



MEDITATIE

Een zegenbede

“De Heere nu des vredes Zelf geve u vrede te allen tijd, in allerlei wijze. De Heere zij met u allen.”

2 Thessalonicenzen 3 : 16

We hielden in IJzendoorn een drietal preken uit de tweede Thessalonicenzenbrief. We sloten af met een fijne preekbespreking met onze jongeren, samen met enkele ouder(s)(en). De laatste tekst uit die brief, voordat Paulus met zijn handtekening en zegengroet de brief afsluit, gaf ik mee aan de gemeente de vakantiemaanden in. Als wens en bede. Maar daarbij dacht ik vooral aan ouderen en chronisch zieken, die niet op vakantie kunnen. Aan hen die door verdrukkingen ingaan in het Koninkrijk van God. Daarover schrijft Paulus in het eerste hoofdstuk van zijn brief. En toch sluit hij zijn brief af met een troostrijk woord van Vrede.

Vrede

De Heere van de vrede Zelf moge u voortdurend vrede geven. Hoor hier in dat de bron van vrede bij God ligt. Verlang ook naar die vrede, die van God is. Zoals het volk Israël mocht horen van de priesters Aäron en zijn zonen (Num.6:26). Met de zegen van God moesten zij het volk zegenen: ‘De Heere verheffe Zijn aangezicht over u, en geve u vrede’. Wij mogen die vrede iedere zondag ontvangen als gemeente van Christus. Die vrede wens ik

u en jullie. Vrede die op aarde kwam, doordat onze Zaligmaker geboren is en daarmee in onze zondige wereld en levens wilde komen. Jezus alleen kan dus echte vrede in onze harten geven. Want Christus kan en wil de zonden vergeven en ons vrijmaken van de gevangenschap in de macht van de duivel en zonden. Jezus Christus neemt dus de oorzaak van onvrede weg en is de bron voor ware vrede.

U zoekt toch naar die vrede? Stel u niet gerust met een leven waarop het nog goed gaat voor het uiterlijk alleen. Bid jij ook om die rust in je leven dat de vrede van God in jouw hart woont? Dat is de vrede die ik u en jou wens en waarvoor ik bid, vooral in een periode als we voor het dagelijks leven meestal wat rust elders zoeken. Ja, het is goed dat we op een andere plaats zoeken, namelijk bij de Heere. In Spreuken 8-9 van Salomo is te lezen dat we de rust en het echte leven moeten zoeken en zullen vinden door naar de stem van de hoogste Wijsheid te luisteren en Hem in geloof te gehoorzamen. Goud en zilver en edelstenen geven geen



gevoel van vrede. Daarvan geldt het spreekwoord 'het bezit van de zaak is het einde van het vermaak.' De vrucht van die Vrede is een erfenis die blijvend is. Maar het is mij goed, mijn zaligst lot nabij mijn God te zijn.

Op allerlei wijze

Wij wensen u voortdurende vrede. Niet het ene moment wel en de andere tijd niet. Niet in de ene situatie wel en als de omstandigheden anders zijn niet. Paulus schreef aan de Thessalonicenzen ook volharding in geloof bij verdrukking en vervolging. En toch heeft hij het in zijn brief over deze vrede, ondanks de pijn, het verdriet, de teleurstellingen, rouw, ja voortdurend op allerlei wijze. Wij weten van en denken aan onvrede in de wereld, die er is door die verschrikkelijke oorlogen. Geweld in land waar uiterlijk vrede is kunnen wij ook bijna dagelijks lezen, horen, of meemaken. Tot in de rustige dorpen toe. Ook willen we er oog en oor

Inhoudsopgave

In dit nummer vindt u een aantal vervolgartikelen. We hopen dat ze ook op zichzelf goed te lezen zijn. In deze vakantieperiode is er vast gelegenheid om de geboden overdenkingen goed op u te laten inwerken. Om de geest nog wat op te scherpen hebben we twee sudoku's geplaatst. U kent het principe daarvan wel : de lege hokjes invullen met een getal van 1 t/m 9. Gebruik elk cijfer één keer in elke rij, elke kolom en elk vak van 3 x 3. We wensen ieder een goede vakantietijd toe. We denken bijzonder aan hen die aan huis of bed zijn gebonden. De Heere geve allen Zijn nabijheid en troost.

Ds. J.P. Boiten

en hart voor hebben dat zovelen zich in persoonlijke omstandigheden verdrukt voelen, zodat het tot moedeloosheid kan leiden. Dat kan ook in geestelijke levensvragen veel geloofsstrijd geven.

Denk dus niet dat de kerk geen aandacht voor uw moeilijkheden in het leven heeft. God houdt Zijn gemeente voor hoe groot de strijd in het geloof is. Maar daartegenover belooft God Zijn vrede op allerlei wijze.

Hoe dan? God geeft een teken dat Hij u en jou het Koninkrijk van God waardig acht (1:5) U en jij bent van waarde voor Hem als het door veel verdrukking en vervolging heen gaat. Door verlichting te geven (1:7) laat God toch weten dat Hij van ons afweet.

Op een andere wijze geeft Hij vrede door tot ons te spreken. Mag u en jij opmerken dat de woorden van de Heere Jezus waar zijn? Ik ben met u al de dagen tot aan het einde van de wereld. Mijn vrede geef ik u, Mijn vrede laat Ik u. Hij spreekt dan ook waarschuwend en diep ernstig als we ons door de dwalingen en goddeloosheid laten misleiden en laten meeslepen. Maar uiteindelijk en met een doel van vrede spreekt Hij tot ons door ons te wijzen op wat nu uiteindelijk de afloop van ons leven is, als we standvastig blijven in het geloof (2:14). Het zijn niet alleen woorden van God, want Paulus noemt het ook echt een innerlijke werking van de Heilige Geest. Hij wil ook uw harten vertroosten (2:17). Het is dus een vrede die het hart vervult met de vertroosting van de Heilige Geest. Geen geloofsleer, maar een geloofsleven. Een opdracht geeft Paulus de gemeente ook mee. Ik doe dat ook aan u. Leef dan ook op de liefde van de Heere Jezus Christus gericht (3:5) en niet in een ongeregeld slordig zondig leven, want dan verdwijnt de vrede.

Moge de Heere uw bewaren in Vrede.

IJzendoorn, ds. L. Hak

Waar is Jezus? (4)

In het huis van Simon.

(Kol. 3:17)

Nadat Jezus in Nazareth is verworpen gaat Hij naar Kapernaüm. Een wandeling van ongeveer 30 kilometer. Daar geeft Hij op de sabbatdagen onderwijs. In de synagogen brengt Hij het evangelie van het Koninkrijk van God. Jezus staat op uit de synagoge en gaat in het huis van Simon, Lukas 4 : 38. Jezus' heerlijkheid komt in het alledaagse leven!

Ergens las ik : de ware godsdienst openbaart zijn grootste wonderen rondom de open haard. Jezus gaat in het huis van Simon. Zijn schoonmoeder ligt er ziek. Zij heeft hoge koorts. Zij kan Jezus niet dienen, want zij heeft de bediening van Christus eerst nodig. Ze ligt hulpeloos op bed. De koorts steekt haar lichaam aan met een brandende hitte. Velen worden voortgedreven door de koorts van een brandend verlangen naar de zonde. Van nature zijn we er allen mee bevangen. Dan kun je de Heere niet dienen. De zondaar heeft er ook geen zin in. Als dat zo blijft, wordt het je noodlottig. Want die gezondigd heeft, wil doorgaan met zondigen. Zien we ons beeld in deze zieke moeder?

Wat te doen in deze situatie? De discipelen van Jezus bidden Hem om hulp. Als mensen kunnen ze haar niet helpen, maar bij Jezus is genade. Gaan we deze weg? De Heere smeken om uitkomst, voor een stervende ziel! Jezus is nabij, om Zijn genezende aanraking, Zijn zaligmakend woord te verwachten. Dat is niet tevergeefs. En Jezus, "staande boven haar, bestrafte de koorts." Jezus

is gericht op deze zieke vrouw, met Zijn autoriteit. Hij bestrafte de koorts. Dat is een andere geneeswijze dan bij 'gewone' artsen. Jezus geneest met gezag. Het wonder gebeurt: zij wordt bevrijd van de koorts en direct dient zij hen. Met haar genezing komt de kracht en lust om te dienen.

We hebben de zegen van Jezus' machtswoord nodig voordat we Hem en de Zijnen kunnen dienen. Eerst van Hem ontvangen, om dan je leven aan Hem te wijden. Dan wordt het een vreugdevolle sabbat!

Na dit wonder komen er velen om door Jezus te worden genezen. In Nazareth werd Jezus uitgeworpen, maar hier komen velen naar Hem toe.

In de synagoge van Nazareth had Jezus uit Jesaja het beginselprogramma van Zijn werk gebracht: "Heden is deze Schrift in uw oren vervuld." Kapernaüm is de eerste plaats waar Zijn beginselprogramma wordt toegepast. Zoals Elia werd gezonden naar de weduwe van Sarfat, zo komt Jezus in het huis van Simon bij zijn schoonmoeder.

Kapernaüm betekent: dorp van Nahum. In de profetie van Nahum gaat het over de ondergang van Ninevé, de verzamelplaats van alle anti-israëlitische krachten ter wereld. Nahum mag in die ondergang een troostvol vooruitzicht zien voor Israël. Zo mogen we de diepere betekenis van de genezing van de schoonmoeder van Petrus verstaan: in dit wonder ligt de garantie voor het



behoud van Israël. Wat bemoedigend voor alle zieken en zij die in nood zijn: Jezus gebruikt Zijn Goddelijk gezag om te behouden. Door de strijd en crises van deze tijd heen werkt de Heere aan Zijn overwinning. Dat is genade. Zoals

in de naam van de profeet is aangegeven want Nahum betekent : trooster. Het is de troost van Christus, Die uw krankheên kent en liefderijk geneest!

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

Filippenzen 4:4-7

“Wees in geen ding bezorgd” (deel 2).

Er zijn onder ons mensen die hier ook van mee kunnen praten en voor wie dat een levende werkelijkheid is: “`k Zal Zijn lof, zelfs in de nacht (en er is veel nacht in ons leven), zingen daar ik Hem verwacht; en mijn hart, wat mij moog` treffen, tot de God mijns levens heffen” (Ps. 42, berijming 1773). Maar zelfs zij hebben daar op andere momenten niet de vrijmoedigheid voor. Dat is als wij zoveel zorgen hebben en ze vliegen ons aan. Dat is als er zware, zwarte wolken komen overdrijven.

“Wees in geen ding bezorgd”, dat betekent niet, dat wij geen zorgen hebben. Zorgen hebben hoort bij onze dagelijkse plichten. Dat hoort bij ons werk. Dat zou dwaas zijn als wij zouden zeggen: “Ik? Ik maak mij nergens druk om”. Want het hoort bij onze roeping waar wij mee door God geroepen om voor tientallen dingen te moeten zorgen iedere dag. “Wees in geen ding bezorgd”.

Wat dat wel betekent is: dat je je niet bezorgd of zelfs overbezorgd over de dingen moet **maken**. De laatste verantwoordelijkheid is van ons afgenomen. Wij leven niet voor onze eigen rekening meer. De **last** van ons leven en de **schuld** van ons leven **is** in onze plaats

gedragen. Dat maakt onze ziel vrij: als daaruit alle bezorgdheid en ook alle onbestemde angst is weggenomen.

Maar dat zit zo diep in ons, mensen. De angst voor het leven en de angst voor de dood. En de angst voor God en de mensen. En de angst voor wat je niet de baas bent omdat het te groot voor je is. En je diepste zorg is je zorg om je zonde en dat je niet God gehoorzaamt, maar in het donker van een trieste leegte staar je.



Paulus houdt hier niet een gemakkelijk praatje. Hij is geen theoreticus die vlot allerlei raad in het rond strooit.

Zo spreekt hij bijv. over de zorg die hij heeft voor al zijn gemeenten. Dat is moeilijk, maar wel nodig, dat een ouderling en een dominee wel eens wakker ligt over hoe de werkelijkheid in de gemeente nogal eens afwijkt van hoe het “naar de eis van het heiligdom” daar zou moeten zijn. Dan bidt hij net als de profeet voor zijn volk: “Heere, Heere! vergeef toch; wie zou er van Jakob staande blijven, want Jakob is klein!” (Amos 7:2).

Zo liggen wij allemaal wel eens wakker van de kokende pot die de wereld is geworden en van onze kinderen die nog zo een verre reis door de wereld moeten maken.

Christus volgen is vooral: te bidden. En een beroep op Hem doen, met Zijn eigen woorden. Hij bidt ze voor en wij bidden ze na. "God, hier ben ik. Met wat mij kwelt en met wat mij knecht. Ik kan het niet dragen, maar U kunt het wel".

En teveel wordt het Hem nooit. Dat zegt ons dat "In alles". "Maar laat uw verlangen in alles bekend worden bij God". "Door bidden en smeken, met dankzegging". Dat staat haaks op de mentaliteit van ons, moderne mensen. Vooral dat "smeken". Wij denken het zelf wel te redden. Wij zette ons schrap. Wij willen geen bedelaars zijn.

Maar dan wordt de werkelijke kwestie niet opgelost. De werkelijke kwestie is dat de vrede en de harmonie in ons hart en in de wereld niet door ons tot stand kan worden gebracht. Maar die vrede en die harmonie en dat de storm gaat liggen en je ziel een stil water wordt, kunnen wij alleen maar als een bedelaar ontvangen. "Heere, help mij!" Weet u wie er aan het hoofd van de bedelaars staat? Dat is Jezus zelf. Al onze wonden, schulden en beschadigingen moeten wij maar naar Hem toeschuiven. Om het vervolgens aan Hem over te laten wat Hij met onze zorgen en verlangens zal doen.

"Met dankzegging". Je bidt en je dankt tegelijk. Nee, je dankt in zekere zin al vooraf. Is dat waar? Komt ons gebed pas na de verhooring? Maar hoe kan dat? Dat kan om de gave van God aan ons in Christus Jezus. Hij is van God aan ons het eigenlijke en het grootste geschenk. In Christus ligt het gegarandeerd dat ons gebed wordt verhoord. Gelukkig doet God niet altijd wat wij

vragen. God doet het anders meestal. Maar niet minder, maar wel meer en beter. Hij doet alles medewerken tot ons bestwil, ook als God met onze zorgen en wensen wel eens een kant opgaat die ons niet bevalt.

Maar Hij stuurt op onze vrede aan. Vrede, harmonie en tevredenheid geeft Hij ons in het hart, zodat onze zorgen ons niet gaan beheersen en ten onder doen gaan.

Die vrede, is dat een gevoel? Dat is soms zo. En dat is heerlijk. Maar dat is ook wel eens niet zo. Maar dan is er toch vrede. Niet vooral als een gevoel, maar m.n. als een stand van zaken. Vrede doordat Christus met God vrede voor ons gemaakt heeft, doordat Hij Zijn kostbare bloed er voor heeft gestort.

Dan is er geen wrok meer en geen onrecht. Gods toorn is gestild.

"De bergen zullen vrede dragen, de heuvels heilig recht". Alles zal vol zijn van de kennis van de liefde van Christus. Niemand is daar meer ziek. Je schuld is vergeven. En de leeuw eet daar stro als een rund. En een zuigeling strekt, om er mee te spelen, daar zijn hand uit naar het nest van een slang. "En de vrede van God, die alle verstand te boven gaat, zal uw harten en uw gedachten bewaken in Christus Jezus". "Bewaren" doe een ding. Bewaren doe je een voorwerp dat je lief is. Een ketting of het Bijbeltje dat je ooit van de zondagsschool kreeg. Maar bewaken doe je een mens.

Ieder ziekenhuis bijv. heeft een intensive care waar de verpleegkundigen 24 uur in een dag om beurten bij hun patiënten waken. Zo is het in het geestelijke met Israëls Wachter die niet sluimert noch slaapt.

Maar er zit in dat "bewaken" ook wel iets strengs. Bij "bewaker" moet je niet alleen maar aan een lieve verpleegkundige denken, maar ook aan een cipier

die op de gevangenen let. Onze harten en gedachten moeten in de gaten worden gehouden en in bedwang gehouden.

Juist als wij verlost zijn hebben wij nog een levenslange strijd met ons driften en met onze kwade zinnen.

Maar over onze harten en zinnen en ook over alles wat ons steeds nog doet strijden (met onszelf allermeeft), waakt God als een trouwe Wachter. Geborgen liggen wij in Zijn handen en bevinden wij ons in Zijn hart. Anders zouden wij onbeschermd en ongelukkig leven. Maar wij zijn verblijd, ook al in de tijd dat wij hier nu nog leven. In Zijn hoede zijn wij wel geborgen. "En de vrede van God die

alle verstand te boven gaat zal onze harten en zinnen bewaren in Christus Jezus".

"Verblijdt u in de Heere, wederom zeg ik u: Verblijdt u". Straks zal er geen zorg en geen ziekte en geen honger en angst en geen dood meer zijn, omdat God alles en in allen zal zijn.

Laat er niemand van ons achterblijven. De eindeloze vrede; die blijft over.

"Nee", zo zegt vers 9 ten slotte, "De **God** van de vrede; die blijft over. En de God van de vrede zal met u zijn!" Amen.

Ds. J.A.H. Jongkind

Het geknakte riet (1)

Het geknakte riet zal Hij niet verbreken, de uitdovende vlaspit zal Hij niet uitblussen.' (Jes. 42:3)

De woorden van deze tekst zijn beroemd geworden. De ouderen kennen ze nog wel in de taal van de oude Statenvertaling: 'Het gekrookte riet zal Hij niet verbreken, en de rokende vlas-

wiek zal Hij niet uitblussen.' 'Gekrookt' is een woord dat we niet meer gebruiken. Het betekent gewoon 'geknakt'. Bij de woorden 'het geknakte riet' dacht men aan een rietstengel die geknakt was maar nog net niet gebroken.

De geknakte rietstengel die net niet in tweeën gebroken was werd het beeld voor de twijfelende aangevochten gelovige, die graag over Jezus hoorde vertellen, maar die maar niet kon geloven dat wat Jezus gedaan had wel voor hem was. 'Is het wel voor mij?' was de vraag die hem bleef kwellen.

En als Jesaja dan over de komende Messias vertelt dat hij zo'n geknakt riet niet verbreken zal, dan kon dat de twijfelende gelovige zeer vertroosten. Zo is er ook vele malen over deze woorden gepreekt. De twijfelende gelovige kreeg dan te horen dat Jezus medelijden met



hem had en dat Hij zulke geknakte rietstengels niet in tweeën zou breken en in het vuur zou gooien maar dat Hij hen bewaren en vasthouden zou tot in het eeuwige leven.

Zo is er talloze malen over deze woorden gepreekt. Er bestaat zelfs een prekenbundel 'Het gekrookte riet' met honderdvijfenveertig preken over deze woorden. Alles om de twijfelende gelovige moed in te spreken en hem over de streep te trekken als het even kon.

Tegenwoordig lijkt men makkelijker te kunnen geloven. De vraag: 'Is het wel voor mij?' wordt weinig meer gesteld. Ook in preken horen we er minder over. Misschien is dat een verbetering. Vroeger werd de zekerheid vooral in het innerlijk gezocht. Dat men een kind van God was, moest men innerlijk ervaren. Pas dan mocht je geloven dat Jezus ook voor jou gestorven was. Misschien zijn we inmiddels beter gaan leren God op zijn woord te geloven, Gods woord dat meer zekerheid biedt dan onze innerlijke ervaring. Van dat woord mogen we zelfs zeker zijn wanneer wij niets ervaren. Dan nog mogen we met de hand op de Bijbel zeggen: HEERE, U bent mijn God.

Misschien durven we dat beter dan vroeger en zijn zulke aanmoedigende prekenbundels niet meer nodig. Of overschreeuwen we ons inmiddels een beetje en zijn we van binnen toch niet zo zeker als we wel zouden willen? Persoonlijk mis ik die vraag of het wel 'voor mij' is ook wel een beetje. Er klinkt een diep verlangen naar een innige band met Jezus in door. Het Woord mag ons zekerheid bieden maar ons hart is maar klein en van binnen zijn we vaak angstig. Dan doet het ons goed te horen over een Heiland die de geknakte rietstengel niet zal verbreken en die het walmende pitje van de olielamp niet uitknijpt. Laten wij angstige, twijfelende mensen – want dat zijn we af en toe allemaal – toch vooral op Jezus hopen die met zulke angstige, twijfelende mensen medelijden heeft, die voorzichtig met ze omgaat, ze koestert en bewaart tot in het eeuwige leven.



Tot zover deze keer over het geknakte riet. Er zijn ook nog andere dingen over deze woorden te vertellen, maar dat de volgende keer.

Dr. J. van Eck, Lexmond

Als een gespeend kind (2)

“Mijn ziel is als een gespeend kind in mij.”

Psalm 131 : 2

Overeenkomst tussen een gespeend kind en een begenadigde ziel.

Ik wil u laten zien dat er een grote overeenkomst is tussen een gespeend kind en een begenadigde ziel.

U kunt op drie manieren naar een gespeend kind kijken.

- Wat zijn de zwakheden?
- Hoe is het gespeend?
- Hoe is zijn genegenheid?

Zijn zwakheden.

Wat is zwakker dan een gespeend kind? Welk schepsel is hulpelozer en krachtelozer?

A. het kan zichzelf niet *voeden*. Als het niet gezoogd wordt, moet het voedsel krijgen. Als het de borst niet heeft, moet het de speen hebben. Het kan zichzelf niet voeden zonder de hand van de moeder of verzorgster.

Met een begenadigde ziel is dat in geestelijke zin hetzelfde. Als deze gespeend is, moet ze vaste spijs krijgen. Als ze gespeend is van de aarde, moet ze gevoed worden uit de hemel. Als ze gespeend is van de schepselen, moet ze gevoed worden uit de beloften.

Elke gelovige is van God afhankelijk voor zijn voedsel, ja voor natuurlijk brood. Daarom bidden we : "Geef ons heden ons dagelijks brood"(Matth. 6 : 11). Veel meer zijn we van God afhankelijk voor geestelijk onderhoud, voor verkwikkingen van de ziel. Want Hij heeft hongerigen met goederen vervuld (Lukas 1 : 53).

Gelovigen hebben drie bijzondere voorrechten: ze zijn uit God geboren door de kracht van het Woord. Ze worden door God onderwezen uit de geboden van het Woord. Ze worden door God gevoed uit de beloften van het Woord.

B. Een gespeend kind kan zichevenmin *verdedigen*. Een kind is veilig, als een ouder voor hem zorgt. Hoewel hij niet uit de borst wordt gevoed, heeft hij wel de armen nodig ter bescherming. Hem kan veel kwaad overkomen. Zet hem neer, laat hem alleen en wat zal er van hem worden? Hij zal mogelijk in het vuur of in het water vallen, in het een of andere kwaad .

Zo is het ook met een kind van God. Hij kan zichzelf niet bewaren, nee, zelfs geen ogenblik. Zelfs de grootste mate van genade die we kunnen verkrijgen, kan dat niet. Stel u voor dat God een

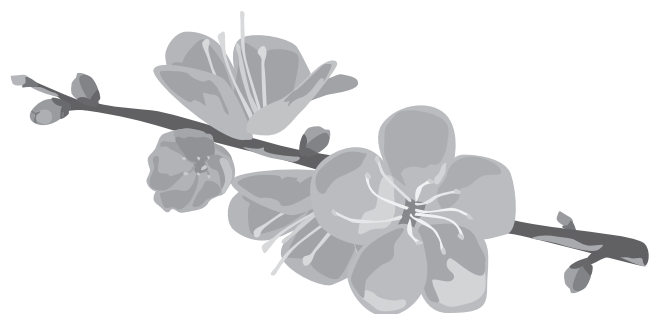
gelovige heel veel genade zou geven en hem er zelf mee zou laten handelen. Hoe spoedig zou hij dan bankroet blijken te zijn, geruïneerd worden en omkomen!

Een gelovige begint te vallen als God van hem wijkt. Om dezelfde reden zou hij voorgoed omkomen als God hem aan zichzelf zou overlaten. Dat we staande blijven en bewaard worden, is niet door iets in ons, maar door iets buiten ons, ja boven ons, namelijk door de kracht van God. Zo zegt de apostel dat wij in de kracht Gods bewaard worden door het geloof tot de zaligheid (1 Petr 1: 5). De genade die ons wordt gegeven, doet de genade in ons beklijven. He geloof grijpt de kracht van God aan om bewaard te worden en wij worden bewaard in de kracht van God door het geloof.

De stroom van genade vloeit in een christen, maar God is de bron van genade die altijd voor hem vloeit en overvloeit. Als de bron toegestopt kon worden, zou de stroom spoedig opdrogen. "Al mijn fonteynen zullen binnen u zijn." Psalm 87 : 7.

Vernieuwende genade verandert ons, anders waren we nooit opgestaan. Ondersteunende genade bewaart ons, anders waren we spoedig gevallen. Zo verklaart David in Psalm 66 : 9 dat God 'onze zielen in het leven stelt en niet toelaat dat onze voet wankele'.

*Mattheüs Meade,
uit: In stilheid en vertrouwen.*



SUDOKU puzzel

				1	8		5	
8				4		9	6	
		6					1	
		8						
	4	3		8		9		
5				9	3			
7			3			2	1	8
			7	1				
	5			4				7

	5			3		2	6	
								1
		1		5	2			
	6				7	8		
			4					
		7			6	4		
		3					5	
		5		4	9		1	
7				8				3

Vrees niet! (2)

Dat brengt ons echter bij een tweede belangrijke gedachte en wel deze: de mensen om ons heen – ja zelfs de sterksten onder onze medegelovigen – zijn mannen en vrouwen die troost nodig hebben. Waarom zou God anders zijn bemoedigende “vrees niet!” aan Abram en Jozua en aan de vele andere gelovigen in de loop van de geschiedenis gegeven hebben? Was het niet vanwege Zijn niet mis te verstane bemoediging voor de gelovigen. Dan mogen ook wij het vaak gebruiken! Als we niet allen op onszelf zijn gericht zullen we veel gelegenheid vinden om onze ontmoedigde medegelovigen moed in te spreken. Laten we deze gelegenheden niet onbenut voorbij gaan!

Maar daarmee hebben we natuurlijk nog niet alles gevat – zelfs niet eens de

hoofdzaak. Als het alleen maar om een troostend woord ging dan zou het “Vrees niet!” zonder uitwerking zijn en de spot drijven met onze hoop. Want wanneer de vergankelijkheid van onze gevallen natuur met al haar behoefte aan troost onze basis, onze werkelijkheid is, dan hebben we alle reden om echt bang te zijn. Nee, het moet meer dan alleen een uitspraak zijn. En het is meer!

Dat brengt me bij de derde gedachte in verband met Gods telkens terugkerende “Vrees niet!”. Wat heeft Hij hen dan in plaats van de vrees te bieden? In de meeste gevallen is het antwoord: Zichzelf!

“Vrees niet!” zegt Hij tegen Abram. Als Abram de wde wedervraag stelt : “Waarom zou ik niet bang zijn?” gesteld

zou hebben, antwoordt God: "Vrees niet, Abram Ik ben u een Schild, uw Loon zeer groot." (genesis 15 : 1). God wil Abraham dus bemoedigen om uit Gods kracht en onder Zijn bescherming te leven.

Dat is steeds Gods antwoord op de angst van mensen. De oorzaken van onze angst kunnen heel verschillend zijn, maar God blijft steeds Dezelfde. Als we op de bladzijden van de Bijbel de oproept "Vreest niet!" vinden, dan wordt meestal iemand uit het volk van God door een bijzondere vrees gekweld of aan een bijzondere beproeving blootgesteld en hij verlangt vurig naar bevrijding. Op zulke momenten zegt God: "Vrees niet!".

Maar het gaat niet alleen om bijzondere, aparte beproevingen. De labiliteit van het menselijk bestaan brengt in ons allemaal, als we erover nadenken, angst teweeg. Het verbaast met niet dat sommige mensen disharmonische symfonieën componeren of de absurditeit van het leven bezingen. Wat zouden ze met het oog op een leven zonder de werkelijkheid van God ook anders doen? De prijs van goddeloosheid is totale wanhoop.

Het duidelijkste en beste voorbeeld van hoe God Zelf de vrees van de mensen wegdoet vinden bij de komst van de Heere Jezus in deze wereld. Gods ant-

woord op de vrees van Maria en Jozef en ook van de herders is dat ene woord: "Immanuël, God met ons!" In Maria en de anderen eromheen mogen we onszelf zien. Hier vinden we het antwoord dat ook voor ons geldt! God is in de Persoon Jezus Christus tot ons gekomen. Daarom hoeven we niet te vrezen en moeten we dat ook niet doen. Zelfs Abraham en de gelovigen van het Oude Testament zou menig verdriet bespaard zijn gebleven als ze zich vaker bewust de tegenwoordigheid van God voor ogen hadden gesteld.

Maar Jezus Christus is gekomen en in Hem hebben we de heerlijkheid van God gezien. Voor ons die in Jezus Christus geloven geldt het goddelijke "Vrees niet!" Dat hebben we voor op andere mensen.

Ik kan me helemaal niet voorstellen dat er ook maar een enkele christen die leest wat ik zojuist geschreven heb eraan zou denken mij te weerspreken. Hiemee hebben we een gemeenschappelijke basis, hierover denken we het zelfde, hierin zijn we – om een bijbelse uitdrukking te gebruiken – 'één van zin.' De Heere zij dank! Maar wat betekent dat heel concreet? Wat heft God ons in Jezus Christus geopenbaard om onze vrees weg te doen?

Tom Wells, uit: De Stem.



Preventie (2)

Toen ik mijn stukje van vorige maand nog eens door las dacht ik: het is wel een beetje theoretisch. Graag wil ik het deze keer daarom wat concreter maken. Ik begin met het verklaren van het woord 'preventie'. Wat wordt hier nu echt mee bedoeld? Preventie betekent: voorkomen van iets. Het kan betrekking hebben op een ziekte maar ook op welzijn. Dus eigenlijk op de gehele mens. We willen proberen te voorkomen dat we verkouden worden, dat we vallen, dat we eenzaam worden enzovoort.

In dit artikel wil ik de nadruk leggen op het Dagelijks Leven.

Ik las ergens over een oudere dame. Ze had haar zoon gevraagd om met haar het huis door te lopen. Is het huis veilig? Zijn er risico's om te vallen? Samen halen ze het vloerkleed bij de tuindeur weg. Ze besluiten dat er een extra handgreep in de badkamer moet komen.

Een meneer schrijft al zijn afspraken op een kalender. Elke week kijkt hij wat hij deze week gaat doen. Soms bedenkt hij extra activiteiten. Een bezoek aan een kleindochter, met een vriend een wandeling maken. 's Avonds schrijft hij op wat hij gedaan heeft.

Tot slot een derde voorbeeld. Een groepje oudere mensen komt wekelijks bij elkaar om te sporten en daarna gezellig met elkaar koffie te drinken. Ze kennen elkaar daardoor beter en delen lief en leed. Een bloemetje bij verjaardag of ziekte doet wonderen.

Mooie voorbeelden van herkenbare situaties. Allen ondernemen iets, komen in actie. Eigenlijk zijn ze preventief bezig, dus met het voorkomen van. De oudere dame denkt aan haar veiligheid. De meneer wil niets vergeten en overzicht

houden. Daarbij wil hij eenzaamheid en nutteloosheid voorkomen. Het groepje ouderen wil lichamelijk actief blijven combineren met gezelligheid. Ook zijn ze betrokken op elkaar, dit voorkomt eenzaamheid.

Misschien wilt u ook een nadenken over uw eigen leven en de invulling ervan?

Dan zou u aan uzelf de volgende vragen stellen:

- Hoe verloopt mijn dag?
- 's Ochtends, 's middags, 's avonds?
- Hoe deel ik mijn week in? Kan ik daar wel eens van afwijken?
- Wat kan ik zelf doen in mijn huishouden? Heb ik hulp nodig? Waarbij? Wie helpt mij daarbij?
- Is mijn huis in orde? Is het er veilig?
- Heb ik aanpassingen in mijn huis nodig? (Idee: ik loop eens – in gedachten – door mijn huis).
- Is mijn buurt veilig?
- Heb ik lichamelijke klachten?
- Zorg ik goed voor mijn lichaam? (Wassen, douchen)
- Let ik op wat ik eet en drink?
- Hoe beweeg ik me? Val ik wel eens?
- Hoe zorg ik ervoor dat ik voldoende beweeg? Kom ik voldoende het huis uit?
- Weet ik hoe ik mijn medicijnen moet gebruiken?
- Volg ik het voorschrift van de arts?
- Zie en hoor ik nog goed?
- Kan ik mijzelf goed uitdrukken zodat iedereen begrijpt wat ik bedoel?

Maar mogelijk denkt u misschien: waar is dit allemaal goed voor? Zeker als we ouder worden, maar een vijftigplusser



kan er ook baat bij hebben, is het goed om na te denken over ons leven. Dus ook over de dagindeling, ons eetpatroon, waar we wonen enzovoort. Hiervoor hebben we geen dokter nodig of verzorgende. We kunnen bij onszelf te rade gaan hoe het in het algemeen met ons gaat. En als we dan opmerken dat we toch wel wat lichamelijke klachten hebben? Dat ik minder goed zie, dat ik toch echt te weinig beweeg... Misschien komt u wel tot de conclusie: nu ik erover nadenk is mijn gehoorapparaat toch al enkele jaren oud. Een controle zou wel goed zijn. En vind u het fijn om bovenstaand rijtje met uw dochter of neef door te nemen? Maak gelijk een afspraak met diegene of schrijf het op uw kalender.

Het gaat er maar om dat we goed voor onszelf zorgen. En daar hoort preventie, het proberen te voorkomen van iets, zeker bij!

We weten allen dat wij niet alles kunnen voorkomen. Maar we weten wél dat we ook preventie een plaats mogen in ons gebed.

Met een vriendelijke groet,
Marianne Tanis



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.krachtnaarktuis.net