

Krachtig op weg



DAGBOEK

KRACHTIG  
*Op* WEG



*70 vrouwen uit de Bijbel*

**j/groen**

Krachtig op weg  
Dagboek – 70 vrouwen uit de Bijbel  
Eline van Vreeswijk en Annemarie van Eijdsen-Walop (red.)

ISBN 9789088973833  
NUR 707

Ontwerp omslag: Huis van Mijn (huisvanmijn.nl)  
Opmaak binnenwerk: Gewoon Geertje

Bijbelteksten worden geciteerd uit de  
Herziene Statenvertaling © 2016.  
De biografieën van de bijbelse vrouwen zijn afkomstig  
uit de HSV Vrouwenbijbel.

© 2024 Groen, onderdeel van Jongbloed Christelijke Media -  
LEEUWARDEN  
Alle rechten voorbehouden.

[www.jongbloedmedia.nl](http://www.jongbloedmedia.nl)

*Beste vrouw,*

Voor je ligt een dagboek over zeventig vrouwen uit de Bijbel. Wie waren ze? Wat deden ze in hun dagelijks leven? Hoe dienden ze God? En wat kunnen we als vrouw anno nu van hen en van hun leven leren?

Over elke vrouw lees je een bijbelgedeelte, beantwoord je een leesvraag, lees je een biografie, denk je na over een verdiepingsvraag en krijg je een gebeds- of dankpunt aangereikt.

Ga mee op reis door Gods Woord en leer zeventig bijzondere vrouwen kennen. Leer van hun leven en hun dienst aan God, en laat hen zo je eigen leven met God inspireren.

Zegen gewenst bij het lezen!





# INHOUD

De vrouw van Kaïn	10
Ada en Zilla	12
Milka	14
De vrouw van Lot	16
Rebekka	18
Ketura	20
Lea	22
Bilha	24
Dina	26
De vrouw van Potifar	28
Zippora	30
Mirjam	32
De vrouw van Mozes	34
Rachab	36
De vijf dochters van Zelafead	38
Debora	40
Jaël	42
De moeder van Simson	44
Delila	46
Ruth	48
Orpa	50
Naomi	52
Peninna	54
Hanna	56
Michal	58

Abigaïl	60
Waarzegster te Endor	62
Ahinoam	64
Bathseba	66
Rizpa	68
Koningin van Sjeba	70
Weduwe van Zarfath	72
Izebel	74
Slavinnetje van Naämans vrouw	76
Hulda	78
Josabat	80
Athalia	82
Vasthi	84
Esther	86
De vrouw van Job	88
Jemima	90
Rachel	92
Gomer	94
Tamar	96
Jaïrus' dochter	98
De Syro-Fenicische vrouw	100
De vrouw van Pilatus	102
De vrouw die leed onder bloedverlies	104
Herodias	106
Salome	108
Maria Magdalena	110
Maria, de moeder van Jezus	112
Elizabet	114
Anna	116
De weduwe uit Naïn	118
Susanna	120
De vrouw die alles geeft	122
De vrouw bij de put in Samaria	124



De vrouw die leeft in zonde	126
Martha	128
Maria, Martha's zuster	130
Dorkas	132
Lydia	134
Drusilla	136
Bernice	138
Chloë	140
Hagar	142
Syntyche	144
Eva	146
Sara	148

*Dag 1*

## DE VROUW VAN KAÏN

*En Kaïn had gemeenschap met zijn vrouw, en zij werd zwanger en baarde Henoeh. Kaïn was een stad aan het bouwen, en hij noemde de naam van die stad naar de naam van zijn zoon, Henoeh.* (Gen. 4:17)

### **Leesvraag**

Als je Genesis 4:1-18 leest, welke vraag zou je dan willen stellen aan de vrouw van Kaïn? Wat zou zij daarop geantwoord hebben, denk je?

### **Lezen**

Genesis 4:1-18

Wie is deze vrouw van Kaïn? Al eeuwenlang is over deze vraag gediscussieerd. Kaïns vrouw kan niemand anders dan zijn zus zijn geweest, zo beweren veel bijbelverklaarders. Zij betogen dat, als Adam en Eva de eerste man en vrouw zijn in de wereldgeschiedenis, er geen andere mensen geweest kunnen zijn. In deze argumentatie is Kaïns vrouw dus ook zijn zus, maar dat was toen nog geen probleem. Adam en Eva waren volmaakt geschapen, dus er waren nog geen 'defecten' in het genetisch materiaal.

Andere bijbelverklaarders beweren dat er destijds wel degelijk andere volkeren zijn geweest, maar dat in het verhaal zoals zich dat in Genesis ontvouwt, alleen Adam en Eva voor het voetlicht worden gehaald. Volgens de Joodse overlevering kregen Adam en Eva 22 dochters en 32 zonen. Gezien hun hoge leeftijd kan dat best, maar alleen Kaïn, Abel en Seth worden genoemd.

De vrouw van Kaïn is getrouwd met een gewelddadige man, een moordenaar! Hij heeft uit jaloezie zijn jongere broer Abel gedood. Vanaf deze broedermoord moet Kaïn voor straf zwerfen op de aarde. Hij draagt ter bescherming van zijn leven een teken. We weten niet welk teken en we weten ook niet welk 'stempel' dit teken op hun huwelijksleven heeft gedrukt. Onbekend blijft of hij samen met zijn vrouw een zwerfend bestaan leidde of dat hij er vaak alleen op uittrok. Zou Kaïn zich ook gewelddadig hebben gedragen richting zijn vrouw? We weten het niet. Wat de tekst wel vertelt, is dat Kaïn en zij gemeenschap met elkaar hebben. Zij bevalt van een zoon die zij Henoch noemen. In die tijd was Kaïn bezig met het bouwen van een stad; hij noemde deze stad naar hun zoon, Henoch. Zouden zij vanaf dat moment een vaste plaats hebben gevonden om te leven?

### **Verdiepingsvraag**

Is het voor jou een vraag waar de vrouw van Kaïn vandaan komt en of hij inderdaad getrouwd is met een familielid, zijn zus?

Scan de QR-code voor meer informatie over de vrouw van Kaïn:



### **Gebedspunt**

Vraag of de Heere God je bij het lezen van Zijn Woord hulp van Zijn Geest wil geven, om de woorden en de boodschap ervan in deze tijd te begrijpen en toe te passen. Ook als er vragen zijn, waarop niet meteen een antwoord is.

*Dag 2*

## ADA EN ZILLA

*Lamech nam voor zichzelf twee vrouwen; de naam van de ene was Ada, en de naam van de andere Zilla. (Gen. 4:19)*

### **Leesvraag**

Verplaats je tijdens het lezen van het bijbelgedeelte in één van de twee vrouwen van Lamech: Ada of Zilla, en stel je hun situatie voor. Welke gevoelens en gedachten komen er bij je naar boven?

### **Lezen**

Genesis 4:19-24

Je man delen met een andere vrouw. Wie zou daar vrijwillig voor kiezen? In onze tijd is zo iets niet gebruikelijk. Als het wel gebeurt, is het een bron van verdriet, jaloezie, pijn en afwijzing.

In de bijbelse tijd kon een man echter meerdere vrouwen hebben. Voor een man was dat een manier om zijn rijkdom te tonen: hij had voldoende bezit om meerdere vrouwen te onderhouden. Een andere reden voor polygynie (het huwelijk van één man met meer vrouwen) was kinderloosheid bij de eerste vrouw.

Aan vrouwen bood het huwelijk bescherming. Daarom kon het voor een vrouw soms aantrekkelijker zijn om te trouwen dan om alleen en onbeschermd te blijven, zelfs als ze wist dat ze de tweede vrouw zou worden van haar aanstaande man.

Ada en Zilla zijn allebei door Lamech tot vrouw genomen. Ze moeten hun man delen. Lamech is een man die niet met zich laat spotten. Hij roept zijn vrouwen toe dat als iemand

hem zal verwonden, hij deze persoon zeventig maal zevenmaal zal wreken. Hij is het tegenbeeld van Jezus, Die ons vertelt dat we elkaar zeventig maal zevenmaal moeten vergeven.

Hebben Ada en Zilla steun bij elkaar gezocht, hebben ze lief en leed gedeeld en elkaars leven draaglijk gemaakt? Ze zitten in dezelfde situatie, hebben met dezelfde man te maken en krijgen allebei kinderen van hem. Het zijn kinderen met prachtige talenten: een musicus, een smid en een veehouder.

De meesten van ons delen geen man. We delen vaak wel de werkvloer, of een stuk van de kerkvloer. We kunnen dan twee dingen doen: elkaar steunen, voorthelpen en bemoedigen; óf elkaar afkraken, achter elkaars rug om kwaadspreken over elkaar of elkaar benijden en onderuithalen.

### **Verdiepingsvraag**

Hoe ga jij om met vrouwen om je heen?

#### **Gebeds- en dankpunt**

Bid voor je contacten met andere vrouwen. Dank voor wie zij voor je zijn, maar breng ook moeilijke situaties onder woorden en vraag om Gods leiding en wijsheid als dat nodig is.

Dag 3

## MILKA

*En Abram en Nahor namen zich vrouwen; de naam van Abrams vrouw was Sarai, en de naam van Nahors vrouw was Milka, een dochter van Haran, de vader van Milka en Jiska. (Gen. 11:29)*

### Leesvraag

Maak een stamboom van de familie van Abram en Nahor. Wat is Milka van Abram?

### Lezen

Genesis 11:27-32

Milka is een dochter van Haran, uit de familie van Terah, afstammend van Sem. Haar naam betekent 'koningin'. Haar vader sterft op relatief jonge leeftijd. Terah, haar grootvader, leeft dan nog en zijzelf is nog niet gehuwd. Ze heeft een broer, Lot, en een zus, Jiska.

Haar oom Nahor, de broer van Haran, neemt haar tot echtgenote (11:29). Zo is er voor Milka bescherming. In de bijbelse samenleving was het leven van een vrouw zonder de zorg en bescherming van haar vader of haar echtgenoot hard en moeizaam.

Milka en haar man Nahor blijven in 'Ur van de Chaldeeën' (in het huidige Irak). Terah trekt met Abram, Sarai en Lot naar het land Kanaän. Je zou denken: dat was voor die tijd zó ver weg, ze horen nooit meer iets van elkaar. Maar dat is niet het geval. Al in de oudheid waren er handelsroutes. Die liepen van Ur via Kanaän naar Egypte. En aan de reizigers op die route kon je een bericht meegeven.

En zo hoort Abraham in het verre Kanaän jaren later dat Milka en Nahor acht zonen hebben gekregen (22:20-24). Abraham wil dat zijn zoon Izaak trouwt met een meisje uit de eigen familie. Daarom stuurt hij zijn knecht naar de stad van Nahor, om voor Izaak een bruid te halen (24:3-4). Die bruid is Rebekka, de dochter van Bethuel, een van de zonen van Milka en Nahor. Zo delen Milka en haar familie in de zegen die Abraham van God ontvangt.

### **Verdiepingsvraag**

Op welke manier is familie er voor jou? Op welke manier merk jij hun 'bescherming', betrokkenheid en liefde?

### **Dankpunt**

Dank voor de zegen van familie, voor hun liefde en betrokkenheid, als je die mag ontvangen.

Dag 4

## DE VROUW VAN LOT

*'Zijn vrouw, die achter hem liep, keek achter zich en werd een zoutpilaar.'*  
(Gen. 19:26)

### Leesvraag

Verplaats je tijdens het lezen in de vrouw van Lot. Wat zal er door haar gedachten zijn gegaan toen ze met Lot uit Sodom moest vluchten?

### Lezen

Genesis 19:1-26

Haar naam wordt niet genoemd in de Bijbel, noch haar afkomst. Waarschijnlijk is zij een heidense vrouw, afkomstig uit de omgeving van Sodom en Gomorra. Van haar man Lot is meer bekend. Over hem staat onder meer geschreven dat hij bij het vallen van de avond twee mannen ontmoet in de stadspoort. Volgens oosters gebruik worden zij gastvrij onthaald door Lot en zijn vrouw. Zonder het te weten herbergen zij engelen.

De beide engelen vertellen hun dat zij moeten vluchten voor hun leven, weg uit deze zondige stad! Lot aarzelt. Maar dan nemen de twee mannen hen bij de hand en nemen hen mee de stad uit. Dat is een ingrijpende gebeurtenis in het leven van Lots vrouw. Zij moet haar bestaan in Sodom loslaten en haar huis verlaten. Zij moet de banden met haar familie en vrienden verbreken. Alles wat haar veiligheid en houvast geeft in haar bestaan, raakt zij kwijt om het leven te kunnen behouden. Haar leven zal nooit meer hetzelfde zijn.

Stel je dat eens voor: vluchten voor je leven!



Wanneer de engelen Lot en zijn vrouw en twee dochters buiten de stad hebben gebracht, krijgen zij drie opdrachten: 'Vlucht voor uw leven, kijk niet achter u en blijf nergens op heel deze vlakte staan.'

Maar de vrouw van Lot houdt zich niet aan deze opdrachten. Voordat zij veilig en wel aankomt in Zoar, kijkt zij om en dan ... verandert zij in een zoutpilaar. Waarom zou zij hebben omgekeken?

We ontmoeten de vrouw van Lot nog één keer, in Lukas 17:32-33. De Heere Jezus zegt daar: 'Denk aan de vrouw van Lot. Wie zijn leven zal proberen te behouden, zal het verliezen. En wie het zal verliezen, zal het behouden.'

### **Verdiepingsvraag**

Kijk niet achterom ... Herken je die neiging om achterom te kijken? Om te behouden wat je hebt? Hoe diep zit dat in jou?

### **Gebedspunt**

Bid vandaag of de Heere je wil helpen om vooruit te kijken, ook al betekent dat in eerste instantie je leven verliezen.

*Dag 5*

## REBEKKA

*En het gebeurde, voordat hij uitgesproken was, dat, zie, Rebekka de stad uit kwam, die bij Bethuel geboren was, de zoon van Milka, de vrouw van Nahor, de broer van Abraham; zij had haar kruik op haar schouder.* (Gen. 24:15)

### **Leesvraag**

Stel je voor: je kiest niet zelf de partner van je dromen, maar er wordt voor je gekozen. Lees het verhaal van Rebekka; wat zou je aan haar willen vragen?

### **Lezen**

Genesis 24:12-28

Rebekka vervult een belangrijke rol in de Joodse geschiedenis. Zij staat met Sara aan de wieg van het volk Israël. Daarom wil Abraham voor Izak niet zomaar een vrouw uit de volken rondom hen, maar iemand uit zijn eigen familie. De auteur van Genesis 24 laat er geen twijfel over bestaan dat Rebekka door de HEERE voorbestemd is om Izaks vrouw te worden. Ook Rebekka en haar familie (h)erkennen de leiding van God, al zal de ruime bruidsschat hierin ook een rol hebben gespeeld. Rebekka is daadkrachtig en weet wat ze wil: ze verlaat haar familie en gaat met deze vreemdeling mee om te trouwen met een verre achterneef. De zegen die Rebekka vervolgens meekrijgt, is uniek in de Bijbel (24:60).

Een romantisch tafereel volgt. Wanneer Rebekka ziet dat Izak haar tegemoetkomt, doet zij een sluier voor haar gezicht: een bruidegom hoorde zijn vrouw pas te zien in of zelfs na de

huwelijksnacht. Izak neemt Rebekka mee naar de tent van zijn overleden moeder Sara. Zij trouwen en krijgen elkaar lief.

Rebekka kan net als Sara echter geen kinderen krijgen. Izak en zij vallen gelukkig niet in de valkuil door de belofte zelf in te vullen, maar bidden twintig jaar lang samen. Uiteindelijk wordt Rebekka zwanger, een wonder! Vanwege de onrust in haar buik zoekt Rebekka een woord van God, en God geeft duidelijk antwoord op haar vraag (25:22-23).

Helaas hebben beide ouders elk een andere lievelingszoon. Izak wil Ezaú de zegen geven vóór de door God aangewezen Jakob. In plaats van opnieuw te vertrouwen op God, bedenkt Rebekka een list zodat Jakob toch de zegen ontvangt.

Er lijkt geen sprake meer te zijn van communicatie tussen het echtpaar. Een huwelijk dat niet alleen sprookjesachtig, maar ook in vertrouwen op God begon, eindigt in disharmonie en rivaliteit.

### **Verdiepingsvraag**

Hoe kijk jij aan tegen de keuze van je partner (als je die hebt) en wat heeft daarin een rol gespeeld? Afkomst, geloof, karakter? Hoe kijk je naar de (toekomstige) partnerkeuze van je eigen kinderen?

Ben je alleengaand: Rebekka is voorbestemd om Izaks vrouw te worden. Hoe kijk je naar je eigen alleen gaan en de leiding van God?

### **Gebedspunt**

Bid vandaag voor relaties die ondanks een mooi begin, toch uit elkaar groeien.