

Inhoud

Woord vooraf 7

1. Wat een verschil! 9

2. Zelfstandiger worden 16

3. Je mag er zijn zoals je bent 24

4. Van jongen tot man 33

5. Van meisje tot vrouw 43

6. Op weg naar het huwelijk 51

7. Geboorte en groei 59

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!

‘O ja, ik heb nog wat bij me van school.’ Jan-Willem zoekt in zijn rugzak. Tussen allerlei blaadjes komt een envelop tevoorschijn. ‘Zijn dat schoolfoto’s?’ vraagt moeder verwonderd, ‘daar wist ik niets van.’ ‘Ja, vorige week kwam de fotograaf op school. Hij maakte expres allerlei grapjes. We moesten lachen op de foto, zei hij. Moet u maar kijken hoe raar dat is!’ Aandachtig kijkt moeder naar de foto van Jan-Willem. Dan kijkt ze met een glimlach naar haar zoon. ‘Wat ben je al groot! En de fotograaf heeft zijn zin. Je lacht vriendelijk ...’ ‘Nou ik vind er niets aan,’ broemt Jan-Willem, ‘moet u die tanden zien.’ ‘Die tanden? Ik zie, dat ze groot zijn, maar ook mooi wit. En ik zie nog meer. Een bos krullend haar en daaronder een paar glinsterende bruine ogen. En ... eens even kijken. Ja, een litteken boven je wenkbrauw.’ Nieuwsgierig buigt Jan-Willem zich over zijn foto. Nauwkeurig bekijkt hij zichzelf en hij denkt: ‘Dit ben ik dus. Zó zien andere mensen mij. Vreemd eigenlijk, om zo naar mezelf te kijken.’

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 ik mijn mond open heb op de foto. O, wat zie je die pukkel op m’n wang goed.’ Maar je ontdekt misschien ook aardige dingen. Je kunt ook wel tevreden naar jezelf kijken. ‘Die groene trui staat me best stoer’, denk je dan, of: ‘Gelukkig heb ik geen lange neus.’ 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 was veel korter en wat een kinderachtig bloesje 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 bruine ogen, kleine melktandjes: echt een kleutertje. En je bladert nog verder terug in de tijd. Foto's van een jongetje in de zandbak, van een peutertje op moeders schoot, van een baby 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. Daardoor weet je verhalen uit je babytijd. En toch heb je 't zelf meegemaakt, toch ben jij dat stevige kereltje! Je groeide van baby naar peuter en van peuter naar kleuter. Je werd schoolkind en nu ben je al bijna 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, maar 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 alle-

maal 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. 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 vast 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 veel 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 vlindertje 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 het 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 broer, of op een neef. 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: '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 kleine jongen groei je zo tot je een man bent. Je bent nu een jaar of tien, twaalf. Het groeien en veranderen is nog lang niet afgelopen. Ja, 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 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 jongen tot man. 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 vader of je moeder hebben 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 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 meer helemaal hetzelfde is als die van je ouders. Die lichte spijkerbroek bijvoorbeeld, waar jij weg van bent, vindt jouw moeder helemaal niet mooi. En als je overvloedig gel in je haar smeert, 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 kamer, en je valt neer op je eigen bed. Even alleen zijn. Je hebt misschien wel een eigen bureautje of een eigen kast. Want als je groter wordt wil je ook graag iets van jezelf hebben. Je eigen boeken, je verzameling stickers. Daar hoeft een ander niet aan te komen. Die berg je zorgvuldig op in je bureau of in je kast. 't Kan best zijn, dat je wel eens opschrijft, wat je meemaakt. Een verslag van de vakantie bijvoorbeeld. Anderen hebben daar niets mee te maken. Fijn, als je dan een plekje hebt om 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?