



Contact

Driemaandelijks magazine van de stichting ESDA

- 02 Redactioneel Laat het gaan!
- 03 Overdenking Vergeten groenten
- 04 Relaties Een stukje terug in de tijd
- 06 Dialoog Een ander het goede gunnen
- 08 Op de achtergrond Vroeger was alles beter?
- 10 Medisch Lekker retro: huis-tuin-en-keukenmiddelen
- 12 Verdieping Terug naar de tuin
- 15 Bijbels gezien Een nieuwe weg inslaan
- 16 Voedsel voor de geest Alles op z'n tijd
- 18 Groen! Groen blijft in de mode
- 19 Ten slotte Goed gebruik
- 20 ESDA Contactgegevens

Retro



Laat het gaan!

Lydia Lijkendijk



Foto: Koch, Eric, Nationaal Archief/Anefo



◀ Televisie-optreden van The Beatles in Treslong te Hillegom [vlnr. George Harrison, Paul McCartney, John Lennon en Jimmie Nicol (vervanger van Ringo Starr)].

Als nakomertje ben ik opgegroeid in een huis met volwassen mensen. Op mijn komst was niet meer gerekend, en ik had me aan te passen aan wat er al was: een grote broer en een grote zus. Die op zich niet zaten te wachten op een kleine krijserd, maar wel de gelegenheid te baat namen wat mee op te voeden, zo links en rechts.

THE BEATLES ★

Zo werd mij van alles met de paplepel ingegoten. Ik ben een kind van de jaren zestig en *The Beatles* maakten dus integraal onderdeel uit van de opvoeding. Ver voor het ontstaan van Google bezat ik een Beatles-encyclopedie en een boek met de verzamelde Beatles-teksten. Het was mijn missie die van buiten te leren. De ganse dag las ik erin en ik citeerde er rijkelijk uit. Met mijn Beatles-T-shirt, mijn Beatles-haar en Beatles-schoenen. Natuurlijk weet ik nog exact waar ik was op het moment dat ik hoorde van de moord op John Lennon.

Dolgelukkig was ik toen mijn vader, die verder geen blijk gaf van enige sjoerge als het om popmuziek ging, na een buitenlandse trip een Beatles-boek voor me meebracht. Een hysterische fan ben ik nooit geweest, niet zo'n meisje dat in de gracht was gesprongen bij het enige Nederlandse optreden van The Beatles. Nee, ik ben een liefhebber.

Voor velen zijn The Beatles retro. Een band uit lang vervlogen tijden. Voor mij zijn The Beatles van alle tijden. Wie daar aan twijfelt, raad ik aan eens te kijken naar de *Paul McCartney Carpool Karaoke*, op YouTube. Had mijn zus ook leuk gevonden.

Er gaat geen dag voorbij dat ik niet aan haar denk. Dat zij niet meer leeft, is bij voortduring ontwrichtend, maar in mijn gedachten is zij er altijd. *Let it be* was haar levensmotto: laat het gaan. Om dat te kunnen zeggen, na het jarenlang moeten dragen van een groot verlies en van ziekte, dat is levenskunst. Als ik me weer eens op moet winden om maatschappelijke onrechtvaardigheid, of me dreig op te vreten in het verkeer, dan hoor ik haar zeggen: Laat het gaan. Tegenwoordig laat ik heel veel gaan.

The Beatles, die zijn dus geen retro. Wat wel allemaal retro is, kun je lezen in deze *Contact*. En is het je opgevallen dat we tegenwoordig 'je' tegen je zeggen? Misschien vind je dat vervelend en was je liever 'u' gebleven. Maar tijden veranderen, niet alles is retro. En ook hier geldt: laat het maar gaan.

Een paar jaar geleden waren ze behoorlijk trendy: de vergeten groenten. Maar inmiddels zijn ze alweer aardig gewoon en kun je pastinaak of zoete koolraap zelfs in de supermarkt kopen. Vergeten is weer herontdekt en opnieuw ingeburgerd.

Wet is interessant om te ontdekken dat vooral jongeren de vergeten groenten omarmd hebben. Ouderen herkennen de schorseneren nog prima. Maar latere generaties wisten niet meer zo goed wat ze met de winterasperges aan moesten. 'Gewoon een bloemkoolpapje eroverheen', zou mijn oma gezegd hebben. En een beetje nootmuskaat. De jongeren onder ons verwerken ze in de vergetengroentensalade. Samen met de koolrabi en postelein.

Nostalgie

Hooguit twee generaties terug waren de vergeten groenten dagelijkse kost. Maar de wereld werd groter en we leerden ander eten kennen. We gingen over de landsgrenzen heen en ontdekten aubergines en courgettes voor ons dagelijks menu. Toch bleven we stiekem van tijd tot tijd ook nostalgisch doen over de keuken van onze grootmoeders. Lekker ouderwets eten. Of om met een huidige slogan van een supermarktketen te spreken: 'Goed eten, daar houden we van.' Want zoals het wel vaker gaat met elementen uit de geschiedenis, slingert onze belangstelling vanzelf wel weer een keer terug. Zodoende heb ik nu ook koolraap en pastinaak in onze ouderwetse moestuinbakken staan. 'Wat eet jij vanavond, tante? Want wij eten witte en groene bomen. En die lust ik liever niet', zei mijn neefje zuchtend toen hij een jaar of 5 was. 'Wij eten bloemkool en broccoli', zei ik met een knipoog. 'Oh, mag ik dan bij jou komen eten? Want ik denk dat ik die wél lust ...'



Everett Collection/Shutterstock.com

Vergeten groenten



SarahsWorld/Shutterstock.com

Bijbel

Eigenlijk is het met de Bijbel niet veel anders. We hebben allemaal wel een lievelingsverhaal of -gedeelte in de Bijbel. Net zoals we ongetwijfeld ook onze lievelingsgroenten hebben. Voor de gedeelten uit de Bijbel die we minder graag lezen, geldt dat we geneigd zijn ze te vergeten. We vergeten ze te lezen en we vergeten daardoor dat ze eigenlijk net zo voedzaam kunnen zijn als de gedeelten van ons lievelingskostje. Toch kunnen lastigere teksten die met wat meer inzicht omkleed worden een bijzondere waarde krijgen. De enige manier om daarachter te komen, is om gewoon de Bijbel te pakken en ze weer te lezen. Voor die delen die taaie kost zijn, of misschien soms zelfs een bij-smaak produceren, kun je ons altijd schrijven of mailen. We doen ons best om je vragen zoveel mogelijk te beantwoorden. Sinds kort staat er weer een vernieuwde ESDA-cursus online. *In en om de Bijbel* geeft veel achtergrondinformatie over het ontstaan van de Bijbel. Dat kan helpen om beter te begrijpen wat je leest als je de Bijbel openslaat. Vergeten bijbelgedeelten kunnen weer opleven en een vernieuwde kijk geven op God.

VERGETEN GROENTEN
Joanne Balk



Een stukje terug in de tijd

Kleine kinderen leren het echte leven door goed naar hun ouders te kijken. Vaak hoor je in het spel van kinderen hoe ouders met hen communiceren, hoe ouders met elkaar omgaan en hoe ouders ruzie maken met elkaar. Onze ouders doen ons het leven voor en daarom neigen we ernaar hetzelfde te doen als zij.

Onbewust nemen wij het gedrag van onze ouders over. In de manier waarop we onze kinderen opvoeden, de wijze waarop we met conflicten omgaan, hoe we moeilijke onderwerpen wel of niet bespreekbaar maken. Vaak neigen we naar wat bekend is voor ons, want dat is vertrouwd.

Opvoeding

Twee ouders die kinderen opvoeden, komen geregeld in conflict met elkaar als het om belangrijke gezinsregels gaat. Iedereen is gewend de regels uit de eigen opvoeding als de norm te zien. Het is dan een kunst om voor het eigen gezin nieuwe gezinsregels op te stellen.

Een vriendin vertelde dat haar moeder heel controlerend was. Deze moeder wilde alles weten en las zelfs het dagboek van haar dochter. Toen zij zelf kinderen kreeg, merkte zij dat ze het ook heel moeilijk vond om

haar kinderen los te laten. Ze ontdekte dat ze veel meer op haar moeder leek dan ze had gehoopt. Dankzij haar man heeft ze geleerd om meer ontspannen met haar kinderen om te gaan.

Ruzie maken en liefde tonen

Als jouw ouders niet openlijk ruziemaakten, is het een hele kunst om met conflicten om te gaan. Zeker als je een gezin vormt met iemand die gewend is in het bijzijn van kinderen ruzie te maken - en het ook weer goed te maken. Jij bent gewend om conflicten te vermijden, er niet over te praten en te wachten tot het allemaal voorbijgaat, terwijl je partner gewoon openlijk het conflict aangaat.

Het is niet erg als kinderen zien dat hun ouders het niet eens zijn met elkaar, zo is het leven. Wel is het belangrijk dat kinderen het ook meemaken dat ouders 'sorry' tegen elkaar zeggen en het weer goedmaken.

Ook het tonen van affectie leren we van onze ouders. Het openlijk tonen van liefde is goed voor de ontwikkeling van kinderen. Zij weten dan dat zij veilig zijn en kunnen



zich dan richten op hun eigen ontwikkeling, in plaats van dat ze zich moeten bezighouden met de eventuele relatieproblemen van hun ouders.

Effectief communiceren

Effectief communiceren draagt bij aan het hebben van een goede relatie. Je moet kunnen zeggen wat je wilt zeggen zonder aanvallend of verwijtend over te komen. Dit betekent dat je je kwetsbaar durft op te

stellen en dat je eerlijk bent tegenover jezelf: wat voel ik nu echt en wat wil ik dat de ander daarover te horen krijgt? Wat wil ik echt zeggen?

In de communicatie van je ouders zaten vaste patronen, die bekend zijn voor jou. Bijvoorbeeld: je moeder had de broek aan en je vader was volgend. Wil je dit patroon doorbreken bij jezelf, dan zul je je eerst bewust moeten worden van het bestaan ervan. Maak het bespreekbaar met je partner en ga dan gezamenlijk op zoek naar elementen die belemmerend zijn in het effectief communiceren. Wat kun je 'anders' doen, zodat je op een goede wijze met elkaar in gesprek blijft? Het werkt het beste als iedereen zich kwetsbaar op durft te stellen en werkelijk luistert naar zichzelf en de ander.



Scan mij



Bron
Amir Levine,
Verbonden, Boom,
2016

Illustratie pag. 5: Charlie G Images/Shutterstock.com
Foto's pag. 4 & 5: LightField Studios/Shutterstock.com

Een ander het goede gunnen

EEN ANDER HET
GOEDE GUNNEN
Jacob Engelgeer

In bijbels perspectief is de zorg voor mensen in nood van wezenlijk belang. Het is zelfs zó belangrijk dat Jezus die zorg tot maatstaf lijkt te verheffen voor deelname aan het koninkrijk van God. In zijn rede over de laatste dingen zegt hij: 'alles wat jullie gedaan hebben voor een van de onaanzienlijksten van mijn broeders of zusters, dat hebben jullie voor mij gedaan' (Matteüs 25:40).

Wet is opmerkelijk dat in deze gelijkenis juist het doen van het goede, wat tot uiting komt in de zorg voor de medemens, de graadmeter lijkt bij het oordeel. Bij geloven denken we vaak aan het verstandelijk belijden van je geloof. Maar wat is het nut van een dergelijke belijdenis als je er niet naar handelt?

Waakzaamheid

In een lange toespraak over de tijd van het einde spreekt Jezus over de voorbereiding op zijn wederkomst. En hoe belangrijk het is om waakzaam te blijven. Daarna vertelt hij drie gelijkenissen om dat te illustreren: de trouwe dienaar, de wijze en onverstandige meisjes en de zorg over Gods talenten. Waakzaam blijven en je voorbereiden op zijn komst doe je door *goed te zorgen voor de mensen van de heer* (Matteüs 24:45-47), *alert te blijven* (Matteüs 25:1-13) en *goed gebruik te maken van de talenten die je hebt ontvangen* (Matteüs 25:14-30). Op deze manier zet je je geloofsbelijdenis om in daden, die getuigen van inzet en betrokkenheid.



Recht

Na de drie gelijkenissen vertelt Jezus verder. Hij schildert een situatie waarin er recht wordt gesproken. De Mensenzoon zit als een koning op zijn troon en alle volken komen voor hem te staan. Eindelijk zal het recht zegevieren. We verlangen naar recht. Als er geen recht is, dan weten we dat er iets grondig mis is. We willen dat kwaadaardigheid en overtredingen worden bestraft. En we hebben ook behoefte aan het terugbrengen van de balans in ons leven en in onze wereld. De Bijbel leert ons dat God zelf de bron is van dat verlangen naar recht. Hij zal uiteindelijk op een wereldwijde schaal recht doen en recht spreken. Het is deze situatie die Jezus schetst in Matteüs 25, en die de climax vormt van die lange toespraak over het einde.

Twee groepen

Jezus tekent het beeld van een herder en zijn kudde die uit schapen en bokken bestaat. Het is een beeld dat — zoals Jezus wel vaker doet — uit het leven komt van alledag. De toehoorders zijn ermee bekend dat de herder de schapen van de bokken scheidt als hij 's avonds thuiskomt. Allebei in een apart hok. Dat zagen ze elke dag. Nou, zo zal de Mensenzoon op een dag de mensheid in twee groepen opdelen. De ene groep ontvangt de zegen van God en mag deelnemen aan zijn koninkrijk. De andere groep ondervindt het tegenovergestelde: ze wordt vervloekt en uit het koninkrijk geweerd.

Dialogo

Het 3^e kwartaal van het boekje *Dialogo* is gewijd aan *zorgen voor de medemens in nood*. *Dialogo* is een halfjaarlijkse uitgave van de Adventkerk. Bestel *Dialogo* via www.servicecentrum-adventist.nl. Prijs incl. verzendkosten € 19,00.



De norm

Dat scheiden van de mensheid vindt niet plaats op basis van rijkdom, intelligentie, huidskleur, sekse, of nationaliteit. Het vindt plaats op grond van een heel andere norm. Tegen degenen die gezegend worden, zegt de koning: 'Want ik had honger en jullie gaven mij te eten, ik had dorst en jullie gaven mij te drinken. Ik was een

Voorbereiden op zijn komst doe je door goed te zorgen voor de medemens in nood

vreemdeling, en jullie namen mij op, ik was naakt en jullie kleedden mij. Ik was ziek en jullie bezochten mij, ik zat gevangen en jullie kwamen naar mij toe.' Het is de norm die gebaseerd is op de belangrijkste waarde die de Bijbel noemt, en dat is liefde. Liefde die zich uit in liefde tot God en de naaste.

De juiste waarde

Wanneer je leeft vanuit deze waarde, dan handel je niet uit eigenbelang of om het willen ontvangen van een honorering. Je drijfveer is niet het willen krijgen, maar het belangeloos willen geven. Vandaar ook dat de rechtvaardigen verbaasd reageren: 'Wanneer hebben we dat dan allemaal gedaan?' Ze zijn zich er niet eens van bewust. Maar dan antwoordt de koning: 'Alles wat jullie gedaan hebben voor een van de onaanzienlijksten van mijn broeders of zusters, dat hebben jullie voor mij gedaan.' Het kernwoord is hier 'onaanzienlijksten'. Dat zijn degenen die niets kunnen teruggeven. Daarom neemt Jezus hen als doelgroep. Want degenen die geven, geven dus niet om er zelf beter van te worden, maar om een ander het goede te gunnen.

Foto pag. 6: ReyRomMedia/Shutterstock.com
Illustratie pag. 6: RetroClipArt/Shutterstock.com



Vroeger was alles beter?

VROEGER WAS
ALLES BETER?
Megen de Bruin-Molé

Het geheugen is een vreemd ding. Onderzoek laat zien dat elke keer dat wij ons iets herinneren, we het een klein beetje herschrijven in onze hersenen. 'Herinneringen zijn niet vast', schrijft neurowetenschapper Donna J. Bridge. 'Als je je iets herinnert in een nieuwe context of andere tijd, of je bent in een andere stemming, dan integreren je herinneringen deze nieuwe informatie.' Hoe we ons voelen als we ons iets herinneren, verandert die herinnering. Het wordt leuker of erger dan het echt was.



Wat zegt dit over nostalgie en het heden? Nostalgie is eigenlijk gewoon een ingewikkeld woord voor heimwee. Het gevoel dat je terug naar huis wilt, naar hoe je je herinnert dat dingen waren toen je klein was. Maar als we nu terugkijken, vanuit de onzekerheden waar we vandaag mee worstelen, herschrijven we die beelden van het verleden. Ze worden steeds positiever.

Mannen waren mannen

In de afgelopen jaren, bijvoorbeeld, is er veel nostalgie ontstaan voor de genderrollen van de jaren '50. Een tijd van optimisme, waar mannen mannen waren, vrouwen vrouwen, en ieders leven simpel was. Tenminste, zo gaat het verhaal. Het is makkelijk om te begrijpen waarom terugdenken aan deze tijd mensen nostalgisch maakt. Vandaag de dag zijn banen steeds vaker van korte duur, en je moet steeds meer uren maken terwijl je voelt dat je arbeid niet gewaardeerd wordt. In zulke omstandigheden denken we maar al te graag terug aan die dagen, toen



Kuznetsov Alexey/Shutterstock.com

alles simpel was. Een warm, gezellig thuis waar je kon ontspannen. Waar iemand anders schoonmaakte, kookte, de was deed, en iedereen tijd had voor de kinderen en elkaar. Wie wil dat niet?

Groepsherinnering

Nu hebben velen van ons de jaren '50 niet erg bewust beleefd, maar samen als cultuur herinneren we ons hoe het was. De media en de geschiedenis herinneren het zich voor ons. Het zal je niet verbazen dat groepsherinnering hetzelfde werkt als onze eigen herinneringen. Hoe meer geschiedenis en media terugkijken naar de positieve delen van het verleden, hoe meer we vergeten dat de leuke dingen mogelijk gemaakt zijn door minder leuke dingen. Het is geweldig als iemand anders alles in huis doet. Huisvrouwen en -mannen zijn nog steeds onmisbaar in onze samenleving – we kunnen thuis niet zonder zo'n parttime, onbetaalde kracht. Maar, hoe zou jij je voelen als iemand zei dat je dat fulltime moest doen, je leven lang, zonder uitzicht op promotie of pensionering? En dan zonder moderne technologie: geen wasmachine, stofzuiger of magnetron. Toen had je amper een keuze. Tot 1956 waren de meeste vrouwen, vooral in overheidsfuncties en onderwijs, wettelijk verplicht om hun baan op te zeggen als zij trouwden. Het duurde nóg langer voordat ze zelf bij hun inkomen en bankrekening konden. Onderzoek uit die periode laat zien dat er ontzettend veel angststoornissen en depressies waren onder huisvrouwen, maar ook onder mannen. Huiselijk geweld was aan de orde van de dag. In 1995 had 45% van de Nederlanders te maken met huiselijk geweld (driekwart daarvan was vrouw). Niet veel om nostalgisch over te zijn dus.

Zekerheden waren niet zo zeker

Maar het is heel gemakkelijk dit te vergeten. Zeker als je moe bent na een lange dag op kantoor, of gefrustreerd bent over de relaties in je leven. Was alles maar zo simpel als in de jaren '50, toen het eten op tafel stond als je thuiskwam, en het huis schoon was.

Onderdeel van het ouder worden is beseffen dat die zekerheden van je kindertijd helemaal niet zo zeker waren. Rollen nu zijn niet ingewikkelder dan toen, we zijn er alleen wat eerlijker over. We staan er meer voor open om te bespreken hoe we het werk verdelen, en doen wat meer ons best om ervoor te zorgen dat iedereen zo gelukkig mogelijk is.

Uitdaging

Hoe je het wendt of keert, het verleden is nooit zo mooi als je het je herinnert. Het probleem is niet het verleden, maar het heden. Het heden is overweldigend en dat is de uitdaging. Als volwassen mensen, met maatschappelijke en politieke verant-

*Het probleem is
niet het verleden,
maar het **heden***

woordelijkheden, moeten wij besluiten wat we willen. Keren we terug naar de denkbeeldige wereld die we als kinderen kenden? Laten we valse herinneringen van het verleden ons denken in het heden leiden? Of werken we samen om dingen nu beter te maken? Stap voor stap, zodat het misschien ooit in de toekomst onze nostalgie echt waard is?

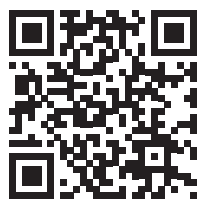
Megen de Bruin-Molé is universitair docent Digitale Media aan de Universiteit van Southampton (VK).



Stokkete/Shutterstock.com



Scan mij



Scan mij



Lekker retro: huis-tuin-en-keukenmiddelen

LEKKER RETRO:
HUIS-TUIN-EN-
KEUKENMIDDELEN
Hanneke Tan-Koning

Veel mensen gebruiken huis-tuin-en-keukenmiddelen om hun gezondheid te bevorderen of verbeteren. Denk maar eens aan kamillethee of honing bij keelpijn, of het gorgelen met zout water. Of denk aan de ui naast het bed bij een verstopte neus of verkoudheid. Heeft het zin, of kan het kwaad?



KLÈÛSIEN ZEGT —

“Voor elk kwaaltje is er een effectief en geneeskrachtig kruidje.”

Baat het niet?

Overigens wordt vaak gezegd: ‘Baat het niet, dan schaadt het niet’, maar dat is helaas niet helemaal waar. Dat een huis-tuin-en-keukenmiddelen vrij verkrijgbaar (zonder recept) is bij de drogist of apotheek, betekent niet dat het onschadelijk is en geen bijwerkingen zou hebben. Ook zogenoemde geneeskrachtige kruiden kunnen veel nare bijwerkingen hebben. Een berucht middel is het Sint-Janskruid, een middel dat gebruikt kan worden bij milde depressieve klachten. Het is een ‘natuurlijk middel’, wat veel mensen beter vinden klinken dan de ‘chemische troep’ van de dokter en apotheek. Gebruiken mensen naast Sint-Janskruid nog andere geneesmiddelen, dan kan het vervelende effect optreden dat deze andere geneesmiddelen minder goed werken. Sint-Janskruid zorgt er bijvoorbeeld voor dat de anticonceptiepil minder goed werkt. Nog een reden om voorzichtig te zijn met natuurlijke middelen, is dat deze minder goed gecontroleerd worden. De samenstelling ervan kan daarom erg wisselen per tablet of drank.

Zó schaadt het niet

Is het nu slecht om van alledaagse middelen gebruik te maken? Nee hoor, een ui naast het bed tegen een verstopte neus kan verlichting geven. De verkoudheid duurt dan 7 dagen, en zonder ui naast het bed duurt het een week. Als het bij dit soort middelen blijft en je bent verder gezond, zonder het gebruik van geneesmiddelen, dan kan het geen kwaad. Helpt het middel niet binnen een paar dagen, krijg je meer klachten of heb je last van bijwerkingen, dan is het advies: stoppen en deskundig advies vragen aan een arts.

Hanneke Tan-Koning is huisarts in Giethoorn, en voorzitter van de Stichting Leven & Gezondheid.

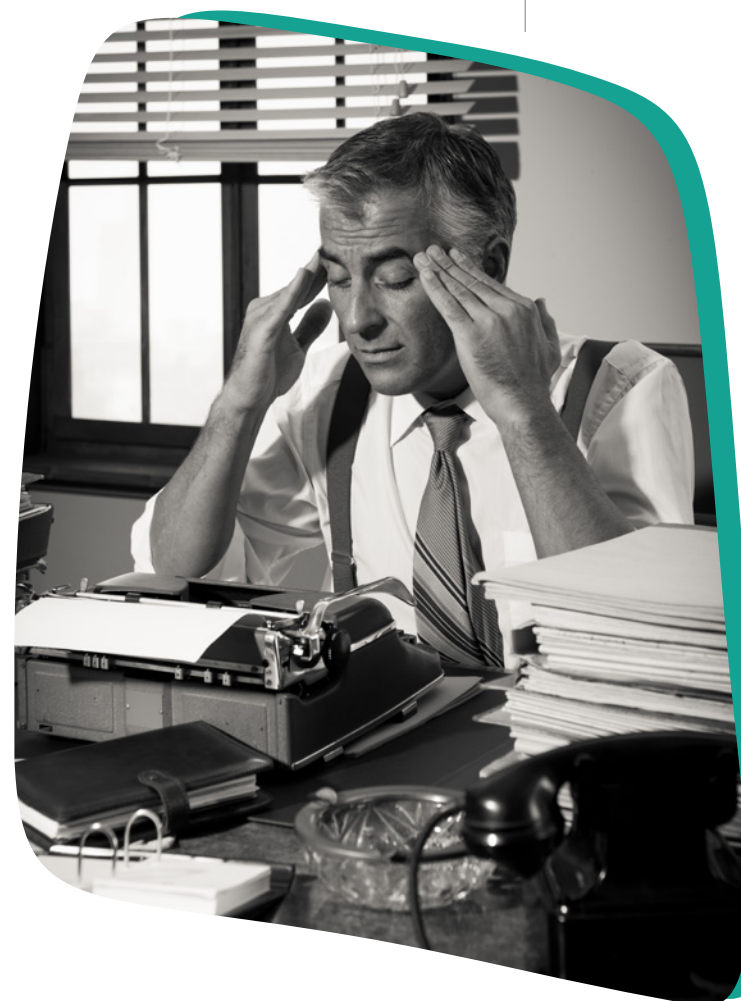
Illustraties pag. 10/11: RetroClipArt/Shutterstock.com
Fotos pag. 10/11: Stokkete/Shutterstock.com



Scan mij



Doe voorzichtig met natuurlijke middelen, deze worden minder goed gecontroleerd



Middelen uit grootmoeders tijd worden vandaag de dag nog veel gebruikt. Veel mensen kennen Klazien uut Zalk nog wel, die beroemd werd door haar adviezen over het gebruik van kruiden. Na haar overlijden in 1997 werd ze snel vergeten. Maar hoe zit het met de middeltjes die zij propageerde tegen kleine kwalen? We maken er vrijwel allemaal gebruik van, maar werken ze ook echt?

Geen bewijs

Er is helaas geen bewijs voor te vinden dat deze middelen een positieve werking hebben. Al in 1993 publiceerde de gezondheidsraad een rapport over alternatieve geneeswijzen, waaronder het gebruik van kruiden. ZonMw, de organisatie die innovatie stimuleert in de gezondheidszorg, won in 2006 de Meester Kackadorisprijs van de Vereniging tegen de Kwakzalverij. De organisatie kreeg de prijs wegens geldverspilling door het opnieuw doen van onderzoek naar alternatieve behandelingen. Dit terwijl al meerdere malen bewezen was dat er geen wetenschappelijke basis is voor positieve effecten, en er wel negatieve effecten waren gevonden.

Placebo

Waarom gebruiken we die middelen dan toch massaal? Vaak geven huis-tuin-en-keukenmiddelen verlichting van klachten. Daarmee is de tijd die nodig is om de natuur gewoon de genezing te laten doen, beter te dragen. De genezing gaat niet sneller, alleen hebben we het gevoel dat we er alles aan hebben gedaan. Het placebo-effect van kruidenmiddeltjes (en ook geneesmiddelen) is groot: we voelen ons al veel beter als we iets gebruiken. Maakt niet uit wat.

MAMMA ZEGT —

“Voor keelpijn moet je gorgelen met warm zout water, een oplossing die wonderen doet.”



Terug naar de tuin



Jezus was totaal niet retro. Maar de mensen om hem heen waren dat juist heel erg. Ze dachten allemaal terug aan de gloriëdagen van het koninkrijk van David. Ze verlangden naar de goede oude tijd toen er, om met Asterix en Obelix te spreken, geen rare Romeinen waren in hún land. Toen alles simpel was.

Jezus had niet zoveel met dit retro-zijn. Hij is zelfs zo anti-retro dat hij, als we zijn woorden lezen, soms harteloos klinkt. Lucas haalt een tweetal van deze gezegden van Jezus achter elkaar aan (Lucas 9:60–62). Jezus roept de een, en die wil zijn vader begraven. Jezus zegt dan: ‘Laat de doden hun doden begraven.’ Niet meteen het meest empathische antwoord. De ander vraagt of hij misschien gedag kan zeggen tegen zijn huisgenoten. Daarop antwoordt Jezus: ‘Wie de hand aan de ploeg slaat en achterom blijft kijken, is niet geschikt voor het koninkrijk van God.’ Jezus gebruikt hier harde woorden, juist omdat hij wil dat mensen anders leren denken.

Natuurlijk is Jezus niet harteloos. Wat hij hier doet, is niet persoonlijk. Hij ageert tegen het retro-denken uit die tijd en gebruikt elke mogelijkheid die hij heeft om dat te doen. Jezus komt met een vernieuwde boodschap, eentje die duidelijk níét retro is. Of misschien kan ik beter zeggen: eentje die juist megaretro is!

Bergrede

In Jezus’ bekendste preek, de Bergrede, zegt hij wel zes keer iets in de geest van ‘Jullie hebben gehoord dat gezegd werd ... Maar ik zeg zelfs ...’ (Matteüs 5:21–48). Zes keer zegt Jezus: het is retro om dit te denken, maar als je mij wilt volgen denk je iets anders. Het is retro om je vijanden te haten, maar als je mij wilt volgen, heb je je vijanden lief. Het is retro om wraak te zoeken, maar als je mij wilt volgen doe iets extra’s voor de ander. Jezus leert dat mensen de oude wet ook anders kunnen interpreteren, gebaseerd op principes. Zo leef je liefdevoller.

*Jezus wil niet terug
naar de woestijn, hij wil
terug naar **de tuin***

Na Jezus’ bekendste wonder, het vermenigvuldigen van de broden en de vissen, zijn de mensen weer lekker nostalgisch (Johannes 6:5–15). ‘We willen weer een koning! Net als vroeger.’ Heel retro. Maar wanneer Jezus begrijpt dat ze hem willen dwingen om koning te zijn, gaat hij alleen de bergen in. Die oude koning, de basis voor het joodse koninkrijk, daar denkt Jezus anders over.

Tussenstation

Voor de mensen toen, en misschien ook wel voor ons, is dit allemaal vreemd. God gaf de wetten toch aan Mozes? Hij riep David toch uit tot koning van Israël? Is God van mening veranderd? Helemaal niet. God is heel retro, net als Jezus. Alleen is God niet nostalgisch als het gaat om de tijd van patriarchen en koningen. Wél denkt God graag terug aan het allereerste begin. Aan de goede oude tijd, voordat de eerste mensen vluchtten en zich verstopten voor God. Aan de tuin van Eden, waar God en de mensen samenwoonden. De tijd van Israël was slechts bedoeld als een tussenstation, iets wat even veilig voelde, maar uiteindelijk nooit de bedoeling was.

*Kijk **vooruit** en
vertrouw op God*

Jezus is retro als het gaat om de tijd vóór het jodendom, vóór Israël, vóór Mozes, vóór Abraham. Hij wil niet terug naar de woestijn, hij wil terug naar de tuin. De goede oude tijd, wat God betreft, was dié tijd.

Kijk vooruit

Daarom zegt Jezus: ‘Kijk niet terug, kijk vooruit.’ Hij zegt: ‘Denk aan de vrouw van Lot!’ (Lucas 17:32). Zij keek terug, en werd een zoutpilaar. Kijk vooruit en vertrouw op God. Daarom belooft Jezus: ‘In het huis van mijn Vader zijn veel kamers; Wanneer ik een plaats voor jullie gereedgemaakt heb, kom ik terug. Dan zal ik jullie met me meenemen, en dan zullen jullie zijn waar ik ben’ (Johannes 14:1–3).

Jezus kijkt niet terug naar de goede oude tijd. Jezus kijkt vooruit naar de nieuwe tijd, wanneer hij en wij weer samen wonen. Net als in het allereerste begin. Dát is de boodschap die hij kwam brengen. Als iets retro is, is het dat wel. Het is **megaretro!**

Foto pag. 12: Dmitry Pichugin/Shutterstock.com

Foto inzet: Rolf E. Staerk/Shutterstock.com

Illustratie: Rolf E. RetroClipArt/Shutterstock.com



SUMMER SCHOOL

Kom jij naar de Summer School dit jaar?

Je kunt dit jaar kiezen uit twee workshops:

HOE JOODS ZIJN JEZUS, PAULUS EN HET NIEUWE TESTAMENT?
door prof. dr. Rudy Van Moere

WIE SCHRIJFT DIE BLIJFT
door schrijver en communicatie-expert Lydia Lijkendijk

HOE JOODS ZIJN ...

In *Hoe joods zijn Jezus, Paulus en het Nieuwe Testament?* maak je kennis met de joodse manier van leven van Jezus en Paulus. Je leert over godsdienstige stromingen, de tempel en synagoge. Uiteindelijk kunnen deelnemers zich verdiepen in de leer van Jezus en Paulus. Rudy Van Moere laat je binnentreden in een nieuwe wereld van denken die je nooit meer loslaat bij het Bijbellesen!

WIE SCHRIJFT DIE BLIJFT

In *Wie schrijft die blijft* houd je je bezig met bloggen! Want bloggen is een goede manier om je boodschap over te brengen. Om de organisatie waarvoor je blogt op het netvlies van mensen te krijgen, of om jouzelf als schrijver goed neer te zetten en je expertise duidelijk te maken.

Blogs maken onderdeel uit van de sociale media en hebben een impact tot ver buiten jouw eigen netwerk. Maar wat maakt een blog tot een goede blog? Hoe maak je een blog prettig leesbaar? Tijdens de blogtraining leer je gemakkelijker, creatiever én aantrekkelijker schrijven. Dat is een vaardigheid waar je baat bij hebt in de kerk, in je werk, maar ook daarbuiten.

AANMELDEN

Meld je aan voor 15 juli via:
adventist.nl/summer-school-2019
(Mobiel bij je? Scan dan snel de QR code hiernaast voor meer info.)



Foto: vgstudio/Shutterstock.com, alfabet: Tortuga/Shutterstock.com

PRIJZEN
Summer Schoolprijzen zijn *all-inclusive*: je betaalt voor het hele weekend, inclusief maaltijden en materiaal.

Er zijn diverse prijsopties: **€85 per persoon**, als je alleen of met meerdere komt, inclusief overnachten op zolder.

€50 per persoon, zonder overnachting.

Scan mij



Een nieuwe weg inslaan

EEN NIEUWE WEG
INSLAAN
Ronald Balk

Retro. Voor mij is het een woord met een bijna romantische lading. Het heeft een soort blij nostalgische. Mijn vaders platen van Jim Reeves, Mies Bouwman op televisie, de geur van verse appeltaart in huis omdat een afzuigkap nog niet bestond. Retro is ook die hele foute stropdas van toen die nog achterin de kast hangt. Retro-dingen laten je glimlachen!

In nostalgie kan al wat meer 'heimwee naar toen' sluipen. Nostalgie roept in mij vooral herinneringen op aan wat er was, maar niet meer is. Retro daarentegen kan slaan op iets wat nog helemaal actueel is, bijvoorbeeld wanneer die stropdas weer in de mode komt.

Nostalgie en weemoed

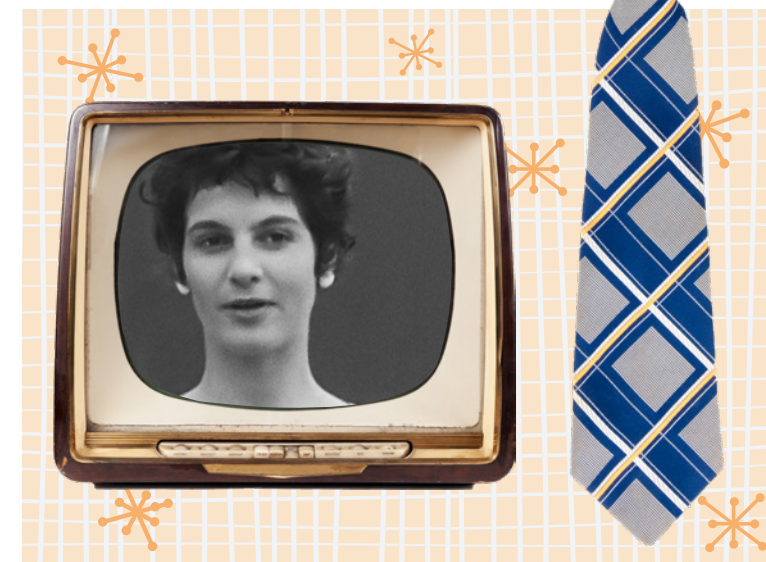
Soms gaat met name nostalgie, ongemerkt, over in weemoed. Weemoed kan ontstaan uit verdriet, uit gemis, uit eenzaamheid, maar het resultaat van weemoed en nostalgie is vaak hetzelfde. We klampen ons vast aan iets uit het verleden, iets wat ons een stukje van die oude gevoelens laat herbeleven of iets waar we naar terugverlangen.

Loslaten

Vastklampen, houvast zoeken. Het kan maken dat je vastloopt, niet meer in beweging bent, niet meer verder kunt. In het begin heeft de omgeving nog geduld en begrip. Tot het moment dat mensen gaan zeggen: 'Dat moet je leren loslaten.' Zo blij als ik van het woordje retro word, zo moeilijk vind ik het advies om los te laten. Want hoe doe je dat met de herinnering aan een dierbare? Wat betekent het dan om te moeten loslaten? En toch raadt de Bijbel ons aan om niet te blijven hangen in het verleden. En dan heb ik het over Jesaja 43:18-19: 'Blijf niet staan bij wat eertijds is gebeurd, laat het verleden nu rusten. Zie, ik ga iets nieuws verrichten, nu ontkiemt het - heb je het nog niet gemerkt? Ik baan een weg door de woestijn, maak rivieren in de wildernis.'

Heilloze weg

Er is niets mis met mooie herinneringen. Er is niets mis met iemand missen die we verloren hebben. Het is het vastlopen in een heilloze weg waarin het probleem schuilt. Soms raken we verstrikt in een patroon dat nergens meer toe leidt, of zelfs destructief is. Misschien val je wel helemaal stil. Het gebeurt, en je er



schuldig over voelen lost niet zoveel op. Wat wel een eerste stap kan zijn, is onderkennen wat er aan de hand is, dat je op een heilloze weg zit. En als je daar bijbelse voorbeelden van wilt lezen, zou ik eens naar het evangelie van Johannes gaan.

**Gods weg is
altijd heilzaam**

Nikodemus, de Samaritaanse bij de put, de zieke man bij het bad van Betzata: Jezus wijst mensen telkens op datgene waarin ze vastlopen. En hij wijst ze op een andere weg, een weg met hem.

Laat God helpen

Is dat niet waar bekeren ook over gaat, een nieuwe weg inslaan, een weg met God? Er zijn twee suggesties die ik zou willen meegeven. Ten eerste, laat God helpen. God is degene die volgens Jesaja een weg baant door de woestijn. Dat kan voor ons voelen als hard werken, maar Gods weg is altijd, altijd heilzaam.

De tweede suggestie is deze: soms hoeft je niet los te laten, maar is het genoeg om anders te leren vasthouden.



Fotos pag. 15:
Stropdas: Kirill Vorobyev/
TV: Tomislav Pinter/
Shutterstock.com
Mies Bouwman: P.D.

Alles op z'n tijd



Volgelingen van Johannes en van de Farizeeërs stonden blijkbaar bekend om hun piëteit, ze vastten geregeld en onderwierpen zichzelf aan allerlei regels. Zo vroegen ze zich af of ze wel met zondaars mochten eten.

De volgelingen van Jezus blijken andere gewoonten te hebben. Ze vasten niet zo vaak en Jezus heeft heel wat minder moeite om met allerlei schorriemorrie te eten. Jezus geeft vervolgens drie gelijkenissen om uit te leggen waarom zijn volgelingen anders doen. In de eerste vergelijkt Jezus zijn volgelingen met de gasten van een bruiloft. Die zeggen toch ook niet tijdens het feest, als de bruidegom aanwezig is, dat ze niet zullen eten? Dat verpest het feest. Het is dan niet het moment om te gaan vasten. Bij de tweede vergelijking spreekt hij over het repareren van een oude jas. Het stukje stof dat je gebruikt om het te repareren moet je eerst

de tijd geven om 'oud' te worden, anders krimpt het stukje en scheurt het de jas. Net andersom is het voor nieuwe wijn, die doe je niet in oude zakken. Oude wijnzakken kunnen niet meer rekken en als de nieuwe wijn gaat gisten, moet er rek in de wijnzak komen. Daarom doe je nieuwe wijn in nieuwe wijnzakken. Jezus probeert aan te geven dat alles op z'n eigen tijd moet, anders verruïneer je de boel. Vasten terwijl je moet feestvieren, oude dingen te snel willen repareren, of nieuwe dingen op een oude manier willen doen; het kan de boel bederven. Te lang naar het verleden kijken of te snel de toekomst in willen gaan ... alles op z'n tijd.

Voorbede
Iedere maandagmid-
dag om 13.30 uur
doen we voorbede
voor wie ons daarom
vragen. Jouw gebeds-
verzoeken zien wij
graag tegemoet op
esda@adventist.nl



- 1** Hoe zie jij jezelf? Als iemand die allemaal nieuwe dingen zo snel mogelijk wil uitproberen of ben je juist iemand die de kat eerst uit de boom kijkt? Ben je wel eens te snel gegaan of juist te langzaam?
- 2** Vasten wordt vaak gezien als een zeer religieuze handeling. Laat je zo zien dat je het geloof serieus neemt?
- 3** Vasten is niet meer zo'n populaire bezigheid. Als je dan toch eens zou willen vasten, wat zou dan een goede tijd daarvoor zijn?

Kort gebed

Onze eeuwige God,
Wij zijn U dankbaar dat ons ge-
loof geworteld is in het verleden,
ons richting geeft in het hier en
nu en ons een geweldige toe-
komst garandeert.

Amen

Bijbelgedeelte

De farizeeën hadden speciale dagen om God te eren. Op die dagen vastten ze. De leerlingen van Johannes de Doper deden dat ook. Iemand vroeg aan Jezus: 'Waarom vasten uw leerlingen niet?' Jezus antwoordde: 'Mijn leerlingen lijken op de gasten op een bruiloft. De gasten zeggen niet: 'Vandaag eten wij niet.' Nee, de gasten eten zolang de bruidegom bij hen is. Mijn leerlingen eten ook, zolang ik bij hen ben. Maar er komt een tijd dat ik niet meer bij hen ben. Dan zullen mijn leerlingen op sommige dagen vasten.' Jezus zei ook: 'Een oude jas met een scheur erin moet je niet herstellen met een nieuwe lap stof. Want als die nieuwe stof gaat krimpen, scheurt je jas nog verder kapot. En jonge wijn moet je niet bewaren in oude wijnzakken. Want oude zakken scheuren open door de jonge wijn. Dan ben je de wijnzakken kwijt, en ook de wijn. Je moet jonge wijn bewaren in nieuwe wijnzakken.'

Marcus 2:18-22 (BGT)

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

Groen blijft in de mode

GROEN BLIJFT IN
DE MODE
Marie Rahajaan

Oliebedrijf Chevron zond halverwege de jaren '80 in de Verenigde Staten televisie-spotjes uit, en publiceerde advertenties in dagbladen met als belangrijkste doel het publiek te overtuigen dat het bedrijf begaan was met milieu. Deze marketingcampagne met als titel 'People Do' toonde medewerkers van Chevron die zich ontfermden over het welzijn van beren, vlinders en zeeschildpadden. Dat is greenwashing in een notendop. Het afleiden van de aandacht van de schadelijke gevolgen van de bedrijfsvoering voor het milieu door duurzaamheidsclaims.

Chevron is natuurlijk niet het enige bedrijf dat zich in de media wil(de) laten voorstaan op haar groene imago. In dezelfde periode klapten otters, zeeleeuwen en dolfinen enthousiast met hun voorpoten in een spotje van concurrent DuPont, omdat dit concern dubbelwandige olietankers in gebruik nam.

Symbolopolitiek

Een recent voorbeeld is de campagne van Head & Shoulders. Op de shampooflessen staat dat deze voor een kwart bestaan uit plastic, dat op stranden is aangespoeld. Echter, strandplastic is sterk vervuild, waardoor het onbruikbaar is voor recycling. Desalniettemin claimt Head & Shoulders dat door het gebruik van strandplastic de CO₂-uitstoot tijdens de productie met 60% wordt verminderd. Experts berekenden dat dit alleen haalbaar is wanneer de volledige fles uit gerecycled plastic bestaat.

Normvervaging

Zo zijn er talloze voorbeelden te noemen waarbij bedrijven zichzelf met behulp van slimme marketingtrucs een groener imago aanmeten. Waarom dit mij specifiek tegen de borst stuit, is omdat er gevaren schuilen in greenwashing. Ten eerste wordt hierdoor de aandacht verlegd. Multinationals gaan hiermee het gesprek over het verduurzamen van de bedrijfsvoering uit de weg. Ten tweede kan bij ons als consumenten de gedachte ontstaan dat we plastic gewoon kunnen weggooiden, omdat het toch wel wordt verzameld en tot iets nieuws verwerkt.

Verkeerde been

Waar de marketingafdeling van Chevron zich primair richtte op de emotie van hun (potentiële) klanten, is greenwashing tegenwoordig veel verfijnder en daardoor moeilijker te herkennen. Door bijvoorbeeld slim te spelen met data kunnen wij op het verkeerde been gezet worden. Dat is volgens mij het derde risico. Des te belangrijker om kritisch te blijven en vragen te stellen.

De 30^e verjaardag van de term greenwashing duidt erop dat bedrijven nog steeds liever geld uitgeven aan marketing dan aan daadwerkelijk duurzame oplossingen. Sommige modeverschijnselen komen en gaan, maar een groen imago blijft door de jaren heen in de mode.

Scan mij



Goed gebruik

GOED GEBRUIK
Rudy Dingjan

In mijn kinderjaren maakten we kennis met een natuurproduct dat gemaakt was van verse wei (een bijproduct van kaas), geproduceerd door koeien in de Alpen. Uiteraard zat het barstensvol nuttige vitaminen en zo. Die fles ging een steeds grotere rol spelen. Het bleef niet bij een soort gezonde siroop. Ook allerlei kwalen en ongemakken gingen ermee behandeld worden. In menig gezin groeide het uit tot een soort Haarlemmerolie, een wondermiddel dat standaard uit de kast gepakt werd bij het geringste teken van onraad. Je had geen grote huisapotheek nodig. Je kon toe met die ene fles.

Zo'n scheefgroeit lijkt ook te hebben plaatsgevonden met een goddelijk geneesmiddel. Nadat de Israëlieten tijdens hun verplichte omzwervingen in de woestijn weer eens zijn gaan klagen, krijgen ze te maken met een giftige slangenplaag. Velen sterven. Als Mozes voor hen bidt, draagt God hem op dat hij een koperen slang moet laten maken en die aan een staak bevestigen. Ieder die naar deze slang kijkt geneest van de slangenbeet. Hierna verdwijnt deze koperen slang uit beeld. Hij wordt in de Bijbel niet genoemd tijdens de periode van Mozes' opvolger Jozua, ook niet in de periode van de rechters. Er komen koningen zoals Saul, David en Salomo. De tabernakel, het heiligdom in de vorm van een tent, wordt vervangen door de prachtige tempel van Salomo. Nog steeds zwijgt de Bijbel over die koperen slang.

Zigzagkoers

Na Salomo valt Israël uiteen in twee rijken. Qua trouw aan God vertonen de koningen van Israël en Juda een gigantische zigzagkoers. Door afgoderij vervalt het noordelijke rijk dermate, dat het op het punt staat te worden gedeporteerd door de Assyriërs. Dan wordt Hizkia de dertiende koning van het zuidelijke rijk. Tijdens zijn bewind komen we ineens, na ruim vijfhonderd jaar, deze slang weer tegen. Hizkia is godvrezend en probeert alle afgoderij uit zijn rijk te bannen. 'Hij verwijderde de offerplaatsen, verbrijzelde de gewijde stenen, haalde de Asjerapalen omver en sloeg de koperen slang die Mozes gemaakt



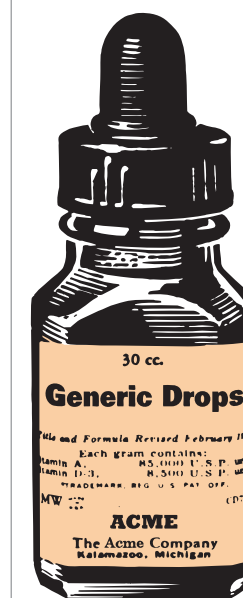
had aan stukken.' Ja, je leest het goed. De koperen slang van Mozes wordt in één adem genoemd met afgoderij als gewijde stenen en Asjerapalen. Waarom? 'De Israëlieten hadden namelijk nog altijd de gewoonte voor deze slang, die de naam Koperslang droeg, wierook te branden' (2 Koningen 18:4).

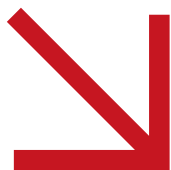
Houd je godsdienstige gewoonten eens tegen
het licht

Ongezonde cultus

Met de slang zelf was niets mis. Hij had kunnen dienen als een mooi gedenkteken van de genezing in de woestijn. Maar in de loop der tijd was er rond dit kunstwerk een ongezonde cultus ontstaan. Zijn rol was veranderd en trok mensen niet meer naar God, maar naar de slang. Hoe oud, oprecht of retro dat ritueel ook mocht zijn, ze moesten er resoluut mee kappen.

Omdat je al heel lang aan bepaalde gebruiken gewend bent, is dat geen garantie dat ze daarom goed zijn. Het kan geen kwaad om je godsdienstige gewoonten af en toe eens tegen het licht te houden. En te checken waar ze vandaan komen en of ze nog wel het oorspronkelijk bedoelde effect hebben.





Stokkete/Shutterstock.com



MACHT
is de
spiegel
van
onmacht
ANONIEM

Vooruitblik

Hopelijk heb je genoten van deze **Contact**. Het volgende nummer verschijnt in september, met als thema **MACHT** en staat weer vol met machtig mooie stukken.

Contact

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

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

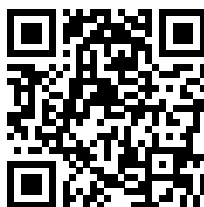
ESDA Nederland

Adres Amersfoortseweg 18,
3712 BC Huis ter Heide
Telefoon 030 - 6931509
INGbank NL76 INGB 0000 0383 25
Rabobank NL59 RABO 0155 9483 18
E-mail esda@adventist.nl
Web www.esda-online.nl

ESDA België

Adres Ernest Allardstraat 11, 1000 Brussel
Telefoon 02-5113680
ING Bank BE47 3100 1698 4180

GRATIS Download
Contact Magazine



ESDA Instituut ONLINE
Bijbellessen Online

