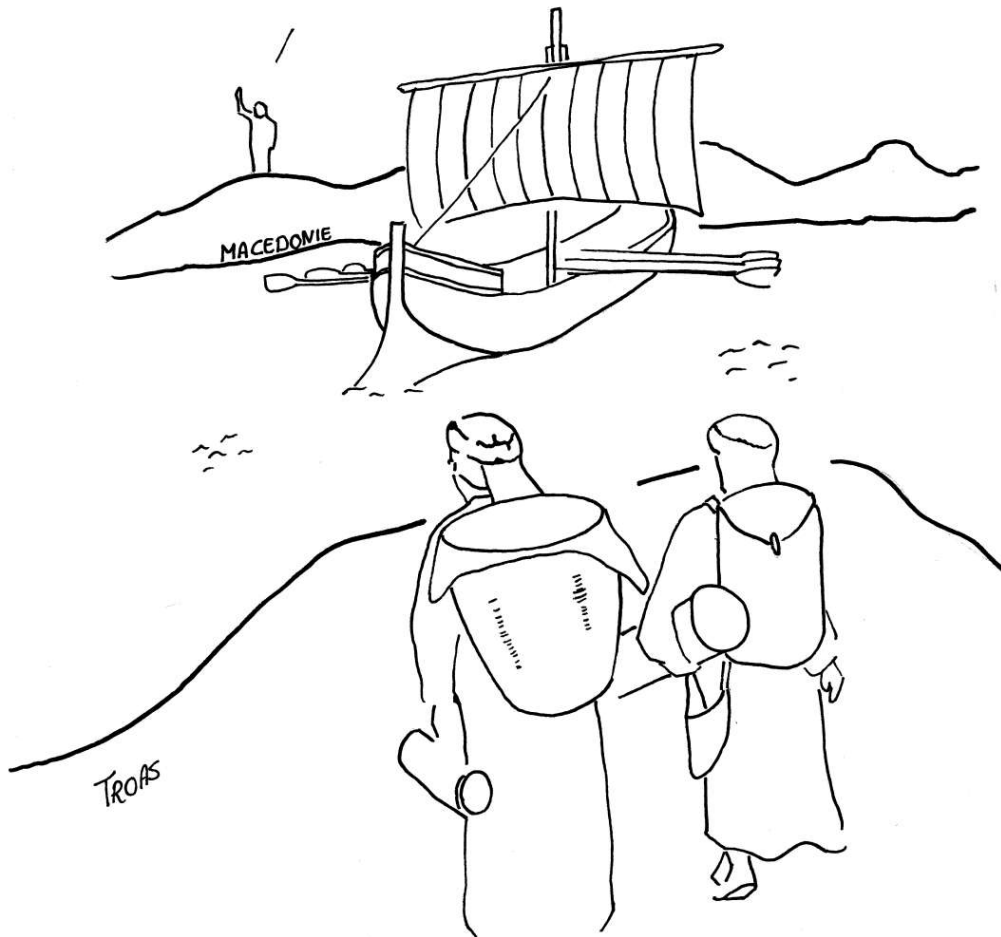


27 augustus 2023

Paulus naar Europa

Handelingen 16:1-15

STEEK OVER NAAR MACEDONIE
EN KOM ONS TE HULP!



Thema: Bericht van de Overkant

Doel

De kinderen leren dat God de reis van gelovigen blijft begeleiden en stap voor stap zijn plannen uitvoert.

Toelichting

Paulus reist rond met zijn helpers. Ze maken plannen waar zij naar toe zouden willen reizen om het Evangelie, de blijde boodschap, te gaan vertellen. Tot twee keer toe houdt God tegen wat ze van plan zijn. Hoe dat precies gaat, staat niet in de Bijbel. Maar voor henzelf is het duidelijk, dat ze niet de weg moeten kiezen die zij hebben gekozen. Hoe nu verder?

Dan krijgt Paulus 's nachts een visioen. Hij ziet en hoort een man roepen van over de zee: 'Steek over en kom ons helpen'. God wil dat ze naar Macedonië in Griekenland gaan. Nog nooit is een apostel in Europa geweest. Maar ook daar moet de kerk van Christus gaan komen en groeien.

De reis verloopt voorspoedig. Blijkbaar is dit de juiste keuze, dit bedoelt God. Aan de overkant van de zee vinden ze vrouwen, die aandachtig luisteren naar hun woorden. Lydia, de purperverkoopster, komt tot geloof! Ze biedt zelfs haar huis aan om daar met christenen samen te komen. Gelukkig heeft Paulus de berichten van de Overkant (van God) goed begrepen.

Titel van het ONDERBOUW-verhaal: Oversteken

Richtlijnen: Vertel een inleidend verhaaltje over de gevaren bij het oversteken van de straat. Goed kijken, altijd, maar zeker als het druk is.

Paulus en Barnabas moeten ook gaan oversteken: de zee over met een schip. God heeft hem dat in een droom verteld: hij moet de mensen daar gaan helpen om in Jezus te geloven. Best gevaarlijk en eng met storm en hoge golven. Ze komen in een land waar ze nog nooit geweest zijn. Hoe ziet het er uit? Kunnen ze de mensen verstaan? Het moet spannend zijn geweest voor Paulus. Zullen die mensen daar willen geloven?

De reis gaat heel goed. En hij ontmoet Lydia, die graag willen geloven... Ze is rijk en zegt: in mijn huis mag je wel kerkdiensten houden. Het is groot genoeg. Ongelofelijk! Het is maar goed dat God hem gestuurd heeft!

Titel van het MIDDENBOUW-verhaal: Steek over naar Europa

Richtlijnen: Paulus komt steeds verder van huis op zijn reis. Hij trekt rond in wat nu Turkije is. Steeds weer is het spannend of mensen de boodschap over Jezus willen geloven. We moeten niet denken dat Paulus zijn lange reis precies had uitgestippeld. Hij maakte wel plannen, maar die lukten niet altijd. Twee keer heeft Paulus het gevoel dat God hem laat merken dat ze ergens niet heen mogen. Dan gaan ze de andere kant uit. Dan, op een nacht krijgt Paulus een visioen. Hij ziet een Griekse man die hem roept: steek de zee over naar Europa om ons te helpen. Paulus gelooft dat de man zegt wat God van hem wil. God wijst hem zo de goede weg. Bij de overtocht is de zee kalm en als ze over Jezus vertellen bij de rivier, ontmoeten ze Lydia. Zij wil bij de kerk horen en opent haar huis om daar samen te kunnen bidden en nadenken over de Bijbel. Paulus denkt: nu weet ik zeker dat ik moest oversteken naar Europa.

Titel van het BOVENBOUW-verhaal: Bericht van een onbekend nummer

Richtlijnen: De jongeren zullen het herkennen. De meeste berichtjes die je krijgt op je mobiel komen van contacten. De naam verschijnt in beeld. Soms belt er een onbekend nummer. Wat doe je dan? Negeren, niet beantwoorden? Paulus maakt plannen om heel het gebied dat nu Turkije heet door te trekken op zijn zendingsreis. Tot twee keer toe merkt hij dat God hem tegenhoudt. Hoe dat precies gaat, staat niet in de Bijbel. Paulus herkent God in de gebeurtenissen en past zijn plannen aan.

In een nacht ziet en hoort Paulus een onbekende man roepen van over de zee: 'Steek over en kom ons helpen'. Moet Paulus naar Europa, over de zee naar een onbekend werelddeel? Is dit bericht betrouwbaar (van God) of wordt hij in de val gelokt. Paulus bidt en vertrouwt de woorden van de man.

In het vervolg blijkt dat dit goed is. De reis verloopt voorspoedig. Paulus ziet daarin een bewijs dat God dit bedoelt. Zeker wanneer ze vrouwen ontmoeten, die aandachtig luisteren naar hun woorden. Lydia, de purperverkoopster, komt tot geloof! Ze biedt zelfs haar huis aan om daar met christenen samen te komen. Nu weet Paulus het zeker: ook in Europa mag hij de kerk van Christus laten komen en groeien.

Hoe herken jij berichten van God voor jou? Hoe kom jij achter de echtheid ervan (vergelijken met de Bijbel?, bidden?)

Extra bijbelgedeelte: 1 Samuël 3: 1-10

(Samuël hoort in de nacht een stem en denkt dat het Eli is. Pas de derde keer is duidelijk dat God hem een boodschap wil doorgeven)

Auteur: DW

Achtergrondinformatie

Bij het Bijbelgedeelte

Vorige week gaf ik al in de inleiding aan hoe belangrijk het is dat we steeds blijven beseffen dat Paulus Jood is gebleven. Dat blijkt nu opnieuw. En juist zo, als Joodse apostel, is hij door de Here God gezonden en geroepen naar de volkeren, naar Europa.

Vers voor vers

- Vs. 1vv In zijn brieven aan Timoteüs geeft Paulus aan hoe hij zichzelf met hem verbonden weet. Hij noemt hem zelfs zoon, terwijl dat uiteraard geestelijk is te begrijpen. Zo is ook de besnijdenis niet een bijkomstigheid. Paulus gaat daar heel zorgvuldig mee om. Zo'n late besnijdenis kennen we bij Mozes, als Zippora hun zoon besnijdt. Het is en blijft voor de Joden een teken van het verbond, al geldt het niet voor christenen die uit de heidenen zijn. Er is in Christus een eenheid en zo principiële gelijkheid, maar er blijven verschillen, net als tussen man en vrouw. Zoals vader en moeder beiden en samen opdracht hebben om naar hun kind(eren) de Here God te vertegenwoordigen, Het vijfde gebod hoort op de eerste tafel; over de verhouding tussen God en mens. In dat licht is het misschien goed nog eens dieper na te denken als Paulus Timoteüs zoon noemt.
- Vs. 4vv Zij gaan op reis en op hun verkondiging ligt een zegen. Let op hoe in vers 7 de Heilige Geest een weg afsnijdt. Dat vinden wij niet passend. Toch lijkt het mij goed daarbij stil te staan. Als je als christelijk gezin, of als gemeente, iets meent te willen, ga dan eerst te rade bij Gods Geest, of het echt zo is dat jouw, mijn wil, oprecht in de lijn ligt met de wil van de Here God. Niet toevallig dat Gods wil in het Onze Vader en vooraanstaande plaats heeft. Durf te toetsen, om de geesten te onderscheiden.
- Vs.9v Als de stem zo duidelijk is, mag je er gehoor aan geven. Wanneer Paulus in Romeinen 8,16 verkondigt dat Gods Geest met onze geest aanwijst dat we kinderen van God zijn, dan werkt het blijkbaar zo. Dikwijls staan we daar maar nauwelijks bij stil. Ik meen dat Gods Geest ons soms aanraakt, heel diep – in onze geest. De vraag is dan, wat we daar op het niveau van de ziel mee doen. We kunnen er gehoor aan geven. Evengoed echter kunnen we met onze gedachten, onze wil en/of ons verstand het naast ons neerleggen. Als we gehoor geven, dan gaan we dat met ons lichaam beantwoorden; in woorden, gebeden en/of daden. Het kan gebeuren dat iemand je opeens in gedachten schiet. Heel even maar. Mijn ervaring is dat wanneer dat serieus neemt en zo iemand aandacht geeft – al is het maar een berichtje – dat het bijna altijd goed uitkomt in de tijd.
- Vs. 11vv Verkondiging op de sabbat. Lydia is er een sprekend voorbeeld van hoe Gods Geest haar geest raakt en in beweging zet.

Auteur: GJK

Liederen

Psalm 27: 1, 2, en 7	
Lied 838	(=Gezang 481 LvdK)
Lied 675	(=Gezang 477 LvdK)
Zingen maakt blij	Hemelhoog 625
Kom aan boord	Hemelhoog 356
Trek de wereld in	Opwekking voor kinderen 238
Ied're dag, ieder uur	Op Toonhoogte 443
Ik volg de Heer	Hemelhoog 305

Auteur: PZ



Oversteken

Inleiding

'Boaz, je mag best naar de speeltuin, maar doe je voorzichtig met oversteken?' Boaz gaat vandaag voor de eerste keer alleen naar het speeltuintje. En mamma vindt het goed. Toch is het best een beetje spannend. Kan Boaz de weg naar het speeltuintje wel vinden? Komen er geen grote auto's aan als hij gaat oversteken? Zijn er geen grote jongens in de speeltuin? Gelukkig wordt het een leuke middag voor Boaz, hij is veilig heen en weer gegaan. En zelfs heeft hij vriendjes in de speeltuin gezien. Hopelijk mag hij snel weer een keer!

Bijbelverhaal

Paulus en zijn vrienden zijn op reis. Ze reizen heel ver en heel lang. Ze ontmoeten veel mensen. Dat is fijn, want zo kunnen ze steeds meer van God vertellen. De mensen zeggen: 'Bedankt Paulus, onze God zal voor jou en voor ons zorgen. Jij helpt ons om veel van God te houden!' 'Kom, Timoteüs, even slapen en dan gaan we morgenochtend weer verder' zegt Paulus tegen zijn vriend. Maar in de nacht krijgt Paulus een droom. Hij droomt dat hij en zijn vrienden naar een ander land moeten reizen. Een land aan de overkant van de zee. Er staat in die droom een man aan de overkant. Hij roept naar Paulus: 'Kom, help ons!'. Paulus en zijn vrienden begrijpen dat dit een boodschap van God is. Hij stuurt hen naar het land aan de overkant. Paulus en zijn vrienden luisteren meteen naar God en toch vinden ze het spannend. 'Wat als de golven erg hoog zijn?' 'Wat als ze de mensen daar niet kunnen verstaan?' 'Wat als ze de weg niet weten?'

Gelukkig gaat de reis erg goed. En in het nieuwe land komen ze Lydia, een rijke mevrouw, tegen. Zij houdt veel van God. Wat luistert ze graag naar Paulus. Hij helpt haar om nog meer van God te houden en Hem te geloven. 'Wilt u mij en mijn familie dopen, Paulus?' vraagt Lydia op een dag. Dat doet Paulus. Ze mogen zelfs 's zondags de kerkdienst in het huis van Lydia vieren. Wat zorgt God goed voor Paulus, Timoteüs en Lydia. En alle mensen die Hem geloven. Het is goed dat God Paulus gestuurd heeft!

Hoe kan jij naar God luisteren?

Auteur: KvdG



Steek over naar Europa

Inleiding

God heeft veel manieren om mensen iets te zeggen. De Heer gebruikt de Bijbel als je erin leest, of herinnert je op een ander moment aan een tekst. Hij laat bijv. iemand iets zeggen, waarvan de ander weet dat het voor hem of haar bedoeld is. Hij geeft een droom of visioen (*), en laat sommigen een stem horen. Hij stuurt dingen die er met je gebeuren (**), geeft bescherming (***) of genezing. God laat je door de heilige Geest ineens iets weten (****), of stuurt een engel, en zo zijn er nog veel meer manieren. Ontdek jij er een paar in ons verhaal?

Bijbelverhaal

Paulus heeft een lange reis gemaakt. Hij is helemaal heen en weer naar Jeruzalem geweest, maar nu is hij weer terug in het gebied dat nu Turkije heet. Hij gaat weer naar Derbe en ook naar Lystra, daar in de buurt. Daar werd hij de vorige keer gestenigd, maar overleefde het (***). Toch weet hij dat God bij hem is, en is niet bang. Deze keer heeft hij Silas meegenomen om hem te helpen. In Lystra is er een gelovige jongeman die Timoteüs heet. Bij iedereen in de buurt staat hij goed bekend. Paulus neemt Timoteüs mee op reis. Nu zijn ze met z'n drieën: Paulus, Silas en Timoteüs. Samen gaan ze langs de plaatsen waar groepen mensen zijn die al eerder door Paulus christen zijn geworden. Hij vertelt deze mensen meer over hoe ze met Jezus kunnen leven. Daardoor wordt hun geloof sterker. Ook komen er steeds meer christenen bij.

Nu gaan ze naar het westen, om de mensen in het gebied Asia van Jezus te vertellen. Maar als ze onderweg zijn, laat de Heilige Geest hun merken (**) dat ze niet in Asia moeten zijn. Ze bespreken met elkaar wat ze doen zullen en willen nu naar het noorden reizen. Maar weer houdt de Heilige Geest hen tegen (**). Daarom reizen ze verder naar het westen. Nu kunnen ze niet verder, want ze zijn in Troas, en daar is de zee.

's Nachts krijgt Paulus een visioen (*). Dat is een speciale droom met een bericht, dat van God komt. In de droom ziet hij een man aan de overkant van de zee. Daar ligt Macedonië, in Europa. De man roept naar hem: 'Steek over en kom ons helpen!'

Paulus vertelt de anderen over zijn visioen. Dit moet het antwoord van God zijn waar ze nu naartoe moeten! God roept hen daarheen! Ze willen geen moment meer wachten. Ze zoeken in Troas een schip dat naar Macedonië zal varen en gaan aan boord. Na een tussenstop op het eiland Samotrake, waar ze een nachtje slapen, gaan ze verder naar Macedonië. Ze gaan aan land in het plaatsje Neapolis en reizen verder naar Filippi, een belangrijke Romeinse stad. Daar blijven ze een paar dagen, tot het sabbat is. Er is in die tijd in veel van de plaatsen geen gebouw waar de Joden samenkomen. Daarom is hun synagoge, hun plaats om voor gebed bij elkaar te komen, een plek bij de rivier. Dus op deze sabbat gaan Paulus,

Silas en Timoteüs de stad uit, en lopen de rivier langs, op zoek naar de plek waar de Joden bij elkaar zijn. Ze gaan zitten en raken aan de praat met een aantal vrouwen (**).

Een van hen heet Lydia. Ze komt uit Tyatira, in het gebied waar Paulus, Silas en Timoteüs doorheen gingen voordat ze de zee overstaken naar Macedonië. Ze verkoopt purper, in Paulus' tijd een vaak wollen stof die met heel dure purperverf wordt gekleurd en daardoor zelf ook erg duur is. Lydia is niet Joods, maar vereert wel de Joodse God. Daarom zit ze ook hier bij de rivier. Ze kent God. Ze kent alleen zijn Zoon Jezus nog niet. God opent haar hart (****), zodat ze vol aandacht luistert naar Paulus' woorden en begrijpt wat hij uitlegt.

Nu wil ze graag gedoopt worden! En niet alleen zij, maar ook alle anderen uit haar huis. Dus ze worden allemaal gedoopt.

Ook al is Lydia zelf niet Joods, ze weet dat Joden normaal nooit bij niet-Joden zouden logeren. Dan zouden ze onrein worden. Maar van Paulus heeft ze gehoord dat het door Jezus niet meer uitmaakt of je Joods bent of niet. Want iedereen die doet wat Jezus zegt, wordt gered! Daarom durft ze hen uit te nodigen. Ze zegt: 'Nu hebben jullie gezien dat ik in de Here Jezus geloof. Blijven jullie hier toch logeren! Jullie hoeven echt niet ergens anders heen. Haal jullie tassen maar, want ik wil het echt heel graag!'

Zo stelt Lydia haar bezit beschikbaar aan God. In haar huis is genoeg plaats om deze mannen onderdak te bieden. Lydia begrijpt dat het belangrijke gasten zijn: dit zijn immers degenen die God uitgekozen heeft om aan haar, en overal waar ze komen, Gods blijde nieuws te vertellen. Het nieuws dat de langverwachte Redder gekomen is en hen ook wil redden van hun zonden!

Lees verder op de volgende bladzijde



Spel

Drie kinderen mogen even niet kijken (op de gang bijv.) Zij spelen de apostelen Paulus, Silas en Timoteüs. Ze schrijven op een briefje netjes de naam Jezus. Instrueer de andere kinderen dat ze straks alleen wat mogen zeggen als ze aangewezen worden. Verstop een klein leeg bakje of doosje zo goed, dat het heel moeilijk te vinden is. Op dat bakje staan (bijv. op een papiertje) harten getekend en een M.

Als de 'apostelen' weer geroepen worden, mogen ze het bakje zoeken, maar ze moeten wel bij elkaar blijven. Na een tijdje wijs je met tussenpozen één kind aan, dat mag zeggen of ze warm of koud zijn. Begin als de zoekers op een 'koude' plek zijn. Op die manier vinden de 'apostelen' het lege bakje. Dat bakje betekent de harten van mensen die Jezus nog niet kennen in Macedonië. Het briefje met Jezus' naam mag nu in het doosje. Nu hebben ze de mensen gevonden die ze van God over Jezus moesten vertellen!

Leg uit

Het is goed om te vertellen over Jezus. Maar het is ook belangrijk ons te laten sturen als God ons iets duidelijk maakt.

Herhaal evt. het spel met andere kinderen.

Auteur: PW



Bericht van een onbekend nummer

Inleiding

Het deuntje van je telefoon klinkt... Snel haal je 'm uit je broekzak, en je kijkt op het schermje wie jou belt. Hmm... 'onbekend nummer'. Je twijfelt. Je verwacht geen telefoontje. Wat doe je?

Ik moet eerlijk zeggen, dat ik een onbekend nummer vaak wegdruk. 'Als het belangrijk is, bellen ze nog wel een keer', denk ik dan. 'Of ze spreken de voicemail wel in.' En ik blokkeer het meteen als het een raar nummer uit het buitenland is!

Het is natuurlijk anders, als er iemand belt die je kent. Dan zie je direct op je scherm zijn naam verschijnen, en misschien wel een fotootje. Je weet dan precies wie er belt, en je kan met een gerust hart opnemen. Misschien weet je zelfs al, waar diegene voor belt.

Zo gaat dat met mobieltjes. Meestal weet je wie jou belt of een berichtje stuurt. Maar soms krijg je zo'n oproep van een 'onbekend nummer', en moet je maar raden wie jou belt. Paulus krijgt ook van die berichten, 'afzender onbekend'. Hoe hij daar mee omgaat? Luister maar.

Bijbelverhaal

Paulus is op reis. Samen met zijn helpers brengt hij het goede nieuws, het evangelie, op allerlei plaatsen in het Romeinse rijk. Hij zoekt de plaatsen op, waar hij eerder gemeenten heeft gesticht en waar mensen tot geloof zijn gekomen. In één van die plaatsen, Lystra, ontmoet hij een leerling, Timoteüs. Paulus wil hem graag meenemen op zijn reis. En Timoteüs gaat mee. Hij wordt een trouwe helper van Paulus.

Tijdens hun bezoeken aan de gemeenten, die eerder waren gesticht, vertellen ze wat de leiders van de kerk in Jeruzalem hebben besloten. Zo voelen alle gemeenten zich verbonden met elkaar, samen vormen ze één kerk. Net zoals dat nu nog zo is. Paulus ziet tijdens die bezoeken, dat het geloof in de gemeenten sterker wordt, en dat er zich steeds meer mensen aansluiten bij de gemeenten. Dat is een bemoediging voor Paulus om door te gaan met zijn zendingswerk. God zegent zijn werk!

Dan lezen we twee bijzondere verzen in dit hoofdstuk. Lees je mee? We lezen Handelingen 16 vers 6 en 7. 'Ze trokken door Frygië en de landstreek Galatië, omdat ze door de Heilige Geest werden verhinderd Gods woord in Asia te verkondigen. Toen ze bij de grens van Mysië kwamen, wilden ze doorreizen naar Bitynië, maar dat stond de Geest van Jezus hun niet toe.'

Het staat er maar met weinig woorden: 'ze werden door de Heilige Geest verhinderd'. En: 'dat stond de Geest van Jezus hun niet toe'. Tot twee keer toe had Paulus een plan, een bestemming waar hij naartoe wil reizen. Tot twee keer toe mag hij daar niet naartoe gaan. Hoe weet hij dat? Hoe heeft hij die boodschap gekregen? Dat staat er niet bij. Twee keer wordt het plan van Paulus geblokkeerd door een bericht, 'afzender onbekend', een onbekende beller, zouden wij zeggen.

Maar blijkbaar herkent Paulus het als een bericht van God. Er staat immers dat het 'de Heilige Geest', en 'de Geest van Jezus' was, die Paulus verhinderde verder te reizen. We weten niet hoe het is gegaan. We weten alleen maar dat Paulus heeft geweten, gevoeld of herkend dat het niet Gods plan was. En Paulus luistert naar dat bericht. Hij past zijn plannen aan.

Paulus reist verder in een andere richting. Hij reist tot aan de kust. Tot aan de rand van het Romeinse rijk. Wat nu? Waar zal hij verder naartoe reizen, nu hij zijn plannen al tot twee keer toe moest wijzigen? Die nacht krijgt Paulus een visioen, een droom met daarin een boodschap. Aan de overkant van de zee, in Macedonië, staat een man. Die man roept Paulus. 'Steek over naar Macedonië, en kom ons te hulp!', roept hij. Wéér zo'n bericht van een onbekende afzender. Wie is die man, die in de droom van Paulus verschijnt? Een vreemde man, uit een vreemd rijk aan de overkant van de zee, die hem roept. Maar opnieuw herkent Paulus de afzender. In de Bijbel staat: 'We maakten er uit op dat God ons had geroepen om aan de mensen daar het evangelie te verkondigen.'

Een bijzonder moment. Paulus herkent de stem van God, gehoorzaamt het plan van God en zo komt het evangelie voor het eerst op Europees grondgebied.

Paulus en Timoteüs gaan aan boord van een schip, dat hen in twee dagen naar de overkant brengt. De reis verloopt veilig en voorspoedig. Al snel zijn ze in Filippi, een belangrijke stad in Macedonië. Ook daarin ziet Paulus een teken van God. De reis verloopt veilig en snel, voor Paulus een teken dat God met hen meegaat. Dat deze reis past in het plan van God, dat Hij met Paulus en Timoteüs heeft.

Dat wordt nog duidelijker, als Paulus en Timoteüs op sabbat naar de rivier gaan. Daar, buiten de stadspoorten aan de rivier, is een aantal vrouwen bij elkaar gekomen. Ze hebben daar hun gebedsplaats. Een van de vrouwen die ze daar ontmoeten, Lydia, vereert God. Ze staat open voor de woorden van Paulus, en komt tot geloof. Lydia is een rijke vrouw. Ze woont in een groot huis. Nadat ze tot geloof is gekomen en is gedoopt, nodigt ze Paulus en Timoteüs uit om in haar huis te logeren. Ze biedt zelfs ruimte in haar huis, om met de nieuwe gelovigen samen te komen. Zo ontstaat in dat huis van Lydia de eerste christelijke gemeente in Europa. Wat een zegen!

We hebben gehoord dat Paulus de berichten van God herkent, en er naar luistert. God maakt aan Paulus zijn bestemming duidelijk, maakt zijn reis voorspoedig en geeft rijke zegen op zijn (zendings)werk.

Hoe is dat met ons? Herkennen wij het, als God ons iets duidelijk wil maken? Of zien wij alleen maar 'afzender onbekend'? Hoe kun je nu weten, wat van God is en wat niet? Soms, als ik voor grote beslissingen sta, zou ik zo graag eens 'een briefje van God' willen krijgen. Een briefje uit de hemel, waarop precies staat welke keuze ik moet maken. Die Paulus, ik kan er wel eens jaloers op zijn!

Maar wat denk je, zou God vandaag de dag ons geen dingen meer duidelijk maken? Ons niet meer de weg wijzen? Ik denk het vast, maar misschien zien en horen wij die berichtjes niet meer. Zitten we te vaak en te veel in ons mobieltje gedoken. Zoeken we antwoorden op alle vragen bij Google, YouTube of wat dan ook, in plaats van in de woorden van God, in de Bijbel.

Geen mobieltje, en toch altijd bereikbaar. Dat is God. Praat eens wat vaker met God. Door te bidden, in de Bijbel te lezen of met andere mensen over hem te praten. Hij heeft voor jou ook een plan, en wil ook jou de weg wijzen. Net als toen bij Paulus. Ken jij de afzender?

Auteur: MvdB