

Opening

In 1970 ging een tv-programma van start dat miljoenen mensen anders naar het geloof deed kijken: Hour of Power. Dit is de dag die de Here heeft gemaakt. Laten we ons verheugen. Nog altijd laat Hour of Power een nieuw geluid voor een nieuwe generatie horen. Als je op God vertrouwt, kan niks je tegenhouden. Want wat uw omstandigheden en problemen ook zijn dit moment kan uw uur van kracht zijn.

Samenzang - Joyful, Joyful

Vreugde, vreugde, louter vreugde is bij U van eeuwigheid.
Schepper, die 't heelal verheugt en bron van eeuw'ge vreugde zijt.
Gij, die woont in licht en luister drijf de schaduwen uiteen hij, die zoekend
Dooit in 't duister vindt het licht bij U alleen. Amen! Amen! Amen!

Welkomstwoord

Door Bobby Schuller en Hannah Schuller

Dit is de dag die de Here gemaakt heeft. Wij verheugen ons daarover. Goedemorgen. Welkom, bezoekers en kerkfamilie. Christine Caine heeft een heel mooie uitspraak gedaan: God roept niet de geschikten, maar maakt de geroepenen geschikt. Wij beginnen met een gebed.

Gebed

Vader, wij danken U dat U ons geroepen hebt in uw huis. Wij bidden met name voor iedereen die tv kijkt op ieder continent ter wereld dat U uw boodschap, uw muziek, uw dienst met Hour of Power uitdraagt.

Wij danken U, Heer, voor dit geschenk. Wij staan op de schouders van reuzen en wij zijn daar dankbaar voor. In Jezus' naam bidden wij, amen.

Koor - "Hallelujah (from Mount of Olives)"

Halleluja voor Gods almachtige Zoon

Halleluja voor Gods almachtige Zoon

Prijs de Heer, schitterende engelenkoren met heilige vreugdezang

Prijs de Heer, schitterende engelenkoren met heilige vreugdezang

Prijs de Heer, schitterende engelenkoren met heilige vreugdezang

En verkondig zijn genade en glorie

Prijs de Heer, schitterende engelenkoren met heilige vreugdezang

En verkondig zijn genade en glorie, halleluja,

Verkondig zijn genade en glorie, halleluja

Voor Gods almachtige Zoon

Prijs de Heer met vreugdezang

Prijs de Heer met vreugdezang

En verkondig zijn genade en glorie, halleluja

En verkondig zijn genade en glorie, halleluja

Voor Gods almachtige Zoon, halleluja

Voor Gods almachtige Zoon

Prijs de Heer met heilige vreugdezang

Prijs de Heer met heilige vreugdezang

Prijs de Heer met heilige vreugdezang

Prijs de Heer met heilige vreugdezang

Schriftlezing - Markus 4:3-8

door Hannah Schuller

Ter voorbereiding op de boodschap, Markus 4:3-8.

Luister! Zie, een zaaier ging eropuit om te zaaïen. En het gebeurde bij het zaaïen dat het ene deel van het zaad langs de weg viel. En de vogels in de lucht kwamen en aten het op. En een ander deel viel op steenachtige grond, waar het niet veel aarde had. En het kwam meteen op, doordat het geen diepte van aarde had. Maar toen de zon opgegaan was, verschroeide het en doordat het geen wortel had,

verdorpe het. En een ander deel viel in de dorens en de dorens kwamen op en verstikten het en het gaf geen vrucht. En nog een ander deel viel in de goede aarde en gaf vrucht. Het kwam op en groeide en het ene droeg dertig- en het andere zestig- en het andere honderdvoudig.

Kerkgemeenschap, laat Gods woord ons vormen en laat het zich diep in onze harten nestelen. Amen.

Solo - Fletcher Sheridan - "Hills and Valley"

Ik heb in de schaduwen gewandeld
U hebt mijn tranen gedroogd
Ik heb de pijn van een gebroken hart gevoeld
En ik heb betere dagen gekend
En ik heb tot de hemel gebeden
Toen ik aan de grond zat en ik heb uw zegen ervaren

God, U geeft en U neemt,
Wat ik ook heb, uw genade is genoeg
Waar ik ook ben, ik onderga uw liefde

Op de bergen wijd ik mijn leven aan Hem die mij daar gebracht heeft
In het dal sla ik mijn ogen op naar Hem die mij daar ziet
Als ik op de bergtop sta heb ik die niet op eigen kracht bereikt
Als ik door het dal wandel ben ik niet alleen

U bent de God van de heuvels en dalen,
God van de heuvels en dalen
Ik ben niet alleen

Ik heb mijn dromen kapot zien gaan in U vind ik nieuwe hoop
Wat ik ook weet, in uw handen ben ik veilig
Op de bergen wijd ik mijn leven
Aan Hem die mij daar gebracht heeft

In het dal sla ik mijn ogen op naar Hem die mij daar ziet
Als ik op de bergtop sta heb ik die niet op eigen kracht bereikt
Als ik door het dal wandel ben ik niet alleen
U bent de God van de heuvels en dalen
God van de heuvels en dalen ik ben niet alleen

Vader, U geeft en U neemt, elke vreugde en elk verdriet
Door en boven alles houdt U stand
Vader, U geeft en U neemt elke vreugde en elk verdriet
Door en boven alles houdt U stand

Op de bergen wijd ik mijn leven in het dal sla ik mijn ogen op

Op de bergen wijd ik mijn leven aan Hem die mij daar gebracht heeft
In het dal sla ik mijn ogen op naar Hem die mij daar ziet
Als ik op de bergtop sta heb ik die niet op eigen kracht bereikt
Als ik door het dal wandel ben ik niet alleen

U bent de God van de heuvels en dalen
God van de heuvels en dalen
Ik ben niet alleen

U bent de God van de heuvels en dalen
God van de heuvels en dalen
Ik ben niet alleen

En ik kies ervoor om te zeggen geprezen zij uw naam
En ik ben niet alleen

Preston Parker introduceert het lied

Hoeveel van jullie dienen een Heiland die alles voor je is? Hoeveel van jullie dienen de naam van Jezus?

Als jullie dat doen, laten we de naam van Jezus prijzen. Ga staan en klap in je handen. Wij gaan dansen als David danste. Amen. Laat ons vieren.

Solo - Preston Parker - "Jesus Is"

Mijn kracht wanneer ik zwak ben
Mijn hoop, alles wat ik nodig heb
Hij is meer dan het leven voor mij. Jezus is...
Mijn vrede, schuilplaats voor de storm
Hij is alles waarnaar mijn hart verlangt
Hij die ik aanbid. Jezus is...
Hij is de waarheid, het leven, de weg
Jezus is de waarheid, het leven, de weg, Hij is
Mijn God, Hij hoort al mijn gebeden
Hij heeft gezegd
Dat Hij mijn lasten zou dragen
Ik weet dat Hij er altijd is. Jezus is...
Door Hem wandel ik in het licht
Zijn liefde zal mij altijd geleiden
Hij is altijd aan mijn zijde. Jezus is...
Jezus is de waarheid, het leven, de weg
Hij is, Hij is de waarheid, het leven, de weg
-Klap in je handen. -
Niemand is zoals Jezus, Hij is de Vrededorst,
Hij is Koning der koningen, Heer der heerscharen, alles
Hij is de machtige God, Zoon des mensen de Heilige.
Hij is...Hij is de machtige God, Zoon des mensen
De Heilige, Jezus is, Jezus is, de grote Ik ben
De waarheid, de weg naar de Vader
De waarheid, de weg is Hij.

Proclamatie met Bobby Schuller

Houd je handen zo, in een gebaar van ontvangen. En zeg met mij: Ik ben niet wat ik doe of wat ik heb.

Ik ben niet wat mensen over mij zeggen. Ik ben Gods geliefde kind. Dat is wie ik ben. Dat kan niemand mij afnemen. Ik hoef me geen zorgen te maken of te haasten. Ik mag vertrouwen op mijn vriend Jezus en zijn liefde delen met de wereld.

Preek - "De vogels kwamen en aten het zaad op: Blijf alert!"

door Bobby Schuller

Dank jullie wel. Ik wil jullie zeggen dat het een ongelooflijke eer is om deze kerk te mogen leiden. Als ik denk aan de roeping om deze kerk te leiden, sta ik erbij stil dat het geen roeping was die ik ontvangen heb. Het is een roeping die Hannah en ik ontvangen hebben. Ik groeide op nabij deze kerk, familieleden maakten er deel van uit maar ik ambieerde zelf het voorganger schap niet en ik wilde zeker de Crystal Cathedral niet leiden, maar toen Hannah en ik trouwden in de Crystal Cathedral, ervoeren wij beide de roeping om deel te worden van deze kerkgemeenschap. Niet als voorgangers. Wij wilden mijn pa helpen, jongeren naar de kerk te krijgen. Dat was iets wat Hannah en ik samendeden. Dat wilde ik even delen. Ik ben Hannah, mijn vrouw, mijn beste vriendin, dankbaar om alles wat zij doet. Wij gaan door met onze serie over vogels in de Bijbel. De vogels van vandaag kunnen een echte plaag vormen. Vogels die in zwermen leven en veel overlast veroorzaken. Op onze universiteit hadden wij sneeuwganzen. Verschrikkelijke beesten. Ze vielen mensen aan en ze poepten overal. Zulke vogels, en ook bijvoorbeeld gieren, vertegenwoordigen in de Bijbel satan. Zo komt de vijand langs, niet als een leeuw, niet als een monster maar als gevogelte, dat alle goede dingen wegpikt die God probeert te doen in ons leven. Daarom begint Jezus hier over het gevogelte. Om te laten zien dat wij de duivel ter wille zijn. Op een zilveren dienblaadje. Hier zijn onze kinderen. Hier is hun leven. Ga je gang met ze. En God heeft ons gezonden om daar een einde aan te maken. Ik kijk naar de beroemde gelijkenis uit Markus 4. Ik heb er eerder over gepreikt. Jezus is in Galilea en de menigte dromt samen. Hij is die wonderbaarlijke man die geneest, die macht en wijsheid heeft en Hij is het Levende Woord. Hij wijkt achteruit en gaat aan boord van een bootje om niet onder de voet gelopen te worden. En ze improviseren zo een amfiteater waar Hij de menigte toespreekt. Dan vertelt Hij over een zaaier. Bedenk dat Hij spreekt tot boeren en herders en zo. Misschien was daar wel iemand die met zaad strooide. Hoe zaaiden boeren destijds? De snelste manier was, geulen te graven en daar willekeurig zaad over uit te strooien. Ze stopten de zaden niet in kuiltjes, maar strooiden ze rond. En Hij zei, zo gaat dat in Gods Koninkrijk. De zaaier strooit zijn zaad en dat komt op willekeurige plekken terecht. Maar Hij eindigt met: Een deel valt in goede aarde. Het schiet wortel en geeft vrucht, 30-, 60-, 100-voudig. En dat is wat wij willen. Maar Hij waarschuwt dat er drie andere soorten aarde zijn. De een na laatste zijn de dorens. Als je veel rijkdommen en bezittingen hebt, heb je ook veel zorgen. Dan dreigen die dingen het Woord van God in je leven te verstikken. En Hij heeft het over steenachtige grond, waarin het zaad niet diep kan wortelen.

Het komt meteen op doordat het geen diepte heeft. Bij de geringste vervolging of tegenslag verdort het en sterft. Maar ik wil het nu vooral over de eerste hebben. En dat is de weg. Daarmee begint Hij. Hij zegt, een deel van het zaad valt langs de weg. En de vogels in de lucht komen en eten het op. De kippen of wat dan ook strijken neer en pikken alles op. In de dagen van Jezus legde het Romeinse Rijk prachtige wegen aan. Ze hebben naar schatting 100.000 kilometer weg aangelegd. Maar de weg waar Hij het over heeft, is niet zo'n weg. Hij praat over landweggetjes op een boerderij. Ik maak graag wandelingen. Ik ga graag naar Peter's Canyon. Hier heb je Peter's Canyon. Het lijkt erg op Israël, hè?

Het landschap in Californië lijkt sterk op dat in Israël. Als je veel door de natuur loopt, zie je veel paden die toevallig zijn ontstaan. De meeste paden zijn begonnen als wildsporen. Herten of andere dieren

hebben een paadje gecreëerd en dat gingen mensen gebruiken en toen werd het breder. Dat is het soort wegen waar Jezus het over heeft. Met andere woorden, Jezus heeft het over aarde waarover

gelopen wordt. Luister goed, de weg is de aarde waarover gelopen wordt. De aarde die vertrapt wordt.

Is er weleens over jullie gelopen? Is er weleens op jullie getrapt? Ben je ooit gepasseerd? Ben je wel eens gebruikt? Ben je weleens onder de voet gelopen? Ik denk dat Jezus als een rabbi wil laten zien dat er mensen zijn die het Woord van God niet tot zich kunnen laten doordringen omdat er te veel over ze gelopen is. Dan verharden onze harten zich en dat overkomt religieuze mensen vaak. Vooral mensen in ouderrollen of in machtsposities. Als je op een pad stampt en het zaad niet in de grond wil verdwijnen

stampen ze harder. Harder duwen. Strenger straffen. Meer discipline. En dat maakt de weg alleen maar harder en breder. We hebben allemaal de neiging, in de politiek maar ook bij geloofszaken om, als wij boos worden op iemand of fel van mening verschillen in plaats van vriendelijk en mild het debat voort te zetten, te gaan stampen, belachelijk te maken, te schande te maken. Maar zo duw je mensen van je af. Dat is interessant vanwege de drie soorten aarde waarin Gods Koninkrijk niet kan wortelen. Die met doornen, die met versteende grond en die langs de weg. Als je van één daarvan goede zaaigrond wilt maken, is de weg de makkelijkste. Als je de dorens kiest, moet je al dat onkruid wieden. Als je in de versteende grond wilt zaaien, moet je eerst al die stenen uitgraven. Maar voor een zandweggetje heb je alleen wat regen nodig. Een beetje water is genoeg. Als je vaak over die paadjes wandelt, weet je dat dat in de regen niet gaat want ze veranderen in blubber. Ze veranderen in zachte, vruchtbare modder.

Daar groeien de zadjes als kool. En dat gebeurt er als iemand die vertrapt is, beschadigd is, gekwetst is, een beetje medeleven, een beetje vriendelijkheid en mildheid ervaart. Dan kunnen bullebakken, buitenbeentjes en eenzamen in modder veranderen. Want misschien zochten ze alleen maar een vriend. En als je zulke mensen in je leven hebt is datgene wat Jezus leert over liefhebben van je vijand, heel praktisch. Dat is wijsheid. Liefde is wijs, niet alleen maar moraal. Alle moraliteit is wijs, maar dat terzijde. En dat is zo mooi. Ik herinner mij, toen ik op de middelbare school zat, dat ik vier vrienden had.

Dat waren twee zussen en twee broers van elkaar. Hun vader was heel gelovig en heel streng. Hij schoffeerde ze altijd, hij dreef de spot met ze, hij bekritiseerde ze. Hij zei altijd dat ze ketters waren. En ik heb ze alle vier zien vervallen tot ... Eentje raakte aan de drugs, een andere ging bij een bende en twee van hen kregen eetstoornissen. Daar zat heel veel pijn en woede en ook terechte woede. Maar ze hadden een diepgelovige tante en oom die de Heer kenden. Ze waren misschien wat behoudend, maar ook heel erg lief voor de kinderen. Ook toen die er heel slecht aan toe waren. En langzaam zag ik hoe elk van die vier jongelui volgens mij door de vriendelijkheid en zachtmoedigheid van die oom en tante de Heer leerde kennen en lief te hebben en ook milder voor zichzelf werden. Niemand is perfect, maar ik zag hoe ze hun situatie te boven kwamen. En ik heb vele malen gezien dat mildheid, genade en medeleven een kracht bezitten die nogal eens vergeten wordt, maar die het verdient, herinnerd te worden. Bedenk hoeveel levens je verandert als je door vriendschap en medeleven, iemand met een versteend hart verandert in een zachtmoedig mens. Denk aan het sneeuwbaaleffect van alle mensen die ooit gered en aangeraakt zijn doordat één mens veranderd werd. En daarmee kom ik op Hour of Power.

Als die persoonlijkheid een tv-programma kon zijn hopen dat wij dat zijn: goedheid, medeleven, hoop voor iedereen. Voor christenen, maar ook voor iedereen die een reden zoekt om door te gaan. De belangrijkste boodschap die ooit gegeven is is de liefde van God in Christus Jezus. Dat is de liefde van God. En niet de liefde van God voor volmaakte mensen of gelovige mensen maar de liefde van God

voor gebroken mensen. De mensen die dezelfde zware tas elke keer in hun andere hand nemen. Die worstelen met dezelfde verslaving of depressie of eenzaamheid of mislukking of tragedie of moeilijkheid.

Want dat is het leven. Het leven is moeilijk en zwaar. Dat leven moet je niet in je eentje leiden.

Daarom is een kerk nu belangrijker dan ooit. Als jongeren-voorganger zag ik pas goed waar het bij deze kerk om ging. Daar ontstond mijn vriendschap, als volwassene, met mijn grootvader. Ik ben dol

op deze foto's.

De eerste foto is van toen ik op mijn tiende zong: I never, ever touched a rainbow. Zo was mijn opa. Knuffelig en lief en bemoedigend. Hij zag er altijd zo cool uit. Hier is hij net wakker. Hij ziet eruit als een popidool met die gitaar. Zongebruind. Hij was waarschijnlijk net terug uit Thailand of Mexico of zo. Zo denk ik graag aan mijn opa terug. Samen vissen. Lekker ontspannen. Zo was hij altijd. Zo blij om je te zien. Zo vol liefde. Hij was de lievelingsopa van iedereen. Zelfs grootouders zien hem als een opa. Gewoon een aardige man. Ik herinner mij dat ik als jonge voorganger met hem praatte over waarom wij doen wat wij doen. Vier of vijf jaar lang zijn wij toen elke donderdag bij elkaar gekomen om te praten over onze taak en wat ons onderscheidt van veel kerken. Ik wil drie dingen noemen waarvan ik nog

weet dat wij ze toen bespraken. Om te beginnen dit. Bobby, zei hij, in de kerk planten sommigen het zaad. Anderen bewateren het zaad en verzorgen het. Er zijn er die de planten bij snoeien en anderen die oogsten wanneer het seizoen daar is. En toen keek hij mij aan met een veelbetekenende pauze en hij zei met die imposante donkere stem: Maar die dingen doen wij niet. Wij bewerken de aarde. Wij vinden mensen die gekwetst zijn, vertrappt zijn, mensen met een verhard hart en dat ploegen wij los. Wij bereiden hen voor op de diepgang van het Evangelie. Het is belangrijk dat de mensen dat begrijpen. Dat dat ook een taak is, om een zandweg in vruchtbare aarde te veranderen. Dat is wat wij doen. Het tweede dat ik zo mooi aan mijn grootvader vond is dat mijn opa er was voor de kleine jongen en de kleine meid. Hij was er altijd en wij ook, maar niet zoals de meeste andere mensen. De meeste mensen die er voor de kleine jongen en de kleine meid zijn, willen de kleine jongen of de kleine meid beschermen en dat is prima. Ze willen dingen doen om hen te helpen, ze willen hen middelen geven. Dat is allemaal goed en Jezus heeft ons ook geleerd die dingen te doen. Maar dat bedoelde hij niet toen hij er was voor

de kleine jongen. Hij wilde dat de kleine jongen beseftte dat hij een grote jongen kon worden. Hij wilde dat de kleine meid beseftte wat het is om de grote meid te zijn. Om iemand te zijn die alles kan bereiken

waar hij of zij de zinnen op zet. Dat iedereen, ongeacht hoe laagopgeleid, hoe ziek, jong, oud, of wat dan ook dat als je denkt vanuit mogelijkheden het ook kan waarmaken. En denken vanuit mogelijkheden is een ander woord voor: geloof. Als je leeft in Gods Koninkrijk, is alles mogelijk. Hij geloofde dat elk probleem een kans was en dat, als je in mensen geloofde, ze in zichzelf konden geloven en veel konden bereiken. Dat is toch beter, nietwaar? Vandaar dat hij beroemd was om die uitspraak: Moeilijke tijden gaan voorbij maar moedige mensen slaan zich er doorheen. Precies. En dan het laatste dat ik mij herinner van mijn opa op zijn sterfbed en dat is belangrijk. Hij kreeg veel kritiek over zich heen omdat hij niet genoeg uit de Bijbel preekte. Dat vond ik altijd oneerlijk. Maar op zijn sterfbed heb ik hem gevraagd: Opa, wat heb je het meest betreurd toen je predikant was? Hij keek mij aan, en hij maakte

beslist geen grap en hij zei: Ik heb niet genoeg uit de Bijbel gepreikt. Ik hou zoveel van de Bijbel. Het is zo indrukwekkend. Ook als niet-christen, als je van literatuur houdt. De manier waarop de Bijbel zoveel

aspecten van literatuur en non-fictie raakt en dat al ruim 2000 jaar. Het is het Levende Woord en dat moeten wij krachtig verkondigen. Niets maakt je moediger dan een ware volgeling van Jezus Christus te zijn. Wil je het over moedige mensen hebben? Discipelen zijn moedig. Mensen die hun vijanden

kunnen liefhebben verdrukt maar niet in het nauw gebracht, vervolgd maar niet verlaten geslagen maar niet te gronde gericht, dat is een discipel. En dat is het soort mens dat jij bent. En over zaad gesproken, toen ik bad, leek het of de Heilige Geest me aanspoorde om diegenen onder jullie die kinderen, kleinkinderen of vrienden hebben die momenteel een grote woede voelen, eraan te herinneren dat de Heer zegt dat er zaden onder de verharde weg liggen. Er liggen zaden onder de verharde weg. Oftewel, veel kinderen en jongeren die in een goede kerk zijn opgegroeid die vrienden hadden die van hen hielden en hen ooit het woord van God voorhielden Maar de harten toch verhard zijn geraakt, dat geeft niet. Op een dag zullen de zaden onder de verharde weg door

het wegdek breken. Het woord van God zal altijd ontkiemen als het in goede grond wortelt. Dat weet ik, want ik was net zo. Ik groeide op in een warme kerkomgeving, maar ik werd boos en gefrustreerd maar toen het seizoen daar was, brak het door. Een zandweg houdt bamboe niet tegen. Niets houdt bamboe tegen. Dat is bekend. Het is als een elastiekje. Als je het leven van God ervaart en je loopt weg, loopt de spanning tussen jou en de Heer op. Hoe verder weg je raakt, hoe sterker dat deel van jou wordt dat wil terugkeren. Onze boodschap van denken vanuit mogelijkheden blijft klinken. Amen. Dat is wat wandelen in geloof betekent.

Gebed

Heer, wij houden van U en wij danken U voor alles wat U ons gegeven hebt. Zo velen hebben nooit waardering of erkenning gekregen maar U ziet allen en allen zijn even belangrijk in uw ogen. In onze ogen ook. Wij danken U, Heer. In Jezus' naam bidden wij, amen.

Zegen

De Here zegene u en behoede u. De Here doe zijn aangezicht over u lichten en zij u genadig. De Here verheffe zijn aangezicht over u en geve u vrede. In de naam van de Vader, de Zoon en de Heilige Geest. Amen.

Virtueel Voices of Hope lied:

Wij zijn de wereld, wij zijn de kinderen
Wij zijn degenen die de dag laten stralen,
Laat ons beginnen met geven
We maken een keuze, we redden ons eigen leven.
Het is waar, we maken de dag beter, jij en ik

Er is ruimte in je hart en ik weet dat het liefde is
En die plaats kan veel meer stralen dan morgen
En als je het echt probeert merk je dat je niet hoeft te huilen
Op die plaats voel je dat er geen pijn en geen zorgen zijn
Er zijn manieren om daar te komen als je voor de ander zorgt
Maak wat ruimte voor een betere ruimte

Wij zijn de wereld, wij zijn de kinderen
Wij zijn degenen die de dag laten stralen,
Laat ons beginnen met geven we maken een keuze,
We redden ons eigen leven
Het is waar, we maken de dag beter, jij en ik

Als je terneergeslagen bent, als alle hoop vervlogen lijkt
Maar als je gelooft dat we op geen enkele manier kunnen vallen
Laat ons beseffen dat verandering
Alleen tot stand komt wanneer we verenigd blijven

Genees de wereld, maak er een betere plaats van
Voor jou en voor mij en de hele mensheid
Het is een keus die we maken
Als je voldoende geeft om de ander
Maak het tot een betere plaats, voor jou en voor mij

Genees de wereld, maak er een betere plaats van

Voor jou en voor mij en de hele mensheid
Mensen sterven, als je genoeg geeft om de ander
Maak je het tot een betere plaats, voor jou en voor mij
Het is een keuze die we maken, we redden onze eigen levens
Er is een betere plaats voor jou en voor mij
Voor jou en voor mij, jou en mij