GOD, MY RAADGEWER

Mark en Patti Virkler

In Afrikaans vertaal deur

René M. Testa

"Salig is die wat rein van hart is,
want hulle sal God sien."
(Matt. 5:8)

Counseled by God

© Destiny Image AUe

In Afrikaans vertaal deur René Testa

Vir Patti se vader, Lyle Hudson,
'n gelowige man van gebed,
wat huis toe geneem is nog
voordat hierdie boek voltooi is,
en vir Claire, Patti se ma,
'n ware kind van God.

Inhoudsopgawe

Voorwoord

1. Open my oë, dat ek kan sien
2. In gesprek met God
3. Die aanklaer en die Trooster
4. Bedink slegs die woorde van Jesus
5. Om God in die verlede te sien
6. Van vrees tot geloof
7. Van skuld tot hoop
8. Van woede tot liefde
9. Van minderwaardigheid tot identifikasie
10. Van depressie tot blydskap
11. Oorwinning deur dood en opstanding
12. God oral en in alles

VOORWOORD

" …Hy word genoem: Wonderlike Raadgewer ..." (Jes. 9:5). Watter voorreg is dit nie dat ons na ons Wonderlike Raadgewer kan gaan as ons harte stukkend is nie! As ons vasgevang is in bande van vrees en vertwyfeling, kan ons met vrymoedigheid na ons Wonderlike Raadgewer gaan. As die wêreld geen raad meer het nie en ons bloot ‘n produk van ons gebroke verlede wil maak, het ons hoop in ons Wonderlike Raadgewer!

Ons hemelse Vader verwag nie dat ons ons lewe alleen moet lei nie. In Sy groot genade het Hy ons deel gemaak van 'n liggaam, 'n gemeenskap van gelowiges en gee Hy ons die opdrag om mekaar lief te hê, te bemoedig, te vermaan en op te bou. Elke keer as ons iemand raadgee of ons mening uitspreek, is ons in werklikheid besig om iemand te beraad, of dit nou doelbewus is, of nie. Daarom moet ons altyd daarop let dat ons net die woorde van ons Wonderbare Raadsman toelaat oor ons lippe en niks anders nie!

‘n Vaardige menslike berader wat met deernis en begrip kan raadgee, help 'n mens dikwels om jou situasie vanuit ‘n nuwe perspektief te sien. So ‘n persoon kan jou terug begelei na die Bybelse lewensbeginsels wat jy versuim het om na te kom, omdat daardie ongehoorsaamheid dalk die oorsaak kan wees van jou huidige dilemma. Hy of sy kan deur gebed onderskei watter trauma uit die verlede verantwoordelik is vir die diep wonde wat jy in jou gees het. Ja, iemand anders kan ons dalk help om by die wortel van ons probleem uit te kom - maar geen mens kan ons van ons verkeerde of sondige gewoontes laat afsien nie. Geen *mens* kan die balsem uit Gilead oor 'n gebroke siel uitstort nie. Beraders wat standhoudende verandering en diep genesing bring in mense se lewens is dié wat weet hoe om ‘n gebroke mens na die voete van Jesus te lei, waar Sy aanraking alles nuut maak.

Hierdie klein ou boekie bevat nie al die oplossings vir jou probleme nie. Dit bied nie ‘n formule vir geestelike genesing nie. Dit bevat geen flatervrye resep vir herstel nie. Nee, dié boek veronderstel dat die meeste probleme in ons lewe ontstaan omdat mense God en die werking van Sy Gees in hulle lewens uit die oog verloor. Jesus het gesê, “Salig is die wat rein van hart is, want hulle sal God sien”. Anders gestel sou ons kon sê dat ‘n hart wat onrein is verhinder dat ons God sien, maar wanneer ons God sien, word ons hart gereinig en genees. Daarom is die doel van hierdie boek om ‘n ontmoeting tussen jou en ons Wonderlike Raadsman aan te moedig, sodat jy Sy genadige aanraking kan ervaar en weer heel kan word. Ons lewens kan slegs blywend verander as ons ‘n ontmoeting met God self gehad het. Dit is my gebed vir jou.

1

OPEN MY Oë DAT EK KAN SIEN

God wil die harte van Sy kinders aanraak. Hy wil hê dat die gees van elke gelowige een word met Syne en Hy wil die lewe-gewende Heilige Gees oor elkeen uitstort. "Salig is die wat rein van hart is", hulle is genees, hulle is vry om te lag en te dans deur die lewe en die wonder van God en Sy skepping ten volle te geniet. Hulle is vry om hulle naaste lief te hê. Hulle is vry om hulself lief te hê. "Salig is die wat rein van hart is, want hulle sal God sien!" (Matt. 5:8).

As dit beteken dat ek God moet kan sien as ek 'n rein, gesonde, vrye hart wil hê, hoe kom ek daarby uit ? Waar kan ek soek om by God uit te kom? Waar kan ek Hom sien? Die Bybel gee vir ons ‘n verbasende verskeidenheid antwoorde op al hierdie vrae.

In 'n Visioen

Die profeet Elisa is een oggend deur sy slaaf wakker gemaak met verskriklike nuus: 'n hele leër met ruiters en waens het hulle in die nag omsingel. Die vyand het geweet van hulle doen en late en daar was geen manier waarop hulle kon ontsnap nie. Wat kon hulle doen?! Dit is nou ‘n goeie manier om die dag te begin! ‘n Mens sou kon verstaan as Elisa gewonder het waar die Here dan in hierdie omstandighede was!

Maar wat was die profeet (=siener) se reaksie? Hy het gebid: "Here, open tog sy oë dat hy kan sien." Toe maak God die dienaar se oë oop en hy sien dat die hele berg vol perde en waens van vuur was (2 Kon. 6:17). Sy hele perspektief het oombliklik verander. Sy vrees het omgeswaai in geloof; sy twyfel in hoop en sy neerslagtigheid in opgewondenheid. Hoekom? Want hy het God gesien!

Dink vir ‘n oomblik aan Johannes die lieflingdissipel van Jesus, reeds op gevorderde leeftyd, gevange en in ballingskap op die eiland Patmos. Jesus het belowe dat Hy sou terugkeer, maar daar het al baie jare verloop en Hy het nog

steeds nie gekom om hulle te verlos nie. Johannes het sy hele lewe gegee om sy Meester te volg en in ruil daarvoor was hy alleen, ver van familie en vriende, in die tronk. As dit jou omstandighede was, sou jy nie dalk gewonder het wat aan die gang was nie? Sou jy nie dalk begin twyfel het of die Here *regtig* in beheer is nie?

Maar wat was Johannes se reaksie? "Na hierdie dinge het ek gesien - kyk, 'n geopende deur in die hemel, en die eerste stem wat ek soos 'n basuin met my hoor praat het, het gesê: Kom op hierheen, en Ek sal jou toon wat na hierdie dinge moet gebeur. En dadelik was ek in die Gees, en kyk, daar staan 'n troon in die hemel en Een sit op die troon" (Openb. 4:1, 2). Johannes het gekyk en God op die troon sien sit - steeds aan bewind, steeds in beheer, selfs te midde van gevangenskap, ballingskap en eensaamheid.

Daar was sonder twyfel ander mense daar naby wat God nié gesien het nie. Die ander gevangenes en die bewaarders het verseker net die kettings en die dik mure van die tronk om hulle gesien. Hoekom kon Johannes dan dinge sien wat hulle nié kon sien nie? Die antwoord lê deels in die woorde: *Ek het gekyk*. Johannes het *gekyk,* daarom het hy *gesien.* As ons mense wil wees wat die Here wil sien, moet ons met die oë van ons hart *kyk,* in geloof, met die verwagting om Hom te sien, en te sien hoe Hy in ons lewe en omstandighede werk.

Stéfanus was nog ‘n dissipel wat rede gehad om vir God kwaad te word. Hy het sy hele lewe vir Christus gegee en Hom getrou gedien. En wat het hy in ruil daarvoor gekry? Hy is gestenig. Hy kon seker kwaad geword het vir God; hy kon desperaat getwyfel het aan Sy goedheid en Sy heerskappy.

Maar dis nie wat Stéfanus gedoen het nie. Hy het 'n rein hart gehad en hy "was vol van die Heilige Gees en het sy oë opgeslaan na die hemel en die heerlikheid van God gesien en Jesus wat staan aan die regterhand van God. En hy het gesê: Kyk, ek sien die hemele geopend en die Seun van die mens aan die regterhand van God staan" (Hand. 7:55, 56). Die Here was steeds in beheer. Jesus het hom nog liefgehad en het gewag dat hy saam met Hom in Sy heerlikheid ingaan.

Een van die woorde wat ook in die Ou Testament vir *profeet* gebruik word, is "siener". Dit verwys na die vermoë van ‘n persoon om in die geesteswêreld te sien. Jesus het in die Nuwe Verbond die sluier weggetrek sodat ons almal kan sien - iets wat in die verlede net vir enkeles beskore was. Ons is ook nou sieners en wat ons sien, hoef nie beperk te wees tot die dinge wat ons met ons menslike oë kan waarneem nie. Nee, ons kan ook geestelike dinge sien; ons kan by die fisieke werklikheid verbykyk, tot by die dieper geestelike werklikheid wat die grondslag van alles vorm.

In Sy Skepping

Ons sien die Here nie net in die geesteswêreld nie, maar ook duidelik in die sigbare wêreld wat Hy geskape het. "Want sy onsigbare dinge kan van die skepping van die wêreld af in sy werke verstaan en duidelik gesien word, naamlik Sy ewige krag en goddelikheid, sodat hulle geen verontskuldiging het nie" (Rom. 1:20).

God openbaar Sy heerlikheid in die sonskyn en die reën, in die bome en die wolke, die gras en die blomme, somer en winter. Dit is nie almal wat die Here in die natuur sien nie. Party mense brom as dit reën en vir ander is die warm sonskyn net iets wat hulle dagtaak nog verder bemoeilik. Maar elkeen wat *kyk* en wat God *wil* sien, sal Sy onsigbare eienskappe, Sy ewige krag en goddelike natuur sien in alles wat Hy geskape het.

In Alle Materie

Ons kan dit nog verder voer en sê dat ons Hom nie net sien in die krag en skoonheid van die natuur nie, maar in elke molekule van *alle* materie. "... in Hom hou alle dinge stand" (Kol. 1:17). Selfs materie *lewe*, is deurdrenk met die krag en lewe van onse God. Hy is die krag wat al die molekules bymekaar hou. Daarom, selfs wanneer ek hierdie boek in my hand hou, is ek bewus daarvan dat dit slegs in God standhou. Daarmee sê ek nie dat alle materie God is nie. Dit is panteïsme. God is immers baie groter as hierdie boekie. Hy is die Skepper van die heelal. Maar alle materie is deurdrenk met God self.

Onthou jy wat Jesus vir die Fariseërs gesê het wat Sy dissipels probeer stilmaak het toe Hy Jerusalem binne-gery het? "Ek sê vir julle, as hulle swyg, sal die klippe uitroep" (Luk. 19:40). Selfs dooie klippe kan gebruik word om lof te bring aan die Koning.

In Geestelike Groei

Ons is geneig om te dink dat ons vir ons eie geestelike groei verantwoordelik is. Maar God sê: "deur *Hom* is julle in Christus Jesus, wat vir ons geword het wysheid uit God en geregtigheid en heiligmaking en verlossing" (1 Kor. 1:30). Geestelike groei behels groei in geregtigheid in ons daaglikse lewe en dat ons ons lewens toenemend vir Hom sal afsonder en so sal groei in heiligmaking. As ek dié dinge alleen probeer doen, is dit niks meer as dooie werke wat losstaan van Christus nie. Ware geestelike groei is die groei van Christus in my. Ek groei in geregtigheid as ek toelaat dat Hy al meer en meer in my word. Dit is nie my verantwoordelikheid om myself heilig te maak nie – eerder my reaksie op Sy werk in my (1 Thes. 5:23, 24). So selfs as ek na my eie lewe kyk, kan ek God sien werk.

In Omstandighede

Dit is maklik om God se hand in jou lewe raak te sien as alles volgens plan verloop. Dis so maklik om te sê: "Die Here is goed! Kyk net hoe rus Sy hand op my lewe!" as jy so pas 'n verhoging gekry het, as jou verhouding met jou vrou mooi en wonderlik is en jou kinders voorbeeldig. Maar wat van die dag wanneer jy afgedank word, die kar al wéér breek, jou kinders leef op 'n manier wat jou laat sidder en jou vrou jou inlig dat sy "meer ruimte vir haarself" nodig het? Wat van die dag as jou hele lewe in skerwe om jou lê? Kan jy dan nog die Here sien? Is Hy dan nog goed? Is Sy hand steeds oor jou lewe? Kan jy steeds te midde van 'n tragedie glo dat Christus alles "volgens die mag van sy heerlikheid" bekragtig (Kol. 1:11)? Kan jy dan nog bely en wéét jy dan nog "dat vir hulle wat God liefhet, *alles* ten goede meewerk" (Rom. 8:28)?

Die volk was in 'n oorlog gewikkel. Die stad was maande reeds onder beleg en hulle kos was op. Mense het van honger omgekom en is tot waansin gedryf - soveel so, dat moeders hulle eie kinders geëet het. Is daar enige omstandighede wat erger kan wees as dit? Het die Here werklik nog omgegee vir die volk wat vroeër sy bruid was? Kon Hy die verskriklike ramp toelaat en dit nog steeds "ten goede (laat) meewerk" vir sy volk?

"Ja," het die profeet Jeremia sonder om te aarsel, gesê. Die hand van God was steeds oor hulle. Hulle moes hulleself aan die vyand oorgee, want Hy sou alles wat oor hulle kom, gebruik om die volk te reinig. Daar sou 'n groepie gelowiges onder hulle oorbly, wat sou terugkeer en sou meewerk om verlossing vir die hele wêreld te bring. Al het dit gelyk asof die bose volkome in beheer was, het die profeet steeds vir God op die troon sien sit.

In Alles

"... want in Hom lewe ons, beweeg ons en is ons" (Hand. 17:28). 'n Mens met 'n rein hart sien God selfs in die lug wat hy inasem en voel Hom in elke spier van sy liggaam. Christus is die middelpunt en spil waarom alles draai. "Christus is alles en in almal" (Kol. 3:11). Hy is "die volheid ... wat alles in almal vervul" (Ef. 1:23).

Hoe kan ons God op al hierdie maniere sien? Hoe kan ek Hom sien as my hart stukkend, my krag op en my geloof aan skerwe is? Net deur openbaring. Dis slegs deur God se genade dat ons Sy beheer te midde van die chaos kan sien, Sy liefde waar daar oënskynlik net wanhoop is en sy vreugde waar daar droefheid is. Ons moet na Hom gaan net soos ons is, sonder om in ons eie krag iets te probeer bereik en bid dat Hy die oë van ons hart sal verlig, sodat ons kan weet en sien (Ef. 1:17,18). 0ns moet elke dag bid dat ons anders as die wêreld sal kan sien, anders as die vlees - ja, ons moet bid dat ons met die oë van ons hart die werklikheid van die geesteswêreld sal sien.

Dawid het gebid: "Open my oë, dat ek kan sien die wonders uit u wet" (Ps. 119:18). Dawid was nie blind nie en hy kon die Skrif lees. Maar hy kon nie *sien* nie. Sy geestesoë was in daardie stadium deur twyfel of vrees of sonde verblind en kon slegs deur die krag van die Gees weer geopen word. Slegs die Gees kon sy hart weer reinig.

Die lewe het sy waarde en betekenis verloor vir die twee dissipels wat op pad was na Emmaüs (Luk. 24:13-35). Alles was tevergeefs. Jesus is gekruisig, die bose het oorwin en die lewe het sy betekenis verloor. Hulle kon nie meer vir God sien nie. Hulle was "sonder Christus ... vervreemd van die burgerskap van Israel en vreemdelinge ten aansien van die verbonde van die belofte, sonder hoop en sonder God in die wêreld" (Ef. 2:12). Op pad huis toe het hulle geloop en praat oor die ramp wat hulle getref het. Miskien het hulle oor hulle ontnugtering en teleurstelling gepraat. Hulle het immers gedink dat die Messias hulle van verdrukking sou kom verlos en hulle huise en gesinne verlaat om Hom te volg. Hulle het gedink dit sou wonderlik wees, maar nou was dit verskriklik! Hulle het soveel drome gehad, maar alles was nou verniet. Daar was geen Messias meer nie, net leë jare vermors op 'n droom wat soos mis voor die son verdwyn het.

Skielik was Jesus by hulle en het saam met hulle begin stap. Maar hulle oë was gesluit, sodat hulle Hom nie herken het nie. Hoe dikwels gebeur dit nie met ons nie. Hoe dikwels staan Jesus nie by ons nie, wil Hy ons nie troos en heelmaak nie – maar ons word deur ons eie gebrokenheid verblind. Jesus het vir die twee dissipels gevra waaroor hulle gesels. Hy het natuurlik geweet, net soos Hy alle ander dinge weet. Hoekom het Hy hulle dan gevra? Omdat Hy wou hê dat hulle moes praat oor dit wat op hulle harte was. Hy doen dit dikwels met ons ook wanneer ons met Hom gesels. Ons kan ook dikwels vir Hom sê: "Maar, Here, U ken mos die antwoord. Hoekom vra U my dan nog?" ‘n Mens se genesingsproses begin die oomblik as jy jou hart vir God oopmaak. Moenie bang of skaam wees om al jou vrae en vrese, al jou twyfel en woede op die tafel te gooi nie. Jy sal Hom nooit skok nie en Hy sal nie aanstoot neem nie. Hy wil juis hê dat jy elke negatiewe emosie in jou hart na Hom toe moet bring sodat Hy dit kan aanraak en in ‘n positiewe emosie kan verander.

Die dissipels het nie besef dat dit Jesus was wat met hulle praat nie. Daarom het hulle Hom gevra of Hy dan 'n vreemdeling in die omgewing was, anders sou Hy mos geweet het van al die dinge wat gebeur het. In werklikheid was Hy die enigste Een wat waarlik GEWEET het wat gebeur het! Al die ander mense het maar net geweet en gesien wat op die *oog af* in die fisiese wêreld gebeur het, maar Jesus het geweet hoe die geestelike dimensie vervleg is met die fisiese dimensie; hoe gebeure in die een, gevolge vir die ander inhou. Ja, Jesus was die enigste Een wat rede gevind het om te juig oor die tragedie van Sy kruisiging.

Die dissipels het daar op die pad hulle harte uitgestort teenoor die Vreemdeling en Hy het sake vir hulle in die regte perspektief gestel. Hy het verduidelik hoe lyding tot verheerliking lei en hoe God Sy doel bereik, selfs te midde van tragedie

en lyding. Hy het ook die Skrif vir hulle uitgelê, sodat hulle al hierdie dinge beter kon verstaan. Jesus wil vandag dieselfde vir jou doen. Hy wil jou oë oopmaak, sodat jy Hom sal raaksien in die donker oomblikke van jou lewe. Hy wil hê dat jou hart brandend moet wees vir Hom en Hy wil die vrees, skuld en woede wat daar in jou is, wegneem en in die plek daarvan vir jou Sy heerlike hoop, liefde en geloof gee!

God is die enigste Een wat harte kan verander. Hierdie reinigingsproses kan slegs plaasvind as ons na Hom toe gaan. Ons kan slegs genees word as ons doen wat die Emmaüsgangers gedoen het. Ons moenie net ons hart teenoor Hom uitstort nie, maar ook luister na Sy antwoord. Wanneer omstandighede sleg lyk en ons wonder of alles buite beheer is, moet ons Hom hoor sê: "Wees stil - Ek is nog op die troon." Onthou, dinge wat vir ons soos rampe lyk, is nie vir Hom ‘n probleem nie. Golgota was nie 'n ramp nie. Hy is nie gekruisig omdat slegte mense aan die stuur van sake gekom het nie, al het dit op die oog af so gelyk. Dit is juis wat so wonderlik is omtrent onse God. Hy is groot genoeg om die boosheid van slegte mense te gebruik en selfs daaruit die beste vir ons te haal. Hy laat Sy wil geskied, wat die mens ookal beoog en doen. Ek weet nie hoé Hy dit doen nie, maar ek loof en prys Hom daarvoor.

Dink maar aan Josef en al die slegte dinge wat met hom gebeur het. Tot watter slotsom het hy gekom? Dat die Here al die dinge wat met hom gebeur het, ten goede laat meewerk het, al was dit nie die oorspronklike bedoeling van die mense wat hom wou kwaad aandoen nie (Gen. 50:20). Josef se broers is deur hul jaloesie en bitterheid aangevuur – maar God het hul gruweldaad gebruik om Sy wil te laat geskied. Onthou altyd dat God liefde is. *Liefde* is aan die stuur van die heelal. En liefde is magtiger as enige wapen wat daarteen gebruik kan word.

Opsomming

"Salig is die wat rein van hart is, want hulle sal God sien" (Matt. 5:8). As ons God met die oë van ons hart sien, as ons Hom sien in die natuur, in alle materie, hoe Hy dit onderhou, in ons geestelike groei, in al ons omstandighede (“goed” en “sleg”), dit wil sê oral en in *alles*, word ons harte rein en heel. Ons kan die Here egter net sien as Hy Homself aan ons openbaar. Daarom moet ons altyd bid dat die oë van ons hart sal oopgaan. Ons moet ook ons harte teenoor Hom uitstort en luister na wat Hy vir ons sê. In die volgende hoofstuk gaan ons net gou kyk na beginsels wat ons kan help om Sy stem in ons binneste te onderskei.

2

TWEEGESPREK MET GOD

In die tyd waarin ons lewe, waar mense so verkleef is aan rasionalisme en kognitiewe, analitiese denke, is dit byna lagwekkend as iemand daarop aanspraak maak dat hy enigsins God se stem kan of wil hoor. Die wêreld dryf die spot met manne van God wat sê dat hulle Sy stem hoor en bygesê, die kerk bevorder hierdie skeptisisme. Hoe ver het ons nie al afgedwaal van die Bybelse norm nie; om God te ken het beteken dat 'n mens Sy stem kon hoor. Dis geen wonder dat ons God se perspektief verloor het en so dringend nodig het dat ons Wonderlike Raadgewer ons verlos nie!

Ek het reeds gesê dat indien jy 'n rein hart wil hê en God jou Raadgewer wil maak, jy in staat moet wees om God se stem te hoor, Sy visioene te sien en Sy perspektief op die situasie te kry. Selfs al aanvaar ons dat dit moontlik is, is dit nie altyd so maklik om hierby uit te kom nie. Trouens, ek het self nie eers Sy stem in my binneste gehoor of eers één visioen gesien in die eerste tien jaar nadat ek 'n Christen geword het nie. Ek het die hele Bybel van Genesis tot Openbaring bestudeer en herhaaldelik gelees van mense wat Sy stem gehoor het. Ek wou so graag 'n man van die Bybel wees, maar hoe hard ek ook al probeer het, ek kon eenvoudig nie 'n hoorbare stem in my binneste identifiseer nie. Ek het gewonder of ek nie dalk teruggeval het nie, het my sonde voor Hom bely, gevas en nòg meer Bybel gelees - maar steeds kon ek nie Sy stem hoor nie. Ek het boeke oor die onderwerp gelees, met mense gepraat wat Hom kon hoor en alles gedoen wat hulle aanbeveel het, maar alles tevergeefs.

Uiteindelik het die Here self aan my 'n paar "sleutels" gegee wat my hart en verstand oopgemaak het vir die interaksie van die Heilige Gees in my. Ek kon Sy stem hoor. Skielik kon ek Sy visioene sien! Ek beskryf dié stryd en die uiteindelike deurbraak wat ek beleef het, volledig in my boek ***Tweegesprek met God.*** In hierdie hoofstuk gee ek slegs 'n kort opsomming van die sleutels wat duisende mense al gehelp het om 'n tweegesprek met God en 'n intieme verhouding met Hom te hê.

Die Sleutels wat ek gebruik kry ons in Habakuk 2:1, 2

"Op my wagtoring wil ek gaan staan en op 'n skansmuur my stel, en ek wil speur om te sien wat Hy in my sal spreek, en wat ek op my klagte moet antwoord. Toe antwoord die Here my en sê: Skryf die gesig op en graveer dit op tafels, sodat hulle dit in die verbygaan kan lees."

Die vier sleutels wat ek ontdek het wat 'n mens help om die stem van God te hoor en te onderskei, is die volgende.

Sleutel #1 - Word stil;
Sleutel #2 - Skakel in by die spontane vloei van gedagtes;
Sleutel #3 - Kyk vir visioene/beelde;
Sleutel #4 - Hou dagboek van die gesprekke tussen jou en God.

Sleutel #1—Word stil

"Laat staan en weet dat Ek God is" (Ps. 46:11). As ek die stem van die Here wil hoor, moet ek heel eerste alle ander stemme wat my aandag wil aftrek, stilmaak.

Habakuk het gesê, "Op my wagtoring wil ek gaan staan en op 'n skansmuur my stel." Habakuk het dus 'n stil plek gehad waarheen hy kon gaan. Daar kon hy rustigheid in sy gemoed kry, omdat daar nie iets was wat sy aandag kon aftrek nie.

Daar is 'n paar eenvoudige dinge wat ek doen om stil te word, dinge wat my help om die spontane vloei van God se Gees makliker te ervaar. Baie mense vind dat dit help as hulle die Here stilweg deur musiek aanbid en hulle liefde vir Hom verklaar. Toe die profeet Elisa gevra is om by God te hoor wat Hy vir die konings van Juda en Israel wou sê, het hy gevra: "'Maar bring nou vir my 'n siterspeler'. En toe die siterspeler op die snare speel, het die hand van die Here op hom gekom" (2 Kon. 3:15) en het hy die boodskap van God oorgedra. Netso help musiek ons ook om stil en kalm te raak voor God sodat ons Sy stem kan hoor.

As ek probeer stil raak en dan begin dink aan dagtakies wat ek nog moet afhandel, skryf ek dit dadelik neer, sodat ek later daaraan kan aandag gee en dit nie op daardie oomblik my aandag van die Here aftrek nie. As skuldgevoelens of gedagtes van onwaardigheid by my opkom, bely ek dadelik daardie sondes voor God en ontvang ek Jesus se vergifnis. Dan trek ek Sy kleed van geregtigheid aan, sodat ek sonder vrees en met vrymoedigheid in God se teenwoordigheid kan inbeweeg (Jes. 61:10; Kol. 1:22).

Ek rig my oë op Jesus (Hebr. 12:2) en word stil in Sy teenwoordigheid. Ek vertel vir Hom alles wat op my hart is en so ervaar ek dat daar 'n tweerigting-gesprek

tussen ons begin. Spontane gedagtes wat van sy troon af kom, vloei na my en ek ervaar dat ek in gesprek is met die Koning van die konings!

Dit is baie belangrik dat ons moet stil raak en al ons aandag by God moet bepaal as ons Sy stem suiwer wil hoor. As 'n mens nie waarlik stil is nie, sal jy niks anders as jou eie gedagtes hoor nie. En as Jesus nie die middelpunt van jou aandag is nie, sal jy nie *slegs* Sy woorde hoor nie. Onthou, die suiwerheid van die gedagtes wat in jou hart invloei, sal afhang van dit waarop jy jou aandag toespits. Daarom is dit so belangrik om stil te word en nét aan Jesus te dink. Ek herhaal, dit is moontlik as 'n mens Hom saggies aanbid en jou oorgee aan die stilte wat daarop volg.

Sleutel #2 – Skakel in by die spontane vloei van gedagtes

"Toe antwoord die Here my en sê ..." (Hab. 2:2). Toe dit stil word in Habakuk se gemoed, kon hy God se stem hoor.

Terwyl ek nog so hard probeer het om God se stem te hoor, het ek 'n hoorbare stem in my binneste verwag. Uiteindelik het ek egter besef dat Hy nie as ‘n reël so met my praat nie. Nee, die stem van God kom gewoonlik as 'n spontane gedagte wat as 't ware "uit die bloute" by my opkom.

Het dit byvoorbeeld al met jou gebeur dat jy êrens heen op pad is - en skielik kom iemand se naam by jou op? Het jy aangeneem dat dit die Here was wat wou hê dat jy op daardie oomblik vir dié persoon moes bid? Was dit dalk die stem van die Here wat jou wou aanmoedig om vir daardie persoon te bid? Die meeste mense glo dat dit wel so is - en ek ook. Dié ervaring het my geleer dat ander spontane gedagtes wat voorheen by my opgekom het, dalk ook die stem van God kon wees. Dit was ‘n openbaring!

Ek het begin eksperimenteer om uit te vind of dit regtig so was. Daarom het ek die spontane gedagtes, indrukke, gevoelens en beelde wat in gebedstye by my opgekom het, begin neerskryf. Ek was verstom oor die diepte van die wysheid en die oorweldigende liefde van daardie gedagtes. Hulle het beslis nie uit myself uit gekom nie!

Die Bybel bevestig dit op baie maniere. Die Hebreeuse woord vir "voorbidding", *paga*, word gedefinieer as "'n toevallige ontmoeting". As die Here ons dus tot voorbidding roep, doen Hy dit deur 'n "toevallige" gedagte in ons gees te laat opkom.

My eie ervaring en dié van duisende ander, het my geleer dat dit moontlik is om op daardie toevallige gedagtes "in te skakel". Wanneer ek in gebed stil op God gefokus is, praat Hy saggies met my deur ‘n spontane stroom gedagtes, gevoelens, indrukke en beelde.

Sleutel #3 - Kyk vir visioene/beelde

Ons het reeds in die vorige gedeelte dié sleutel aangeraak, maar kom ons kyk meer volledig hierna. Habakuk het gesê, "ek wil speur om te sien…" en God het hom geantwoord, "Skryf die gesig op... " (Hab. 2:1, 2). Dit is interessant dat hy nie net verwag het om die stem van God te *hoor* nie, maar hy het ook gekyk wat God vir hom wou wys. Hy het die oë van sy hart oopgemaak en in die onsigbare wêreld ingekyk om te sien wat die Here vir hom wou wys. Dit was vir my so interessant!

Ek het nog nooit daaraan gedink om die oë van my hart oop te maak om 'n visioen te sien nie. Ek het trouens nog nooit tevore daaraan gedink dat visioene ook belangrik kan wees in die lewe van 'n Nuwe Testamentiese gelowige soos ekself nie. Hoe meer ek egter daaraan gedink het, hoe meer het ek besef dat die Here juis met dié doel voor oë vir my "oë van die hart" gegee het. Hulle was nie bedoel om te fokus op wellus nie; of op my mislukkings nie of om my te help fokus op my eie krag sodat ek suksesvol kon wees nie. Nee, hulle is daar sodat ek in die onsienlike geesteswêreld kan inkyk om die visioene en werking van die Here onse God te sien.

Teologies gesien, glo ek dat daar 'n aktiewe geesteswêreld rondom my is, waarin engele, demoniese magte, die Heilige Gees, die alomteenwoordige God en Sy Seun Jesus, lewe en werk. Slegs die beperkinge van my rasionele kultuur verhoed my om dié werklikheid raak te sien, deur twyfel by my te veroorsaak oor die bestaan daarvan en deur my nie te leer hoe om ontvanklik te wees daarvoor nie. Dit was (en is nog steeds) God se doel dat ek al die vermoëns wat Hy my gegee het, sal gebruik om my verhouding met Hom te verbeter,wat ook die gawe om met die oë van my hart te kan sien, insluit.

Die eerste stap om in die geesteswêreld in te sien, is *om te kyk.* Daniël het 'n "gesig" (visioen) gesien en "aangehou kyk" (Dan. 7:1, 9, 13). Habakuk het ook *gekyk* (Hab. 2:1). Johannes het dinge gesien wat ander mense gewoonlik nie kan sien nie (Openb. 4:1). Net so kyk ek ook om Jesus te sien wanneer ek bid, en sien ek dat Hy by my is. Ek hou Hom dop as Hy met my gesels en dinge sê wat op Sy hart is. Die meeste Christene sal sien, as hulle maar net wil *kyk.* Jesus is Emmànuel, God met ons (Matt. 1:23). Dis so eenvoudig soos dit. Ons is nie besig om iets "uit te dink" of dinge te sien wat nie bestaan nie. Ons is slegs besig om bewus te raak van die dinge wat wél bestaan. Ons sien spontaan innerlike visioene met ons hart, op dieselfde manier as wat spontane gedagtes by ons opkom. Ons kan Christus by ons sien, omdat Hy daar *is.*

Dit gebeur dikwels so maklik, dat ons geneig is om dit te verwerp omdat ons dink dis sommer net ons eie gedagtes. Twyfel is satan se heel beste wapen teen gelowiges. As jy aanhou om die dinge wat jy sien op te teken en te toets soos wat ons in die volgende hoofstuk gaan bespreek, sal jy ontdek dat dit wat jy sien,

net van die Here God af kan kom.

Ons lees van Genesis tot Openbaring hoe Hy Homself in drome en visioene aan Sy verbondsvolk openbaar. Hy het ook belowe dat ons na die uitstorting van die Heilige Gees in Handelinge 2 'n voortdurende stroom visioene en drome sou beleef (Hand. 2:1-4, 17). Jesus, ons volmaakte Voorbeeld, het vir ons gewys hoe om te lewe vanuit voortdurende kontak met die Vader. Hy het gesê dat Hy niks uit Homself doen of sê nie, maar slegs wat Hy die Vader sien doen en hoor sê (Joh. 5:19, 20, 30). Watter wonderlike manier van lewe is dit nie!

Is dit regtig vir ons moontlik om soos Jesus, vanuit goddelike inisiatief te lewe? Ek glo dit is. Een van die redes vir Jesus se dood en opstanding, was dat die voorhangsel van bo na onder kon skeur, sodat ons almal direkte en voortdurende toegang tot die teenwoordigheid van God kan hê (Luk. 23:45). Sy opdrag aan ons is om na aan Hom te lewe (Hebr. 10:19-22). Daarom is die dinge waarvan ek jou hier vertel, onlosmaaklik deel van die Bybelse boodskap en waarheid, al is dit dalk vir jou teen die agtergrond van ons modeme kultuur 'n bietjie vreemd. Dit het tyd geword dat ons die dinge wat aan die kerk behoort, vir die kerk teruggee.

Sleutel #4 - Hou dagboek van die gesprekke tussen jou en God

Die Here het Habakuk beveel om die gesig wat hy sien, op te teken (Hab. 2:2). Ek het nooit voorheen daaraan gedink om my gebede en God se antwoorde daarop, soos Habakuk neer te skryf nie. En tog is dit 'n eg Bybelse konsep. Honderde hoofstukke van die Bybel is voorbeelde van dagboek-inskrywings van mense wat hulle ervarings met God neergeskryf het. Daar is talle voorbeelde hiervan in die Psalms en die profetiese geskrifte en die hele boek Openbaring. Hoekom het ek dan nog nooit tevore daaraan gedink nie? En hoekom het ek nooit van enige kansel af 'n boodskap gehoor wat gelowiges aanspoor om dit te doen nie?

Ek het die proses dagboek-hou genoem en daarmee begin eksperimenteer. Ek het ontdek dat dit ‘n uitstekende manier is om God se innerlike kommunikasie in my binneste te onderskei, want terwyl ek besig was om dagboek te hou, was ek ook vry om vir lang periodes in die geloof aan te hou skryf, terwyl ek aanvaar het dat wat ek ontvang het van God was. Dit was nie vir my nodig om die dinge wat ek skryf, op daardie oomblik te toets nie, want ek het geweet dat ek agterna kon teruggaan om seker te maak dat alles met die Skrif ooreenstem.

Jy sal verstom staan as jy eers begin dagboek hou. Jy sal dalk aan die begin ervaar hoe die twyfel wil-wil deurskemer, maar skud dit af en onthou dat dit 'n Bybelse konsep is; dat God teenwoordig is en met Sy kinders praat. Moenie jouself te emstig opneem nie. Speel dit soos ‘n speletjie. As jy te ernstig is, raak jy gespanne en blokkeer die werking van die Heilige Gees. As ons ophou om onsself in te span, en in Sy rus ingaan, kan God vryelik werk en vloei (Hebr. 4:10). Ontspan, sit gemaklik, neem jou pen en papier en fokus net op God. Loof

Hom en soek Hom met jou hele hart. As jy jou vraag neerskryf en stil word, as jy jou geloofsoog vestig op Jesus wat by jou is, sal jy skielik 'n "ingewing" kry wat op jou probleem betrekking het. Moenie dit bevraagteken nie en moenie twyfel nie; skryf dit net in die geloof neer. Wanneer jy later lees wat jy geskryf het, sal jy met verbasing ontdek dat jy in werklikheid al die tyd in gesprek met God was.

'n Woordjie van Vermaning

Ek beveel nie aan dat enigiemand wat nog nie die Nuwe Testament - en verkieslik die hele Bybel - deurgelees het nie, hierdie stappe volg nie. Dit is ook van die grootste belang dat 'n mens onder 'n sterk en koersvaste geestelike leierskap staan. Ons hoef nie vir die geesteswêreld bang te wees nie, maar ons moet besef dat die Heilige Gees nie die enigste Een is wat Sy spontane gedagtes in ons harte wil laat invloei nie. Daarom moet alles wat ons neerskryf, getoets en beoordeel word. Dit moet in die eerste plek in ooreenstemming met die letter en gees van die Woord wees. Die dinge wat ons skryf, mag nooit God se duidelike opdragte in die Skrif weerspreek nie. Alle belangrike rigting-veranderende opdragte wat jy by God kry, moet ook eers met jou geestelike leier bespreek word voordat jy daarop reageer.

Opsomming

Jy kan leer om God se stem te hoor en Sy visioene te sien! Dit maak nie saak watter tipe persoonlikheid jy het nie, as jy dié taak in die geloof gaan aanpak en bereid is om jouself binne die liggaam van Christus aan geestelike leiding te onderwerp, is ‘n lewe van intieme kommunikasie met God moontlik, ook vir jou.

Reaksie

Hoekom probeer jy nie die beginsels waarvan ek jou so pas vertel het in jou eie lewe toepas nie? Skryf vir Jesus 'n brief, vertel Hom van jou liefde vir Hom, sê vir Hom wat is jou behoeftes en enigiets anders wat jy vir Hom wil sê. Word dan stil, fokus op Jesus en skryf die spontane gedagtes en indrukke wat by jou opkom, neer. Loof dan die Here omdat jy ook met Hom in gesprek kan tree.

Eindnotas

Ek beveel sterk aan dat enigiemand wat belang stel om hierdie tegnieke verder te bestudeer, ***Tweegesprek met God*** deur Mark Virkler of ***Gesprek met God*** deur Mark en Patti Virkler lees. Hierdie boeke is beskikbaar by *Communion with God Ministries* by www.cwgministries.org.

3

Die Aanklaer en die Trooster

Het jy al ooit probeer om elke terrein van jou lewe aan Jesus oor te gee met die verwagting om vrede, krag en gemoedsrus te kry - en in plaas daarvan net innerlike veroordeling, onrus en neerslagtigheid ervaar? As jy weet waarvan ek praat, het jy definitief al na satan, die aanklaer van gelowiges, geluister.

Jesus is ons Wonderlike Raadgewer, die enigste Een wat die gebrokenheid van die menslike gees kan genees. Herstel en genesing kom dikwels wanneer God aan ons Sy liefdevolle heerskappy in ons lewe bekend maak. Om dié goddelike perspektief te behou, moet ons in staat wees om visioene van God te sien en Sy stem in ons harte te hoor.

Ons het vasgestel dat kommunikasie vanuit die geesteswêreld in die vorm van spontane gedagtes of visioene na ons toe kom wat ons harte en verstand verlig. Ons het geleer hoe om stil te word voor God, sodat ons Hom kan leer ken. Ons weet ook hoe om ons gedagtes so in te stel dat ons die woorde en visioene van die Gees spontaan kan hoor. Ons het begin om ons dialoog met God neer te skryf en Sy woorde in die geloof te ontvang met die wete dat ons later die dinge wat ons geskryf het, sal beoordeel.

Namate ek meer bewus geraak het van die gedagtes vanuit die geesteswêreld wat my eie gedagtes deurkruis, het ek ook begin besef dat nie al die gedagtes ooreengestem het met die dinge wat ek van Christus se karakter weet nie. Kon dit dan wees dat daar ook boodskappe van ander geeste buiten dié van die Heilige Gees was wat probeer om my gedagtes te beset? En wat moes ek daaromtrent doen? Sommige mense weet nie hoe om op so 'n openbaring te reageer nie. As dit dan so is dat ek ook die stem van satan hoor net soos ek God se stem hoor, sou dit dan nie beter wees om liewer nie na een van die twee te luister nie? Dan sou ek minstens nie deur satan mislei kon word nie. 'n Mens kan seker so redeneer, maar ek dink nie dit is die oplossing nie. Nee, ek het te

lank geworstel en probeer om God se stem in my lewe te hoor, om die vyand nou toe te laat om dié wonderlike voorreg by my te steel. Daarom het ek besluit dat ek moes leer om te onderskei tussen die stem van die Heilige Gees en dié van satan en dan moes opstaan en veg om die suiwer stem van die Gees in my te hoor.

Paulus vermaan ons:

"... want die wapens van ons stryd is nie vleeslik nie, maar kragtig deur God om vestings neer te werp, terwyl ons planne verbreek en elke skans wat opgewerp word teen die kennis van God, en elke gedagte gevange neem tot die gehoorsaamheid aan Christus" (2 Kor. 10:4, 5).

Dit is duidelik dat Paulus bewus was van die geestelike oorsprong en aard van die gedagtes wat by ons opkom. Hy het geweet dat ons 'n worstelstryd het, dat ons vyande vernietig moet word, dat ons magte gevange moet neem en dat ons outoriteit oor ons denkprosesse moet neem. Die feit dat ons soms gedagtes ontvang wat nie van die Heilige Gees af kom nie, beteken nie dat ons nou moet ophou dink nie. En as ons met ons geestesoë iets gesien het wat onrein is, beteken dit nie dat ons nou moet ophou kyk nie. Nee, ons moet op grond van Jesus se gesag in beheer van hierdie dinge kom! Moenie handdoek ingooi sonder ‘n geveg nie. Vernietig die mag van die vyand en tree op in die krag van Jesus Christus!

Die eerste stap om die stemme in my binneste te onderskei, was om te sorg dat ek die karakter ken van die Een wat met my praat. 'n Mens se woorde openbaar iets van jou karakter. In die Hebreeuse kultuur en in die Bybel is eiename dikwels 'n aanduiding van die betrokke mens se karakter. Om iemand se naam te ken, het beteken dat jy reeds meer geweet het van sy lewe en karakter. Wanneer God mense se harte verander het, het Hy dikwels ook vir hulle ‘n nuwe naam gegee. So het Jakob byvoorbeeld Israel geword, Simon het Petrus geword en Saulus, Paulus. Daarom het ek na die name van satan gaan kyk om meer te wete te kom omtrent die een wat so hard probeer het om met my te praat. Ek het ook na die name van die Heilige Gees gaan kyk. En ek moet vir jou sê dat my lewe ingrypend verander het na hierdie studie.

Die Name en Karakter van Satan

Die Aanklaer

Die essensie van die karakter van satan is om die mens aan te kla. Die Griekse woord *diabolos* wat met "duiwel" vertaal word, beteken letterlik "aanklaer" of "lasteraar". Die belangrikste werk van satan is dus om gelowiges dag en nag aan te kla.

Ons lees in Openbaring 12 vers 10 en 11: "Toe hoor ek 'n groot stem in die hemel sê: Nou het die heil en die krag en die koningskap die eiendom van onse God geword, en die mag van sy Christus; want die aanklaer van ons broeders is neergewerp, hy wat hulle aanklaag voor onse God, dag en nag. En hulle het hom oorwin deur die bloed van die Lam en deur die woord van hulle getuienis, en hulle het tot die dood toe hulle lewe nie liefgehad nie." Sien jy wat gebeur? Let daarop dat verlossing, krag, die koninkryk van God en die outoriteit van Christus in ons lewens kom wanneer ons die aanklaer oorwin en neerwerp.

As satan altyd daarop uit is om aan te kla, vra 'n mens jouself die vraag af wie hy dan wil aankla. Ons sien dat hy eerstens, soos hier in Openbaring, die broeders, dit wil sê die gelowiges, aankla by God. In Job 1:9 verkla hy Job by God: "Is dit verniet dat Job God vrees?" Met ander woorde, “Natuurlik vrees hy U, Here! Kyk hoe seën U hom! Hy dien U uit selfsug. Hy het U nie regtig lief nie, net die dinge wat U vir hom gee.”

Satan se aanklag teen gelowiges is egter nie beperk tot die troonkamer van God nie. Nee, elke negatiewe beoordeling, elke stukkie kritiek, elke aanvallende gedagte teen iemand anders wat by ons opkom, kom van satan af. As ons met hom saamwerk en negatiewe dinge van ander mense sê, word ons tonge ook in "die hel aangesteek" (Jak. 3:6). As ons harte vol demoniese wysheid is, vind jaloesie, selfsugtige ambisies, wanorde en allerhande ander booshede ook sonder moeite toegang tot ons harte (Jak. 3:15,16).

Satan kla ons ook persoonlik aan. Hy daag ons uit, sodat ons oorkrities en veroordelend raak teenoor onsself. Toe die Heilige Gees Jesus na die woestyn gelei het, het satan Hom herhaaldelik versoek en vir Hom gesê: "*As* U die Seun van God is ..." (Luk. 4:3). Hoor jy sy aanklag? want wat hy eintlik wou sê, is: "*As* U is wie U sê U is ...". Hy pas dieselfde taktiek op ons toe: *"As* jy regtig 'n kind van God is, sou jy nie so of so gemaak het nie. *As* jy so geestelik is, hoekom bid jy nie meer nie? Dr. Cho bid ses ure elke dag. Hoekom doen jy dit nie ook nie, siende dat jy so ‘n groot Christen is? As jy so ‘n goeie Christen was, sou jy ook jou Bybel meer getrou gelees het. Jy sou nie so maklik kwaad geword het nie ... Jy sou nie *dit* gedoen het nie … jy sou nie *dat* gedoen het nie…" En so hou hy aan en aan, totdat ons later moedeloos raak en begin glo dat die dinge wat hy sê die waarheid is.

Satan verkla selfs die Here by ons. Onthou jy nog wat satan (die slang) in die tuin van Eden vir Eva gesê het: “Is dit ook so dat God gesê het: Julle mag nie eet van al die bome van die tuin nie ? …Julle sal gewis nie sterwe nie; maar God weet dat as julle daarvan eet, julle oë sal oopgaan, sodat julle soos God sal wees deur goed en kwaad te ken” (Gen. 3:1, 5). Hoor jy wat doen hy? Hy bevraagteken God se motiewe en beskuldig Hom daarvan dat Hy selfsugtig is en die goeie vir Homself wil hou. As ‘n mens alreeds geneig is tot depressie en selfbejammering, is dit ‘n pyl wat maklik jou hart tref. “Het God *regtig* gesê dat Hy jou liefhet? As Hy jou liefgehad het, sou Hy nie toegelaat het dat sulke

verskriklike dinge met jou gebeur nie. As Hy regtig wou, sou Hy keer dat mense jou so beskinder. As Hy jou so liefgehad het soos vir ander mense, sou Hy vir jou ‘n mooier huis, ‘n beter werk, ‘n gelukkiger huwelik gegee het. Nee wat, God het jou glad nie lief nie”. As jy hierdie aantygings aanvaar en nie die oorsprong en geldigheid daarvan bevraagteken nie, is jy net soos Eva, op pad na die dood.

Die Vader van Leuens

"Wanneer hy leuentaal praat, praat hy uit sy eie, omdat hy 'n leuenaar is en die vader daarvan" (Joh. 8:44). Satan bombardeer ons nie net met ‘n konstante stroom beskuldigings nie, maar sy beskuldigings is leuens wat met die waarheid vermeng is.

Kyk byvoorbeeld weer na die dinge wat hy van Job gesê het:

> "En die Satan antwoord die Here en sê: Is dit verniet dat Job die Here vrees? Het U nie self hom en sy huis en alles wat hy het, aan alle kante rondom, beskut nie? Die werk van sy hande het U geseën en sy vee het sterk vermeerder in die land. Maar strek net u hand uit en tas alles aan wat hy het – waarlik, hy sal U in U aangesig seën!" (Job 1:9-11).

Let op dat daar tog ‘n mate van waarheid is in satan se woorde. Nie alles wat hy sê is leuens nie. Die Here hét Job en sy besittings beskerm. Hy hét hom geseën en hom 'n baie ryk man gemaak. Dit was alles waar. 'n Mens kan so maklik in die strik trap om deur die waarheid in dié woorde "gesus" te word, sodat jy nie die skielike verandering opmerk nie - want dit wat hy daarna sê is nie waar nie. Die Here het satan naamlik toegelaat om alles in Job se lewe te ondermyn, maar hy het nié die Here gevloek nie. Hy het selfs sover gegaan om sy geboortedag te vervloek - maar nooit vir God nie. Dit was dus 'n leuen.

Dit is ook duidelik dat satan God probeer oortuig het dat Job se motiewe duister was. Pasop as jy vind dat jy besig is om iemand anders se motiewe in twyfel te trek. Jy weet nie wat sy motiewe is en wat hom laat optree soos hy optree nie. Jy kan dus nooit oor 'n ander se hart oordeel nie. God is die enigste Een wat dit kan doen en jy moet nooit toelaat dat jy ook 'n wapen in satan se hand word nie.

Onthou, baie van die dinge wat hy sê, is waar. Hy is nie so dom om te dink dat jy sy *blatante* leuens sal glo nie. Nee, hy sal waarheid en leuen as't ware verweef, sodat jy dit makliker sal glo. Ek bereken dit gewoonlik so:

85% waarheid + 15% leuen + afbrekende motief = satan se beskuldiging

Soek na leuens in jou eie gedagtes. Hulle neem dikwels die gedaante van negatiewe veralgemenings aan en sluit dinge in soos "Ek kan tog niks reg doen

nie"; "Ek sal dit nooit regkry nie"; "Die Here het my nie meer lief nie, omdat ek sulke dinge doen"; "Niemand het my lief nie" en "Niemand is betroubaar nie." Jy moet besef dat dit satan is wat jou hart en gemoed vol leuens maak (Hand. 5:3). Weerstaan en verwerp elke negatiewe, afbrekende beskuldiging.

Die Teenstander en Vyand

"... en die vyand wat dit gesaai het, is die duiwel" (Matt. 13:39). "Wees nugter en waaksaam, want julle teëstander, die duiwel, loop rond soos 'n brullende leeu en soek wie hy kan verslind. Hom moet julle teëstaan, standvastig in die geloof ..." (1 Pet. 5:8, 9). "Hy was 'n mensemoordenaar van die begin af" (Joh. 8:44). Satan is sonder enige twyfel ons vyand. Hy het niks minder as jou algehele ondergang ten doel nie. Daarom kom elke negatiewe, vernietigende, beskuldigende, vreesaanjaende, veroordelende en skuldige gedagte in jou kop van hom af. As 'n gedagte by jou opkom wat jou wil afbreek, moet jy dit onmiddellik verwerp en teenstaan en onmiddellik met 'n gedagte van God vervang.

'n "Engel van die lig"

Een van satan se slinksste eienskappe is dat hy homself voordoen as 'n "engel van die lig" (2 Kor. 11:14). Terwyl hy gedagtes by jou laat opkom met die uitsluitlike doel om jou te vernietig is hy ook nog listig genoeg om jou te laat dink dat dié gedagtes van God af kom. Die gevolg is dat jy voortdurend getreiter word deur ‘n skuldige gewete en ‘n gevoel van veroordeling. *Hy* is die een wat jou veroordeel, terwyl hy jou laat glo dat dit God is wat jou oor iets aanspreek.

Maar hoe is dit moontlik? Hoe kan 'n mens ooit die woorde van die bose vir dié van die Heilige Gees aansien? Ons vyand is subtiel en hy gebruik selfs instrumente van geregtigheid om sy bose doel te bereik. Hy sal byvoorbeeld die Skrif, die einste Woord van God, as wapen teen ons gebruik. Hy probeer om ons te laat fokus op die wet van God en ons eie onvermoë om dit te onderhou, eerder as op die opstandingskrag van Jesus Christus in ons waardeur ons alles het wat nodig is om te oorwin! Sien jy wat doen hy? Hy gebruik die Skrif om ons af te takel en te veroordeel, in plaas daarvan dat die wil van God ons ophef en bemoedig (Rom. 15:4). Dit is dan wanneer mense die Bybel as 'n wapen gebruik om ander mee te slaan en te verneder in plaas van 'n instrument van hoop en heiligmaking.

Satan probeer ook om oortuiging deur die Heilige Gees te verwar met veroordeling. Daardeur maak hy dit vir ons onmoontlik om hom òf te weerstaan òf reiniging van die Heilige Gees te ontvang. Ons hoef egter nie onkundig te wees ten opsigte van sy taktiek nie. Ons kan leer om die verskil te eien, die aanklag te verwerp en verlossing, krag en die koninkryk van God in ons lewens

in te bring.

* Die veroordeling van satan lei tot ‘n algemene gevoel van wanhoop. Hy skep 'n vae, dog knaende gevoel van sondigheid en waardeloosheid in ons gemoed. Die Heilige Gees oortuig ons gewoonlik van 'n *spesifieke sonde* sodat ons dadelik ons vinger op die probleem kan lê.

* Die stem van satan hits jou aan om jouself te vernietig. Hy wil jou oortuig dat daar vir jou, wat so 'n miserabele sondaar is, net een uitweg is en dit is om tou op te gooi - ten opsigte van God, ander mense, jouself en uiteindelik die lewe self. Die Heilige Gees, daarenteen, wil hê dat jy jou bekeer. Ja, jy het wél gesondig, maar nuutmaking en herstel is moontlik deur die bloed van Jesus Christus. Hy is getrou en regverdig en vergewe jou (1 Joh. 1 :9).

*Uiteindelik sal satan jou probeer oortuig dat daar geen uitkoms is nie. Jy is hulpeloos en hopeloos en daar is niks wat jy daaraan kan doen nie. Jy het 'n doodloopstraat bereik en het misluk. Die Heilige Gees hierteenoor gee egter vir jou ‘n spesifieke opdrag: "Laat die een wat steel, nie meer steel nie; maar laat hom liewer arbei deur met sy hande te werk wat goed is, sodat hy iets kan hê om mee te deel aan die een wat gebrek het" (Ef. 4:28). "Maar nou moet julle dit ook alles aflê, naamlik toorn, woede, boosheid, laster, skandelike taal uit julle mond ... Beklee julle dan, as uitverkorenes van God, heiliges en geliefdes, met innerlike ontferming, goedertierenheid, nederigheid, sagmoedigheid, lankmoedigheid" (Kol. 3:8-12). "Daarom, lê die leuen af en spreek die waarheid, elkeen met sy naaste, want ons is mekaar se lede" (Ef. 4:25).

Ons mag nooit weerstand bied teen die oortuiging van die Heilige Gees nie. Onthou, Hy sal nie met ons argumenteer nie, maar ons gewete sal afgestomp en ons ore doof raak vir Hom. Daarteenoor moet ons altyd satan se beskuldigings aktief teenstaan en ons beroep op die bloed van die Lam en alles wat Hy vir ons gedoen het (Op. 12 :11).

'n Dief

"Die dief kom net om te steel en te slag en te verwoes. Ek het gekom, dat julle lewe in oorvloed kan hê" (Joh. 10:10).

Satan is die aanklaer en is ook die bron van alle bose beskuldigings. Hy is 'n leuenaar en die vader van die leuen, wat gedurig leuens opdis wat op 'n slinkse manier met die waarheid verweef is, omdat hy wil hê dat ons die slegste omtrent God, onsself en ander moet glo. Hy is 'n moordenaar en hy is *altyd* en in *elke opsig* ons grootste vyand. Hy doen hom voor as 'n engel van die lig en probeer ons verwar en keer dat ons weerstand teen sy aanslae bied. Hy is ook 'n dief wat voortdurend probeer om ons te beroof van al die goeie dinge in ons lewe. As jy voel dat jou geloof ondermyn en afgebreek word, moet jy weet dat dit satan is wat daarvoor verantwoordelik is. Hy hoef nie weg te kom met sy boosheid nie!

Ons kan hom weerstaan. Ons kan hom oorwin. Ons kan hom deur die krag en outoriteit van Jesus Christus wat in ons heers en lewe, neerwerp.

Die Name en Karakter van die Heilige Gees

Net soos wat satan daar is om jou te weerstaan en te vernietig, is die Heilige Gees daar om jou te versterk. Net soos wat satan spontaan gedagtes van vernietiging by jou laat opkom, net so laat die Heilige Gees spontaan gedagtes van lewe by jou opkom. Kom ons kyk nou na die karakter en werk van die Heilige Gees.

Die Trooster

Veroordeling en beskuldigings vorm die grondslag van satan se karakter. Hierteenoor is dit die aard van die Heilige Gees om ons te vertroos met woorde van waarheid. "En ek sal die Vader bid, en Hy sal julle 'n ander Trooster gee om by julle te bly tot in ewigheid: die Gees van die waarheid..." (Joh. 14:16,17). Die woorde van die Gees is vertroostend en kalmerend. Hy praat altyd op 'n sagte, liefdevolle manier met jou, selfs al wil Hy jou aandag op 'n spesifieke sonde in jou lewe vestig. Hy gee altyd genade, vertroosting en hoop. Sy woorde lig jou op in jou gees en bring ‘n vars briesie vir jou gebroke gees.

Die dag toe ek begin besef dat ek woorde van die Heilige Gees én van satan kan ontvang, het ek probeer agterkom na wie se woorde ek die meeste luister. Wie se woorde trek die maklikste my aandag? Wie se woorde ontkiem in die vrugbare grond van my gemoed om te groei en vrug voort te bring?

Ek was geskok oor my ontdekking. Ek het agtergekom dat ek op daardie stadium van my lewe sowat 80% van die tyd besig was om na die duiwel se aanklagte, leuens en beskuldigings te luister. Ek het slegs sowat 20% van die tyd na die lewegewende woorde van die Heilige Gees geluister. Geen wonder dat ek deur die lewe gegaan het met ‘n voortdurende gevoel van veroordeling, skuld en neerslagtigheid nie.

Ons moet ons eie gedagtes gereeld ondersoek sodat ons alle negatiewe, veroordelende gedagtes kan verwerp en gedagtes van troos en bemoediging kan vertroetel. Ons moet ons daarvoor beywer om elke gedagte aan Christus te onderwerp en aan Hom gehoorsaam te maak. Satan mag nié my gedagtes beheer nie, want dit beteken dat hy ook beheer sal hê oor die dinge wat ek sê en doen.

Hoe gaan 'n mens spesifiek te werk om die aanklaer uit jou gedagtes te ban en elke gedagte aan Jesus te onderwerp? Dis nie moeilik nie en dit verg ook nie buitengewoon baie geloof en gebed nie. Wat dit wél vra, is voortdurende

waaksaamheid. Die oomblik as jy bewus raak van 'n negatiewe, afbrekende gedagte, moet jy dit onmiddellik vervang met 'n positiewe woord van waarheid uit die Skrif en van die Heilige Gees. As satan vir jou fluister, "Jy gaan misluk", sê die Gees dadelik, "Vertrou op God." As satan sê, "Jy kan nie", sê die Gees, "Deur My krag, is jy tot alles in staat". Die duiwel sê, "Jy is alleen," dan verseker die Gees dadelik, "Ek is altyd met jou. Ek sal jou nooit in die steek laat of verlaat nie".

Jy *kan kies* na wie jy wil luister. Hou aan die waarheid vas, al twyfel jy en al voel jy nie altyd lus om amen te sê op die woorde van die Gees nie. Moenie toelaat dat jou emosies bepaal na wie se woorde jy gaan luister nie. Hou aan die Woord van God vas, dan sal jy uiteindelik gelig word in jou gees sodat jy die Here kan begin loof en prys en by Hom troos, blydskap en bemoediging vind.

Die Gees van Waarheid

Ons het alreeds gesê dat die Heilige Gees net woorde van waarheid praat. Satan is en was nog altyd 'n leuenaar, maar daar is nie die geringste mate van leuenagtigheid, onakkuraatheid of bedrog by die Heilige Gees te vind nie.

"Maar wanneer Hy gekom het, die Gees van die waarheid, sal Hy julle in die hele waarheid lei" (Joh. 16:13).

Waarheid maak vry! Jesus het gesê: "... die woorde wat Ek tot julle spreek, is gees en is lewe" (Joh. 6:63). Satan wil ons met sy leuens verstrik, terwyl die Gees van waarheid ons wil vrymaak. Leuens vernietig ons, maar die waarheid bring lewe.

As ons God se Woord biddend lees, tyd maak om na Sy stem in ons binneste te luister en in Hom bly, sal ons sonder moeite kan hoor hoe Hy deur die spontane invloei van gedagtes met ons praat. Ons moet Sy woorde van waarheid bedink, sodat dit die vrug van geregtigheid in ons lewens kan dra (Jak. 3:18). Ons moet ernstig oor ons gedagtes waak, om net wooorde van vertroosting en waarheid toe te laat. Kyk goed na die tabel op die volgende bladsy. Neem ‘n besluit dat jy enige sataniese gedagte (soos dié in die eerste kolom), onmiddellik sal verwerp wanneer jy daarvan bewus raak en met 'n woord van ewige waarheid (soos dié in kolom twee), sal vervang.

Satan se gedagtes Negatief, afbrekend	**God se gedagtes** Positief, opbouend
Ek kan nie…	"Ek is tot alles in staat deur Christus wat my krag gee" (Fil. 4:13)
Ek het nie…	"En my God sal elke behoefte van julle vervul na sy rykdom in heerlikheid deur Christus Jesus" (Fil. 4:19)
Ek is bang…	"Want God het ons nie 'n gees van vreesagtigheid gegee nie, maar van krag en liefde en selfbeheersing" (2 Tim. 1:7)
Ek twyfel…	"... na die maat van geloof soos God dit aan elkeen toebedeel het" (Rom. 12:3).
Ek is swak…	"Die Here is die toevlug van my lewe" (Ps. 27:l)
Satan hét my…	"omdat Hy wat in julle is, groter is as Hy wat in die wêreld is" (1 Joh. 4:4)
Ek is verslaan…	"Maar God sy dank wat ons altyd laat triomfeer in Christus" (2 Kor. 2:14)
Ek is raadop…	"Maar deur Hom is julle in Christus Jesus, wat vir ons geword Het wysheid uit God" (1 Kor. 1:30)
Ek is siek…	"Maar Hy is ter wille van ons oortredinge deurboor" (Jes. 53:5) "Hy het ons krankhede op Hom geneem en ons siektes gedra" (Matt. 8:17)
Ek is so bekommerd en gefrustreerd…	"Werp al julle bekommernis op Hom, want Hy sorg vir julle" (1 Pet. 5:7)
Ek is vasgevang...	"Die Here is die Gees, en waar die Gees van die Here is, daar is vryheid" (2 Kor. 3:17)
Ek voel so veroordeel...	"Daar is dan nou geen veroordeling vir die wat in Christus Jesus is nie" (Rom. 8:1)

Die Een wat Oortuig

Die Heilige Gees wil ons troos en bemoedig deur woorde van waarheid in ons gedagtes te fluister. Sy genadige, vredeliewende karakter beïnvloed alles wat Hy doen en sê, selfs wanneer Hy met ons oor ons sonde wil praat.

"... en as Hy kom, sal Hy die wêreld oortuig van sonde en van geregtigheid en van oordeel" (Joh. 16:8).

Die Heilige Gees beskuldig ons nooit. Hy oortuig ons eerder op *'n positiewe* manier van sonde. Hy roep ons op 'n liefdevolle wyse op tot 'n lewe van groter geregtigheid, eerder as om ons af te breek deur skuldgevoelens en veroordeling. Hy lei ons op 'n positiewe manier deur Sy liefde en genade daartoe om ons gedagtes en optrede te verander.

Satan trap met sy groot pote op jou hart en persoonlikheid met die doel om jou te domineer en te vernietig. Die Heilige Gees is altyd sag en vriendelik. Hy vra jou mooi om klaar te speel met sonde, 'n lewe van geregtigheid te lei en Sy regverdige oordeel te aanvaar. Hy is die "Gees wat lewe gee", wat jou van die dood en die sonde bevry (Rom. 8:2). Satan wil ons *dwing* om dinge te doen; die Heilige Gees *trek* ons na Hom toe aan. Satan *eis,* die Gees *vra.*

Die Een wat my stig

Die bemoedigende woorde van waarheid wat ons van sonde en geregtigheid oortuig, sal altyd tot stigting wees. As ons Sy woorde gehoorsaam, sal ons nooit weer van God se teenwoordigheid af weggaan sonder dat ons in ons gees opgebou is nie.

"Maar hy wat profeteer, spreek tot die mense woorde van stigting… " (1 Kor. 14:3).

Wanneer die Trooster deur profesie met Sy kerk praat, doen Hy dit in die eerste plek om hulle te stig of op te bou. Selfs al wys Hy hulle op foute en sondes, sal daar altyd 'n element van lering en hoop in wees wat die toehoorder bemoedig en versterk.

Volgens die wet, verdien ons almal die dood. Deur die genade van Christus het ons die ewige lewe. Jy kan in jou eie gedagtes of deur ander mense op een van twee maniere benader word: (1) deur die eise van die wet gevolg deur veroordeling, of (2) deur genade en barmhartigheid, deur die bloed en geregtigheid van Jesus Christus. Ons moet ons beywer om slegs woorde wat getuig van genade, lewe en opbou te aanvaar. Ons moet ook sorg dat ons slegs woorde *spreek* wat bemoedig, opbou en hoop gee. Ons moet boodskappers van versoening wees, nie van dood en vernietiging nie.

Hoe reageer jy wanneer jy gesondig het? Aanvaar jy die genade van Christus as jy jou sonde bely? Kan jy dadelik opstaan en in die Gees aanbeweeg nadat jy gestruikel het? Of moet jy eers vir 'n ruk lank jou skuld en ellende vertroetel? Moet jy eers kla en kerm oor jou sondigheid en jouself martel omdat jy wéér eens misluk het?

Dit is nie vir my maklik om Christus se verlossing te aanvaar nie. As ek 'n fout maak, veral op 'n gebied wat in die verlede herhaaldelik vir my 'n probleem was, voel ek soms dat ek iets meer moet doen om vergifnis te kry as om net berou te hê en my sonde te bely. Hoe dikwels het ek nie al my hartseer en berou voor die Here uitgestort in my dagboek nie. Dan antwoord Hy met deernis: "Ek vergewe jou, my kind". Maar ek hou aan, "Maar, Here, U weet net nie hoe jammer ek is nie". "Ek vergewe jou, my kind," sê Hy dan 'n tweede keer. Iets in myself dwing my egter om aan te hou met my selfkastyding. Dis asof ek nie in staat is om my eenvoudig aan Sy liefde en genade oor te gee en in Sy geregtigheid voort te gaan nie. So hou dit aan, totdat Hy uiteindelik tot my deurdring met die woorde, "Mark, Ek hét jou vergewe. Wil jy nie jouself ook nou maar vergewe nie?"

Ek het vir soveel jare met skuld en veroordeling saamgeleef, so lank geglo dat dit die Vader was wat my veroordeel. Dit was eers toe ek geleer het om Sy stem te hoor dat ek van die vyand se leuens bevry kon word en die heerlike vryheid van vergifnis kon ervaar. Daar staan geskrywe: "Daar is dan nou geen veroordeling vir die wat in Christus Jesus is nie" (Rom. 8:1). Ek het dié woorde in my hart geglo, maar hulle was nie 'n werklikheid in my *lewe* nie. Ek was veroordeel, al was ek in Christus. Eers nadat ek begin het om God in my hart te sien en te hoor, kon ek die ware oorsprong van dié veroordeling herken. Toe ek God eers regtig leer ken het, het ek gesien dat Hy baie meer genadig en baie minder veroordelend was as wat ek altyd gedink het.

Die Een wat Vermaan/Die leermeester

"Maar hy wat profeteer, spreek tot die mense woorde van stigting en troos en bemoediging" (1 Kor. 14:3). "Maar as die Trooster gekom het, sal Hy van My getuig" (Joh. 15:26).

Die woord "vermaan" of "bemoedig" kan in verskillende sinne verskillende betekenisse hê. Party mense dink dat "vermaan" byna dieselfde as *beskuldig* beteken – sodat dit klink asof die 'bemoediger' die plek van die aanklaer in plaas van die Trooster inneem.

Die letterlike definisie van die Griekse woord *parakaleo* is: "om iemand eenkant toe te roep om hom aan te moedig tot die een of ander optrede, gefokus op die toekoms." Kyk die noue verband met die naam *parakletos* of "Trooster".
Die begrip vermaning het dus drie kenmerkende eienskappe. (1) Die persoon wat vermaan word, word eenkant toe geroep. Hy word nie in die openbaar tereg

gewys nie. ‘n Mens wag totdat jy alleen met hom kan praat. (2) Ons moedig hom aan wat ‘n aspek van sy gedrag betref en herhaal nie bloot sy foute nie. Die meeste van ons is terdeë bewus van ons eie foute en tekortkominge en het nie nodig dat iemand dit vir ons uitwys nie. Wat nodig is, is hulp om van dit wat ons verslaaf, bevry te word ; spesifieke konkrete voorstelle wat ons kan help om die heilige lewe te lei waarna ons so strewe. (3) Vermaning is altyd gerig op die toekoms. Ons loop nie en tob oor die verlede nie.

Jesus se woorde aan die vrou wat in owerspel betrap is, is 'n perfekte voorbeeld van behoorlike vermaning (Joh. 8:3-11). Volgens die wet was sy skuldig en moes sy gedood word. Jesus het egter nog verder as die wet gegaan en barmhartigheid, genade en vergifnis vir haar gegee. Hy het net dié paar woorde vir haar gesê: "Ek veroordeel jou ook nie. Gaan heen en sondig nie meer nie." Hy het nie vir haar ‘n lesing gegee, gepreek, of ‘n sedeles gegee, soos ek waarskynlik sou doen nie. Nee, met ‘n paar woorde het Hy vir haar vergifnis en aanvaarding gegee en haar aangemoedig tot 'n nuwe lewe. Dit was weer eens nie vir Hom nodig om haar sonde uit te wys nie - sy was immers intens bewus daarvan. Netso kan woorde van liefde en bemoediging dikwels genesing bring vir iemand se gebroke lewe. As ons gewillig is en die Heilige Gees toelaat om ons te gebruik, kan ons ook so heelmaking bring vir ander.

As ons glo dat die Here wil hê dat ons mekaar moet vermaan, moet ons onthou om dit altyd in liefde te doen (1 Kor. 13), met sagmoedigheid (Gal. 6:1), geduldig (1 Tess. 5:14), met groot genade (2 Kor. 1:3b) en met die begeerte om te vertroos (2 Kor. 1:3c). Ons moet "geen vuil woord uit (ons) mond (laat) uitgaan nie, maar net 'n woord wat goed is vir die nodige stigting, sodat dit genade kan gee aan die wat dit hoor. En … nie die Heilige Gees van God (bedroef) nie" (Ef. 4:29, 30a).

Opsomming

Kom ons kyk opsommenderwys na Psalm 73, 'n Psalm van Asaf. Aangesien dit 'n lang hoofstuk is, gaan ek nie die hele een hier plaas nie, maar ek wil jou graag aanmoedig om die hele psalm te gaan lees en nie net die verse wat hier aangehaal word nie.

Asaf begin so: "Waarlik, God is goed vir Israel, vir die wat rein van hart is. Maar wat my aangaan, my voete het amper gestruikel, my voetstappe het byna uitgegly. Want ek was afgunstig op die onsinniges toe ek die voorspoed van die goddelose mense sien."

Asaf begin met 'n rein hart, maar dan verloor hy skielik sy goddelike perspektief, fokus op die voorspoed van die goddelose, en sy hart is besoedel. In plaas van God sien hy mense. In plaas van te luister na die waarheid, aanvaar hy die leuens van die vyand. As jy verse 4-15 lees, is dit duidelik dat die vader van die

leuen in sy gedagtes aan die werk is. Ons lees hierdie feite: "… trots (is) om hulle soos 'n halssieraad; die geweld bedek hulle soos 'n gewaad ... die inbeeldinge van die hart loop oor. Hulle spot…". Hierdie dinge is alles waar, maar daar is ook ‘n paar leuens hiermee vermeng wat Asaf as die waarheid aanvaar: "... daar is geen kwellings by hulle nie … in die moeite van sterwelinge is hulle nie, en saam met ander mense word hulle nie geplaag nie." Nie waar nie! Van buite, vir die jaloerse wat na hulle kyk, kan dit so lyk, maar dit gaan nie goed met hulle nie. Hierdie woorde van Asaf kom nie van die Heilige Gees af nie - en as 'n mens nie praat soos Hy praat nie, bevind jy jouself kort voor lank in ‘n gat.

Gelukkig is Asaf wys genoeg om nie in daardie toestand te bly nie en weet hy waar om na die waarheid te gaan soek. Hy weet ook dat hy weer ‘n goddelike perspektief moet terugkry, sodat sy hart gereinig kan word. Uiteindelik sien ons in vers 17 dat die herstelproses begin: "... totdat ek in die heiligdomme van God ingegaan ... het." In die daaropvolgende verse lees ons die Here se antwoord op sy klagte en onuitgesproke vraag. God wys hom eers die waarheid omtrent die goddeloses: "Hoe word hulle in 'n oomblik 'n voorwerp van verbasing, vergaan hulle, raak hulle tot niet deur verskrikkinge!" Met ‘n paar woorde, of miskien ‘n visioen, laat die Here die Lig van die waarheid skyn op die leuens van satan, en hulle verdwyn!

Dan wys die Here ook vir Asaf die waarheid omtrent homself: "Toe my hart bitter gestem en ek in my niere geprikkel was ... was (ek) (soos) 'n dier by U." As ek leef en dink buite God se teenwoordigheid, as ek leuens vir waarheid aansien, is ek soos 'n redelose dier voor Hom. "Nogtans is ek altyddeur by U; U het my regterhand gevat. U sal my lei deur u raad en my daarna in heerlikheid opneem." Al was Asaf mislei, al het hy gesondig en God uit die oog verloor, het Hy hom nie verlaat nie. Hy was wel bewus van sy sonde, maar ten spyte daarvan het hy God se genade en vergifnis bo dit sien uittroon. Geen wonder dat hy die Psalm met lof en aanbidding afsluit nie! As ons God sien en as Sy waarheid in ons geopenbaar word, word ons harte gereinig en word ons gemeenskap met Hom herstel. Dan breek die vreugde deur soos die oggendson.

Dit is dieselfde proses waardeur ons moet gaan. As ons ons goddelike perspektief verloor, as ons nie die hand van God kan sien nie en ons gedagtes deurmekaar is vanweë die vermenging van die waarheid met die leuen, moet ons ook in die heiligdom van God inbeweeg. Ons moet in Sy teenwoordigheid inbeweeg, ons twyfel, woede en vrese voor Hom uitstort en Hom toelaat om met ons te praat. Net deur Sy stem en Sy visioene kan ons weer heel word.

Reaksie

Het jy bewus geraak van die werk van satan in jou gedagtes terwyl jy hierdie hoofstuk gelees het? Kan jy nou beter onderskei tussen die stem van die Trooster en die stem van die aanklaer? Het jy negatiewe veralgemenings en blatante leuens van die vyand in jou gemoed herken wat jy aanvaar het en besig was om te oordink? Kon jy sien hoe die Here in jou lewe en omstandighede werk?

Maak *nou* tyd om in die heiligdom van God in te beweeg. Laat jou hart stil word, luister na die spontane invloei van Jesus se stem en Sy visioene in jou gees en skryf jou vrae, twyfel en vrese biddend neer. Luister dan en kyk, sodat jy Hom kan sien en hoor. Maak dan seker dat jy luister vir Sy antwoord en kyk wat Hy jou wil wys. Skryf alles neer wat jy sien en hoor en verlustig jou in die goedheid van God!

4

BEDINK SLEGS DIE WOORDE VAN JESUS

Het dit al ooit met jou gebeur dat jy die een oomblik nog vrolik en gelukkig is en die Here loof en prys, en dan die volgende oomblik voel hoedat woede of neerslagtigheid soos 'n groot orkaan deur jou binneste trek en jou van al jou blydskap beroof? Hoe kan 'n mens se gemoedstemming eensklaps so dramaties verander? Wat veroorsaak dit? Is daar enigiets wat ons kan doen om dit te verhoed, of dit ten minste te herstel?

Soos wat ek meer bewus geraak het van die woorde van die aanklaer en die Trooster in my binneste, het ek ook al meer bewus geraak van skielike gemoedswisselinge ('mood swings') en dit het my gepla. Ek het ernstig by God gepleit om vir my die oorsprong daarvan te wys, sodat ek daarvan verlos kon word. Uiteindelik het ek een Sondagoggend voor die preekstoel gekniel in die kerk waar ek predikant is, en na God geroep vir wysheid. Daar het God die lering van twee groot profete van ons tyd, Dr. Paul Cho en Kenneth Hagin gekombineer in een openbaring wat nie net my eie lewe nie, maar ook dié van my studente ingrypend verander het.

Ek het agtergekom dat die gees, net soos die liggaam, vyf belangrike sintuie het. As ons daarop let en sorg dat al vyf geestessintuie voortdurend en *slegs* deur God gevul word, ons waarlik in staat sal wees om Filippense 4:8 uit te leef:

> "Verder, broeders, alles wat waar is, alles wat eerbaar is, alles wat regverdig is, alles wat rein is, alles wat lieflik is, alles wat loflik is - watter deug en watter lof daar ook mag wees, bedink dit."

Hierin lê vryheid, vreugde en die oorvloedige lewe wat God aan al sy kinders belowe het!

Wat is hierdie vyf geestelike sintuie? Ons het alreeds gekyk na die eerste twee sintuie: die ore en oë van die hart. Daarbenewens het die gees ook nog 'n innerlike verstand, ‘n innerlike wil en innerlike emosies. Jy het dalk ook, soos ek, geleer dat die verstand, wil en emosies alles funksies van die siel is. Ek het egter deur noukeurige bestudering van die Skrif geleer dat hierdie drie vermoëns nie net op sielsvlak nie, maar ook op 'n dieper geestesvlak gebruik kan word.

Dit is hierdie vyf sintuie wat die oorsprong is van kreatiwiteit in die mens. Deur hulle word geestelike realiteite as ‘t ware in die fisiese wêreld gebore. Hierdie vyf geestelike sintuie is altyd aan die werk, altyd in die een of ander stadium van groei en ontwikkeling. Hulle kan òf aan satan òf aan die Heilige Gees oorgegee wees, wat beteken dat ons òf dood en wanhoop, òf lewe en hoop gaan ervaar in ons lewe. Net soos wat daar drie fases is in die geboorteproses van 'n baba, netso is daar drie fases in die geboorteproses van geestelike realiteite in ons leefwêreld.

Bevrugting:

- Dit vind plaas wanneer ons geestes-ore die woorde van òf satan, òf die Heilige Gees *hoor,* en
- Ons geestesoë 'n visioen van òf satan, òf die Heilige Gees *sien.*

Ontwikkeling/inkubasie:

- Dit vind plaas terwyl die verstand (van die gees) oor die woorde en visioen ***nadink*** of dit ***ontwikkel****,*
- die wil van die gees 'n besluit neem en ons begin ***praat*** oor die dinge in ons hart, en
- ons innerlike emosies daardeur geraak word en veroorsaak dat ons ***reageer*** op die woorde en visioene wat ons ontvang het.

Geboorte:

- Wanneer die tyd daarvoor reg is, word die geestelike werklikheid 'n fisieke werklikheid.

Hoe werk dit in ons daaglikse lewe? Gestel jy stap Sondagoggend in die kerk met ‘n hart vol blydskap en liefde in die Here. Jy kyk op en sien jou beste vriendin 'n entjie van jou af sit. Jy glimlag en waai vrolik vir haar - maar sy reageer nie! Trouens, sy lyk nogal 'n bietjie stuurs en draai net haar kop weg. Dadelik begin satan vir jou sê: "Wat makeer haar vanmore? Sjoe, sy lyk nogal nors. Eintlik het sy die afgelope paar weke al 'n bietjie vreemd opgetree. Sy glimlag nooit meer nie! Ek wonder of die Heilige Gees haar aangespreek het oor iets. Dis seker wat verkeerd is! En ek is seker dit het iets te doen met die probleem waaroor sy 'n ruk gelede met my gepraat het. Sy't natuurlik toegegee daaraan en nou is sy in 'n spiraal van sonde vasgevang. Sy’t seker teruggeval. Eintlik het ek nog nooit gedink sy's so 'n goeie Christen nie. Sy was ook nie juis 'n goeie vriendin nie - nee wat, ons was nou nie juis op dieselfde geestelike vlak

nie."

So maal die gedagtes van die duiwel dwarsdeur die erediens in jou binneste. Jy is intens bewus van jou vriendin se sonde en glo dat julle vriendskap iets van die verlede is - en so word die verkeerde saadjies wat satan in jou gemoed gesaai het, net al hoe groter en groter. Teen die einde van die diens is jou hart so vol leuens, dat jou mond ook daarvan begin oorloop. Jy vra die persoon langs jou of sy nie ook gesien het hoe jou vriendin die afgelope maande verander het nie. Jy vertel vir haar van jou vermoedens dat sy betrokke is by die een of ander sonde. En namate dié gif by jou mond uitkom, borrel en kook dit al hoe meer in jou emosies, totdat jy later voel dat jy iets moet *doen.* Jy sien hoe sy by die kantdeur uitglip en jy is verlig dat jy haar kan vermy. Jy mik vir die agterste deur om die pastoor se hand te skud.

Maar kom ons sê liewer dat jy die woorde van die leuenaar verwerp het die oomblik toe hulle by jou opgekom het. Jy het dadelik na Christus gedraai om Sy woorde van waarheid te hoor. Wat sou toe gebeur het? Hy sou dalk vir jou gesê het: "Jou vriendin beleef op die oomblik 'n baie moeilike tyd en sy voel dat Ek haar in dié tyd van nood in die steek gelaat het. Sy is nie bewus van My liefde vir haar nie en omdat sy ver voel van My, dink sy ook dat sy nie jou liefde waardig is nie. Sy het veral vandag jou liefde en aanvaarding nodig. Ek wil hê dat jy vandag My hande en arms vir haar moet wees. Gee vir haar 'n drukkie en verseker haar dat Ek en jy vir haar lief is."

Dwarsdeur die erediens sal hierdie *rhema*-woord en visioen deur jou gedagtes gaan en teen die tyd dat jy uitstap, sal jou hart brandend wees vir jou vriendin. Jy hardloop vinnig na haar toe, voordat sy kan wegglip, sit jou arms om haar en sê: "God is baie lief vir jou - en ek ook." Dadelik vloei die trane, julle vriendskap is herstel en haar geloof is versterk.

Die keuse is joune. Na wie gaan jy luister? Wie se woorde gaan jy oordink? Wie se emosies gaan jou hart vul en jou laat praat en optree? Gaan jy ‘n boodskapper wees van veroordeling of van versoening? Gaan ons ander seermaak deur ons woorde en optrede, of gaan ons genesing bring?

Kom ons neem nog 'n voorbeeld. Gestel jy word by die werk 'n bevordering aangebied. Dit sal beteken dat jy 'n groter verantwoordelikheid moet dra en nuwe vaardighede sal moet aanleer. Dadelik fluister die vyand in jou oor: “Nee wat, jy wil nie daardie werk doen nie! Jy het nie sulke nonsens in jou lewe nodig nie. Nee wat, dit gaan op die oomblik goed met jou. Moet nou nie vir jouself probleme op die hals haal nie. Dit gaan goed met jou. As jy die posisie aanvaar, sal mense meer van jou afhanklik wees. As iets fout gaan, sal almal die skuld op jou pak. En jy weet jy *sal* alles opmors. Jy's al te oud om nuwe dinge te leer. Dit gaan te moeilik wees - jy kan dit beslis nie doen nie."

Wanneer jy dit daardie aand met jou vrou bespreek, is die vrees dat jy gaan

misluk nog groter. Jy sal nie net probleme in jou eie departement veroorsaak nie, maar die hele maatskappy sal geld verloor. Uiteindelik sal hulle bankrot speel, jy sal jou werk verloor én die respek van jou vriende, omdat hulle sal weet dat jy die oorsaak was dat die maatskappy gevou het. Jy is naderhand so vol vrees, dat jy maar die volgende oggend vir jou hoof gaan sê dat jy nie in die bevordering belangstel nie.

Wat sou gebeur het as jy die leuenaar se woorde van die begin af verwerp het? Wat sou die Heilige Gees vir jou gesê het? Hy sou dalk vir jou gefluister het, "Watter wonderlike geleentheid om nuwe dinge te leer en te groei! Jy is vol van My krag en wysheid, daarom sal jy hierdie nuwe verantwoordelikheid kan baasraak. As jy op My vertrou en my Woord bepeins, sal Ek jou pad suksesvol maak. Onthou, jy kan enigiets doen omdat Ek jou daartoe in staat stel." In jou gees het jy 'n prentjie van sukses. Jy besluit om jou beste te doen met die hulp van Christus en aanvaar die nuwe pos met dankbaarheid.

Ek hoop jy begin nou sien hoe konsekwent hierdie opeenvolging van gebeure in jou gees plaasvind. Of jy nou daarvan bewus is of nie, ons harte is voortdurend besig om die dinge wat ons in die geestesdimensie gesien het te skep en voort te bring. Daarom is dit noodsaaklik dat ons die oë en ore van ons hart slegs vir Christus moet oopstel, sodat Hy ons met Sy waarheid kan vul en sodat ons die vrugte van geregtigheid kan voortbring.

Jesus het gesê: "Die lamp van die liggaam is die oog. As jou oog dan reg is, is jou hele liggaam ook verlig; maar as dit verkeerd is, is jou liggaam ook donker" (Luk. 11:34-36). Die oë van die hart is een van die kragtigste instrumente wat God in ons geskep het wat vir goed of kwaad aangewend kan word. Ek glo dat die dinge wat ons met die oë van ons hart sien, die kragtigste dinamiek in ons lewe is. Daarom word ons aangesê om te fokus “op Jesus, die Leidsman en Voleinder van die geloof” (Hebr. 12:2). Net as ons innerlike oë op Jesus gevestig bly, kan ons duidelike visie hê en kan ons hele liggaam vol lig wees. As ons nie doelbewus ons oë op Hom rig om met Sy goddelike lig volgemaak te word nie, sal hulle vanself deur satan gevul word met die duisternis van wellus, vrees, mislukking en ontoereikendheid.

Sodra ons die woord van God gehoor en Sy visioene gesien het, moet ons dit in ons gees bepeins sodat ons innerlike verstand, wil en emosies heeltemal daarmee deurdrenk word. So word ons swanger met die wil van God en neem ons Sy soewereine mag die wêreld in. Ons innerlike gemoed moet slegs *God se woorde* bepeins, nie die negatiewe gedagtes van satan nie. Ons kies met ons innerlike wil om die woorde wat God gespreek het, in geloof te proklammeer. Ons innerlike emosies word so aangevuur deur die visioene van God, dat dit ons motiveer om in die geloof op te staan en te reageer op God se heerlike beloftes, en ‘n wonderwerk verwag! Hy sal dan ook op Sy tyd, nie ons s’n nie, Sy beloftes gestand doen sodat Sy Naam daardeur verheerlik kan word. Om seker te maak dat ons geen eer vir onsself kan toeëien nie, sal Hy wag totdat ons opgehou het

om Sy beloftes in ons eie krag te probeer verwesenlik. Eers wanneer dit duidelik is dat dit menslik onmoontlik is, sal Hy ingryp en die bonatuurlike doen.

Abraham, die Vader van die Geloof

Abraham is 'n klassieke voorbeeld van hierdie ervaring. God gee in Genesis 12:2 vir hom ‘n *Rhema*-woord in sy hart, “Ek sal jou 'n groot nasie maak." Wat ‘n heerlike belofte! Wat ‘n positiewe, opbouende, vreugdevolle woord! As jy begin dagboek-hou en na God se stem luister, sal jy ook ervaar dat die woorde van God heerlik vreugdevol, opbouend en positief is. Hy sal belowe om ook deur jou groot dinge te doen. Natuurlik sal satan probeer om hierdie woorde van waarheid met sy beskuldigings te verdoesel, “God kan jou beslis nie gebruik nie. Kyk net wie is jy”. Maar die Gees fluister terug in ons veroordeelde en mismoedige harte: "Ek sal jou gebruik.   Kyk net na MY en sien wie EK IS!"

Elf jaar later besoek God Abraham weer. Dié keer wys Hy vir hom die sterre aan die hemel en die sand langs die see in 'n visioen. “So sal jou nageslag wees”,het God gesê. Abraham was reeds 86 jaar oud en het nog geen kinders gehad nie. Hoe reageer hy op dié verstommende belofte? Hy het God geglo. Dis duidelik dat hy geglo het dat God Sy *Rhema*-woord gestand sou doen, want hy het gehoorsaam daarop gereageer. Sy geloof wat uit die visioen voortgespruit het, was so diep en eg, dat God dit in die Bybel laat opteken het. Dit is hoe kragtig goddelike visioene is. Dit maak ‘n belofte eg en gee substansie aan dinge wat nie in die natuurlike wêreld waargeneem kan word nie.

Abraham het die die woorde en visioene wat hy van God ontvang het in sy hart gebêre en sy gees net met gedagtes van geloof gevul.

> "Hy het teen hoop op hoop geglo ... En sonder om te verswak in die geloof het hy, al was hy omtrent honderd jaar oud, nie gelet op sy eie liggaam (nie) ... En hy het nie deur ongeloof aan die belofte van God getwyfel nie, maar hy is versterk deur die geloof en het aan God die eer gegee ... en was ten volle oortuig dat Hy ook die mag het om te doen wat Hy beloof het" (Rom. 4:18-21)

Al het daar jare verloop sonder dat Abraham die vervulling van God se beloftes gesien het, het hy nie in die geloof verswak nie, maar steeds sy hart en verstand met die woorde en visioene wat hy van God ontvang het, gevul.

Nog dertien jaar het verloop sonder dat die beloofde kind gebore is. Uiteindelik het God weer aan hom verskyn met ‘n opdrag. "Daarom sal hulle jou nie meer Abram noem nie, maar jou naam sal verander na Abraham, want Ek maak jou 'n vader van 'n menigte van nasies" (Gen. 17:5). Met ander woorde, van toe af, elke keer as Abraham sy naam uitspreek, sou hy bely dat hy in die beloftes van

God glo. “Hallo, ek is die vader van ‘n menigte.” “Hoeveel kinders het jy?” “Wel, nog niks, maar God het belowe!”

Dit is belangrik om hier te let op watter stadium hy die opdrag ontvang het om sy naam te proklammeer. Abraham het vir 24 jaar lank gemediteer oor die woord en visioene van God. Sy hart is bevrug met die woord van God, hy het dit bepeins en was swanger met die beloftes van die Here! Die ongelowige wêreld dink ons is baie dwaas as ons ons geloof bely. Daarom kritiseer en spot hulle ons dikwels. As dit gebeur terwyl die saadjie van die Heilige Gees nog klein is, is dit maklik om die woord en die visioen van God eenvoudig te laat vaar. Maar as ons met teenstand te doen kry wanneer die saadjie reeds gegroei en ontwikkel het en gereed is om "gebore" te word, het 'n mens die krag om te sê: "Ek *weet* dit is waar. Die woord groei lank reeds in my en is gereed om in die wêreld uit te gaan. Niks kan my woorde stilmaak nie." Getuienis is 'n baie belangrike deel van die skeppingsproses, maar dan moet ons dit doen op die regte tyd. Gehoorsaamheid ten opsigte van *wanneer* ons moet getuig is net so belangrik soos gehoorsaamheid ten opsigte van *wat* ons moet getuig.

God het ook vir Abraham die opdrag van die besnydenis gegee toe hy 99 jaar oud was (Gen. 17:10-24). Tot in daardie stadium was geen melding nog gemaak van die verbondsvoorwaardes nie. Abraham het egter so fyn na die stem van die Gees in hom geluister, dat hy onmiddellik gehoorsaam het. "Op daardie selfde dag is Abraham en sy seun Ismael besny" (Gen. 17:26). Let op dat God aangehou het om vir Abraham opdragte te gee om hom voor te berei op die wonderwerk, terwyl dit nog in die ontwikkelingsfase was.

In die natuurlike dimensie doen 'n swanger vrou baie dinge om vir die geboorte van haar kindjie voor te berei. Sy sorg dat sy gereeld by die dokter uitkom, eet versigtig en gesond, drink vitamines, doen oefeninge, berei haarself geestelik en liggaamlik voor op haar baba se geboorte en rig vir die nuweling 'n spesiale kamer in. Netso moet ons ook dinge doen wat ons voorberei op die geboorte van die visioene in ons lewens. God sal vir ons sê wat om te doen en wanneer ons dit moet doen. Ons moet net aan Sy Woord gehoorsaam wees. Dit is nie goed genoeg om te sê dat Hy vir jou twintig jaar gelede iets belowe het nie - jy moet weet wat Hy *vandag* van daardie belofte sê.

Uiteindelik, na ‘n wagtydperk van 25 jaar, het die kreatiewe krag van God in werking gekom en is Isak gebore. Dit is egter nie die volle verhaal nie. Abraham het in die tyd wat hulle moes wag, één groot fout gemaak: "Abram het na Sarai geluister" (Gen. 16:2). Ons kan verstaan waarom hy dit gedoen het. Daar het al jare verloop, maar God se belofte het nie gerealiseer nie. Dalk het God vir hulle gewag om iets te doen. Dit was dalk tyd om bymekaar te kom en te besin oor hoe hulle God kon help om Sy doel te bereik. Vir 'n oomblik het Abraham die stem van God vergeet en na menslike wysheid geluister.

Toe God weer by Abraham kom, kon hy trots na die resultate van sy eie pogings

wys: "Ag, mag Ismael vir ewig lewe voor u aangesig!" "Kyk wat het ons gedoen, Here! Ons het 'n kind verwek soos wat U gesê het dat U sou. Is dit nie goed genoeg nie? Is dit nie die vervulling van U beloftes nie? Maar God het gesê, 'Nee… ' (Gen. 17:18, 19). Ons eie pogings kan nie God se doel bereik nie. Solank ons aanhou probeer om Hom te help, is ons 'n hindernis en die visioen bly onvervuld. Ons moet eers ophou "help" en alle natuurlike hoop laat vaar - dan sal God bonatuurlik optree en Sy beloftes vervul sodat Hy daardeur verheerlik kan word.

Opsomming

Die tabel aan die einde van die hoofstuk gee 'n opsomming van al die gedagtes wat hier genoem is. Dit is 'n konstante, aanhoudende proses. Dit hang van *ons* af *wie* se woorde en visioene deur ons gebore gaan word.

Reaksie

Dit is belangrik dat jy vir God die geleentheid gee om die waarhede wat jy hier geleer het, in jou eie lewe toe te pas. As jy Hom jou Raadgewer wil maak, moet jy tyd maak vir 'n ontmoeting met Hom, met Hom praat en na Hom luister. Neem jou dagboek en gaan na 'n stil plek waar Hy Homself aan jou kan openbaar. Watter drome het Hy vir jou gegee? Het jy jou drome prysgegee? Of oordink jy hulle steeds in jou hart? Roep jy hulle in vervulling soos God jou lei? Luister en gehoorsaam jy elke woord van God ter voorbereiding van die vervulling daarvan? Het jy in 'n rus ingegaan sodat Hy deur jou kan werk?

'n Dieper Studie

Vir 'n teologiese agtergrond van hierdie konsep, lees asseblief ***Sense your Spirit*** deur Mark en Patti Virkler wat beskikbaar is by *Communion with God Ministries* by www.cwgministries.org.

Vir 'n volledige studie oor die vyf sintuie van die gees van die mens en hoe om hulle met God vol te maak, kyk ***Spirit born Creativity*** deur Mark en Patti Virkler, ook verkrygbaar van *Communion with God Ministries*.

Bedink slegs die woorde van Jesus

Deur al vyf sintuie van die hart met Jesus vol te maak

	SINTUIG	GEBRUIK	BYBELSE VOORBEELD	STADIUM
1	Innerlike oor (Joh. 5:30)	Ontvang God se Rhema woord	Gen. 12:1-3	BEVRUGTING
2	Innerlike oog (Open. 4:1)	Ontvang God se visioen	Gen. 15:5, 6	
3	Innerlike verstand (Luk. 2:19)	Oordink God se gedagtes	Rom. 4:20, 21	INKUBASIETYDPERK
4	Innerlike wil (Hand. 19:21)	Spreek God se Rhema	Gen. 17:5	
5	Innerlike emosies (1 Kon. 21:5)	Reageer op Rhema en Visioen	Gen. 17:23	

EINDRESULTAAT	**Dood van die Visioen. "Ek" is nie in staat om dit voort te bring nie**	Gen. 16:2	GEBOORTE
		Gen. 17:18, 19	
	Bonatuurlike herlewing van die visioen. "In die volheid van die tyd bring God dit voort"	Gen. 21:1, 2	
		Gal. 4:4a	

"Die oog gevestig op Jesus, ons Leidsman en die Voleinder van ons geloof" (Hebr. 12:2)

"Ek is die Alfa en die Omega, die eerste en die laaste, die begin en die einde" (Openb. 22:13)

5

OM GOD IN DIE VERLEDE TE SIEN

"Salig is die wat rein van hart is, want hulle sal God sien" (Matt. 5:8). Maar wat van die kere wanneer ek nié vir God kan sien nie? Wat van die verskriklike dinge in my verlede wat so traumaties was dat dit vandag nog ‘n invloed het op my lewe? Wat van die tye wat so erg was, dat ek eenvoudig weet Hy was nie daar nie? Hoe kan my hart gereinig en genees word van die wonde wat ek opgedoen het nog voordat ek Christus geken het?

Daar is net *Een* wat gelyktydig in die verlede en hede by ons kan wees en dit is ons wonderlike Raadgewer, wat buite tyd staan. Christus is die ewige EK IS. Hy is nooit "Ek was" of "Ek sal wees" nie, maar slegs "EK IS", altyd in die hier en nou. Hy bestaan buite tyd; dit het geen mag om Hom enigsins te beperk nie. Daarom is dit vir Hom net so maklik om die een oomblik in jou verlede teenwoordig te wees, as wat dit vir Hom is om *nou* by jou te wees. Want sien, Hy *is* gelyktydig in jou verlede, jou hede en in jou toekoms teenwoordig. Hy is oral en altyd hier. Hy is die God van die hier en nou, daarom is elke oomblik vir Hom, hier en nou. Hierdie dinge is te groot vir ons verstand om te begryp, maar hulle is nietemin waar.

Omdat dit waar is, omdat Christus alomteenwoordig is en in tydloosheid bestaan, is Hy ook in staat om die seer van die verlede volkome te genees. Daar word soms na hierdie ervaring verwys as "innerlike genesing", "genesing van herinneringe", "diep genesing" of "genesing van die siel". Die benaming is nie regtig belangrik nie - wat wél belangrik is, is die feit dat die verlede deur vergifnis genees word en dat 'n mens Christus toelaat om die ou seer met Sy liefde aan te raak.

Innerlike genesing is nié die volgende nie:

(1) Dit is nie wanneer *jy* jou pyn herroep sodat dit genees kan word nie. Dit is nie wanneer jy probeer dink aan al jou negatiewe ervaringe en dan daaruit iets opdiep sodat Christus dit kan genees nie. Nee, dit beteken dat *Christus* ons

bewus maak van iets wat *Hy* wil genees.

(2) Innerlike genesing beteken nie dat jy 'n nuwe situasie in die plek van die oue moet skep nie. Die New Age-beweging leer dat 'n mens die gedagtes en woorde wat jou lank gelede seergemaak het, in jou gemoed met ander gedagtes en woorde van liefde moet vervang. Soiets kan nooit uit die Heilige Gees wees nie, want dit is op leuens gegrond - en die Gees kan nie lieg nie. Nee, ware innerlike genesing vind plaas as ons Christus kan *sien* op die toneel wat in ons verlede plaasgevind het, as ons kan sien dat Hy ook daar teenwoordig was en daar gewerk het, en dit sien net soos dit was.

(3) Innerlike genesing is nie 'n lysie formules nie, al klink dit dalk so. Nee, innerlike genesing is soos altyd wanneer God ons help; 'n lewende ontmoeting met die lewende God.

Daar is al baie goeie boeke oor innerlike genesing geskryf, veral die afgelope paar jaar. Hier dink ek byvoorbeeld aan *Healing for Damaged Emotions* deur David Seamonds en *You Can Be Emotionally Free,* deur Rita Bennett, wat ek graag aanbeveel vir elkeen wat innerlike genesing beter wil verstaan. Natuurlik kan 'n mens nie dié omvattende onderwerp binne die bestek van een kort hoofstuk volledig bespreek nie. Daarom wil ek net kortliks jou aandag vestig op die innerlike genesing wat daar is in Jesus Christus en ek gebruik die Evangelie volgens Johannes as uitgangspunt. Die verhaal begin die aand voor Jesus se kruisiging. Die sterk, dinamiese en voortvarende Petrus het probeer om sy beste Vriend te verdedig. Hy het dadelik sy swaard uitgetrek en een van die groep wat gestuur is om Jesus gevange te neem, se oor afgekap. Jesus het hom egter nie, soos hy verwag het, bedank nie, maar hom berispe en die oor genees. Petrus moes hulpeloos staan en toekyk hoe die hoëpriester Jesus onder kruisverhoor neem. Daar was niks wat hy kon doen nie, daarom het hy maar in die binneplein gestaan en wag om te kyk wat gebeur.

Terwyl hy nog saam met die ander by die vuur gesit en warm word het, het 'n diensmeisie skielik na hom gewys en gesê dat hy ook een van Jesus se volgelinge was. Omdat hy bang was, het hy dit ontken en weggestap. Kort voor lank het nog 'n dienskneg hom herken as een van Jesus se groep - en het hy dit weer ontken. Uiteindelik het 'n omstander ook opgemerk dat hy aan Petrus se spraak kon hoor dat hy een van die groep was. Weer het Petrus dit ontken, maar dié keer het hy gevloek om krag aan sy woorde te verleen, “Ek ken die man nie!” het hy geskreeu. Toe kraai die haan en onthou hy die woorde van Jesus. Daarop het hy uitgegaan en bitterlik gehuil. Ons lees nie op enige ander plek in die Bybel dat Petrus gehuil het nie. Dit moes 'n oomblik vol pyn vir hom gewees het. Trouens dit het hom so beïnvloed, dat hy teruggekeer het na sy vorige werk en sy roeping laat vaar het.

'n Paar dae het verbygegaan. Jesus het op verskeie plekke aan baie van Sy dissipels verskyn. Hy het selfs na die See van Galilea gegaan, waar 'n groot

visser hard probeer het om die verlede te vergeet en met sy lewe aan te gaan. Teen dagbreek het Jesus skielik aan Petrus en sy vriende verskyn, net toe hulle na die oewer terugkeer na die nag se vangs. Hy het vir hulle vis en brood oor die vuur gebraai vir ontbyt. Nadat hulle geëet het, vra Hy vir Petrus: "Simon, seun van Jona, het jy My waarlik lief?" Petrus het geantwoord: "Ja, Here, U weet dat ek U liefhet." Toe sê Jesus: "Laat my lammers wei." Daarop het Jesus hom ‘n tweede keer dieselfde vraag gevra en hy het weer dieselfde geantwoord. Jesus het vir die derde keer dieselfde vraag gevra, en Petrus het dieselfde geantwoord.

Wat was die doel van dié gesprek? Ek is daarvan oortuig dat Jesus besig was met innerlike genesing vir die diep wonde wat Petrus opgedoen het toe hy sy Meester drie maal verloën het. Kyk die ooreenkoms in die volgende tabel:

Die Proses van Innerlike Genesing		
	Die Stappe Wat Jy Neem	**‘n Bybelse Voorbeeld:** (Petrus: Luk 22:54-62/Joh 21:2-17)
1	Visualiseer die gebeure rondom jou pyn	Vuurtjie Skemer 3-voudige belydenis
2	Visualiseer Jesus daar teenwoordig	Jesus het op die strand gestaan…
3	Visualiseer hoe Jesus rondbeweeg en jou pyn genees deur Sy liefdevolle teenwoordigheid	Jesus se bevestiging van Sy liefde: Laat my lammers wei; Pas my skape op; Laat My skape wei

1. Kyk met jou geestesoë en gaan terug na die toneel van jou hartseer.

2. Kyk met jou geestesoë en laat Jesus deel word van die toneel.

3. Kyk met jou geestesoë. Laat Jesus vryelik rondbeweeg en die ou wonde met Sy liefdevolle teenwoordigheid genees.

'n Bybelse voorbeeld: Petrus: Matt. 26:69-75; Joh. 21:2-17

- Vuur

- Dagbreek

- Drieledige belydenis

Jesus het op die strand gestaan (Joh. 21:4-15).

Die bevestiging van Jesus se liefde:
"Laat my lammers wei." "Pas my skape op." "Laat my skape wei."

Kom ons bespreek elke stap van die innerlike genesingsproses en kyk hoe dit van toepassing is op Petrus.

(1) Deur dit te visualiseer, keer terug na die toneel van jou pyn. Dit is belangrik dat jy die toneel moet sien en ten minste ‘n deeltjie van die emosies wat jy daar ervaar het, weer moet ervaar. Moet egter nie so vasgevang raak in jou emosies, dat jy weer eens nie vir Christus kan raaksien nie. As die ervaring wat jy gehad het te emosioneel en te traumaties was, sal Hy jou dalk liewer terugneem na die gebeure kort daarna. Dit is egter van die grootste belang dat jy dit moet visualiseer.

Sien jy hoe Jesus vir Petrus terugneem na die toneel van sy pyn? Dit het plaasgevind teen dagbreek en daar was ook 'n vuur in die binneplein. (Hierdie twee teksgedeeltes - Johannes 18:18 en 21:9 - is die enigste twee kere waar ‘n vuurtjie in die Nuwe Testament genoem word) Om hom te genees, het Jesus ook van Petrus gevra dat hy drie keer sy liefde vir Hom moes bely - net soos hy Hom drie keer verloën het.

(2) Visualiseer die gebeure en nooi Jesus uit om deel te word van die toneel. Genesing kan slegs plaasvind as ons deur Jesus aangeraak word. Onthou, Hy was regtig daar toe dit gebeur het. Ons mag dalk dink dat dit te verskriklik was, dat Hy beslis nie daar kon gewees het nie. En tog sê Dawid in die Psalms dat God altyd by hom is, selfs al daal hy na die dieptes neer (Ps. 139:8). Geen plek en geen ervaring is so erg dat Hy van ons af sal weggaan nie. Ons vra bloot dat ons oë sal oopgaan, sodat ons kan sien wat Hy gedoen het en wat Hy graag *wou* gedoen het - as ons Hom net wou toelaat.

Ons lees in Johannes 21:4-17 dat Jesus op die strand gestaan het. Hy het na Petrus toe gegaan en deel geword van die toneel van sy mislukking en pyn.

(3)Deur dit te visualiseer, laat Jesus toe om vryelik te werk en jou met Sy liefdevolle teenwoordigheid te genees. Ek wil dit weer beklemtoon dat ons nie besig is om valse visioene op te tower, of dinge te skep wat nie gebeur het nie. Nee, Jesus was daar te midde van ons pynlike ervaringe. Ons kon Hom net nie sien nie, omdat ons òf te blind was, òf te diep bewus was van ons eie emosies. Hy het daar gewerk en beweeg, al het ons dit nie eers geweet nie. Noudat ons oë oop is, kan ons Hom sien en genees word. Ek is huiwerig om enige voorstelle te maak oor wat jy Jesus kan sien doen in die situasie, want Hy is so kreatief, en die moontlikhede is eindeloos. Maar ek

kan wel vir jou sê dat Hy waarskynlik nie sal doen wat jy verwag nie. Bespiegelings oor wat Hy sou of nie sou doen nie, bring ons egter nie nader aan geestelike genesing nie. Daar is net een ding wat ons kan vrymaak, en dit is om die lewende Christus te *ervaar.*

Daar is baie waarhede in Jesus se gesprek met Petrus, maar ons gaan net een van nader beskou. Wat was Jesus se respons op Petrus se herhaalde liefdesverklarings? "Laat my lammers wei"; "Pas my skape op" en "Laat my skape wei." Daardeur wou Jesus vir hom sê dat Hy hom volkome vergewe het. Dat Hy wou hê dat Petrus met sy bediening moes voortgaan - hy moes weet dat sy verhouding met Jesus volkome herstel was.

Kon Jesus nie maar net Petrus se hand geskud en gesê het: "Ek vergewe jou, Petrus - gaan aan met jou werk" nie? Waarom moes Petrus weer die pyn van sy verloëning herleef? Omdat geestelike emosies nie op kognitiewe feite reageer nie. Die taal van die gees is *visioene* of *prentjies*, daarom kan dit slegs aangeraak en genees word deur dit te visualiseer.

Opsomming

Deur die bediening van Jesus wat ons innerlike genesing noem, word ons in staat gestel om Hom selfs te midde van die pynlike ervaringe van ons verlede te sien. Wanneer ons Hom vra om die oë van ons hart oop te maak sodat Hy Sy teenwoordigheid aan ons kan openbaar, sal Hy ons dikwels vra om die mense wat vir ons pyn verantwoordelik was, te vergewe. Dit beteken nie dat ons daardeur hulle optrede goedkeur nie, maar deur vergifnis word ons vrygemaak om vergifnis en genesing van God te ontvang. Die mense wat ons seergemaak het word ook deur ons vergifnis vrygemaak om deur die genesende krag van die Heilige Gees aangeraak te word.

Reaksie

Ons kan op verskillende maniere innerlike genesing kry. Dit kom dikwels wanneer ons ons pyn en woede voor die Here uitstort. Dan openbaar Hy dinge aan ons en gee vir ons Sy goddelike perspektief, sodat ons genesing ontvang. Ek ontvang dikwels innerlike genesing terwyl ek besig is om dagboek te hou. Ek vertel vir die Here hoe ek voel en dan reageer Hy met liefde en genade wat weer eens Sy goddelike perspektief in my gees herstel. Innerlike genesing vind dikwels “natuurlik” (bonatuurlik) plaas as gevolg van ons geestelike groei. As 'n mens Hom ken en verstaan, en ‘n al dieper ervaring met Hom het, sal daar genesing plaasvind in jou lewe.

Innerlike genesing kan ook plaasvind as een of twee ander gelowiges saam met

ons bid. Dit help veral wanneer daar struikelblokke is wat Christus verhinder om Sy werk in jou lewe af te handel.

As jy bewus geraak het van jou behoefte aan innerlike genesing, beveel ek aan dat jy heel eerste direk na die Here gaan en jou gesprek met Hom, asook jou gevoelens, neerskryf. Onthou ook om die oë van jou hart altyd oop te hou, sodat jy kan *sien* wat Hy vir jou wil wys. Skryf alles neer wat in jou hart gebeur. As jy nie so op jou eie genesing ontvang nie, gaan dan na iemand wat jy vertrou wat 'n gevestigde genesingsbediening het en wat 'n goeie reputasie het.

Ons wonderlike Raadgewer wil jou bevry van al die woede, seer, teleurstellings, bitterheid, vrees en mislukkings van die verlede wat jou beroof van jou blydskap in die Here. As jy Hom in elke ervaring van jou lewe kan raaksien, sal jy genesing vind vir jou hart.

6

VAN VREES TOT GELOOF

Vrees is die mees verlammende emosie wat daar is. Geen ander emosie kan ons geloof so effektief ondermyn, ons vreugde so gou laat verdwyn en ons vrede so maklik steel soos vrees nie. Dit plaas 'n geweldige stremming op ons verhouding met God. Vrees kom vandag wêreldwyd voor en neem sulke geweldige afmetings aan, dat verskeie sentrums al opgerig is waar mense gehelp word om hul vrese te bowe te kom of ten minste daarmee saam te lewe. Baie verskillende metodes word gebruik om mense te bevry van hul vrese. Ons gaan in hierdie hoofstuk slegs na een metode kyk: om van vrees tot geloof te vorder deur ‘n *rhema* woord van God.

"Daar is geen vrees in die liefde nie; maar die volmaakte liefde dryf die vrees buite ..." (1 Joh. 4:18). Jesus het gekom om ons van ons vrees te genees. Vrees is die resultaat wanneer ons satan se valse evaluering van die lewe bepeins. Geloof is die resultaat van die bepeinsing van God se perspektief op die lewe, wat vol genade en waarheid is.

Vrees is nie bloot 'n sielkundige probleem nie. Die wortel van vrees lê in die rhema-woord van satan, wat dit 'n geestelike probleem maak. Die Bybel sê:

> "... want die wapens van ons stryd is nie vleeslik nie, maar kragtig deur God om vestings neer te werp, terwyl ons planne verbreek en elke skans wat opgewerp word teen die kennis van God, en elke gedagte gevange neem tot die gehoorsaamheid aan Christus" (2 Kor. 10:4, 5).

Paulus leer duidelik dat ons denkprosesse grootliks geestelik van aard is. Dit beteken dat wanneer ‘n negatiewe gedagte by ons opkom wat ‘n patroon van

vrees by ons wil veroorsaak, ons in ‘n geestelike oorlog betrokke is wat net geestelik gewen kan word. Vrees word vernietig as ons die rhema-woorde van satan met God se *Rhema* woorde vervang.

Waarvoor is ons bang en waaroor is ons bekommerd? Dit blyk uit navorsing dat tot 92% van al ons vrese en bekommernisse ongegrond is, òf omdat hulle te doen het met dinge wat nooit gaan gebeur nie, met dinge wat in die verlede gebeur het en wat jy nie kan verander deur jou te bekommer nie, òf onbenullige dinge wat regtig nie al ons kommer werd is nie. Gaan kyk 'n bietjie na jou eie vrese, dan sal jy sien dat dit waarskynlik vir jou ook geld. Dit beteken dat jou kommer in ‘n goot mate onnodig is en daarom ‘n vermorsing van tyd en krag. Om bang of bekommerd te wees, beteken dat jy besig is om jou tyd met die koninkryk van duisternis te vermors. Onthou dat jy deur jou te bekommer, besig is om saad te ontwikkel wat satan in jou binneste gesaai het, wat uiteindelik in die fisiese wêreld sal manifesteer.

Selfs die ongeveer 8% van ons bekommernisse wat ons kan sê goeie rede is om oor besorgd te wees, behoort nie by ons vrees en negatiwiteit te wek nie. As hierdie dinge dan wel belangrik genoeg is om ons aandag te verg, hoe moet ons dit hanteer, as dit nie deur bekommernis is nie?

> "Wees oor **niks** besorg nie, maar laat julle begeertes in alles deur gebed en smeking met danksegging bekend word by God" (Fil. 4:6).

Dit is dan die oplossing vir ons vrese en bekommernisse: gebed plus smeking plus danksegging is gelyk aan *vrymaking.*

Miskien het jy dit al tevore gehoor. Jy het dit dalk al selfs probeer toepas en gevind dat dit niks meer as 'n blote ritueel is nie. Jy is heeltemal reg - dit is 'n blote ritueel, *tensy* jy met ons wonderlike Raadgewer self praat wanneer jy bid en Sy *Rhema*-woorde hoor oor die saak. Meganiese formules genees nie geestelike wonde nie. Akademiese inspanning kan nie ‘n siel vrymaak van die verslawing aan leuens nie. Slegs 'n lewende ontmoeting met die lewende Christus kan jou bang hart in 'n gelowige hart verander.

Die ‘formule’ of stappe om van vrees tot geloof te vorder is dus eintlik die volgende:

(1) Maak jou behoeftes deur gebed en smeking en met danksegging aan God bekend. Stort al jou behoeftes, besorgdhede en bekommernisse wat jou gedagtes gevange hou, voor Hom uit.

(2) Word stil in Sy teenwoordigheid.

(3) Ontvang openbaringskennis van God. Hoor Sy woorde en sien Sy

visioene van die lewe.

(4) Reageer met aanbidding en danksegging. Dit sal nie nodig wees om jou hieraan te herinner nie. Dit sal die outomatiese reaksie wees van jou hart op Christus se genesende teenwoordigheid.

Kom ons kyk na 'n Bybelse voorbeeld van die proses. In Psalm 61 begin Dawid met 'n bang hart en sluit hy in aanbidding af.

> "O God, hoor my smeking, luister na my gebed! Van die einde van die aarde af roep ek U aan as my hart beswyk; lei my op 'n rots wat vir my te hoog is. Want U het 'n toevlug vir my geword, 'n sterk toring teen die vyand. Ek wil in u tent vertoef vir ewig, in die skuilplek van u vleuels my verberg" (verse 2-5).

Dawid roep die Here aan en vra Hom vir versorging en beskerming. Hy wil sterf van vrees. Hy voel baie ver van God af. Tog weet hy dat God hom nog altyd in die verlede beskerm het. Daarom stort hy sy hele hart voor Hom uit.

Vers 5 word afgesluit met die Hebreeuse woord "*Sela*". Dit dui op 'n pouse, ‘n crescendo, of 'n musikale tussenspel. Toe Dawid al sy negatiewe emosies voor God bely het, het hy ophou praat en 'n oomblik lank stil geword in die Here se teenwoordigheid, terwyl die musiek nog sag in die agtergrond gespeel het. Dit is hier waar ons dikwels die krag van gebed misloop. Hoe dikwels rammel ons nie net ons gebede af en hardloop dan net weer weg nie. Dis nie snaaks dat ons gebedstye dan leë rituele is nie! Ons het die doel totaal en al gemis! Gebed is nie veronderstel om 'n monoloog te wees nie, maar 'n dialoog waarin twee mense beurtelings eerlik praat oor die dinge wat hulle na aan die hart lê. As ons van ons vrese bevry wil word, moet ons ophou om net ons emosies voor God uit te stort sonder om Hom ook ‘n kans te gee om daarop te reageer.

Die verandering in Dawid se hart as gevolg van hierdie sagte musiek- tussenspel is opvallend in die res van die psalm.

> "Want U, o God, *het* my geloftes gehoor; U *het* die besitting gegee van die wat u Naam vrees. Mag u dae by die koning se dae byvoeg; mag sy jare wees soos van geslag tot geslag. Mag hy vir ewig voor die aangesig van God op die troon sit; beskik goedertierenheid en trou, dat dié hom bewaar" (verse 6-8, beklemtoning myne).

Daar is duidelik ‘n nuwe selfversekerdheid in Dawid se gees. Daar is sterk geloofsverklarings gebaseer op dit wat God in sy hart openbaar het. Hy word nie meer deur vrees vasgehou nie, maar gee as’t ware ‘n geloofsprong!

Geen wonder nie dat die Psalm met lofprysing, aanbidding en gehoorsaamheid eindig. As ons by God gehoor het en Hy ons vrees met geloof vervang het, sal

niemand ons hoef aan te moedig om lof te bring nie. Niemand sal ons kan keer nie!

Ek moet weer sê dat dit nie ‘n akademiese proses is nie. Geen mens kan homself intellektueel oortuig om nie meer bang te wees nie, want die wortel van vrees is nie verstandelik nie, maar geestelik. Geloof moet uit jou binneste opbruis as gevolg van ‘n ontmoeting met Jesus Christus om jou van jou vrees te bevry.

Dit is belangrik om altyd te onthou dat ons met dié proses nie probeer om die donkerte van vrees uit te dryf nie. Net so min as wat ons met ons hande die donkerte uit ‘n vertrek uit kan stoot, net so min kan ons die duisternis op eie houtjie uit ons gemoed verdryf. Nee, wat ons doen, is om die lig in die donker vertrek in te bring, sodat die donkerte die wyk neem.

Ons probeer ook nie om ons gedagtes "leeg" te maak van vrees nie. Die Gees van God wil beslis geen "leë" verstand hê nie. Trouens, ons fokus glad nie op die vrees nie. Miskien het jy ook al ervaar dat hoe meer jy op iets fokus, hoe minder kan jy daarvan vergeet, selfs al is dit iets wat jy wil vermy. As jy byvoorbeeld op 'n dieet is en doelbewus probeer om nié aan heerlike pienk melkskommels te dink nie, sal jy *juis* daaraan loop en dink. Hoe harder jy probeer om nie daaraan te dink nie, hoe groter word jou begeerte om dit te kry! Ons kan nie versoeking en sonde te bowe kom deur ‘n direkte aanval nie. Nee, ons oorwin die sonde deur die negatiewe met die positiewe te *vervang.* Moenie dink aan die melkskommel wat jy nié mag drink nie, maar sien jouself as 'n slank, gesonde, lewenslustige mens. Moenie probeer om die vrees uit jou gemoed te ban nie, maar vul jou gedagtes liewer met geloof. Hou vas aan die *rhema*-woord en visioen wat jy van Christus ontvang het. Laat daardie woorde in jou hart en gedagtes maal en dink dag en nag daaroor na. Oordink Sy waarheid totdat dit uiteindelik "gebore" word in jou leefwêreld en onlosmaaklik deel word van jou bestaan.

Laastens, moenie teen die vrees opstaan nie. Al is dit iets negatiefs waarteen ons ‘n aanval loods, is ‘n negatiewe houding altyd vernietigend. Nee, ons nader eerder tot God op ‘n positiewe manier sodat Hy lewe tot ons kan spreek.

Hoe kan God *rhema*-woorde tot ons spreek wat vir ons vrede sal bring? Daar is baie maniere. Hy sal dalk deur die verligte Woord met jou praat (Ef. 1:17,18). As ons mediteer oor die Woord sal Sy boodskap skielik uit die bladsy spring tot binne in jou hart. Hy kan ook in 'n sagte, stil stem met jou praat deur spontane gedagtes en indrukke wanneer jy stil word voor Hom (1 Kon. 19:12,13).

God het belowe om deur drome en visioene met ons te praat (Num. 12:6; Hand. 2:17). In ons kultuur word daar nie veel waarde geheg aan drome nie en visioene word afgemaak as die illusies van mense wat ongebalanseerd is. Dit is nie hoe God dit sien nie. Hy het belowe dat Hy vir sy kinders wysheid en kennis

deur drome en visioene sal gee, as ons oë en ore maar net oop is om te sien en te hoor wat Hy vir ons wil sê. Die taal van die gees is prentjies, en die gees kan die diepste geraak word deur die beelde wat van God af kom.
Rhema-woorde van God kan ook tot ons kom in die vorm van ons gewete - wat ons òf aankla òf vryspreek (Rom. 2:15). God praat ook met ons deur Sy skepping (Rom. 1:20) deur die waarheid aan ons te openbaar sodat ons dwalinge wat ons geglo het daarmee kan vervang.

Elia: Van Geloof tot Vrees tot Geloof

Ons ken die verhaal van Elia se oorwinning oor die Baälprofete en sy depressie as gevolg daarvan. Kom ons kyk weer daarna om vas te stel watter *proses* in Elia se lewe aan die gang was toe hy sulke intense gemoedswisselinge beleef het.

Ons lees in 1 Konings 18:1-46 dat Elia oor die profete van die valse gode kon seëvier omdat hy die stem van God gehoor en na Hom geluister het. Watter wonderlike dag was dit nie! Hy het vuur uit die hemel afgebid, 350 Baälprofete doodgemaak, 'n einde gemaak aan 'n driejaar lange droogte en vir 32 kilometer ver vinniger as 'n perdewa gehardloop! Ek sou sê ‘n mens kan dit ‘n suksesvolle dag in sy bediening noem! Op daardie dag was hy voorwaar 'n Godsman vol geloofskrag. Ons vergeet egter maklik dat dit ook vir hom emosioneel, liggaamlik én geestelik 'n baie uitputtende dag moes wees. Daarom was hy ‘n perfekte kandidaat vir depressie! Dit is goed om te besef dat ons gewoonlik na groot oorwinnings juis uiters vatbaar is vir die duiwel se aanslae van vrees, moedeloosheid en depressie.

Satan laat nooit so ‘n kans verbygaan om ons aan te val nie. In Elia se geval het hy ook nog die bose koningin Isébel aan sy kant gehad (1 Kon. 19:1 e.v.). Sy het vir Elia laat weet dat sy hom binne 24 uur sou doodmaak. Dit was ‘n *rhema*-woord wat satan in Elia se oor gefluister het. Hy kon kies: hy kon stil word voor God en luister na God se reaksie op die dreigement. Of hy kon doen wat hy toe wél gedoen het: die negatiewe woorde aanvaar, vreesbevange word en vlug vir sy lewe. Dit is verstaanbaar. Hy het so pas deur 'n geweldige geestelike geveg gekom. Hy was uitgeput. Dit het nie gelyk asof hy in staat was om die vyand weer aan te durf nie. Satan baklei egter op ‘n lae, agterbakse manier. Hy val ons aan wanneer ons dit die minste verwag. Elia het dus die negatiewe *rhema* in sy hart toegelaat en dit oordink.

Dit het sy optrede en sy woorde beïnvloed en beheer. In vers 3 en 4 sien ons hoedat hy die woestyn in vlug, weg van almal wat hom kan help, onder 'n besembos gaan sit en wens hy was dood. "Dit is genoeg, neem nou my siel weg, Here, want ek is nie beter as my vaders nie." “Dis verby. Ek het misluk. Neem maar my lewe”. Al gebruik die Here ons ook op 'n kragtige manier, neem dit net 'n oomblik om ‘n bose *rhema* van satan in ons hart te laat wortel skiet en

te verval in depressie.

Maar prys die Here, ons hoef nie daar te bly nie! Ons Vader wil ons geloof herstel, as ons Hom sal toelaat. Die eerste stap in Elia se genesingsproses was *slaap.* Om bed toe te gaan is soms die mees geestelike ding wat ons kan doen. Moenie die hele nag wakker bly om met die duiwel te worstel as jy uitgeput is nie. Laat hom maar aan God oor en sorg dat jy behoorlik uitrus. Dit sal baie makliker wees om die stryd weer die volgende more voort te sit, want dan sal jy hom makliker kan verslaan. Die tweede stap in sy genesingsproses, was om te eet. Die Here roep ons soms op om te vas. Elia sou trouens die volgende 40 dae sonder kos bly, maar op hierdie oomblik, terwyl hy geestelik en liggaamlik so uitgeput is na sy stryd, stuur die Here 'n engel met kos en bemoediging om vir hom kos te gee en sy kragte op te bou.

Nadat Elia geëet en gerus het, voel hy verfris en weet hy wat om te doen: "Hy het toe opgestaan en ... geloop tot by die berg van God, Horeb" (1 Kon. 19:8). Ten minste was sy verstand helder genoeg om te besef dat die Here met hom wou praat. In verse 8-14 sien ons hoe God versigtig en liefdevol sy perspektief herstel en sy geloof versterk. "Wat maak jy hier, Elia?" (1Kon. 19:9), wou die Here by hom weet. Natuurlik het God geweet wat hy daar maak, maar Hy wou hê dat Elia moes praat oor sy vrese wat hom so oorweldig het. “Ek het baie geywer vir die Here, die God van die leërskare; want die kinders van Israel het u verbond verlaat, u altare afgebreek en u profete met die swaard gedood, sodat ek alleen oorgebly het, en hulle soek my lewe om dit weg te neem" (1 Kon. 19:10). Sien jy hier die vermenging van waarheid en leuen? Dit is baie duidelik dat Elia na die stem van die Leuenaar geluister het. En hy sou eers die waarheid moes aanvaar in die plek van hierdie leuens voordat hy genesing sou kry.

Wat het die Here toe in ‘n stil sagte stem vir Elia gesê? Het Hy hom aangespreek oor sy swak geloof? Het Hy hom veroordeel oor sy swakheid? Of gekritiseer omdat hy na die vyand se stem geluister het? Nee, glad nie. In verse 15-19 reageer God op Elia se belydenis met die woorde: "Gaan ...". Hy verwys glad nie eers na die gebeure van die voorafgaande paar dae nie, maar kyk na die toekoms en bevestig Elia se bediening. Hy gee hom die outoriteit om konings te salf. Hy beveel hom om ‘n ander profeet te salf wat saam met hom sou gaan en sy bediening sou voortsit. Hy vertel ook vir hom die waarheid, om die leuen te weerlê wat Elia bepeins het: "Maar Ek het sewe duisend in Israel laat oorbly, al die knieë wat nie voor Baäl gekniel, en elke mond wat hom nie gesoen het nie" (1 Kon. 19:18). Daarop is Elia, volkome herstel in sy geloof, na die berg van God om Sy werk waartoe hy geroep is voort te sit.

Opsomming

Jesus is die Raadgewer wat die vrees wat ons so aftakel kan uitwis en die vuur van geloof weer kan laat ontvlam wat nodig is vir ‘n lewe van oorwinning. Ons

moet ‘n lewende verhouding met God hê sodat ons ons vrese in gebed voor Hom kan uitstort. Dan moet ons stil raak voor Hom en na Hom luister, sodat Sy woorde van waarheid die vyand se leuens kan vernietig. Dan sal ons vry wees om Hom te loof en te aanbid, en juig oor Sy oorwinning.

Reaksie

Is daar vrese in jou lewe? Om vas te stel of daar is, moet jy al die "Wat sal gebeur as ..."-vrae wat jy jouself die laaste ruk afgevra het, gaan neerskryf. Stort al jou vrese voor Jesus uit, word stil voor Hom en Hy sal vir jou Sy perspektief vir elke saak en situasie gee. Skryf die dinge wat Hy vir jou sê en wys, neer. Glo wat Hy vir jou sê en gaan in ‘n rus in (Hebr. 4).

7

VAN SKULDGEVOELENS TOT HOOP

Volgens Dr. Cho, is “Vrees, skuld en woede (is) drie van die groot sondes van die vlees”. Hulle is ook drie van die fisies mees aftakelende emosies wat daar is. Hulle is bydraende faktore tot die ontstaan van ‘n verskeidenheid siektes - selfs kanker. Nou dat ons verstaan hoe die saad in ons gedagtes gesaai word en ontwikkel totdat dit uiteindelik in woord en daad gestalte kry, kan ons ook besef hoe satan se vernietigende woorde en visioene tot siekte en selfs die dood kan lei. Ons glo egter dat dié beginsel ook vir die positiewe dinge geld, dat die ontwikkeling van goddelike woorde en visioene uiteindelik lewe, gesondheid en geregtigheid voortbring.

Ons het in die laaste hoofstuk geleer hoe om ons vrees te bowe te kom deur na die stem van God te luister. In hierdie hoofstuk ondersoek ons die dryfveer van skuldgevoelens en leer hoe dit vervang kan word met die motiverende krag van hoop.

Net soos wat daar ‘n ware oortuiging van sonde deur die Heilige Gees is naas valse veroordeling deur satan, net so is daar ware en valse skuldgevoelens. Wanneer ons sondig, oortuig God ons van ons sonde en die gevolg is ‘n ware skuldbesef. Dit lei tot opregte skuldbelydenis en reiniging. Wanneer satan ons egter probeer immobiliseer met valse skuldgevoelens, kan ons op geen manier gereinig word deur skuldbelydenis nie. Daar moet op ‘n heeltemal ander manier met valse skuldgevoelens gedeel word.

'n Bekende Christen het by geleentheid geskryf dat sy nooit toelaat dat haar gedrag deur skuldgevoelens of rasionele oorwegings gemotiveer word nie. Sy laat slegs toe dat liefde en *Rhema*-woorde van God haar inspireer om iets te sê. Dit was vir my 'n revolusionêre gedagte, want dit het my opnuut na my eie lewe laat kyk en ek het besef dat ek *gewoonlik* dinge doen omdat ek skuldig voel of omdat ek ge*dink* het dat dit die regte ding was om te doen. Ek kon my nie voorstel hoe om dit anders te doen nie. As dit dan verkeerd was om deur skuld

of redenasies gemotiveer te word, *wat moes* my dan motiveer? En hoekom was dit verkeerd om deur skuldgevoelens gemotiveer te word?

Ware Skuldbesef

Ek het geweet dat daar ‘n plek was vir ware skuldbesef in my lewe. Ek voel skuldig as ek sonde doen, want ek IS skuldig. Hoe moet ek hierdie ware skuld hanteer? Hoe hanteer ek die skuldgevoelens wat deur my sondes en tekortkominge veroorsaak word? Daar is drie kernwaarhede wat jy met jou hele hart en verstand moet begryp as jy iets omtrent jou ware skuldbesef wil doen.

(1) Ons moet weet waaruit ons gemaak is

Dawid het gesê: "Soos 'n vader hom ontferm oor die kinders, so ontferm die Here Hom oor dié wat Hom vrees. Want Hy, Hy weet watter maaksel ons is, gedagtig dat ons stof is" (Ps. 103:13,14). Weet ek dat ek stof is? Besef ek dit regtig? Of dink ek dat ek iets beters as stof is? Dink ek miskien dat ek sterk soos staal is en dat ek in staat is om al die vurige pyle van die vyand op my eie af te weer? Ek moet besef dat ek altyd die swak een sal wees en God die sterke. As ek dink dat ek sterk is, is ek in werklikheid op my swakste, want dis dan wanneer ek in my eie krag geregtigheid najaag - en heeltemal misluk.

Toe Jesus aangespreek is as "Goeie Meester", het Hy geantwoord: "Waarom noem jy My goed? Niemand is goed nie, behalwe Een, naamlik God" (Mark. 10:17,18). Selfs Jesus, die volmaakte God-mens, wou nie as "goed" aangespreek word nie. Waar kry ek dan die reg om te dink dat ék goed kan wees? Nee, dit is slegs omdat **Hy** regverdig is dat ons heilig en rein kan word.

(2) Ons moet seker wees dat ons geregverdig is deur die geloof

Ons harte moet "deur besprenkeling gereinig (wees) van 'n slegte gewete" (Hebr. 10:22). Ons harte kan slegs deur ons geloof in Jesus Christus gereinig word. Jesus Christus het ons heiligmaking en ons geregtigheid geword, want ons is in Hom (1 Kor. 1:30). Ons kan nooit bevry word van ons skuld vir ons sondes as ons nie die vergifnis en wedergeboorte aanvaar wat elkeen ontvang deur geloof in die bloed van Jesus nie.

Ons moet onsself sien soos God ons sien - met ‘n vlekkelose kleed van geregtigheid aan, beklee met Christus, wat met vrymoedigheid voor die genadetroon kan verskyn (Gal. 3:27; Hebr. 4:16). Dit is die video wat herhaaldelik in my gedagte moet afspeel: Ek is slegs stof, maar bestem vir verheerliking. Danksy dit wat Christus vir my gedoen het, dra ek ook 'n kleed van geregtigheid. Deur Sy genade en krag kan ek regverdig voor God lewe.

(3) Ons moet die krag wat in ons werk, ken.

Die krag wat my regverdig maak, is nie uit myself nie. Ek het egter toegang daartoe omdat die Heilige Gees in my woon en vir my Sy krag gee. "Ek is tot alles in staat deur Christus wat my krag gee" (Fil. 4:13). Ek kan versterk word deur die krag van Sy Gees wat in die innerlike mens werk (Ef. 3:16, 20).

As hierdie waarhede openbaringskennis word deur die krag van die Heilige Gees, sal 'n ware skuldbesef nooit weer vir ons 'n probleem wees nie. As ons dan sondig word ons bewus van ons swakheid, maar ons aanvaar nie ons sondige toestand as ‘n geestelike realiteit nie. Ons erken ons skuld, het ware berou oor ons skuld en bely dit voor God. Ons aanvaar die geregtigheid wat ons s’n is deur die geloof in die bloed van Jesus. God het ons vergewe, daarom kan ons ook onsself vergewe. Ons kan telkens weer opstaan, selfs uit die diepste put van sonde, God se vergifnis aanvaar en dan weer voortgaan met die heerlike sekerheid dat die Gees wat in ons werk ons sal bewaar van struikeling. Ons het ook die heerlike sekerheid dat ons waarlik rein is as Hy ons gereinig het en dat ons ‘n kleed van geregtigheid aan het.

Valse Skuldgevoelens

'n Ware skuldbesef is wanneer die Heilige Gees my oortuig van sonde. Dit is spesifiek, inspireer my om my sonde te bely en is rigtinggewend om te verhoed dat ek weer my doel mis.

Waar kom valse skuldgevoelens dan vandaan? Uiteindelik kom dit van die duiwel, die aanklaer van die gelowige. Ongelukkig kom sy woorde dikwels tot ons deur die dinge wat welmenende Christelike predikante, ouderlinge en ander mede-Christene sê. In ons opregte strewe na geestelike groei, is daar baie stemme wat om ons aandag, talente en geld wedywer. Die spesiale spreker by die kerk vertel dat hy elke dag ses ure lank bid. Of 'n evangelis getuig dat hy vir die laaste drie jaar elke dag minstens een mens na Christus gelei het. Jou predikant sê jy moet elke jaar die Bybel deurlees en alle kerklike aktiwiteite bywoon: as die kerkdeure oop is, moet jy daar wees! En daar is regtig ‘n behoefte aan Sondagskool-personeel, jeugwerkers en vrywilligers in elke departement van die kerk! Die gesinsberader sê dat jy elke dag tyd aan jou gesin moet afstaan ... jou vrou een maal per week moet uitneem vir ete ... aan elke kind gereeld jou onverdeelde aandag moet gee; en so hou dit aan en aan en aan ...

Jy probeer so hard om aan almal se verwagtinge te voldoen, dat jy naderhand pyn op jou bors kry van al die stres. Die dokter raai jou aan om elke nag ten minste agt ure se slaap in te kry en elke dag vir minstens 45 minute lank te oefen. En om die kroon te span, moet jy baie hard werk - want jy het nie net 'n

gesin om te versorg nie, maar moet ook nog jou tiende betaal, vir die boufonds iets gee, vir besoekende predikers, spesiale bedieninge, radio en televisie evangeliste, Afrika sendelinge, VIGS-wesies, en net mooi elke ander verdienstelike saak in jou omgewing! Dis asof daar geen einde aan al die eise is nie! Dit voel vir jou asof jy niks kan doen sonder om skuldig te voel oor al die dinge wat jy nagelaat het nie. Hoe hard jy ook al probeer, jy is eenvoudig nie goed genoeg om bevredigend aan al die eise wat aan jou gestel word, te voldoen nie. Is dit enigsins moontlik om uit dié vernietigende spiraal los te kom?

Goddank dit is! As ‘n klomp stemme veg om jou aandag, sluit eenvoudig jou ore en luister na die *een* Stem in jou binneste. Jy *moet* uitvind wat God van jou verwag – presies wat Hy hierdie jaar, hierdie maand, week, dag en uur van jou vra. Ons lewe nie om aan ander mense se verwagtinge te voldoen nie, maar slegs aan die opdragte van Christus aan ons persoonlik.

Paulus het gesê: "Maar omdat hulle hul met hulself meet en met hulself vergelyk, is hulle onverstandig" (2 Kor. 10:12). Om onsself met ander te vergelyk, bring niks anders as verwarring en frustrasie mee nie. Ons moet onsself nooit met ander vergelyk nie. Ons enigste maatstaf van beoordeling moet dit wees waartoe God ons geroep het.

As ek wil weet wat God se verwagtinge vir my is, moet ek weet wat is Sy gawes en roeping vir my lewe. As jy nie seker is watter gawes jy van Hom ontvang het nie, vra jouself dan die volgende vrae af: (1) Watter begeertes het God vir my in my hart gegee? Watter dinge raak my ten diepste? (2) Wat is die areas waar ek effektief bedien? (3) Op watter gebiede word my effektiwiteit bevestig deur die gemeenskap van gelowiges? As ek die enigste een is wat dink dat ek 'n suksesvolle onderwyser is, het ek waarskynlik nie die gawe ontvang om te onderrig nie. Maar as die studente wat ek onderrig, gedurig getuig dat die Here hulle lewens verander het danksy die dinge wat ék hulle geleer het, dan moet daar by my geen twyfel wees oor my gawe en roeping nie.

Onthou dat die gawes wat God jou gee en die dinge waartoe Hy jou roep, van tyd tot tyd kan verander. Toe ek 'n Christen geword het, het ek byvoorbeeld sterk geroepe gevoel om evangelisasiewerk te doen. Ek het van deur tot deur geloop, spanne bymekaar gebring om te getuig en elke moontlike geleentheid aangegryp (en ook geskep) om die verlossingsboodskap te verkondig. Geleidelik het ek daarvan bewus geraak dat die Here wou hê ek moes die mense wat ek na Hom gelei het, verder begelei. Die pastoraat het die vurige begeerte van my hart geword en ek het eers jeugpastoor, toe medeleraar en uiteindelik Senior Pastoor van ‘n plaaslike gemeente geword. Later het ek weer bewus geword van die oproepe van die Heilige Gees in my hart om iets anders te doen. Navorsing en onderrig het my grootste begeerte geword en die Liggaam het my gawes op die gebied bevestig. Op die oomblik is daar niks wat my gelukkiger maak as om die Woord van God te bestudeer en die waarhede wat aan my geopenbaar word, met ander te deel nie. Ek weet nie of dit die res van my lewe

so sal wees nie. Dalk roep die Here my weer in die toekoms tot 'n nuwe veld van bediening. Dit maak egter nie saak of daar veranderinge kom of nie - wat wél belangrik is, is dat ek op elke gegewe tydstip in my lewe vry moet wees om te wees wat God wil hê ek moet wees.

Ons is almal geneig om ander mense in ons eie "vormpies" in te druk. Ons moet daarteen waak om ons eie gawes en begeertes op ander te projekteer en te verwag dat almal moet voel soos ons voel oor gawes en bedieninge. Hierdie projeksie is nie maar net iets kleins nie, maar is 'n wapen in die hand van satan om Christene te laat skuldig voel. Onthou, ons is almal lede van 'n liggaam met baie verskillende ledemate. Elke individu het sy eie unieke en belangrike bediening. As elkeen net dit doen waartoe God hom geroep het en die ander gelowiges toelaat om te doen waarvoor Hy hulle geroep het, sal God se wil waarlik op aarde geskied en sal sy werk effektief hier gedoen word.

Sodra ons weet watter gawes en talente God vir ons gegee het, moet ons ook nog ontdek hoe ons daardie gawes en talente moet gebruik. Daar is byvoorbeeld baie Christene wat ander kan leer maar dié talent word op verskillende maniere aangewend. Party leer kinders, ander onderrig volwassenes. Sommige spreek groot groepe toe, terwyl ander individue op 'n een-tot-een basis help. Daar is gelowiges wat verbaal onderrig gee en dan is daar gelowiges wat onderrig deur boeke te skryf. Jy moet vir die Here vra wat die spesifieke taak is wat Hy vir jou het op hierdie tydstip van jou lewe.

Wanneer God Sy prioriteite vir jou lewe aan jou openbaar, gee Hy jou gewoonlik ook 'n visoen oor wat jy daardeur vir Hom gaan doen. Jy moet jou geestesoë altyd op daardie visioen gerig hou, dan sal hoop in jou gees ontspring. Hierdie hoop word die nuwe motivering vir optrede om die skuldgevoelens te vervang wat jou vroeër tot aksie gedryf het. Jy word nie meer deur skuldgevoelens daartoe gedryf om dinge te doen nie, maar deur hoop aangespoor.

Ek hoop byvoorbeeld om te help om die volheid van die krag van Jesus Christus in en deur die kerk te herstel. Ek sien in my geestesoog hoe die kerk in die volle lig van dié krag staan en hierdie visioen is die motiverende faktor wat my aanspoor. Ek word nie meer deur skuldgevoelens of pligsbesef gemotiveer nie.

Hoop

Volgens die Bybel is hoop "'n vaste verwagting van dit wat goed is". Dit dui op die ingesteldheid wat ek het as gevolg van my geloof in die teenwoordigheid en krag van God. Alhoewel hoop te doen het met die rede is dit beslis nie blote wensdenkery nie.

Hoop is deel van die wapenrusting wat God my gee om die aanslae van die vyand teen te staan. "Maar laat ons wat van die dag is, nugter wees, met die

borswapen van geloof en liefde aan, en as helm die hoop op die saligheid" (1 Thes. 5:8). Die helm van hoop is God se beskerming vir ons kop, ons verstand en ons gedagtes. As ek aanhou om in geloof die visioen in my hart te aanskou, bruis die hoop in my binneste op en word dit my beskerming wat my gedagtes nodig het vir geestelike oorlogvoering.

Hoop is die by-produk van Christus in my. Efesiërs 2:12 sê dat die mens sonder Christus, 'n mens sonder hoop en sonder God in hierdie wêreld is. As Christus nie deel is van my beplanning en berekenings nie, is ek sonder hoop. Maar as ek een is met Hom, as ek sien hoe Hy alles volgens Sy raadsplan uitwerk, as ek sien hoe Hy in my lewe heers en regeer, is *hoop* die stimulus wat my laat aangaan.

Wat het Jesus aan die kruis gehou? Iets moes Hom gemotiveer het om God se opdrag vir sy lewe end-uit deur te voer, selfs toe Hy in die verskriklikste pyn en lyding daar gehang en geweet het dat selfs sy Vader die rug op Hom gekeer het. Dit was *liefde* wat Hom na die kruis laat gaan het, maar dit was *hoop* wat Hom daar laat bly het. Hy het "vir die vreugde wat Hom voorgehou is, die kruis verdra ... die skande verag" (Hebr. 12:2). Jesus het ‘n duidelike visioen gehad van dit wat God deur Sy lewe en dood beplan het. Toe elke ander motivering sy krag verloor het, was dit slegs Sy hoop op die visioen van jou en my wat met vreugde saam met Hom in die heerlikheid ingaan, wat Hom bygebly en gemotiveer het om trou te bly aan Sy roeping.

As ons ons ore doof hou vir die talle stemme om ons en ons geestesore slegs oophou vir die stem van Jesus, sal ons meer doelgerig kan lewe as ooit tevore. God se *rhema* sal ons verlos van die tirannie van alles wat sogenaamd *dringend* is, sodat ons slegs gehoorsaam is aan Sy leiding.

Die afgelope paar jaar reeds ontvang ek elke jaar op oujaarsaand 'n opdrag van God vir die komende jaar. Hy gee vir my ‘n rhema-woord om my te wys waaraan ek in die nuwejaar my tyd en krag moet bestee. Dit het tot gevolg dat ek nie meer halfhartig by te veel projekte betrokke raak nie, maar vryheid het om al my aandag toe te spits op een of twee dinge en dit uitstekend te doen. Ek gee nie slegs oppervlakkig aandag aan ‘n verskeidenheid fasette in my lewe wat moet groei en ontwikkel nie, maar kan sonder om skuldig te voel konsentreer op die spesifieke area wat God aan wil werk daardie jaar. Ek het ontdek dat wanneer ek op Sy leiding reageer daar ingrypende veranderings in my geestelike lewe is wat elke ander aspek van my lewe beïnvloed.

Maar wat van al die dinge waarop ons ons rug keer en nié doen nie? Die vyand gaan sy bes doen om jou te laat bekommer en skuldig te laat voel oor daardie dinge. Elke keer as hy jou so in ‘n strik wil vang, herinner *hom* daaraan dat jy nie meer ‘n slaaf is van hom nie, nie meer ‘n pion in sy hand is nie. Jy word nie meer willoos heen en weer gepluk soos ‘n marionet aan ‘n toutjie deur elke behoefte en verdienstelike saak nie. Nee, jy is besig met die dinge van jou

Vader. Jy doen nou dit waarvoor jy geskape is en dit is al wat vir jou belangrik is.

"Dit is volbring," het Jesus aan die kruis gesê (Joh. 19:30). Daar moes nog baie siele gered word. Daar was nog talle siekes wat gesond moes word, verdruktes wat bevry moes word en hongeres wat moes kos kry. Hoe kon Hy dan sê dat dit afgehandel was? Jesus kon die aarde in vrede verlaat omdat Hy geweet het met watter doel God Hom na die wêreld gestuur het. En dit wat Hy hier moes kom doen, was afgehandel.

Opsomming

Baie mense word hoofsaaklik deur skuld gemotiveer. As ons wil vry word van skuldgevoelens, moet ons leer om tussen ware skuldbesef en valse skuldgevoelens te onderskei. Ons moet ook weet hoe om albei te bowe te kom. Die Heillige Gees maak ons van sondes bewus en bring ons tot 'n ware skuldbesef. Ons moet daarop reageer deur die Here se woord te aanvaar, berou te hê oor die sonde, dit te bely en dan in die geloof Sy vergifnis en regverdigmaking te aanvaar. Ons moet ook die krag wat Hy tot ons beskikking stel, gebruik om in die toekoms oorwinning te behaal. Ons beleef valse skuldgevoelens as ons die duiwel toelaat om 'n vastrapplek in ons gedagtewêreld te kry. Ons kan van daardie skuld bevry word as ons die eise van die vyand verwerp en slegs na die stem van Jesus luister. Hy sal ons help om te fokus, vir ons rigting gee asook ‘n visioen vir ons lewe.

Uit hierdie visioen word ons hoop gebore - 'n hoop wat ons teen die aanslae van die duiwel in die toekoms sal beskerm.

Reaksie

Besluit in jou hart dat jy nie langer 'n slaaf gaan wees van al die oorweldigende eise wat aan jou, jou lewe, tyd, geld en talente gestel word nie. Vra dan vir die Here wat *Hy* wil hê jy moet doen en nie moet doen nie. Ondersoek jou hart om vas te stel of daar enige aspek van jou lewe is wat nié deur ‘n vaste verwagting van die goeie gekenmerk word nie. As daar is, lê dit voor Jesus se voete neer. Skryf die *rhema*-woorde neer wat Hy vir jou gee, sodat jy nie meer sonder hoop en sonder Christus sal wees nie.

Aantekeninge

Vir ‘n volledige verduideliking van hoe om sonde te oorwin deur jou eenheid met Christus, lees ***Naturally Supernatural*** deur Mark & Patti Virkler, beskikbaar by *Communion with God Ministries* by www.cwgministries.org.

8

VAN WOEDE TOT LIEFDE

Styg jou bloeddruk as jy 'n sekere persoon se naam net hoor? Of voel dit of jou maagspiere stokstyf raak as iemand wat jy ken, net by die deur inkom? Is daar dinge uit die verlede wat jy oor en oor in jou gedagtes herleef, net om elke keer van voor af dieselfde ou bitterheid en woede te ervaar? As jy die woorde "woede" en "vergewe" hoor, is daar 'n naam wat dadelik in jou gedagtes kom?

Dis baie maklik om ‘n leefstyl te ontwikkel waar jy die hele tyd woede en onvergewensgesindheid bedink. Wanneer iemand ons seermaak, onregverdig behandel of van ons regte ontneem, is dit maklik om behep te raak met die negatiewe emosies wat ons ervaar. Maar watter effek het woede op 'n mens? Al jou spiere span styf, jou hele liggaam trek saam, jy word vatbaar vir pyn en siekte en jou gees word doodgewurg, sodat jy nie in staat is om krag te put uit die Gees van die lewe nie. Jy word nie slegs 'n slaaf van die emosies wat jou oorweldig nie, maar ook van die een wat vir wie jy so kwaad is. Die feit dat jy daardie een vir jou emosies verantwoordelik hou, veroorsaak dat jy ook deur daardie persoon gebind word.

Woede en onvergewensgesindheid is van die mees algemene oorsake van besoeke aan dokters en beraders. Is dit moontlik om vrymaking en genesing van hierdie verlammende emosies te kry? Dis nie net moontlik nie - dis ook Sy wil om jou te bedien met Sy Gees van liefde om jou vry te maak - vryer as wat jy nog ooit was.

Wat is woede?

Dis nie 'n sonde om kwaad te word nie. Die Bybel sê nie vir ons dat ons nie mag kwaad word nie. Inteendeel - ons lees in Efesiërs 4:26: "Word toornig en moenie sondig nie." Woede is nie die probleem nie. Ons reaksie op woede is die

probleem. Die wyse waarop jy op jou woede reageer, gaan bepaal of jy gaan sondig, of oorwinning oor die sonde behaal.

As woede nie sonde is nie, wat is dit dan? Bill Gothard sê die volgende omtrent woede: "Woede is 'n innerlike alarmstelsel wat die regte wat ons nog nooit aan God onderwerp het nie, of wél aan Hom onderwerp het, maar weer opgeëis het, openbaar." Kom ons kyk 'n bietjie na dié definisie.

"Woede is 'n innerlike alarmstelsel... ". Dit waarsku my dat ek 'n innerlike probleem het. Dit waarsku my dat die sekuriteitstelsel van my gees op die een of ander manier geskend is. Dit maak my bewus van die feit dat ek myself op die een of ander terrein van my lewe teen sonde moet beskerm. My heel eerste reaksie moet wees om vas te stel wat die alarm laat afgaan het en daarna moet ek die vyand wat my vrede bedreig, neutraliseer.

"Woede... (openbaar) die regte wat ons nog nooit aan God onderwerp het nie, of wél aan Hom onderwerp het, maar weer opgeëis het." Ons word met bepaalde regte gebore. Sekere regte soos die reg om te lewe, om vry te wees en geluk na te jaag, is ons grondwetlike regte. As Christene sou ons ook kon sê dat ons as kinders van God sekere regte het, iets soos die reg op geluk, gesondheid, voorspoed, gebedsverhoring en wat ookal deur jou spesifieke kerkdogma bepaal word as die regte van ‘n kind van God. Ons leef in 'n samelewing wat ‘n obsessie het om sy regte te beskerm en al meer te eis. Ons regstelsel word oorweldig deur individue en groepe wat ander dagvaar omdat dit wat eersgenoemde as hulle regte beskou, deur laasgenoemde geskend is. Selfs die kerk is vergiftig deur hierdie gees om by God aan te dring op sogenaamde regte.

Hoe ver verwyderd is dit nie van die voorbeeld van ons Here Jesus nie! Ons lees in Filippense 2:5-8 van 'n heel ander ingesteldheid. "Want hierdie gesindheid moet in julle wees wat ook in Christus Jesus was. Hy, wat in die gestalte van God was, het dit geen roof geag om aan God gelyk te wees nie, maar het Homself ontledig deur die gestalte van 'n dienskneg aan te neem en aan die mense gelyk geword; en in gedaante gevind as 'n mens, het Hy Homself verneder deur gehoorsaam te word tot die dood toe, ja, die dood van die kruis."

Jesus het die reg gehad om aanbid te word as God, want Hy is immers God! Jesus het die reg gehad om op die mense se respek aan te dring, want Hy is die Here van die heelal. Hy het die reg gehad om Sy gesag en outoriteit oor alles wat lewe uit te oefen, want Hy is die Skepper. Hy het die reg gehad om te lewe, want Hy is die Gewer daarvan. Hy kon aandring op 'n regverdige verhoor, want Hy is die regverdige Regter. Hy het die reg gehad om regverdig behandel te word, want Hy is regverdig.

Maar hoe het Hy Sy regte gesien? Hy het nie op een van Sy regte aanspraak gemaak nie, maar van almal afstand gedoen. Hy het nie verbete aan Sy regte vasgeklou nie, maar sy hande oopgemaak sodat hulle aan die kruis vasgespyker

kon word.

"Want hierdie gesindheid moet in julle wees wat ook in Christus Jesus was." God wil hê dat ons al ons regte, al ons besittings, elke seëning wat ons dink ons toekom, aan Hom moet onderwerp en Hom toelaat om te besluit of en wanneer Hy dit aan ons wil teruggee. Ons glo dalk dat 'n goeie naam iets is wat ons toekom. Maar God sê: "Gee jou reputasie vir My." Ons dink dat ons daarop geregtig is om ons tyd te beplan en daarvolgens te lewe. God sê, “Laat Ek Here van jou tyd wees”. Ons glo dat ons geregtig is op persoonlike waardigheid, maar God sê: "Vertrou My met jouself."

Hierin lê heerskappy. Is jy bereid om alles vir God te gee - jou kinders, jou huwelik, jou toekoms, jou gesondheid, jou vriende, jou werk en geld, jou besigheid, jou seksuele lewe? Glo jy regtig dat Hy jou liefhet, in staat is om alles ten goede te laat meewerk en dit ook wil doen? Kan jy alles aan Hom toevertrou en weet dat Hy vir die belangrike dinge sal sorg en doen jy dit sonder om Hom daarmee te probeer help?

As ons onsself ontledig het soos wat Christus dit gedoen het, dan sal daar nie meer plek wees vir woede nie. Ons word kwaad omdat ons voel dat een van ons regte geskend is. Dink 'n bietjie na - waaroor het jy kwaad geword die laaste keer toe jy kwaad was? Was dit dalk omdat jy onregverdig behandel is by die werk? Hoekom was jy kwaad daaroor? Omdat jy *geregtig is* op regverdige behandeling, nie waar nie? Hoekom word jy kwaad as jou kinders stout is? Omdat jy as ouer geregtig is op gehoorsaamheid en respek en ook op 'n rustige huis en ‘n goeie reputasie as ouer. Hoekom word jy kwaad as jou besittings beskadig word? Omdat hulle aan jou behoort; jy het hulle gekoop met geld waarvoor jy hard gewerk het; hulle behoort aan jou en jy het die reg om jou eie besittings te geniet.

So word woede 'n waarskuwingstelsel wat ons attent maak op enige regte wat ons nog nooit aan God onderwerp het nie, maar ook op regte wat ons wél aan Hom onderwerp het, maar weer teruggeneem het. As jy voel hoe die woede in jou opstu, moet jy jou hart met die hulp en in die lig van die Heilige Gees ondersoek om vas te stel watter "regte" geskend is. As jy opnuut daardie regte vir die Here gee, sal jou woede bedaar.

As jy vry wil bly van woede, moet jy:

(1) Die reg aan God oorgee (Fil. 2:5-8).

(2) Besef dat God jou sal toets om te kyk of jy al die regte aan Hom onderwerp het (Gen. 22:1-14). 'n Tyd van toewyding word gewoonlik deur 'n tyd van toetsing gevolg. Dit gebeur nie om ons te verneder deur ons mislukkings nie, maar juis om die wonderlike krag wat vrygestel is toe ons alle beheer aan God oorgegee het, te demonstreer.

(3) Reageer met 'n goddelike gesindheid wanneer jy van jou regte moet afstaan. 'n Mens word nie 'n vloerlap sonder karakter as jy met vreugde van jou regte afstand doen nie. En ‘n mens word ook nie 'n passiewe masochis nie. Ons word aanbidders wat ons daaroor verheug dat Hy al die dinge kan doen wat vir ons onmoontlik is en dit alles vir ons ten goede laat meewerk. "Die Here het gegee, en die Here het geneem: die Naam van die Here sy geloof!" (Job 1:21).

Ons moet net weer besef dat 'n wettiese voldoening aan ‘n formule nooit lewe voortbring nie, net die dood. As ons in ons eie krag ons woede probeer onderdruk en ons regte ritualisties aan God teruggee, sal jy 'n lewelose, karakterlose, godsdienstige robot word. En dit is beslis nie wat God van ons wil hê nie! Hy wil hê dat ons vol vreugde, borrelend moet lewe en met lewenslus! Wat Hy soek, kom net deur ‘n ontmoeting met die lewende Christus.

Die Emmaüspad-ervaring is die enigste pad na ware vryheid. Kom ons pas weer ons ‘formule’ vir genesing toe. As jy die woede in jou voel opstu, moet jy

(1) Jou onmiddellik na Jesus wend en vertel hoe jy voel (Luk. 24:13-24). Dagboekhou is vir my die mees bevredigende manier om dit te doen. Onthou, jy moet dit met *Jesus* bespreek, nie met iemand anders nie. Dis maklik om met iemand oor jou woede en frustrasies te praat sonder om enigiets te bereik, om trouens net al kwater en meer gefrustreerd te raak. Dit is net wanneer iemand wysheid van Christus in die situasie inbring, dat dit die moeite werd is om negatiewe emosies met so ‘n persoon te bespreek.

(2) Stil word en na Sy antwoord luister (Luk. 24:25-30) sodra jy ontslae geraak het van al die vernietigende emosies in jou hart. Hy antwoord soms deur die een of ander Skrifgedeelte vir ons uit te lig. Partykeer praat Hy deur 'n medegelowige met ons. Ander kere direk, deur die woorde wat ons neerskryf wanneer ons dagboekhou. Hy sal vir jou wys wat Hy deur hierdie negatiewe gebeurtenis in jou wil werk. Miskien sal jy groei in karakter, ingesteldheid of geloof, of in volharding as gevolg van die dinge wat gebeur het, as jy Hom toelaat om dit tot jou voordeel aan te wend. Hy keur nooit die sondige gedrag wat ons pyn veroorsaak goed nie, maar Hy belowe wel dat ons meer en meer soos Hy sal word as gevolg daarvan.

(3) Christus se woorde glo en soos Hy reageer (Luk. 24:31-35). Volkome genesing en vergifnis is slegs moontlik as ons God se werking in ons pyn en die dinge wat Hy daardeur in ons wil bereik, aanvaar.

Liefde wat verstaan

Ek het opgelet dat sommige mense makliker kwaad word as ander. Ander weer, vind dit maklik om diegene wat hulle seergemaak het, te vergewe. Hulle besef

dat God ook in pynlike omstandighede werk en aanvaar die dinge wat Hy daardeur vir hulle wil leer en gee. Sommige mense lyk asof hulle woede altyd net onder die oppervlak lê en smeul en enige oomblik kan uitbars. Mense soos ons (ja, ek sluit myself hierby in!), vind dit moeilik om die een wat hulle te na gekom het, te vergewe.

Omdat ek 'n Christen is, het ek my woede natuurlik altyd geregverdig. Dit was nie eintlik woede nie; dit was 'heilige toorn' oor die sondes van ander! As iemand byvoorbeeld teologies van my verskil het, het dit my onmiddellik aangespoor om te sorg dat sy verkeerde siening reggestel word. En as enigiemand deur sy sondige optrede skande sou bring oor die Naam van Christus, het ek hom dadelik in my 'heilige toorn' bestraf. Ek was oortuig dat my woede altyd geregverdig was en het gedink dat waarheid en dus kennis oor wat reg en verkeerd is, die kern van die Christelike geloof was. Leerstellige suiwerheid en algehele gehoorsaamheid aan 'n streng morele kode was myns insiens die bewyse van Christenskap en dus ook die basis van my gemeenskap met my medegelowiges.

Genadiglik was God (en my vrou, en my kinders, en my kerk!) my barmhartig en het Hy vir my gewys dat daar 'n beter lewe is. Hy het vir my in die Skrif gewys dat God nie net lig is nie, maar ook liefde. Dié twee woorde openbaar een aspek van Sy karakter. Maar wat beteken hierdie woorde? Hoe word die lig van God geopenbaar en hoe bewys Hy liefde? Kyk na die volgende tabel.

God is:		
Lig	en	**Liefde**
Korrektheid		Meegevoel
Oordeel		Vergifnis
Uitdaging		Versoening
Konfrontasie		Genesing
Verdeeldheid		Eenheid
Haat die sonde		Liefde vir die sondaar
Veroordeling		Vertroosting
Geregtigheid		Barmhartigheid
Absolute Presisie		Onmeetbare genade

Die karaktereienskappe en gedrag in albei kolomme is eie aan God. My lewe het om die dinge in die eerste kolom gedraai. Ek was altyd gereed om die korrektheid van mense en hulle teologie te beoordeel, om alles waarmee ek nie

saamstem nie, te konfronteer en uit te daag. Ek het my sonder om te skroom, gedistansieer van dinge en mense wat ek bevraagteken het, en het daarop aangedring dat die wet met oneindige korrektheid nagekom moes word. Wetsoortreders moes onmiddellik vasgevat word. Ek was oortuig dat dit 'n bewys van my heiligheid en my Godvresende gesindheid was en dat dié gesindheid deur geleerdes en teoloë onderskryf word. Ek het geglo dit is goddelik. En dit was ook in 'n mate. God openbaar al hierdie eienskappe. My lewe het egter nie die balanserende karakter van die ‘liefde’-kolom geopenbaar nie!

Die Here my na Miga 6:8 geneem: "Hy het jou bekend gemaak, o mens, wat goed is; en wat vra die Here van jou anders as om reg te doen en liefde te betrag en ootmoedig te wandel met jou God?" Die Here bewys graag genade, maar Hy tree net regverdig op omdat Sy geregtigheid dit vereis. Ek was presies die teenoorgestelde: ek het regverdigheid liefgehad, en het net genade bewys wanneer ek gedink het dat iemand dit verdien. Ek het my verbly in dit wat die Here gedoen het; en dit wat vir Hom 'n vreugde is, het ek net gedoen omdat dit nodig is. Geen wonder ek was so onvervuld nie!

Al is God die Lig wat teen die duisternis moet opstaan, is dit Sy grootste vreugde om Liefde te bewys. Hy moét weerstand bied teen die sonde, maar bied ook versoening aan die sondaar. Eenheid is vir Hom belangriker as suiwer leerstellinge. Vir iemand soos ek, vir wie die waarheid nog altyd die hoogste prioriteit was, was dit ‘n ingrypende lewensveranderende openbaring toe ek ontdek dat die Waarheid 'n Persoon is en dat daardie Persoon ook Liefde is.

Johannes het sy Evangelie geskryf sodat elkeen wat dit lees kan glo en die ewige lewe kan hê (Joh. 20:31). Sy eerste brief is gerig aan "julle wat glo in die Naam van die Seun van God, sodat julle kan weet dat julle die ewige lewe het" (1 Joh. 5:13). Hierdie brief bevat ook bewyse van verlossing, wat maatstawwe is waaraan ons onsself en ander kan meet. Dit word saamgevat in 1 Johannes 3:23: "En dit is sy gebod, dat ons in die Naam van sy Seun, Jesus Christus, *moet* glo en mekaar liefhê soos Hy ons 'n gebod gegee het." Twee eenvoudige toetse: "Wie is Jesus?" en "Julle moet mekaar liefhê". Die enigste teologiese waarheid wat in plek moet wees, is dat Jesus die ewige Seun van God is. Geen ander teologiese teorieë of veronderstellings is genoeg rede om verdeeldheid te veroorsaak nie. As jy Jesus se verlossingswerk aan die kruis aanvaar het, is jy my familie, en het ek jou lief.

Erkenning en aanvaarding van God se evaluering van die wanbalans in my lewe, was maar net die eerste stap in die proses van verandering. Jesus se opdrag was dat ek moes liefhê, maar ek kon dit nie uit myself uit regkry nie. Ek moes my sonde bely (selfs 'n oorbeklemtoning van heiligheid kan sonde wees as dit nie gepaardgaan met perfekte, *agape* liefde nie), dit laat staan en wegdraai van my verkeerde weë, God se vergifnis ontvang, en daarmee saam ook Sy genade en vermoë om te vergewe. Hy het vir my 'n opdrag gegee wat ek met die hulp van

die Heilige Gees in my moes afhandel. Ek het eerstens die vier Evangelies 'n paar keer deurgelees en veral gekyk hoe Jesus mense liefgehad het. Ek ek het ook 'n studie van die Psalms gemaak sodat ek kon leer hoe ek my emosies voor God kon uitstort, sodat Hy hulle kon genees sonder dat enigiemand anders benadeel word. Daarna het ek alles wat ek in my dagboek geskryf het, weer gaan lees om te sien hoe lief God my het. Soos wat ek my verstand en gees gefokus het op die onbeskryflike liefde waarmee elke woord en elke daad van Jesus deurdrenk was, kon die Heilige Gees my hart verander om meer soos Syne te wees. My veroordelende, gebroke hart is genees en ek het 'n instrument van versoening en seën in Sy hande geword.   O, die vryheid! Die blydskap!

Opsomming

Woede is 'n aanduiding dat daar iets in my lewe is wat ek nog nie volkome aan Jesus Christus onderwerp het nie. As ek voel hoe die woede in my opstu, moet ek dadelik stil word voor die Here, luister na Sy stem en in gehoorsaamheid daarop reageer. Ek moet ook leer om al my emosies voor Hom uit te stort en Hom die geleentheid gee om Homself in my lewe te openbaar.

God is Liefde en Hy is Lig. Dit is vir Hom 'n vreugde om genade en meegevoel te bewys aan Sy kinders. Elke woord wat Hy spreek en alles wat Hy doen, getuig daarvan dat Hy ons liefhet en dat sy liefde nie van ons prestasies afhang nie. Hy is ook die God van geregtigheid, daarom vereis Hy heiligheid en geregtigheid - maar Sy oordele getuig altyd van Sy groot genade.

As ons in Sy teenwoordigheid bly en met Hom gemeenskap het, as ons sien hoe Hy in die geestelike wêreld werk en alles vir ons ten goede laat meewerk, dan sal ons harte meer en meer soos Syne word. Dan sal ons barmhartigheid liefhê. Ons sal elke situasie sien as 'n geleentheid om meegevoel te betoon en die oorweldigende liefde in ons harte oor te dra.

Reaksie

Is daar enigiemand vir wie jy kwaad is? Is daar iemand wat jou so seergemaak het, dat jy hom of haar nie kan vergewe nie? Het die Here met jou gepraat oor sekere regte wat jy nog nie aan Hom onderwerp het nie? Sê vir die Here presies wat in jou hart is en gee Hom dan kans om daarop te reageer. Miskien ervaar jy innerlike genesing, soos bespreek in Hoofstuk 5. Of miskien wys Hy vir jou wat Hy alles deur hierdie ervaring vir jou wil gee. As jy Hom kans gee, sal Hy vir jou die situasie vanuit Sy perspektief wys. Neem Sy woord in geloof aan en ontvang genesing.

Vroue … wees aan jul eie mans onderdanig asof aan die Here (Ef. 5:22). Manne, wees lief vir jou vrou soos Christus liefgehad het (Ef. 5:25). Kinders,

wees gehoorsaam aan julle ouers in die Here (Ef. 6:1). Vaders, maak julle kinders groot in die vrese van die Here (Ef. 6:4). Werknemers, gehoorsaam julle werkgewers asof dit Christus is (Ef. 6:5, 6). Werkgewers, behandel julle werknemers reg in die oë van die Here (Ef. 6:9).

As jy ‘n glas koue water gee aan die een wat dors is, doen jy dit vir die Here self. As jy dié voed wat honger is, doen jy dit vir Hom. As jy siekes besoek of iemand wat in die gevangenis is, doen jy dit vir Christus (Matt. 25:31-46). As ons oë oop is, is Hy oral en doen ons alles asof vir Hom. “En wat julle ookal doen, doen dit van harte soos vir die Here en nie vir mense nie, omdat julle weet dat julle van die Here die erfenis as vergelding sal ontvang, want julle dien die Here Christus” (Kol. 3:23, 24).

9

VAN MINDERWAARDIGHEID TOT IDENTIFIKASIE

Voel dit soms vir jou asof daar eenvoudig net te veel eise aan jou gestel word en dat jy eenvoudig net nie die krag het vir alles nie? Voel dit asof jou verantwoordelikhede jou wil oorweldig en maak dit jou moedeloos en wanhopig? Lyk dit vir jou asof die mense om jou beter toegerus is vir die eise en verantwoordelikhede van die lewe? Put jy jouself heeltemal uit in 'n poging om elke dag te doen wat van jou verwag word sonder om regtig alles afgehandel te kry? Het jy al ooit onbekwaam, onseker of minderwaardig gevoel?

Ek is seker jy het al met hierdie emosies te doen gehad. Dalk is dit net iets waarmee jy af en toe sukkel. Of dalk het dit reeds so 'n groot probleem geword, dat dit jou emosioneel pootjie, sodat jy selfs nie eers probeer om die ideale in jou hart te verwesenlik nie. Dink jy dit maak vir Jesus saak as ons in sulke vernietigende emosies vasgevang is? Dink jy Hy wil en kan ons uit daardie greep uit lig en vir ons die sekuriteit en gevoel van heelheid en toereikendheid gee wat ons so nodig het? Prys die Here, Hy wil dit nie slegs doen nie, maar bid al vandat Hy op aarde as ‘n mens geleef het, dat jy jou ware identiteit in Hom sal vind. Selfs die nag voor sy dood, terwyl Hy geweet het dat Hy die volgende dag vleeslik en geestelik sou ly, het Hy aan jou gedink en ernstig gebid dat jy jou eenheid met Hom sou aanvaar – die enigste oplossing vir jou gevoel van onwaardigheid en minderwaardigheid (Joh. 17:21, 23).

Oorsake van Minderwaardigheid

Jy weet hoe voel minderwaardigheid en self-verwerping. Jy het jouself ook al met ander vergelyk en daardie hopelose gevoel van ontoereikendheid ervaar. Jy het al probeer om jou tekortkominge weg te steek deur oormatige aandag aan jou kleredrag te gee of om daardie eienskappe in jouself wat jy nie kan aanvaar nie, te probeer verdoesel. Jy ken daardie bitterheid wat teenoor enigeen kan opvlam, maar eintlik gerig is op jouself en God, die Een wat jou gemaak het soos

jy is.

Miskien probeer jy om te kompenseer vir jou swakhede deur perfeksionisties te wees. En jy weet moontlik hoe dit voel om stil te raak in 'n geselskap, om aan niks sinvols te kan dink om oor te gesels nie, omdat jy voel dat ander mense jou ook nie beter wil leer ken as jy vir jouself so onaanvaarbaar is nie.

Waar kom hierdie vernietigende emosies en gedrag vandaan? Hulle kom natuurlik van satan af. Maar hoe is dit moontlik dat hy ons so geheel en al kan mislei, dat ons teen onsself draai? Die antwoord is presies dieselfde as by die ander sondes wat ons reeds bespreek het: as ons ons oë van Jesus afhaal en na onsself, na ander mense of na satan se aaklike versinsels kyk, sal ons altyd 'n swak selfbeeld hê. Net as ons ons oë op Jesus vestig, kan ons onsself in die regte perspektief te sien.

Oorsaak #1: Vergelyking met ander

Een van die heel grootste oorsake van 'n swak selfbeeld, is vergelyking met ander. "Maar omdat hulle hul met hulself meet en met hulself vergelyk, is hulle onverstandig" (2 Kor. 10:12b). Ons vergelyk ons voorkoms met een of ander mitologiese ideaal - iets wat nie bestaan nie - ons lengte, gewig, hare, ons vel. Soms vergelyk ons ons geestelike lewe met dié van ander – hoeveel tyd ons afstaan aan gebed, die hoeveelheid Bybelverse wat ons ken, of die hoeveelheid mense wat ons na Christus help lei het. Of ons vergelyk ons gawes en talente met dié van ander mense - akademiese prestasies en musiektalent, of enige ander gawe of talent wat ons van God ontvang het.

Wanneer ek myself met ander vergelyk, eindig dit altyd in 'n verkeerde gesindheid. As ek myself net gaan vergelyk met mense teenoor wie ek uitblink, sal ek ‘n houding van meerderwaardigheid ontwikkel. As ek myself vergelyk met mense wat ek dink ‘beter’ is as ek, gaan ek minderwaardig voel. Hoe moet ek myself dan beoordeel? As ek myself dan nie met ander mense mag vergelyk nie, hoe sou ek weet of ek op standaard funksioneer en suksesvol is? Ons leef in 'n wêreld waarin daar geen absolute standaarde is nie, 'n wêreld waarin ons geen ander maatstaf as *ander mense* het nie en ons het inderdaad “onverstandig” geraak. Ons word selfs op skool aan die res van die klas gemeet en nooit aan dit waartoe *ons* in staat is nie. Geen wonder dat skool so ‘n vernietigende effek het op soveel kinders nie.

Hoe kan ek dan weet of ek suksesvol is of nie? "Want nie hy wat homself aanbeveel, dié is beproef nie, maar hy wat deur die Here aanbeveel word" (2 Kor. 10:18). 'n Positiewe selfbeeld, 'n gesonde identiteit, kan slegs verkry word as ek myself meet aan dit wat die Here van my verwag. Hy het elke mens gemaak met ‘n unieke voorkoms, intellektuele vermoëns en geestelike gawes. Hy het spesiale take vir elke mens en elkeen volmaak toegerus om dit te kan uitvoer. Hy vergelyk ons ook nie met enigiemand anders nie, maar beoordeel ons op grond van die vermoëns en talente wat Hy vir ons gegee het. "En elkeen

aan wie veel gegee is, van hom sal veel gevorder word" (Luk. 12:48). As ons Hom toelaat om vir ons te wys hoe Hy ons sien, sal ons verstom staan en saam met die Psalmdigter kan sê: "Ek loof U, omdat ek so vreeslik wonderbaar is; wonderbaar is u werke! En my siel weet dit alte goed" (Ps. 139:14).

Die Here beoordeel ons op grond van Sy perfekte kennis van ons - en daar is niks wat Hy nié van ons af weet nie. Onthou jy nog die gelykenis van die talente (Matt. 25:14-30)? Die eienaar het vir elke dienskneg volgens sy vermoëns talente uitgedeel. Die eerste twee, wat onderskeidelik vyf en twee ontvang het, het dit slim gebruik om nog vyf en twee te verdien. Vir die eerste, wat sy vyf talente verdubbel het, het die eienaar gesê: "Mooi so, goeie en getroue dienskneg, oor weinig was jy getrou, oor veel sal ek jou aanstel. Gaan in in die vreugde van jou heer" (Matt. 25:21). Wat was sy reaksie toe die volgende kom en net twee talente vir sy meester bring? Wou hy by hom weet waarom hy nie ook vyf verdien het nie? Het hy hom gekritiseer omdat hy nie so goed soos die eerste een presteer het nie? Nee, hy het vir hom presies dieselfde gesê as vir die eerste een: "Mooi so, goeie en getroue dienskneg, oor weinig was jy getrou, oor veel sal ek jou aanstel. Gaan in in die vreugde van jou heer" (Matt. 25:23). Die Here weet waartoe ons in staat is en verwag niks minder of meer as ons allerbeste nie.

Wat van ons swakhede? Hoe kan 'n mens 'n positiewe selfbeeld hê terwyl jy maar te bewus is van jou eie onvermoëns en defekte? "En Hy het vir my gesê: My genade is vir jou genoeg, want my krag word in swakheid volbring. Baie liewer sal ek dus in my swakhede roem, sodat die krag van Christus in my kan woon. Daarom het ek behae in swakhede… Want as ek swak is, is ek sterk." (2 Kor. 12:9,10). As ons ook ons swakhede vir Christus gee en vra dat Hy ons met Sy krag moet vol maak, kan ons swakhede ons grootste krag word. Dit is nie nodig om verleë, skaam of ontevrede te wees oor jou swakhede nie, want Christus kan juis daardeur verheerlik word en Hy wil Sy krag juis in jou swakhede] openbaar. "... maar wat dwaas is by die wêreld, het God uitverkies om die wyse te beskaam; en wat swak is by die wêreld, het God uitverkies om wat sterk is, te beskaam ... sodat geen vlees voor Hom sou roem nie ... Daarom, soos geskrywe is: Die wat roem, moet in die Here roem" (1 Kor. 1:27, 29, 31).

Ek was nie 'n baie ywerige student op skool nie. Ek het niks van Engels gehou nie - ook nie van spelling, taal, lees, skryf en redenaarskompetisies nie - en ek was ook nie goed daarin nie. Dit is selfs vandag nog van my groot swakhede. En tog het God my - met my swak taal en verskriklike spelling - gekies om deur middel van die geskrewe woord 'n boodskap aan Sy kerk oor te dra! Ek roem nie in my swakheid nie en ek is ook nie trots op die dinge wat deur my gedoen word nie, want dit is vanselfsprekend Christus wat dit moontlik maak.

Wat van my sterk eienskappe? Hoe moet ek oor hulle voel? God verwag in die eerste plek dat ek elke talent wat ek ontvang het, tot die beste van my vermoë moet gebruik. Hoe meer ek my talente in Sy diens gebruik, hoe meer ontwikkel

en vermenigvuldig hulle. Net soos wat die dienskneg in die gelykenis die vyf talente wat hy ontvang het gebruik het om nog vyf te verdien, moet ons ook ons talente gebruik, ontwikkel en uitbrei. In die tweede plek moet ons ons talente tot seën van almal wat swakker as ons is, gebruik. Ons mag nooit spog nie en ons mag ook nie meerderwaardig optree teenoor mense wat nie dieselfde talente as ons het nie, maar juis die dinge wat ons ontvang het, gebruik om hulle swakhede te bedek en hulle sterker te maak.

Hierdie gesindheid moet elke gebied van ons lewens kenmerk - by die kerk, by die huis en ook by die werk. Dit gebeur byvoorbeeld selde dat 'n man en sy vrou dieselfde talente het. Dit is juis daarom dat hulle in die eerste plek tot mekaar aangetrokke gevoel het. Elkeen het in die ander eienskappe en talente gesien wat by hom of haar ontbreek het, en dit het hulle nader aan mekaar gebring. Ongelukkig vind daar soms 'n subtiele verandering plaas na die wittebrood. In plaas daarvan om mekaar se sterk eienskappe te respekteer, veroordeel hulle mekaar oor sy/haar swakhede. In plaas daarvan om mekaar te respekteer, wedywer hulle vir respek en aanvaarding. God wil hierdie kritiese, kompeterende gesindhede verander. Hy het ons saamgevoeg, sodat ons gesamentlike talente en krag uiteindelik ons gesamentlike swakhede te bowe kan kom en ons as 'n enkele entiteit of eenheid in Sy krag tot alles in staat is!

Oorsaak #2: 'n Verkeerde begrip of toepassing van Bybelse beginsels.

Jy is na die beeld van die almagtige God geskape. Jy is vir Hom so belangrik, dat Hy Sy enigste Seun 'n verskriklike dood laat sterf het sodat jy weer met Hom versoen kon word. Die Here God, Skepper van die heelal, ken jou en roep jou by die naam. Die Bybel leer vir ons baie omtrent menswaardigheid en waarom God wil hê dat ons 'n positiewe selfbeeld moet hê. Daar is baie goeie boeke oor die onderwerp geskryf en ek stel voor dat jy minstens een hiervan lees as jy sukkel met minderwaardigheid, sodat jou selfbeeld teologies en filosofies goed gefundeer kan wees. ***You're someone special*** deur Bruce Narramore en ***His image, My Image*** deur Josh McDowell kan jou baie help.

Ek wil nie hier uitwy oor dinge waaroor ander mense al baie geskryf het nie, maar ek wil graag een geestelike gedagte byvoeg wat dikwels oor die hoof gesien word. Genesis 1 en 2 leer baie duidelik dat ons geskape is om konings en koninginne te wees en om te heers. God het ons so gevorm dat ons Sy verteenwoordigers op aarde sal wees en dat ons sal heers vanuit 'n posisie van onderwerping aan Sy opperheerskappy. Diep binne-in ons is daar 'n hunkering om as koningskinders - wat ons is! - geëer te word. Wanneer ons deel word van God se verbond deur verlossing, word ons weer herstel in ons posisie as konings en priesters en word hierdie oorweldigende hunkering na agting ook bevredig (1 Pet. 2:9). Wanneer ons probeer om eer of mag of posisie op enige ander manier te verkry as deur volkome onderwerping aan die Koning van die Konings, is die uiteinde sonde en mislukking.

Hierdie waarhede asook dié in die aanbevole boeke kan jou egter nie van

diepgewortelde minderwaardigheid genees of bevry nie. Slegs 'n openbaring van die Heilige Gees in jou hart wanneer jy Jesus van aangesig tot aangesig ontmoet, kan dit bewerkstellig. Dié beginsels vorm die fondasie van waarheid vir die *rhema*-woorde wat God sal gebruik om in jou spesifieke behoefte te voorsien. Slegs 'n ontmoeting met die lewende God kan lewe gee.

'n Mens word nie heel deur die *beginsels* van waarheid uit te leef nie, hoe gesond hierdie beginsels ook al mag wees. Die godsdienstige leiers van Jesus se tyd het die Skrifte ondersoek, omdat hulle gemeen het dat hulle *daarin* die ewige lewe het… Jesus het egter vir hulle gesê dat dié Skrifte van Hom getuig, maar dat hulle onwillig was om na Hom te kom, “En julle wil nie na My kom om die lewe te hê nie" (Joh. 5:39, 40). Die ewige lewe is om God te ken en intieme gemeenskap met Hom te hê (Joh. 17:3). Dit beteken dat jy, net soos Jesus, een is met God.

Oorsaak #3: 'n Oppervlakkige lewe

Ten slotte ontwikkel 'n mens 'n goeie selfbeeld as jy geestelik een word met Jesus. Die Bybel sê, die lewe is Christus en dat Christus ons lewe is (Fil. 1:21; Kol. 3:4). Die Nuwe Testament vertel oor en oor van dié heerlike eenheid. "Ek is met Christus gekruisig, en ék leef nie meer nie, maar Christus leef in my. En wat ek nou in die vlees lewe, leef ek deur die geloof in die Seun van God wat my liefgehad het en Homself vir my oorgegee het" (Gal. 2:20). Hierdie innerlike eenwording bring genesing vir my minderwaardigheid, onsekerheid en gevoel van onwaardigheid en maak my vry om my identiteit in Christus te beleef.

Dis so maklik om van daardie eenheid uit die oog te verloor en maar weer, soos vroeër, oppervlakkig te lewe. Dit laat my leeg voel in my binneste. En omdat "Ek" nie meer "Christus-in-my" is nie, maar net ekself, daarom staan ek alleen voor die probleme van die lewe. My selfbeeld is vernietig; ek voel verdeeld, uitmekaargeskeur en gespanne.

Ons voel waarskynlik almal met tye so. Party dae is daar eenvoudig te veel dinge wat gedoen moet word as ek op kantoor kom: ‘n stapel pos wag my in, telefoonoproepe moet gemaak word, klasse voorberei en boeke geskryf word. Omdat ek my werk geniet spring ek dadelik aan die werk, vol vertroue dat ek alles kan hanteer. Maar soos die dag aanstap, verg die telefoon my aandag, mense loer by my in, my personeel het my nodig, en so word my frustrasies al meer. Teen middagete is dit vir my baie duidelik dat ek beslis *nie* my werk sal kan afhandel nie. As ek die middag voortsit soos wat ek die dag aangepak het, in eie krag, sal die middag 'n nagmerrie word. Ek sal gespanne en geïrriteerd wees, kort van draad, en my frustrasies op almal om my uithaal. Teen die einde van die dag sal daar maar min te sien wees van al my mooi planne van die oggend en sal daar van my vrede wat spruit uit my eenheid met Christus, niks oor wees nie.

My dag hóéf egter nie so te verloop nie. Ek kan die hele dag en alles wat gedoen moet word, aan die Gees opdra sodra ek wakker word. Wanneer ek in my kantoor kom en die magdom werk sien wat opgestapel lê, kan ek stil word voor God en vir Hom vra wat ek moet doen. Ek kan weer eens bely dat dit nie meer ek is wat lewe nie, maar dat Christus nou my lewe is. Ek kan met vertroue aanvaar dat Hy die regte besluite sal neem. Hy sal vir my wys waar om te begin en vir my Sy genade gee, sodat ek die dinge wat van my verwag word, op 'n produktiewe wyse kan afhandel. Hy sal dalk vir my sê om iets te doen wat glad nie eers op my prioriteitslys was nie. Ek maak egter op Sy wysheid staat, daarom kan ek ook in daardie besige dag vrede in my hart hê. Ek weet immers dat ek God se wil doen, dat ek dit in Sy krag doen en dat Hy vir alles sal sorg. As daar onderbrekings is, kan ek hulle verwelkom - want ek weet dat hulle van God af kom. Solank ek in Hom bly, sal daar nie net vrede in my eie hart wees nie, maar sal ek ook vrede en blydskap inbring in die lewe van elkeen met wie ek in aanraking kom.

As ek 'n wedergebore gelowige is, is my eenheid met Christus vir ewig verseker (1 Kor. 6:17). Niks kan my van Hom skei nie. Dit is nie dat ek onafhanklik van Hom bestaan nie; dis net my perspektief wat verkeerd is. As ek dus begin besef dat ek weer eens besig is om te probeer om "selfstandig" te raak en dinge in my eie krag te doen, mors ek nie my tyd deur myself af te kraak nie, maar ek bely dadelik my sonde en keer terug na die waarheid in my hart. Elke mens moet weet hoe om van oppervlakkige illusies af weg te kom en weer tot ware innerlike realiteit te kom. Vir my is dit die beste om die Here te begin loof en te aanbid en te begin dagboekhou. Vir iemand anders kan dit werk om Bybel te lees of êrens in die natuur te gaan stilword, of selfs langs ‘n kaggelvuur te sit en handewerkies doen. Jy moet uitvind wat jy kan doen om jou van die Here se teenwoordigheid bewus te maak en dit dan doen, elke keer as jy nodig het om daardie eenheid te bevestig.

Opsomming

Minderwaardigheid is vandag 'n algemene probleem in ons samelewing. Daar is baie oorsake vir hierdie gevoel van nie-goed-genoeg-wees-nie: deur myself verkeerdelik met ander te vergelyk, onkunde of verkeerde toepassing van sekere Bybelse beginsels en waarhede ten opsigte van selfagting, en deur te lewe sonder ‘n bewustheid van my eenheid met Christus. ‘n Gesonde selfbeeld ontwikkel wanneer ek tyd in God se teenwoordigheid deurbring. Hy sal vir my meer omtrent myself leer en my help om my sterk eienskappe raak te sien en tot Sy eer en tot seën van ander te gebruik. Hy stel my in staat om my swakhede aan Hom oor te gee, sodat Hy ook daardeur verheerlik kan word. Hy neem Skrifwaarhede en maak dit openbaringskennis wat my hart kan verander. En dan lei Hy my liefdevol tot 'n nog meer konstante bewuswees van my eenheid met Hom.

Reaksie

Watter afmetings het die probleem van minderwaardigheid, onsekerheid en ontoereikendheid al in jou lewe aangeneem? Het die Heilige Gees dalk terwyl jy hierdie hoofstuk gelees het, vir jou gewys wat die oorsaak van jou swak selfbeeld is? Indien nie, vra Hom dan om dit nou vir jou te wys. Raak dan stil en ontvang die openbaring wat Hy jou wil gee wat jou hart weer heel kan maak.

10

VAN DEPRESSIE TOT BLYDSKAP

Ek is seker jy ken dit: die hartseer, wanhoop, angs, vyandigheid, huilerigheid, lusteloosheid, die verlies aan eetlus (of onbeheersde eetlus), gevoel van apatie en wisselvallige slaappatrone. Wat is hierdie ding wat jou so oorweldig en beheer neem oor jou lewe? Ons noem dit *depressie* en ek wil dit waag om te sê dat elke mens in een of ander stadium van sy lewe dit ervaar. In die VSA word die lewens van een uit elke agt mense so ingrypend daardeur geraak, dat hulle professionele hulp moet soek. Die oorgrote meerderheid gaan egter swaarmoedig deur die lewe en aanvaar maar die donkerheid in hulle hart as normaal en onvermydelik.

Kan ons enigsins uit hierdie bose web ontsnap? Is dit moontlik om iets daaraan te *doen* sodat die son weer in ons harte kan skyn? Het ons rede om op genesing te hoop? Na 'n worsteling met depressie wat nie minder nie as tien jaar geduur het, kan ek vir jou sê: ja, jy kan hieruit ontsnap!

Wat is depressie?

Depressie is dié toestand wat ontstaan as 'n mens toegee aan die druk van die lewe, en ophou hoop op God. Depressie is die direkte resultaat as jy na verkeerde stemme luister en op verkeerde dinge fokus. As ek na die vyand se leuens luister en my ore sluit vir die troos en wysheid van die Gees van God, is ek reeds op die afdraende pad na depressie. As ek na my omstandighede kyk, hoe dit my beïnvloed, en hoe ek dit gaan probeer hanteer, terwyl ek God se beloftes en roeping ignoreer, het ek reeds ‘n entjie gevorder op die pad van neerslagtigheid.

Daar is diegene wat selde die koue hand van depressie ervaar. Die meeste mense ervaar egter op die een of ander stadium van die lewe matige of erge depressie. Daar is ook diegene wat *voortdurend* onder die swart wolk van akute depressie leef, wat al hul blydskap steel en net ‘n leë gat in hul binneste veroorsaak. Ongeag die graad van depressie wat jy ervaar, onthou altyd: "Die

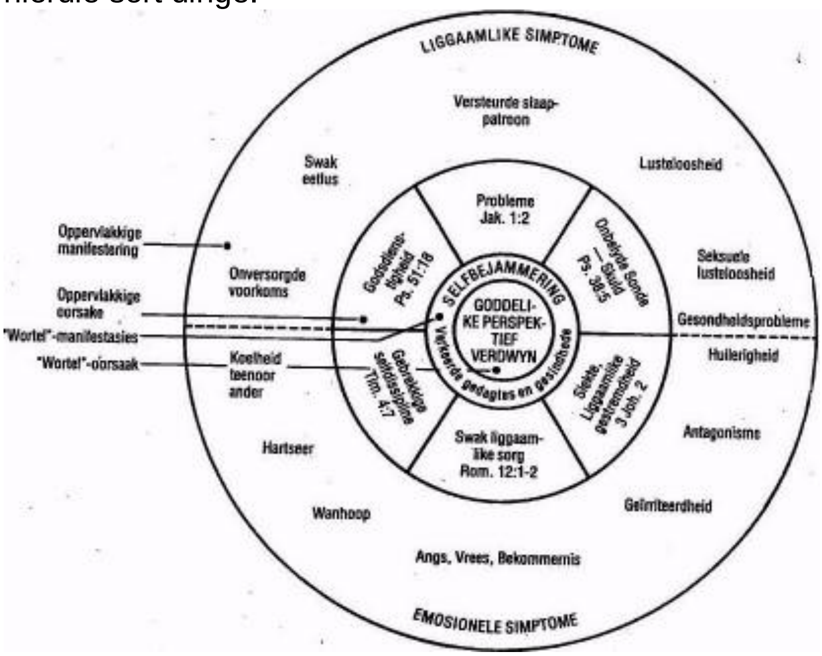
Here is naby die wat gebroke is van hart, en Hy verlos die wat verslae is van gees" (Ps. 34:19). God het vir jou ‘n uitweg!

Katalisators en Oorsake van Depressie

Soos ek reeds gesê het, het ek vir tien jaar van my lewe as Christen met depressie geworstel. Ek het die Here ernstig gevra vir wysheid omtrent dié verlammende geestestoestand en my daarvan te verlos. Ek glo dat Hy my gebede verhoor het deur die illustrasie op die volgende bladsy.

Aan die buitekant van die sirkel is ‘n uiteensetting van sommige van die liggaamlike en emosionele manifestasies van depressie. Dit verskil natuurlik van persoon tot persoon, want mense se persoonlikhede verskil. Tog is dit verskynsels wat meesal in die lewe van die depressiewe persoon voor kom.

Die tweede sirkel bevat enkele van die mees algemene oorsake van depressie, oppervlakkig beskou: moeilike omstandighede, onbelyde sonde, godsdienstigheid, siekte of liggaamlike ongesteldheid, swak liggaamlike versorging; en gebrek aan persoonlike dissipline. Dikwels wanneer ons iemand vra hoekom hulle depressief is, kry ons iets soos die volgende: “My lewe is vir my te erg. Ek dink ek kry griep. Ek het glad nie goed geslaap gisteraand nie.” Dit lyk asof mense se ongelukkigheid en depressie op die oog af die gevolg is van hierdie sort dinge.



Ek glo egter dat dit nie regtig *oorsake* van depressie is nie, maar bloot *katalisators*, die dinge wat die depressie aan die gang sit. Dit is dus nie my probleme wat my depressief maak nie. As dit die geval was, sou almal wat met

dieselfde probleme as ek worstel, dieselfde reageer en dit is nie so nie. Daar is baie mense wat depressief raak wanneer hulle onder druk verkeer, maar daar is ook baie ander wat daarin slaag om op 'n positiewe wyse op spanning en druk te reageer. Hulle kry dit reg om bokant hulle probleme uit te styg en te groei in geloof en heiligmaking. Daarom moet ons nog dieper delf om die werklike oorsaak van depressie vas te stel.

As ons een stappie nader aan die kern van die sirkel beweeg, onderliggend aan die opvallende negatiewe oorsake van depressie, is daar 'n laag wat ons *selfbejammering* noem. Ek glo dat dit een van die belangrikste oorsake van depressie is. "Arme ek - my lewe is aaklig. Arme ek - ek voel nie lekker nie. Arme ek - ek kan net nie my lewe onder beheer kry nie. Arme ek - die lewe is so onregverdig". So gaan dit aan en aan. Ons word oorweldig deur verkeerde gedagtes, sodat omstandighede soos siekte, moeilikhede en situasies waaroor ons nie beheer het nie ons dadelik in ‘n gat laat beland.

Waar kom ons selfbejammering vandaan? Eenvoudig, wanneer ons ons goddelike perspektief verloor - as ons op onsself en op satan se leuens begin konsentreer in plaas van op God en Sy plan vir ons lewe. In plaas daarvan dat ek my oë op Jesus gefokus hou, kyk ek na die hopeloosheid van my omstandighede. In plaas daarvan dat ek stil word om na die sagte stem van die Gees in my binneste te luister, worstel ek self om my probleme op die oppervlak op te los. Die oplossing vir die meeste van ons lê daarin dat ons weer na God se stem moet begin luister en Sy visioene begin soek. Om te probeer verstaan hoe dit op ons persoonlik van toepassing is, kom ons kyk na die mees opvallende oorsake of katalisators van depressie.

Moeilike lewensomstandighede

Nie alle mense reageer dieselfde op lewenskrisisse nie. Party sien net die druk raak, voel net die pyn en hoor net die vyand se stem. Hulle reageer met woede, bitterheid en depressie. Ander reageer soos Paulus en Jakobus ons aanraai:

"Ag dit louter vreugde, my broers, wanneer ulle in allerhande versoekings kom"(Jak.1:2). "En nie alleen dit nie, maar ons roem ook in die verdrukkinge, omdat ons weet dat die verdrukking lydsaamheid werk, en die lydsaamheid beproefdheid en die beproefdheid hoop; en die hoop beskaam nie" (Rom. 5:3-5).

Hoe kan die Here van ons verwag om nie net probleme en lyding te *aanvaar* sonder om te kla nie, maar van vreugde daaroor te juig? Daar is net een antwoord. Net as ons daarvan oortuig is dat die Heerser van die heelal in beheer van alles is (Dan. 4:17) en alles altyd "ten goede (laat) meewerk vir hulle wat na Sy voorneme geroep is" (Rom. 8:28). God se liefde vir die mens mag nooit net 'n teologiese feit wees wat ons glo en aanvaar nie - nee, dit moet 'n kennis wees van Sy barmhartigheid vir jou as persoon, gebaseer op persoonlike ervaring.

Ons moet Sy stem hoor wat belowe dat Hy deur hierdie tragedie die goeie vir ons bewerk.

Dit is maklik om te glo en te aanvaar dat die Here heilige en goeie mense kan gebruik om Sy wil te doen. Hulle vra immers na Sy wil en is aan Hom gehoorsaam. Maar dit is 'n gans ander saak om te aanvaar dat die dinge wat mense uit woede en jaloesie doen, ook deur Hom gebruik kan word. Ons moet egter onthou dat niemand, nie eers daardie mense, buite Sy reddende genade staan nie.

God het aan Josef belowe dat hy oor sy hele familie, selfs oor sy pa, sou heers. Kort daarna is hy egter as slaaf verkoop terwyl hy besig was om vir sy pa ‘n opdrag uit te voer; in die tronk gegooi omdat hy niks met onsedelikheid te doen wou hê nie; vergeet deur die mense wat hy gehelp het. Dit was seker vir Josef baie moeilik om te aanvaar dat die hand van God nog oor sy lewe was. Daar was seker tye, toe hy as slaaf verkoop is, of in die donker tronksel, dat die versoeking groot was om aan God se beloftes te twyfel en toe te gee aan woede en depressie. Die Bybel stel dit egter baie duidelik dat Josef se hart rein gebly het. Hy het nie op 'n hopie gaan sit in selfbejammering oor al die onregverdige behandeling nie. Hy het selfs nie eers die mense wat hom so sleg behandel het verwyt nie, al het hy goeie rede gehad. Nee, Josef was so rein van hart en sy gesindheid was so mooi, dat sy eienaar en later ook die tronkbewaarders, dit raakgesien het. Hy het met soveel waardigheid opgetree, dat hy oor sy medegevangenes aangestel is.

Hoe het hy dit reggekry om so uit te styg bo sy lyding en beproewing? Hy kon dit doen, omdat die dinge wat God jare tevore aan hom geopenbaar het, altyd voor sy geestesoog was en die hoop in sy hart lewend gehou het. Daardie visioen wat hy as kind ontvang het, was so onlosmaaklik deel van hom dat hy liefde en vergifnis kon betoon aan die mense wat hom sleg behandel het. Hy het geweet dat God sy omstandighede positief sou gebruik, al het mense hom probeer vernietig (Gen. 50:19-21).

Die apostel Paulus het baie gely deur sy lewe as Christen. Hy is gestenig, geslaan, in die tronk gegooi en bespot. Tog kon hy uitroep: "In alles word ons verdruk, maar ons is nie terneergedruk nie; ons is verleë, maar nie radeloos nie; vervolg, maar nie verlate nie; neergewerp, maar nie vemietig nie" (2 Kor. 4:8, 9). Hoe is dit moontlik dat hy al hierdie dinge kon beleef, en steeds vanuit sy sel kon skryf dat alle gelowiges hulle in die Here moet *verbly'!* Hoekom het hy nie moedeloos geraak nie?

Omdat hy in sy hart geweet het dat alles met 'n doel gebeur en dat sy lyding nie verniet was nie. "Want dit is alles om julle ontwil, sodat die genade, wat groter geword het deur so baie mense, die danksegging oorvloedig kan maak tot die heerlikheid van God" (2 Kor. 4:15).

Die visioen wat God hom gegee het, was om die goeie nuus van Christus aan die nie-Jode te bring. Dit was sy hoogste doel in die lewe en al die lyding wat hy moes verduur, was instrumenteel in die bereiking van sy doel. God het sy lyding gebruik om genade in ander se lewens te bring. "Want ons ligte verdrukking wat vir 'n oomblik is, bewerk vir ons 'n alles oortreffende ewige gewig van heerlikheid; omdat ons nie let op die sigbare dinge nie, maar op die onsigbare; want die sigbare dinge is tydelik, maar die onsigbare ewig" (2 Kor. 4:17, 18).

Sy lyding was dus lig en kort in vergelyking met die vreugde wat daar was in die wete dat hy tot in ewigheid by diegene wat hy na Jesus gelei het, sou wees. Hy het nie eers aan die materiële, fisiese wêreld en sy eie pyn gedink terwyl hy verwond en bebloed van géseling in sy smerige sel gesit het nie. Nee, sy oë was gerig op die ewige waarheid wat nie met aardse oë gesien kan word nie, maar slegs deur 'n openbaring van die Gees - die ewige verlossing van die siel.

'n Klompie jare gelede het die Here my gelei om te bedank uit my posisie as leraar van ‘n plaaslike gemeente. Aangesien ek toe reeds 'n vrou en twee klein kindertjies gehad het, was my eerste gedagte dat ek moes werk soek. Ek was nie regtig bekommerd nie, al was daar op daardie stadium baie mense wat sonder werk gesit het, want ek geniet dit om met my hande te werk en ek was bereid om enigiets te doen om vir my gesin te sorg. Aanvanklik het ek daaraan gedink om vuurmaakhout te kap en te verkoop. Ek het op 'n plaas grootgeword - en dit was vir my heerlik om weer in die buitelug te wees. Dit het vir 'n rukkie goed gegaan en my inkomste was redelik. Toe steek 'n ou rugprobleem weer kop uit. Ek het my rug as kind seergemaak, maar het nie regtig daarmee gesukkel nie, omdat ek altyd versigtig was. Die aanhoudende kap en buk en optel was egter vir my rug een te veel.

Ek was baie dankbaar dat die Here my toe al geleer het om dagboek te hou, want ek kon in dié moeilike tyd by Hom wysheid en raad soek. Ek het vir Hom gesê dat ek gefrustreerd was omdat ek nie meer met my hande kon werk en my gesin so kon onderhou nie. Ek het al my bekommernis voor Hom uitgestort en Hom gesmeek om my rug te genees, sodat ek weer kon werk. Sy antwoord was egter: "Mark, jy het nog nooit jou geldsake aan My toevertrou nie. Jy het nog altyd op jou eie werk staat gemaak. Ek wil hê jy moet leer dat Ek jou Bron is en dat jy op My kan staat maak, ook wanneer dit vir jou voel asof jy nie meer tot enigiets in staat is nie. Ek wil nie hê jy moet hout kap of in 'n fabriek werk nie. Ek het jou geroep om my kinders te leer en Ek wil nie hê dat jy nou moet werk soek wat jou kan finansier nie. Ek wil hê dat jy moet aanbied om met 'n sekere bediening te help. Vertrou op My, want Ek sal vir jou geldsake sorg."

Ek wens ek kon sê dat ek onmiddellik gehoorsaam was, maar ongelukkig was Hy reg. Ek het nie genoeg vertroue in Hom gehad as dit by geld kom nie. Ek het geglo dat 'n man moet werk om sy gesin te onderhou as dit enigsins vir hom moontlik is - enigiets anders was net nie vir my reg nie. Daarom het die Here seker gemaak dat dit nié vir my moontlik was nie. Hy het nie my rug genees nie

en die pyn het later ondraaglik geword. Hy het herhaaldelik vir my gesê om alles aan Hom oor te laat - dit het duidelik uit my dagboek na vore gekom. Uiteindelik het ek besluit om te gehoorsaam, opgehou om werk te soek en my hulp by die kerk wat Hy aan my uitgewys het, gaan aanbied. Ek het gehoop dat Hy weer vir my werk sou gee omdat ek gehoorsaam was. Maar ek was verkeerd.

Ek het agt maande lank sonder werk gesit. Ek het nie 'n huis, 'n motor of 'n inkomste gehad nie, want dit het aan ons vorige gemeente behoort. Ek het Hom week na week gevra of ek maar kon gaan werk soek, maar elke week was Sy woorde dieselfde: "Wag en vertrou op My." Stadig maar seker het ek begin sien hoe Sy krag in my werk. Hy het vir ons 'n huis en 'n motor laat kry. Ons het nie agter geraak met die betaling van enige rekening nie. En in die laaste twee maande waarin ek sonder werk was, het ons meer in ons bankrekening gehad as in enige ander stadium van ons getroude lewe. Ek weet tot vandag toe nog nie hoe Hy dit gedoen het nie, maar ek weet dat ek Hom kon vertrou en steeds kan. Eers nadat ek dit begin besef het, het Hy my toegelaat om weer vir 'n salaris te gaan werk.

Daar was tye dat ek gedink het dat God en Sy mense my nie reg behandel het nie - en dit nadat ek my hele lewe vir hulle gegee het. Elke keer as ek oor my omstandighede begin tob, het ek in die strik van depressie getrap. Maar wanneer ek op die woorde en visioene van God gefokus het, wat gesê het dat ek ‘n volwasse man van God sou word met ‘n sterker geloof in Hom, was dit onmoontlik om moedeloos te word. Al het ek nie my eie omstandighede gekies nie, en al was ek in baie opsigte ongelukkig, was daar ‘n doel daarmee! God was in beheer en Hy was besig om alles vir my ten goede te laat meewerk.

Hy het belowe dat die beproewinge wat ons op aarde moet verduur, vir ons ‘n lieflike skat van ewige heerlikheid bewerk. Daardie belofte het egter ook 'n voorwaarde. God se volmaakte doel kan slegs in ons bereik word as ons ons oë op die onsigbare dinge gerig hou en nié na die sigbare kyk nie. Ons moet wegkyk van die pyn en op die heerlikheid fokus. Ons moet verby die middele na die einddoel kyk. Die hartseer wat ons op aarde beleef, is net tydelik, al duur dit soms maande en jare. In vergelyking met die ewigheid, is dit soos 'n oogwink verby.

Ons het openbarings in ons lewe *nodig* in moeilike tye van beproewing. Ons moet vir die Here vra wat Sy doel met ons omstandighede is en ons moet dié doel voor oë hou, anders sal ons nie enduit kan volhou nie. As ons na Sy stem luister, Sy visioene soek, en vashou aan dit wat ons ontvang, sal ons nie moedeloos raak nie, maar ons sal meer as oorwinnaars wees, vol van die vreugde en genade van God.

Onbelyde Sonde

Wanneer jy bewus is van sonde in jou lewe wat jy nog nie voor God bely het nie,

dat jy skuldig staan voor God, kan dit ook lei tot depressie. Dawid praat namens ons almal: "Want my ongeregtighede gaan oor my hoof; soos 'n swaar pak het hulle vir my te swaar geword" (Ps. 38:4). Onbelyde sonde lei tot swaarmoedigheid, depressie en fisiese siektes.

Hoekom wag ons so lank voor ons ons bekeer? Mislei ons onsself en dink ons dat vleeslike dinge ons vir ewig gelukkig kan hou? Besef ons nie dat die vlees nooit bevredig word nie? Hoe meer die vlees *kry,* hoe meer *wil hy hê* en hoe sterker raak dié begeerte. Is ons te trots om ons swakhede voor God en mense te bely?

Neem jouself vandag voor dat niks ooit weer in die pad sal staan tussen jou en 'n rein gewete voor die Here nie; dat jy elke dag elke sonde wat die Heilige Gees onder jou aandag bring, sal bely. Bely dit met jou hele hart en ontvang die reiniging deur die bloed van Jesus. Ervaar weer die volle vreugde van jou verlossing.

As jy al die sondes waarvan jy bewus is bely het en nog steeds depressief voel, lees weer die hoofstuk oor die Trooster en die aanklaer. Maak seker dat jy nie na die vals aanklagte van die vyand luister wat jou met depressie wil verlam nie. Onthou, hy wil jou maar te graag vernietig en depressie is sy wapen. Soek hulp by ‘n geestelike berader indien nodig, wat jou kan help om tussen ware en valse skuldgevoelens te onderskei. Beweeg dan verder met die heerlike wete dat jou hart gereinig is!

Godsdienstigheid

Godsdienstigheid - die katalisator waarmee ek soveel jare geworstel het! Voordat ek ‘n ware verhouding met God gehad het, in my ywer om vroom te wees, het ek volgens ‘n lang lys van streng Christelike reëls geleef – omdat ek geglo het dat die Here dit van my verwag. Ek het die Woord ernstig bestudeer en elke beginsel en opdrag neergeskryf wat ek daarin gekry het, en my bes gedoen om aan daardie standaarde te voldoen. Ek het in die proses sekere dele van my lewe afgesny en my persoonlikheid en kreatiwiteit daardeur doodgedruk. Ek het byvoorbeeld gedink dat die Christelike lewe so ernstig is, dat daar geen tyd vir plesier of ontspanning is nie. Ek het gedink dat emosies uitdrukking gee aan iets wat in die siel is - en nie die gees nie - daarom moes dit onderdruk word. Ek moes elke dag van voor af swoeg om God se goedkeuring te wen en ook goedkeuring in my eie oë te kry. Natuurlik kon ek nie daarin slaag nie en was elke dag gevolglik net nog 'n mislukking. Depressie was konstant met my!

My Christenskap het niks anders as blote godsdienstigheid geword nie. Ek was soos die Galasiërs: ek het Christus in die geloof aangeneem, maar probeer om uit my eie krag vir Hom te leef (Gal. 3:1-3). Godsdienstigheid en Christenskap staan lynreg teenoor mekaar. Godsdienstigheid hou verband met 'n stel reëls;

Christenskap, met 'n verhouding. Godsdienstigheid onderdruk kreatiwiteit; Christenskap vermeerder en stel die kreatiwiteit van ons Skepper deur ons vry. Godsdienstigheid lei tot swaarmoedigheid in ons gees, omdat 'n mens voortdurend bewus is van jou onvermoë om die enorme taak suksesvol uit te voer; Christenskap bring blydskap en ‘n ligtheid in ons hart, want ons aanvaar dat God se krag in ons Sy wil laat geskied. Godsdienstigheid is harde werk; Christenskap is rus en speel, want ons het in Sy rus ingegaan (Hebr. 4). Godsdienstigheid lei tot perfeksionisme, want ek probeer my bes om goed te doen; Christenskap laat my uitblink, want ek laat toe dat God se beste deur my vloei. Godsdienstigheid kweek depressie; Christenskap bring vreugde.

Hoe het ek uiteindelik weggebreek uit die bande van godsdienstigheid? Toe ek geleer het om God se stem te hoor het ek Iemand leer ken wat gans anders is as wat ek my nog altyd voorgestel het. Ek het woorde van liefde en vergifnis en aanvaarding gehoor. Ek het Iemand gesien wat tyd aan Sy vriende afstaan, met kinders speel, of soms net sommer alleen is en ontspan. Maar die belangrikste van alles - ek het Iemand in my ontdek wat nie net in staat was om God se wette uit te leef terwyl Hy op aarde was nie, maar dit ook deur my wou doen. En ek het ontdek dat ek uit die bron van genade binne-in my kon put om weerstand te bied teen alle versoekings wat my pad langs kom.

As jy vasgevang is in wettisisme en godsdienstigheid en depressief is, kan jy daarvan bevry te word. Maak kontak met die Heilige Een wat binne-in jou leef. Luister na Sy woorde van waarheid. Kyk na Sy visioene van heerlikheid. Kyk op en juig!

Gebrek aan Persoonlike Dissipline

Ons kyk dikwels hierdie oorsaak van depressie mis: Gebrek aan self-dissipline. Veral as 'n mens se hele lewe deur swak dissipline gekenmerk word, besef jy nie dat daar 'n ander, beter lewenswyse is nie.

As ek nie duidelike, goddelik-geïnspireerde doelwitte in my lewe het nie, raak ek depressief. Ek weet nie waar ek is, waarheen ek op pad is en of ek nog op die regte pad is nie. Ek is op pad na nêrens en ek wil afklim! Dit is vir my noodsaaklik om elke dag te weet wat God wil hê ek moet op daardie spesifieke dag doen. Dit is veral belangrik vir mense wat vir hulself werk, mense wat werkloos is en huisvrouens. God gee my sekere take om te verrig wat doodgewoon lyk, maar die wete dat Hy dit inisieer kan selfs aan doodgewone takies besondere betekenis gee. Dit beteken nie dat ek elke keer voor ek met iets begin, eers 'n groot biduur moet hou nie! Nee, as ek aan Christus gehoorsaam is en Hom bo alles wil dien, sal die spontane vloei van gedagtes wat ek ervaar van Hom af kom. Die belangrike ding is dat ek moet leer om sensitief te wees vir God se stem en daarop moet reageer - ek moenie beheer word deur die dinge wat ek met my fisiese oë kan sien nie.

Besluitloosheid kan ook tot depressie lei. Soms moet 'n mens 'n belangrike besluit neem. Weke lank wik en weeg jy tussen die moontlikhede. Uiteindelik neem jy wél 'n besluit, maar dan wonder jy weer weke lank of dit ‘n wyse besluit was. Dit maak 'n mens net moeg en depressief. Is daar nie 'n beter manier om 'n besluit te neem nie?

As ek 'n belangrike besluit moet neem, doen ek eerstens 'n bietjie navorsing. Ek lees alles wat daar oor die onderwerp te lese is en raadpleeg gelowiges met die nodige kennis en ervaring. As ek alle moontlike feite tot my beskikking het, neem ek dit in gebed na God. Ek vra en ontvang die leiding van die Heilige Gees en skryf alles neer in gesprek met Hom. Aangesien dit so 'n belangrike besluit is, sal ek die antwoord wat ek na my wete van God ontvang het, met my geestelike raadgewers gaan bespreek vir bevestiging of wysiging. As ek uiteindelik tevrede is dat ek alles gedoen het wat die Here van my verwag, neem ek my besluit en tree daarvolgens op. Ek laat geen twyfel daaroor in my gemoed toe nie, selfs al is die resultate nie presies wat ek verwag het nie. Ek laat myself eenvoudig in die hande van die Een wat my gelei het en alles vir my ten goede laat meewerk, selfs wanneer ek foute maak.

Dit klink na iets wat baie tyd in beslag neem, né? Wat van besluite wat gou geneem moet word? Dan vertrou ek eenvoudig op die Gees wat in my woon en glo dat Hy vir my die nodige insig en wysheid sal gee om die regte besluit op daardie oomblik te neem. Daar is altyd tyd om stil te word en na die sagte stem van God in jou binneste te luister. Volg Sy leiding na die beste van jou vermoë. Moenie twyfel nie. En selfs al maak jy 'n fout, onthou, God is groot genoeg om Sy wil te laat geskied sodat alles uiteindelik vir jou ten goede sal meewerk. Vertrou op Hom.

Swak Liggaamlike Versorging

'n Ongesonde dieet, ‘n gebrek aan oefening en verkeerde slaapgewoontes kan tot depressie lei. Party soorte kos maak 'n mens traag en neerslagtig. Ooreet laat jou gewig optel wat lei tot 'n swak selfbeeld - wat tot depressie kan lei. Ons moet voor ons geestesoog sien hoe ons tot eer van God eet en ons moet onsself ook met die gesonde liggaam sien wat God vir ons bepaal het (1 Kor. 10:31).

Navorsing het bewys dat 'n mens tweekeer so gou van depressie genees kan word as jy oefening doen. Vra vir die Here watter soort oefenprogram Hy vir jou beplan het en maak dan van Sy krag gebruik om daarmee vol te hou. Soos wat jou liggaam daarop reageer, sal jou gees ook en jy sal voel hoe die blydskapslig deur die donker wolke van depressie begin breek.

Daar is Christene wat glo dat min slaap 'n teken van geestelikheid is. Hoe minder ‘n mens slaap, hoe meer geestelik is jy! As jy dus tot middernag vir die

Here gewerk het en weer om vieruur opstaan om vir drie ure lank te bid, beteken dit dat jy 'n super-heilige is. As jy een van dié mense is wat met vier ure slaap kan regkom, is dit goed so, maar die meeste van ons kry dit nie reg nie. Ons raak oormoeg en depressief as ons so 'n pas probeer volhou. Ons moet besef dat ons vry is om te rus wanneer dit nodig is. Soms kan jy niks beter doen as om in die bed te klim en te gaan slaap nie.

As jy meer wil doen as wat in ‘n sestien-uur-dag gedoen kan word, wil jy meer doen as wat God van jou verwag. Vind uit wat *Hy* van jou verwag en doen *net* daardie dinge. Soms het jy selfs ‘n vakansie nodig. As jy na die Ou Testament gaan kyk, sal jy sien dat die Here sekere feesdae ingestel het. By daardie geleenthede moes almal hulle daaglikse werk los en na Jerusalem gaan om daar fees te vier. Daar was wel sekere godsdienstige verpligtinge wat in dié feestye nagekom moes word, maar die meeste van die tyd het hulle feesgevier - geëet en gedrink en gedans en gespeel en met vriende gekuier. Moenie verbaas wees as die Here soms vir jou sê om te gaan vakansie hou nie!

Siekte en Fisiese Ongesteldheid

Siekte kan 'n mens depressief maak. Daar is verskeie redes hiervoor. 'n Mens se liggaamlike toestand het 'n direkte invloed op jou geestestoestand. As jy siek is, word jy maklik die slagoffer van geestelike swakhede soos twyfel, vrees en depressie.

Siekte kan ‘n mens depressief maak, omdat dit 'n mens se energievlakke verlaag. As jy net nooit krag het om alles te doen wat van jou verwag word nie, is dit maklik om moedeloos te raak. En as jou gebede vir genesing nie verhoor word soos en wanneer jy verwag nie, veroorsaak dit twyfel wat tot wanhoop lei. Langdurige siekte en pyn is veral 'n vrugbare teelaarde vir die saad van depressie.

'n Chemiese wanbalans kan ook vlae van depressie veroorsaak. Ons emosies is nou verbind aan die chemiese, endokriene en hormoonstelsels in ons liggame. Een van die redes waarom oefening so belangrik is om depressie teë te werk, is juis omdat die liggaam tydens oefening chemiese stowwe afskei wat 'n mens laat goed voel. Baie vroue vind dat hulle op sekere voorspelbare tye absoluut hopeloos voel. As jy die oorsake van die wanbalans kan vasstel en besef dit is net tydelik kan dit jou help om uit te hou totdat die balans weer herstel is. Vertroetel jouself gerus 'n bietjie in dié tyd. Ontspan in 'n lekker warm bad en moet geen onnodige of addisionele druk of verantwoordelikhede aanvaar nie. Vra jou man om sommer die aandete op pad huis toe te koop. Moenie enige oorhaastige besluite neem nie en vermy konflik sover moontlik. Lees 'n boek en gaan kruip vroeg in die bed. Die kanse is goed dat jy beter sal voel as jy wakker word; dat die wolk weg is en jy weer kan jubel oor die goedheid van God.

Daar is sommige mense wat as gevolg van ‘n chemiese wanbalans of klierprobleme aan langdurige depressie ly. Ek noem dit met groot versigtigheid, aangesien baie mense na hierdie oorsaak gryp omdat hulle nie bereid is om die verantwoordelikheid vir hulle emosionele gesondheid te aanvaar nie. As jy egter jou hart en lewe deeglik ondersoek het en daarvan oortuig is dat jy slegs na die stem van God luister, en kyk na Sy visioene, maar nog steeds depressief bly, moet jy jouself afvra of dit nie dalk deur die een of ander wanbalans veroorsaak word nie. Vra die Here dan vir genesing. As Hy jou nie dadelik genees nie, moet jy mediese hulp inroep - vra 'n dokter om die wanbalans te kontrolleer totdat God jou volkome genees. Lewe in oorvloed is ‘n lewe vol vreugde - en God wil hê dat *jy* dit moet ervaar!

Leer om te bid as jy depressief is

In Tim La Haye se uitstekende boek, ***How to Win Over Depression***, vertel hy die verhaal van 'n klompie Christen kollege-studente wat aan depressie gely het. Die groep is onderling in drie klein groepies verdeel. Die eerste groep het individuele en groepsterapie ontvang om hulle te leer hoe om hulle ingesteldheid te verander. Die tweede groep het ‘n gebedsgroep gevorm en die hulp van 'n berader ingeroep wat hulle geleer het hoe om reg te bid. Die derde groep is huis toe gestuur om oor hulle probleem te gaan bid. Die resultate was verstommend! Groep 2, wat gebedsleiding ontvang het, het die grootste persentasie verbetering getoon. Groep 3, wat net aangemoedig is om te bid, het geen verbetering getoon nie - party se toestand het selfs vererger. Hieruit lei ek af dat daar 'n sekere soort gebed is wat help om 'n mens van depressie te verlos, maar dat 'n mens nie sondermeer genees word deur te bid nie.

Psalm 31 is ‘n uitstekende riglyn vir die depressiewe persoon. Jy kan dit gerus lees. Die opskrif van Psalm 31 is: "Klagte, gebed en dank." Dit wil voorkom asof verskeie van die katalisators wat ons bespreek het, in Dawid se lewe aanwesig was toe hy dié Psalm geskryf het. Sy omstandighede was nie van die beste nie, hy was intens bewus van sy sonde en dit klink of hy siek was. Maar ondanks al hierdie dinge begin hy die Psalm so:

> "By U, o Here, skuil ek; laat my nooit beskaamd staan nie. Bevry my deur u geregtigheid. Neig u oor tot my, red my gou; wees vir my 'n rots om in te vlug, 'n baie vaste huis om my te verlos. Want U is my rots en my bergvesting; en om u Naam ontwil sal U my lei en my bestuur. U sal my laat uitgaan uit die net wat hulle vir my gespan het, want U is my toevlug…" (verse 2-5).

Dawid begin nie sy gebed met 'n lys klagtes nie. Nee, hy kyk op na die Here en fokus sy aandag op Sy goedheid en seën, terwyl hy stil word in die teenwoordigheid van die Here en sy prioriteite in orde kry. Hy verklaar dat hy

God vertrou en wy homself opnuut toe aan die Here. Van die begin af is sy fokus reg. In vers 7 verwys hy na sy probleme, en uiteindelik in vers 10 stort hy sy hartseer en nood voor God uit.

> "Wees my genadig, Here, want ek is benoud; van verdriet
> het my oog mat geword, my siel en my liggaam. Want my
> lewe kwyn weg van kommer en my jare van gesug; my krag
> struikel deur my ongeregtigheid, en my gebeente teer uit"
> (verse 10, 11).

Dit het in daardie stadium nie goed gegaan met Dawid nie. Sy vyande wou hom doodmaak en sy vriende het gemaak of hulle hom nie ken nie. Sy naam is dwarsdeur die land beswadder. Hy was diep bewus van sy sonde en daarby was hy ook nog siek en in pyn. Die oomblik toe hy in God se teenwoordigheid kom, het hy vry gevoel om sy vrese, woede, pyn en hartseer voor God uit te stort - maar hy het nie daar opgehou nie. As ons gebede maar net ‘n relaas is van ons probleme, is daar geen lewe in hulle nie, eerder dood.

Nadat Dawid al sy probleme voor die Here uitgestort het, het hy weer eens bely dat hy glo dat God hom van alles sou verlos:

> "Maar ék vertrou op U, o Here! Ek sê: U is my God. My
> tye is in u hand; red my uit die hand van my vyande
> en van my vervolgers. Laat u aangesig skyn oor u kneg,
> verlos my deur u goedertierenheid. Here, laat my nie
> beskaamd staan nie ... Laat die valse lippe stom word"
> (v. 15-19).

In vers 15-19 lees ons Dawid se pleidooi dat die Here sy omstandighede moet verander, terwyl hy deurgaans beklemtoon dat hy weet God is in beheer en dat Hy in staat is om hom te verlos.

Dan sluit hy sy Psalm af met lof, geloof, liefde en hoop (vers 20-25):

> "0, hoe groot is u goedheid wat U weggelê het vir die wat
> U vrees, wat U uitgewerk het vir die wat by U skuil ...
> Geloofd sy die Here, want Hy het Sy goedertierenheid
> aan my wonderbaar gemaak, in 'n vaste stad."

Eers wanneer ons God aangeraak het, kan ons juig en God prys vir die beproewinge in ons lewe. Eers as ons Sy woorde van troos en wysheid gehoor het, Sy visioen ontvang het van die vreugde wat aan ons voorgehou word - kan ons uit die put van depressie gelig word tot in die sonskyn Sy heerlikheid!

Opsomming

Die mees algemene oorsaak van depressie is selfbejammering. Dit is die gevolg

as jy jou fokus verskuif vanaf God na jou omstandighede. Daar is baie katalisators wat daartoe bydra dat ons in ‘n gat van depressie verval. Die mees algemene is moeilike omstandighede, onbelyde sondes, godsdienstigheid, gebrek aan persoonlike dissipline, swak liggaamlike versorging en siekte of liggaamlike wanfunksionering. Al hierdie "oorsake" kan oorwin word as 'n mens jou fokus herstel deur stil te word voor Hom, na Sy stem te luister, Sy visioene te sien en dan gehoorsaam te reageer.

Ek gee nie voor dat ek al die antwoorde vir depressie het nie. Ek kan maar net dié antwoorde gee wat ek self ontdek het en wat nuttig was vir diegene met wie ek dit gedeel het.

Reaksie

Worstel jy met depressie? Hoe ernstig is jou probleem? Kan jy sien dat dit die tye is wanneer jy jou goddelike fokus verloor het?

Ly jy op die oomblik aan depressie? Kon jy die katalisators herken wat jou op hierdie plek laat beland het? Is jy bereid om na Jesus te kom, stil te word in Sy teenwoordigheid en Hom toe te laat om woorde van geloof en hoop en wysheid tot jou te spreek sodat jou goddelike perspektief herstel kan word? Wil jy God graag in jou lewe en omstandighede sien? Doen dit *nou* en gaan in in die vreugde van die Here!

11

OORWINNING DEUR DOOD EN OPSTANDING

Is daar sondes in jou lewe waarmee jy al lankal worstel, maar waaroor jy nog nooit regtig oorwinning behaal het nie? Laat die woorde "toewyding", "heiligheid", en "self-verloëning" jou skuldig en veroordeeld voel? Het jy al ooit probeer om jou liggaam as 'n lewende offer aan God te gee, net om later agter te kom dit het nie gewerk nie? Het jy al ooit gewonder of die Christelike boodskap van vryheid van sonde nie maar net 'n leë belofte is wat nie regtig vervul kan word nie? Roep jy ook soos die apostel Paulus uit: "Ek, ellendige mens! Wie sal my verlos van die liggaam van hierdie dood" (Rom. 7:24)?

"Ek dank God deur Jesus Christus, onse Here!" (Rom. 7:25). Verlossing is moontlik! Die beloftes van die Skrif is altyd waar. Die kind van God kan vry wees van sonde en 'n heilige lewe lei. Maar daar is net een manier om dit reg te kry. Die kruis troon hoog bo die hele evangelie uit en oorskadu elke ander leerstelling en dogma. Die dood van Jesus, die heilige en sondelose Seun van God aan die kruis, het die prys vir ons skuld betaal en ons van ‘n ewige dood gered. Daar was geen ander weg nie.

Ons was saam met Hom daardie dag; ons is saam met Hom gekruisig (Gal. 2:20). Ons het gesterf en ons lewe is "saam met Christus verborge in God" (Kol. 3:3). Toe ons Jesus Here van ons lewe gemaak het, het ons menslik gesproke, die besluit geneem. Posisioneel was dit gedoen. Tog is daar steeds hierdie stryd in ons vlees. "Want die goeie wat ek wil, doen ek nie, maar die kwaad wat ek nie wil nie, dit doen ek" (Rom. 7:19). As ek dan dood is, hoekom tree ek dan nog op asof ek lewe?

Daar is steeds 'n persoonlike kruis wat daagliks opgeneem moet word (Luk. 9:23). Ons moet leer om onsself dood te ag vir die sonde, maar lewend vir God in Christus Jesus (Rom. 6:11). Dit is so belangrik, want hoewel dit absoluut noodsaaklik is om ons eie selfsugtige begeertes te kruisig, is dit nie ons einddoel nie. Dood is slegs 'n deurgang, ‘n middel tot 'n doel. Die uiteindelike doel van Christenskap is dat ons in die opstandingslewe sal leef - nou en tot in ewigheid. Ons het die heerlike hoop dat ons liggame opgewek sal word, wat ons versterk wanneer ons self voor die dood te staan kom en ons staande hou wanneer ons 'n geliefde aan die dood moet afgee. Net so het ons ook die hoop op die opstandingslewe in ons gees om ons te help om die ou mens, die sondige

natuur, af te lê (Rom. 6:6).

> “As ons dan saam met Christus gesterf het, glo ons dat ons ook saam met Hom sal lewe, omdat ons weet dat Christus, nadat Hy opgewek is uit die dode, nie meer sterf nie. Die dood heers oor Hom nie meer nie. Want die dood wat Hy gesterf het, het Hy vir die sonde eens en vir altyd gesterwe; maar die lewe wat Hy leef, leef Hy vir God. So moet julle ook reken dat julle wel vir die sonde dood is maar lewend is vir God in Christus Jesus, onse Here. Laat die sonde dan in julle sterflike liggaam nie heers dat julle aan sy begeerlikhede gehoorsaam sou wees nie. En moenie julle lede stel tot beskikking van die sonde as werktuie van ongeregtigheid nie, maar stel julleself tot beskikking van God as mense wat uit die dode lewend geword het, en julle lewe as werktuie van geregtigheid in die diens van God" (Rom. 6:8-13).

Dat ek saam met Christus aan die kruis gesterf het, is ‘n werklikheid. Dit is my verantwoordelikheid om hierdie waarheid te onthou, te sien as ‘n afgehandelde saak en dit daagliks in vervulling te roep. As ek die Woord van God bestudeer, sien ek nie meer die wet wat my veroordeel nie, maar ek sien Jesus wat die wet in sy eie lewe vervul het, en dit steeds deur my doen. Ek probeer nie om die wet te onderhou deur my eie vlees te kruisig nie, maar ek maak staat daarop dat ek reeds gekruisig is.

Ek veg nie teen die sondige begeertes wat in my opkom en my in die versoeking wil bring om te sondig nie. In plaas daarvan draai ek my oog weg daarvan en bedink die werklikheid dat ek met Christus beklee is, dat die volheid van Sy lewe in my is, dat die sonde nie meer mag het oor my nie en dat ek vry is om heilig te lewe. "En terwyl (ek) met onbedekte gesig soos in 'n spieël die heerlikheid van die Here aanskou, word (ek) van gedaante verander na dieselfde beeld, van heerlikheid tot heerlikheid, as deur die Here wat die Gees is" (2 Kor. 3:18). As ek fokus op my sondige vlees en die skynbare mag wat die sonde oor my het, sal dit my frustreer en ontmoedig. Maar as ek fokus op die Gees en op Sy opstandingskrag wat deur my vloei en my die krag gee om enige vyand te oorwin, ervaar ek lewe en vrede (Rom. 8:6).

Hoe kan ek hierdie teologiese waarhede prakties toepas? Hoe kan ek myself dood ag vir die sonde maar lewend vir Christus wanneer daar versoekings kom? Wat maak ek byvoorbeeld as 'n vriendin my vertroue skok? My eerste, onmiddellike reaksie is pyn, wat lei tot woede en ‘n begeerte om haar terug te kry. Hierdie reaksies kom van my ou self. Ek het nog nie gesondig nie, maar die versoeking is groot. Ek besef dat ek nie my mond moet oopmaak of enigiets moet doen nie, want ek weet dat ek uit myself sal optree en sal sondig.

Daarom keer ek liewer my gedagtes na binne, na Christus wat in my woon. Ek bedink dat ek dood is vir enige reaksies wat uit my ou self kom. Al word ek versoek, het die sonde geen mag oor my nie en hoef ek nie daaraan toe te gee nie. Ek vestig al my aandag op Christus en bid: "Here, ek is kwaad en ek voel seergemaak. Ek is nie in staat om te vergewe nie. Maar Here, U is 'n onuitputlike bron van liefde in my. U het vergewe toe U die verskriklikste pyn verduur het. Wees nou vir my alles wat ek nodig het. Vul my met u liefde, u vergifnis, u begrip en u deernis. Wees almal wat teen my in opstand is genadig." Jy sal dadelik voel hoe die seer en die woede verdwyn. Soms gebeur dit dadelik, soms geleidelik, en daarmee saam sal jy voel hoe die Gees van Christus in jou opwel. Eers wanneer al my vleeslike reaksies verswelg is in Christus se liefde, kan ek met my vriendin gaan praat met die karakter van Jesus. Dan kan ek 'n bedienaar van versoening en ‘n boodskapper van vrede wees.

Hierdie proses kan sekondes, minute, ure, dae, maande of selfs jare neem. As ek verkies om my wonde te lek of aan my vleeslike reaksies bly vasklou, sal ek nooit bo my eie selfsug kan uitstyg nie. As ek my aandag op die versoeking en die mag wat dit oor my het, gaan toespits, as ek in die vlees gaan probeer om die vlees te oorwin, sal ek my lewe lank misluk. Maar as ek in God se teenwoordigheid stil word, vir Hom van my swakheid en behoeftes vertel, en Hom toelaat om tot my te spreek met woorde van genade en visioene van oorwinning, sal ek oorwin. My onmiddellike en spontane reaksie op alles in die lewe moet wees om baie gou deur elke fase van dood en opstanding te beweeg, want my einddoel bly steeds om in die finale fase in te beweeg, vol vrede, in Jesus soos wat ek deur die lewe gaan.

As Christen kan ek een van drie perspektiewe hê. Ek kan in die eerste plek my oë gevestig hou op die *self, wat nie gesterwe het nie,* en beteken dat ek eintlik as ‘n nie-Christen lewe. As versoekings my pad langs kom, gee ek dadelik daaraan toe. Miskien het ek ‘n verkeerde idee van wat sonde is, en dink ek dat my eerste reaksie sonde is. (Dit is natuurlik verkeerd, want dit bly slegs 'n *versoeking* en word eers sonde as ek daaraan *toegee.)* Ek voel moontlik dat ek al klaar gesondig het en net sowel kan voortgaan. As dit my uitgangspunt is, sal ek my lewe lank teen die sonde worstel: self-inspanning, pyn, woede, wraak en koppigheid. Ek sal allerhande vrese ervaar, angstig wees en geweldige emosionele skommelinge beleef.

In die tweede plek kan ek my oë gevestig hou op die *self, wat gesterwe het..* Ek probeer om sélf die duisternis van sonde uit my lewe uit te kry. Mettertyd word ek ‘n godsdienstige robot wat later nòg uit Christus nòg uit myself kan optree. Ek word leweloos, vervelig en baie godsdienstig. Daar is geen sprankel of persoonlikheid in my oor nie en dinge soos opwinding, pret en vrolikheid het geen plek in my lewe nie. My lewe draai eenvoudig net om godsdienstige aktiwiteite.

Jy besef seker dat ek beslis nie een van dié twee perspektiewe kan aanbeveel

nie. Nee, ek hou my oë gevestig op *Christus wat in my woon.* Al besef ek dat ek gekruisig is en dat die ou mens in my dood is, erken ek ook dat ek saam met Christus opgestaan het en nou in Sy opstandingskrag lewe. As ek bewus is van 'n donker area in my lewe, verdryf ek dit deur bloot die lig aan te skakel – deur Christus se teenwoordigheid in te bring. Die lewe van Jesus begin deur my vloei. Ek word 'n liefdevolle mens wat omgee, vol geloof, goedheid, wysheid en ek is vry! Omdat ek genees is van my pyn, kan ek ander help om tot genesing te kom. Die karakter van Christus word deur my geopenbaar as die vrug van die Gees. Die krag van Christus word 'n werklikheid deur die werking van die gawes van die Gees.

Dit is nie maklik om die begeertes van die vlees te kruisig nie en dit is ook nie lekker nie. Niemand moet dink dat dit maklik is om 'n lewe van heiligmaking en heiligheid te lei nie. Daar sal pyn en lyding wees, maar as ons die kruis verduur, sal ons ook die heerlike vreugdevolle losmaking ervaar en vryheid soos nog nooit te vore nie.

Jesus het na die aarde toe gekom met die eintlike doel om aan die kruis te sterf. Voordat Hy met sy bediening begin het, het Hy 40 dae lank gevas en die versoeking weerstaan om 'n makliker uitweg te kies as die kruis. Tydens sy bediening is Hy as Messias en Koning vereer en sou dit vir Hom maklik gewees het om by die kruis verby te kom en Sy koninkryk op 'n ander manier te vestig. Hy moes die versoekings een vir een weerstaan, terwyl Hy oor en oor gebid het: "Here, laat nie my wil nie, maar u wil geskied." Die nag voordat Hy sou sterf was ook die nag van sy grootste worsteling. Hy het geweet wat vir Hom voorlê, watter prys Hy sou moes betaal. In Getsémane het Hy in gebed geworstel totdat die vlees deur die Gees oorwin is, en Hy weer eens kon uitroep: "Nogtans nie my wil nie, maar u wil."

Jesus het nie gewag totdat hulle Hom aan die kruis vasgespyker het voordat Hy Sy besluit geneem het nie. Hy het nie gewag totdat die doringkroon op sy kop vasgedruk is voordat Hy Sy wil oorgegee het nie. Nee, die stryd is in Getsémane reeds gewen. Omdat Hy in gebed volhard het, was Hy in staat om die kruis te verduur.

Ons moet ook by Getsémane uitkom. Al het ons lankal reeds besluit om Hom te volg, moet ons dié voorneme herhaaldelik en op elke terrein van ons lewens bevestig. Ons moet weer en weer alleen wees met God en bid totdat die Gees die vlees in ons oorwin, totdat ons kan sê: "Here, nie my wil nie, maar u wil." Wanneer ons dan voor die kruis te staan kom en die vleeslike begeertes moet neerlê, sal die stryd reeds gewonne wees.

Wat gebeur by Getsémane? Ons visie en ons goddelike perspektief word daar herstel. Dikwels bid ons met die opregte begeerte om God te gehoorsaam, maar dan word ons verblind deur ons eie vleeslike begeertes. Daardie dinge word so belangrik vir ons, dat ons niks anders raaksien nie en net bewus is van alles wat

ons moet prysgee. Of ons sien net die lyding raak wat ons moet verduur in hierdie proses van bevryding. Ons aandag kan so deur die kruis in beslag geneem word, dat ons nie meer God se opstandingsdoel daaragter kan raaksien nie. In Getsémane draai die Gees ons fokus liefdevol weg van onsself af. Hy wys vir ons die lewe van heiligheid wat uit ‘n opstandingslewe voortvloei wat ons s’n kan wees. In Getsémane word ons in staat gestel om soos Jesus te word, "wat vir die vreugde wat Hom voorgehou is, die kruis verdra het" (Hebr. 12:2). Danksy Getsémane, kan ons by die kruis verby kyk en die opstandingslewe sien.

Opsomming

"Voorwaar, voorwaar, Ek sê vir julle, as die koringkorrel nie in die grond val en sterf nie, bly dit alleen; maar as dit sterf, dra dit veel vrug. Wie sy lewe liefhet, sal dit verloor; maar wie sy lewe haat in hierdie wêreld, sal dit bewaar vir die ewige lewe" (Joh. 12:24, 25). Sterwe en opstanding is die sleutels tot 'n lewe in oorvloed. As ons aan ons ‘self’ vasklou, aanspraak maak op ons regte en die sonde geniet, sal ons die lewe verloor. Maar as ons afstand doen van ons ‘self’, ons regte afstaan en slegs aan Christus vashou, sal ons die opstandingslewe ervaar. Dan sal die vrug van geregtigheid in ons begin groei en sal ons 'n hawe van vrede word in hierdie moeë wêreld.

Reaksie

Praat die Gees met jou oor ‘n area in jou lewe wat gekruisig moet word? Sal jy ook jou Getsémane vind, jou plek van gebed waar jy kan aanhou bid totdat jy deurbreek in oorwinning? Sal jy luister na die sagte, stil stem van die Gees in jou wat vir jou wysheid, insig en genade gee? Sal jy die visioen van Jesus in jou sien, van ‘n lewe van heiligheid en reinheid? Sal jy net aan Sy woorde vashou en slegs op Sy visioene fokus en toelaat dat jy daardeur gelei word deur die dood, tot ‘n opstandingslewe?

12

OM GOD IN ALLES TE SIEN

"Salig is die wat rein van hart is, want hulle sal God sien" (Matt. 5:8). Ons het reeds probeer vasstel wat dit is om 'n rein hart te hê en wat dit nie is nie. Ons het uitgevind dat 'n rein hart een is wat vry is van sonde, vrees, skuldgevoelens, woede, minderwaardigheid, depressie en die verlammende effek van traumatiese ervaringe uit die verlede. ‘n Rein hart is vol geloof, hoop, liefde en blydskap. Iemand wat 'n rein hart het, lewe met ‘n bewustheid van sy identiteit in Christus, wat hom oorwinning gee oor sonde.

Ons kan slegs deur die werking van die Gees van God gereinig word. Die raad van ander gelowiges kan as instrumente in die genesingsproses of as teregwysing dien, maar die Gees is die enigste Een wat die hart kan besny en kan reinig. As ons gemeenskap het met God deur stil te word, na Sy stem te luister, Sy visioene te soek en neer te skryf wat ons sien en hoor, is ‘n baie effektiewe manier om ‘n lewende ontmoeting met Christus te hê. As ons die rug keer op alle ander stemme wat wedywer om ons aandag, as ons elke visioen van vrees, mislukking en sonde verwerp en op die lewende God ons Verlosser vestig, sal ons Jesus aanraak en daardeur genesing ontvang.

Vir die meeste van ons is dit 'n stryd om 'n rein hart te verkry. Party moet eers afstand doen van bitterheid en wrewel wat vir baie jare hulle lewens gekenmerk het. Ander moet weer leer om nee te sê vir al die eise wat aan hulle gestel word en slegs vir Christus ja te sê. Dan is daar diegene wat by Getsémane moet uitkom om krag te kry om die kruis te verduur sodat hulle oor die sonde kan triomfeer deur te lewe in die opstandingskrag van Jesus Christus. Vir almal beteken dit egter 'n herstel van ‘n goddelike fokus, van die vermoë om God in ons binneste te sien en te hoor.

Nou dat ons tot hier gevorder het, wat kan ons doen om ‘n rein hart behou? Hoe kan ons vry wees van die bande wat ons in die verlede gebind het? Jesus het gesê dat dié wat rein van hart is, God sal sien. Ek glo dat die omgekeerde ook waar is: dat diegene wat God sien, ‘n rein hart sal hê. Die sleutel tot blywende reinheid is dus om *God oral te sien.*

Dis maklik om 'n rein hart te hê wanneer ek in aanbidding is. En daarmee bedoel

ek nie net wanneer ek sing nie; ek bedoel wanneer ek God se hart aanraak in aanbidding. Wanneer ek aanbid, fokus ek al my aandag op Hom en terwyl ek kyk, word ek ‘n weerkaatsing van Hom. Die probleem ontstaan egter wanneer ek my fokus verskuif van Hom na mense, gebeure en die wêreld om my. Hoe gou verloor ek nie dan my bewustheid van Sy teenwoordigheid en krag nie! Daarom moet ek leer om Hom oral te sien waar ek kyk.

Ek moet sien dat Hy die middelpunt van alles is, want “in Hom hou alle dinge stand" (Kol. 1:17). Ek moet Hom in alle omstandighede sien, want dit is Hy "wat alles werk volgens die raad van sy wil" (Ef. 1:11). Ek sien Christus as die middelpunt van al my geestelike talente, want "deur Hom is julle in Christus Jesus, wat vir ons geword het wysheid uit God en geregtigheid en heiligmaking en verlossing" (1 Kor. I:30). Ek sien Hom as die middelpunt van my lewe, werk en bestaan, "want in Hom lewe ons, beweeg ons en is ons" (Hand. 17:28). Ek kan God oral sien, want Hy is oral. "Waar sou ek heengaan van u Gees en waarheen vlug van u aangesig? Klim ek op na die hemel, U is daar; en maak ek die doderyk my bed, kyk, U is daar! Neem ek die vleuels van die dageraad, gaan ek by die uiteinde van die see woon, ook daar sou u hand my lei en u regterhand my vashou" (Ps. 139:7-10). Dawid het geleer dat die Here selfs in die verskriklikste omstandighede, self in die hel, by hom is, en sigbaar is vir die een wat in geloof kyk.

Die profeet Habakuk praat van 'n heerlike dag, wanneer die hele wêreld soos Dawid sal sien: "Want die aarde sal vol word met die *kennis* van die heerlikheid van die Here soos die waters die seebodem oordek" (Hab. 2:14, beklemtoning myne). Let op dat hy nie praat van ‘n dag waarop die heerlikheid van God die aarde sal vul nie - want dit is reeds sedert die skepping die geval. Nee, hy praat van die herkenning van daardie heerlikheid, kennis daarvan, van die vermoë om die heerlikheid te sien, wat die hele aarde sal oordek. Die mens het hierdie vermoë om die geestelike werklikheid te sien met die sondeval verloor. Wanneer ons die wedergeboorte ontvang kry ons weer daardie vermoë, as ons dit begeer. Daarom moet ons gebed altyd wees: "Open my oë, dat ek kan sien…" (Ps. 119:18).

God in Sy Skepping Geopenbaar

"Want sy onsigbare dinge kan van die skepping van die wêreld af in sy werke verstaan en duidelik gesien word, naamlik sy ewige krag en goddelikheid, sodat hulle geen verontskuldiging het nie" (Rom. 1:20). Ons kan so baie dinge van God in Sy skepping sien. As ons oë oop is, sal ons goddelike waarhede kan leer uit die vier seisoene, die reën en die sonskyn, uit die voëls en die diere. Ons sal ons beste Vriend beter leer ken as ons Hom in Sy handewerk raaksien.
Daar is talle pragtige Skrifgedeeltes wat vertel van God se teenwoordigheid in die natuur.

> "Luister, luister na die gedruis van sy stem en die dreuning wat uit sy mond uitgaan. Onder die ganse hemel laat Hy dit los en sy lig oor die eindes van die aarde. Daarna brul sy stem, Hy donder met sy stem vol majesteit en hou die bliksems nie terug as sy stem gehoor word nie. God donder wonderbaar met sy stem; Hy doen groot dinge wat vir ons onbegryplik is. Want Hy gebied die sneeu: Val op die aarde! Ook die stortreën, ja, sy geweldige stortreëns. Hy verseël die hand van elke mens in die winter, sodat tot kennis kan kom al die mense wat Hy gemaak het. Dan gaan die wilde diere in skuilhoeke en bly in hulle lê plekke. Uit sy kamer kom die stormwind, en deur die wolkverstrooiers koue. Deur die asem van God word ys gegee, en die wye waters lê vas in die engte. Ja, met volheid en water belas Hy die wolke, en Hy strooi ver en wyd sy ligtende wolk; en dit skiet oral rond volgens sy bestel, sodat hulle alles doen wat Hy hulle beveel oor die wye wêreld rond: of tot 'n tugroede, of tot nut van sy aarde, of tot weldadigheid laat Hy dit sy doel vind" (Job 37:2-13).

Wat ‘n vertoning van Sy ewige krag!

Jesus neem ons na die natuur om vir ons 'n beter prentjie van die goddelike karakter van Sy Vader te gee.

> "Kyk na die voëls van die hemel; hulle saai nie en hulle maai nie en hulle bring nie bymekaar in skure nie, en tog voed julle hemelse Vader hulle. Is julle nie baie meer werd as hulle nie? Wie tog onder julle kan, deur hom te kwel, een el by sy lengte voeg? En wat kwel julle jul oor klere? Let op die lelies van die veld, hoe hulle groei; hulle arbei nie en hulle spin nie; en Ek sê vir julle dat selfs Salomo in al sy heerlikheid nie bekleed was soos een van hulle nie. As God dan die gras van die veld, wat vandag daar is en more in 'n oond gegooi word, so beklee, hoeveel te meer vir julle, kleingelowiges? ... want julle hemelse Vader weet dat julle al hierdie dinge nodig het" (Matt. 6:26-33).

As ons sien hoeveel genade en liefde die Here uitstort oor die skynbaar mees onbenullige kreatuurtjies in die skepping, help dit ons om Sy oneindige liefde en sorg vir ons beter te verstaan. As ons Hom daarin raaksien, groei ons geloof en vind ons genesing.

Dawid het hom ook tot die natuur gewend om die regte woorde te kry om die onsigbare eienskappe van God mee te verwoord.

"0 Here, u goedertierenheid is tot in die hemele, u trou tot in die wolke. U geregtigheid is soos die berge van God; u oordele is 'n groot watervloed. Here, U behou mense en diere! Hoe kosbaar is u goedertierenheid, o God!

Daarom skuil die mensekinders onder die skaduwee van u vleuels. Hulle verkwik hul aan die vettigheid van u huis, en U laat hulle drink uit die stroom van u genietinge. Want by U is die fontein van die lewe; in u lig sien ons die lig" (Ps. 36:6-10).

Ons kan nie die grootsheid van God se karakter begryp nie en daar is niks waarmee ons dit eers naastenby kan vergelyk nie - behalwe die ontsaglikheid van Sy skepping.

Laat ons voortdurend bid: "Here, maak asseblief my oë oop, sodat ek u wonderlike skepping kan sien."

God in Geestelike Groei Geopenbaar

Voordat ek 'n Christen geword het, het ek gedink ék was in beheer van my lewe, het my eie besluite geneem en gedoen wat ek wou. Al was dit nie die waarheid nie, omdat ek onder die beheer van die prins van duisternis was, is ek deur hom mislei om te glo dat ek in beheer was.

Toe ek 'n Christen geword het, het ek dié mite bly glo. As volgeling van Christus sou ek Hom van nou af gehoorsaam en ‘n goddelike bestaan voer, steeds in my eie krag. Dit was eers na baie jare van frustrasie en mislukking, dat ek geleer het dat die natuurlike mens nooit 'n bonatuurlike lewe kan lei nie. Ons kan slegs in die krag van die gees wat in ons werk, 'n Christelike lewe lei. As ek vergeet dat ek gesterf het en dat Christus nou die bron van my lewe is, raak ek van voor af verstrengel in my pogings om die wet te onderhou en verloor ek die rein hart wat ek ontvang het.

Nie dat ek ophou om na regverdigheid en heiligheid te strewe nie, maar nou is my strewe nie in my eie krag nie, maar in die krag van Hom wat in my werk en my volmaak maak in Christus (Kol. 1:28, 29). Wanneer ek dus Sy wette moet gehoorsaam, word ek stil en beroep my op die enigste Een wat daartoe in staat is om dit te doen. Johannes herinner ons: "As ons mekaar liefhet, bly God in ons en het sy liefde in ons volmaak geword" (1Joh. 4:12). Ons is nie uit onsself in staat om mekaar lief te hê nie. As ons liefhet is dit omdat God se liefde in ons is.

As jy sukkel om geestelik te groei, onderwerp jou worsteling aan die Een wat kan en wat reeds die stryd vir ons gewen het. Besef dat jy maar net 'n loot is van die

wynstok en dat jy deur Sy lewe ondersteun en onderhou word (Joh. 15:5). Vra Hom om jou oë oop te maak sodat jy Sy hand in jou lewe kan raaksien, hoe Hy jou al hoe meer aan Sy Beeld gelyk maak.

God Geopenbaar in Alledaagse Werk en Dienswerk

As ons tog maar altyd betrokke kon wees in aanbidding en bediening! Hoe maklik was dit nie dan om Christus in alles te sien nie! As ons dit glo, glo ons nog een van satan se leuens, dat daar 'n verskil is tussen die Christelike en die sekulêre lewe. In Christus is daar geen onderskeid nie. Die hele lewe word ‘n daad van aanbidding vir diegene wat God in alles sien.

"En wat julle ook al doen in woord of in daad, doen alles in die Naam van die Here Jesus" (Kol. 3:17). Of ek nou by die werk, tuis of by die kerk is, alles wat ek doen, moet vir die Here gedoen word. Vrouens, wees onderdanig asof aan die Here (Ef. 5:22). Mans, bemin julle vrouens, soos Christus julle liefhet (Ef. 5:25). Kinders, wees gehoorsaam aan julle ouers asof aan die Here (Ef. 6:1). Vaders, voed julle kinders op in die vrese van die Here (Ef. 6:4). Werknemers, wees gehoorsaam aan jul werkgewers soos aan die Here (Ef. 6:5, 6). Werkgewers, behandel jul werknemers reg in die oë van die Here (Ef. 6:9).

As jy vir iemand wat dors is, 'n bietjie koue water gee, doen jy dit vir God. As jy vir iemand wat honger is, kos gee, doen jy dit vir Hom. As jy siekes of gevangenes besoek, doen jy dit asof vir Christus self (Matt. 25:31-46). As ons oë oop is, sal ons sien dat Hy oral is en dat ons alles wat ons doen, vir Hom doen. "En wat julle ook al doen, doen dit van harte soos vir die Here en nie vir die mense nie, omdat julle weet dat julle van die Here die erfenis as vergelding sal ontvang, want julle dien die Here Christus" (Kol. 3:23, 24).

God in ons Lewensomstandighede Geopenbaar

Ek dink nie ons is in staat om die waarheid ten volle te begryp, dat die Here vir ons 'n vrye wil gegee het, en tog terselfdertyd besig is om Sy raadsplan in ons lewe uit te werk nie. Dit is eenvoudig vir ons te moeilik om hierdie oënskynlike teenstrydigheid ons eie te maak. Dank die Here dat Hy nie volkome begrip verg nie, of selfs ‘n perfekte teologie nie, maar slegs volhardende geloof!

"En ons weet dat vir hulle wat God liefhet, alles ten goede meewerk, vir hulle wat na sy voorneme geroep is" (Rom. 8:28). "... nadat ons vantevore daartoe verordineer is ooreenkomstig die voorneme van Hom wat alles werk volgens die raad van sy wil" (Ef. 1:11). Ons oë moet oop wees, sodat ons die hand van God sal raaksien in al ons omstandighede.

Jy vra dalk, wat van bose outoriteite en heersers? God plaas hulle tog sekerlik nie in gesagsposisies nie! "Want nie van die opgang of van die ondergang, ook nie van die woestyn van berghoogtes nie ... maar God is regter: Hy verneder die een en verhef die ander" (Ps. 75:7, 8). Wat van hulle onregverdigheid? En wat daarvan as hulle uitsprake nie in ooreenstemming met God se wil is nie? "Die koning se hart is in die hand van die Here soos waterstrome; Hy lei dit waarheen Hy wil" (Spr. 21:1). Ek weet dat my God groter as enige ander heerser is, daarom kan ek my met vertroue aan die gesag wat oor my is, onderwerp. Ek kan elke koning, regter en werkgewer deur my gebede beïnvloed. As ek ernstig bid dat God hulle woorde en oordele moet lei en rig, kan ek enigiets wat hulle besluit, aanvaar, omdat ek weet dat God hulle harte verander het. As ek nie my plig nakom en opreg bid vir almal in gesagsposisies nie (1 Tim. 2:1, 2), kan God natuurlik goddelose regeerders toelaat om swak besluite te neem om my aan te spreek en opnuut bewus te maak van my afhanklikheid van Hom.

Dis baie maklik om te glo dat God soewerein is, in tye van vrede en voorspoed! Hoe moeilik is dit nie om te glo dat Hy in beheer is wanneer daar droefheid en teëspoed in my lewe is nie! Maar dit is al hoe ek 'n rein hart kan behou en nie deur vrees, woede en twyfel oorweldig word nie. "Ek is die Here en daar is geen ander nie; buiten My is daar geen God nie; Ek omgord jou, hoewel jy My nie geken het nie, sodat hulle kan weet van die opgang van die son en van sy ondergang af dat daar buiten My geeneen is nie; Ek is die Here, en daar is geen ander nie; wat die Lig formeer en die duisternis skep, die heil bewerk en die onheil skep; Ek, die Here, is dit wat al hierdie dinge doen" (Jes. 45:5-7).

Ons moenie net die hand van God in al ons omstandighede sien nie, maar ook Sy stem hoor, sodat ons kan weet hoe om te reageer. Die feit dat Hy die een of ander krisis in 'n mens lewe toegelaat het, beteken nie dat jy boosheid maar passief moet aanvaar nie. Daar is 'n tyd om jou te onderwerp, en 'n tyd om te oorwin. Daar is net een manier om te weet hoe om reg op te tree, en dit is deur God se stem en Sy visioene.

Die mense van Juda was vir baie jare opstandig. Die Here het hulle herhaaldelik deur Sy profete gewaarsku dat hulle hul moes bekeer, anders sou Hy hulle straf. Hulle wou egter nie luister nie en die dag het aangebreek waarop God se geregtigheid moes seëvier. Hy het vir hulle deur Jeremia gesê: "Daarom, so sê die Here van die leërskare: Omdat julle na my woorde nie geluister het nie, laat Ek al die geslagte van die Noorde haal, spreek die Here, en Nebukadnésar, die koning van Babel, my dienaar; en Ek sal hulle bring oor hierdie land en sy inwoners en oor al hierdie nasies rondom, en Ek sal hulle met die banvloek tref en hulle maak 'n voorwerp van verbasing en van bespotting en ewige puinhope" (Jer. 25:8, 9). Jeremia het hulle gewaarsku dat God se oordeel die gevolg was van hulle sonde. Daarom moes die volk hulle aan die vyand onderwerp, omdat hy as dienaar van God opgetree het om hulle te dissiplineer. As die tyd van dissiplinering oor was, sou God weer die koning van Babel straf omdat hy so graag die volk van Juda wou vernietig en dan sou hulle herstel word. Eers moes

God hulle straf, en hulle moes hulle onderwerp.
Dit beteken nie dat ons altyd magteloos moet staan voor die vyande van God nie. Die profeet Elisa was in 'n soortgelyke situasie met die mense van Juda (2 Kon. 6:14-23). Hy was ook deur die vyand omring wat hom wou vernietig. Hy het egter nie voor die vyand geswig nie. Omdat hy ‘n siener was, het hy geweet dat God se plan vir hom nie onderwerping was nie, maar outoriteit. Al was daar net twee van hulle in die huis, hy en sy slaaf, kon hy met volle vertroue sê, dat dié wat aan hulle kant was, baie meer was as dié wat aan die vyand se kant was. Sy oë is oopgemaak en hy kon God se leër sien en hy het in geloof gespreek. Die waens met engele was gereed om die vyand te vernietig, maar hulle was onder die outoriteit van die kneg van God. Toe Elisa dus vra, “Slaan tog hierdie mense met blindheid”, het die Here onmiddellik gereageer en het Elisa as oorwinnaar uit die stryd getree.

Daar is 'n tyd om jou te onderwerp en 'n tyd om te oorwin. Ons sal net verseker kan weet wat om te doen, as ons kan *sien* wat God besig is om in die situasie te doen, en Sy woorde van rigtinggewing kan *hoor.*

Dit is so gerusstellend om te weet dat God in beheer is, veral in die donker tye van ons lewens. Die heel moeilikste tye in my lewe was die oorgangstye, dit wil sê daardie tye waarop die Here my na die volgende fase van my lewe geneem het. Toe dit die eerste keer gebeur, het ek nie geweet wat aangaan nie en gevoel asof elke stuk standvastigheid in my lewe disintegreer. Omdat ek nie die stem van God gehoor het nie het ek begin twyfel en moedeloos en kwaad geraak. Omdat ek ‘n man van aksie is, het ek rondgekyk vir ‘n ander werk. Dit het gelyk of daar vir my net *een* oplossing was, en ek het dit ondersoek. Ek het gedink dat ek deur eie logika en behoefte opgetree het, maar kon later duidelik die leiding van die Here sien - selfs toe my geloof min was en die pad donker en eindeloos gelyk het. Hoe wonderlik was dit nie toe ek ontdek dat God in beheer was, selfs al het ek dit nie besef nie!

Die volgende oorgangstyd was nadat ek geleer het om God se stem te hoor en Sy visioene te sien. My omstandighede het weer eens baie negatief gelyk. Ek het met tye depressief geraak en geglo dat ander mense in beheer van my lewe en toekoms was. Maar elke keer as ek na die stem van God geluister en dagboek gehou het, het Hy my verseker dat Hy in beheer van die situasie was en dat niks sonder Sy toestemming met my sou gebeur nie. Hy het vir my gewys wanneer om te praat en wanneer om stil te bly, wanneer om op te tree en wanneer om te wag, wanneer om my te onderwerp en wanneer om outoriteit te neem. Al kan ek nie sê dat ek sonder om te twyfel of enige mislukkings deur daardie oorgangstyd gekom het nie, het ek elke keer meer geseëvier as die vorige keer.

Ek gaan op die oomblik weer deur ‘n fase van verandering. Ek het hierdie boek begin skryf juis omdat God my daartoe gelei het. Ek het elke dag die geleentheid om die dinge wat ek hier aanbeveel, uit te leef en toe te pas. Ek weet dat dié

beginsels werk, want dit werk elke dag vir my. Ek dink dit gaan hierdie keer beter. My vertroue in God se soewereiniteit is sterker as in die verlede. As ek voel dat ek onregverdig behandel word, weet ek met sekerheid dat niemand God se wil in my lewe kan verhoed nie behalwe ekself. Solank ek opreg en met 'n rein hart sonder enige woede of bitterheid Sy wil nastreef en aan Hom gehoorsaam wil wees, verander Hy harte en omstandighede om vir my die beste daaruit te haal. Ek weet met sekerheid dat niemand gesag oor my het wat dit nie van bo af ontvang het nie (Joh. 19:11). Omdat ek begin sien het, is my oog gerig op dit wat God vir my beplan het, en hou ek hierdie visioen voor oë in moeilike tye.

Wat jy ookal op die oomblik beleef, onthou God is steeds in beheer. Vra Hom om jou oë oop te maak sodat jy Sy hand van liefde oor jou kan sien. Maak jou ore oop, sodat jy Sy woorde van waarheid kan hoor.

Opsomming

Sy naam is: "Wonderbare Raadsman!" As ons harte seergekry het, ons gees verpletter en ons gedagtes vol twyfel en moedeloosheid is, moet ons onthou ons het 'n Vriend wat ons liefhet en wat vir ons weer hoop wil gee. As ons net sal stil word, luister en kyk, sal ons Sy woorde van genesing en vrede hoor en Sy visioene van blydskap en hoop sien. As ons goddelike perspektief eers herstel is, sal ons harte rein wees - want dan sal ons God oral en in alles sien.