

1 OCTOBER 1929

No. 19

34e JAARGANG

DE STER

HALF-MAANDELIJSCH TIJDSCHRIFT
VAN DE HEILIGEN DER LAATSTE DAGEN

OPGERICHT IN 1896

„Ja, ik zoude als met de stem des donders aan iedere ziel bekeering en het plan der zaligheid verkondigen, opdat zij zouden bekeeren, en tot onzen God komen, zoodat er geen verdriet meer zoude zijn op aarde.”

Bnek van Mormon, Alma 29:2

EEN MEESTERTREK VAN WIJSBEGEERTE IN HET BOEK VAN MORMON.

Door Onderling B. H. Roberts.
Van den Eersten Raad der Zeventigers.

De volgende vragen werden mij onlangs gesteld door een schrijver, die zijn naam verzweg, en laat ik in den regel ongeteekende brieven onbeantwoord, deze vragen waren zóó interessant, dat ik besloten heb ze te overwegen in dit korte artikel.

„Waarom verklaart het Boek van Mormon, dat het noodig is dat er een tegenstelling is in alle dingen, ja dat het bestaan aller dingen afhangt van een tweevoudigheid als goed en kwaad, licht en duisternis, hoop en vertwijfeling, lief en leed, geluk en ellende, gevoel en gevoelloosheid, verderf en onverderfelijkheid, leven en dood; en het boek leert dat, als die dingen en toestanden niet in deze tweevoudigheid bestonden, er dan in het geheel geen bestaan zijn kon, neen zelfs niet het bestaan van God. De schepping zou dan in totale vernietiging overgegaan zijn. Neen, er zou geen schepping geweest zijn volgens dit boek, dat gij somtijds de Amerikaansche Schriften noemt. „Er konde geen schepping aller dingen zijn, om te handelen noch om mede te handelen”, zoo staat er woordelijk. Om het onderwerp volle recht te laten wedervaren, zou de geheele lompe tekst gelezen moeten worden. Men vindt haar in II Nephi 2 : 11-14.”

(Hieronder volgt de „geheele lompe tekst” - R.)

„Want het is noodig, dat er een tegenstelling is in alle dingen. Zoo niet, mijn eerstgeborene in de wildernis, dan kon er rechtvaardigheid noch goddeloosheid teweeggebracht worden, heiligheid noch ellende, goed noch kwaad. Alle dingen zouden dan één geheel moeten vormen; en als alles één lichaam was, zou het als dood blijven moeten, leven noch dood hebbende, verderf noch onverderfelijkheid, geluk noch ellende, gevoel noch gevoelloosheid.

„Dan moest het geschapen zijn als iets van geener waarde; zijn schepping zou dan doelloos geweest zijn. Dit zou derhalve de wijsheid Gods en Zijn eeuwige doeleinden te niet doen, en eveneens de kracht en de barmhartigheid en de rechtvaardigheid Gods.

„En indien gij zult zeggen, er is geen wet, zult gij eveneens zeggen, er is geen zonde. Indien gij zult zeggen, dat er geen zonde is, zult gij ook zeggen dat er geen gerechtigheid is. En als er geen gerechtigheid is, is er geen geluk. En als er gerechtigheid noch geluk is, is er straf noch ellende. En als dat alles er niet is, is er geen God. En als er geen God is, bestaan wij noch de aarde; want dan kon er geen schepping aller dingen geweest zijn, om te handelen noch om mede te handelen, en zou er niets bestaan hebben.”

Om nu verder den vrager het woord te geven:

„Natuurlijk moet men toegeven, dat men deze bestaanstegenstellingen heden waarneemt, maar waarom ze bestaansnoodzakelijkheden gemaakt: de bestaansnoodzakelijkheid van het kwaad bijvoorbeeld. En uw Boek van Mormon stelt deze bestaanstegenstellingen zoodanig, dat men geen anderen indruk kan krijgen dan dat deze toestanden eeuwig en noodzakelijk zijn. Dat zij in de toekomst bestaan zullen zooals zij in het verleden bestaan hebben. En als dit zoo is, waar blijft dan de zalige verwachting die de menschheid — de Mormonen inbegrepen, als ik Uw volk goed begrijp — op grond van de Christelijke leer gekoesterd heeft: het koninkrijk Gods waar onvermengde gerechtigheid wonen zal? Kunt ge aan de idee van Uw Mormonenboek een touw vastmaken?”

Een interessant thema.

Deze vraag leidt tot een interessant, hoewel niet nieuw, thema. Ik zou den vrager kunnen verwijzen naar een tamelijk uitvoerige, zoo niet volledige behandeling van des Profeten Lehi's leerstuk van Bestaanstegenstellingen. (Zie *New Witnesses for God*, deel III, bl. 219-227.) De behandeling daar erkent dat Lehi's leerstuk van bestaanstegenstellingen het probleem omvat van het bestaan van zedelijk kwaad zoowel als fysieke tegenstellingen, gezien in de tegenovergestelde krachten van aantrekking en afstooting: de middelpuntzoekende en een middelpuntvliedende kracht; in de scheikunde de ontbindende en de samenstellende zelf-

standigheden; bij de electriciteit de positieve en de negatieve krachten; en dat in het gansche heelal kan gezien worden wat genoemd wordt de tegenstrijdigheid of tegenstelling van licht en duisternis, beweging en rust, kracht en stof, hitte en koude, de eenheid en het veelvoud; en in de moreele orde: goed en kwaad, lief en leed, moed en lafheid, rechtvaardigheid en boosheid.

De geduchte moeilijkheid van het bestaan van zedelijk kwaad in de wereld is sinds lang door denkers erkend. Een hunner noemt noemt het „het ware raadsel van het bestaan, het vraagstuk dat alle wijsbegeerte versteld doet staan, ja, en alle godsdienst ook.” En hij voegt er aan toe, dat zoover als de godsdienst een voortbrengsel is der menschelijke rede, „het ware raadsel hierin bestaat dat het kwaad er nu eenmaal is”. Dan, als wil hij het groote gewicht van het vraagstuk aantonen, gaat hij verder:

„Op deze onbewegelijke versperring van het bestaan van het kwade hebben de golven der wijsbegeerte onophoudelijk gebeukt sinds den geboortedag der menschelijke gedachte en zijn teruggevallen, verpletterd en machteloos, zonder ook maar het geringste stukje van de onverzettelijke rots te verplaatsen, zonder ook maar een ietsje van de donkere, ruwe oppervlakte te verzachten.” *Limits of Religious Thought*, Dean Mansel, p. 197.

De conclusie van mijne verhandeling in de *New Witnesses* (verschenen in 1909) is:

„Met het oog op de uitspraken van het Boek van Mormon, alreeds geciteerd (dezelfde als hierboven) moet het gezegd, dat kwaad zoowel als goed onder de eeuwige dingen thuis hoort. Het begon niet te bestaan toen het op onze aarde zijn verschijning maakte. Zelfs in den hemel bestond het kwaad, want Lucifer en vele andere geesten zondigden daar: „rebelleerden tegen den weergaloozen Hemelkoning”, voerden krijg en werden nedergevoeren op aarde wegens hunne overtreding.

„Het kwaad is geen geschapen hoedanigheid. Het heeft altoos bestaan als de achtergrond van het goede. Het is zoo eeuwig als goedheid; het is zoo eeuwig als wet; het is zoo eeuwig als de wilsvrijheid der ik-wezens (intelligenties). Zonde, dat is: werkzaam kwaad, is wetsovertreding, en zoo lang als de wilsvrijheid der ik-wezens en de wet bestaan hebben, heeft ook de mogelijkheid van wetsovertreding bestaan; en daar de wilsvrijheid der ik-wezens en de wet eeuwig bestaan hebben, zoo heeft ook het kwaad eeuwig bestaan, of potentiëel (dat is: gebeurlijk), of werkzaam (actief), en zal altoos zoo bestaan.

„De oorsprong van het kwaad kan niet op God geschoven worden. Hij heeft het niet geschapen; het is een van die onafhanke

lijke bestaansdingen die ongeschapen zijn, en hoort thuis in de groep van eeuwige dingen. Terwijl ik niet bereid ben om de leerstelling van sommige wijsgeeren te aanvaarden, dat „goed en kwaad de keerzijden zijn van een en dezelfde zaak”, ben ik bereid om te gelooven dat het kwade een noodwendige tegenstelling is van het goede, en noodig voor de verwezenlijking van de harmonie van het heelal. Het goede kan niet bestaan zonder de tegenstelling van het kwade: het foeliesel of de achtergrond waarop het zich kenbaar maakt.

„Daar er geen goed kan zijn zonder het contrast van het kwaad, kan er evenmin kwaad zijn zonder zijn tegenstelling of contrast: goed. Het bestaan van het eene sluit het bestaan van het andere in. En omgekeerd: het niet-bestaan van het laatste sluit het niet-bestaan van het eerste in. Op dezen grondslag komt Lehi tot de conclusie dat òf zijn leerstuk der tegenstellingen — het bestaan van tegenovergestelden — wáár is, òf dat er anders geen bestaan is.

Het kan niet anders zijn.

Dit moet noodzakelijkerwijze de slotsom zijn van hen die de leerstukken van Lehi aannemen als zijnde waarheid uit een geïnspireerde bron. Die conclusie is ingevlochten in het weefsel der dingen — der bestaansdingen — van het heelal. Het kan niet anders zijn. Het tegenovergestelde, de afwezigheid van den een of anderen tegenhanger, is ondenkbaar. Het feit van het bestaan van zijnscontrasten moet erkend worden als een noodzakelijke waarheid: een waarheid waarvan het tegenovergestelde onbegrijpelijk is.

Het verbazingwekkende is hier, dat deze waarheid verkondigd wordt in het Boek van Mormon in den absoluten, beslisten vorm waarin zij omschreven is, uit welk oogpunt men het ook gelieft te beschouwen. Beschouwt men het zooals het Boek van Mormon het voorstelt, n. l. als de uitspraak van een profeet op het westelijk vasteland uit de vijfde eeuw vóór Christus, (derhalve als een zeer oude uitspraak), dan moet erkend dat dit de meest stellige leerbeschrijving der oudheid is. Nergens anders is er in de theologie of de wijsbegeerte der ouden een uitspraak te vinden over het hier besproken onderwerp, die met deze wedijveren kan in duidelijkheid, veelomvattendheid en buitengewone beslistheid. Terwijl het probeem van het zedelijk kwaad in de wereld lang de aandacht van de denkers der oude wereld had bezig gehouden — van profeten, wijsgeeren en dichters — hadden dezen zich tevreden gesteld met het noemen van het probleem en met zich erover te verbazen dat het bestond, zonder te trachten een oplossing te vinden of ook maar een gedachte te offreeren die als bijdrage tot het oplossen ervan kon dienstdoen.

Beschouwt men de zaak uit een ander oogpunt: weigert men

het verslag aan te nemen dat het Boek van Mormon van zijn oorsprong geeft, en houdt men de uitspraak in kwestie (in stede van haar te beschouwen als de woorden van een oud-Amerikaansch profeet) voor een lummelachtige voorstelling door Joseph Smith, gemaakt toen de laatste het Boek van Mormon schreef (zeer waarschijnlijk het standpunt van mijn vragensteller), dan is het wonder dat deze voorstelling in de Nephietische Schriften voorkomt niet minder groot. Want het moet óf gezegd, dat Joseph Smith, door ingeboren, onaangeleerden wijsgeerigen aanleg deze groote, sublieme hoogten van abstract denken bereikte (en dat dit zulke hoogten van denken zijn, zullen wij zien voordat wij aan het eind van dit artikel komen) of anders moet worden aangetoond dat zulke gedachten en conclusies over bestaanscontrasten en over het raadsel van het zedelijk kwaad zaken waren van zulk een algemeene kennis en alledaagsche bespreking in den tijd en de omgeving van Joseph Smith toen het Boek van Mormon in bewerking was, dat het mogelijk was voor hem, die denkbeelden te verzamelen en de woordelijke uitdrukking daarvan aan den profeet Lehi (van de vijfde eeuw voor Christus) in den mond te leggen.

Kan dit misschien de oplossing zijn? Zeer nadrukkelijk: Neen. En wel hierom, dat er nergens zulke ideeën heerschten ten tijde van Joseph Smith toen het Boek van Mormon in bewerking was: 1823-1830; en beslist niet in de omgeving van Joseph Smith gedurende die jaren, namelijk in westelijk New York en noordelijk Pennsylvania. Hij had Lehi's wijsgeerige paragraaf stellig niet uit boeken verkregen, want in de eerste plaats was hij geen lezer van boeken, en in de tweede plaats bestonden en toentertijd geen boeken, zoo verstout ik mij te zeggen, die een dergelijke leer van bestaanscontrasten en de daarop gegronde conclusies, als die van Lehi, bevatten. Dat er terloops gemaakte opmerkingen gevonden konden worden omtrent het overoude probleem van het kwaad in de toenmaals bestaande boeken — in de eerste dertig jaren der negentiende eeuw — moge waar zijn; maar wat ik aan de boeken van dat tijdperk ontken — boeken die ter beschikking stonden van den gewonen lezer dier dagen — is dat ze uitvoerig dit probleem behandelden; en in geen enkel boek waarin het vraagstuk van het kwaad terloops vermeld wordt, kan men conclusies als die van Lehi vinden.

(Slot volgt.)

Geen wet is sterker dan het openbare gevoelen in de plaats waar zij gehandhaafd moet worden. Abraham Lincoln.

Liefhebben en verwerven is het beste; liefhebben en verliezen op één na het beste. W. M. Thackeray.

JEZUS DE CHRISTUS.

Hoofdstuk 6.

(Slot).

Het Midden des Tijds.

(Zondagsschoolles voor Onders- en Theologieklas.)

In het Nieuwe Testament worden de Farizeëen vaak als in tegenstelling met de Sadduceëen genoemd; en de verhouding tusschen de twee partijen was van dien aard dat het eenvoudiger is om de eene tegenover de andere te stellen dan om elk afzonderlijk te beschouwen. De Sadduceërs ontstonden als een reactionnaire (tegen de bestaande toestanden strevende) organisatie gedurende de tweede eeuw vóór Christus, in verband met een opstandige beweging, gericht tegen de Maccabeesche partij. Hun politiek was om zich te verzetten tegen de immer-aangroeiende massa traditioneele leer, waarmee de wet niet alleen als met een muur beveiligd werd, doch waaronder men haar begroef. De Sadduceërs bepleitten de onaantastbaarheid van de wet zooals die geschreven en bewaard was, terwijl zij de geheele massa rabbinale voorschriften verwierpen, hetzij die mondeling overgegeven of in de boeken der Schriftgeleerden met de oorspronkelijke afschriften vergeleken en daarna opgeteekend waren. De Farizeëen vormden de meer populaire partij; de Sadduceëen speelden de rol van de aristocratische minderheid. Ten tijde van Christus' geboorte bestonden de Farizeërs als een georganiseerde groep die meer dan zesduizend man telde, wijl bovendien Joodsche vrouwen zeer vaak in voelen en streven aan hun zijde stonden ¹⁾; terwijl het getal der Sadduceërs zóó klein en hun macht zóó beperkt was, dat, wanneer men hen in officiële posities plaatste, zij over het algemeen de politiek der Farizeëen volgden, als iets dat hun door de omstandigheden werd opgelegd. De Farizeërs waren de Puriteinen van dien tijd, onverbiddelijk in hun eisch om te gehoorzamen aan de overgeleverde regels zoowel als aan de oorspronkelijke wet van Mozes. Let in dit verband op Paulus' belijdenis van geloof en praktijk toen hij voor Agrippa was gedaagd: „Dat ik naar de bescheidenste sekte van onzen Godsdienst, als een Farizeër geleefd heb.” ²⁾ De Sadduceërs waren trotsch op hun stipte volgen van de wet, zooals zij die samenstelden, ongeacht alle schriftgeleerden of rabbi's. De Sadduceërs pleitten voor den tempel en de voorgeschreven verordeningen ervan, de Pharizeërs voor de synagoge en haar rabbinale leeringen. Wanneer wij elke partij meten met haar eigen maat, is het moeilijk om uit te maken wie het meest volgens de regelen der kunst te

1) Josephus, Antiquities, XVII, 2 : 4.

2) Hand. 26 : 5; zie ook 23 : 6; Philippensen 3 : 5.

werk ging. Bij wijze van voorbeeld: de Sadduceën hielden vast aan de letterlijke en volledige uitvoering van de Mozaïsche straf — oog om oog en tand om tand ¹⁾ — terwijl de Farizeën beweerden, op gezag van het rabbinale woord, dat de woorden figuurlijk bedoeld waren, en dat daarom de straf voldaan kon worden door een boete in geld of goederen.

De Farizeën en Sadduceën verschilden in vele belangrijke, zoo niet grondstellige, kwesties van geloof en praktijk, waarbij inbegrepen het voorbestaan der geesten, het bestaan van een toekomstigen toestand van belooning en straf, de noodzakelijkheid van persoonlijke zelfverloochening, de onsterfelijkheid van de ziel en de opstanding der dooden; in elk waarvan de Pharizeërs de bevestigende en de Sadduceërs de ontkennende zijde verdedigden. ²⁾ Josephus verklaart dat volgens de leer der Sadduceën ziel en lichaam samen vergaan; de wet is al wat zij behoeven in acht te nemen. ³⁾ Zij waren „een twijfelmoedige school aristocratische traditie-geloofters, die slechts de Mozaïsche wet aanhingen.” ⁴⁾

Tot de vele andere sekten en partijen die gevestigd stonden op den grond van godsdienstige of politieke verschillen, of op beide, behooren de Esseërs, de Nazareërs, de Herodianen en de Galileërs. De Esseërs onderscheidden zich door hun uiterst-vrome manieren; zij beschouwden zelfs de stipte Farizeesche belijdenis als zwak en onvoldoende; zij bewaakten het lidmaatschap in hunne orde door strenge eischen die strekten tot een eersten en tweeden proeftijd; hun was verboden om door vreemden bereid voedsel ook maar aan te raken; zij beoefenden een strenge matigheid en stugge zelfonthouding, deden zwaren arbeid — bij voorkeur in den landbouw, en mochten geen zaken doen als kooplieden, aan een oorlog deelnemen, of slaven bezitten of aan den arbeid hebben. ⁵⁾ Nazareërs worden in het Nieuwe Testament niet genoemd, ofschoon wèl in de Schriften van vroegeren datum ⁶⁾; en uit andere dan schriftuurlijke bronnen vernemen wij van hun bestaan op en na den tijd van Christus. De Nazareër was iemand van een der beide seksen, die zich verbonden had tot onthouding en opoffering door een vrijwillige gelofte van bijzonderen dienst aan God. De geldigheidsduur van de gelofte kon beperkt of voor het leven zijn. Terwijl de Esseërs een ascetische broederschap zochten te handhaven, wijdden de Nazareërs zich aan tucht in de eenzaamheid.

1) Exodus 21 : 23-36; Leviticus 24 : 20; Deut. 19 : 21; vergelijk met Matth. 5 : 38-45.

2) Aanteekening 1, aan het eind dezer les.

3) Josephus, Antiquities XVIII, 1 : 4.

4) "New Standard Dict.," onder "Sadducees".

5) Josephus, Antiquities XVIII, 1 : 5.

6) Numeri 6 : 2-22; Richteren 13 : 5, 7; 16 : 17; Amos 2 : 11, 12. Blz. 87 in "Jesus the Christ".

De Herodianen vormden een politiek-godsdienstige partij die de Herodes-vorsten in hun plannen steunden omdat zij geloofden dat alleen door dat koningshuis de rechten van het Joodsche volk gehandhaafd konden worden en een herstelling van de natie verzekerd. Wij vinden vermeld hoe de Herodianen hun partij-gevoelens opzij zetten en met de Farizeërs samenwerkten in het streven om den Heere Jezus te veroordeelen en Hem ter dood te brengen. 1) De Galileërs, of menschen van Galilea, onderscheidden zich van hun mede-Israëlieten uit Judea door grooter eenvoud en minder pronkerige overgave in zaken die op de wet betrekking hadden. Zij waren gekant tegen nieuwigheden, maar toch over het algemeen meer vrijzinnig of minder kortzichtig dan sommige oogenschijnlijk vrome Judeërs. Als bekwame verdedigers in de oorlogen des volks traden zij op den voorgrond en verwierven zich een reputatie voor dapperheid en vaderlandsliefde. Zij worden genoemd in verband met bepaalde droeve gebeurtenissen in het leven des Heeren. 2)

Het gezag van het priesterschap werd door de Joden in Christus' tijd uiterlijk erkend; en de aangewezen orde van dienst voor priester en Leviet nam men behoorlijk in acht. Tijdens de regering van David werden de afstammelingen van Aäron, die de eripriesters in Israël waren, verdeeld in vier-en-twintig klassen. 3) en aan elke groep werden bij beurten de werkzaamheden in het heiligdom toegewezen. Vertegenwoordigers van slechts vier dezer klassen keerden uit de gevangenschap terug, doch uit hen werden de orden op den vroegeren grondslag gevormd. In de dagen van Herodes verrichtte men de tempelplechtigheden met veel vertoon en uiterlijke verfijning, hetgeen noodzakelijkerwijze moest samengaan met de pracht van het gebouw, hetwelk in luister alle vroegere heiligdommen overtrof. Er waren om die reden voortdurend Priesters en Levieten noodig, ofschoon men overeenkomstig het bestaande systeem de personen bij korte tusschenpoozen verwisselde. In de oogen van het volk stonden de priesters lager dan de rabbi's, en de geleerdheid van een schriftgeleerde ging de eer van een verordineering in het priesterschap te boven. De godsdienst van dien tijd was een zaak van plechtigheden en vormen, van ritueel en vertoon; de ware geest van aanbidding was eraan ontvloden, en het zuivere begrip van de verwantschap tusschen Israël en Israël's God was maar een droom van het verleden.

Dit waren, in 't kort genoemd, de hoofdtrekken van den toestand der wereld, en in het bijzonder van dien der Joodsche natie, toen Jezus de Christus in het midden des tijds geboren werd.

(Zie voor aanteekening blz. 314.)

1) Matth. 22 : 15, 16; Markus 12 : 13.

2) Lukas 13 : 1, 2; zie ook Joh. 4 : 45; Markus 14 : 70; Hand. 2 : 7.

3) 1 Kron. 24 : 1-19.

DE STER NEDERLANDSCH ORGAAN VAN DE HEILIGEN DER LAATSTE DAGEN

REDACTIE: FRANK I. KOOYMAN - ASSISTENT: H. SCHOTEL

ONZE O. O. V. -LEUZE.

In de week van 30 September tot 5 October komt overal in de Nederlandsche Zending de openingsavond der Onderlinge Ontwikkelings Vereeniging, voor den cursus 1929-1930. De leuze voor het nieuwe jaar is met het oog op het honderdjarig bestaan der Kerk in 1930 als volgt opgesteld:

„In dit eeuwjaar strijden wij voor de hoogste zelf-ontwikkeling, door persoonlijke reinheid en toewijding aan alle overige idealen van de Heiligen der Laatste Dagen.”

De O.O.V.-leuze van dit jaar heeft derhalve vier deelen: (1) Wij vieren de gebeurtenissen, verbonden aan het organiseeren van de Kerk, hetgeen geschiedde op 6 April 1830; (2) Wij geven getuigenis van ons besluit om de gaven in ons ten volste te ontwikkelen; (3) Wij erkennen dat gehoorzaamheid aan de wet het eenigste pad tot zelf-ontwikkeling is; en (4) Wij besluiten om onszelf zedelijk rein en vrij van de zonden der wereld te houden.

Er zou geen grootscher viering van het honderdjarig bestaan der Kerk kunnen zijn dan dat allen, zooals in onze leuze aangegeven, ijverden naar het volle gebruiken en het vermeerderen van hunne door-God-gegeven vermogens.

ZUSTERSHULPVEREENIGING.

Woord van Wijsheid Les No. 9
Voor de derde week in October.

Voedsel dat bedriegt.

Veel is er in deze lessen gezegd over de functie en de verschillende soorten van het voedsel hetwelk men voor de gezondheid eten moet. Acht lessen zijn gegeven vanuit een positief gezichtspunt, waarbij de nadruk werd gelegd op de dingen die wij om der gezondheid wil zouden moeten doen. Ongelukkigerwijs zijn er vele soorten voedsel die men als gezond beschouwt of die men eet omdat zij „de tong streelen”, doch die in werkelijkheid slechts ten deele voedzaam zijn en het lichaam in sommige zijner werkingen kunnen hinderen, welk laatste zij dan ook vaak doen. Aan zulke geeft men den naam *K r a c h t e l o o s V o e d s e l* of „*R o o f - v o e d s e l*”. Waarlijk komen zij tot ons in het mom van

heerlijke, verrukkelijke, begeerenswaardige lekkernijen, of zelfs als verondersteld-betrouwbare „steuntjes”, en toch zijn zij nog erger dan roovers; want zij brengen den argeloozen verbruiker in den waan dat hij goed gevoed wordt, terwijl hij in werkelijkheid het slachtoffer is van een inwendige langzame verhongering van bepaalde lichaamsorganen. Ten laatste heeft dit op hem zijn uitwerking in den vorm van één of meer der vele kwalen waarmee de moderne mensch geslagen is. In de meeste gevallen heeft hij er op die wijze zelf schuld aan, hoewel hij onbekend is met de oorzaak en zich niet bewust van zijn verkeerde handelwijze, want de resultaten hoopen zich op en treden niet direct voor den dag — soms kunnen er maanden of jaren verloopen al eer zich een slechte gezondheid openbaart.

Wij hebben reeds een paar van deze „roof-voedsels” genoemd. In de vorige les spraken wij van een der hoofddaders: wittebrood, dit noemend bij den waren naam: „verhongeringsbrood”. Maar er zijn nog vele andere.

H u n w e r k i n g: Terecht mag men de vraag stellen: hoe kan een voedsel een deel van het lichaam voeden en een ander deel berooven? Het kan verklaard worden door één proces te beschouwen: „Het geheele leven worden er door de lichaamscellen zure afvalproducten gevormd, welke door de nieren uitgescheiden moeten worden. Wanneer eiwitten in het lichaam verbranden, ontstaan er zuren als zwavelzuur en phosphorzuur.”¹⁾ Wanneer dan ook het lichaam grootendeels met vleesch, wittebrood, gebak en suikerproducten of „zoetigheden” gevoed wordt, is er in het geheele lichaam een duidelijk waar te nemen zure reactie, hetgeen zonder uitzondering leidt tot stoornis van den een of anderen aard. Op dezen toestand is in de vorige les gewezen. Het bloed moet net aan den basischen kant blijven, en wanneer er niet voldoende basische of groenten-bestanddeelen in het voedsel zijn, zal dit ziekte tengevolge hebben. De nieren zullen overbelast zijn om het urinezuur af te scheiden, maar, wat erger is, „het calciumcarbonaat van de beenderen en de basische bestanddeelen der weefsels zullen gebruikt worden om het zuur te neutraliseeren.”²⁾ Zoo zien wij dat deze onwenselijke zuurproducten van menschen-gemaakte voedsels in werkelijkheid de beenderen en weefsels van het lichaam kunnen berooven om hun ongeschikte samenstelling te neutraliseeren. Zulke voedsels zijn letterlijk „roofvoedsels”. Onvoldoende beenvorming en slechte tanden zullen voorzeker het gevolg zijn, om niet te spreken van tallooze andere euvelen die voortkomen uit een verkeerd diët.

De zogenaamde vloek der beschaving, constipatie, is ook een gevolg van het eten van „roof-voedsels”. Dr.

1) *Food and the Family*, door V. H. Mottram, M. A., University of London, blz. 86.

2) *T. z. p.*, blz. 86.

Plimmer zegt: „De meerderheid van de menschen leeft op een diët dat bij proefdieren net het voorkomen van verlamming, die de gevorderde berri-berri kenmerkt, belet. Constipatie, blindedarmontsteking en colitis zijn gewone, alledaagsche stoornissen, die wij trachten te verdrijven of te verlichten door pillen. Er is zelfs beweerd dat kanker begint met een slechte spijsvertering en verstopping; en J. Ellis Barker heeft in zijn boek *Cancer* (in het Holl. „Kanker” - Red.) een groote hoeveelheid bewijsmateriaal verzameld om dit standpunt te schragen. De statistieken wijzen uit dat kanker en suikerziekte over de geheele wereld toenemen, en hetzelfde geldt voor het gebruik van wit, verfijnd meel en witte suiker. Het schijnt dat het het zetmeel- en suikermenu is, met zijn tekort aan vitamine B, hetwelk verantwoordelijk is voor de voorafgaande moeiten die kunnen eindigen in kanker en suikerziekte.

Wij behooren van het geheele suikerriet of de geheele biet te nuttigen, maar niet de uitgetrokken suiker. Wij hebben de resten noodig die men versmaadt.”¹⁾

Het geneesmiddel is gemakkelijk te noemen, maar niet zoo gemakkelijk om toe te passen: Eet natuurlijke voedingsmiddelen; die, welke bereid zijn door Moeder Natuur, niet bedorven door den mensch ter wille van zijn handelswinst. Wanneer de winkels geen heele-tarwebloem verkoopen en granen of natuurlijke bruine rijst en andere natuurlijke voedingsmiddelen, dan behooren herhaalde verzoeken te worden gedaan totdat men aan de vraag beantwoordt. Alle grootere steden hebben zoogenaamde „Gezondheids-winkels”, die gaarne klandizie zouden willen hebben. De zemelen, afval en kiemen van de tarwe, die men gewoonlijk van de bloem scheidt, zijn de kostbaarste deelen van de korrel. Zij vormen een der grootste bronnen van de kostbare vitamine B, welker ontbreken in het menu zooveel spijsverteringsstoornissen teweegbrengt, vooral die welke leiden tot constipatie en de tallooze kwalen die daarmee gepaard gaan. Alle geheele granen bevatten deze vitamine en behooren als voedsel gebruikt te worden. Wanneer zuiver heele-korrel-meel niet te krijgen is, neem dan gewone tarwe-zemelen; dit is erg goedkoop. Deze moeten schoon zijn, en precies zoals zij van de molen komen (geen bereide zemelen in pakjes kunnen de plaats van het natuurlijke artikel innemen). Zij kunnen op velerlei wijze genuttigd worden: door de pap geroerd onder het koken, in kleine koekjes verwerkt, of tot zemelen-schoteltes gemaakt.

Een goedkope en gemakkelijk te verkrijgen hoeveelheid vitamine B kan in elk gezin door ieder lid daarvan genuttigd worden door dagelijks zemelenwater te drinken. Giet drie deelen kokend water over één deel zemelen. Laat het mengsel een geheele nacht weeken, het warmhoudend, indien mogelijk. Giet het 's morgens

1) *Food, Health, Vitamins*, door R. H. A. Plimmer, D. Sc., Londen, blz. 82-83.

af in een grove vergiet, zooveel mogelijk zemelenpap erdóór duwend. Drink minstens één, of beter, twee glazen van dit zemelenwater. Dit zal voor allen zeer heilzaam zijn, daar de meeste menu's te weinig van de kostbare vitamine B bevatten. Men behoort dit dagelijks te gebruiken, en het wordt vooral voor groeiende kinderen aanbevolen.

Altijd raadzaam is het om in overvloed schoon, zuiver water te drinken; het is speciaal noodig wanneer men de verkeerde soorten voedsel gegeten heeft.

Dr. Plimmer beveelt het gebruik van „Marmite”, een geconcentreerd planten-extract (ook in Nederland verkrijgbaar - Red.) aan, en „Bemax”, een preparaat van de tarwekiem, welke beide zeer rijk zijn aan vitamine B. Gist wordt ook ten zeerste aanbevolen.

Voorzichtigheid. Men moet evenwel zeer voorzichtig zijn in het koopen van geprepareerde vitaminen-voedsels, of andere. Zij moeten absoluut gewaarborgd worden door erkende geleerden. Men is altijd gevrijwaard wanneer men natuurlijke voedingsmiddelen, zooals zemelen of gist, bij wijze van „beschermende voedsels” gebruikt. Ook kan, wanneer de spijsvertering zwak is, het gebruik van grof brood en granen prikkeling veroorzaken. Denk echter niet dat „witte voedingsmiddelen” vrienden zijn: de geheele korrel behoort zóó fijn gemalen te worden dat er geen kans op eenigerlei aandoening bestaat.

De voedingsmiddelen die men eet moeten een alkalische (basische) uitwerking in het lichaam hebben (zie les 8), terwijl zij ook de kostbare, voor de gezondheid noodige, vitaminen moeten verschaffen. Alle groenten en vruchten, heele granen, melk, eieren en vleesch (weinig) zijn goede voedsels. Die welke een ieder moet mijden zijn de volgende: Wittebrood, „corn flakes”, griesmeel, korenbloem, witte koekjes, pannekoekenmeel, macaroni, kunstmatige siropen, witte suiker, „zoetigheden”, gebaksoorten, machtige jams, geleien of ingemaakte bestanddeelen, machtige puddingsoorten, gepolijste witte rijst, en alle soorten bereidselen die ontstaan uit het combineeren van deze middelen. Hierbij zijn vele der klaargemaakte ontbijt-voedsels inbegrepen. Ook moeten in deze lijst geplaatst worden koffie, thee, bier, alle alcoholische dranken, benevens azijn, ingemaakte augurken en alle sterke bij-spijzen of vleesch-sausen. Deze zijn in een vroegere les gegeven als zijnde voedsels die geen der kostbare vitaminen bevatten. Kwade gevolgen mogen niet direct waargenomen worden, maar zonder twijfel zullen zij vroeg of laat in het lichaam worden gevoeld. Een voedingsmiddel kan lichtverteerbaar zijn en toch in den waren zin een „roof-voedsel”.

Dit punt wordt door een van Brittannië's meest ter zake kundige geleerden, R. H. A. Plimmer, in zijn boek *Food, Health, Vitamins*, behandeld in wat hij noemt zijn

„Algemeen Overzicht. De beschaving heeft het te gemakkelijk gemaakt om verkeerd voedsel van allerlei soort te bekomen, en moeilijk om de voedingsmiddelen te krijgen die wij behoorden te eten. Natuurlijk voedingsmateriaal vormt maar een klein deel van het hedendaagsch menu, omdat het voor het gemak vervangen is door minder bederfelijke voedsels. Terwijl we een winkelstraat doorwandelen worden wij voortdurend in verzoeking gebracht door uitstallingen van kruidenierswaren, zoetigheden en koekjes. Gansche winkelatalages zijn smaakvol ingericht met voedingsmiddelen die wij niet behooren te eten.

„De cijfers van het Departement van Handel (in Engeland) toonen aan dat de invoer van suiker per hoofd der bevolking enorm is toegenomen; nu wordt per hoofd dertig maal zooveel suiker verbruikt als vergeleken bij een honderd jaren geleden. Suiker, in haar geconcentreerden vorm, is geen natuurlijk voedingsmiddel. Eertijds was honing in zeer beperkte hoeveelheden het eenigste zoetmakende middel dat men krijgen kon. Suiker maakt geen deel uit van het diëet van den Indiaanschen heuvelstam in den staat Hunza, welke stam volgens Kolonel McCarrison op natuurlijk voedsel leeft en volgens hem de volmaking in gezondheid en lichaamsbouw in bezit heeft.

„Een zeer gevariëerd en „smakelijk” menu kan weinig of geen der vitaminen bevatten, alleen brandstof en eiwitten leverend. Aan den anderen kant kunnen zeer eentonige menu's alle noodige bestanddeelen bevatten, zooals melk en aardappelen, waarop de Iersche landman heeft geleefd en daarbij kinderen grootgebracht die niet aan de Engelsche ziekte leden. Tijdens den oorlog moesten de Denen bestaan van een zeer eenvoudig maal, dat niettemin in al het noodige voorzag. Vleesch was niet te krijgen, behalve voor de zeer rijken, en de rest van het volk leefde van brood, gemaakt van geheele rogge, tarwezemelen en gerst, gerstepap, melk (in aanzienlijke hoeveelheden), boter, groenten, aardappelen.

„Een verschrikkelijk gejammer zou er opgaan, wanneer men den Britschen werkmán zulk een eenvoudig menu voorzette; toch is het wetenschappelijk een uitstekend diëet. In den tijd dat men het gebruikte daalde het sterftcijfer in Denemarken met 34 procent en werden minder nieuwe kankergevallen waargenomen. Hindhede, een Deensch natuurkundige, besloot uit deze ervaring dat ‚de hoofdoorzaak van den dood ligt in voedsel en drinken’.

„Zonder geheel van eenige vitamine verstoken te zijn, bevat onze voeding niet genoeg van ze alle” om geheel aan de behoeften van het lichaam te beantwoorden. „Zulk een toestand komt de gezondheid niet ten goede, en wanneer wij een voorraad A. 1 willen aanleggen moet elkeen ‚goede maaltijden’ nuttigen, witte, zetmeel-rijke voedingsmiddelen en suiker laten staan, en de hoeveelheid vleesch verkleinen, indien noodig, en in de plaats daarvan eten: heele-korrel-brood, vruchten, groenten, melkproducten en

eieren. Een menu van deze soort behoeft niet duurder te zijn dan het diët van den gewonen werkenden stand." 1)

Het genoeg van het eten moge verloren schijnen wanneer men sausen, kruiden, sommige gebaksoorten en machtige toespijzen moet missen. Doch wanneer men zich niet overeet, en indien het koken voorzichtig wordt gedaan, zal men ontdekken dat de voedingsmiddelen zelf zulke natuurlijke en onderscheidene aroma's hebben, en zal de gezondheid die komt door een juist diët zulk een goeden eetlust opwekken, dat men zich afvraagt hoe het mogelijk is om voedsel te genieten dat door kruiden verbasterd is of opgediend in de onverteerbare mengselen van de zoo-genaamde fijne keuken. Natuurlijke voedsels zijn de beste.

Vragen.

1. Wat wordt bedoeld met „roof-voedsels”?
2. Op welke wijze berooven sommige voedsels het lichaam daadwerkelijk van eigen elementen?
3. Waarom behandelt men voedingsmiddelen zóó, dat zij van hun natuurlijke elementen beroofd worden? Waarom is het gemakkelijker om krachteloos gemaakte voedsels te verzenden?
4. Wanneer er een graanmolen bij U in de buurt is, wilt gij dan trachten wat van de kostbare kiem, of zemelen, te krijgen, en het bij Uw ontbijt gebruiken? Breng verslag uit aan de klas.
5. Het voedingselement dat meest algemeen aan modern voedsel ontbreekt, is vitamine B. Zeg waar men dit vinden kan. (Zie lessen 7 en 9).
6. Welke zijn de „roof-voedsels”?
7. Wat dunkt U van Dr. Plimmer's „Algemeen Overzicht”?
8. Probeer den zemelen-drank voor minstens één week en verhaal aan de klas welke uitwerking dit heeft. Een proeftijd van een maand is beter.

L. D. W.

JEZUS DE CHRISTUS.

(Vervolg van blz. 308.)

Aanteekening 1. — Het Sadduceesche loochenen van de Opstanding. — Zooals in den tekst verhaald, vormden de Sadduceën een groep die in aantal klein was, vergeleken bij de meer populaire en invloedrijke Pharizeën. In de Evangelieën worden de Pharizeën herhaaldelijk genoemd, en zeer algemeen tezamen met de schriftgeleerden, terwijl de Sadduceën minder vaak genoemd worden. In de Handelingen der Apostelen verschijnen de Sadduceërs dikwijls als tegenstanders der Kerk. Deze omstandigheid was ongetwijfeld te wijten aan den voorrang dien de apostelen in hun prediking aan de leer van de opstanding der dooden verleenden. De Twaalven legden n.l. voortdurend getuigenis af van de daadwerkelijke verrijzenis van Christus. De Sadduceesche leer ontkende het bestaan en de mogelijkheid van een lichamelijke wederopstanding, welke bewering in hoofdzaak steunde op dezen grond, dat Mozes, die beschouwd werd als de hoogste sterfelijke wetgever in Israël, en het voornaamste mondstuk van Jehova, niets had geschreven betreffende een leven na den dood. Het volgende is genomen uit Smith's Dictionary of the Bible, onder „Sadducees”, betreffende deze kwestie: „In de opvatting der Sadduceën volgde het ontkennen van 's menschen opstanding na den

1) Food, Health, Vitamins, door R. H. A. Plimmer, D. Sc., Londen, blz. 89-91.

dood logisch op hun loochenen dat Mozes aan de Israëlieten de Mondelinge Wet geopenbaard had. Want op een punt dat van zooveel gewicht was als een tweede leven aan de andere zijde van het graf, zou geen enkele godsdienstige partij onder de Joden zich gebonden geacht hebben om een leer als een geloofsartikel te aanvaarden, wanneer die niet door Mozes, hun grooten wetgever, verkondigd was; en het is zeker dat in de geschreven wet van de Vijf Boeken elke vaststelling door Mozes van de opstanding der dooden totaal ontbreekt. Dit feit wordt aan Christenen op een treffende manier voorgesteld door de welbekende woorden van de Vijf Boeken, welke door Christus worden aangehaald wanneer Hij met de Sadduceëen over dit onderwerp redetwist (Exodus 3 : 6, 16; Markus 12 : 26, 27; Matth. 22 : 31, 32; Lukas 20 : 37). Het lijdt geen twijfel of Christus zou in zulk geval voor Zijn machtige tegenstanders de meest overtuigende tekst in de Wet aanhalen; en toch doet de nu aangehaalde tekst niet meer dan een gevolgtrekking ten opzichte van deze grootsche leer voor de hand plaatsen. Waar is het, dat zinsneden in andere deelen van het Oude Testament uiting geven aan een geloof in de wederopstanding (Jes. 26 : 19; Daniël 12 : 2; Job 19 : 26; en in sommige der Psalmen); en het mag in het eerst verrassing wekken dat de Sadduceërs niet door het gezag van die teksten overtuigd waren. Maar ofschoon de Sadduceërs de boeken die deze zinsneden bevatten, als heilig beschouwden, is het meer dan twijfelachtig of eenig Jood ze als heilig beschouwde in precies denzelfden zin als de geschreven Wet. Voor de Joden was en is Mozes een kolossale figuur, in gezag staande boven alle latere profeten".

(Uit "Jesus the Christ", door J. E. Talmage.)

NOG STEEDS BIJ U.

Nog steeds bij U, ook in het morgengluren,
Als vogels zingen, neevlen vliên voor 't licht;
Schooner dan d' ochtend en het zonneglanzen,
Daagt het besef, bij U te zijn, heel dicht.

Alléén met U, te midden dezer neevlen,
In 't plechtig zwijgen der ontwakende aard',
Met U alléén, in ademloos aanbidden,
Wanneer de dauw nog ligt op veld en gaard.

Zooals bij 't gluren boven stille waatren,
Uw ochtendster zich spiegelt in het meer,
Zoo ook aanschouwt G' in deze stilte alleenlijk
Uw eigen beeld diep in mijn hart, o Heer.

Als dan de ziel, door zorg vermoeid, wil sluim'ren,
Richt nog het oog op U zich in gebeên.
Zoet is de rust in Uwe veil'ge hoede,
Maar zoeter 't zijn, ontwaakt, met U alléén.

Zoo zal 't ook zijn, als op een klaren morgen
De ziel ontwaakt, bevrijd van 't aardsche leed;
O! in dat uur, schooner dan 't ochtendgluren,
Daagt stille blijdschap, daar 'k bij U mij weet.

ZENDINGSNIEUWS.

Verplaatst.

Wij teekenen de volgende verplaatsingen aan:

Ouderlingen: A. L. Richardson van Oostzaan naar Den Helder als gemeentepresident; W. D. Richardson van Rotterdam naar Den Helder; W. M. Cameron van Den Helder naar Oostzaan; H. de Mik van Amsterdam naar Den Haag als gemeentepresident; J. W. Wayment van IJmuiden naar Den Haag; E. F. Shipley van IJmuiden naar Schiedam; B. H. Opheikens van Den Helder naar Dordrecht als gemeentepresident; E. H. Boyer van Den Haag naar Hilversum; L. N. Murdock van Hilversum naar Rotterdam; C. F. Fowler van Leiden naar Arnhem; W. J. Koldewijn van Arnhem naar Leiden.

Ouderling S. Stam, werkzaam te Amsterdam, is benoemd tot leider der Amsterdamsche gemeente.

M-Mannen Werk.

De Haagsche M-Mannen rapporteeren het volgende:

Donderdagavond 25 Juli j.l. hielden wij een openbare vergadering in Delft. Gesproken werd naar aanleiding van een door ons geplaatste advertentie over Openbaringen 14:6, 7. Sprekers waren: Br. F. H. Jacobs, Br. J. J. Claus en Br. M. Lazarom. Aanwezig waren 50 zielen, waaronder 10 vreemdelingen. 't Haagsche zangkoor, onder leiding van Zr. T. Hartman, verleende zijn medewerking.

Zondag 28 Juli hielden wij een vergadering te Gouda, onder leiding van den president der Goudsche gemeente. Als sprekers traden op: Br. G. Diender, Br. J. J. Claus en Br. M. Lazarom. Een M-Mannen kwartet zong „Wij herinn'ren ons verbond weer”, en „Abide with me”.

Donderdag 22 Augustus hielden wij een vergadering in Leiden. Gesproken werd naar aanleiding van een door ons geplaatste advertentie over Openbaringen 14:6, 7. Sprekers waren: Br. F. H. Jacobs, Br. J. J. Claus en Br. M. Lazarom. 't Haagsche zangkoor, onder leiding van Zr. T. Hartman, verleende ook hier zijn gewaardeerde medewerking. Aanwezig waren 65 zielen, waaronder 10 vreemdelingen.

De Rotterdamsche M-Mannen houden sinds kort geleden openlucht-vergaderingen op Tuindorp-Heyplaat, in die gemeente. De bijeenkomsten vinden tweemaal per week plaats, en wel des Zaterdags en Zondags. De eerste resultaten van het werk zijn bevredigend.

Ster-nummers gevraagd.

Wie helpt de Administratie van „De Ster” aan de nummers 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 20, 21 en 24 van den jaargang 1913? Ingeval men ons den geheelen jaargang te koop aanbiedt, willen wij die het liefst ongebonden hebben. En wie heeft alle nummers van 1905 voor ons?

DE GRONINGSCHЕ CONFERENTIE.

De a. s. halfjaarlijksche conferentie voor het Groningsche district zal in de tweede helft van October gehouden worden. Alle bijeenkomsten in de nieuwe zaal Poelestraat 52. In verband met een verwacht bezoek van Apostel John A. Widtsoe kan de juiste datum der conferentie eerst in ons nummer van 15 October worden bekend gemaakt.