



Contact

Driemaandelijks magazine van de stichting ESDA

02 Redactioneel Zoete Floor

03 Overdenking Zoetwatervrees

04 Relaties Bereik meer met geduld en vriendelijkheid

06 Dialoog Zoet als Kerstmis: Christus, de brug tussen hemel en aarde

08 Edith De zoetheid van een vriendschap

09 Bijbels gezien Zoet zout?

10 Achtergrond Het zoete manna

12 Kerstgedachte Een 'zoet' verhaal? Op bezoek bij het Christuskind

14 Verdieping De Bijbel proeven

16 Voedsel voor de geest Zoete wraak

18 Groen! Het kan wel!



Zoete Floor

Lydia Lijkendijk

Na het zuur, het zout en het bitter komt dan nu het zoet. Het kan geen verrassing zijn, in zo'n rijtje met thema's. En toch, op het moment dat ik er een redactioneeltje over moet schrijven, kijk ik naar een blanco scherm. Het is 'de dag die je wist dat zou komen', om maar een klassieker uit de recente Nederlandse muzikale geschiedenis te citeren. Een afschuwelijk vers als je het mij vraagt, maar dat doet er niet toe. De strekking is toepasselijk: de deadline is hier en er moeten letters op papier. Dat rijmt, dat is alvast wat.



Zanna Pesnina/Shutterstock.com

Misschien moet ik schrijven over het zoete katje dat we hebben. Behalve dat 'zoet' niet echt een eigenschap is waarmee je haar nou zou omschrijven als je haar wat beter kent. Ze ziet er schattig uit, dat wel. Snoezig. Met haar pluizen en haar pluimstaart lijkt ze meer op een eekhoorn dan op een kat. Op schoot wil ze niet, ze is een Noorse boskat en zo gedraagt ze zich ook de hele dag: ze is buiten aan het noorseboskatten, van 's ochtends vroeg tot 's avonds laat. Als ze binnenkomt, moeten er eerst brokjes verorberd worden. Daarna bijt ze, bij wijze van toetje, vriendschappelijk in je hand – of elke andere plek waar ze nageltjes in blote huid kan slaan. Je zou dat een soort

zoet kunnen noemen, ik bedoel, als je tot mildheid bereid bent.

Mijn moeder had een robuuste zus, een stoere vrouw, beslist geen allemansvriendin, naar wie we de boskat hebben genoemd – nog zonder het karaktertje te kennen. Floor, zo heet de kat. En het moet gezegd: de gelijkenis is treffend. Ze luistert best. Als ze zin heeft natuurlijk, en anders luistert ze gewoon niet. Als het manlief te veel wordt, zegt hij tegen mij: 'The Floor is yours', en verdwijnt naar boven, of naar zee. Zelf verdwijnt ik zelden. Want ja, ik ben de Floormanager. Iemand moet op honk zijn om brokjes in het bakje te gooien, en de staart te kammen, waar het halve bos in blijft hangen. Flora neemt veel fauna mee naar binnen, helaas ook kruipsels met een poot of acht. Een zoete taak is dat.

Dat zo'n best wel stout katje kan zorgen voor veel inspiratie, heeft dan wel weer iets zoets. Meer inspiratie vind je in deze **Contact**. Een zoet magazine, van het begin tot het einde.

Een gelukkig nieuwjaar, en tot in het voorjaar!

Contact is een gratis uitgave van het Kerkgenootschap der Zevende-dagen Adventisten **ESDA-Instituut** Amersfoortseweg 18, 3712 BC Huis ter Heide

Tel: 030 - 6934509 | Email: esda@adventist.nl | Web: www.esda-online.nl | Rabobank NL59 RABO 0155 9483 18

Woord van Hoop (ESDA België) Ernest Allardstraat 11, 1000 Brussel | Tel: 02-5113680 | ING Bank BE47 3100 1698 4180

Verantwoordelijke uitgever België Jeroen Tuinstra, Minimenstraat 61, 1000 Brussel Hoofredacteur Lydia Lijkendijk

Redactiesecretaris Joanne Balk-Geerlings Redactie Tom de Bruin, Reinder Bruinsma, Silbert Elizabeth, Bert Nab en Jeroen Tuinstra

Vaste medewerkers Edith Garms - gastschrijver, Albert Jurgens - corrector, Marie Rahajaan - kunstsociologe en Glenn Ripassa - docent hbo

Vormgeving Paul de Bruin Foto omslag ASDF_MEDIA/Shutterstock.com ISSN 2542-548X Druk Van de Ridder - Nijkerk Oplage 2000 ex.



Scan mij



Giften

Contact wordt gerealiseerd mede dankzij jouw giften. Scan de QR-code hiernaast met je mobiel of tablet om je donatie voor **Contact** te geven aan Stichting ESDA-Instituut.

De QR-code is geldig tot 10 februari 2027.



redactioneel

Zoetwatervrees

Joanne Balk

Zoetwatervrees is een term die verwijst naar de bezorgdheid over het opraken van zoet water. Sommige mensen vrezen dat menselijke activiteiten wel eens de duurzame grenzen van het gebruik van zoetwater zouden kunnen overschrijden. Dus dat we meer gebruiken dan er is. Die geschatte grens ligt bij 4.000 km³ per jaar voor alle bewoners van onze planeet gezamenlijk. Dat is 4 biljoen kubieke meter water. Sommige onderzoekers stellen echter dat het huidige verbruik van 2.600 km³ per jaar veel te laag geraamd is.

Hoewel ik nog geen zoetwatervrees heb, had ik het als kind niet zo op het toen nog verplichte schoolzwemmen.

Watervrees had ik ook niet persé, maar wel zwemvrees. Een beetje pootjebaden was geen probleem. Maar zodra ik die lijn met opgeblazen ballonnetjes in zicht kreeg, en erger nog: erdoor moest, kreeg ik het Spaans benauwd. In het diepe kun je niet staan. En dat vond ik best eng. Maar ja, afzwemmen voor je diploma moest wél in het diepe gebeuren. Ik herinner me de haak van de badmeester nog als de dag van gisteren. Die haak begeleidde me als ik in het diepe rond spartelde. In het diepe gegooid worden kennen we denk ik allemaal wel. En dan zou je je van tijd tot tijd zo'n haak wensen. Iets wat je houvast belooft als je het nodig hebt.

Rivier

In Ezechiël 47 lezen we over een visioen van een rivier die vanuit de tempel naar het oosten stroomt. Door de Jordaanvallei naar de Dode Zee. De rivier wordt steeds dieper. Ezechiël wordt geleid door die rivier. Eerst komt het water tot zijn enkels, dan tot zijn knieën, vervolgens tot zijn middel en uiteindelijk kan hij er niet meer in lopen, alleen nog zwemmen. Het water van de rivier verandert het zoute water van de Dode Zee in zoet water. Overal waar de rivier komt, ontstaat volop leven. Aan beide oevers groeien fruitbomen, die elke maand vruchten dragen en waarvan de bladeren genezing brengen voor de volkeren. Doe mij zo'n rivier. Die mijn problemen helpt op te lossen en me begeleidt.

Symbolisch

Natuurlijk moeten we dit visioen symbolisch opvatten. Het water van de rivier symboliseert Gods Geest (Johannes 7:39), die overal waar hij komt leven en genezing brengt. De genezende bladeren staan symbool voor de uiteindelijke verlossing; het einde van ziekte en zonde. De rivier zelf staat voor herstel en verzoening met God. Naarmate de rivier verder stroomt, wordt hij steeds dieper, zoals de groeiende invloed van Gods Geest. En het pootjebaden van Ezechiël tot het uiteindelijke



zwemmen symboliseert een steeds diepere relatie met God. Het visioen van Ezechiël beschrijft, samen met het boek Openbaring, de voltooiing van de menselijke geschiedenis. Een tijd waarin iedereen in vrede met elkaar leeft onder het koningschap van God.

Verlosser

In de kersttijd denken we aan de geboorte van Jezus. Hij kwam als verlosser naar ons toe. Hij wil ons begeleiden en opvangen. Als het ware zonder angst leren zwemmen. Ons leiden naar het vrederijk van God. Jezus kwam genezing brengen. Soms letterlijk, maar ook overdrachtelijk. Genezing van het kwade. Herstel van de relatie met God. Jezus zegt dat wie in Hem gelooft nooit meer dorst zal hebben (Johannes 6:35). En sterker nog: in Johannes 7:37–38 lezen we dat er rivieren van levend water zullen stromen uit het hart van wie in Hem gelooft. Wij kunnen het dus ook doorgeven. We kunnen anderen tot zegen zijn. Troost en hoop bieden. Het leven gevende water raakt niet op. Er is en komt geen tekort aan de kracht van de heilige Geest. Jezus is onze leidsman (Handelingen 5:31) en ons vangnet. Met Hem in ons leven hoeven we geen angst meer te hebben. Daar kunnen we ons aan vasthouden.

Foto boven: Forewer/
shutterstock.com
Foto mochi: Pixel-Shot/
shutterstock.com

Zoetheid

In Japan bestaat de smaak 'umami'.

Naaft zoet, zuur, zout en bitter is umami een vijfde basissmaak. Maar Japanners hebben ook 'amai' – een aparte categorie voor verschillende soorten zoetheid.



Bereik *meer met* **geduld** *en* vriendelijkheid

Glenn Ripassa

In onze tijd lijkt alles snel te moeten: we willen direct antwoord hebben, snel resultaat boeken en liefst ook altijd gelijk krijgen. Maar hoe vaak leidt dit niet tot irritatie, stress of verwijdering tussen mensen? De Bijbel wijst ons een andere weg, een weg van geduld en vriendelijkheid. Een manier van leven die misschien zachter lijkt, maar uiteindelijk veel krachtiger is.

Geduld is niet hetzelfde als alles maar laten gebeuren of passief afwachten. Geduld is een bewuste keuze om rustig te blijven, ook als dingen niet gaan zoals jij wilt. Het is het vertrouwen dat God werkt, ook als jij het nog niet kunt zien.

Blijf vertrouwen op God

In het Oude Testament zien we dat prachtig terug bij Jozef. Zijn broers verkochten hem als slaaf en hij belandde onschuldig in de gevangenis. Toch bleef hij trouw aan God. Pas jaren later begreep hij dat God ook deze narisheid zoet kon maken. Door zijn positie in Egypte kon hij zijn familie redden van de hongersnood.

In Genesis 50:20 staat: 'Jullie hadden kwaad tegen mij in de zin, maar God heeft dat ten goede gekeerd, om te bewerken wat er nu gebeurt: dat een groot volk in leven blijft.' Wat kun je eruit leren? Wie blijft vertrouwen in God en geduld heeft, zal ervaren dat God vervelende dingen ten goede kan keren.

De stille kracht van vriendelijkheid

Vriendelijkheid is meer dan beleefd zijn of glimlachen. Het is een houdingsaspect, de bereidheid om anderen te zien met ogen van liefde, ook als ze dat misschien niet verdienen. Jezus zelf liet dat keer op keer zien. Hij sprak met mensen die door de samenleving waren afgeschreven, zoals zieken, tollenaars en vrouwen met een dubieuze reputatie. In plaats van hen te veroordelen, keek Hij hen vol liefde aan.

Een bijzonder voorbeeld is de Samaritaanse vrouw bij de waterput. Het verhaal kun je lezen in Johannes 4. Deze vrouw leefde aan de rand van de samenleving. Toch ging Jezus met haar in gesprek. Hij veroordeelde haar niet, maar bood haar levend water aan, het symbool van een nieuw leven. Die ontmoeting veranderde haar zó diep, dat ze terug rende naar haar dorp om iedereen te vertellen over Hem. Zo zie je maar dat een vriendelijk gesprek meer kan veranderen dan duizend woorden van kritiek.



Geduld en vriendelijkheid horen bij elkaar

Wie vriendelijk wil zijn, moet ook geduldig zijn. Want vriendelijkheid vraagt tijd: tijd om te luisteren, om te begrijpen en te vergeven. De apostel Paulus schreef daarover in zijn brief aan de Galaten 5:22-23: 'Maar de vrucht van de Geest is liefde, vreugde en vrede, geduld, vriendelijkheid en goedheid, geloof, zachtmoedigheid en zelfbeheersing. Er is geen wet die daar iets tegen heeft.' Deze 'vrucht' groeit in je leven als je je laat vormen door Gods Geest. Ze zijn geen karaktertrek, maar een geschenk dat zichtbaar wordt wanneer je dichtbij Hem leeft.



4
relaties

New Africa/
shutterstock.com



Zoete baby

Wist je dat baby's geboren worden met een voorkeur voor zoet? Ze kunnen al in de baarmoeder suiker proeven via het vruchtwater.



David en Saul: niet terugslaan maar vertrouwen

Een ander krachtig bijbels voorbeeld vinden we bij David en koning Saul. Saul werd jaloers op David en probeerde hem te doden. Toch greep David zijn kans op wraak niet, zelfs niet toen Saul slapend voor hem lag. David zei: 'Ze zeiden dat ik u moest vermoorden, maar ik was met u begaan en ik zei bij mezelf dat ik mijn hand niet tegen mijn heer moest opheffen, omdat u immers de gezalfde van de Heer bent' (1 Samuel 24:11).

Geduld en vriendelijkheid vragen oefening, elke dag opnieuw

In plaats van kwaad met kwaad te vergelden, koos David voor geduld, eerbied en vertrouwen. Dat maakte hem later tot een koning 'naar Gods hart'. Zijn verhaal leert jou dat vriendelijkheid niet zwak is, maar juist getuigt van innerlijke kracht.

Waarom dit nog steeds telt

Soms lijkt het alsof vriendelijkheid niet meer werkt in deze tijd. De wereld belooft vaak wie het hardst roept of het snelst reageert. Maar juist daarom is geduld zó krachtig. De Bijbel zegt in Spreuken 15:1: 'Een vriendelijk antwoord doet drift bedaren, krenkende woorden wakkeren woede aan.' Een vriendelijk woord of een rustige reactie kan spanning doorbreken waar boosheid dat nooit zou kunnen. Op je werk, in je gezin, in gesprekken met anderen, het maakt het verschil.

Een keuze voor elke dag

Geduld en vriendelijkheid zijn niet vanzelfsprekend. Ze vragen oefening, elke dag opnieuw. Maar je kan ervoor kiezen, stap voor stap.

Wanneer je kiest voor geduld, toon je vertrouwen in God. Wanneer je kiest voor vriendelijkheid, weerspiegelt je zijn liefde. Paulus moedigt ons aan in Kolossenzen 3:12-13: 'Omdat God u heeft uitgekozen, omdat u zijn heiligen bent en Hij u liefheeft, moet u zich kleden in innig medeleven, in goedheid, nederigheid, zachtmoedigheid en geduld. Verdraag elkaar en vergeef elkaar als iemand een ander iets te verwijten heeft; zoals de Heer u vergeven heeft, moet u elkaar vergeven.'

Met geduld en vriendelijkheid bereik je meer. Niet omdat je daarmee altijd je zin krijgt, maar omdat het de weg is die God zegent.



Zoet als Kerstmis: Silbert Elizabeth

Christus, de brug tussen hemel en aarde

Kerstmis is de tijd van lichtjes, warmte, samenzijn en ... zoetheid. Denk aan kerstkoekjes, warme chocolademelk en geurige kaneelappels. Maar wat als we die zoetheid ook geestelijk zouden ervaren? Met Kerst vieren we dat Jezus iets kostbaars bracht: hoop, vrede en een diepe verbondenheid tussen hemel en aarde. Iets wat je leven echt kan veranderen.

Maar hoe werkt dat eigenlijk, die verbondenheid tussen hemel en aarde? In de Bijbel lezen we over Jakob, die droomt van een ladder tussen hemel en aarde, met engelen die op en neer gaan (Genesis 28). Eeuwen later grijpt Jezus die droom aan en zegt: 'Jullie zullen de hemel geopend zien, en de engelen van God zien opgaan en neerdalen naar de Mensenzoon' (Johannes 1:51).

Met die woorden zegt Jezus eigenlijk: 'Ik ben die ladder. Hij is de brug, tussen God en mensen.

Door Hem raken hemel en aarde elkaar. In zijn leven, en uiteindelijk in zijn dood aan het kruis, bracht Hij vrede. Dat is de diepe boodschap van Kerst: God werd mens, zodat wij weer bij God kunnen komen.

Bruggenbouwers

Maar daar blijft het niet bij. Jezus nodigt ons uit om zelf bruggenbouwers te worden: bruggen tussen geloof en dagelijks leven, tussen mensen met verschillen, tussen een gebroken wereld en Gods Koninkrijk.

Maar wat betekent die boodschap van hoop en verbinding als alles om ons heen verwarrend is, en zoveel stemmen om onze aandacht strijden en verdeeldheid zaaien?

Paulus schrijft aan een jonge gemeente die precies daarmee worstelt. Hij wijst hen direct op Christus: het hart van geloof en leven. Wat kunnen wij vandaag leren van zijn brief, zodat ook wij in Christus werkelijk een brug kunnen zijn?

Een jonge gemeente in verwarring

In de Bijbel lezen we over de kerk in Kolosse, een jonge gemeenschap in een stad vol religieuze regels, filosofieën en spirituele trends. De gelovigen raakten in verwarring. Wat moest er nu centraal staan? In zijn brief brengt Paulus de focus terug naar de kern van het evangelie. Niet regels tegenover regels of theorie tegenover theorie, maar Christus zelf staat centraal.

Hij schrijft: 'Hij is het beeld van de onzichtbare God, de eerstgeborene van heel de schepping ... in Hem is alles geschapen' (Kolossenzen 1:15-16). Met andere woorden:

Svetlana Lukienko/
shutterstock.com



Leven als bruggenbouwers

We bouwen niet in eigen kracht.

Omdat Jezus de brug is, mogen wij bruggenbouwers zijn.

Hoe? De brief aan de Kolossenzen en de woorden van Jezus geven vijf sleutels:

1. Leef geloofwaardig

Laat je leven een afspiegeling zijn van je geloof – thuis, op je werk, in je relaties.

2. Deel het geloof in woord en daad

Getuigen is meer dan spreken. Het is uitnodigen, onderwijzen én voorleven.

3. Begin met gebed

Laat actie niet je eerste stap zijn, maar overgave. Vraag dagelijks om Gods wijsheid en onderscheidingsvermogen.

4. Doe het samen

Je staat er niet alleen voor. Zoals Epafraas diende in gemeenschap, zo mogen ook wij samen bouwen.

5. Zoek diepgang, geen sensatie

Laat je leiden door wat werkelijk vrucht draagt. Diepgang komt uit worteling in Christus – niet uit hype of trends.

zoek het niet in extra regels of menselijke wijsheid, maar in Christus. Alles wat je nodig hebt om met God te leven, vind je in Hem.

Denk helder, leef bewoest

In een stad als Kolosse, vol meningen en ideeën, waarschuwt Paulus: laat niets de plaats van Christus innemen. Ook wij herkennen die strijd vandaag: media, trends, opinies en overtuigingen strijden om onze aandacht. Daarom zegt Paulus: 'Onderzoek alles, behoud het goede' (1 Tessalonicenzen 5:21). Toets wat je hoort en ziet, en ook wat je denkt. Richt je hart op Christus.

Leven met wijsheid

Vanuit helder denken, en met de blik op Christus, groeit geestelijke wijsheid. Paulus bidt dat de gemeente vervuld wordt met die wijsheid, niet om slimmer te worden, maar om God beter te kunnen volgen in het dagelijks leven. Hij schrijft: 'Dan zult u leven zoals het past tegenover de Heer, Hem volkomen welgevallig. U zult vrucht dragen door al het goede dat u doet, uw kennis van God zal groeien' (Kolossenzen 1:10).

Echte groei zie je terug in karakter. Het gaat niet om wat je weet, maar om hoeveel van

Christus zichtbaar is in je keuzes, je houding, je omgang met anderen. Denk aan de vrucht van de Geest: liefde, vreugde, vriendelijkheid. Stuk voor stuk zoete vruchten van een leven met God.

Een opdracht die te groot voelt

Bruggenbouwen klinkt mooi, maar het kan overweldigend aanvoelen. Hoe laat je iets van Jezus zien in een wereld vol drukte, verdeeldheid en onbegrip? Soms voelt het alsof jouw geloof te klein is, jouw stem te stil, jouw mogelijkheden te beperkt.

Toch roept God je, niet op basis van jouw kracht, maar op basis van zijn trouw. Daarom

*Liefde, vreugde,
vriendelijkheid - stuk voor
stuk zoete vruchten van
een leven met God*

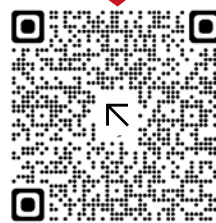
geeft Hij een belofte, ook voor vandaag: 'Wees niet bang, want Ik ben bij je, vrees niet, want Ik ben je God. Ik zal je sterken, Ik zal je helpen ...' (Jesaja 41:10). Je bent niet alleen. Christus werkt door gewone mensen. Zijn komst met Kerst bewijst dat God juist het eenvoudige gebruikt om iets hemels te brengen.

Slot: De brug is gebouwd

Kerst herinnert ons eraan: de brug naar God is geen mensenwerk. Christus ís die brug. Hij is de Zoon van God én de Mensenzoon, gekomen om te redden en te herstellen. Hij vraagt niet van ons om het alleen te doen, want Hij gaat met ons mee. Dus als je deze Kerst de geur van kaneel en dennen ruikt, denk dan ook aan de zoetheid van Gods genade.

Zegen en vreugde toegewenst in deze kersttijd. Moge Christus de brug zijn in jouw leven, én in dat van de mensen om je heen. Zoet is het, wanneer hemel en aarde elkaar raken.

Scan mij



7
dialoog

Dialoog

In het eerste kwartaal van 2026 bestuderen we in de sabbatschool het thema: **Hemel en aarde met elkaar verbinden**. Ik wens je veel zegen bij de bestudering van Gods Woord.

Bestel *Dialoog* via:

www.servicecentrum-adventist.nl

Prijs excl. verzendkosten

€ 18,00.

Hemel en
aarde met
elkaar
verbinden
te bestuderen

2026

BRAND | INZIEKEN MET NIEMAND





De zoetheid van een vriendschap

Edith Garms

Foto boven: Lotus_studio/
Foto rechts: meifisca/
Foto onder: baibaz/
shutterstock.com



edith

We kennen allemaal het spreekwoord: In nood leert men zijn vrienden kennen. Wat mijn vriendin Iris betreft, is dit helemaal in positieve zin van toepassing. Hoe waardevol is het wanneer iemand naast je komt staan. En de arm om je heen slaat en je uit de put helpt op momenten dat je dat heel hard nodig hebt!

We zijn bevoorrecht wanneer we een hartsvriendin of boezemvriend hebben zoals mijn vriendin Iris. Is er iemand in haar omgeving verwickeld in een vechtscheiding of een arbeidsconflict, dan onderneemt Iris actie en komt te hulp. Deze houding loopt als een rode draad door haar leven. Tijdens een drukbezochte schoolreünie sprak ze die ene vrouw aan, een voormalige klasgenoot die vroeger op school enorm gepest werd. Ze vroeg hoe het nu met haar ging, of en hoe ze het gered had na al die pesterijen. Heeft iemand in haar omgeving een dierbare verloren? Iris belt en zorgt voor een paar extra ontmoetingen. Haar betrokkenheid bij mensen in de knel is niet alleen op gevoelsniveau, maar zij bezit het talent en de kennis om daadwerkelijk te helpen.

Honingrandje

In het Oude Testament worden we ook gewezen op een heel bijzondere vriendschap en wel tussen David en Jonatan. Zij waren boezemvrienden maar een flinke belemmering in hun hechte band was de houding van Jonatans vader, koning Saul. Hij kon David wel vermoorden en heeft daar daadwerkelijk veel moeite en energie in gestoken.

In Samuel 14 vinden we een verhaal met een zoet honingrandje, wat toch helemaal verkeerd dreigde uit te pakken. Door een moedig initiatief van Jonatan ging de strijd van de Israëlieten tegen de Filistijnen ineens de 'goede' kant op. Toch was het niet een-twee-drie gedaan met de strijd; op een gegeven moment waren de Israëlieten de uitputting nabij.

Koning Saul had onder ede gezworen: 'Vervloekt wie het waagt om vóór de avond iets te eten, voor ik me op mijn vijanden heb gewroken.' En daarom nam niemand iets te eten ook al kwamen ze in een gebied waar veel bijennesten waren, die dropen van de honing. Iedereen was bang voor Sauls vervloeking.

Doodvonnis

Laat nu net Jonatan dit dreigement gemist hebben: hij wist nergens van! Daarom stak hij, toen hij hongerig werd, een stok in een honingraat. Nadat hij van de honing had gegeten, keerden zijn krachten weer terug. Maar zijn goede gevoel hield niet lang stand, nadat iemand hem bijgepraat had. Jonatan riep daarna uit: 'Mijn vader stort het land in het ongeluk. Kijk toch hoe helder mijn ogen weer staan nu ik wat van die honing heb geproefd!' Lang verhaal kort: uiteindelijk moet hij aan zijn vader opbiechten dat hij wat van de honing geproefd had. Zijn vader riep daarop ijskoud uit: 'En sterven zul je, Jonatan!' Spannend momentje, hoe gaat dit aflopen?

Er wordt een stokje voor gestoken

We lezen dat de soldaten protesteerden en riepen: 'Moet Jonatan sterven, die voor Israël deze grote overwinning heeft behaald? Geen denken aan! Zo waar de Heer leeft, hem mag geen haar worden gekrenkt! Wat hij vandaag heeft gedaan, heeft hij bereikt met Gods hulp!' Zo pleitten de soldaten Jonatan vrij en werd hij niet ter dood gebracht. Jonatan was opgeknapt na het eten van een beetje honing. Dat moet wel krachtvoer geweest zijn! Maar wat nog zoeter was dan honing en echt zijn leven heeft gered, waren zijn strijdmakkers, die voor hem in de bres sprongen. We mogen er niet licht over denken wat ze deden. Ze gingen immers tegen het bevel van de koning in waarmee hun leven ook gevaar liep!

Voorbeeld

Ben je zo gezegend dat je een hartsvriendin of boezemvriend hebt? Houd ze in ere en koester ze, want daar kunnen geen tien potten honing tegenop! Laten wij hun voorbeeld volgen en laten we proberen te zijn zoals die soldaten. Of als Iris. Of als de man uit Nazaret.

Zoet weetje

Sommige honing
• kristalliseert heel erg traag. Archeologen hebben eetbare honing gevonden in 3000 jaar oude Egyptische graven.



Zoet zout?

Bert Nab

'Laat een bron soms uit dezelfde ader zoet en bitter water opwellen? Of kan een vijgenboom olijven voortbrengen, of een wijnstok vijgen? Net zomin geeft een zilte bron zoet water' (Jakobus 3:11–12).

De apostel Jakobus beschrijft in hoofdstuk 3 de menselijke omgang met elkaar. Hij maakt een vergelijking met paarden die een bit in de mond krijgen om ze te laten gehoorzamen en schepen die met een klein roer precies daarheen gestuurd kunnen worden waar de stuurman ze wil hebben. Dus met iets kleins kun je iets groters aansturen of je wil opleggen.

Klein orgaan, vol grootspraak

En dan begint hij te praten over de tong, een klein orgaan dat vol grootspraak kan zijn. Zoals een kleine vlam een flinke bosbrand kan veroorzaken, kan de tong van alles in gang zetten wat je niet wilt. Uitspraken van mensen kunnen veel leed veroorzaken. We doen elkaar pijn met harde woorden, al dan niet gemeend. Volgens Jakobus is het een besmetting voor het hele lichaam. Relaties sneuvelen door ondoordachte uitspraken en ongevoelige woorden.

Volgens Jakobus heeft de mens het in zijn macht dieren te temmen en zijn wil op te leggen aan van alles en nog wat. Waarom is hij dan niet in staat de tong in bedwang te houden? Die tong, waarmee we woorden spreken, kan vleien, liefdevol spreken, zegenen, maar ook boze woorden spreken en vervloeken uiten. Jakobus vindt het maar raar. 'Zo ga je toch niet met elkaar om mensen', zegt hij. Je kunt toch niet het ene moment vriendelijke woorden spreken en dezelfde persoon het volgende moment de huid vol schelden?

Vruchten aan de boom

Waarschijnlijk maak je het ook weleens mee, van die mensen die je beste vriend zijn als ze iets van je nodig hebben. Maar o wee, als je er een keer een andere mening op na houdt dan zij, dan ben je ineens de vijand. Dat is toch raar?

En zo komt Jakobus bij zijn vergelijking met de bron. Want die is toch ook niet zoet en bitter tegelijk? Een vijgenboom geeft vijgen en geen olijven, een wijnstok druiven en geen vijgen. Het zou wat worden als je ieder seizoen maar moet afwachten wat er voor vruchten aan de boom of struik groeien. Dat soort wispelturigheid kun je niet gebruiken in

de voedselvoorziening. 'Doe dat dan ook als mensen niet', lijkt Jakobus te zeggen. 'Wees eens een beetje consequent, dan weten mensen wat ze aan je hebben.'

Wie gedreven wordt door liefde voor mens en natuur bezit een wijsheid die van boven komt, betoogt Jakobus. Maar wie zich laat drijven door jaloezie en afgunst, heeft niets van de goddelijke goedheid begrepen. Zachtmoedigheid brengt ons in het algemeen een stuk verder dan wreedheid. Tevredenheid geeft meer geluk dan afgunst. Overheersing en macht corrumperen, terwijl met elkaar samenleven op gelijke voet in het algemeen voor rust en vrede zorgen.

Goede vruchten

Dus wees niet zoet, zout en bitter tegelijk. Dat kan niet goed gaan en zorgt voor onrust en wispelturigheid. Niemand weet dan nog wat hij aan je heeft. Respect verdien je er zeker niet mee. Ook in onze maatschappij zouden de woorden van Jakobus weleens wat luider mogen klinken, want helaas zien we regelmatig de gevolgen van wat er gebeurt als mensen handelen vanuit egoïstische of overheersende motieven.

Misschien moeten we het laatste woord in dit artikel ook maar aan Jakobus geven: 'De wijsheid van boven daarentegen is vóór alles zuiver, en verder vredelievend, mild en meegaand; ze is vol ontferming en brengt niets dan goede vruchten voort, ze is onpartijdig en oprecht. Waar in vrede wordt gezaaid, brengt gerechtigheid haar vruchten voort voor hen die vrede stichten' (Jakobus 3:17–18).

Foto handen met olijven:
angelaflu/
Foto vijgenbladeren:
Stock Holm/
Shutterstock.com



Het zoete manna

Albert Jurgens

Over een paar weken gaan mijn vrouw ik een week naar Texel. Gezond genieten op de fiets. Mijn vrouw begint dan over cranberries die zo gezond zijn en die je in de duinen kunt vinden. Van de Waddeneilanden is Terschelling eigenlijk het eiland waar je dan moet zijn, dus hadden we misschien daarnaartoe moeten gaan.

Foto veenbessen:
Mila_22 79/
Foto wegwijzer:
Chantal de Bruijne/
Foto schuilhut:
Sara Winter/
Foto veenbessentaart:
Wut_Moppie/
shutterstock.com

De cranberry, ook bekend als veenbes, is van oorsprong een uitheemse plant. De Pilgrim Fathers schijnen hem in de zeventiende eeuw in Noord-Amerika 'ontdekt' te hebben. Nou ja ontdekt, de oorspronkelijke bewoners kenden de bes al lang. Het verhaal gaat dat er ooit vaten met cranberries zijn aangespoeld op de kust van Terschelling. Destijds liepen er scheepvaartroutes langs de Waddeneilanden naar Scandinavië. Van tijd tot tijd verging er wel eens een schip in het verraderlijke traject langs Terschelling. En zo vond de gezonde cranberry in de vorm van sap, jam, thee, likeur en zeep via de Wadden zijn weg naar ons.

Mannose

Gezond? Ja, de cranberry bevat veel belangrijke en bekende voedingsstoffen zoals vezels, vitamine C en E, antioxidanten, en ook mannose; D-mannose. Mannose is effectief in het beschermen van de urinewegen tegen infecties. Het is te koop in de vorm van preparaten die o.a. helpen tegen blaasontsteking. Mannose komt voor in verschillende soorten vruchten, en ook in de hars van de zogeheten pluim-es, ook manna-es genaamd. Productie uit de pluim-es vindt grotendeels plaats op Sicilië: 'manna di Sicilia'.



Vanwaar een bijbelse naam?

In de negentiende eeuw waren chemici in staat om pure suikers te isoleren, waaronder ook die uit het hars van de pluim-es. Eén type daarvan kreeg de naam mannose, 'manna-suiker'. Wetenschappers legden een link tussen het zoete hars en het Bijbelverhaal uit Exodus 16, en noemden het daarom mannose. De pluim-es komt echter alleen voor in landen rond de Middellandse Zee en in warme delen van Europa, niet in de bijbelse landen. Maar de zogenaamde Wierookboom en de Kameeldoorn, aangetroffen in de Sinaï, bevatten eveneens dat zoete hars.

10

achtergrond



Suiker en gebak

Zoete broodjes bakken betekent vriendjes worden; zoet gebak werd vroeger uitgedeeld bij het sluiten van vredesakkoorden.

Suiker was zo kostbaar in de Middeleeuwen dat het werd bewaard in afgesloten kastjes – vandaar 'suikertante' voor rijke oudere dames.



Brood uit de hemel

Onderweg in de woestijn voedde God het volk met 'brood uit de hemel'. Ze vroegen zich af: Wat is het, 'man hoe'? (Exodus 16:15). Als het mogelijk zou zijn, zouden hedendaagse wetenschappers elkaar verdringen dit manna aan verschillende onderzoeken te onderwerpen. Helaas voor hen blijkt de kruik met het bijbelse manna, dat bewaard werd in de ark van het verbond

Manna smaakte als honingkoek

(Hebreeën 9:4), niet meer te vinden. Wat er ook uit een dergelijk onderzoek zou zijn gekomen, het is zeker dat het manna uit de hemel niet overeenkomt met de hars uit de pluim-es. Het manna uit de Bijbel 'regende op hen neer' en was voedsel 'dat hen verzadigde' (Psalm 78:24-25). Het leek op korianderzaad en bedierf na een dag, behalve van vrijdag op sabbat, en het kon gebakken worden (Exodus 16:22-27, 31).

Groot wonder

Wat het manna dat destijds in de Sinaï het volk bijna veertig jaar lang voedde precies was, we zullen het nooit weten. Maar de boodschap is dat er een God is die zijn volk op opzienbarende wijze voedt. Voor Israël werd Gods hulp in de droge woestijn een zoete ervaring want het 'smaakte als honingkoek' (Exodus 16:31). God deed echter een

veel groter wonder dan het laten regenen van manna. Toen de leerlingen van Jezus Hem om een teken vroegen zei Hij: 'Werkelijk, Ik verzeker u, niet Mozes heeft u het brood uit de hemel gegeven, maar mijn Vader; Hij geeft u het ware brood uit de hemel.' En Jezus zei ook: 'Ik ben het brood dat leven geeft. Wie bij Mij komt zal geen honger meer hebben' (Zie Johannes 6:30-35).

Schitterend vooruitzicht

Het verhaal van het volk in de Sinaï is een verhaal van een twijfelend volk en een zorgende God. Ons leven is misschien te vergelijken met een woestijnreis maar we hebben een schitterende belofte in het vooruitzicht. Laten wij ons tijdens die reis blijven voeden met zijn manna.

Foto honingkoek:
AtlasStudio/
Shutterstock.com
Foto *sweet tooth*:
sasirin pamai/
Shutterstock.com

Méér zoet!

• Een **zoetekauw** is iemand die dol is op zoetheid, we zeggen ook wel dat iemand een 'sweet tooth' heeft.

• **Suiker en zoetstoffen** prikkelen speciale smaakreceptoren op de tong, die gebieden in de hersenen activeren die ons een prettig gevoel geven. Ze laten ons hunkeren naar méér zoet. Dit ligt vast in onze genetische aanleg: zoet staat vaak voor energierijke en veilige voeding. En het maakt afvallen ontzettend lastig. Wie zoetheid eet, wil daarna méér zoet.



Een 'zoet' verhaal? *Op* **bezoek** *bij* *het* **Christuskind**

Reinder Bruinsma

Veel mensen herinneren zich het kerstverhaal als een 'zoet' verhaal. De woorden *O kindeke klein, o kindeke teer* zijn bij hen blijven hangen, en ook het liedje van de herdertjes die bij nachte in het veld lagen, nadat ze hun schaapjes hadden geteld. De verkleinwoorden drukken een soort lieflijkheid uit van die wonderlijk stille, heilige nacht.

De historische werkelijkheid van veel gebeurtenissen was echter vaak heel wat minder idyllisch en zoet dan de indruk die we krijgen uit latere geromantiseerde verhalen erover. Dat geldt zeker ook voor wat er zo'n tweeduizend jaar geleden in de kerstnacht in Betlehem gebeurde.

Geen plaats in het gastenverblijf

Jozef was met zijn verloofde, die nog nauwelijks haar tienerjaren achter zich had gelaten, op weg gegaan vanuit Nazaret in Galilea naar Betlehem in Juda. De route via de Jordaanval-

lei, om het vijandige Samaria te kunnen ontwijken, had een lengte van ongeveer 130 kilometer. Met een vrouw in Maria's toestand moet dat een moeizame tocht van meer dan een week zijn geweest. De reis was zeker niet ongevaarlijk door de wilde dieren en mogelijke rovers. In het kleine Betlehem, met naar schatting niet meer dan zo'n 500 à 600 inwoners, waren geen officiële herbergen. In vroegere vertalingen van het evangelie lezen we dat er geen plaats voor hen was 'in een herberg'. In nieuwere vertalingen staat dat er 'geen plaats was in het gastenverblijf'.





Os en ezel

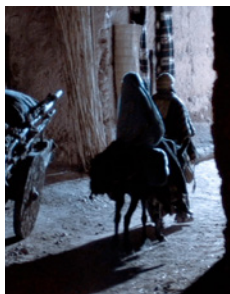
Jozef moest zich in het kader van een door de Romeinse keizer Augustus bevolen volkstelling laten inschrijven in de plaats waar zijn voorouders oorspronkelijk vandaan kwamen. Mogelijk had hij daar nog familie bij wie hij aanklopte, maar was hun gastenkamer al vol. De vermelding van een 'voederbak' in de ruimte waarin Jozef en Maria uiteindelijk terechtkwamen, en waar Maria van haar baby zou bevallen, wijst erop dat ze die plek moesten delen met dieren. Was het een stal bij het huis, die in de rotsen was uitgehouwen? Of was het een ruimte beneden, en deels onder, het huis waarin 's nachts dieren werden binnengebracht? In de kerststallen die wij met de Kerst tevoorschijn halen, staan de onvermijdelijke os en de ezel, ook al komen die in het bijbelse kerstverhaal niet voor.

Divers kraambezoek

Om een goed beeld te krijgen van de diverse elementen van het kerstverhaal, moeten we de informatie uit de beschrijvingen van Matteüs en Lucas samenvoegen. Lucas vertelt ons in hoofdstuk 2 van de herders die bij Jozef en Maria en hun pasgeboren kind op bezoek gingen nadat een engel hun het grote nieuws van Jezus' geboorte had gebracht. En nadat 'een hemels leger' die boodschap met hun *Ere zij God in den hoge* op onvergelykbare wijze had omlijst. Matteüs vermeldt het bezoek van de 'magiërs uit het Oosten', die een onbekende ster zagen en daaruit concludeerden dat er ergens een koningskind was geboren (Lucas 2:1–12). Ze gingen met een lading kostbare geschenken op weg in westelijke richting, en in Jeruzalem kregen zij van joodse religieuze experts de informatie dat ze in Betlehem moesten zijn. Daar leidde de ster hen naar 'de plaats waar het kind was'. 'Zij wierpen zich in aanbidding voor het kind neer' en lieten hun kostbare geschenken naast de voederbak achter.

Een indringend verhaal

Wat de herinnering van velen aan het kerstverhaal ook mag zijn, het is niet bepaald een 'zoet' verhaal. De kern is dat, toen Jezus mens werd en aan zijn leven op aarde begon,



foto's Maria: Courtesy of Lumo Project Films – www.lumoproject.com
Foto pagina 12: Gino Santa Maria/Shutterstock.com



kerstgedachte

er geen plek voor Hem was. De bevolking was in beweging, de hotels waren vol en de logeeraadressen hadden geen ruimte meer. Uiteindelijk moest de Heer van het heelal genoeg nemen met een voederbak en een ruimte die in feite niet menswaardig was. Zou het nu anders zijn, als Jezus vandaag de dag naar onze planeet zou komen om één van ons te worden? Door zijn Geest is Hij nog steeds bij ons en zoekt Hij nog steeds naar plekken waar Hij welkom is. Helaas hangt ook nu op maar al te veel plaatsen in onze wereld het bordje *No Vacancy* of *Vol* wanneer Jezus langskomt.

Iedereen is welkom

In de tijd van het jaar dat wij stilstaan bij de geboorte van Jezus, is het de vraag wat dat verhaal met ons doet. We zingen misschien *Nu sijt wellecome, Jesu lieve Heer*, maar wil dat zeggen dat Jezus echt welkom is in ons leven? Het kerstverhaal laat ons weten dat iedereen welkom is bij degene 'die reddend is verschenen'. De magiërs uit het Oosten, met hun rijkdom en status waren welkom, maar ook de herders die tot de lagere maatschappelijke klasse behoorden. Wie en wat we ook zijn, waar we ook vandaan komen en wat onze culturele en religieuze wortels ook mogen zijn, de deur naar de stal van Betlehem staat wijd open. Er is nog steeds een plek om naast de voederbak neer te knielen.

Etymologie

● **Het woord 'zoet'** komt van het Oudnederlandse 'suoti'. Het is verwant aan het Engelse 'sweet' en het Duitse 'süß'. In het Middelnederlands was 'soet' ook een koosnaampje voor geliefden, net zoals we nu 'schatje' zeggen.



De Bijbel proeven

Tom de Bruin

De tong is het orgaan waarmee we dingen proeven. Sterker nog, de meesten van ons associëren delen van onze tong met bepaalde smaken. Dat hebben we op school geleerd. Zuur, het onderwerp van de eerste Contact van dit jaar, proeven we met de zijkanten van onze tong. Zout, waar het zomernummer over ging, zit aan de voorkant. Terwijl het bitter van het najaarsnummer achterop je tong goed te proeven is. Zoet, het thema van dit kerstnummer, proef je in het midden van je tong.

Nu blijkt dat dit toch niet helemaal de waarheid is. Het is wel waar dat we die smaken sterker proeven op bepaalde plekken van je tong. Probeer het maar met een stukje citroen. Dat is zuurder aan de zijkant dan de voorkant.

Umami

Maar er mist een smaak in onze Contactreeks: umami. Deze vijfde smaak hebben we te danken aan Japanse wetenschappers, die al meer dan een eeuw deze smaak beschrijven. De hartige smaak die we kennen van sojasaus, vissaus en maggi.

Het blijft het niet bij een nieuwe smaak. Want het blijkt dat we de vijf smaken ook met andere delen van ons lichaam proeven. De darmen, de lever, vet- en spiercellen en zelfs onze longen proeven ze. Wetenschappers denken nu ook dat we misschien wel vet proeven.

Spreken niet proeven

Hoewel in ons wereldbeeld de tong vooral een goede proever is, ligt dat in de Bijbel anders. De tong proeft niet, hij spreekt. 'De geest van de Heer sprak in mij, zijn woorden zijn op mijn tong', zegt koning David op zijn sterfbed (2 Samuel 23:3). Davids tong spreekt Gods woorden. Maar het kan ook precies omgekeerd, voor slechte mensen geldt dat 'hun tong afgericht is op liegen' (Jeremia 9:4). Je kunt dus zelfs je tong trainen om leugens te vertellen. Je tong kan veel dingen doen die met spraak te maken hebben. Hij kan dingen zweren (Jesaja 45:3), lofliederen zingen (Psalm 51:16), en antwoord geven (Spreuken 16:1). Je kunt er ook mee opscheppen (Psalm 12:3) en mee lasteren (Psalm 15:3).

Foto gehemelte: C.M.S./
Foto Bijbel:
Olena Yakobchuk/
Foto tong: New Africa/
Foto chips: urbanbuzz/
Foto tomatenketchup:
Sergiy Kuzmin/
Foto bomen: ch123/
Foto appelboom:
Potapov Alexander/
Shutterstock.com

Een zware tong

In het bijbelboek Exodus vertelt God aan Mozes dat hij terug moet gaan naar Egypte om zijn volk te bevrijden. Mozes moet met de Farao spreken en hem met woorden en wonderen ervan overtuigen de Israëlieten vrij te laten. Maar Mozes heeft daar bijzonder weinig zin in. Hij bedenkt allerlei tegenargumenten en smoesjes om onder Gods opdracht uit te komen, waaronder deze: 'Neemt U mij niet kwalijk, Heer, maar ik ben geen goed spreker. Dat is altijd al zo geweest, en daar is geen

Laten we de Bijbel proeven

verandering in gekomen nu U tegen mij, uw dienaar, gesproken hebt. Ik kan moeilijk uit mijn woorden komen' (Exodus 4:10).

Mozes is niet goed van de tongriem gesneden, tenminste: dat beweert hij. Hij komt moeilijk uit zijn woorden. Of, zoals dat in het Hebreeuws en in oudere vertalingen heet, hij heeft een zware tong. Een geweldige beeldspraak, ik kan het me helemaal voorstellen: hij praat moeilijk want zijn tong weegt te veel. Het kost zoveel moeite om de zware tong te bewegen, dat zijn woorden mompelend en onhoorbaar uit zijn mond komen.

Het gehemelte

Nu denk je misschien: als de tong spreekt, waar proeven mensen dan mee in de Bijbel? Je raadt het nooit: hun gehemelte. Mijn enige associatie met dat deel van mijn mond is dat ik het stevast verbrand als ik pizza eet. Toch is dat het smaakcentrum voor de Bijbel. Job stelt deze retorische vraag aan zijn vrienden: 'Toetst het oor de woorden niet, zoals het gehemelte het voedsel proeft?' (Job 12:11). Als ik Jobs vriend was, zou ik flink in de war raken door zo'n vraag. Wat antwoord je? 'Uhm, ja, nee, niet echt'? Maar die verwarring was er toen niet, het gehemelte, daar proef je gewoon mee.



Verborgene suikers

Bijna 70% van alle suiker die je binnenkrijgt komt niet uit zoet beleg, koek of snoepjes, maar uit 'verborgene suikers'. Die zitten bijvoorbeeld in tomatenketchup, chips en kant-en-klaarmaaltijden, zoals soep. Wil je minderen met suiker? Let dan goed op etiketten!



Zoet proeven

En het gehemelte, of verhemelte, kan zoete dingen proeven. Dat vertelt het boek Hooglied. Dat is een verzameling liefdesgedichten, of misschien wel liefdesliederen. Deze gedichten worden door zowel een man als een vrouw geschreven. Naast beloftes van liefde bevatten ze ook pikante metaforen over het lichaam van hun geliefde. In één van de gedichten van de vrouw zingt ze over zijn zoete smaak:

'Als een appelboom onder de bomen des wouds, zo is mijn geliefde onder de jonge mannen. In zijn schaduw begeer ik te zitten en zoet is zijn vrucht voor mijn verhemelte' (Hooglied 2:3, NBG-51).

Haar geliefde valt op als een appelboom in het bos. Een boom vol lekkere, zoete vruchten tussen de andere bomen. Ze wil bij haar geliefde zitten en zijn zoete appels proeven ... met haar gehemelte.

Uitdaging

Elke keer als we de Bijbel opendoen, dan duiken we een andere wereld in. Waar dingen echt anders zijn. Spreekwoorden zijn anders, metaforen zijn anders, maar ook hele simpele dingen als onze tong en smaak zijn anders. De Bijbel bestuderen is een ontdekkingsreis in een andere wereld. En de uitdaging blijft, keer op keer, om onze ideeën en ons wereldbeeld achter te laten. Zodat we met open ogen de zoete wereld van de Bijbel kunnen proeven.



Zoete *wraak*

Jeroen Tuinstra



16

voedsel voor de geest

Bijbelgedeelte



¹⁰ In Timna ging de vader van Simson naar het meisje om de bruiloft te regelen. Simson gaf in haar huis een groot feest. Want dat was de gewoonte als een man ging trouwen.

¹¹ Toen de Filistijnen Simson ontmoet hadden, wezen ze dertig mannen aan om met hem feest te vieren. ¹² Het feest zou zeven dagen duren.

Simson zei tegen de dertig mannen: 'Ik zal jullie een raadsel opgeven. Jullie moeten het oplossen voordat het feest afgelopen is. Als dat lukt, krijgen jullie van mij allemaal een stel nieuwe kleren. ¹³ Maar als jullie het raadsel niet oplossen, dan krijg ik van ieder van jullie een stel nieuwe kleren.'

De dertig mannen antwoordden: 'Goed, laat je raadsel maar horen.' ¹⁴ Toen zei Simson tegen hen: 'Dit is mijn raadsel: Hij was de jager, maar nu is hij de prooi. Hij was gevaarlijk, maar nu is hij zoet.'

De dertig mannen dachten drie dagen lang na over het raadsel. Maar ze wisten de oplossing niet. ¹⁵ Op de vierde dag zeiden ze tegen de vrouw van Simson: 'Jullie hebben ons toch niet voor het feest uitgenodigd om ons arm te maken? Jij moet ervoor zorgen dat je man ons de oplossing van het raadsel vertelt. Als je dat niet doet, steken we hier alles in brand. En dan gaan jij en je familie dood.'

¹⁶ Huilend kwam de vrouw bij Simson. Ze zei: 'Jij houdt helemaal niet van mij. Het lijkt wel of je een hekel aan me hebt. Want je hebt mijn vrienden hier in Timna een raadsel opgegeven. Maar aan mij heb je niet eens de oplossing verteld.'

Toen zei Simson tegen haar: 'Waarom zou ik aan jou de oplossing vertellen? Ik heb die ook niet aan mijn vader en moeder verteld!'

Rechters 14:10–16 (BGT)

Israël is in een jarenlange oorlog verwickeld met de Filistijnen, maar Israël heeft het voordeel van zijn geheime wapen: Simson. Simson is een nazireeër. Hij mag zijn haren niet knippen, geen wijn drinken en moet te allen tijde lijken of kadavers vermijden. Hij gaat Israël verlossen van de Filistijnen. Zolang hij z'n haren niet knipt, zal hij ongelofelijk sterk zijn.

Misschien hoopten zijn ouders dat hij zich, met het nazireeërschap, tot een diepgelovige jongen zou ontwikkelen. Maar helaas gaat dat niet op voor Simson. Simson valt continu voor, volgens zijn ouders, foute Filistijnse vrouwen. En met één van hen staat hij op het punt van trouwen. De Filistijnen nemen het zekere voor het onzekere en wijzen dertig 'vrienden' aan om een oogje in het zeil te houden.

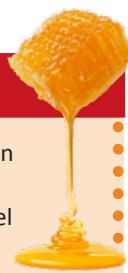
Simson houdt van raadsels en weddenschappen, veelal met een hoge inzet. Ook tijdens deze bruiloft geeft hij z'n 'vrienden' een raadsel. 'Hij was de jager, maar nu is hij de prooi. Hij was gevaarlijk, maar nu is hij zoet.' De prijs: of een stel nieuwe kleren voor elke 'vriend' of dertig voor Simson. Drie dagen zijn ze bezig om het raadsel op te lossen en deze vrienden kunnen maar slecht tegen hun verlies. Ze oefenen druk uit op de bruid om Simson toch maar het antwoord te ontfutselelen. Drie dagen lang zeurt ze om het antwoord, dat ze dan eindelijk op de laatste dag krijgt.

Dan escaleert het snel. Simson ontdekt het verraad van zijn pasgetrouwde vrouw als de dertig hem het antwoord geven. Hij verlaat de bruiloft, trekt naar een dorpje toe, vermoordt dertig willekeurige Filistijnen en geeft hun kleding aan de dertig 'vrienden'. Simson kan blijkbaar ook niet zo goed tegen z'n verlies. De schoonvader huwelijkt zijn dochter, bij het vertrek van Simson, uit aan één van de 'vrienden'. Simson komt hier later achter en verbrandt alle akkers, de wijngaarden en de olijfbomen. De Filistijnen reageren hier weer op door de hele familie van de vrouw te vermoorden. Simson zweert wraak, en die krijgt hij door uiteindelijk de bestuurlijke top van de Filistijnen uit te schakelen. Een klas woedebeheersing zou hier wel op z'n plek zijn geweest. Allemaal vanwege een onschuldige raadseltje.

Uiteindelijk vervult Simson wel zijn plicht: hij verlost Israël van de Filistijnen. Maar het raadseltje voorspelt ook het trieste verloop van zijn leven. Waar hij eerst de jager is, en veel Filistijnen weet uit te schakelen, wordt hij aan het eind van zijn leven de prooi, geke-

Zoete uitdrukkingen

- **De wraak is zoet** – het gevoel van voldoening na vergelding.
- **Zo zoet als honing** – iets wat heel aangenaam smaakt.
- **Een zoetekauw** – iemand die dol is op snoep en gebak.



tend tussen twee pilaren op een feest. Zijn wraak is zoet. Hij weet de pilaren uit elkaar te drukken en doodt daarmee uiteindelijk meer Filistijnen dan gedurende z'n hele leven. Het zoet in dit verhaal is zuur voor de Filistijnen, maar als honing voor de Israëlieten. En die woedebeheersing? Tja. 'Hij was gevaarlijk, maar nu is hij zoet.'

- 1 Hoe gefrustreerd raak jij, als het niet lukt een raadsel op te lossen? Hoe goed kun je tegen je verlies en hoever ben je bereid te gaan om toch te winnen?
- 2 De Filistijnen krijgen uiteindelijk een flinke klap toegediend. Wat vind je van al dat geweld en die wraak die maar blijft escaleren? Had het voorkomen kunnen worden of was dat juist het plan?
- 3 Wat vind je van Simson, een toffe peer of juist iemand om ver bij uit de buurt te blijven? Ken je ook mensen zoals Simson in je omgeving? Vind je ze gevaarlijk of juist zoet als honing?



Kort gebed

Almachtige Heer,
Wij zijn blij en dankbaar dat U een God bent van alle smaken: wie we ook zijn, hoe we er ook uitzien en waar we ook vandaan komen: we zijn welkom bij U, met al onze vragen en al onze problemen. Vandaag, morgen, volgende week en zo lang we leven. Dank U daarvoor. Amen

Website

Voor het aanbod van onze gratis cursussen verwijzen we je naar onze website www.esda-online.nl

Voorbede

Iedere maandagmiddag om 13.30 uur doen we voorbede voor wie ons daarom vragen. Jouw gebedsverzoeken zien wij graag tegemoet op esda@adventist.nl



Het kan wel!?

Marie Rahajaan

De afgelopen maanden stonden in het teken van de verkiezingen. Lijsttrekkers waren niet weg te slaan van tv, en waren veelvuldig te horen op de radio en in podcasts. In tegenstelling tot politici staan lobbyisten juist niet in de schijnwerpers. Dit terwijl zij van grote invloed zijn op de standpunten van politieke partijen.

De Europese vleeslobby boekte dit jaar een grote winst. In 2020 verwierp het Europees Parlement het voorstel om termen als salami, ham en burger alleen toe te staan wanneer er sprake is van vleesproducten. Vijf jaar later gaat het Europees Parlement overstag en verbiedt zij namen zoals vegetarische worst, plantaardige schnitzel en kipstuckjes.

Inside en outside lobby

Lobbyisten zijn actief in alle lagen van de overheid. Zij werken in veel gevallen namens een vakbond, branchevereniging of non-profitorganisatie om publieke opinies te beïnvloeden, beleid te veranderen of subsidies te verkrijgen.

Om dit voor elkaar te krijgen gebruiken lobbyisten verschillende methodes. Bijvoorbeeld door in gesprek te gaan met beleidsmakers of brieven te schrijven: inside lobby. Ook kunnen lobbyisten via bijvoorbeeld de media beleidsmakers beïnvloeden: outside lobby.

Tabakslobby

De tabaksindustrie heeft bijvoorbeeld geen ingang (meer) bij het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport. Fabrikanten mogen wel meedenken over

uitvoering van beleid, maar niet bij het opstellen ervan. Daarom zoeken tabakslobbyisten aandacht via de media op het moment dat de prijs van sigaretten verhoogd wordt. Zij beargumenteren dat de prijsverhoging tabaksmokkel in de hand werkt, waardoor de schatkist veel geld misloopt. En dit werkt: je ziet dat Kamerleden van de BBB, VVD en PVV hier gevoelig voor zijn en de Kamer oproepen om de accijns te verlagen.

Meer transparantie

Er wordt geprobeerd om meer transparantie te creëren. Lobbyisten zijn bijvoorbeeld verplicht zich te registreren bij de Tweede Kamer om toegang te krijgen tot de semi-openbare ruimtes. Helaas strandde eerder dit jaar het voorstel voor een openbaar lobbyregister. Het idee was dat belangenbehartigers verplicht werden te registreren wanneer en waarom zij politici of topambtenaren benaderden. Daarna bevestigt de politicus of ambtenaar in kwestie deze afspraak. Dit heeft als doel helderheid te geven over welke partijen in welke mate mogen meepraten in de bestuurskamers.

Suikerlobby

Op bijna elk denkbaar gebied zijn lobbyisten werkzaam. Tien jaar geleden werd naar schatting jaarlijks 21 miljoen euro uitgegeven aan de pro-suikerlobby. Deze lobbyisten zijn effectief waardoor anti-suikerwetgeving niet

*Komt na
het zuur
het zoet?*

door stemmingen van het Europees Parlement komen. Hierdoor bevatten producten in de supermarkt meer suiker dan op verpakkingen vermeld staan. Daarnaast worden wetenschappelijke onderzoeken beïnvloed in het voordeel van suikerfabrikanten.

Klimaatlobby

Ook op het gebied van klimaat zijn lobbyorganisaties actief. Tijdens de laatste verkiezingen zaaiden politieke partijen twijfel over de oorzaken en gevolgen van klimaatverandering. Quasiwetenschappelijke rapporten werden aangehaald om te beargumenteren dat fossiele subsidies maatregelen zijn waar je 'uiteindelijk vanaf moet', maar die niet moeten worden afgeschaft. Het resultaat: de fossiele industrie ontving een half miljard extra subsidie.

Na dit weinig optimistische verhaal hoop ik dat het volgende kabinet bewijst dat het wél kan. En dat na het zuur het zoet komt.

18

groen!

Demonstratie van klimaatactivisten georganiseerd door Extinction Rebellion. Pieter Brantjes/Shutterstock.com



Nieuwe cursus Engelen

Van de redactie

De ESDA-website is vernieuwd en nóg gebruiksvriendelijker geworden dan hij al was.

Kiezen op de homepage

Via de homepage kun je kiezen welke cursus je wilt volgen. Voor iedere serie geldt dat de lessen door elkaar te gebruiken zijn. Heb je geen interesse in een bepaald onderwerp, dan kun je die gewoon overslaan.

Vragenlijst

Je kunt alle cursuslessen gratis downloaden. Heb je liever een papieren versie, dan kun je ze ook uitprinten. Elke les heeft een vragenlijstje, zodat je kunt ontdekken of je de lesstof begrepen hebt. Zodra je de vragenlijst van een les hebt ingevuld en verstuurd, krijg je in je mailbox je resultaat te zien. In je account zie je dit resultaat ook, aangevuld met een toelichting.

Aangepast naar NBV21

Alle bestaande online-cursussen zijn aangepast naar de NBV21 en tegelijk hebben we alle lessen nagelopen en waar nodig gecorrigeerd. De cursussen zijn voorlopig weer up-to-date. Kom je toch nog een oneffenheid tegen? Laat het ons gerust weten.

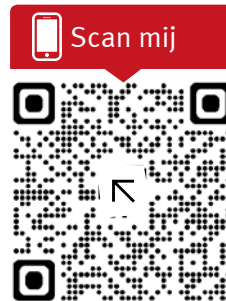
Nieuwe cursus

Naast de cursussen die we al hadden, is er een hele nieuwe achtdelig cursus over 'Engelen' te volgen. Engelen spreken door alle tijden heen tot onze verbeelding. Wie zijn ze? Wat doen ze? En wat zegt de Bijbel ons over wie ze zijn? Waarom denken we dat ze vleugels hebben en geldt dat voor alle engelen? Behalve 'gewone engelen' komen we in de Bijbel ook bijzondere engelen tegen. Deze cursus over engelen geeft in acht lessen antwoord op je vragen, en je krijgt een inkijkje in de rol die zij spelen. Je vindt de nieuwe cursus op de ESDA-website.

Zelf studeren of samen doen

Alle cursussen zijn geschikt om zelf te maken en zo je kennis te verdiepen. Daarnaast zijn zij goed te gebruiken als materiaal voor bijbelstudiegroepen. We weten dat de cursussen van ESDA al naar diverse studiegroepen hun weg gevonden hebben. Misschien ook een idee voor jou om je bij een groep aan te sluiten of er zelf eentje op te starten? Heb je er hulp bij nodig, laat het ons weten.

Veel studieplezier met de ESDA-cursussen!



ESDA Website

Netrun78/
Shutterstock.com



esda-online



www.esda-online.nl

*Nieuwe
online-cursus!*



Cursussen voor de mens van vandaag

Met het uitgebreide en gratis cursusaanbod van het ESDA-Instituut is er een les voor iedereen!



ESDA-Instituut
Amersfoortseweg 18
3712 BC Huis ter Heide
030-6931509
esda@adventist.nl



Contact cyclus 2025:

zuur

zout

bitter

zoet

'Over smaak gesproken ...'



Vooruitblik

Hoop doet leven. En in ons geval doet hoop ook schrijven. De eerste **Contact** van 2026 staat helemaal in het teken van hoop. In een woelige wereld houdt dat ons op de been. In maart op de mat.

Contact

is een gratis uitgave van het ESDA-Instituut, onderdeel van het Kerkgenootschap der Zevende-dags Adventisten.

*Wil je Contact niet meer ontvangen?
Stuur dan een e-mail aan esda@adventist.nl*

ESDA Nederland

Adres Amersfoortseweg 18,
3712 BC Huis ter Heide
Telefoon 030 - 6931509
Rabobank NL59 RABO 0155 9483 18
E-mail esda@adventist.nl
Web www.esda-online.nl

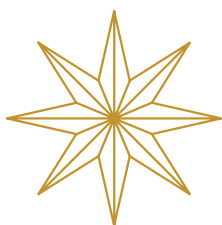
Woord van Hoop (ESDA België)

Adres Ernest Allardstraat 11, 1000 Brussel
Telefoon 02-5113680
ING Bank BE47 3100 1698 4180
E-mail info@woordvanhoop.be
Web www.woordvanhoop.be

Erratum: Jaargang Contact

De oplettende lezer van **Contact** heeft het vast al gespot. Opeens zitten we in jaargang 78, in plaats van in jaargang 74, zoals de vorige keer op de cover stond. De correctie komt door het opduiken van enkele archiefstukken. Daaruit blijkt dat **Contact** veel ouder is dan we dachten. We willen vanaf nu weer de juiste jaargang op de cover.

Met 2026 in zicht
wensen staf en
medewerkers van
Contact je fijne
feestdagen en een
gezegend nieuwjaar!



GRATIS Download
Contact Magazine



ESDA Instituut
Bijbellessen Online

