



MEDITATIE

De pers alleen getreden

“Kunt gij dan niet één uur met Mij waken?”

Mattheüs 27 : 40b

Ze gaan de hof in. Jezus met Zijn discipelen. Gethsemane, op de helling van de Olijfberg. Een plaats waar ze vaker kwamen. Om in die hof biddend samen te zijn. Jezus gebiedt Zijn leerlingen om plaats te nemen; drie intieme discipelen neemt Hij verder mee de hof in. Jezus begint droevig en zeer beangst te worden. Hij geeft er uiting aan. “Mijn ziel is geheel bedroefd tot de dood toe.” Er is stervensangt bij Jezus. Hij wordt er door overmand. Het is God Zelf die aan Zijn Zoon Zijn toorn en vloek gaat doen voelen. In Zijn ziel draagt Hij de straf der zonde. Hier in Gethsemané verzekert Jezus Zijn discipelen dat Hij het Godsgericht over de zonde niet slechts uitwendig maar ook in Zijn ziel priesterlijk voor de Zijnen draagt. Hij gebiedt ok de drie discipelen hier te blijven en met Hem te waken. Zelf gaat Hij nog een eindje verder de hof in. Daar valt Hij biddende op Zijn Aangezicht. Worstelend met de drinkbeker van de gramschap Gods, om die onder Gods wil te plaatsen. O dodelijk uur!

Dan komt Jezus terug bij Zijn discipelen en vindt hen slapende. Het is midden in de nacht; ze hebben een bijzondere avond achter de rug; wat een ingrijpende openbaringen en gesprekken waren dat! Begrijpelijk dat ze vermoeid zijn.

Maar in dit vreselijk uur van de macht der duisternis laten ze het afweten. Ze steunen hun Meester niet door met Hem te waken.

Jezus spreekt Petrus aan.

“Kunt gij dan niet één uur met Mij waken?” Petrus is de Rots.

Hij heeft Jezus meermalen zijn steun betuigd. Jezus kan op hem rekenen. Al zouden ze Hem allen verlaten, maar Petrus nooit! Hij is zelfs bereid om zijn leven voor Jezus te geven. Maar als het er op aan komt, kan Hij nog niet één uur met Jezus waken! Is dit een teleurstelling voor Jezus? Neen. Hij weet toch wat van Zijn maaxsel is te wachten? Zijn discipelen zijn zwak van moed en klein van krachten. Jezus had geen verwachting van hen. Maar zij hadden zoveel verwachting van zichzelf! Daaraan wil deze vraag van Jezus hen ontdekken. “Waken kon u niet met Mij, en voor Mij wilt u uw leven geven?” Opdat Petrus en de anderen leren dat ze hun eigen zwakheid en machteloosheid gaan inzien. Om geen verwachting meer te hebben van eigen kracht en vastberadenheid. O, de liefde was in hun harten uitgestort. Door genade was hun wil vernieuwd en geheiligd. Ze zijn toegewijd aan hun Meester. Maar bij alle bereidwilligheid is er hun



zwakte. Ze kunnen het niet opbrengen. Ze kunnen niet waken met Jezus, niet strijden voor Jezus. Dat geldt ook voor Petrus, de Rotsman. "Kunt gij dan niet één uur met Mij waken?" Is het een beschamende vraag voor ons? Wat is nu één uur? Maar zelfs dat minste kunnen we niet! In het uur van beslissing laat de mens, de discipel des Heeren het af weten! Dan komen we op Jezus' vraag openbaar als een hulpeloos en machteloos zondaar. We vallen er buiten. Met al mijn goede bedoelingen word ik uitgeschakeld. Op mijn werk en beleving leer ik de dood schrijven. Al het mijne wordt afgekeurd. Een doemwaardig zondaar in me zelf, die niet anders kan dan slapende de ondergang tegemoet gaan! Leren we het zo af, om nog iets van jezelf te verwachten? In het werk der verlossing kan ik niets aanbrengen. Het is enkel genade. Dat is de les in Gethsemané. In deze hof worden olijven geplukt en geperst. Het is de plaats waar Jezus wordt geperst om Zijn lijden te volbrengen. Hij wordt hier gekeurd of Hij het geschikte Lam kan zijn voor het

De gedenkdagen van Goede Vrijdag en Pasen zijn waardevol. In de heilsfeiten die we dan gedenken ligt immers de volle verlossing! In dit nummer geven we aandacht aan beide gebeurtenissen. Wat hebben we de vastheid van de waarheid van de heilsfeiten in onze tijd hard nodig! Bij alles wat er gaande is in onze tijd mogen we het houvast vinden in de wonderen van de Allerhoogste zoals ze in Jezus Christus zijn vervuld. Alle lezers wensen we daaruit de kracht en hoop toe voor dit leven.

Ds. J.P. Boiten

brengen van het offer. Hij was van eeuwigheid daartoe bereid. "Zie Ik kom om Uw wil te doen." Maar KAN Jezus het ook volbrengen? Door Zijn worstelingen heen blijkt inderdaad dat Hij wil en kan. In onderwerping en gehoorzaamheid aan de opdracht van Zijn Vader. In liefdevolle overgave aan Gods recht en tot zaligheid van al de Zijnen.

Jezus komt voor de derde keer terug bij Zijn discipelen. Drie is het getal van de doorbraak. Het beslissende stadium is nu bereikt. Hij vindt Zijn discipelen opnieuw slapende. Maar dan klinkt niet meer de ontdekkende vraag van een Borg vol droefheid en angst. Dan getuigt Jezus: "slaapt nu voort en rust." Discipelen, je hoeft niet meer met Mij te waken. Voor Mij staat het vast dat Ik het zal volbrengen. U kunt niets aan uw zaligheid doen. U hoeft er ook niets aan te doen. Is dit niet een heerlijk evangelie? Jezus zal doen wat de Zijnen niet kunnen. Hij getuigt het Zelf. Ze worden niet meer ontdekkend op zichzelf geweten. Jezus verwijst nu naar Zichzelf. Hij is al strijdend bereid gebleken om de kruisweg te vervolgen. Hij geeft Zichzelf als het Lam ten offer. Hij is daartoe bereid. Hij staat gereed om alleen die weg te gaan.

Menselijk gesproken zou je hebben verwacht dat Jezus zou zeggen: "Zijn jullie nu al weer in slaap gevallen? Als je Mij zo alleen laat worstelen, dan stop ik er mee. Je zoekt het zelf maar uit." Dat zou niet onrechtvaardig zijn! Maar wat een wonder dat Jezus Zich openbaart als de bereidwillige Borg! Voor zondaren die voor Hem niets kunnen betekenen. Jezus Christus wil voor zulken alles betekenen. Is het niet eenzijdige zondaarsliefde die hier rijk openbaar komt?

Jezus is overtuigd: Mijn lijden is onvermijdelijk. Hij zal dat ondergaan, niet tegen wil en dank in. Maar volledig toegewijd! "Zie, de ure is nabij gekomen, en de Zoon des mensen wordt overgele-

verd in de handen der zondaren." Jezus is Zich bewust van wat er komen gaat. Hij is volledig bereid dat alles te ondergaan. Jezus zal als Knecht des Heeren en als Zoon des mensen de dood ingaan. Hij aanvaardt het niet passief, maar actief. Hij gaat het tegemoet. "Staat op, laat ons gaan!" Jezus staat hier in Zijn overwinningskracht. Hij gaat de Zijnen voor. Hij trekt ze mee. Zoek uw steun bij Jezus. Door Hem is de verzoening. In

Hem is volkomen vergeving van zonden. Wat wordt deze Borg gepast en dierbaar voor zondaren die zich er telkens buiten zondigen. Hij is de Wachter Israëls Die niet sluimert noch slaapt. In Zijn volbrachte werk is er rust en vrede. En de aanbidding stijgt op tot Hem : Christus heeft de pers alleen getreden!

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

Waar is Jezus ? (2)

In Nazareth.

De plaats waar we onze jeugd jaren hebben doorgebracht heeft z'n eigen bekooring. Dat hoeft niet onze geboorteplaats te zijn. Zo is het ook met de Heere Jezus. Hij is in Bethlehem geboren, maar opgegroeid in Nazareth. Daar heeft Hij Zijn jeugd doorgebracht. In Zijn optreden onder Israël komt Hij op een gegeven moment in Nazareth. De evangelist Lukas benoemt dat : "en Hij kwam te Nazareth, waar Hij opgevoed was", Lukas 4 : 16a. Als jongen had Hij daar vaak de synagoge bezocht. Ook nu gaat Hij – naar Zijn gewoonte op sabbat - naar die synagoge. Sommige plaatsgenoten herkennen Hem. Jezus staat op om uit de heilige rollen te lezen. Bewust slaat Hij Jesaja 61 op. Daarin staat : "De Geest des Heeren HEEREN is op Mij...daarom heeft Hij Mij gezalft..." Jezus betreft deze profetie op Hem Zelf. Als Hij weer heeft plaats genomen, terwijl aller ogen op Hem zijn geslagen, begint Jezus te zeggen : "Heden is deze Schrift in uw oren vervuld". De synagoge bezoekers verwonderen zich over de aangename woorden die Jezus spreekt. Maar Jezus

verklaart verder Zijn werk als de Gezalfde Gods. Hij doet dat in het licht van Gods Woord in het oude testament. Daarin komt het soevereine werk van God naar voren. Jezus is in dienst van het verlossende genadewerk, waarin van de mens niets mee telt. Dan slaat hun verwondering om in verachting. Wat verbeeldt deze zoon van de timmerman zich wel? Er ontstaat vijandschap en ze werpen Jezus uit, buiten de stad. Ze willen Hem van de hoogte afwerpen. Zo is er niet alleen in Bethlehem maar ook in Nazareth geen plaats voor Jezus als Messias. Maar Jezus ontkomt en gaat door op Zijn weg. Dat is de lijdensweg die leidt naar een andere plaats : Golgotha. Dat wordt voor Jezus de plaats waar Hij Zichzelf opoffert. Alzo vervult Hij de Schriften van wet en profeten. Naar die plaats gebracht, leren zondaren wat genade is. Dat wordt voor het ware geloof de plaats van aanbidding. Op de plaats van Jezus sterven verwerft Hij de toegang tot de vaste, eeuwige woonplaats voor al de Zijnen. Via Zijn kruis naar Gods Vaderhuis!

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

ÀDieu eenzaamheid! (2)



Van alle leeftijden

Eenzaamheid is niet een specifiek leeftijdsprobleem, al zijn het juist ouderen, vijfenzeventigplussers, die pieken. Niet onbegrijpelijk. Hun netwerken krimpen.

Generatiegenoten vallen weg.

Sociale verbanden brokkelen weg.

Kinderen en kleinkinderen wonen dikwijls ver weg en zijn druk. De bejubelde participatiesamenleving van onze overheid richt zich vooralsnog vooral op deelname aan het arbeidsproces, en dat zo maximaal mogelijk. Aan de andere kant staat de zelfredzaamheid hoog in het regeringsvaandel. Bejaardenhuizen maakten plaats voor verpleeghuizen, waar men pas in een laat stadium van fysieke en/ of mentale neergang welkom is. Ouderen hebben gemiddeld veertien persoonlijke relaties buiten de partner. Het gaat dan om kinderen en andere familieleden, buren en vrienden. Hoe kleiner het netwerk, hoe groter de kans om te vereenzamen.

Van de jongeren tussen 19 en 34 jaar noemt 38% zich eenzaam. Dat kan te maken hebben met nare ervaringen opgedaan tijdens kinder- en jeugdjaren. Met de echtscheiding van ouders. Met mishandeling, misbruik, pestgedrag van boosaardige leeftijdsnootjes met hun uitsluitingprocessen en tactieken. 'Als ik geen contact leg met anderen, moet dat dus aan mij liggen.'

Je kunt een onhebbelijk karakter hebben, of beperkte sociale vaardigheden, waardoor je moeizaam contact legt. Wie kent ze niet: die schuchtere jongens en meisjes, die zich niet zo gemakkelijk geven. Je kunt worstelen met 'tegendraadse' seksuele gevoelens, waarvoor je je schaamt en minder-

waardig voelt. Je bent bang te worden afgewezen. Ook tienermoeders kunnen met heftige gevoelens van eenzaamheid worstelen.

Ook het stuklopen van een verkering en het breken van een verloving kunnen je in een positie brengen waarin een mens zich eenzaam en onbegrepen voelt, beschadigd en verward.

Echt eenzame mensen weten hun eenzaamheid vaak goed te camoufleren. Dat geldt nog meer van jongeren. Wie leeftijdgenoten vertelt over eigen eenzaamheid, is niet populair. Druk zijn op social media kan een geslaagde camouflagetactiek zijn om je eenzaamheid te verbergen. Zijn het vooral eenzame mensen die druk zijn op deze terreinen? Zou het waar zijn wat wel eens wordt beweerd: hoe meer virtuele vrienden, des te minder reële vrienden.

Vele gezichten

Eenzaamheid heeft vele gezichten. Er zijn eenzamen onder de gehuwden en onder de niet-gehuwden.

Mensen zonder partner zijn over het algemeen eenzamer dan mensen met een partner. De partner biedt – uitgaand van een ideale situatie – diepgang, gezelligheid en allerlei vormen van steun. Voor mensen met weinig andere relaties maakt het ontbreken van een partner de kans op vereenzaming drie keer zo groot.

Het is goed om oog te hebben voor de alleenstaanden en de alleengaanden in de gemeente, zonder 'ongetrouwd-zijn' te problematiseren. Iemand mailde mij ooit zich ongemakkelijk te voelen als de indruk wordt gewekt als zouden alleenstaanden zelig zijn. Je kunt te weinig, maar kennelijk ook te veel aandacht geven aan vrijgezellen en het onge-

trouwd zijn problematiseren, zo niet stigmatiseren. Zie de alleenstaanden niet voorbij, maar zet ze vooral ook niet te zeer in de schijnwerpers.

Ook binnen het huwelijk komt veel eenzaamheid voor. Vaak heeft dat te maken met slechte of verstoorde communicatie. In het boekje van Gary Chapman 'de vijf talen der liefde' worden behartigenswaardige opmerkingen over communicatie gemaakt.

Een intense verbondenheid met je mobiel of PC kan een oorzaak van vereenzaming zijn. In bus en trein had je vroeger kwetterende mensen, tegenwoordig alleen nog maar twitterende en appende mensen om je heen. Een echtgenote vroeg op een dag haar man of hij wel in de gaten had dat hij de hele dag met wildvreemden in gesprek was, terwijl hij nauwelijks nog met zijn eigen gezinsleden sprak. Altijd en overal hadden de vreemden voorrang.

Laten we ook niet onderschatten de velen binnen de muren van de kerkelijke gemeente die game-, of pornoverslaafd zijn, of beide, met alle gevolgen van dien.

Eenzaamheid is 'de volksziekte van deze eeuw'. Maar er valt vanuit bijbels geloof en perspectief gelukkig meer te zeggen. Er is doen aan. De oplossing ligt dichtbij en is bovendien kostenloos.

Het maakt verschil waar je woont. In een stad of in een dorp. In de stad ben je veel meer anoniem. Veel stadsbewoners kennen hun burens soms niet of nauwelijks. Je kunt weken dood in huis liggen zonder gemist te worden. Zoiets kan trouwens tegenwoordig ook op het dorp. Maar daar kennen we elkaar over het algemeen nog. Zeker als je behoort bij het autochtone deel van de bevolking. Echter, ook het dorp is niet meer wat het was. Steeds meer neringdoenden sloten hun deur. De bakker, de

melkman, de kruidenier verdwenen uit het straatbeeld. Postkantoor en bankfiliaal volgden. Daarmee verdwenen ook de plaatsen waar mensen elkaar ontmoeten.

De verzakelijking van het leven, de schaalvergroting, de automatisering, de digitalisering en straks ook de robotisering dragen in belangrijke mate bij aan de groei van het fenomeen 'eenzaamheid'.

Tot nu bleef ziekte ongenoemd, terwijl dat ook een belangrijke oorzaak van vereenzaming kan zijn. Vooral wanneer ziekte chronisch is of werd.

RUST

Als in de moeite van dit leven ik rusteloos wordt voortgedreven omdat mijn hart niet buigen wil dan is 't in mij zo leeg, zo kil.

Dan kan ik al mijn bange vragen en noden niet aan Jezus klagen, Die rust wil geven in de smart door d' onderwerping van het hart

Wees stil dan toch, mijn ziel wil bukken.

Geef u in al uw ongelukken gehoorzaam over aan Gods wil; zo krijgt u vreê en 't hart wordt stil.

Ik zie voor mijn geloofsoog rijzen het kruis van Christus. 'k wil Hem prijzen.

Hoe gaf Hij van zijn liefde blijk. O, word ik toch Zijn beeld gelijk.

Een zoete rust mag ik ervaren, nu ik op Hem alleen mag staren en stil mag zijn in al mijn leed omdat mijn God het beter weet.

Wie klaagt dat hij niemand ziet, moet een stukje zelfonderzoek niet nalaten. Er zijn zieken bij wie we graag op bezoek komen. Ze hebben altijd wel iets goeds te zeggen. Bij anderen komen we minder graag. Dat zijn vooral de lijdens aan het zgn. 'arme-ik-syndroom'. Ze zijn steeds weer slachtoffer. Ze hongeren naar aandacht en stoten daardoor juist af. Zelfmedelijden voedt pessimisme en het vereenzaamt. Nog lastiger wordt het wanneer mensen vastraken in wrok en wrevel, in boosheid en teleurstelling, in jaloezie, cynisme en verbittering. Dat alles werkt als een katalysator in het proces van vereenzaming.

De uitdaging is: hoe krijg je die negatieve stemming (weer) positief? Het is een kunst om verwachtingen bij te stellen.

'Alles is veel voor wie niet veel verwacht', aldus de dichter J.C. Bloem (1887-1966) in 'Domweg gelukkig in de Dapperstraat'. Wie veel van anderen verwacht komt altijd tekort.

Het kan geen kwaad te denken aan de velen die het zo veel minder hebben dan wij: dak- en thuislozen, de velen die in deze wereld verstoken zijn van comfort en goede medische voorzieningen. Tel je zegeningen. Paulus houdt de

Thessalonicenzen voor dat zij zich moeten oefenen om onder – en niet voor – alle omstandigheden God te danken, 'want dat is de wil van God in Christus Jezus over u' (2 Thess. 5:18). Zouden naargeestige gedachten, eenzaamheidsgevoelens niet moeten vluchten wanneer we beide ogen op de Heere Jezus Christus slaan? Dat werkt – met eerbied gezegd – als een multivitamine.

Niet alleen fysieke ziekte kan vereenzamen. Psychische ziekten en dementieziekten doen dat nog veel meer. In dat geval lopen twee mensen risico om te vereenzamen, omdat hun werelden niet meer synchroon lopen. Ze leven steeds meer in twee aparte werelden.

Maar de ergste eenzaamheid wordt ver-

oorzaakt doordat we leven in onvrede met onszelf.

Handvatten:

Mensen zijn sociale wezens.

We kunnen vaak niet met elkaar, maar ook niet zonder elkaar.

Ken de oorzaak, maar ook de 'oplossing'. Negeer eenzaamheid niet (Matth. 25:35-36).

Ds. J. Belder

Harskamp

Ecce Homo (Zie, de Mens).

Zij ploegden Uw gerekten rug
En teisterden de murwe lend'nen.
Och God, zal dit torment (deze storm) nooit enden?

Zal nooit de hoofdman, met zijn stug

Gelaat, `t gezwiep der zweepen keeren?

Zien zij dan niet, dat zij verwoed
Staan in den regen van Uw bloed,
En glibberen in `t bloed des Heeren?

Zóó, met de scherpe doornenkroon,

Hoogwaardige, hebt Gij den hoon
En dollen haat van `t volk ontvangen.

Woest staken ze U de vuisten toe.
Och Heer, van smart en zonden moe,
Strek ik mijn hande` in groot verlangen.

Willem de Mérode.

(uit "Verzamelde gedichten", Baarn 2001)

Het leven

Christus geeft het leven aan dode zielen. "Voorwaar, voorwaar zeg Ik u: de ure komt, en is nu, wanneer de doden zullen horen de stem des Zoons Gods, en die ze gehoord hebben, zullen leven" (Johannes 5 : 25)

De zielen van de onbekeerden onder u zijn net zo dood waar het goddelijke zaken betreft, als het lichaam van Lazarus was voor de dingen van deze wereld.

In ieder onbekeerd hart heerst de doodsstaat volledig. Dit is niet louter een wijze van spreken. Het is geen figuurlijke dood, maar een werkelijke dood – net zo echt als die van Lazarus. Uw oog is blind voor goddelijke dingen – uw oor hoort ze niet – uw hart voelt ze niet .

De stem van Jezus doet de dode ziel ontwaken. Jezus spreekt door de Bijbel – door Zijn dienstknechten – door Zijn Voorzienigheid. Zijn stem kan de doden bereiken. Hij maakt levend wie Hij wil. Zij die horen, zullen leven.

Leer hieruit dat het goed is wanneer predikanten en godzalige vrienden mensen die geestelijk dood zijn waarschuwen, roepen en nodigen.

Het schijnt sommigen vreemd toe dat wij geloven dat mensen geestelijk dood zijn en wij hen toch waarschuwen, roepen, en nodigen tot berouw en geloof in het Evangelie.

Maar dit is precies de manier waarop Jezus handelde met de dode Lazarus; en de manier waarop Hij het nog steeds doet met dode zielen. Juist door deze waarschuwingen, oproepen en nodigingen spreekt Jezus tot uw dode harten. Allen die hier zijn behouden hebben de stem van Christus gehoord toen zij nog dood waren. De godvruchtigen onder u moeten volharden in het oproepen en

waarschuwen, zelfs al schijnen uw vrienden net zo dood als Lazarus te zijn.

Leer waar u moet zoeken naar geestelijk leven. De dode Lazarus werd niet opgewekt door de stem van Maria of Martha, noch door de stem van de Joden. Zij konden de steen wegnemen, maar meer konden zij niet doen. Zij konden de dode niet levend maken.

Het was de stem van Immanuël – van Hem die het Leven is van allen die leven. Zo is het nog steeds, geliefde vrienden. Zijn stem alleen kan u doen ontwaken. Mijn stem kan dat niet doen, noch die van uw liefhebbende Marth's en Maria's – het moet de stem van Jezus zijn, anders zult u verder slapen en in uw zonden sterven; en waar Christus is heengegaan zult u dan nimmer komen.

De stem van voorgangers heeft reeds menigmaal in dit huis en in uw oren geklonken, en u hebt voortgeleefd in de zonde. Maar wanneer de stem van Christus spreekt door het Woord, dan zult u opstaan en alles verlaten en Hem volgen.

Uit : "Troost in verdriet" van Robert Murray Mac Cheyne



Een troost.....

...in de wetenschap alleen te zullen zijn. (2)

Misschien moeten we in veel van onze pijn toch alleen zijn. Het zou een grote troost voor ons zijn als we een hand konden vast houden. Het zou zelfs troosten als we voelden dat ons steunen of zuchten werd opgevangen door een meevoelend oor, en een echo opriep in een medelijdend hart. maar zo is het niet; we zijn alleen. Laat ons dan zeggen : 'Ik ben, op geringe wijze, gelijk geworden aan wie Gij waart, o mijn Heere.' Jezus was vaak alleen, zonder genegenheid, en in de eenzaamheid van het niet begrepen worden. Reken er op dat, hoe weinig medeleven u ook mag ontvangen, u altijd nog meer ontvangt dan Hij ontving; hoe vaak u ook verkeerd begrepen bent, u bent niet zo vaak verkeerd begrepen als Hij. U mag wel vaak tegen uzelf zeggen : 'Ben ik niet veel beter af dan U was, mijn Heere?' En Jezus zal u toelaten één met Hem te zijn. Hoewel we de diepte van de vele vormen van Zijn lijden nooit kunnen invoelen, kunnen we wel gemeenschap hebben aan de 'aard' van dat lijden; en op deze wijze in gemeenschap te zijn met Hem zal het eenzame uur op doen lichten.

Maar *alleen zijn* betekent niet noodzakelijk *eenzaamheid*. We kunnen er niets aan doen dat we alleen zijn; de omstandigheden waarin we geplaatst zijn maken dat waarschijnlijk noodzakelijk. Maar veel van onze gevoelens van eenzaamheid kunnen gewoon bij onszelf vandaan komen. Jezus was in gemeenschap met God toen Hij het meest alleen was. Alleen zijn in de vreselijke zin van het woord beteken heel wat anders dan alleen zijn met God.

Bemoedig uzelf met de gedachte aan

'een tegenwoordigheid'- de tegenwoordigheid van uw Vader. En die tegenwoordigheid zult u niet hebben als Zijn stem niet tot u spreekt, en als u niet de drang voelt Zijn roepen te beantwoorden. Maar er is nog een bron, van minder hoog niveau, maar niet minder echt, waar u veel blijdschap van kunt ontdekken. Uw geest, uw verbeelding kan uw alleen zijn bevolken, en kan veel voor u doen. Op deze manier hebben veel mensen het alleen zijn zo rijk uitgerust dat men zou kunnen zeggen dat ze nooit zo weinig alleen zijn, dan wanneer ze alleen zijn. Het hoeft niet zo te zijn dat ons ziekbed, de bank of de stoel de enge begrenzing van onze levenssfeer betekent. We kunnen ze in een ogenblik verlaten; we kunnen ze ver achter ons laten. Natuurlijk wordt ons lichaam in die kamer der zwakheid vastgehouden; maar we zijn niet slechts ons lichaam. We bezitten datgene was ons huidige verblijf kan bevolken, waar we alleen kunnen zijn met de hoop, de gedachten en de wezens van het andere leven. Net als alle andere dingen is onze verbeelding er om gebruikt te worden. Geheiligd, en binnen haar juiste grenzen zal de verbeelding ons zegen brengen. Laten we, in onze periodes van 'alleen zijn', vaak denken aan de heilige engelen die ons omringen; aan de bezigheden en de eeuwige heilzaamheid van het land waar we heengaan. Laten we proberen te leven temidden van de bezigheden van een ander leven, ondanks dat we geen deel hebben aan dit leven. Zo kunnen we toch vele vrienden hebben. Zo hoeven we nooit zonder vrienden te zijn. Het zal ook een troost voor ons zijn als

we kunnen zien dat dit alleen zijn een hele goed staat kan zijn. We zullen nooit het geluk vinden in een situatie die we door zijn aard weloverwogen beschouwen als verstoken van het goede. Nu dan, er is ook vaak hemelse hulp in

ons alleen zijn. Er is zoveel, dat onze Vader Zijn kinderen vaak alleen plaatst zodat ze geholpen kunnen worden.

P.B. Power, in : "Een troost voor zieken."

De Opgestane!

Dat Jezus Christus uit de doden opgestaan is, is geen allegorie en een symbool, maar werkelijkheid. Daar lag Hij, dood – dat kunnen vriend en vijand getuigen – een lichaam dat geschikt was om aan het graf toe te vertrouwen. Raak Hem aan en zie. Het is dezelfde Christus, die u in uw leven gezien hebt. Hij is het en niemand anders. Kijk in die ogen. Zijn er ooit zulke ogen in een mens geweest? Zie Hem! U kunt de indruk van smart op Zijn gezicht zien. Is er ooit een gezicht zo geweest als het Zijne, waarop de tekenen van de smart te lezen waren? Dat is de Keizer van ellende, de Vorst van alle rouwdragenden, de Koning van smarten! Daar ligt Hij, onmiskenbaar Dezelfde. Nu, let op de tekenen der nagelen. Daar ging het ijzer door die gezegende handen. Daar werden Zijn voeten doorboord. Daar is de steekwond die het hartzakje blootlegde en het hart in stukken stak en het wonderlijke bloed en water uit Zijn zijde deed komen. Hij is het, dezelfde Christus!

Het feit dat onze Heere opgestaan is, heeft niet alleen vertroostende elementen met betrekking tot Hem, maar wij moeten bedenken dat het de waarborg is dat een ieder van ons die in Hem gelooft zelf zal opstaan. In de eerste brief aan de Korinthiërs hangt de apostel de hele bewijsvoering van de

opstanding van het lichaam aan deze ene vraag: Is Christus uit de doden opgestaan? Zo ja, dan moet al Zijn volk met Hem opstaan. Hij vertegenwoordigde Zijn volk, en daar de Heere en Zaligmaker opstond, moeten al Zijn volgelingen opstaan. Stel vast dat Christus opgestaan is en u hebt vastgesteld dat allen die in Hem zijn en naar Zijn beeld veranderd zijn ook moeten opstaan.

"Komt, ziet de plaats waar de Heere gelegen heeft", om de overwinning op de dood te vieren. Als Mirjam bij de Rode Zee zong, mogen we ook bij Jezus' graf zingen. Als zij zei: "Zingt de Heere, want Hij is hogelijk verheven:, zullen wij dan niet hetzelfde zeggen? Als het hele leger van Israël met haar uitgang, de vrouwen met reien en de sterke mannen met hun stemmen om te zingen, laat geheel Israël dan nu uittrekken en de Heere zegenen en loven, zeggende: "O dood, waar is uw prikkel? O graf, waar is uw overwinning?" De plaats waar Jezus lag, heeft ons dat gezegd :

"Tevergeefs is de wacht, de steen, het zegel!

Christus heeft de poorten van de hel verbrijzeld!"

Laten we Hem ter ere zingen en Hem alle lof geven!

Uit : De opstanding, C.H. Spurgeon.

WONEN (2)



Verhuizen

Dit onderwerp is een vervolg op vorige maand. Toen hebben we op een rijtje gezet welke mogelijkheden er in Nederland zijn voor ouderen die de overstap naar een andere woning willen maken.

Maar ... zo'n stap heeft vaak een grote impact. Weggaan uit een huis vol herinneringen. De buurt verlaten waarin u iedereen en alles kent. We zouden zeggen: verhuizen is een verdrietige gebeurtenis. Toch wijst onderzoek uit dat verhuizen op latere leeftijd vaak goed uitpakt. Ik hoor zelfs regelmatig senioren zeggen: hadden we dit maar eerder gedaan!. Waarom vinden we verhuizen dan toch moeilijk? Veel mensen zien op tegen de rompslomp. Dit is ook wel begrijpelijk. Want bijna altijd gaat men kleiner wonen. Aan de andere kant: de kinderen zijn de deur uit, dus het huis is te groot. De burens met wie we het fijn hadden zijn verhuisd. De winkels in de buurt zijn verdwenen. Als we op een gegeven moment de knoop doorhakken en verhuizen, zijn we vaak enorm opgelucht. Zeker als dat naar een woning is waarin we de rest van hun leven kunnen blijven wonen.

Al hadden we het misschien niet verwacht, we zijn veerkrachtiger dan we denken. De meesten mensen zijn namelijk snel gewend aan hun nieuwe omgeving. Ik adviseer dan ook om niet te lang te wachten om over het onderwerp verhuizen na te denken. Zeker als u in een woning woont die te groot is of echt niet geschikt is om in te leven als we gebruik moeten maken van een rollator of misschien wel een rolstoel. Of u woont in een buurt die echt niet prettig is voor oudere mensen. Zoals ik vorige maand

al schreef, praat er met iemand over. Met een persoon die u vertrouwt, die u begrijpt, waar u een goed contact mee heeft. U hoeft zeker niet direct te besluiten, maar erover praten helpt. De ander geeft u weer nieuwe inzichten, komt misschien wel met een goed advies of zet u aan het denken. Het wordt namelijk pas echt pijnlijk als u, bijvoorbeeld vanwege uw gezondheid, noodgedwongen moet verhuizen. Dan heeft u niets meer te kiezen. Dit kunt u voorkomen door tijdig erover na te denken en besluiten te nemen.

U kunt bijvoorbeeld uzelf de vraag stellen: wat vind ik belangrijk met betrekking tot het wonen? Sommigen van ons voelen zich prettig op het platteland, dichtbij de natuur of de zee, anderen houden meer van de levendigheid in de stad. De één voelt zich fijn in een klein, compact appartement, de ander houdt van meer ruimte om zich heen.

Bij de keuze voor een seniorenwoning of een appartement spelen veiligheid en gemak uiteraard een rol, al zeg ik altijd wel: maak het uzelf niet te gemakkelijk. Als u alle obstakels weghaalt, wordt u sneller oud. Zoveel mogelijk actief blijven is 'goed voor lijf en leden'. Een stofzuiger kun u ook zien als een fitnessapparaat. Fysieke uitdaging zorgt ervoor dat u in beweging blijft. Maar het is wel fijn als u weet: mijn nieuwe woning/appartement biedt me wel de veiligheid die ik nodig heb. Zo nodig kunt u hulp aanvragen of zelf regelen. En ook niet onbelangrijk: ga op zoek naar een plek waar u zich thuis voelt en waar u aansluiting kunt vinden bij mensen in uw omgeving.'

Ik las ergens: mensen zijn tot op heel hoge leeftijd in staat om nieuwe vriendschappen te sluiten. Mooi is dat! Het is

dus zeker zinvol om te zoeken naar mensen waarbij u zich prettig voelt en een sfeer die vertrouwd is. Wat heel logisch is: om de stap tot verhuizen te zetten hebben we tijd nodig. Neem deze! En bent u al een fase verder en wilt u tips ter voorbereiding op een verhuizing? Kinderen die hun ouders helpen verhuizen, zijn soms geneigd om ze – ook vanwege de tijdsdruk – alles uit handen te nemen. Dat is jammer en niet nodig. Aan de andere kant: heel fijn dat ze u helpen! Maar met een ruime plan-

OPSTANDING

Op vrijdag legden ze Hem in het graf op de sabbat rustte Hij daar op zondagmorgen stond Hij op Zijn aardse werk was nu klaar.

Maria uit Magdala ging heel vroeg naar het graf van Jezus heen maar Hij was niet in de rots naast de ingang stond de steen.

Nadat zij de discipelen het vertelde vertrok zij weer naar de hof wenend trok zij zich terug ze hield zich vast aan haar geloof.

Een man kwam aangelopen tot haar vreugde was het de Heer raak Mij niet aan Maria Ik ga nu naar de hemel maar kom weer.

Vertel aan Mijn discipelen dat Ik ze in Galilea verwacht vol vreugde ging Maria heen bracht de boodschap met grote kracht.

Anita den Boer – Kosmeijer

ning heeft u de tijd om zelf keuzes te maken. Gaat dit kastje wel of niet mee? Zo houdt u de regie over hun eigen leven. Sommige senioren maken een fotoboek van alle dierbare plekjes in hun oude huis. Een ander kiest voor een iets uitgebreidere versie. Allerlei verhalen wordt erbij geschreven. Zo mooi om er later nog weer van te genieten! En ook met anderen kunt u dan uw vroegere leven delen. Daarmee kunt u mensen laten zien hoe u er eerst woonde, hoe u leefde. Dankzij zo'n boek(je) ziet de nieuwe omgeving u niet alleen als de 85-jarige mevrouw die in een rolstoel zit en slechthorend is.

Het is ook goed om alvast na te denken wat u mee wilt nemen. Veel mensen vinden het fijn om in hun nieuwe huis vertrouwde spullen om zich heen te hebben. Maar dit verschilt per persoon. Mocht u nu of in de toekomst kiezen voor een verhuizing, dan nog een tip. Houd uw vaste ritme vast. Bent u gewend om op maandag naar de mannenvereniging te gaan, blijf vooral lid van deze vereniging of zoek iets dicht bij u in de buurt.. Dit geldt natuurlijk ook voor de gymgroep of de creatieve ochtend. Een belangrijk iets voor in ons aller leven is: zoek activiteiten die zorgen voor zingeving. Ik heb over een meneer gelezen die een heel slechte gezondheid had, maar hij kon nog wel lezen. Iedere dag las hij de



krant voor aan zijn buurman die slechtziend was. Daar kwam hij z'n bed voor uit. Dat is de essentie: zorg dat er dingen blijven waar u uw bed voor uitkomt. Verhuizen of blijven wonen ... het zijn vaak geen gemakkelijke keuzes. Vraag advies, vraag hulp! Maar we mogen toch ook weten dat we al onze dagelijks vragen ook een plaats mogen geven in ons gebed. De Heere wil ook hierin onze Leidsman zijn.

Met een vriendelijke groet,
Marianne

Colofon

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. A. Snoek,
PKN (hervormd), Kesteren
Ds. J.P. Boiten, eindredacteur,
Christ. Geref., H.I. Ambacht

Eindredacteur:

Ds. J.P. Boiten, Antoniuslaan 53,
3341 GA Hendrik Ido Ambacht,
Tel. 078 200 05 12
Tevens adres voor kopij.
E-mail : j.p.boiten@solconmail.nl

Medewerkers:

Ds. J. Belder,
PKN (hervormd) Harskamp
Mevrouw M.A. Tanis,
Christ. Geref., Goedereede
Dr. A.A. Teeuw,
PKN (hervormd), Ridderkerk

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.net