

LIFE | SPORT | FUN | INSPIRATIE | AUTO'S | GEZONDHEID

REWIRE

01 | 2025 | 4M NEDERLAND

JURJEN TEN BRINKE

'ZOEK DE
RAFELRAND
OP'

Onwankelbaar
op (de) weg

ROKUS MAASLAND

'EEN GOEDE
VRIEND ZEGT
DINGEN DIE JE
LIEVER NIET WILT
HOREN'

LIFE HACK

PAK DE
LANGZAME
WEG

'Ik heb heel hard
in zijn oren staan
schreeuwen'

'IEDEREEN KAN
WERKEN AAN
EEN STERKER
LICHAAM'

5 TIPS
VOOR EEN
ONWANKELBAAR
HUWELIJK



€ 12,50



9 789083

534107



INHOUD

LIFE

- 10** **Presentator Jurjen ten Brinke:**
'Zoek de rafelrand op'
- 26** **Zanger Rokus Maasland:**
'Een goede vriend legt dingen bloot die je liever niet wilt horen'
- 44** **Moslimbekeerling Elmahdi houdt stand in vervolging**
Open Doors

EERLIJK

- 18** **Ik bén geen onwankelbare man**
4M'er Jesse van Melle
- 60** **Ondernemer Anton Meurs:**
'Ik ben nog steeds strijdvaardig'
- 78** **'Ik heb heel hard in zijn oren staan schreeuwen'**
Getuigenis

SPORTIEF

- 22** **Klimexpert Sander Dijkma:**
'Het is iedere keer als het oplossen van een puzzel'
- 34** **Sportschooleigenaar Martin Koelewijn:**
'Iedereen kan werken aan een sterker lichaam'
- 74** **Autoliefhebbers Rik en Pieter Tanghe:**
Onwankelbaar op (de) weg

INSPIRATIE

- 48** **Chef-kok Pierre Thielman:**
'Ik ervaar een roeping om mensen blij te maken'
- 54** **Bouwen aan een onwankelbare samenleving**
4M directeur Wouter de Vos
- 70** **5 tips voor en onwankelbaar huwelijk**
Alpha Nederland

VERDER NATUURLIJK

- 17** **Column Theo van den Heuvel**
- 21** **Boekbespreking**
- 33** **Column Cees Scholten**
- 38** **Bijbelstudie**
- 42** **Podcast Rewired**
- 69** **Column Nadine de Vos**
- 82** **Column Martijn van der Veer**

R





JURJEN TEN BRINKE

‘ZOEK DE RAFELRAND OP’

Jurjen ten Brinke (47) is presentator bij de EO en voorganger en kerkverbinder in Amsterdam. De ontmoetingen en gesprekken die hij daar heeft, brachten hem terug bij de kern van zijn geloof. “Door de rafelranden op te zoeken is God voor mij groter geworden, en daarmee ook de verwondering.”

WE HEBBEN JE OP DE FOTO GEZET MET DE MOTOR, WANT DAT IS EEN ASPECT VAN JOU. VERTEL EENS?

“De motor kwam toen ik in Amsterdam ging wonen. Het was echt vreselijk duur om overal je auto te parkeren, en met een motor kon dat veel makkelijker. Maar het had ook te maken met mijn vaderschap. Ik zag op een dag een vriend zijn

'Het leek me ook leuk om iets te hebben wat ik met mijn kinderen kon delen'

dochter op de motor ergens naartoe brengen, en het leek me ook leuk om iets te hebben wat ik met mijn kinderen kon delen. En de derde reden is dat ik altijd al iets avontuurlijks wilde beleven, met een Land Rover of motor door de wildernis rijden. Dat is er nooit van gekomen, maar dat avontuurlijke is altijd in me blijven zitten.”



SINDS 2006 BEN JE WERKZAAM IN AMSTERDAM-NOORD, EEN DIVERSE WIJK MET VEEL UITDAGINGEN. WAT HEB JE DAAR GELEERD?

“Het eerste wat ik daar heb geleerd, is dat het evangelie niet alleen draait om ‘Save your soul from hell’, zoals ik vanuit mijn opvoeding toch een beetje dacht. Het gaat om het koninkrijk van God dat zichtbaar wordt hier op aarde. En dat God dáárdoor geëerd wordt.

Ik ben een evangelist, en het liefst zie ik dat mensen worden gedoopt. Als dat gebeurt, is dat een groot feest en een van de hoogtepunten in mijn werkzame leven. Maar ik heb ook gezien hoe gebroken het leven is. Dat niet alles rechtlijnig ja of nee is. Het viel me op dat Jezus zelf ook bijna nooit ja/nee-antwoorden gaf. Wanneer Hem werd gevraagd: ‘Moet ik belasting betalen aan de keizer?’ dan zei Hij niet simpelweg ja of nee, maar Hij zette mensen aan het denken. Als mensen vroegen: ‘Van wie is deze vrouw straks in de hemel, als ze zoveel mannen heeft gehad die allemaal zijn overleden?’ dan gaf Hij geen zwart-wit antwoord, maar vroeg Hij: ‘Waarom ben je hier eigenlijk zo druk mee?’

Dus de ja/nee-antwoorden zijn voor mij minder geworden, terwijl het evangelie juist helderder is geworden. Ik heb geleerd dat ik niet zonder een diep fundament kan: Jezus is de weg, de waarheid en het leven. Zonder Jezus is er geen behoud. Tegelijkertijd ben ik milder en genadiger geworden dan ik me ooit had kunnen voorstellen. Ik zit aan tafel met moslims, joden, christenen, en mensen van van het stadsdeel die nergens in geloven. Samen praten we over hoe we Amsterdam-Noord mooier en beter kunnen maken. Ik doe dit vanuit mijn liefde voor Jezus.



SANDER DIJKSMA

‘HET IS IEDERE KEER ALS HET OPLOSSEN VAN EEN PUZZEL’

Sander Dijkma (47) verzorgt opleidingen voor werken op hoogte. Zelf klimt hij liefst buiten, multi pitch. “Het is beleving, avontuur en het vergt wat meer competenties van klimmers.”



Sander is al jong begonnen met klimmen. Eerst in de klimhal, maar tijdens zijn tijd bij het korps mariniers kwam hij in aanraking met het buitenklimmen. Na 12 jaar maakte hij de overstap naar de politie waar hij werkzaam was als hoogtespecialist voor speciale operaties, en als docent ‘werken op hoogte’ aan de politieacademie. In 2021 startte hij met zijn eigen bedrijf First Ascent voor klimcursussen en trainingen.

De klimvorm die hem zelf het meest aanspreekt is het multi pitch klimmen. “Daarbij klim je meerdere touwlengtes. Bij single pitch klim je een route omhoog en laat je jezelf langs dezelfde route terugzakken. Bij multi pitch wisselen klimmer en zekeraar elkaar af en eindig je ergens anders dan waar je bent begonnen. De voorklimmer plaatst tussenzekeringen, en op een standplaats wissel je elkaar af, de naklimmer heeft de zekeringen verwijderd en plaatst als tweede voorklimmer nieuwe zekeringen, en zo wissel je elkaar de hele tijd af.

Daarnaast kun je kiezen of je een behaakte route klimt of een niet-behaakte route. Bij dat laatste moet je klemblokjes of klemveren, beter bekend als nuts en cams, plaatsen in kieren, spleten en openingen in de rotswand. Dat vraagt veel competentie van de klimmer. Je moet inschatten: zal het houden als ik val? Soms kun je niet anders

‘Dat doet mentaal iets met je, je klimt ergens aan voorbij dat je zelf geplaatst hebt’

en dan zeggen we vaak: ‘Houdt het niet dan vertraagt het wel.’ Dat doet mentaal iets met je, je klimt ergens aan voorbij dat je zelf geplaatst hebt. Dat vraagt heel veel van je kennis, en dat maakt het voor mij compleet als avontuur.”

WAT SPREEK JE AAN IN HET KLIMMEN?

“Enerzijds de zelfstandigheid, zeker als je op afgelegen plekken gaat klimmen, je moet op elkaar vertrouwen. Het is iedere keer als

BIJBELSTUDIE HEBREEËN 12

STERK STAAN IN EEN WANKELE WERELD

Terwijl de plotseling opstekende wind de glasfiber stokken van mijn anderhalf-persoons-tentje gevaarlijk ver laten doorbuigen, word ik wakker. De regen striemt met harde vlagen horizontaal tegen de zijkant. Het scherm van mijn iPhone licht op en laat zien dat het 03:05 uur is en dat mijn wekker al meer dan vijf minuten afgaat. Het geluid hoor ik niet, maar het icoon van een rinkelende bel maakt het me duidelijk.

De tent lijkt soms van de berg afgerukt te worden en ik hoor de losgeslagen spanlijnen klapperen. Even realiseer ik me niet waar ik ben en wat er gebeurt, maar dan dringt het tot me door: ik ben op karakterweekend in Schotland. Ik wilde eerder opstaan dan de andere mannen, zodat ik me in stilte kon voorbereiden op de boodschap die ik ze mee zal geven die ochtend. Die stilte kan ik vergeten. Vechtend tegen de slaap en de kou, maak ik mijn slaapzak open en hevig rillend trek ik mijn kleren aan. Een gevoel van niet-geschiedt-zijn voor wat ik moet doen overvalt me. Wie denk ik wel niet te zijn om te spreken in de levens van mannen? Om oude wonden open te rijten en verborgen zonden naar de oppervlakte te trekken? Om ze te confronteren met de manier waarop ze hun dagen doorbrengen en ze een nieuwe realiteit voor te houden?

De grond schudt als het ware onder mijn voeten en het liefst kruip ik op dit moment terug in mijn slaapzak en kom ik er pas weer uit als alles rustig is en de zon weer schijnt.

Waarschijnlijk zijn verschillende facetten herkenbaar voor jou; in je eigen leven, vanuit de context van dat waar jij je dagen mee vult. De storm kan verschillende namen hebben maar de vragen die de storm met zich meebrengt zijn universeel. Hoe blijf je staan als alles om je heen lijkt te wankelen? Waar haal je moed vandaan als je onzeker bent over je eigen kunnen? Wat is het fundament onder jouw leven?

De schrijver van de brief aan de Hebreëën roept op om standvastig te blijven, te volharden en te leven vanuit een onwankelbare basis. Hebreëën 12

is een oproep om te blijven geloven, te kijken naar Jezus en te bouwen op een fundament dat onwankelbaar is. In een wereld die voortdurend verandert en waarin jij als man steeds uitgedaagd wordt geeft het je houvast, bemoediging en perspectief.

RENNEN MET FOCUS

Strip down, start running—and never quit! No extra spiritual fat, no parasitic sins. Keep your eyes on Jesus (Hebreeën 12:1 MSG).

Hij hield de eindstreep voor ogen; de vreugde van het verslaan van de dood en daarmee het openen van de weg terug naar de Vader. Naar thuis

De schrijver van de brief begint hoofdstuk 12 met een metafoor die voor veel mannen aansprekend is: een race, een marathon. Het leven is geen 100 meter sprint die je onder de 10 seconden af moet raffelen, maar een marathon waarbij je focus, uithoudings- en doorzettingsvermogen essentieel zijn. Jezus is

hierbij ons ultieme voorbeeld. Omdat Hij nooit uit het oog verloor waar Hij het voor deed en wat zijn einddoel was, was Hij in staat om alles wat op zijn pad kwam te verdragen: het kruis, de schaamte, álles. Hier zie ik drie sleutels voor jouw leven hier en nu:

1 FOCUS OP JE EINDDOEL

Jezus liet zich niet afleiden door de pijn van het tijdelijke dat Hij moest verdragen. Hij hield de eindstreep voor ogen; de vreugde van het verslaan van de dood en daarmee het openen van de weg terug naar de Vader. Naar thuis. Als man word je vaak opgeslokt door de problemen van vandaag, de waan van de dag. Hier word je opgeroepen om het grotere plaatje te zien.

2 ALLES VAN WAARDE KOST MOEITE

Jezus verdroeg schaamte en schande en werd opgezadeld met onze schuld. Toch gaf Hij niet op. Zijn doorzettingsvermogen nodigt jou uit om door te gaan, juist als het leven zwaar wordt.

3 DE KRACHT VAN EEN KRUIMEL

Jezus leefde bij de dag en verwachtte alles van zijn Vader. Iedere dag opnieuw leefde Hij een nieuwe dag, in complete afhankelijkheid.

