

Inhoud

Woord vooraf 7

1. Wat een verschil! 9

2. Zelfstandiger worden 17

3. Je mag er zijn zoals je bent 24

4. Van meisje tot vrouw 32

5. Van jongen tot man 41

6. Op weg naar het huwelijk 49

7. Geboorte en groei 57

Woord vooraf

Dit is een bijzonder boekje. Het gaat namelijk over jou; hoe je groeit en verandert. Ook lees je over het huwelijk, over de groei van een kindje in de buik van de moeder en over de geboorte. Misschien weet je er al iets van. Maar hier, in dit boekje, wordt alles nog eens duidelijk uitgelegd.

Natuurlijk zou je dit boekje alléén kunnen lezen, maar het is beter dat je vader of je moeder het ook leest. Dan kun je er daarna samen over praten. Dat is soms best moeilijk, want vaak schaam je je om iets over bijvoorbeeld je lichaam te vragen. Ook je ouders weten soms niet zo goed, hoe ze jou zullen vertellen over geboorte en groei. Misschien kan dit boekje wel helpen.

Je Bijbel mag je daarbij niet dichtlaten, want daarin lees je juist over het wónder van de liefde tussen man en vrouw. Je leest over het ongeboren kind, waarvan de Heere al afweet. Heb je de geschiedenis van de schepping gelezen? Man en vrouw zijn allebei door de Heere gemaakt. Lees dan ook nog eens Psalm 139. David looft daarin de Heere. Hij zegt: ‘Wonderlijk zijn Uw werken!’

In diezelfde psalm staat ook, dat de Heere weet van je zitten en opstaan. Hij verstaat van verre jouw gedachten.

Ook jouw gedachten over je groeiende lichaam, over liefde, seksualiteit, huwelijk en geboorte. Juist daarover hoor je vaak zo lelijk spreken. Schuttingtaal. Schuine moppen. Als je nog niets weet over deze dingen, zou je daardoor heel verkeerd kunnen gaan denken. Vergeet die taal van de straat maar.

Lees dit boekje en praat erover en bedenk iedere keer opnieuw dat wij allen, meisjes en jongens, vrouwen en mannen, het werk zijn van Gods handen (Jesaja 64:8). Dan krijg je eerbied voor alles wat de Heere gaf: je lichaam, het huwelijk, de geboorte en de groei. Dat is dan ook de bedoeling van dit boekje.

1 Wat een verschil!

‘Kijk mam, de foto’s zijn klaar!’ Evelien haalt de schoolfoto’s uit de envelop en moeder bekijkt ze aandachtig. Dan kijkt ze met een glimlach naar haar dochter. ‘Wat ben je al groot! Je staat er trouwens leuk op ...’ ‘Gaat wel’, vindt Evelien. Na het theedrinken klimt ze de trap op naar haar kamer. Daar aan haar bureautje neemt ze de foto’s weer in haar handen en met een kritische blik bekijkt ze zichzelf. Haar springerige haar, de kuiltjes in haar wangen, de sproetjes hier en daar ... ‘Ben ik dit?’ Zien de andere mensen mij zo? Vreemd eigenlijk, om zo naar mezelf te kijken. In gedachten staart Evelien voor zich uit.

Zo bekijk jij misschien ook weleens een foto van jezelf. Zomaar ineens kunnen je dan verschillende dingen opvallen, waar je vroeger nooit naar keek. ‘Wat jammer, dat m’n haar naar voren valt op de foto. O, wat zie je die pukkel op m’n wang goed. Niet leuk, hoor.’ Maar je ontdekt misschien ook aardige dingen. Je kunt ook wel tevreden naar jezelf kijken. ‘Die lichtblauwe trui staat me gelukkig goed’, denk je dan. Of: ‘Grappig eigenlijk, dat lachje om m’n mond.’ Al kijkend naar jezelf kun je ineens ook tot de ontdekking komen, dat je de laatste jaren veranderd bent. Je schoolfoto van twee jaar geleden laat dat goed zien. Je legt de foto’s naast elkaar en je denkt: ‘Wat was ik toen nog klein! Echt een kind nog.’ Je hoektanden

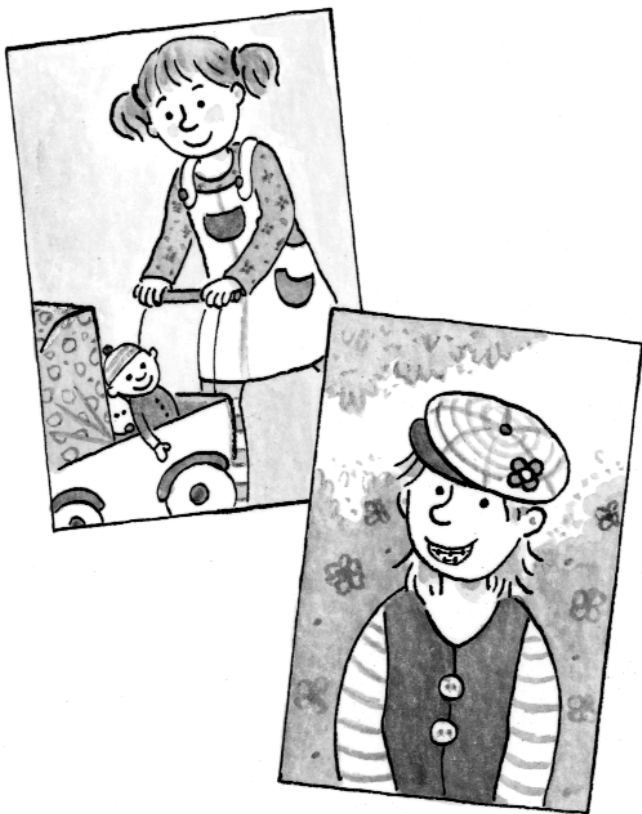
waren misschien nog niet eens doorgekomen, je haar zat heel anders en wat een kinderachtige jurk had je toen aan. Wat een verschil!

Foto's van vroeger

Pak er maar een fotoalbum bij en blader eens terug. Hier was je zes jaar, en daar vier. Een rond gezichtje, grote blauwe ogen, kleine melktandjes: echt een kleutertje. En je bladert nog verder terug in de tijd. Foto's van een kindje in de zandbak, van een peutertje op moeders schoot, van een baby'tje in de wieg.

Op foto's van vroeger herken je jezelf niet meer. Je weet van die tijd ook niets meer af. Het is, dat je vader of moeder, je oudere zus of broer erover vertelde. Daarom weet je verhalen uit je babytijd. En toch heb je 't zelf meegemaakt, toch ben jij dat parmantige kind!

Je groeide van baby naar peuter en van peuter naar kleuter. Je werd schoolkind en nu ben je toe aan de puberteit. Eerst woog je zo'n zes pond. Nu weeg je misschien wel tien keer zo veel! Je was een baby van vijftig centimeter. Nu ben je vast al meer dan een meter langer geworden. Je huid moest ook maar steeds meegroeien. Dat lijkt zo gewoon. Als je er over nadenkt, is dat een groot wonder. Die buitenkant van je lichaam moest steeds maar weer om je heen passen, want zonder huid kun je niet leven. Weet je dat die huid eigenlijk heel bijzonder is? Niemand kan namaken wat de huid allemaal voor jou doet. Het is immers niet zomaar een strak velletje, zoals om de worst. Je huid beschermt het tere en gevoelige



weefsel eronder. Hij bewaart je lichaamswarmte. Je lichaam droogt niet uit. Je huid beweegt mee met je armen en benen. Hij moet kunnen uitrekken en inkrimpen. Stel je voor dat je huid niet elastisch was! Je zou je hoofd, je armen of je benen niet eens kunnen bewegen.

Wonderlijk mooi

Als je heel goed kijkt naar je huid, zie je allemaal openingetjes zitten. Er zijn er wel ongeveer duizend op elke

vierkante centimeter. Door die openingetjes raken we bijvoorbeeld zweet kwijt. Weet je hoeveel? Wel ongeveer een liter per dag! Alles wat gebruikt wordt, slijt. Dat is ook zo met je huid. De buitenlaag schilfert eraf en daaronder wordt steeds weer nieuwe huid gevormd. In heel je leven raak je door het afslijten wel twintig kilo huidschilfers kwijt. Ongelooflijk!

Er is nog meer te ontdekken. Kijk maar eens naar je vingertoppen. Allerlei lijntjes zie je lopen. Wat een mooi patroontje heb je daar; heel regelmatig staan de lijntjes naast elkaar. Ze vormen bijvoorbeeld een prachtige boog. Je kunt dat goed zien, als je een vingerafdruk maakt. Met je vinger druk je op een stempelkussen en daarna op een wit velletje papier. Weet je wat nu zo bijzonder is? Bekijk de vingerafdrukken maar eens van je vader, je moeder, je broers of zussen, je vrienden en vriendinnen. Je ontdekt, dat alle vingerafdrukken verschillend zijn. Niemand heeft dezelfde als jij. Ze kunnen er op lijken en toch ... Nee, die lijntjes lopen toch anders. De politie maakt daar gebruik van. Dat weet je misschien wel. Als een inbreker een deurknop of iets dergelijks heeft beetgepakt, kun je zijn vingerafdrukken daarop vinden. De politie laat vingerafdrukken maken van verdachte personen. Ze kunnen dan gaan vergelijken. Vinden ze dezelfde patroontjes, dan weten ze wie de inbraak gepleegd heeft. Want ... er zijn geen twee mensen met precies dezelfde vingerafdrukken.

Niet alleen je huid is een wonder van Gods schepping. Je ogen doen ook onbegrijpelijk werk. Hoe kan het dat je van alles om je heen ziet? Dingen vlakbij, dingen op

grote afstand. Grote dingen, kleine dingen. Een heel landschap, maar ook het vliindertje op een bloem. Je ziet de kleuren, donker en licht, in allerlei verschillende tinten. Je ziet de bladeren bewegen. Je volgt de vogel in de lucht. Als het licht wat fel is, knijp je als vanzelf je ogen wat dicht. Je pupillen, die zwarte balletjes in je ogen, worden heel klein. Zo kunnen er niet te veel lichtstralen in je ogen vallen. Is het schemerig? Dan gaan je pupillen juist wijd open, om ook maar het kleinste lichtstraaltje op te vangen. Zo kun je in het schemerdonker nog wat zien. Vol verwondering en bewondering mag je zo je lichaam bekijken. Je handen, die zo veel verschillend werk kunnen doen, je oren die het geluid om je heen opvangen, je ... ja alles wat aan jou is, wekt eerbied. Eerbied voor jouw Schepper.

Je bent uniek

Er zijn heel veel mensen op de aarde. Wel zes en half miljard. Al die mensen zijn verschillend. Niemand op aarde is gelijk aan een ander. Sommige mensen lijken wel veel op elkaar. Jij lijkt misschien wel op je zus, of op een nichtje. Maar toch ... je bent niet eender. Er is toch verschil. En al zou je nu jezelf kunnen vergelijken met al die miljarden mensen, je zou niemand vinden zoals jij bent. Je bent uniek. Tussen al die mensen ziet de Heere jou. Het is niet te begrijpen. Het is alleen te geloven. De Heere kent jou. Hij weet van jouw zitten en opstaan. Hij kent zelfs van ver jouw gedachten. Dat lezen we ook in Psalm 139.

Ouder worden

Je bent groter aan het worden. Je bent aan het veranderen. Soms heb je dat zelf niet eens zo in de gaten. Maar als je tante op bezoek komt, roept ze vol verbazing uit: 'Nee maar, wat ben jij groot geworden!' Natuurlijk is het fijn dat je ouder wordt. Je wilt niet graag altijd kind blijven. In je fotoalbum zie je de geschiedenis van jezelf. Van vroeger tot nu toe. Je ziet jezelf al groter worden, veranderen. Van klein meisje groei je zo naar jonge vrouw. Je bent nu een jaar of tien, twaalf. Het groeien en veranderen is nog lang niet afgelopen. Hoe zal het zijn, als je het beleven mag, over een jaar of twee? Hoe zul je er dan uitzien? Zul je dan weer veranderd zijn? Zeg je dan van de foto van nu: 'Wat was ik toen nog een kind'? Het denken over de toekomst kan je misschien ook wel een beetje bang, wat onzeker maken. Je weet immers niet precies wat je te wachten staat. Je weet wel dat er heel veel verandert in de jaren waarin je groeit van meisje tot vrouw. Het zijn de jaren van volwassen worden, waar je nu voor staat, of waar je langzamerhand in groeit en waar sommigen wellicht ook al midden in zitten. Je moeder heeft misschien al eens over allerlei veranderingen verteld, zodat het niet helemaal vreemd voor je is.

Je merkt aan steeds meer dingen dat je ouder wordt. Je kiest vaak al zelf uit welke kleren je zult aantrekken. Je beslist mee, als je met je moeder of vader een nieuw jack gaat kopen. Soms merk je dat jouw smaak niet helemaal hetzelfde meer is als die van je ouders. Die bloemetjesrok bijvoorbeeld, waar jij weg van bent, vindt jouw moeder je helemaal niet staan. En als je je haar achterover

wilt kammen, maakt je moeder er opmerkingen over. Soms mopper je: 'Ik ben toch geen klein kind meer!' Nee, klein ben je niet meer. Maar je bent ook nog lang niet volwassen. Je weet wel, dat jouw vader en moeder voor jou zorgen. Je voelt ook best, dat je naar ze luisteren moet. Maar je wilt daar niet altijd eerlijk voor uitkomen. Je wilt graag je eigen zin doen ...



Al mopperend trek je je dan terug in je eigen kamertje. En je valt neer op je bed. Even alleen zijn. Dat doe je trouwens ook graag met je vriendinnen. Samen kletsen, samen giechelen ... Je hebt misschien wel een eigen bureautje, of een eigen kastje. Want als je groter wordt wil je ook graag iets van jezelf hebben. Schrijf je in een dagboek? Nou, dat laat je niet zo graag aan anderen lezen. Je bergt dat zorgvuldig op in je bureaula of in je kast. Misschien heb je wel eens een gedichtje gemaakt of

een verhaaltje geschreven. Anderen hebben daar niets mee te maken. Fijn, als je dan een plekje hebt om er je eigen dingen in op te bergen. Vroeger had je daar allemaal niet zo'n erg in. Zie je wel, dat je langzamerhand ouder wordt?