

32. Slaap

"Ik ben moe!" Sam had een drukke dag achter de rug. Op school had hij tentamens, en laat in de middag moest hij oefenen voor de volgende voetbalwedstrijd. "Dan kunt je beter vroeg naar bed gaan, jongen", zei mama. Maar dat wilde hij niet, er was die avond een mooie natuurfilm op TV, en hij wilde die niet missen. Hij probeerde zijn huiswerk voor de warme maaltijd af te hebben; maar dat lukte niet echt. Het leek alsof het niet verder dan zijn ogen kwam wat hij las. "Je gaat vroeg naar bed en dan kunt je vroeg opstaan. Dan voel je je veel frisser, en je huiswerk gaat ook een stuk makkelijker."

Volgende ochtend ging het inderdaad veel beter; en hij haalde goede cijfers ook. Later dacht hij hier over na. "Waarom hebben wij slaap nodig? Waarom kan ik niet de hele nacht op blijven?" Hij vroeg het aan papa. "Jouw lichaam heeft rust nodig", legde hij uit. "Het is een beetje zoals met onze auto. Zonder benzine en olie gaat het niet. Die moet je telkens aanvullen. Ons lichaam heeft steeds nieuwe energie en kracht nodig. Dat haalt het natuurlijk uit eten en drinken. Maar de verwerking van wat wij eten, en van de indrukken die wij overdag opdoen, gebeurt terwijl wij slapen. Alle energie die wij overdag gebruiken hebben, wordt 's nachts vervangen. En de slaap vóór middernacht telt voor twee!"

Wat later las het gezin in het boek Spreuken. Daarin vonden zij dat teveel slaap ook niet goed was! "Hoe lang nog, luiaard, zul je blijven slapen, wanneer kom je uit bed? Nog even dan? Nog even slapen, nog een beetje rusten, een ogenblik nog blijven liggen? Armoede overvalt je als een struikrover, gebrek slaat je neer als een bandiet." (6:11). "Ik moet op tijd naar mijn werk, anders krijg ik mijn ontslag, en dan hebben we niets te eten!", constateerde papa. "En wij moeten op tijd naar school, anders krijgen wij straf", zei Anne.



Toen zij naar bed ging vroeg Anne zich af: "zou God in slaap vallen, Hij moet zoveel doen?" Ze vroeg het aan mama. "Welnee, schat, God wordt niet moe. Hij is de bron van alle kracht en leven. Je kunt altijd naar Hem toe met je gebeden". "Hij zal je voet niet laten wankelen, Hij zal niet sluimeren, je wachter. Nee, Hij sluimert niet, Hij slaapt niet, de wachter van Israel", las ze voor uit Psalm 121. Anne viel daarna snel in slaap, met de gedachte dat Hij dan ook wel over haar zou waken.