

# Kracht naar Kruis

STICHTING EVANGELISEREND LECTUURFONDS VOOR CHRONISCH ZIEKEN EN OUDEREN

no. 10 • Augustus 2019 • 76ste jaargang



MEDITATIE

## Jezus dankt Zijn Vader

*In diezelfde tijd antwoordde Jezus en zei: Ik dank U, Vader! Heere des hemels en der aarde! dat Gij deze dingen voor de wijzen en verstandigen verborgen hebt, en hebt dezelve kinderkens geopenbaard. Ja, Vader! Want alzo is geweest het welbehagen voor U.*

*Mattheus 11:25,26*

Toen! Wanneer deze evangelist spreekt over 'te dien tijde' is dit meer dan het aangegeven van een tijdstip. De periodes van vs. 25-30 vormt het eerste hoogtepunt van het evangelie naar Mattheüs. Ogenschijnlijk was er tot dusver geen vrucht op de arbeid van Jezus. Ondanks de aandacht die Hij kreeg van de schare, zien we in Mattheus 11 dat men Jezus slechts uiterlijk aanhing. Van geloof is niet veel te merken.

Waarmee zal Ik dit geslacht vergelijken, zegt de Heiland (16). Jezus komt met het verwijt dat men zich niet bekeerd heeft (20). Gods verbondswraak zal, als het niet anders wordt, hen treffen. Het zal Tyrus en Sidon in de dag van het oordeel verdragelijker zijn dan u, verkondigt Jezus. Dat zijn ernstige woorden.

Wanneer Jezus de balans opmaakt van Zijn prediking in de afgelopen jaren, is er niets anders te constateren dan dat de meerderheid van Israël zich afkeert van Hem.

Jezus' werk lijkt zonder succes. Mislukt, zouden mensen zeggen.

Hoe ziet Hij het Zelf? Wordt Hij nerveus, komt Hij in actie en roept Hij

Zijn discipelen nu alles in te zetten? Omdat anders Zijn kerk er aan gaat? Jezus wordt niet moedeloos en verontwaardigd. Hij klaagt ook niet.

Lukas laat zelfs weten dat Jezus met vreugde spreekt. Juist op dit kritische moment richt Jezus Zich niet tot mensen, maar tot Zijn Vader. Hij oriënteert Zich op Hem, van Wie Hij een opdracht ontvangen heeft en in Wiens dienst Hij staat. Jezus gaat in gebed.

Vaak deed Hij dit in stilte. Nu in het openbaar, zodat ieder Hem kan horen bidden.

Hoe spreekt Hij tot God? Klaagt Hij Zijn nood, smeekt Hij dat het anders mag worden, vraagt Hij om een opwekking?

Jezus antwoordt, lezen we. Hij geeft antwoord niet op vragen van mensen, maar antwoord aan Zijn Vader. Jezus dankt. Alleen dit al zou ons aan het denken moeten zetten. Jezus stemt in met het werk van Zijn Vader en aanbidt Hem. 'Vader, U bent de Gebieder in hemel en op aarde'. U hebt maar te spreken en het is er. U hebt alles in Uw hand. U bent Mijn Vader.



Door een misverstand mijnerzijds verschijnt het julinumnummer in augustus. In de vakantieperiode slaan we altijd een nummer over, en ik verkeerde in de veronderstelling dat het de maand juli was. Mijn excuses voor het feit dat u dat nummer pas veel later ontvangt.

Er is toch geprobeerd om een zinvol nummer te laten verschijnen. Ik hoop dat u de hitte goed kunt verwerken. Er worden ons allerlei maatregelen voorgelaten om te voorkomen dat we uitdrogen. In dit nummer vindt u een passende meditatie over water op het dorstige. En enkele aansprekende gedachten van Luther over de dood. Hiermee is niets ten nadele gezegd van de andere artikelen! De Heere geve u Zijn zegen in het lezen en overdenken!

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

Wanneer Hij zó spreekt tot en met Zijn Vader, moet dit in de oren van de Joden als een waagstuk klinken. Is Hij niet de zoon van Jozef en Maria? Maar Wie heeft meer recht om God aan te spreken als Zijn Vader dan Gods eigen, eniggeboren en welbeminde Zoon?

Jezus is op aarde gekomen om het werk van de Vader te doen, om Zijn wil te volbrengen. Niemand heeft het evangelie van het koninkrijk verkondigd als Hij! Met klem heeft Hij gesproken: het koninkrijk van God is nabij gekomen, bekeer u en geloof het evangelie. En wat is nu het resultaat? Wat is er nu van bekering en geloof waar te nemen? Men wil in wezen een andere Jezus, naar eigen smaak.

Jezus noemt hen 'wijzen en verstandigen'. Je zou dit een fraaie benaming kunnen noemen. Maar wat bedoelt Hij

ermee? De mensen om Hem heen willen via eigen wijsheid en door verstandelijke overwegingen de dingen van het koninkrijk van God grijpen en begrijpen. Ze willen alles met het verstand oplossen. Zodat het 'klopt'. En ze het in handen hebben. In wezen wil men het zelf doen, zelf volbrengen. Zo moet een *mens* het doen, veel doen, alles doen. Het hangt van de mens en zijn activiteiten af, welke deze ook zijn.

Maar al met al ontdekken ze zo niet de heilgeheimen van het koninkrijk. Ze komen steeds verder van huis en zo wordt het alleen maar donkerder in hun leven.

Waarom?

God verbergt de schatten van het koninkrijk voor zulke mensen. Als we het *zelf* willen doen, zonder Jezus te voet te vallen, ons te bekeren en oprecht te geloven in Hem, dan kan de Vader dat niet hebben en verbergt Hij het heil voor ons, hoe langer hoe meer. En wat doet Jezus? Hij dankt. Hij stemt van harte in met wat Zijn Vader doet. Ik dank U, Heere van de hemel en van de aarde, dat U deze dingen voor wijzen en verstandigen verborgen hebt en houdt.

De vraag is: dankt Jezus ook zo voor ons? Willen we het zelf doen, ook op school en in de studie, zonder te buigen voor de Heere en onszelf te verliezen aan de Zoon van de Vader?

Als God de dingen van het koninkrijk voor ons verbergt, waar blijven we dan?

Jezus houdt dan niet op met danken. Ik dank U, zo vervolgt Hij, dat U deze dingen echter wel aan kinderkens geopenbaard hebt.

Wat zijn dat voor mensen? Kind zijn op zichzelf is niets verdienstelijks. De Heiland hanteert een ander begrip: namelijk de onmondigen, de nog niet volwassenen. Zij die afhankelijk zijn van anderen, van opvoeders, van peda-

gogen. Bij hen staat alles in het teken van wórden. Verzorgd worden, gevoed worden, geholpen worden, geleid, gesterkt en bewaard worden. Zij moeten alles nog leren. Ze zijn er nog niet, ze weten het ook nog niet. Ze verlangen naar meer. Ze moeten het ontvangen. Ze zijn afhankelijk.

Als we ervan overtuigd zijn dat we het koninkrijk moeten en mogen binnengaan, maar we onszelf er niet brengen kunnen, bidden dit soort kinderen:

Heere, geeft U het, werk U het, leer Mij, o Heere, de weg door U bepaald. Kinderen zitten altijd met vragen en komen ermee voor de dag. Ze hebben veel en steeds (meer) onderwijs nodig om de heilgeheimen van het koninkrijk te kennen en er uit te leven.

Daarom kunnen zij niet zonder de Heilige Geest en bidden zij erom dat Hij hen leidt in de waarheid. Heere, help mij in alles, zo vragen ze.

Deze kinderkens bedoelt Jezus in Zijn gebed. Kinderen die eenvoudig zijn, en geloven wat hen wordt verteld. Om een voorbeeld te gebruiken. Een kind zei, toen ze iets kreeg van haar moeder: mama, u bent net zo als de Heere, want u hebt het beloofd en u doet het ook.

Dat is nu kinderlijk vertrouwen, naast de kinderlijke afhankelijkheid en kinderlijke aanhankelijkheid.

Kinderen vertrouwen op de belofte. Calvijn zei: "het geloof begint bij de belofte, rust op de belofte en eindigt in de belofte". De Heere heeft het immers Zelf gezegd!

Deze kinderen ontvangen alles. Als wij niet worden als deze kinderen...

Kinderen ontvangen niet alles ineens. Vader deelt uit in Zijn wijsheid. Hij openbaart de dingen van het koninkrijk. Niet dat Hij met nieuwe openbaringen komt. Wel legt Hij Zijn Woord open en deelt Zijn heil uit aan deze kinderen, die er zelf nooit de beschik-

king over hebben. Want steeds zijn ze afhankelijk van wat God hen bekend maakt. Hij haalt het deksel er af en doet inzien in de schatten van het heil dat de Zoon van God verworven heeft en door Zijn Geest uitdeelt.

We hebben een hele openbaring van God ontvangen in Zijn Woord. Voor wijzen blijft dat een gesloten boek, maar kinderen mogen er in zien en er uit leven. Zij grijpen daarom naar dit woord om het te verstaan en zo ook te bestuderen.

Wie zo kinderlijk eenvoudig het Woord van God ontvangt en op de school en in de studie van deze genade zo rijk wordt, mag weten: Jezus dankt. Zó doet U het goed, Vader! Hij kan daar helemaal 'amen' op zeggen. U hebt het geopenbaard.

Ja Vader, want zo is geweest het welbehagen voor U. Het is helemaal het werk van Uw welbehagen. Dat God nu daarin behagen heeft!

Wanneer we daarover gaan redeneren, verbergt de Vader het voor ons.

Wanneer we kinderlijk eenvoudig Hem op Zijn Woord geloven, dankt Jezus ook voor ons. Aan nederige mensen geeft God genade.

Jezus dankt. Hoe dankt Hij voor ons?

Laten we dit schooljaar niet alleen met deze vraag beginnen. Maar daar steeds geestelijk mee bezig zijn. Dit brengt ons dan tot bidden én tot danken.

Ja, Vader, zo is het Uw welbehagen.

Ede

ds. J. Van Amstel



# Bij het Pinksterfeest

*(Een meditatie n.a.v. Jesaja 44:3a: "Want Ik zal water gieten op het dorstige en stromen op het droge").*



Jesaja wordt wel eens "De evangelist onder de profeten" genoemd. Een welverdiende titel is dat. Een prediker van het evangelie was Jesaja al ver voor de Heere Jezus werd geboren in de stille, heilige nacht. Maar hij is niet alleen de evangelist onder de profeten omdat hij zo duidelijk over Christus heeft gesproken, maar niet minder omdat hij zo indringend heeft gesproken over wat Gods Geest doet. U kunt van deze tekst zonder overdrijving zeggen, dat het een pinkstertekst is. Wat was het vorig jaar in de lente niet droog! De grond scheurde van de droogte. Alles zag er dor uit. In de Bijbel wordt Gods Geest vaak vergeleken met de regen. Vroeger waren er geen bevoeiingsinstallaties. Van de vroege en de late regen hing het allemaal af. In de Bijbel kom je die twee regenperiodes dan ook telkens tegen. Allereerst de periode van de vroege regen, die in oktober en november zo ongeveer viel en die voor het zich ontwikkelen van het gestrooide zaad noodzakelijk was. En vervolgens de periode van de late regen van maart en april, die voor het rijpen van de gewassen noodzakelijk was. In een grote geestelijke droogte, kun je zeggen, dat ons land zich bevindt. Ons land is de weg kwijt. De overvloed van het koren van de zeven vette jaren lijkt bijna op. Wij hebben Jozef (d.i. Jezus) nodig om Gods voorraadschuren voor ons open te doen. Meer dan dat wij dat vaak doen, zouden wij God om Zijn geestelijke regen moeten bidden. Wel m.n. om Zijn late regen. Is het niet zo,

dat de vroege regentijd voor wat betreft ons land voorbij is? Eenmaal heeft de kerk zich in ons land gevestigd. Overal getuigen onze mooie kerken daarvan. Maar het is nu zo ingezonken dikwijls. Maar wij moesten maar vurig aan God vragen: "God, ook Uw late regen is er toch nog?!"

"Want Ik zal water gieten op het dorstige en stromen op het droge". Eigenlijk zijn dat twee beloften. De eerste belofte is: "Ik zal water gieten op het dorstige". Het kan zijn, dat er in ons Bijbeltje nog "De dorstige" staat. Dat is meer persoonlijk. Maar het maakt niet veel uit. "Het dorstige" of "De dorstige" is degenen in wiens leven God al is begonnen met te werken. Deze dorstige heeft dorst gekregen. Want dat heeft hij gekregen van God. Werkelijk een geestelijk verlangen is er in hem ontstaan. God geeft ons niet alleen water; maar Hij geeft ons ook dorst (of we dat nu graag hebben of niet). U en ik hebben vaak een heel ander verlangen. Het verkeerde verlangen naar eer en naar wraak en naar aanzien en geld. Dat is allemaal een kenmerk van ons geestelijk dood-zijn. Een jongen zei: "De zondag is mijn gelukkigste dag. Dan mag bij ons thuis de computer niet aan. Dan ga ik naar de kerk met mijn vrienden. Dan hoef ik een dag niet te kijken". Dat is wel een hele diepe natuurlijk. Want u voelt wel, wat een verscheurd leven zo iemand heeft.

Maar hier is er een geestelijk verlangen gekomen. Een verlangen naar God. Verlangen u en ik ook naar een nieuw, ander leven? En naar Jezus Christus; en dat Hij ons doel en onze trots is? Zet

uw lege emmer maar bij God neer. Zou Hij niet een stroom van zegen aan u kunnen geven?! Wij zeggen wel eens: "Het giet!" Nu, dat doet het ook hier. Zuinig gaat het er hier niet aan toe. Overvloedig giet God Zijn zegeningen op Zijn arme volk uit.

Maar wanneer je die dorst, dat verlangen niet hebt? Kijk eens goed: God doet er nog een belofte bij juist voor zulke mensen. Een belofte voor wie zo ontzettend arm is, dat hij zelfs geen dorst heeft. Een belofte dus voor onbekeerde mensen met een leeg en dor hart. "Ik zal stromen gieten op het droge".

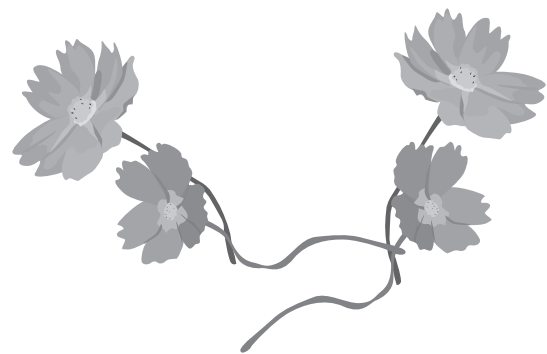
In de Bijbel zijn er veel beloften voor bepaalde categorieën van mensen bestemd. Min of meer voorwaardelijke beloften zijn dat. Maar ik moet het wel goed zeggen. Die beloften zijn niet voorwaardelijk in de zin van dat je zelf eerst, voordat je bij God komt, toch nog wat moet doen. Maar ze zijn wel voorwaardelijk in de zin van dat er een bepaalde gesteldheid van je hart in zulke beloften wordt voorondersteld. "Keer terug, afkerige kinderen, Ik zal u van uw afdwalingen genezen" (Jer.3:22); dat is er zo een. Maar de mooiste beloften zijn de beloften die zelfs niet eens aan een bepaalde harts-gesteldheid zijn gekoppeld, maar die iedereen vrij roepen om te komen. "Ik zal stromen gieten op het droge". "Op het droge". Dus de grond is keihard. Misschien is dat ook in ons leven wel zo. U bent misschien iemand bij wie er naar God toe helemaal geen opening is. Maar dat is voor God geen reden om u over te slaan. Met bakken tegelijk giet God Zijn Geest uit.

Als het in de woestijn wel eens regent, begint alles ineens groen te worden en te bloeien. Want de in het zand verborgen zadjes gaan ontkiemen. Al die preken die u in uw leven al gehoord hebt,

liggen in uw hart misschien ook wel te wachten tot het water van Gods Geest er op valt. Als Gods Geest komt, wordt ons hart week. De pijn gaan wij dan voelen van de zonde. Uitgedreven worden wij dan tot Christus en wij roepen om de genade van de Heilige Geest. En dan wordt het druk op de catechisatie en dan wordt elke zondag het huis van God vol.

In het laatste van onze tekst is er trouwens nog een derde, hele mooie belofte voor de kinderen van de gemeente, die de Heere wel heel in het bijzonder met liefde beschouwt. "Ik zal Mijn Geest op uw nageslacht gieten en Mijn zegen op uw nakomelingen". God moet wel heel veel om jullie, jonge mensen, geven, dat Hij dat zo zegt. En het einde is wat in het laatste boek staat van de Bijbel: "Zij zullen geen honger of dorst meer hebben, en geen zonnesteek of enige hitte zal hen treffen. Want het Lam, Dat in het midden van de troon is, zal hen weiden en zal hen geleiden naar de levende waterbronnen en God zal alle tranen van hun ogen afwissen" (Openb.7:16 en 17).

Langerak  
ds. J.A.H. Jongkind



# Zorgen rond dementie

## Onze zorg(en)

Onze zorg kan er al zijn voordat iemand van onze geliefden dement wordt. Niet zozeer in verzorgende beroepen, die er steeds meer mee te maken krijgen.

Denk alleen maar aan hen die in diverse verzorgingstehuizen werkzaam zijn en er trainingen voor ontvangen.

Te denken is met name aan hen die in eerste instantie een plaats ontvingen in allerlei tehuizen en een plaats toegewezen kregen terwijl ze op dat moment nog behoorlijk door de selectie kwamen. Maar hun gezondheid werd zinderogen minder en met het jaar nemen de problemen toe. Ouderen krijgen, de een eerder dan de ander, diverse klachten en het duurt niet lang meer of vormen van dementie dienen zich aan.

Eerst kunnen zij die het overkomt het nog aardig verbergen, maar zij die dagelijks met hen omgaan, merken het slijtageproces op, terwijl dit voor 'gasten' nog enigszins verborgen blijft, omdat men zich tot en met inspanning tijdens deze bezoeken zich zo goed mogelijk voor te doen. Maar als het bezoek voorbij is, merk je het al snel dat het moeilijker geworden is 'gewoon' te doen.

## Meer zorg

Het is inmiddels duidelijk dat tehuizen hoe langer hoe meer te kampen hebben met (lange) wachtlijsten, omdat

het aantal dementerenden toeneemt, mede door de verhoging van de leeftijd van mensen. Daarbij doet zich het probleem voor dat niet

alleen deze naasten, maar ook bij hen die hen verzorgen de leeftijd toeneemt. Zullen er straks nog

voldoende verzorgers zijn als het aantal geboorten afneemt?

In verzorgende beroepen is de werkgroot (te) groot en moet teveel door te weinig mensen worden verricht, zodat niet die zorg besteed kan worden aan onze naasten, die wij hoopten hen te kunnen geven..

Bovendien vermeerderd het aantal parttimers, zodat een behoorlijk deel van het personeel slechts voor een beperkt aantal uren inzetbaar is den kan daarom niet steeds die blijvende en rustige zorg geboden worden aan hen die juist vertrouwelijkheid in hun kwetsbaar bestaan in de benadering van hen behoeven.

## Dienen of verdienen

Daarbij komt dat een deel van het personeel niet direct bestaat uit hen die het als hun roeping zien deze naasten te verzorgen, maar meer aan het werk zijn vanuit andere oogmerken. Wanneer verdienen boven het dienen uitgaat, wordt de deur eerder dicht gedaan. In een harder geworden maatschappij is het gevaar aanwezig dat demente medemensen uitgerekend die zorgen missen, die zij zo nodig hebben. Wat heb je aan een bord en een kopje voor je, wanneer er geen hand en geen hart daarbij aanwezig is? Hebben zij niet (en wij erbij) aan liefdevolle zorg, vooral als er geen kinderen kleinkinderen zijn die naar hen omzien?

## Barmhartigheid

Vandaar dat het niet teveel gezegd is dat er dringende behoefte is aan die liefdevolle zorg voor elkaar, zoals we deze te voorschijn zagen komen nog wel bij een 'half-heiden', een Samaritaan, waar Jezus op wees in de



bekende gelijkenis. Hij heeft barmhartigheid getoond, kan van hem getuigd worden. Wat een zegen wanneer zulke Samaritanen hart hebben en dit ook tonen in hun omgang uitgerekend met dementerende naasten. Zijn wij op

straat, onderweg, in de familiekring, in de kerkelijke gemeente zo op onze plaats?

Ede  
J. Van Amstel

---

## De zieke lazarus

“En er was een zeker man krank, genaamd Lazarus”. Lazarus was duidelijk een kind van God, en toch was Lazarus ziek. Hoe hij tot die genade gekomen was, wordt ons niet verteld. Zijn naam wordt nog niet eerder vermeld. Indien wij mogen gissen, dan is het waarschijnlijk dat Maria de eerste in dit gezin was die de Heere kende (Lukas 10); misschien hield Martha daarna op met haar ‘veel dienens’ en zette ook zij zich neer aan de voeten van Jezus; en beiden overreedden hun broer Lazarus ook tot Hem te komen. In ieder geval was hij een kind van God. Hij leefde in een godvruchtig gezin. Allen in het huis waren kinderen van God – één door de natuurlijke banden en één door genade. Gelukkige familie in Bethanië, eensgezind op weg naar de heerlijkheid! Toch komt hier ziekte -Lazarus was ziek. Christus had hem bijzonder lief: “Hij, dien Gij lieft”. “Jezus had Martha, en haar zuster, en Lazarus lief.” “Lazarus onze vriend slaapt”. Evenals Johannes, de discipel die Jezus liefhad, zo had Jezus Lazarus bijzonder lief. Ik kan u niet zeggen waarom. Hij was een zondaar evenals andere mensen; maar misschien schonk Jezus hem toen Hij hem reinigde en vernieuwde, meer van Zijn eigen beeld dan Hij dat aan andere gelovigen deed. Eén ding is zeker – Jezus had hem lief, en toch was Lazarus ziek. Leer hieruit, anderen niet te veroorde-

len, wanneer zij beproefd worden. De drie vrienden van Job probeerden hem ervan te overtuigen dat hij een huichelaar en een slecht mens moest zijn omdat God hem beproefde. Zij wisten niet dat God Zijn eigen geliefde kinderen beproeft. Lazarus was ziek; de bedelaar Lazarus was bedekt met zweeren; Hizkia was ziek, ja zelfs doodziek, en toch had Jezus hen allen zeer lief. Gods kinderen moeten niet aan Zijn liefde twijfelen wanneer Hij hen beproeft. Christus had Lazarus bijzonder lief, en toch kastijdde Hij hem zeer zwaar. Een chirurg kijkt nooit met minder zorg naar een patiënt dan wanneer hij met het lancet diens wond grondig onderzoekt. Zo is het ook met Christus; Hij ziet de Zijnen zeer liefhebbend aan wanneer Hij hen beproeft.

Twijfel niet aan de heilige liefde van Jezus voor uw ziel wanneer Zijn hand zwaar op u drukt. Jezus had Lazarus niet minder lief toen Hij hem kastijdde, maar eerder meer – “gelijk een vader de zoon (kastijdt) , in dewelke hij een welbehagen heeft” Spreuken 3 : 12. Een goudsmid die goud in de smeltoven werpt, kijkt er naar om.

Robert Murray MachCheyne  
uit : Troost in verdriet

# Draagt elkanders lasten

Beste lezer,



'Hoe groot zijn Uw werken, o HEERE!' Hier spreekt iemand vol ontzag over de grote werken van de Heere. Het is Psalm 104, lees maar eens. En verwonder je over Gods schepping. Bekijk de bloemen eens aandachtig. Hun schoonheid

in éénvoudigheid of juist het hele bijzondere kunstig ontwerp van de Schepper. Ik blader verder in mijn Psalmboek en lees Psalm 139: 'Ik loof U, omdat ik op een heel vreselijke wijze wonderbaarlijk gemaakt ben; wonderlijk zijn Uw werken'. Dát is de mens, als kroon op Gods schepping. Het stemt tot bezinning!

Psalm 139: 1, 2, 5, 8 uit DE NIEUWE PSALMBERIJMING

1. HEER, U doorgrondt mij, U ontwart al de geheimen van mijn hart. U ziet mij thuis en onderweg, terwijl U opvangt wat ik zeg. Ja, zelfs onuitgesproken zinnen neemt U al waar bij mij van binnen.
2. Geen ogenblik ben ik alleen. HEER, U bent altijd om mij heen. Ik, nietig mens, kan er niet bij dat U uw handen legt op mij. Ik weet dat U naar mij blijft kijken; waar kan ik ooit uw Geest ontwijken?
5. U vormde mij tot één geheel; U weefde ieder lichaamsdeel. Ik ben er stil verwonderd van dat U zo machtig scheppen kan! Tot in mijn ziel blijft het mij raken hoe kunstig U mij wilde maken.

8. Mijn hartsgeheimen leg ik, HEER, volkomen eerlijk voor U neer. Peil alles wat ik denk of zeg; neem het verkeerde in mij weg. Doorgrond mij God, en toets mijn leven; wil mij voor eeuwig richting geven.

Tekst: Jan Pieter Kuijper/Arie Maasland

## Verjaardagskalender

- |             |   |
|-------------|---|
| 11 juli     | Mevr. V. Visserman-Boes, 'Hof van Smeden', Kamer 323, 8301 XG Emmeloord |
| 30 juli     | Carla Thoen, Fresiastraat 1, 2685 XJ Poeldijk                           |
| 22 augustus | Mevr. H. Zandbergen, Churchillstraat 67, 7681 XS Vroomshoop             |

## Brievenbus

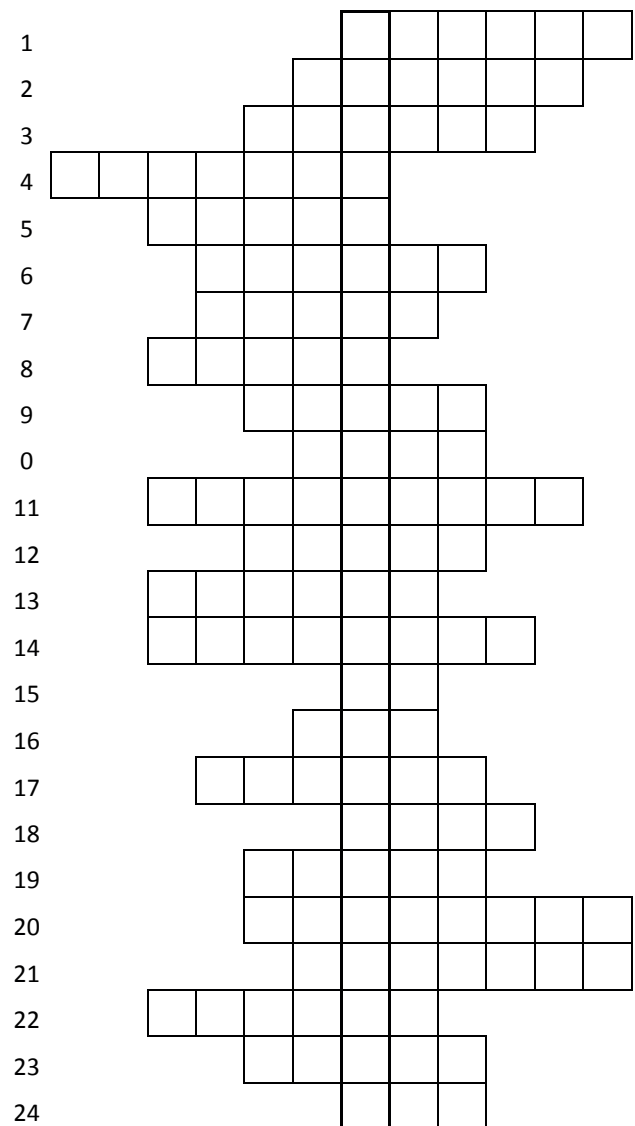
U kunt de hier genoemde mensen verblijden met een kaartje: Mevr. A.J. van Dijk, Mombassaplaats 308, 3067 GZ Rotterdam  
Aleida Jansen, Kooikerweg 263, 3069 WP Rotterdam-Zevenkamp

## Puzzelhoek

Ga er maar eens goed voor zitten, want er is weer een grote puzzel om te maken! U moet namelijk de antwoorden opzoeken in zowel het Oude- als Nieuwe Testament. Bij de vragen staat de vindplaats van het antwoord. Ik wens u veel puzzelplezier! U kunt de oplossing insturen tot 29 augustus.



1. Jozef zocht zijn broers. Waar vond hij hen? (Genesis 37)
2. In deze stad werd David tot koning gekroond (2 Samuel 2)
3. Om welk land loopt de rivier Pison? (Genesis 2)
4. Woonplaats van Rachab (Jozua 2)
5. Hier bouwde men een hoge toren (Genesis 11)
6. Waar was Amos veehouder? (Amos 1)
7. Hier woonde Saul, nadat hij door Samuel was gezalfd. (1 Samuel 10)
8. Hier woonde Abram voordat hij door God geroepen werd. (Genesis 12)
9. Hier woonde koning Ahasveros. (Esther 1)
10. In dit dal bouwde Nebukadnezar een groot beeld. (Daniel 3)
11. Waar gingen Naomi en Ruth wonen? (Ruth 1)
12. Woonplaats van koning Melchizedek (Genesis 13)
13. Hier is Paulus geboren (Handelingen 22)
14. Simson trouwde met een Filistijnse vrouw. Waar woonde zij? (Richteren 14)
15. In dit land woonde Job (Job 1)
16. Op deze berg is Aaron gestorven (Numeri 20)
17. In deze plaats werden de Israëlieten besneden (Jozua 5)
18. Woonplaats van Gideon (Richteren 6)
19. Hier is Mirjam gestorven (Numeri 20)
20. Naar deze plaats is Titus vertrokken (2 Timotheüs 4)
21. In deze rivier is Jezus gedoopt (Mattheus 3)
22. Tegen deze stad moest Jona gaan prediken (Jona 1)
23. In deze stad woonde Demetrius de zilversmid (Handelingen 19)
24. Waar ging Kain wonen? (Genesis 4)



De oplossing van de puzzel uit het juni-nummer is: Want Ik ben het Zelf.

Vriendelijke groeten van:

Willeke Breederveld  
 Willem de Jagerstraat 40  
 3251 BG STELLENDAM  
 email: [wbreederveld@solcon.nl](mailto:wbreederveld@solcon.nl)

# Rondom ouderdom

Beste lezer,

Op internet, in de kranten is er veel te lezen over ouderen. Opvallend hieraan vind ik dat het niet de ouderen die schrijven, maar organisatie, professionals of vanuit het ministerie. Het RIVM, Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu draagt hier ook aan bij. Ik wil een gedeelte van hun visie en informatie met u delen. Want tenslotte gaat het toch om u! Het RIVM ziet dat ouderen steeds langer zelfstandig thuis wonen en de regie willen houden over hun eigen leven. Wat deze regie inhoudt - daar ben ik altijd in geïnteresseerd. Want het is zo'n algemeen en vaak gebruikt woord geworden. Het RIVM stelt het gelijk aan het behouden van zelfstandigheid. Maar tegelijkertijd worden ouderen geconfronteerd met bijvoorbeeld verlies van naasten, verminderde mobiliteit, ziekten en

eenzaamheid. Maatregelen, bijvoorbeeld om meer te bewegen of het eigen sociale netwerk te verstevigen, kunnen helpen om deze problemen te voorkomen of de gevolgen ervan te verminderen. Het RIVM draagt hier op verschillende manieren aan bij. Dit doen zij via de gemeenten en de GGD, de Gemeentelijke Gezondheidsdienst. Het RIVM onderzoekt bijvoorbeeld thema's als bewegen, leefstijl, valpreventie, alcoholgebruik en voeding. Met deze kennis helpen ze beleidsmakers en professionals om preventie in de ouderenzorg effectief in te zetten. Want het woord preventie komt op hun internetsite regelmatig terug. U kunt er ook goede voorbeelden op vinden die door anderen overgenomen kunnen worden. Voldoende bewegen is bijvoorbeeld belangrijk voor ouderen om mobiel te kunnen blijven in en om het huis. Maar hopelijk ook nog iets verder... denk ik dan. Zoals u zult begrijpen leggen ze hiermee weer het verband met de zelfstandigheid en het zelfstandig thuis wonen. Ook besteedt men aandacht aan ouderen die kwetsbaarder worden. Deze personen vinden, zo schrijft het RIVM, het lastiger om de eigen regie over hun leven te voeren en zo hun zelfstandigheid te behouden. Kwetsbaarheid kan zich op allerlei manieren uiten. De ene oudere heeft bijvoorbeeld moeite met boodschappen doen en de andere heeft last van vergeetachtigheid. Men onderscheidt daarom vier gebieden waarop ouderen kwetsbaar kunnen zijn: - fysiek - cognitief - sociaal en psychische kwetsbaarheid. Een fysieke kwetsbaarheid kan ontstaan door gewichtsverlies, evenwichtsproblemen en vermoeidheid. Dan ontstaan er belemmeringen die lastig kunnen zijn. U herkent dit misschien

## Zonlicht door de ramen

*Het kan je plotseling bespringen  
Zoals dat soms de felle gloed  
van zonlicht door de ramen doet,  
en je met stralend licht doordringen:*

*dat kostelijke zeker weten  
dat God je wezen redden wil.  
Dan ben je van verbazing stil,  
van vreugde die niet is te meten.*

*Al ben je dan niet vrij van zorgen,  
al ben je ziek, al heb je pijn;  
je voelt je dan met heel je zijn  
gelukkig en in Hem geborgen.*

*Jo van Veen-Nusmeijer  
uit : Zonlicht door de ramen*

wel als u veel op bed ligt. Als u regelmatig (bijna) valt of dat het eten niet meer smaakt en u blijft afvallen terwijl dit niet de bedoeling is. De cognitie, misschien gaat u helaas wel meer vergeten. U zegt misschien wel tegen anderen dat dit bij uw leeftijd hoort. Dit kan ook zo zijn. Maar het is wel een belemmering. Want er zijn mensen die daardoor zo weinig mogelijk boodschappen doen. Want dan zou het de ander weleens op kunnen vallen. De sociale kwetsbaarheid schijnt in Nederland veel voor te komen. Mensen voelen zich eenzaam, blijven alleen over en ervaren geen sociale steun om zich heen. En tot slot de psychische kwetsbaarheid zoals een depressie. Helaas kampen ook diverse ouderen met dit probleem. En naarmate de leeftijd stijgt kan de kwetsbaarheid, in welke vorm ook, toenemen. Zeker als u ook mantelzorger bent en zo goed mogelijk wil zorgen voor uw man of vrouw. De RIVM onderzoekt en adviseert hoe de kwetsbare ouderen op tijd bekend worden bij een organisatie. Ook benadrukt men dat de verschillende zorg- en hulporganisatie met elkaar moeten samenwerken. Als dat niet gebeurt, kunnen ze signalen missen of juist dingen dubbel doen. Bijvoorbeeld dat meerdere professionals op huisbezoek gaan bij ouderen zonder dat van elkaar te weten. Veel gemeenten of wijken bieden thuiswonende ouderen activiteiten aan om te stimuleren dat ze gezond ouder worden en zelfstandig functioneren. Dat kan een activiteit zijn om te bewegen, gezamenlijk eten of een kookcursus maar ook om de sociale contacten te bevorderen. Maar niet alle ouderen doen hieraan mee. Dat geldt bijvoorbeeld voor ouderen met weinig geld, ouderen met weinig sociale contacten en voor oudere migranten met een niet-westerse achtergrond. Een voorbeeld is ervoor zorgen dat de activiteiten in de buurt wor-

den aangeboden. Gekeken is naar de inhoud van activiteiten, de manier waarop ouderen hiervoor worden benaderd, de toegankelijkheid van activiteiten en de kwaliteiten van professionals en de juiste vrijwilligers die de activiteiten begeleiden. Kortom: er gebeurt achter de schermen heel veel. Het RIVM werkt mee aan projecten die een gezonde leefomgeving creëren, met specifieke aandacht voor ouderen. In de wijk Oost in Utrecht zijn ouderen betrokken om te kijken wat mogelijk is om de buurt te verbeteren, zoals bredere stoepen, voldoende bankjes op de looproute, etc. En dát vind ik nu het mooiste. De betrokkenheid van de doelgroep, want u weet

### **Wie zich laat dragen**

*Dit te aanvaarden en te kunnen zeggen:*

*"Heer, Gij alleen weet, wat het beste is,"*

*je kinderhand in Vaders hand te leggen*

*en enkel nog te zien wat eeuwig is; dat is genade, die geen mensenwoorden*

*ooit kunnen geven; wat geen mensenmond*

*kan spreken, wat alleen de eng'len hoorden,*

*wat God bewaart voor wie dichtbij Hem komt.*

*Wie zich laat dragen in Zijn sterke armen,*

*omdat hij zelf niet verder meer kan gaan,*

*wordt warm omhuld door eindeloos erbarmen*

*en zal, met Christus, in het licht opstaan!*

*Nel Benschop*

*uit : Reik me je hand*

als geen ander wat er nodig is en wat niet! Persoonlijk vond ik het goed om te lezen dat er zoveel gebeurd. ik wist ook niet dat het RIVM zo actief is en met name achter de schermen. Maar als ik hoor en zie wat er binnen de kerken gedaan wordt voor en met ouderen, dan denk ik: wat mooi dat we zo voor elkaar zorgen! Want we kunnen ook de ouderen uit onze straat uitnodigen voor een ouderenmiddag van de kerk of een gezamenlijke maaltijd houden.. En wat te denken van de bibliotheek. Uw buurvrouw die veel leest kan misschien ook lid worden of u leest de boeken samen. De jongere die bij u op bezoek komt vindt het vast niet erg als u af en toe de buurman er ook bij vraagt. Dit geeft voor allen weer nieuwe gesprekstof. En

is er binnen uw gemeente nog niet zoveel geregeld, wordt er weinig georganiseerd? Wat zou het dan mooi zijn als er initiatieven in de kerken worden ontwikkeld door de ouderen. Dat u dit bespreekt op huisbezoek of u belt een diaken. De uitvoering hiervan kan door anderen gedaan worden. Maar de mooiste projecten ontstaan als de doelgroep, dus u, meedenkt hoe dit het beste ontwikkeld kan worden. Dan mogen we ook op dit terrein voor elkaar een hand en een voet zijn. Maar ook een lichtend voorbeeld voor anderen!

Met een vriendelijke groet,  
Marianne.

## Colofon

### **Dagelijks bestuur van de stichting:**

Dagelijks bestuur van de stichting:  
Ds. C. Bos, voorzitter, PKN (hervormd)  
Benschop

Ds. J.A.H. Jongkind, secretaris, PKN  
(hervormd) Langerak

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 abonnements-  
prijs is € 10 per jaar; het banknum-  
mer is: NL40 INGB 0000 9389 39 ten  
name van Stichting Kracht naar Kruis  
te Den Haag; mailadres voor algeme-  
ne berichten info@krachtnaarkruis.net;  
opgave nieuwe abonnees en adreswij-  
zigingen aan: abonnee@krachtnaar-  
kruis.net of Ledenadministratie Kracht  
naar Kruis, Philipshoofjesweg 15,  
3247 XR te Dirksland.

Alle informatie over KNK kunt u  
vinden in [www.krachtnaarktuis.net](http://www.krachtnaarktuis.net)