Jolanda Vlastuin-van Deelen

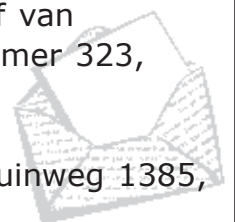
Verjaardagskalender



Brievenbus

Mevr. V. Visserman, "Hof van Smeden", Smeden 5, Kamer 323, 8301 XG Emmeloord

Mevr. A. Hofland, Westduinweg 1385, 2583 AZ Den Haag



Puzzelhoek

Deze keer vormt de oplossing alle eerste letters van de antwoorden. Dit is ook de aanhef boven één van de eerste 10 Psalmen (het schuingedrukte in de Bijbel). Alle antwoorden zijn ook in deze Psalmen te vinden. Het is misschien even goed zoeken, maar de hoeveelheid tekst die u er voor moet doornemen is niet zo heel groot!

U kunt de oplossing insturen voor 1 oktober.

1. Waar heeft God geen lust aan?
2. Welk lichaamsdeel is doorknaagt van verdriet?
3. Door welke dichter zijn de meeste van deze psalmen geschreven?
4. Over welke berg is mijn Koning gezalfd?
5. In welk lichaamsdeel is vreugde gegeven?
6. De Heere is een schild voor mij, mijn...?
7. De mens is een weinig minder gemaakt dan de...?
8. Wie zal de Heere zegenen?
9. Door welk dier zal mijn ziel niet geroofd worden?
10. Waar is de scepter van gemaakt?
11. Wat wordt door de wind henen gedreven?
12. De goddeloze vervolgt hittiglijk in hoogmoed den...?
13. Wat steekt de goddeloze omhoog?
14. Voor welke zoon vluchtte de psalmdichter?
15. Welk lichaamsdeel van de goddeloze wordt gebroken?
16. Uit welk lichaamsdeel heeft de Heere sterkte gegrondvest?

De oplossing van de puzzel uit het aprilnummer is: "De werken des Heeren zijn groot"

De oplossing van de puzzel uit het mei-nummer is: "God is mijn sterkte en kracht"

Vriendelijke groeten van:

Willeke Breederveld

Willem de Jagerstraat 40

3251 BG STELLENDAM

telefoon: 0187-492281

email: wbreederveld@solcon.nl



Pinksteren

*De Heere, Die op 't grote Pinksterfeest
zo krachtig werkte door Zijn Woord en
Geest,
blijft Die Hij is en altijd is geweest.
Bij Hem is geen verand'ring dag of
nacht.*

*En Hij, Die door Zijn Goddelijke kracht
drieduizend mensen op de knieën
bracht,
is nog Dezelfde in Zijn liefd' en macht,
zoals Hij al de Zijnen trekt en leidt.*

*Hoe heerlijk werd het Godsrijk uitge-
breid!
En toch, wij denken vaak: "in ónze tijd
zijn zulke wond'ren een onmogelijk-
heid."
En 't is ook in ons hart zo kil en koud...*

*"Maar, Heere, werk nog onder jong en
oud.
Beschaam het volk niet dat op U ver-
trouwt.*

*Toon dat U Sion bouwt en onderhoudt,
Al is het fijne goud nú dikwijls dof..."*

*"O Heil'ge Geest, werk krachtig in Uw
hof.
Breng velen schuldbelijdend in het stof.
Leg op Uw kerk weer glans, Gods Naam
tot lof,
zoals U deed op 't grote Pinksterfeest!"*

Christien de Priester

Leren geloven (1)

“De beste papieren.” (Zondag 6, vr. en antw. 19, van de Heidelberger).

De punten zijn:

1. Het bestreden geloof vraagt er om.
 2. De Heere Jezus heeft ze bij zich.
 3. Wij worden er door overtuigd.
-
1. “Hij heeft de beste papieren.” Daar wordt de noodzaak van dat je voor een bepaalde taak geschikt bent mee onder woorden gebracht. Als je twee kandidaten hebt, wordt die man het, die de beste papieren heeft. In het geestelijke is dat de Heere Jezus. Hij is volmaakt geschikt om de Verlosser te zijn. Hij is het, die er voor in de wieg is gelegd. Nee, die er voor in de kribbe is gekomen. Die vraag lijkt wel wat simpel, als daar wordt gesteld: “Waaruit weet gij dat; dat de Heere Jezus de Middelaar is?” Veel mensen “hebben” niets met deze in hun ogen dorre dingen. Maar in Zondag 5 en 6 loopt de spanning hoog op. Het gaat via “Wat moeten we dan; nu we zelf het niet beteren kunnen en een ander niet voor ons kan betalen; wat moeten we dan voor een Middelaar zoeken?” (vr. en antw. 15) tot “Wie is deze Middelaar?.....Onze Heere Jezus Christus!” (vr. en antw. 18). Want voor onze diepe nood is er redding in Hem. Maar al onze tijd is een strijd. En er hangt zoveel aan, dat we het telkens, in die strijd en bij zoveel toch weer opduikende zonden, moeten horen, dat de Heere Jezus het helemaal is. Vandaar die uiteindelijk spannende vraag: “Waaruit weet gij dat?” Dat is de roep van het aangevochten hart: “Waar grond ik dat op? En vergis ik me niet?” Die jongen, die op school met zoveel verschillen-

de meningen in aanraking komt, vraagt: “Wie zegt me, dat Hij de Enige is?” En die man, die ineens met een ernstige ziekte voor de eeuwigheid staat, mag toch niet nog iets van twijfel hebben, dat Jezus het is?! En de catechismus stelt tot onze troost dat aan de orde: “Wie is uw zegsman? Hoe komt u er aan?” Want het moet voor de volle honderd procent vaststaan, dat Jezus het is.

2. “Waaruit weet gij dat?” Het antwoord is, dat dat uit onze intelligentie of intuïtie niet is. En dat dat uit ons gevoel of uit onze ijver of uit onze trouw in de gebeden niet is. En dat dat uit onze ernst en uitredingen niet is. Maar uit het heilig Evangelie. Het Evangelie is het bewijs. De genadeboodschap is van de Heere Jezus het legitimatiebewijs. Hij geeft zich maar niet voor de Middelaar uit. Maar Hij is het. Nee, er zijn geen betere papieren dan die hier worden genoemd. Niets of niemand leert ons Christus beter kennen dan God zelf door Zijn Woord. Een mensenwoord (hoe goed en hartelijk het ook is) kan ons mogelijk nog bedriegen, maar het Woord van God niet. Nu zegt dit antwoord, dat het Evangelie er in de dagen van het O.T. ook al was. Wonderlijk is dat om te bedenken: “Abraham en ook al Gods oude vrienden hebben al geleefd van diezelfde genade en datzelfde Evangelie waar wij ook nu nog van leven, de kerk van vandaag.” En het Evangelie, dat er was van oudsher, is met Christus` komen in de wereld vervuld. Antwoord 19 zegt: “En ten laatste heeft God door Zijn eniggeboren Zoon het Evangelie vervuld.” Dat “En ten laatste” is een begrip, dat de

eindtijd aanduidt. Het is een dringend appel. Want er komt na dat laatste komen niet nog wat meer.

3. De om raad en hulp verlegen mensen komen heel anders dan de meer oppervlakkige lezers tegenover het Evangelie te staan. En hen klinken de woorden van het slot van Zondag 6 in de oren als schone muziek. En ze raken er maar niet op uitgekeken. En ze drinken het in. "Waaruit weet jij dat?" En dat is een vraag waar iets gretigs en verlangends in ligt. Een hunkering om het echt te mogen weten. En om het weer uit Gods mond te horen: "Ik heb u lief." Een jongen zegt dat honderd keer tegen zijn meisje; en als hij vijftig jaar met haar getrouwd is, zegt hij het nog. Zo is het ook met de Schrift. Want er zijn nu eenmaal woorden, die je telkens weer horen moet. En wanneer wij zo vaak toch weer hebben overtreden en wij komen met de bede: "Heere, geldt het nu nog?" Dan zegt God: "Het geldt nog. Want Mijn

Woord is getrouw." Nergens anders dan in het Evangelie vindt het bestreden hart rust. Door alle andere bodems zinken we heen. Want dan weet u voor de middag, dat u een kind van God bent; maar het is nog geen avond of de twijfel gaat er alweer met u vandoor. Maar als het Woord gaat spreken, gaat het werkelijk spreken. En dan lees je bijv. een Psalm of een ander gedeelte van de bijbel; en dan lees je je eigen leven; en dan lees je de liefde van God. "Hij kan en wil en zal in nood.....Volkomen uitkomst geven!" (Ps.68:10; berijmd). "Waaruit weet jij dat?" Ja, we moeten het wel weten voor we van de wachtpost worden weggeroepen en we bij de Rechter komen. "En ten laatste heeft God het in Christus vervuld." En in dat laatste leven we nu. Daarom zeg ik: "Haast u. Want er is geen tijd meer te verliezen. Haast u om uws levens wil."

*Brandwijk
ds. J.A.H. Jongkind*

"Wees welgemoed!"

Deze bemoedigende woorden (in Lukas 8 : 48) die de Heiland tot de bloedvloeiende vrouw sprak, zei Hij niet, terwijl zij tot Hem kwam; dat zou ontijdig geweest zijn. Zij had haar begeerte om genezen te worden, niet uitgesproken; zij had niet gebeden; zij had feitelijk nog niets uit de hand van de Zaligmaker begeerd, en daarom viel zij nog niet in de termen om bemoedigd te worden. Zij schijnt geen bemoediging nodig gehad te hebben om de eerste stap te doen; daartoe was zij besloten, en zij volvoerde dat besluit. Het is een der dwaaste dingen op aarde, iemand te willen bemoedigen, die er

geen behoefte aan heeft. Wanneer wij met vragers te doen hebben, dan kan onze liefde aan hen verlies brengen in plaats van winst, als wij hen woorden van bemoediging toespreken, terwijl ze vermaning of bestraffing nodig hebben. Elke troost die de ziel van Christus afleidt is gevaarlijk. Onze zaak moet zijn om tot Jezus Zelf te komen, om persoonlijk in de Heiland te geloven, en wij hebben niet het minste recht op troost, totdat wij van harte en oprecht in Christus geloven. Indien aanmoediging om te geloven gebruikt wordt als een pleisterplaats om het geloof uit te stellen, dan wordt ze

misbruikt en doet schade aan de ziel. De beproefde vrouw had zo gauw geen bemoediging nodig, want ze had zoveel vertrouwen in Christus en zulk een vast voornemen in het hart, dat geen moeilijkheid haar terug- en geen schare haar tegen hield. De Heiland was te midden van de menigte; zij drong er zich doorheen, en met heilige vrijmoedigheid, gepaard aan betamelijke bescheidenheid kwam zij achter Hem, alleen om Zijn kleed aan te raken, of zelfs maar de zoom er van, overtuigd dat ze maar op de een of andere wijze met de Heere in aanraking hoefde te komen om genezing te vinden. Haar geschiedde naar haar geloof, en pas nadat zij genezen was, sprak de Heere haar troostend toe. Hij gaf haar geen hartsterking, totdat zij die nodig had. Nadat zij Hem aangeraakt had en gezond was geworden, wachtte haar een beproeving, en toen haar hart bijna bezweek, troostte de tedere Heiland haar door te zeggen: "Wees welgemoed; uw geloof heeft u behouden; ga heen in vrede." Het overkomt menigeen, dat er, nadat hij de zaligheid ontvangen heeft en van de zonde gewassen is, een tijd van vrees komt. Na de belijdenis van het geloof volgt een periode van vreezen

en beven. Of misschien de reactie van de blijdschap van de verlossing, een ontspanning van de geest na bovenmatige inspanning. We eten gulzig van het hemelse brood omdat het ons zo heerlijk smaakt .maar omdat een langdurige honger ons heeft verzwakt, kunnen we dat voedsel niet zo gemakkelijk verteren. We kunnen daardoor onwel worden en daarvoor hebben we medicijn nodig. De grootheid van de ontvangen genade is te overstelpend. En dan is dit woord van pas : "Wees welgemoed; uw geloof heeft u behouden; ga heen in vrede!"

C.H. Spurgeon



Beste lezer,

In de afgelopen maand mei heeft de zon veel geschenen. Het was zelfs de warmste meimaand in 300 jaar! Ik hoop dat u er niet al teveel last van gehad heeft. In sommige woningen of zorginstellingen kan het soms erg warm zijn, zeker als uw huis een plat dak heeft. Omdat we waarschijnlijk nog wel wat warme dagen zullen krijgen, wil ik u wat informatie en tips geven. Eenvoudige maatregelen kunnen echt een groot verschil uitmaken. En we moeten

tijdens zulke dagen alert zijn op een eventuele uitdroging. Zeker als u medicatie gebruikt bij hartfalen, angina pectoris, hoge bloeddruk, de ziekte van Parkinson, depressie en psychose. Mensen met asma of COPD kunnen het bovendien benauwd krijgen door luchtvervuiling bij zonnig, droog weer. Bespreek dit zeker binnenkort eens met de praktijkondersteuner, de thuiszorg of uw huisarts. U kunt er maar beter op voorbereid zijn! Mensen met

hartfalen hebben een vochtbeperking en meestal slikt men plastabletten. Niet alle onderstaande tips zijn dan voor u van toepassing.

Maar in het algemeen is het goed om het onderstaande te doen:

- Drink minstens twee liter water, vruchtensap of kruidenthee verspreid over de dag (meer als u veel transpireert), ook als u geen dorst heeft. Neem water mee als u naar buiten gaat. Wees matig met alcohol, cafeïne houdende dranken en dranken met suiker, deze onttrekken namelijk juist vocht aan uw lichaam. Als uw urine donkerder wordt en is minder, dan moet u meer drinken.
- Denk aan uw huid wanneer u naar buiten gaat! Smeer de onbedekte huid goed in met een zonnebrandmiddel met hoge beschermingsfactor. Doe dit regelmatig.
- Ga indien mogelijk alleen 's morgens naar buiten. Probeer, als het erg warm is, zoveel mogelijk binnen te blijven tussen 11.00 en 17.00 uur.
- Draag luchtige kleding, het liefst van katoen, linnen of andere natuurlijke vezels. Bedek uw hoofd met een zonnehoed of zonneklep wanneer u naar buiten gaat. Vervang een dekbed of deken door een laken.
- Verzorg wondjes extra goed ter voorkoming van ontsteking.
- Blijf goed eten, eiwitrijk en met voldoende vitamines en zorg voor voldoende zoutopname. Groenten en fruit zijn goed omdat deze een hoog percentage water bevatten en een natuurlijke bron zijn van vitamines en minerale zouten. En ... aardbeien en kersen zijn toch heerlijk! Soep, bouillon vullen het verloren zout aan. Drink melk, neem wat ijs. Zorg voor goede koeling van etenswaren en zorg voor goede hygiëne in de keuken. Bij hoge temperaturen bederft voedsel eerder, waardoor u sneller diarree kunt krijgen en veel vocht kunt verliezen.

- Houd de warmte zoveel mogelijk buiten. Door rechtstreekse zon inval te vermijden, zonnewering te gebruiken en deuren en ramen overdag dicht te houden en 's avonds en 's nachts maximaal te luchten. Als dit niet mogelijk is i.v.m. inbraakpreventie, laat dan (schoone) ventilatieroosters permanent open. Laat de lampen zoveel mogelijk uit, want deze geven ook warmte af.
- Als u het warm heeft, maak dan uw gezicht, hals, polsen en benen nat en herhaal dit regelmatig. Een nat washandje of voetenbadje werken echt verkoelend.
- Vermijd overmatige inspanningen en neem veel rust.
- Gebruik een ventilator of ga naar koele of airconditioned ruimtes. Gebruikt u een ventilator, plaats deze dan hoog genoeg en let erop dat de luchtstroom niet direct op uw lichaam is gericht. Let op te grote temperatuurverschillen en tocht. U kunt namelijk dan gemakkelijk kou vatten.
- Woont u alleen, heeft u gezondheidsklachten en veel last van de warmte, vraag uw buren of familieleden dan een extra oogje in het zeil te houden of u regelmatig even te bellen.
- Wees alert op uzelf. Ga met gezondheidsklachten direct naar de huisarts.
- Als u problemen heeft met de ontlasting moet u sowieso veel drinken. Maar met de hitte nog meer. Aan de andere kant, ook bij verstopping en het gebruik van laxemiddelen speelt vaak een tekort aan vocht een rol. Neem, na het opstaan, eerst een glas water en eet een kiwi. Dit helpt bij velen vaak voor allebei.

Hoe herkent u uitdroging?

- Sufheid: een moe gevoel, niet meer helder kunnen denken
- Duizeligheid bij het opstaan, als dat anders niet zo is
- Hoofdpijn

- Donkere urine
- Een droog gevoel in de mond.
- Spierkrampen: door het uitdrogen verlies je ook belangrijke mineralen in het lichaam, waardoor spierkrampen kunnen ontstaan
- Flauwvallen en wegvallen
- Misselijkheid en braken
- Minder helder en minder goed aanspreekbaar zijn, soms wat meer geïrriteerd zijn.

- De ogen liggen dieper in de kassen
- Het meten via de huid van de hand (als de huid blijft staan na optillen) werkt bij ouderen veel minder omdat hun huid minder elasticiteit heeft.

Ik hoop dat u kunt genieten van het mooie weer en een goede zomer zult hebben!

*Met een vriendelijke groet,
Marianne*

Dagelijks bestuur van de stichting:

Ds. C. Bos, voorzitter,
PKN (hervormd) Benschop
Ds. J.A.H. Jongkind, secretaris,
PKN (hervormd) Brandwijk
Dhr. M.C. Paul, penningmeester,
PKN (hervormd) Dirksland
Ds. J.P. Boiten, eindredacteur,
Christ. Geref., H.I. Ambacht

Eindredacteur:

Ds. J.P. Boiten, Antoniuslaan 53,
3341 GA Hendrik Ido Ambacht,
Tel. 078 2000 512
Tevens adres voor kopij.
e-mail: j.p.boiten@filternet.nl

Medewerkers:

Ds. J. van Amstel, Christ Geref., Ede
Mevrouw W. Breederveld, PKN
(hervormd) Stellendam
Rev. W. de Jong, Chr. Reformed Church,
Straffordville, Ontario, Canada
Mevrouw M.A. Tanis, Christ. Geref.,
Goedereede

Ds. J. Willemsen, PKN (hervormd)
Dirksland

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 per jaar; het banknummer is: NL40 INGB 0000 9389 39 ten name van Stichting Kracht naar Kruis te Den Haag; mailadres voor algemene berichten info@krachtnaarkruis.net; opgave nieuwe abonnees en adreswijzigingen aan: abonnee@krachtnaarkruis.net of Ledenadministratie Kracht naar Kruis, Philipshoofjesweg 15, 3247 XR te Dirksland.
Alle informatie over KNK kunt u vinden in www.krachtnaarkruis.nl.