WYS MY *die Weg*

Lent 2026

mosaïek

INLEIDING

Lent 2026

Wat beteken ‘n lydingservaring vir jou?

As jy terugdink aan tye van pyn, verlies of verwarring - watter pad moes jy loop?

Vir Israel was dit ’n reis uit Egipte – uit slawerny, swaarkry en pyn op pad na die Beloofde Land.

Vir die profete en dissipels was dit ’n pad deur vervolging, teleurstelling en versoeking op pad na hoop en ’n nuwe manier van lewe.
Vir Jesus self was dit ’n pad van lyding en sterwe tot by die kruis, maar dan ook die opstanding.

Lyding bring ons soms op plekke waar ons nie meer die pad duidelik sien nie. Ons voel hier dikwels gedisoriënteer.

Sosioloë noem dit 'n liminale ruimte – daardie tussenin-plek waar ons nie meer is wie ons was nie, maar ook nog nie weet wie ons sal word nie.

Sielkundiges beskryf dit as 'n reis deur wanorde na heroriëntasie – 'n seisoen of situasie wanneer alles in ons wêreld deurmekaar raak en nuut oor gedink moet word.

Vir ons as gelowiges is dit dikwels ook die plek waar ons opnuut leer bid: "Wys my die weg, Here. Leer my om U te volg."

Lyding word dan nie net 'n plek van pyn nie, maar 'n plek van ontmoeting waar ons Jesus dieper leer ken en waar ons die krag van Sy opstanding ervaar deur saam met Hom te stap op Sy pad van lyding, en stadig aan Hom gelyk te begin word.

Ons vra vir die genade dat Hy ons hier sal lei en vorm.

Op hierdie Lent-reis volg ons Jesus op sy weg na die kruis – nie net deur die Evangelies nie, maar ook deur die Psalms, wat Sy eie gebedstaal was.

Soos die Carmeliete leer ons saam as 'n gemeenskap met die Psalms te leef: om te lees, te deel wat vir ons treffend is, ons vrae te bring en in stilte te skryf.

Dit is 'n reis waar ons saam met Christus leer om die onsigbare, privaat lewe met die Vader te ontdek – 'n pad van nederigheid, selfloosheid en vertroue wat ons voorberei vir die kruis én die lewe wat daaruit vloei.

Lent word vir ons 'n oefenruimte:

- **om soos Jesus te leer buig in nederigheid,**
- **om ons eie belange te laat gaan deur selfloosheid,**
- **om ons lewens toe te vertrou aan God se hande,**
- **om in lyding aan te hou bid,**
- **om gehoorsaam lief te hê tot die einde.**

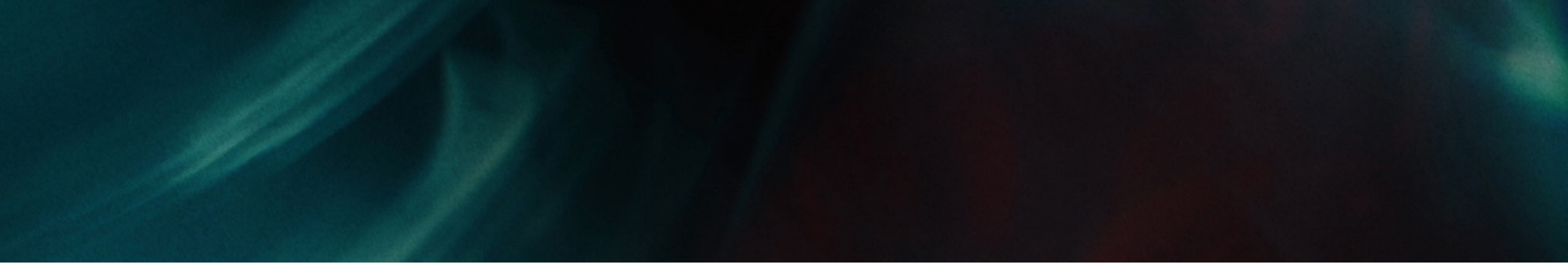
So word ons toegerus – nie net om die kruis van vêr af te aanskou nie, maar om die weg van die kruis as die weg van die lewe te stap.

Indien hierdie jou eerste keer op die Lent-reis is, gaan na www.mosaiek.com om jouself voor te berei.

HOE OM HIERDIE BOEK *te gebruik:*

Elke tema sal jou begelei met:

1. **Psalm** - aan die begin van elke week is daar ‘n Psalm waarmee jy kan bid. Gebruik dit om jou gedagtes te fokus en jou hart voor te berei vir die woorde wat jy die week gaan lees en die ervaringe wat jy met Jesus gaan deel.
2. **Gedagte** - daagliks word jy met ‘n kort oordenking en skrifgedeelte begelei. Begeleidende vrae in elke oordenking kan jou help om in kontak te kom met jou innerlike wêreld. Watter emosie, gedagte, beeld kom by jou op as jy dink aan die woord van die dag en die vrae wat aan jou gegee is? Reageer op die uitnodigings deur te deel in die daaglikse oefening wat gegee word.
3. **Genadegebed** - ‘n kort gebed word daagliks gegee. Gebruik hierdie gebed deur die loop van die dag om jou te herinner aan die dag se woorde en ervaring. Herhaal die gebed ‘n paar keer terwyl jy met jou daaglikse roetine besig is.
4. **Refleksie** - Aan die einde van elke week is daar ‘n begeleiding om te reflekteer oor die week wat verby is se inhoud en belewenis. Gebruik die refleksiegebed om jou Lent-ervaring te verdiep.



Psalm 121

Ek slaan my oë op na die berge:

waar sal my hulp vandaan kom?

My hulp is van die Here

wat hemel en aarde gemaak het.

Hy kan jou voet nie laat wankel nie;

jou Bewaarder kan nie sluimer nie.

Kyk, die Bewaarder van Israel

sluimer of slaap nie.

Die Here is jou Bewaarder;

die Here is jou skaduwee

aan jou regterhand.

Die son sal jou bedags nie steek nie,

die maan ook nie by nag nie.

Die Here sal jou bewaar vir elke onheil;

jou siel sal Hy bewaar.

Die Here sal jou uitgang en jou ingang bewaar,

van nou af tot in ewigheid.

ASWOENSDAG

"Stof is jy, en jy sal weer stof word..." Genesis 3:19 (AFR83)

Vir die volgende 40 dae gaan ons op 'n reis. God, ons Skepper, bemagtig ons, beskerm ons, en lei ons in ons doen en late. Soos ons Hom op hierdie reis vertrou, erken ons dat hy liefdevol na ons lewens omsien.

Tydens hierdie reis word ons genooi om tyd eenkant te sit en ons verbeelding toe te laat om deur Jesus se lyding hier op aarde vasgevang te word. Ons verbeel onsself dat ons daar is, waar Hy was, en ons vra die Heilige Gees om ons harte opnuut aan te raak, nie net deur die Evangelies nie, maar ook deur die Psalms as 'n taal van gebed.

Ons vra vir die genade om tot die lydende Jesus te nader. Ons vra vir genade om saam met Hom te huil soos ons na die kruis toe reis.

In die vroeë geskiedenis van die kerk het Christene die 40 dae voor Paassondag gebruik om hul geestelik voor te berei vir die herdenking van die groot gebeure van Jesus se kruisiging en opstanding. Dit is tradisioneel 'n tyd van opoffering om ons op 'n reis te lei waardeur ons iets van Jesus se lyding self kan beleef. Baie Christene gee iets op tydens hierdie tyd van voorbereiding. Party gee vleis, suiker, kaffeïen of sosiale media op as simbool van opoffering.

Die eerste dag van Lent word Aswoensdag genoem. Op hierdie dag – die begin van ons 40 dae van voorbereiding vir Paasfees – dink ons oor ons eie sterflikheid. Dit is tradisie in baie kerke om op Aswoensdag die merk van as op jou voorkop te ontvang. Die as word gewoonlik gemaak uit die palmtakke van die vorige jaar se Palmsondag. Dus, van "Hosanna!" (palmtakke) tot "Kruisig hom!"

Ons hou gewoonlik nie daarvan om aan ons eie sterflikheid herinner te word nie, tog voel en sien ons hoe ons ouer word. Ons erken die effek wat deurmekaarheid, verdriet, uitdagings, verwerping, besig wees en siekte op ons het. Ons vind dikwels dat ons vou onder die druk van ons gebrokenheid en beperkings. Ons is broos en weerloos. Tog, selfs te midde van ons "doodheid", hoor ons die Stem van Liefde wat ons herinner dat ons nie net stof is nie, maar GELIEFDE stof.

Gaan op 'n stadium vandag buitentoe – na jou tuin, 'n park, 'n stil stukkie grond. Verslap jou pas. Haal diep asem. Laat jouself ten volle opdaag.

Kry 'n plek waar jy naby aan die aarde kan sit of staan. Buk af en raak aan die grond – die sand, die gras, die stof onder jou voete. Voel die tekstuur daarvan. Let op die koelte, die gewig, die lewe wat daarbinne skuil.

Neem 'n oomblik om nader te kyk. Kyk hoe die klippies, wortels en stukkies lewe inmekaar geweef is.

Verbeel jou hoe God se hande hierdie einste grond teer bymekaarmaak – 'n sagte glimlag op Sy gesig – en lewe daaruit skep. Verbeel jou hoe Hy Sy asem by daardie lewe inblaas… by jou inblaas.

Jy is uit hierdie grond gemaak.

Dieselfde asem wat aan die begin oor die stof beweeg het, vul steeds vandag jou longe.

Staan 'n oomblik hier stil. Raak stil. Asem God se lewe in. Erken saam met die Psalmdigter dat ons hulp, ons ondersteuning, ons behoud, alles van die Here af kom.

Vra jouself dan af:

Wat voel ek wanneer ek onthou dat ek deel van God se skepping is?

Wat let ek op oor my eie kwesbaarheid en afhanklikheid?

Waaraan herinner God my dalk vandag soos hy fluister, "Stof is jy, en tot stof sal jy terugkeer"?

Genadegebed

Jesus, help my om te aanvaar dat ek stof is.
Help my om te weet dat ek geliefde stof is. Amen.

DONDERDAG

Kry 'n plek

Baie vroeg die volgende oggend, toe dit nog donker was, het Jesus opgestaan en uitgegaan. Hy het na 'n stil plek gegaan om alleen te wees en Hy het daar gaan bid. - Markus 1:35 (NLV)

Jesus het 'n sekere ritme in Sy lewe gekultiveer.

Hy het gereeld eenkant gekom en tyd saam met Sy Vader deurgebring.

Hier ontvang Hy dit wat Hy nodig het om te bedien en deur te druk in moeilike tye. Hier staan Hy stil om die Skepper van die hemel en aarde raak te sien. Hier lig Hy sy oë en bly in die blik van Liefde terwyl Hy onthou dat die Vader altyd oor Hom waak, Hom altyd help.

Soos wat ons saam met Jesus reis, wil ons graag Sy voorbeeld volg.

Jy word genooi om 'n plek te kry waarna jy gedurende hierdie Lent-reis kan bly terugkeer.

Laat dit 'n plek wees wat verwyder is van afleidings waar jy met Jesus en jouself in kontak kan kom.

Jy wil dalk 'n bietjie tyd vat om hierdie plek voor te berei en sekere aandenkings vanuit jou eie geestelike reis in te sluit. Dit kan simbole insluit, 'n kers, prentjie of item wat jou herinner aan 'n ontmoeting met God.

Reflekteer vandag soos jy die spasie ingaan, hoe Jesus jou hier ontmoet.

Erken dat Hy altyd daar vir jou wag – gretig om kontak te maak, gereed om te luister.

Reflekteer nou oor hoe jy aankom. Wat dra jy saam met jou?

Waaraan hou jy vas?

Bid Psalm 21 stadig soos jy na Hom draai vir krag, leiding en beskerming.

Gee hierdie reis aan Hom oor soos jy die volgende woorde herhaal: "My hulp kom van die Here, wat die hemel en aarde gemaak het."

Genadegebed

Here, gee my 'n diep bewustheid van U teenwoordigheid en liefde in my lewe.

VRYDAG

God is my bewaarder;

Hy sal my nooit vergeet of ignoreer nie.

Soos wat ons voortgaan om vir hierdie Lent-reis voor te berei, word ons genooi op te let na die emosionele spasies waar ons onsself bevind. Wanneer Jesus voor Sy kruisiging in Getsemane bid, gaan Hy 'n spasie van diep openheid en kwesbaarheid binne. Hy deel eerlik met beide God en Sy dissipels dat hy bang en angstig is. Hy rasionaliseer of verklein nie sy gevoelens nie; Hy sit daarmee en bring dit in 'n ernstige gesprek met Sy Vader in.

Sodoende bid Jesus juis met die gees van die Psalms – daardie antieke gebede wat niks terughou nie. Soos Walter Brueggemann ons herinner, "Die Psalms is nie mooi nie; hulle is nie lekker nie. Hulle is eerlik, en dis hoekom hulle so bruikbaar is." Wanneer ons deur Psalm 121 bid, sluit ons aan by daardie selfde tradisie van eerlikheid voor God, en ons vertrou dat Hy ons vrees en ons vreugde kan hou, ons moegheid en ons hoop.

Hier onthou ons dat God ons Bewaarder is – die Een wat ons nooit vergeet of ignoreer nie. Hy ontmoet ons waar ons is, of dit nou in vrees, woede, bitterheid of tevredenheid is. En soos Henri Nouwen eens geskryf het, "Wanneer jy aan jou pyn getrou is, sal jy ontdek dat daar te midde van jou duisternis 'n lig is wat nie uitgedoof kan word nie."

Om hierdie reis met openheid af te lê, kan ons kies om kwesbaar en eerlik met Jesus, soos Jesus, te wees, en stadig en sagkens te groei in deursigtigheid en Hom in ons gedagtes en emosies toe te laat. In daardie selfde spasie van eerlikheid sal ons dalk ook begin aanvoel wat Hy voel, en ontdek dat Hy geheel en al oplettend en teenwoordig vir ons is.

En soms, nes Hy met Sy dissipels gemaak het, kan Jesus ons dalk nooi om hierdie reis met iemand anders te deel, dalk een persoon of 'n klein groep wat ons vertrou. In die hardop deel van ons vrese, hoop en gebede, begin ons om God se bewarende teenwoordigheid te ervaar, nie net binne ons nie, maar ook tussen ons.

Dink na oor jou eie reis met Jesus. Erken waar jy is en vra die Gees van God om jou te help agterkom wat jy nodig het om voort te gaan met hierdie reis.

Besluit hoe jy hierdie reis sal aanpak: gaan dit saam met een ander persoon wees, of dalk saam met 'n groep?

Genadegebed

Here, gee my 'n diep bewustheid van U teenwoordigheid en liefde in my lewe.

SATERDAG

Jou Beskermer sluimer nie

Jy word vandag uitgenooi om stil te staan en bidden oor jou week terug te kyk. Wat het by jou gebly? Waaroor wonder jy nog?

Kyk aan die einde van hierdie eerste week van Lent terug na Aswoensdag, na daardie teer herinnering dat ons stof is, en na stof sal terugkeer. Hierdie waarheid lei ons nie na wanhoop nie, maar eerder na ‘n nederige bewustheid van ons gedeelde menslikheid en aan die gerusstellende realiteit dat Jesus gekies het om ten volle in ons broosheid in te loop, selfs tot in lyding en die dood.

Keer terug na die oomblikke wat gerusstelling gebring het of jou gehelp het om naby aan God te voel. Wat het hierdie oomblikke aan jou onthul oor wie God is?

Draai dan na die plekke waar jy ‘n stryd, uitdagings or lyding teegekom het (jou eie of iemand anders s’n.) Staan daar stil. Bring dit weer voor die Here as jy wil, en vertrou dat Hy dit ontvang met medelye en saam met jou daarin deel.

Soos wat jy reflekteer, wil jy dalk terugkeer na die Psalm en 'n woord of frase identifiseer wat hierdie week saam met jou gereis het. Laat dit 'n deur word waardeur jy God se getroue teenwoordigheid raaksien – hoe Hy jou bewaar het, gelei het, en genooi het om saam met Jesus Sy pad van lyding te stap.

Dallas Willard het eenkeer gesê een van die belangrikste goed om op jou reis saam met God te doen, is om "haas genadeloos te elimineer". Beweeg dus stadig terwyl jy vandag reflekteer.

Laat ongehaaste tyd 'n daad van vertroue word – vertroue dat die Een wat saam met jou loop nooit vergeet of ignoreer nie, want soos Psalm 121 ons herinner, "Jou Beskermer kan nie sluimer nie."

Rus dan in daardie versekering.

Die Beskermer van jou siel is wakker, en hou elke oomblik van jou week vas.

Sê vir Hom dankie en vra Hom dan vir wat jy nodig het soos jy vorentoe kyk.

Genadegebed

Here, gee my 'n diep bewustheid van U teenwoordigheid en liefde in my lewe.

WYS MY *die Weg*

DIE AFWAARTSE WEG

WEEK 1

Psalm 131 (ABA)

Here, ek dink nie dat ek belangrik is nie,

ek is nie hoogmoedig nie,

ek probeer nie om dinge te doen

wat vir my te moeilik is nie.

Nee, ek is tevrede met wat ek is,

ek is soos ‘n kind wat nie meer

aan sy ma drink nie,

‘n kind wat gelukkig is by sy ma.

Israeliete, julle moet glo dat die Here julle sal help,

nou en vir altyd.

SONDAG

Henri Nouwen beskryf die afwaartse weg pragtig:

"Jesus bied aan ons die groot misterie van die afwaartse weg. Dit is die weg van lyding, maar ook die weg na genesing. Dit is die weg van vernedering, maar ook die weg na die opstanding. Dit is die weg van trane, maar van trane wat in trane van vreugde verander. Dit is die weg van verborgenheid, maar ook die weg wat lei na die lig wat vir alle mense sal skyn. Dit is die weg van vervolging, onderdrukking, martelaarskap en dood, maar ook die weg na die volle openbaring van God se liefde."

Die volle openbaring van God se liefde ontvou wanneer ons by 'n plek van stil vertroue kom, op Hom wag en in Sy teenwoordigheid gevestig is. Dit beteken om my dringende begeerte om te veg vir wat ek wil hê en nodig het en voel ek verdien, te laat gaan. Dit is om my aantrekking na die soeke na goedkeuring, beheer en plesier opsy te skuif. Hierdie sagmoedigheid, nederigheid en stil tevredenheid maak ons oop vir 'n ander lewenswyse.

Jesus het baie redes gehad om 'n sekere status aan te neem of 'n sekere vlak van vrees en respek te verwag wat Hom van enige nederige werk of dade sou verwyder, maar Sy postuur toon die teenoorgestelde. Hy is diep verbind met Sy Vader, tevrede met wie Hy is, en nederig. Om Sy dissipels se voete te was is dalk vir hulle vreemd en ongemaklik, maar Jesus openbaar God se liefde ten volle deur hierdie daad van nederigheid. Deur Sy voorbeeld te volg, is die 'self' nie meer 'n afleiding, struikelblok of inhibeerder om uitwaarts te leef en vrylik lief te hê nie. Die afwaartse weg is dus nie 'n uiterlike pad wat ons moet vind nie, maar 'n innerlike reis waartoe ons genooi word. Dit mag dalk verborge, vergete of vol invloede en stemme wees wat anders uitnooi, maar Jesus bly ons saggies terugtrek:

"Want as iemand homself wil red, dan sal hy sy lewe verloor. Maar as iemand sy lewe verloor omdat hy lief is vir My, dan sal hy sy lewe red." (Mattheus 16:25 ABA)

MAANDAG

Die aard van die afwaartse weg

Petrus se onmiddellike reaksie was: "U sal tot in ewigheid nooit mý voete was nie!" Jesus antwoord hom: "As Ek jou nie was nie, het jy nie deel aan My nie." Simon Petrus vra Jesus toe: "Here, dan nie net my voete nie, maar ook my hande en kop."

Johannes 13:8-9 (NLV)

Jesus wat sy dissipels se voete was, gee ons 'n beeld van Filippense 2, waar ons lees hoe Jesus nie aan sy goddelike natuur vasgeklou het nie, maar mens geword het en Homself verneder het om die aard van 'n dienaar aan te neem. Kan jy jou Jesus voorstel, vol vertroue en seker van wie Hy is, bereid om ons eerste te stel? Simon Petrus het nie verstaan wat gebeur nie en hy het weerstand gebied (vasgehou aan wat hy moes gevoel het was suiwer en goeie bedoelings), maar Jesus ontmoet hom in sy weerstand en nooi hom uit om oop te maak vir wie Jesus is en hoe Sy bediening lyk.

Miskien was dit die blik in Jesus se oë of die stemtoon waarmee Hy hierdie woorde gesê het, maar Simon Petrus wou onmiddellik hierin deel - waarheen dit ook al lei.

Ons sien later dat hierdie afwaartse weg Jesus uiteindelik na die kruis lei, waar hy selfs toe gehoorsaam was deur Homself te gee, op 'n ondraaglike en vernederende manier. Let egter daarop dat dit nie AAN Hom gedoen is nie, maar DEUR Hom. Dis deel van sy identiteit. (Van Wyk, Marais and Simpson).

Om soos Hy te word is dus nie 'n lys goed wat ons doen of kenmerke wat ons aanplak as 'n bykomende ekstra tot wie ons is nie. Dis om na Sy beeld getransformeer te word en die aard van die afwaartse weg aan te leer sodat nederigheid en selfopoffering en die vryheid wat dit bring, ook word wie ons is.

Ons leer dat die aard van die afwaartse weg is soos wat die Psalmdigter in Psalm 131 sê: kalm vertroue en wag op die Here. Dis sagmoedig, maar nie swak nie. Dis om in God te rus en om Sy Seun toe te laat om ons te lei.

Terwyl jy oorweeg hoe dit lyk om Jesus te volg, ook in Sy lyding, vra jouself af:

Waar kyk Jesus dalk op na my en hoe nooi Hy my dalk uit terwyl Hy my voete was? Hoe spoor Hy my aan en lei Hy my dalk om die aard van die afwaartse weg saam met Hom te ontdek? Kan dit wees dat Hy my vra om geduldig te wees en Sy proses te vertrou terwyl Hy my wys hoe om sekere dingete laat gaan wat my beperk of beheer? Of miskien is dit Hy wat my nooi om in vertroue te groei terwyl Hy my vra om van myself in medelye en diensbaarheid te gee?

Genadegebed

Here, gee my 'n diep bewustheid van U teenwoordigheid en liefde in my lewe.

DINSDAG

Die Vermoë en bereidwilligheid

om gelei te word waar jy eerder nie sou wou gaan nie

'Hy het toe van die tafel af opgestaan, sy bo-klere uitgetrek, 'n doek gevat en dit om Hom vasgebind. Daarna het Hy water in 'n wasskottel gegooi en begin om die dissipels se voete te was en af te droog met die doek wat om Hom vasgebind was. Hy kom toe by Simon Petrus, wat vir Hom sê: "Here, gaan U mý voete was?" Jesus antwoord hom: "Wat Ek besig is om te doen, verstaan jy nie nou nie, maar wanneer alles verby is, sal jy dit verstaan." '

Johannes 13:4-7 (NLV)

Hoe sou jy volwassenheid definieer? Miskien as ons staatmaak op die boodskappe wat ons rondom ons ontvang, sal dit insluit om self te besluit, goed te funksioneer as 'n gebalanseerde persoon - selfstandig, suksesvol, iemand wat bereik wat jy wil bereik…

"Jesus gee ons egter 'n ander weergawe van volwassenheid: Dit is die vermoë en bereidwilligheid om gelei te word waar jy eerder nie wil gaan nie." - Henri Nouwen.

Soos die Psalmdigter leer, vereis dit 'n sekere postuur. Daarom sê hy: "My hart is nie hoogmoedig nie, Here, en my oë is nie trots nie…"

Nie baie mense sou hierdie taak van voetewas, wat gewoonlik aan die dienskneg van die huis gegee word, wou verrig nie, maar dit is die taak wat Jesus kies om uit te voer en te gebruik vir 'n diep en betekenisvolle oomblik. Hy het nie vasgehou aan Sy status as God se seun, die Een bo alle ander, nie. Hy het neergebuig en Homself uitgegiet ter wille van Sy dissipels en van ons. Hy het gegaan waar ander sou weerstand bied om te gaan.

As ons Sy voorbeeld volg en Hom vra om ons te help groei in vertroue en nederigheid, waarheen lei Hy ons dan wat nie noodwendig na die voor die hand liggende of gemaklike keuse lyk nie? Waar nooi Hy ons dan uit om onsself aan Hom oor te gee?

Dit kan wees:

- die plek van herstel van 'n gebroke verhouding,
- die plek van prysgee van 'n wanordelike gehegtheid,
- die plek van jouself aanbied om saam met Jesus te dien,
- of bloot die plek van dapperheid en kwesbaarheid, waar jy eerlik by Hom reflekteer.

Die reis na hierdie plekke is gewoonlik diep transformerend soos ons oopmaak vir Sy geheimenisse en wonders. Ons bly in die stil teenwoordigheid van die Een wie se liefde in elke deel van ons wesens vloei.

Genadegebed

Here, gee my 'n diep bewustheid van U teenwoordigheid en liefde in my lewe.

WOENSDAG

Slegs deur die kruis

"Julle noem My Leermeester en Here, en tereg só, want Ek is dit. As Ek dan, wat julle Here en Leermeester is, julle voete gewas het, moet julle ook mekaar se voete was. Ek het vir julle 'n voorbeeld gestel, en soos Ek vir julle gedoen het, moet julle ook doen. Hoe waar is dit tog nie: 'n Slaaf is nie belangriker as sy eienaar nie en 'n gestuurde ook nie belangriker as die een wat hom gestuur het nie. As julle hierdie dinge insien en julle eie maak, sal julle geseënd wees as julle dit ook doen."

Joh. 13:13-17 (NLV)

Jesus se offer aan die kruis is soveel meer as 'n eenmalige daad van verlossing. Dis die moontlikheid van 'n veranderde lewe. Dis 'n oop deur om Jesus se voorbeeld deur Sy genade te kan volg. Dis om onsself kalm en stil te vind in God se teenwoordigheid, soos die Psalmidigter skryf.

Jesus is afwagtend dat ons deur die kruis sal oopmaak vir Sy voortdurende operasionele liefde wat ons verander en ons in staat stel om elke dag 'n bietjie meer soos Hy te word. Deur Sy selfopofferende daad aan die kruis weet ons dat ons op 'n dieper vlak by Hom kan wees – dat ons Hom kan vra vir raad, leiding en energie. Net soos die dissipels verander en uitgedaag en gevorm is net deur naby aan Jesus te wees, so is ons ook, want daar is geen afstand tussen Hom en ons nie - geen hindernisse, geen rede om nie saam met Hom te sit en te leer om jou lewe te gee soos Hy Syne gegee het nie.

Dit sal waarskynlik nie beteken dat ons moet deurmaak wat Hy deurgemaak het nie, maar dit sal ons wys hoe om nie minder van onsself te dink nie, maar minder aan onsself te dink. Dit sal beteken dat ons leer om te sien wat ander nodig het en langs hulle in te tree, selfs wanneer jou tyd, hulpbronne en gawes na jouself kon gegaan het. Dit sal beteken dat ons meer voel soos ons Sy hartklop leer ken.

Dink aan Jesus se voorbeeld. Wat trek jou aandag?

Vra Hom wat Hy nou wil hê jy moet oplet.

Oorweeg saam met Hom hoe Hy jou vra om te doen wat Hy gedoen het.

Genadegebed

Here, gee my 'n diep bewustheid van U teenwoordigheid en liefde in my lewe.

DONDERDAG

'n Nuwe oriëntasie

'Nadat Jesus hulle voete klaar gewas het, het Hy sy bo-klere aangetrek en weer aangelê by die ete. Hy sê toe vir hulle: "Verstaan julle wat Ek vir julle gedoen het? '

Johannes 13:12 (NLV)

Walter Brueggemann het 'n boek geskryf oor die bid van die Psalms. Daarin stel hy voor dat die Psalmdigter deur verskillende bewegings of seisoene gaan (soos ons ook).

Soms leef ons met 'n gevoel van stabiliteit en helderheid - wanneer die lewe heel en georden voel (oriëntasie). Miskien is dit min of meer waar die dissipels hulself bevind het terwyl hulle die lewe met Jesus geleef het.

Dan kom die tye van verwarring en verlies, wanneer dit voel asof ons in 'n diep put geval het (disoriëntasie). Kan dit wees dat dit die tyd is wat die dissipels nou binnegegaan, naby die einde van Jesus se lewe op aarde?

Tog, deur genade, is daar ook oomblikke wanneer ons in 'n nuwe ruimte ingebring word, uit daardie duisternis opgelig word tot hernude dankbaarheid, dieper bewustheid en vertroue in God (nuwe oriëntasie).

Miskien kan Psalm 131 as 'n Psalm van nuwe oriëntasie beskou word, waarin die Psalmdigter 'n gevoel van kalmte, tevredenheid en stil vertroue vind nadat hy bewus geword het van die kompleksiteite van die lewe waarop daar dikwels geen antwoorde is nie.

Toe Jesus sy dissipels se voete gewas het, het Hy geweet wat in die nabye toekoms lê - 'n tyd van intense disoriëntasie.

Hy berei hulle nie net voor vir wat gaan kom nie, maar ook hoe om in die tyd wat kom te leef, en Hy gee hulle ‘n manier om ‘n nuwe oriëntasie te vind te midde van ‘n ander werklikheid.

Hy nooi hulle uit om te erken dat deur die gee van Homself, deur hulle te dien, hulle gevind, vasgehou en geroep word. Die simboliese was van hulle voete wys hulle dat hulle ingetrek, ingesluit en gestuur word om dieselfde te doen.nie, maar ook hoe om in die tyd wat kom te leef, en Hy gee hulle ‘n manier om ‘n nuwe oriëntasie te vind te midde van ‘n ander werklikheid. Hy nooi hulle uit om te erken dat deur die gee van Homself, deur hulle te dien, hulle gevind, vasgehou en geroep word. Die simboliese was van hulle voete wys hulle dat hulle ingetrek, ingesluit en gestuur word om dieselfde te doen.

In watter seisoen bevind jy jouself vandag? Stel jou voor dat Jesus aan jou voete raak, hulle was en jou liefhet deur jou te dien.

Vier saam met Hom (as dit is waar jy vandag is) dat dinge sin maak en dat jy tevrede is, of let op hoe Hy nie afgeskrik word deur jou tye van disoriëntasie nie.

Hy luister en hou vas.

Bid Psalm 131 stadig terwyl jy Hom vertrou vir ‘n nuwe oriëntasie in jou lewe, ‘n draai van jouself na Hom; van oordenking na oorgawe; van skarrel om te oorleef na dien in nederigheid.

Genadegebed

Here, gee my ‘n diep bewustheid van U teenwoordigheid en liefde in my lewe.

VRYDAG

Die moed om anders te leef

“Julle noem My Leermeester en Here, en tereg só, want Ek is dit. As Ek dan, wat julle Here en Leermeester is, julle voete gewas het, moet julle ook mekaar se voete was. Ek het vir julle ’n voorbeeld gestel, en soos Ek vir julle gedoen het, moet julle ook doen. Hoe waar is dit tog nie: ’n Slaaf is nie belangriker as sy eienaar nie en ’n gestuurde ook nie belangriker as die een wat hom gestuur het nie. As julle hierdie dinge insien en julle eie maak, sal julle geseënd wees as julle dit ook doen.”

Johannes 13:13-17 (NLV)

Wat as Jesus se voorbeeld wat ons na selfopoffering en nederigheid nooi, nie hoofsaaklik ter wille van die wêreld rondom ons is nie, maar eerder ter wille van die wêreld binne-in ons? Walter Brueggemann bid:

“Gee ons moed vir U ligte las, sodat ons onbelaste lewens kan lei.”

Wanneer iemand sê: ‘Gee jou lewe op, sit opsy wat vir jou saak maak, laat vaar jou geriewe en plesiere’, kan dit voel asof dit ‘n baie hoë prys is om te betaal, maar wat ons vind, is dat dit met Jesus se uitnodiging die teenoorgestelde is. Sy ligte las, selfopoffering en nederigheid, help ons om met ‘n groter gevoel van betekenis, vryheid en ligtheid te leef.

Psalm 131:2 gee ons ‘n kykie hierna en help ons verstaan dat net soos ‘n gespeende kind vreedsaam in sy moeder se arms rus (nie meer rusteloos of verlangend na wat eens vertroosting gebring het nie), so het die Psalmdigter se siel geleer om stil te rus, vry van die aantrekkingskrag van trots of die nastreef van wêreldse begeertes.

Jesus wys ons hoe dit prakties lyk. Hy stel Homself nie bo ander of beskou Homself as belangriker nie. Hy word nie gedryf deur ‘n behoefte aan mag of status of die bevrediging van een of ander ambisie nie. Hy beleef nie konflik oor wat Hy moet doen nie. Hy leef ‘n lewe van betekenis en vryheid. Hy was vuil voete vir ‘n gehoor wat dit nie heeltemal verstaan nie. Hierdie oomblik dra gewig.

Die afwaartse weg is nie om jouself te sien as onbeduidend of van minder waarde nie.

Dit is nie passief of sku nie.

Dit is om met moed en vrymoedigheid 'n ander weg te kies wat ons in Jesus sien en slegs deur Jesus kan aanpak en volg.

Dit is 'n seën. Dis transformerend. Dit red ons.

Hoe kan dit in jou lewe lyk?

Genadegebed

Here, gee my 'n diep bewustheid van U teenwoordigheid en liefde in my lewe.

SATERDAG
Refleksie

‘Voor die viering van die paasmaaltyd het Jesus reeds geweet dat sy tyd aangebreek het om van hierdie wêreld af na die Vader toe oor te gaan. Jesus was lief vir sy eie mense wat in die wêreld gewoon het. Hy het hulle enduit liefgehad.

Gedurende die aandete het die duiwel alreeds ’n saadjie in die hart van Judas, die seun van Simon Iskariot, geplant om Jesus uit te lewer. Jesus het geweet dat die Vader alles tot sy beskikking gestel het, en dat Hy van God gekom het en weer na God teruggaan. Hy het toe van die tafel af opgestaan, sy bo-klere uitgetrek, ’n doek gevat en dit om Hom vasgebind.

Daarna het Hy water in ’n wasskottel gegooi en begin om die dissipels se voete te was en af te droog met die doek wat om Hom vasgebind was. Hy kom toe by Simon Petrus, wat vir Hom sê: “Here, gaan U mý voete was?” Jesus antwoord hom: “Wat Ek besig is om te doen, verstaan jy nie nou nie, maar wanneer alles verby is, sal jy dit verstaan.” Petrus se onmiddellike reaksie was: “U sal tot in ewigheid nooit mý voete was nie!” Jesus antwoord hom: “As Ek jou nie was nie, het jy nie deel aan My nie.”

Simon Petrus vra Jesus toe: “Here, dan nie net my voete nie, maar ook my hande en kop.” Jesus sê vir hom: “Iemand wat klaar gebad het, is heeltemal skoon, behalwe om nog sy voete te was. En julle is mos reeds skoon – nee, tog nie almal nie.” Jesus het goed geweet wie Hom sou uitlewer; daarom het Hy gesê: “Julle is nie almal skoon nie.”

Nadat Jesus hulle voete klaar gewas het, het Hy sy bo-klere aangetrek en weer aangelê by die ete. Hy sê toe vir hulle: “Verstaan julle wat Ek vir julle gedoen het? Julle noem My Leermeester en Here, en tereg só, want Ek is dit. As Ek dan, wat julle Here en Leermeester is, julle voete gewas het, moet julle ook mekaar se voete was. Ek het vir julle ’n voorbeeld gestel, en soos Ek vir julle gedoen het, moet julle ook doen. Hoe waar is dit tog nie: ’n Slaaf is nie belangriker as sy eienaar nie en ’n gestuurde ook nie belangriker as die een wat hom gestuur het nie. As julle hierdie dinge insien en julle eie maak, sal julle geseënd wees as julle dit ook doen.” ‘

Joh. 13 (NLV)

Lees weer stadig deur hierdie week se skrifgedeelte. Dink terug oor jou week terwyl jy hier tyd saam met Jesus deurbring.

Let op na oomblikke van duidelikheid, vrae en uitnodigings.

- Wanneer het jy vertroos of geïnspireerd gevoel? Jy kan dalk 'n paar notas maak en dan vir Jesus dankie sê vir hierdie oomblikke.

- Waar het jy ver van God of onseker oor Sy nabyheid gevoel? Vra Hom om jou te wys hoe Hy selfs daar stil teenwoordig was.

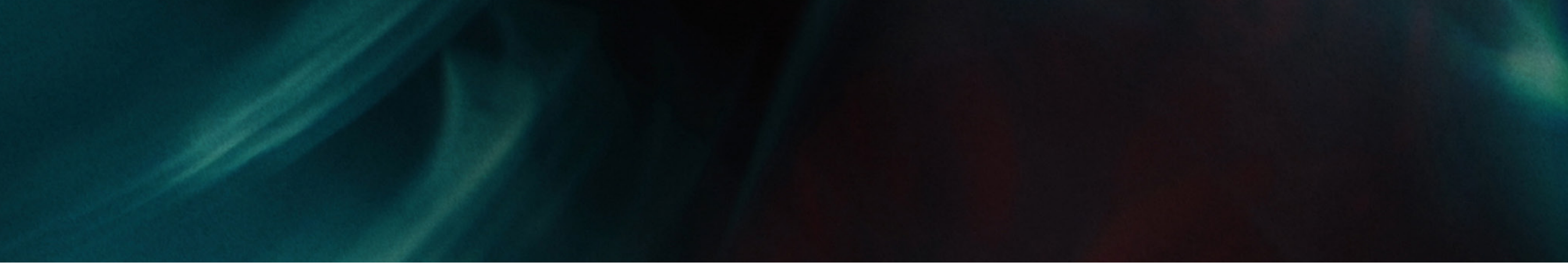
- As jy vorentoe kyk, watter vraag of verlange wil jy nou na Jesus toe bring?

Beëindig jou gebedstyd deur Psalm 131 stadig en hardop te bid.

WYS MY *die Weg*

DIE WEG VAN SELF-ONTLEDIGING

WEEK 2



Psalm 84:6-8 (AFR53)

“Welgeluksalig is die mens wie se sterkte in U is, in wie se hart die gebaande weë is.

As hulle deur die Droë Laagte trek, maak hulle dit ‘n fonteinland; ook oordek die vroeë reën dit met seëninge.

Hulle gaan van krag tot krag; elkeen van hulle sal verskyn voor God in Sion.”

SONDAG

En hulle het Hom gevange geneem en weggelei en na die huis van die hoëpriester gebring; en Petrus het op ’n afstand gevolg. En toe hulle ’n vuur in die middel van die voortuin aangesteek en saam gaan sit het, het Petrus tussen hulle gaan sit. En ’n sekere diensmeisie het hom by die vuur sien sit en ingestaar en gesê: Hierdie man was ook saam met Hom. Maar hy het Hom verloën en gesê: Vrou, ek ken Hom nie. En kort daarna het ’n ander hom gesien en gesê: Jy is ook een van hulle. Maar Petrus antwoord: Man, ek is nie. En omtrent ’n uur later het ’n ander een dit bevestig en gesê: Waarlik, hierdie man was ook saam met Hom, want hy is ’n Galileër. Maar Petrus antwoord: Man, ek weet nie wat jy sê nie! En op daardie oomblik, terwyl hy nog praat, het die haan gekraai. En die Here het Hom omgedraai en Petrus aangekyk; toe onthou Petrus die woord van die Here, dat Hy vir hom gesê het: Voordat die haan kraai, sal jy My drie maal verloën. En Petrus het uitgegaan en bitterlik geween.

Lukas 22:54–62 (AFR53)

In hierdie week neem die Lent-reis ons na Psalm 84. Die psalm is deur die kinders van Korag geskryf om pelgrims voor te berei op hul tog na Jerusalem. Daar word met die pelgrims se harte en siele gewerk om motiewe te suiwer en hoop te hervorm. ’n Pelgrim moet weer in aanraking kom met sy diepste begeerte - nie ’n begeerte na voorsiening, sekuriteit of uitkoms nie, maar ’n begeerte na God self. Hulle het dit seker gesing soos ’n gebed wat aan jou ribbes kom klop: “My siel verlang, ja, smag na die voorhowe van die Here.” Dit het diegene wat op reis was herinner dat die reis net om Hom gaan. In Jerusalem, op Berg Sion, sou hulle uiteindelik in die voorhowe van die tempel staan en Sy teenwoordigheid beleef.

Eeue later neem Jesus ook deel aan hierdie pelgrimstog na Jerusalem. Hy gaan met ’n ywer wat Hom verteer om die huis van God te herstel. Maar Hy bring méér as ’n reiniging van die tempel; Hy bring die ware tempel tot stand. Die adres van God verskuif. Sy teenwoordigheid is nie meer aan stene en mure nie gekoppel nie, maar aan Hom. En Hy bewerk dit deur self deur na die Vallei van Trane - die Vallei van Baka - te gaan.

En dan, op ’n nag kort voor die kruisiging, sien ons ’n ander pelgrim wat onwetend deur sy eie traanvallei stap. Petrus, die jong visserman wat sy lewe vir Jesus sou aflê, volg Hom op ’n afstand nadat Hy gearresteer is. Hy bevind hom by ’n vuur in ’n voortuin van die hoëpriester se huis. Die nag is lank, gespanne, vol onsekerheid. En drie keer, by drie gewone mense, sê hy dieselfde woorde: “Ek ken Hom nie.”

Dit is sy Droë Vallei. Sy plek van ontreddering en ontmaskering. Sy klein Vallei van Baka. En dan gebeur die sin wat soos ’n fontein deur die donker sny: “En die Here het Hom omgedraai en Petrus aangekyk.” Nie met oordeel nie. Nie met verwyte nie. Met daardie blik wat jou nie breek nie, maar jou oopmaak. Petrus hardloop uit en huil bitterlik. Sy trane val op grond wat hy nie gekies het nie, maar juis daardie trane word die begin van ’n nuwe fonteinland in sy siel.

Psalm 84 noem dit ’n geografie van die siel—’n innerlike landskap waar God jou deur die vallei lei, nie om jou te verneder nie, maar om jou leeg genoeg te maak dat Sy krag

jou kan dra. Pelgrims gaan van krag tot krag, maar dit is nie hul eie krag nie. Dis die soort krag wat kom wanneer jou eie sekerheid in stukke lê en God jou opraap.

En dit is presies wat hierdie week se uitnodiging is: om nie as toeris deel te neem aan die Lent-reis nie - nie vir interessantheid of ontspanning nie - maar as iemand wat hul hart op ‘n pelgrimstog gerig het. As iemand wat bereid is om deur die Droë Laagte te loop, sodat dit in God se hand ’n fonteinland kan word. As iemand wat leer dat om leeg te word nie die verlies van jouself is nie, maar die vind van Hom wat jou dra van krag tot krag, totdat jy ook voor God in Sion verskyn.

MAANDAG

'n Hart wat op 'n pelgrimstog gerig is

"... in wie se hart die gebaande weë is." Psalm 6:84 (AFR53)

"...whose hearts are set on pilgrimage." Psalm 5:84 (NIV)

En op daardie oomblik, terwyl hy nog praat, het die haan gekraai. En die Here het Hom omgedraai en Petrus aangekyk; toe onthou Petrus die woord van die Here, dat Hy vir hom gesê het: Voordat die haan kraai, sal jy My drie maal verloën. En Petrus het uitgegaan en bitterlik geween.

Luk 22:61-62

Daar was vir eeue vóór die geboorte van Jesus die gebruik om 'n pelgrimstog na Jerusalem te onderneem. 'n Pelgrimstog is 'n reis na 'n heilige plek vir geestelike redes. 'n Pelgrim is nie 'n toeris nie; 'n pelgrim is op soek na waarheid, na sin, na waardes wat ewig standhou. Hierdie psalm is geskryf vir mense wat op pad was na Jerusalem—na Sion, die berg waar die tempel van die Here was. Hulle het gesmag na die oomblik wanneer hulle daar sou kon wees, in Sy teenwoordigheid. "Eén dag in U voorhowe is beter as duisend elders," sê die psalmdigter. En Jesus het ook aan hierdie pelgrimstog deelgeneem, maar om 'n dieper rede: om alles te vervul wat die pelgrimstog deur al die eeue simbolies uitgebeeld het.

Wanneer die psalmdigter sê, "in wie se hart die gebaande weë is," bedoel hy: die pelgrimspad lê reeds in jou; jy dra dit binne jou. Die pad na God is nie iets buite jou nie - dit word in jou gevorm.

Die reis begin met 'n verlange waarop ons reageer deur "ja" te sê vir 'n onseker pad - 'n pad waaroor ons nie beheer het nie. Om uiteindelik op Berg Sion te kan staan, vra dat jy jouself sal leegmaak van jouself, sodat daar ruimte kan wees vir Hom om jou met Homself te vul. Hierdie leegword bring 'n vreemde vryheid - 'n vryheid wat groei wanneer jy begin om van beheer te laat gaan te midde van onsekerheid. Gerald May skryf: "Ware vryheid kom wanneer ons ophou probeer beheer, en begin vertrou dat God self die pad is."

En dan wys Lukas vir ons ’n oomblik in die lewe van Petrus wat hierdie pelgrimspad sigbaar maak. Net voor die kruisiging staan hy by ’n vuur in die voortuin van die hoëpriester se huis. Die nag is swaar, vol spanning, en drie keer sê hy: “Ek ken Hom nie.” Maar dan kom die sin wat die hele vallei oopbreek: “En die Here het Hom omgedraai en Petrus aangekyk.” Dit is nie ’n kyk van veroordeling nie, maar van liefde wat jou tot eerlikheid bring. Petrus gaan uit en huil bitterlik - sy eie Vallei van Baka. En juis daar, in sy trane, begin ’n fonteinland vorm. Want die pelgrimpad werk nie met perfektheid nie; dit werk met oorgawe, met broosheid, en met die wete dat God ons deur elke laag van die reis sal vorm.

Om ’n hart te hê wat ingestel is op ’n pelgrimstog, beteken om “ja” te sê vir verandering, vir wording, vir groei. Dit beteken om te vertrou dat die pad self jou sal vorm - selfs deur draaie wat jy nooit sou kies nie. Dit beteken om deur die Vallei van Baka te gaan, daardie droë vallei wat deur Sy teenwoordigheid ’n fonteinland word.

Oefening

Sit vir vyf minute stil en let op na jou asemhaling.

Raak nou bewus dat Hy jou asem vir jou gee.

Asem ‘n klein bietjie dieper as gewoonlik in en sê saggies vir Hom met die uitasem:

“My hart is op reis na U.”

Let op wat in jou wakker word – verlange, weerstand, vrees? Laat dit alles gaan.

Jy is n pelgrim op n reis.

Genadegebed

Here, gee my ‘n diep bewustheid van U teenwoordigheid en liefde in my lewe.

DINSDAG

Deur die Vallei van Baka

Psalm 84:6a – "As hulle deur die vallei van Baka trek..."

En op daardie oomblik, terwyl hy nog praat, het die haan gekraai. En die Here het Hom omgedraai en Petrus aangekyk; toe onthou Petrus die woord van die Here, dat Hy vir hom gesê het: Voordat die haan kraai, sal jy My drie maal verloën. En Petrus het uitgegaan en bitterlik geween.

Luk 22:61-62

Elke pelgrim moet deur die dorre vallei van Baka gaan - die plek van trane, spanning en ontevredenheid - om by Sion uit te kom. Die fisiese vallei van Baka is net 'n uiterlike beeld van die innerlike werklikheid van die siel. Ons binneste is dikwels vol onrustigheid, ontevredenheid, vrees en soveel meer. David Benner sê daar is drie bronne van innerlike spanning:

1. Dinge wat ons wil hê, maar nie het nie;

2. Dinge wat ander van ons dink, wat ons nie wil hê nie;

3. Dinge wat ons graag wil doen, maar nie kan nie.

As jy ongelukkig is, lê dit gewoonlik by een van hierdie drie. Dink vir 'n oomblik daaraan: waar lê jou eie spanning?

Hierdie drie magte - wat ek wil hê, wat ander van my dink, en wat ek kan doen - skep subtiele drukking in ons binneste. Ons wil hê, ons wil aanvaar word, ons wil beheer. Dis die drie energiesentrums van die ego. Maar in Baka hou dit nie. Die pad deur Baka is juis die plek waar die ego se energie uitgeput raak. Dit is waar jy besef: ek kan nie my eie lewe skep of red nie.

Dit is presies wat met Petrus gebeur het toe hy in die voortuin by die vuur gestaan het. Drie keer probeer hy beheer behou - om sy beeld te beskerm, om weg te kom van vrees - en dan lees ons: “En die Here het Hom omgedraai en Petrus aangekyk.” Daardie kyk het sy weerstand laat sak. Hy het uitgehardloop en bitterlik gehuil - sy eie Vallei van Baka, sy plek van ontreddering én begin van leegword.

Gerald May skryf: “Leegheid is nie ’n gebrek nie; dit is ruimte vir die Heilige.” Om deur Baka te gaan, is om jou greep te verslap - om te laat gaan wat jy wil hê, wat jy wil wys, en wat jy wil doen. Dit is die plek waar selfontlediging gebeur: die ongemaklike stil plek waar jy ontdek dat jy nie meer jouself kan red nie… en dat dit presies is waar God ruimte kry om jou te vorm.

Oefening

Dink aan jou eie geluksprogram. Aan hoe die begeertes aan oorlewing, aanvaarding en beheer jou lewe vorm.

Vra vir oë om die effek op jou lewe te kan sien en trane van berou vir dit wat jy doen.

Gee dit oor aan Hom. Vra om vergifnis en vra Hom jou te vul. “Ek laat gaan. Maak in my ruimte vir U.”

Genadegebed

Here, gee my ‘n diep bewustheid van U teenwoordigheid en liefde in my lewe.

WOENSDAG

Na die fonteine van Baraka

Psalm 84:6b – "Hulle maak dit 'n plek van fonteine; die vroeë reën bedek dit met seëninge."

En op daardie oomblik, terwyl hy nog praat, het die haan gekraai. En die Here het Hom omgedraai en Petrus aangekyk; toe onthou Petrus die woord van die Here, dat Hy vir hom gesê het: Voordat die haan kraai, sal jy My drie maal verloën. En Petrus het uitgegaan en bitterlik geween.

Luk 22:61-62

Wat gebeur wanneer ons deur die vallei van Baka gaan? Ons kom by Baraka uit. Die vallei van trane word 'n plek van fonteine. 'n Nuwe dag breek aan. Blydskap kom in die môre. Ons ervaar 'n nuwe soort vryheid. Gerald May noem dit die vryheid van toestemming - die oomblik wanneer ek ophou om die lewe te probeer beheer en eenvoudig toestem tot wat ís.

Dit is presies wat gebeur het toe Petrus, ná die Here se kyk in Lukas 22, uitgedraf het en bitterlik geween het. Daardie trane het nie sy einde beteken nie; dit was sy Baraka - die plek waar sy gebrokenheid begin lewe gee.

Wanneer ons toestem tot die oomblik, selfs wanneer dit seermaak, begin nuwe lewe uit die grond van ons leegheid opborrel. Die trane word water van lewe. Dit is die misterie van genade: dat dit wat ons dink ons vernietig, uiteindelik die plek word waar God nuwe lewe laat opborrel.

Oefening

Dra vandag ’n kort sin saam: “Laat dit, Here, ook ’n fontein word.” Elke keer as jy spanning of frustrasie voel, sê dit sag.

Let op of iets in jou versag, hoe lewe weer deur jou begin vloei soos jou asem.

Genadegebed

Here, gee my ‘n diep bewustheid van U teenwoordigheid en liefde in my lewe.

DONDERDAG

Krag in God Alleen

Psalm 84:5a – "Gelukkig is die mense wie se krag in U is."

Om jouself leeg te maak (Fil. 2:7), om leeg te word, is nie om magteloos te wees nie, maar om oop te word vir 'n ander soort krag. Die ekkigheid skep selfaangedrewe energie - die dryf na prestasie, erkenning en beheer. Die ware self leef uit die energie van God binne-in ons, soos Paulus skryf in Kolossense 1:29: "...ek arbei volgens sy werking (energeia) wat Hy in my werk (energoumenon) met krag (dunamis)."

Dit is dieselfde soort krag wat Petrus ontdek het nadat Jesus hom in Lukas 22 aangekyk het. Sy eie krag het opgeraak, sy selfaangedrewe energie het ineengestort. Maar juis daar begin God hom aandryf met 'n ander soort energie - een wat nie vanuit homself kom nie.

David Benner skryf: "Ons sterkste oomblikke kom wanneer ons ophou om sterk te probeer wees." In leegwording ontdek jy 'n nuwe vitaliteit - 'n lewe wat nie meer uit spanning leef nie, maar uit vrede.

Oefening

Wanneer jy vandag moeg of gespanne voel, plaas jou hand oor jou hart en bid met jou asem: Inasem: "U krag." Uitasem: "My strewe." Laat die woorde stadig in jou sak en in jou hart gaan lê.

Genadegebed

Here, gee my 'n diep bewustheid van U teenwoordigheid en liefde in my lewe.

VRYDAG

Van krag tot krag

Psalm 84:7 – "Hulle gaan voort van krag tot krag, totdat elkeen voor God in Sion verskyn."

Die pad van die pelgrim is nie 'n reguit lyn waar jy net vorentoe beweeg nie, maar 'n sirkel van genade. Elke keer wat jy leeg word, word jy weer gevul. Elke keer wat jy laat gaan, ontdek jy nuwe lewe. Dit is die geheime ritme van selfontlediging: verlies wat lei na vervulling, aflegging wat lei na vryheid.

Wanneer ons ophou vashou, ontdek ons dat ons reeds vasgehou word. Dit is wat met Petrus gebeur het toe Jesus Hom omgedraai en hom aangekyk het in Lukas 22 - hy het alles verloor wat hy oor homself gedink het, maar juis daar ontdek dat hy nie alleen is nie. Die pad van "krag tot krag" beteken nie dat jy al hoe sterker in jouself word of dat dinge net al hoe beter gaan nie. Dit beteken jy leef al dieper uit die krag van God.

En so kom ons in Sion aan. Ons gaan Sy teenwoordigheid binne. Die reis is 'n reis na wat ons alreeds het. Dit is die ontdekking van die werklikheid van wat Jesus gedoen het: die voorhangsel het geskeur, en ons hoef nie meer net in die voorhowe van die tempel te staan nie, ons mag by die Allerheiligste ingaan. Ons is nou die tempel, en Hy woon in ons. Ons ontmoet Hom in ons harte en bevind onsself in Hom.

En as ons eenmaal hier was, wil ons hier bly. Ons het die plek gevind waar ons tuiskom. Ons bly op die reis en spandeer al hoe meer tyd in hierdie ruimte. Paulus bid dat ons met krag versterk sal word in die innerlike mens, sodat Christus in ons kan woon (Ef. 3:16–17): "that Christ may dwell—settle down, abide, make His permanent home—in your hearts; that you may be rooted deep in love and founded securely on love."

Oefening

Waarheen word jy geneem met die wete dat die reis eintlik ‘n innerlike reis is na dit wat jy alreeds het?

Neem ‘n paar oomblikke om jou vrae, begeertes, belydenisse en dankbaarheid neer te skryf.

Genadegebed

Here, gee my ‘n diep bewustheid van U teenwoordigheid en liefde in my lewe.

SATERDAG

Kyk terug

Lees hierdie week se skrifgedeelte weer stadig deur. Dink rustig terug aan jou week, aan die tye wat jy saam met Jesus in hierdie verhaal deurgebring het. Let op oomblikke van helderheid, vrae en uitnodigings.

- Wanneer het jy vertroos of geïnspireer gevoel? Maak gerus 'n paar aantekeninge en dank Jesus vir daardie oomblikke.

- Waar het jy vêr van God af gevoel, of onseker oor Sy nabyheid? Vra Hom om jou te wys hoe Hy selfs daar sag en stil teenwoordig was.

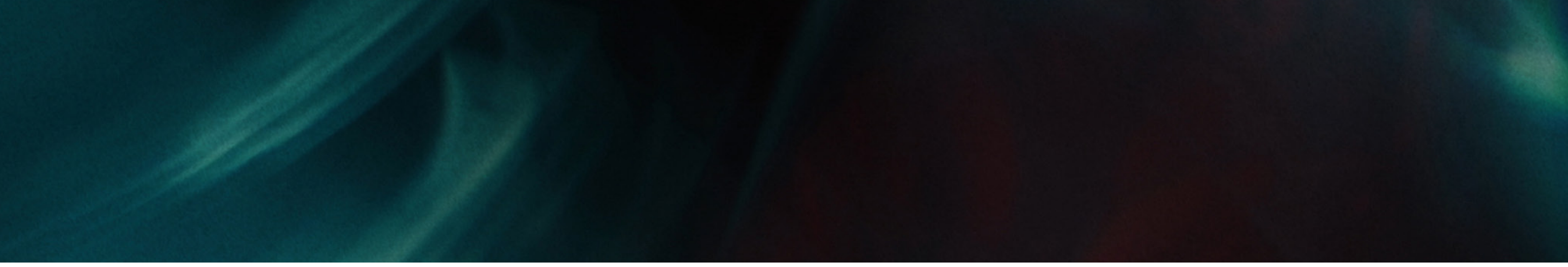
- Wanneer jy vorentoe kyk, watter vraag of watter verlange wil jy nou na Jesus toe bring?

Sluit jou gebedstyd af deur Psalm 84 stadig en hardop te bid.

WYS MY *die Weg*

DIE WEG VAN BEREIDWILLIGHEID

WEEK 3



"40" – U2

I waited patiently for the Lord
He inclined and heard my cry
He brought me up out of the pit
Out of the miry clay

I will sing, sing a new song
I will sing, sing a new song

How long to sing this song?
How long to sing this song?
How long, how long, how long
How long to sing this song?

You set my feet upon a rock
And made my footsteps firm
Many will see
Many will see and fear

I will sing, sing a new song
I will sing, sing a new song
I will sing, sing a new song
I will sing, sing a new song

"40", also known as "40 (How Long)", is a song by Irish rock band U2. It is the tenth and final track on their 1983 album, War. The lyrics are a modification of the Bible's Psalm 40.

Psalm 40:1-9 (NLV)

Ek het met hunkering
op die Here gewag.
Hy het na my afgebuig
en my geroep gehoor,
en my opgetel
uit die afgrond van die dood,
uit die modder en die slym.
Hy het my voete
op ’n rots laat staan
en my op vaste grond
laat loop.
Hy het my ’n nuwe lied gegee,
’n lofsang om ons God te prys.
Baie sal met eerbied toekyk.
Hulle sal op die Here vertrou.
Geseënd is die mens
wat op die Here vertrou,
wat hom nie wend
na hooghartiges,
of vertrou op vals gode nie.
Here my God,
U het baie wonders gedoen.
U planne vir ons
kan met niks
vergelyk word nie.
As ek van al u wonderdade
wil vertel,
is dit te veel om op te noem.
Slagoffers of graanoffers
wil U nie hê nie.
U het my in staat gestel
om te luister.
Brandoffers of sonde-offers
het U nie nodig nie.
Toe sê ek: “Kyk, ek kom!
In die boekrol
is dit oor my geskryf.
Dis my begeerte
om u wil te doen,
my God,
want u voorskrifte is in my hart.”

SONDAG

Psalm 40 begin by ’n mens wat diep bewus is van die gebrokenheid van hierdie wêreld. Die digter beskryf ons bestaan soms soos iemand wat in ’n modderige put afsak, waar elke beweging swaar voel, waar daar nie vaste grond onder die voete is nie. Ons ken daardie gevoel. Omstandighede maak seer. Dinge gebeur wat ons nie gekies het nie, en wat ons nie kan beheer nie.

Maar dan kom die geloofsbewegings van die psalm: “My begeerte is na U wil.”

Dit is waar die psalm die pad vir ons oopmaak. Tussen alles wat ons beleef, word daar ’n verlange in ons wakker om God te vertrou – nie net met ons gevoelens nie, maar met ons hele lewe.

Om te sê: “Here, ek wil U wil hoor. Ek wil U wil doen. Ek wil U wil leef.” Jesus neem die taal van die psalm op Homself. Hy wéét sy Vader se wil is goed. Hy wéét sy Vader is naby. Hy wéét Hy kan vertrou. En daarom kan Hy, in die diepste donker van sy lewe, bid: “Nie my wil nie… maar U wil.”

Hy sê dit wanneer alles in Hom roep vir ’n ander pad. Maar Hy kies oorgawe. Hy kies

vertroue. Hy kies bereidwilligheid. Hy kies sy Vader se wil — nie omdat dit maklik is nie, maar omdat dit die pad van liefde en redding is.

MAANDAG

'n Hart wat na God draai

Toe sê ek: "Kyk, ek kom! In die boekrol is dit oor my geskryf. Dis my begeerte om u wil te doen, my God, want u voorskrifte is in my hart."

Ps. 40:8-9 (NLV)

EN Hy het vertrek en volgens gewoonte na die Olyfberg gegaan. En ook sy dissipels het Hom gevolg. En toe Hy op die plek kom, sê Hy vir hulle: Bid dat julle nie in versoeking kom nie. En Hy het Hom van hulle afgesonder omtrent so ver as 'n mens met 'n klip kan gooi, en neergekniel en gebid en gesê: Vader, as U tog maar hierdie beker van My wil wegneem! Laat nogtans nie my wil nie, maar u wil geskied! En 'n engel uit die hemel het aan Hom verskyn en Hom versterk.

Luk 22:39-43 (AOV)

Psalm 40 neem ons in 'n wêreld in waar die digter sy eie gebrokenheid en die werklikheid van pyn eerlik erken. Hy beskryf homself as iemand wat in 'n modderput beland het, iemand wat nie weet hoe om uit te klim nie en wat uitroep na God.

Dit is in daardie plek van afhanklikheid en vertroue dat die sin opkom: "My begeerte is om U wil te doen."

Wanneer Hebreërs 10 hierdie woorde in die mond van Jesus plaas, besef ons dat die psalm sy diepste betekenis in Christus vind. "Hier is Ek… Ek het gekom om U wil te doen" word die manier waarop Jesus Sy hele lewe verstaan.

Wanneer ons Hom dan in Getsemane vind, sien ons hierdie houding ten diepste. Jesus voel die gewig van dit wat kom. Hy voel die donker. Hy voel die spanning van die pad voor Hom. Maar Hy is nie vêr van sy Vader nie; Hy is teenwoordig, eerlik.

En dit is juis dáár waar Hy kan sê: "Nie my wil nie… maar U wil."

En dit bring die psalm en die tuin bymekaar: “My begeerte is U wil” en “Nie my wil nie” is nie twee verskillende idees nie, maar twee maniere om dieselfde hart te beskryf: ’n hart wat na God draai, ’n hart wat nie probeer beheer nie, maar leer vertrou.

Vir ons word dit ’n uitnodiging om eerlik na God te draai en te sê: “Here, my begeerte is U wil.” Ons bid dit nie omdat ons alles verstaan nie, maar omdat ons Hom ken.

Jesus leef Psalm 40 vir ons en saam met ons. Daarom word hierdie eenvoudige sin genoeg vir vandag:

“Here, my begeerte is U wil.”

Oefening

Dink aan een area van jou lewe wat op die oomblik spanning dra. Dit kan ’n gesprek wees wat voorlê, of ’n verhouding wat moeilik voel, of ’n besluit wat swaar op jou lê, of ’n emosie wat aan jou kleef.

Vra: “Here, wat wil U in my vorm rondom hierdie een ding?”

Bid Jesus se gebed: “Nie my wil nie… maar U wil.”

Genadegebed

Here, gee my ‘n diep bewustheid van U teenwoordigheid en liefde in my lewe.

DINSDAG

Die skuif van beheer na vertroue

Geseënd is die mens wat op die Here vertrou... Ps 40:5 (NLV)

EN Hy het vertrek en volgens gewoonte na die Olyfberg gegaan. En ook sy dissipels het Hom gevolg. En toe Hy op die plek kom, sê Hy vir hulle: Bid dat julle nie in versoeking kom nie. En Hy het Hom van hulle afgesonder omtrent so ver as ‘n mens met ‘n klip kan gooi, en neergekniel en gebid en gesê: Vader, as U tog maar hierdie beker van My wil wegneem! Laat nogtans nie my wil nie, maar u wil geskied! En ‘n engel uit die hemel het aan Hom verskyn en Hom versterk.

Luk22:39-43

“My wil” is dikwels die plek waar ek vasklou: aan my begeertes, my planne, my tydsberekening. Ek weef daarin my eie verstaan van wat goed en reg is. Maar Gethsemane leer my dat bereidwilligheid nie begin wanneer ek die antwoord het nie — dit begin wanneer ek my hart oopvou vir die woorde: “U wil.”

Dit is nie maklik nie. Daar is ’n spanning tussen my wil en God se wil. Ek voel dit wanneer ek bid en die uitweg waarop ek gehoop het nie oopgaan nie. Ek voel dit wanneer ek sukkel om te laat gaan. Maar dan kom hierdie innerlike skuif: nie oorgawe as moedeloosheid nie, maar oorgawe as vertroue.

Psalm 40 herinner my daaraan dat vertroue nie ’n gevoel is nie:

“Gelukkig is die mens wat sy vertroue op die Here stel.” Dit is ’n besluit, ’n weg, ’n beweging van die hart. Ek is dan bereid om te sê: “Here, ek lê my eie wil neer… sodat U wil my kan lei.”

“The highest form of prayer comes in Jesus’ words in Gethsemane: “Yet, not my will but yours be done” (Luke 22:42).” —E. Stanley Jones

Oefening

Dink aan 'n situasie waar jy nog die uitkoms beheer — waar jy voel jy moet sorg dat alles reg uitwerk.

Skryf daardie situasie kortliks neer.

Plaas jou hande oop op jou skoot — as teken van oorgawe — en sê: "Here, ek gee die uitkoms aan U."

Genadegebed

Here, gee my 'n diep bewustheid van U teenwoordigheid en liefde in my lewe.

WOENSDAG

Begin altyd by "Vader"

Dis my begeerte om u wil te doen, my God, want u voorskrifte is in my hart. Psalm 40:7

EN Hy het vertrek en volgens gewoonte na die Olyfberg gegaan. En ook sy dissipels het Hom gevolg. En toe Hy op die plek kom, sê Hy vir hulle: Bid dat julle nie in versoeking kom nie. En Hy het Hom van hulle afgesonder omtrent so ver as 'n mens met 'n klip kan gooi, en neergekniel en gebid en gesê: Vader, as U tog maar hierdie beker van My wil wegneem! Laat nogtans nie my wil nie, maar u wil geskied! En 'n engel uit die hemel het aan Hom verskyn en Hom versterk.

Lukas 22:39-43

Een van die mooiste waarhede vir my is dat God se wil nie 'n ingewikkelde plan is wat ek eendag moet raai nie. Dit is nie 'n kode nie. Dit is 'n verhouding. Dit begin by teenwoordigheid.

Wanneer Jesus in die tuin gaan sit, begin Hy nie by die vraag: Wat moet Ek doen? Nie. Hy begin by: "Vader…" Hy begin by verhouding. By die eenvoudige wete: "Ek is nie alleen nie."

Wanneer ek oor God se wil sonder verhouding dink, raak ek benoud. My wil vat dan sommer die stuurwiel. Maar wanneer ek eers by God stil word, begin my hart kalmeer.

Psalm 40 sê: "U voorskrifte is in my hart."

Sy Woord werp lig op dit wat reg is, dit wat waar is, dit wat goed is. En sonder dat ek altyd besef hoe dit gebeur, begin my hart van binne af vorm kry. Nie van buite af afgedwing nie — dit groei binne-in my, in die ruimte waar ek God se teenwoordigheid en Woord toelaat. En dan word Getsemane nie 'n plek van vrees nie, maar 'n plek van ontmoeting.

Oefening

Spandeer tyd in sy Woord deur te bid met die teks van vandag.
Lees die Skrif twee of drie keer stadig.

Watter woord, frase of beeld trek jou aandag? Praat met die Here daaroor.
Rus dan in Sy teenwoordigheid.

Genadegebed

Here, gee my ‘n diep bewustheid van U teenwoordigheid en liefde in my lewe.

DONDERDAG

Watter koninkryk kry my hart?

Dis my begeerte om u wil te doen, my God, want u voorskrifte is in my hart. Psalm 40:7

EN Hy het vertrek en volgens gewoonte na die Olyfberg gegaan. En ook sy dissipels het Hom gevolg. En toe Hy op die plek kom, sê Hy vir hulle: Bid dat julle nie in versoeking kom nie. En Hy het Hom van hulle afgesonder omtrent so ver as 'n mens met 'n klip kan gooi, en neergekniel en gebid en gesê: Vader, as U tog maar hierdie beker van My wil wegneem! Laat nogtans nie my wil nie, maar u wil geskied! En 'n engel uit die hemel het aan Hom verskyn en Hom versterk.

Lukas 22:39-43

Een van die eerlikste ontdekkings op my geestelike reis is dat daar regtig net twee koninkryke is waarin ek kan leef. Die een sê: my manier, my ritme, my veiligheid, my beheer. Die ander sê: U manier, U ritme, U wil, U liefde.

Die koninkryk van self het 'n liturgie. Dit bid baie natuurlik: "My naam… my wil."

En ek herken myself daarin. Maar Jesus wys vir my 'n ander gebed. In Getsemane, te midde van moeilike omstandighede en sy innerlike worstelinge, bid Hy: "Nie My wil nie, maar U wil."

Dit is uiteindelik die vraag waarmee ek leef: Watter koninkryk kry my hart? Die een wat ek bou, al voel dit veilig? Of die een waar die Here my vorm, al voel dit onseker?

Die Here se wil is nie 'n stel instruksies waaraan ek moet voldoen nie. Dit is 'n innerlike werk wat Hy geduldig in my doen.
Getsemane leer my: Sy wil word nie met wilskrag gekies nie. Dit word met liefde ontdek. Dit word met bereidheid ontvang. Dit groei wanneer ek kan sê: "Vader… ek vertrou U meer as my eie plan."

Oefening

Neem 'n bladsy of jou notaboek. Trek 'n eenvoudige lyn in die middel. Bo-aan die linkerkant skryf: "My wil" Bo-aan die regterkant: "U wil" Begin met die linkerkant. Vul dit met eerlikheid in: Watter dinge probeer jy op hierdie oomblik beheer?

Draai dan na die regterkant. Moenie 'n lys van take of verwagtinge onder "U wil" skryf nie. Skryf een of twee woorde wat jy begeer dat Jesus in jou sal vorm: "Vertroue." "Rustigheid." "Openheid." "Liefde." "Luister."

Sit nou jou pen neer en bid: "Vader… hier is my wil. Maar meer as dit — hier is my hart. Vorm in my wat U weet nodig is."

Genadegebed

Here, gee my 'n diep bewustheid van U teenwoordigheid en liefde in my lewe.

VRYDAG

God vorm my begeertes

Dis my begeerte om u wil te doen, my God, want u voorskrifte is in my hart. Psalm 40:7

EN Hy het vertrek en volgens gewoonte na die Olyfberg gegaan. En ook sy dissipels het Hom gevolg. En toe Hy op die plek kom, sê Hy vir hulle: Bid dat julle nie in versoeking kom nie. En Hy het Hom van hulle afgesonder omtrent so ver as 'n mens met 'n klip kan gooi, en neergekniel en gebid en gesê: Vader, as U tog maar hierdie beker van My wil wegneem! Laat nogtans nie my wil nie, maar u wil geskied! En 'n engel uit die hemel het aan Hom verskyn en Hom versterk.

Lukas 22:39-43

Daar is iets in my wat nog altyd gedink het dat die Here se wil teenoor my eie begeertes staan. Asof ek eers moet ontken wat ek voel voordat ek kan gehoorsaam.

Maar hoe langer ek leef, hoe meer besef ek: God begin Sy werk juis in my begeertes. Nie deur dit te ignoreer nie, maar deur dit te suiwer.

Die geestelike reis is een van begeerte — dat die Here se wil nie buite my hart leef nie, maar stadig in my hart vorm kry.

Dit laat my terugkeer na Jesus in Getsemane. Hy begin Sy gebed met Sy eie begeerte: “Laat hierdie beker verbygaan.” Dit is nie ongeloof nie — dit is eerlikheid.

Maar Hy bly lank genoeg in die Vader se teenwoordigheid dat ’n tweede begeerte opstaan: “U wil.”

Nie omdat die eerste een verkeerd was nie, maar omdat liefde die innerlike begeerte vorm. Omdat die Vader se nabyheid Sy hart skuif. En so word my gebed minder ’n stryd teen myself, en meer ’n vraag: “Here… wat gebeur in my hart wanneer ek in U liefde bly?”

Oefening

Stel jou hart voor as ’n kas met twee laaie.

Die eerste laai: jou huidige begeertes — soos dit nou is. Die tweede laai: die begeertes wat God stadig in jou vorm — nog halfpad gebore, nog klein, maar reeds aanwesig.
Maak die eerste laai oop.

Vra jouself: “Wat begeer ek regtig, as ek heeltemal eerlik is?”

Maak dan die tweede laai oop.

Vra: “Here, hoe wil u hierdie begeerte in my vorm?” Bid dan: “Vader… ek bring my begeertes na U. Suiwer wat U wil suiwer. Laat groei wat U wil groei.”

Genadegebed

Here, gee my ‘n diep bewustheid van U teenwoordigheid en liefde in my lewe.

SATERDAG

Kyk terug, luister weer

Lees hierdie week se skrifgedeelte weer stadig deur. Dink rustig terug aan jou week, aan die tye wat jy saam met Jesus in hierdie verhaal deurgebring het. Let op oomblikke van helderheid, vrae en uitnodigings.

- Wanneer het jy vertroos of geïnspireer gevoel? Maak gerus 'n paar aantekeninge en dank Jesus vir daardie oomblikke.

- Waar het jy vêr van God af gevoel, of onseker oor Sy nabyheid? Vra Hom om jou te wys hoe Hy selfs daar sag en stil teenwoordig was.

- Wanneer jy vorentoe kyk, watter vraag of watter verlange wil jy nou na Jesus toe bring?

Sluit jou gebedstyd af deur Psalm 40 stadig en hardop te bid.

WYS MY *die Weg*

DIE WEG VAN LYDING

WEEK 4

Psalm 22:1-11 (AOV)

My God, my God, waarom het U my verlaat?

Is U ver weg van my verlossing, van die woorde van my gekerm?

My God, ek roep bedags, maar U antwoord nie; en snags, en ek het geen rus nie.

Nogtans is U heilig, U wat troon op die lofsange van Israel.

Op U het ons vaders vertrou; hulle het vertrou, en U het hulle uitgehelp.

Na U het hulle geroep en is gered; op U het hulle vertrou en hulle is nie beskaam nie.

Maar ek is 'n wurm en geen man nie, 'n smaad van mense en verag van die volk.

Almal wat my sien, spot met my; hulle steek die lip uit, hulle skud die hoof: "Hy het dit aan die HERE oorgelaat—laat Hom hom red; laat Hy hom verlos, omdat Hy 'n welbehae in hom het."

Want U het my uit die moederskoot getrek; U het my laat vertroue hê toe ek aan my moeder se borste was.

Op U is ek gewerp van die geboorte af; van die skoot van my moeder af is U my God.

Wees nie ver van my af nie, want die nood is naby, omdat daar geen helper is nie.

SONDAG

As ons hierdie week die pad van lyding betree, word ons genooi om nie net na Jesus te kyk nie, maar om Hom van binne af te volg: met Sy eie taal op ons lippe. En daardie taal is die Psalms.

Die Psalms was sentraal in Jesus se lewe: Hy het dit van kindsbeen af geleer en gebid, dit het Hom gevorm, Hom gedra in Sy worstelinge, Hom geanker in lyding, en Hom verbind met die Vader. Wanneer Jesus aan die kruis Psalm 22 aanhaal, is dit nie bloot ‘n profetiese aanhaling nie, dit is Sy gebed, Sy hart, Sy hele wese wat Hy in daardie woorde uitdruk. Hy bid nie iets nuuts nie; Hy gryp terug na die bekende taal van vertroue, van rou, van hoop.

En so wys Jesus vir ons hoe die Psalms nie net woorde vir God is nie, maar ‘n manier van lewe met God. Hulle leer ons om alles in gebed te bring: angs, woede, vreugde, afwagting, teleurstelling. En veral: ons pyn.

Psalm 22 begin met ʼn rou uitroep: “My God, my God, waarom het U my verlaat?” En tog, net ʼn paar verse later: “U is heilig.” Hierdie spanning tussen verlatenheid en geloof, tussen stilte en vaskleef is waar baie van ons leef. Dalk leef jy nou al ʼn ruk met God se stilte. Dalk dra jy vrae sonder antwoorde. Hierdie week is vir jou.

Maar dit is ook vir dié wat nog nie groot lyding beleef het nie. Want Jesus nooi ons om saam met Hom in te stap by die plekke waar mense ly en daar te leer om aan God vas te hou.

C.S. Lewis beskryf Psalm 22 so:
“It is the union of total privation with total adherence to God, to a God who makes no response, simply because of what God is: ‘and thou continuest holy.’”

Dalk is die pyn nie die plek waar God afwesig is nie, maar waar Hy op ‘n ander manier teenwoordig is. En dalk is hierdie week ‘n uitnodiging om jou eie storie in God se groter verhaal in te weef. Om saam met Jesus, en saam met die skrywer van Psalm 22, te sê: “My God…” en met kwesbaarheid en eerlikheid jou lyding met Hom te deel.

MAANDAG
Wanneer God Stil Is

My God, my God, waarom het U my verlaat? Is U ver weg van my verlossing, van die woorde van my gekerm?

Ps. 22:1

En toe dit die sesde uur word, kom daar duisternis oor die hele aarde tot die negende uur toe. En op die negende uur roep Jesus met 'n groot stem uit: "Eloï, Eloï, lama sabagtáni?" dit is: "My God, my God, waarom het U My verlaat?"

Mark. 15:33-34

"My God, my God, waarom het U my verlaat?" Dis Jesus se laaste woorde aan die kruis. En dis woorde wat Hy nie self uitgedink het nie, dit is woorde wat Hy geleer het uit die Psalms. Gebedswoorde. Woorde van mense wat God gesoek het en Hom nie kon vind nie. Dis woorde wat die afstand, die pyn, die gevoel van afwesigheid eerlik verwoord.

Vir baie van ons voel dit amper onmoontlik om só met God te praat. Dis te rou. Te eerlik. Ons het geleer om ordentlik met God te praat, nie verward of woedend nie. Maar Jesus wys vir ons: dit ís geloof om jou pyn eerlik te bring. Om in God se rigting te skreeu, selfs al voel dit of daar niemand luister nie. Dis juis dan wanneer geloof werklik begin vorm aanneem, nie as 'n stel antwoorde nie, maar as 'n verhouding.

In sy refleksie oor Psalm 22 skryf C.S. Lewis:
"If Christ 'tasted death for all men', became the archetypal sufferer, then the expressions of all who ever suffered in the world are, from the very nature of things, related to His."

Jesus se woorde aan die kruis is dus nie 'n geloofsverlating nie, dit ís geloof.

Geloof wat nie ophou uitroep nie, al is daar geen antwoord nie. Want geloof hou vas, nie omdat dit altyd seker is nie, maar omdat dit verweef is met liefde en vertroue.

As jy dalk al lank wag vir 'n antwoord, of as jy wonder of God jou hoor, sê hierdie psalm : jy is nie alleen nie. Jy mag roep. Jy mag vra. Jy mag jouself toelaat om eerlik te wees. Want selfs die gevoel van verlatenheid is nie buite God se teenwoordigheid nie. Dit is deel van die gebed. En Hy, selfs al voel Hy vêr, is teenwoordig in die stilte.

Oefening

Gaan sit vandag vir 'n paar minute in stilte. Lees Psalm 22:1–2 hardop.

Voel die gewig van die woorde.

Skryf dan jou eie eerlike gebed.

Moenie bang wees vir die pyn nie. Bring dit na Hom toe. Hy is al daar.

Genadegebed

Here, gee my 'n diep bewustheid van U teenwoordigheid en liefde in my lewe.

DINSDAG

Die Een wat Verstaan

Maar ek is 'n wurm en geen man nie, 'n smaad van mense en verag van die volk. Almal wat my sien, spot met my; hulle steek die lip uit, hulle skud die hoof: "Hy het dit aan die HERE oorgelaat—laat Hom hom red; laat Hy hom verlos, omdat Hy 'n welbehae in hom het."

Psalm 22:6–8 (1953)

En die wat verbygaan, het Hom gelaster en hulle hoofde geskud en gesê: "Ha! Jy wat die tempel afbreek en in drie dae opbou, red Uself en kom van die kruis af!" Net so het ook die owerpriesters saam met die skrifgeleerdes Hom bespot en vir mekaar gesê: "Hy het ander gered; Homself kan Hy nie red nie. Laat die Christus, die koning van Israel, nou van die kruis afkom, dat ons kan sien en glo!" En die wat saam met Hom gekruisig was, het Hom ook verwyte toegeroep.

Markus 15:29–32 (1953)

Daar is tye in ons lewens waar ons gevoel van waarde onder druk kom. Waar ons identiteit broos voel. Waar ons nie meer weet of ons enigsins gesien of verstaan word nie. Dit is die plek waar Psalm 22:6–8 ons kry: "Ek is 'n wurm, nie 'n mens nie..." Woorde wat klink soos iemand wat diep vernedering beleef: van buite én van binne. Dis rou. Dis eerlik. Dis intens persoonlik.

Jesus ken daardie plek.

In Markus 15:29–32 lees ons hoe mense aan die voet van die kruis Hom uitlag. Hulle spot met sy pyn. Hulle trek sy identiteit in twyfel: "As jy dan die Seun van God is..." Hulle verstaan Hom nie, en hulle wíl nie verstaan nie.

En tog bid Jesus Psalm 22. Hy leef dit. Hy dra dit. Hy maak dit sy eie. Wat beteken dit vir ons? Dat daar geen vorm van vernedering is wat buite God se betrokkenheid val nie.

Hy het dit nie net gesien nie, Hy het dit gevoel. Hy het dit gebid. Hy het dit ingedra by die hart van God.

Henri Nouwen skryf:
"Jesus is God's way of entering into our loneliness, our brokenness, and our fear. His suffering is not apart from us — it is with us."

Dalk voel jy in hierdie seisoen soos iemand wat nie verstaan word nie. Of dalk is jy bewus van iemand anders wat verneder word, publiek of privaat. Hierdie Psalm is 'n uitnodiging om nie net jou eie pyn te erken nie, maar ook om die pyn van ander met sagtheid raak te sien.

Oefening

Sit vandag stil met Psalm 22:6–8.

Laat die woorde jou lei na 'n plek van eerlike erkenning.

Skryf 'n kort gebed of sin waarin jy sê hoe jy werklik oor jouself voel.

Of, as jy aan iemand anders dink wat vandag swaar dra, nooi Christus om saam met jou in hulle pyn teenwoordig te wees.

Genadegebed

Here, gee my 'n diep bewustheid van U teenwoordigheid en liefde in my lewe.

WOENSDAG

God se Stilte, God se Verhaal

Nogtans is U heilig, U wat troon op die lofsange van Israel. Op U het ons vaders vertrou; hulle het vertrou, en U het hulle uitgehelp. Na U het hulle geroep en is gered; op U het hulle vertrou en hulle is nie beskaam nie.

Psalm 22:3–5 (AOV)

Psalm 22 begin met ʼn gevoel van verlatenheid, maar dan, in vers 3, draai die skrywer na ʻn herinnering: "U is heilig… op U het ons vaders vertrou." Dis ʼn klein beweging, van onmiddellike pyn na geankerde en historiese geloof, en dit maak die wêreld se verskil.

Wanneer God stil is in die hede, herinner ons geloof ons aan die verlede. Aan stories van voorsiening. Aan oomblikke waar God wel opgedaag het. Dit is nie om die huidige pyn te ignoreer nie, dit is om daarna te kyk in die lig van die groter verhaal van God. ʼn Ou pad. ʼn Pelgrimspad. Om te onthou is nie goedkoop optimisme nie. Dit is nie die omseiling van die pyn nie. Dis eerder ʼn manier om daardeur te leef sonder om te sink. Geloof sê: "Ek voel niks nou nie, maar ek onthou…" En daardie herinnering word ʼn anker.

C.S. Lewis skryf dat Psalm 22 amper natuurlik na Christus wys: "We feel that it needed no Divine guidance to give the old texts their second meaning but would rather have needed a special miracle to keep it out."

Met ander woorde, dit is asof lyding altyd hierdie ou gebedswoorde soek. Asof pyn spontaan ʻn taal vind in die Psalms, en uiteindelik in Christus self.

Dalk is jou geloof nie nou sterk nie. Dalk is dit net dun draadjies van herinnering wat jou dra. Dis genoeg. Dis heilig. Dis ʻn begin. Laat daardie herinneringe jou help om vandag stadig te loop, en nie jou geloof aan jou gevoel te meet nie.

Oefening

Skryf vandag drie oomblikke neer waar jy in jou lewe God se nabyheid of leiding ervaar het.

Hulle hoef nie groot te wees nie, net eg.

Lees dit hardop as ʼn gebed.

En as jy geen herinnering het nie, leen ‘n ander s’n: ʼn Bybelverhaal, ʼn vriend se getuienis, ʼn lied wat jy glo maar nie voel nie.

Laat dit jou dra.

Genadegebed

Here, gee my ‘n diep bewustheid van U teenwoordigheid en liefde in my lewe.

DONDERDAG

Die lydende Messias

Ek is uitgegiet soos water, en al my bene het uitmekaar gegaan; my hart het soos was geword, dit het gesmelt binne-in my. My krag het verdroog soos 'n potskerf, en my tong kleef aan my verhemelte; en U lê my in die stof van die dood. Want honde het my omring, 'n bende kwaaddoeners het my omsingel: hulle het my hande en my voete deurboor. Al my bene kan ek tel; hulle kyk, hulle staar na my. Hulle verdeel my klere onder mekaar en werp die lot oor my gewaad.

Psalm 22:14–18 (1953)

En toe dit die sesde uur word, kom daar duisternis oor die hele aarde tot die negende uur toe. En op die negende uur roep Jesus met 'n groot stem uit: "Eloï, Eloï, lama sabagtáni?" dit is: "My God, my God, waarom het U My verlaat?" En sommige van die wat daar staan, hoor dit en sê: "Hoor, Hy roep vir Elía!"

Markus 15:33–35 (1953)

Teen die middel van Psalm 22 word die skrywer se liggaamlike pyn intens beskryf: bene wat uitmekaarval, 'n hart soos was, droë mond, en mense wat kyk terwyl hy ly. Hierdie is nie net metafore nie; dit is taal van iemand wat intense fisieke én emosionele pyn dra.

In Markus 15:33–35 ervaar Jesus hierdie pyn aan die kruis. Daar is duisternis oor die hele land. En weer bid Hy uit Psalm 22: "My God, my God, waarom het U my verlaat?" Hier hoor ons die seer van deurboorde liefde. Hier sien ons die Messias nie net as oorwinnaar nie, maar as een wat saam met ons ly.

Henri Nouwen sê Jesus is "The wounded healer." Jesus is nie 'n verlosser wat van vêr af help nie. Hy is gewond, geslaan, gebreek, en juis daarin word Hy vir ons geneser.Hierdie waarheid bring ons naby aan 'n God wat nie vrees vir ons lyding het nie. Dit beteken nie alles sal regkom nie, maar dat ons nie alleen is nie. In elke pyn, in elke gewonde deel van ons storie, is Hy teenwoordig.

Oefening

Lees vandag stadig Psalm 22:14–18.

Raak bewus van enige deel van jou eie liggaam of lewe waar jy pyn dra.

Nooi Christus om saam met jou teenwoordig te wees, nie om dit weg te vat nie, maar om dit met jou te dra.

Skryf 'n kort sin of gebed van vertroue te midde van jou pyn.

Genadegebed

Here, gee my 'n diep bewustheid van U teenwoordigheid en liefde in my lewe.

VRYDAG

Jesus se lydende liggaam

Ek wil u Naam aan my broers vertel; in die midde van die gemeente wil ek U loof. Julle wat die HERE vrees, loof Hom; al julle geslag van Jakob, vereer Hom; en wees bevrees vir Hom, o geslag van Israel! Want Hy het nie verag of verafsku die ellende van die ellendige nie, en Hy het sy aangesig nie vir hom verberg nie; maar toe hy na Hom geroep het, het Hy gehoor.

Psalm 22:22–24 (1953)

En Jesus het met ’n groot stem geskreeu en die asem uitgeblaas. En die voorhangsel van die tempel het van bo tot onder middeldeur geskeur. En toe die hoofman oor honderd wat teenoor Hom staan, sien dat Hy so geskreeu en die asem uitgeblaas het, sê hy: “Waarlik, hierdie man was die Seun van God!”

Markus 15:37–39 (1953)

Die laaste dele van Psalm 22 begin met ‘n verrassing. Ná al die pyn en stilte, bars daar ‘n loflied uit: “Ek wil u Naam aan my volksgenote verkondig.” Die klaag word aanbidding. Die pyn word gebed. Op Goeie Vrydag sien ons hierdie psalm sy volheid bereik. Jesus sterf met hierdie woorde in sy hart. En op daardie oomblik skeur die voorhangsel. ’n Romeinse soldaat sê: “Waarlik, hierdie man was die Seun van God.”

Soms gebeur geloof presies daar: op die rand van die dood. In die teenwoordigheid van pyn. In die kyk na Sy gebroke liggaam, nie as ‘n simbool van mislukking nie, maar as ’n teken van liefde.

Walter Brueggemann skryf dat die klaagpsalms ons leer: “All speech about God must go through the crucible of pain and lived experience.”

Jesus se liggaam dra hierdie ervaring. En ons word genooi om saam met Hom teenwoordig te wees: nie net in vreugde nie, maar ook in rou.

Oefening

As jy kan, hou deur die loop van vandag die beeld van Jesus aan die kruis voor jou.

Lees Psalm 22:22–24 en Markus 15.

Dink aan Christus se gebroke liggaam.

Dink aan wie se pyn jy dalk dra.

Vra dan die Here om jou te help om te midde van ander se lyding teenwoordig te wees, self as jy nie die antwoord het nie.

Genadegebed

Here, gee my 'n diep bewustheid van U teenwoordigheid en liefde in my lewe.

SATERDAG

'n Week van Saamwees in Lyding

Lees hierdie week se skrifgedeelte weer stadig deur. Dink rustig terug aan jou week, aan die tye wat jy saam met Jesus in hierdie verhaal deurgebring het. Let op oomblikke van helderheid, vrae en uitnodigings.

- Wanneer het jy vertroos of geïnspireer gevoel? Maak gerus 'n paar aantekeninge en dank Jesus vir daardie oomblikke.

- Waar het jy vêr van God af gevoel, of onseker oor Sy nabyheid? Vra Hom om jou te wys hoe Hy selfs daar sag en stil teenwoordig was.

- Wanneer jy vorentoe kyk, watter vraag of watter verlange wil jy nou na Jesus toe bring?

Sluit jou gebedstyd af deur Psalm 22 stadig en hardop te bid.

WYS MY *die Weg*

DIE
WEG VAN
OORGAWE

WEEK 5

Psalm 31:2-6; 15-17

By U, Here, skuil ek.

Laat my tog nooit teleurgestel staan nie!

Bevry my, want U is getrou.

Luister na my, red my tog gou.

Wees vir my ‘n rots om na toe te vlug, ‘n bergvesting om my te red.

Ja, U is my rots en my bergvesting, ter wille van u Naam sal U my voorgaan en my lei.

Bevry my uit die vangnet wat hulle vir my gestel het, want U is my toevlug.

In u hande gee ek my lewe oor, want, Here, troue God, U het my vrygemaak.

Maar ek vertrou op U, Here, ek sê: U is my God. My tye is in u hand.

Red my uit die hande van my vyande en vervolgers!

Verskyn tog tot my redding, red my deur u onfeilbare liefde.

SONDAG

*"In u hande gee ek my lewe oor,
want, Here, troue God, U het my vrygemaak."*

Psalm 31:5

"Vader, in U hande gee Ek my gees oor."

Lukas 23:46

Wanneer ek by Psalm 31 en die woorde van Jesus aan die kruis stilstaan, tref dit my hoe diep hierdie twee gedeeltes met mekaar verweef is. Jesus hang aan die kruis, Sy liggaam gebroke, Sy asem vlak, Sy wêreld besig om in duisternis te verdwyn - en juis daar, op daardie plek wat vir ons die uiterste van menslike broosheid simboliseer, kies Hy om 'n Psalm te bid.

Hy kies nie woede nie, nie selfverdediging nie, nie 'n desperate poging om Homself te red nie. Hy kies die taal van vertroue. Hy kies die taal van 'n kind wat sy lewe in die hande van sy Vader plaas. "Vader, in U hande gee Ek my gees oor." Dit is nie 'n laaste asem van wanhoop nie; dit is 'n laaste asem van oorgee.

En wanneer ek hierdie woorde langs Psalm 31 lees - "In u hande gee ek my lewe oor, want, Here, troue God, U het my vrygemaak" - besef ek dat Jesus nie iets nuuts sê nie. Hy val terug op iets wat die volk van God al eeue lank gebid het. Dit is 'n gebed wat deur generasies gedra is. 'n Gebed wat op die lippe was van mense in gevaar, in verlating, in onsekerheid. 'n Gebed wat die Psalmdigter geskryf het uit sy eie donker nag van vrees en verlange.

Jesus leef hierdie Psalm. Hy leef dit tot in sy diepste kern.

Die Skrif is nie vir Hom net tekste nie - dit is asem, dit is grond, dit is die bedding waarin Sy lewe rus. En wanneer Hy Sy gees oorgee, woord vir woord uit die Psalms, maak Hy ook vir ons 'n weg oop: om dieselfde gebed te bid, om dieselfde oorgee te leef, om dieselfde vertroue te vind.

MAANDAG

in Sy hande

"In u hande gee ek my lewe oor,
want, Here, troue God, U het my vrygemaak."

Psalm 31:6

"Vader, in U hande gee Ek my gees oor."

Lukas 23:46

Wat my tref, is hoe eenvoudig die gebed is - en hoe allesomvattend. "In u hande gee ek my lewe oor." Die gebed maak nie voorsiening vir kwalifikasies nie. Dit vra nie vir verduideliking nie. Dit beding nie. Dit vra nie eers dat God Sy plan moet openbaar nie. Dit sê net: ek gee oor.

En dan hierdie frase: "Here, troue God." Hier lê die hart van die gebed. Dit is die erkenning waarop alles rus. Ek gee my lewe oor - nie omdat ek sterk is nie, nie omdat ek al die antwoorde het nie, nie omdat ek weet hoe dinge gaan uitwerk nie - maar omdat God getrou is.

Dit is die anker. Dit is die wete wat my dra wanneer ek nie myself kan dra nie. God se trou is nie veranderlik nie. Dit wankel nie. Dit verdwyn nie wanneer ek moeg is, of gefragmenteerd, of leeg nie. God se trou is nie afhanklik van my vermoë om goed te wees nie. Dit is afhanklik van God se natuur. Hy is getrou. En omdat Hy getrou is, kan ek rus. Kan ek los. Kan ek oorgee.

Daar is iets diep bevrydend aan hierdie gebed. Dit erken dat ek nie alles beheer nie. Dit erken dat ek nie die sentrale houer van my lewe is nie. Dit erken dat die wêreld nie op my skouers rus nie. En daardie erkenning is nie swakheid nie - dit is vryheid. Dit is die vryheid waarvan die Psalmdigter praat: "U het my vrygemaak." Ja, God maak my vry wanneer ek oorgee. Nie vry van die lewe nie, nie vry van pyn nie, nie vry van verantwoordelikheid nie - maar vry van die onmoontlike las om alles self te moet dra.

Wanneer ek hierdie week instap, wil ek myself bewustelik oriënteer rondom hierdie gebed. Ek wil my dag nie begin met die lys van dinge wat ek moet regkry nie, maar met hierdie eenvoudige maar vol gestalte sin: "In U hande gee ek my lewe oor." Ek wil dit sê wanneer ek wakker word; ek wil dit sê wanneer die wêreld oorweldigend voel; ek wil dit sê wanneer ek voor mense staan; ek wil dit sê wanneer ek nie weet hoe om vorentoe te beweeg nie. Want hierdie gebed is nie net vir die kruis nie - dit is vir die lewe. Dit is vir elke dag. Dit is vir elke oomblik waar ek bewus word van my beperking en God se eindelose liefde.

Oefening

Dink aan net een ding wat jy nie hoef te dra nie - en gee dit vir die Here.

Sê die gebed: "In U hande gee ek my lewe oor."

Genadegebed

Here, gee my 'n diep bewustheid van U teenwoordigheid en liefde in my lewe.

DINSDAG

Skuil by Hom

"By U, Here, skuil ek."

Psalm 31:2

"Vader, in U hande gee Ek my gees oor."

Lukas 23:46

Psalm 31 is vir my een van daardie tekste wat my nie net leer om te bid nie, maar my leer hoe om in God te leef. Dit is 'n Psalm wat met volle eerlikheid begin - "Here, ek soek skuiling by U" - en dan stadig oorgaan in die wete dat God se trou die enigste werklike sekerheid is.

Wanneer ek dan saam met Jesus aan die kruis hierdie Psalm lees, ontdek ek dat vertroue nie 'n teorie is nie, maar 'n plek. 'n Binnekamer van die siel. 'n Stil vertrek waar ek mag rus, selfs wanneer die res van my wêreld lawaaierig is.

Een van die groot mislukkings van ons geloofsreis is dat ons stiltes vermy. Ons vul die leemtes met geraas, met doen, met produkte, met opinies. Maar Psalm 31 nooi my om eerder die stilte binne te gaan - nie omdat stilte maklik is nie, maar omdat stilte eerlik is. Stilte konfronteer my met myself. Dit bring my by die plek waar ek nie meer kan skuil agter prestasie of besig wees nie. Dit bring my by 'n eenvoud wat die Evangelie moontlik maak.

Wanneer Jesus bid: "In U hande gee Ek my gees oor," doen Hy dit vanuit hierdie stil vertrek. Hy praat nie teen die skare nie; Hy verduidelik nie; Hy argumenteer nie; Hy probeer nie. Hy gee oor. Hy rus. Hy vertrou. Dit is 'n stilte wat nie leeg is nie, maar vol - vol teenwoordigheid, vol liefde, vol van die Vader se nabyheid.

Daar is 'n soort geloof wat gebou word op insig, en dan is daar 'n soort geloof wat gebou word op nabyheid - en Psalm 31 neem my na daardie tweede plek.

Geloof as nabyheid. Geloof as rus in God se trou. Geloof as die wete dat ek nie alleen is nie, selfs wanneer ek niks sien nie.

Oefening

Elke keer wanneer jy vandag iets neersit - dit kan jou tas, jou koffie, jou inkopiesak, jou skootrekenaar wees – probeer om dit ‘n geestelike oefening te maak waar jy ook iets innerlik by Hom neersit - ’n las, ’n verwagting, ’n angs.

Terwyl jy dit doen bid die woorde: “In U hande gee ek dit oor.”

Genadegebed

Here, gee my ‘n diep bewustheid van U teenwoordigheid en liefde in my lewe.

WOENSDAG

Leef Vanuit 'n Ander Middelpunt

Maar ek vertrou op U, Here,
ek sê: U is my God.

Psalm 31:15

"Vader, in U hande gee Ek my gees oor."

Lukas 23:46

Wanneer ek Psalm 31 stadig lees, ontdek ek dat daar 'n plek is waar die Psalmdigter oorskakel van vrees na wete. Dit gebeur nie dramaties nie. Dit kom nie deur 'n donderstem uit die hemel nie. Dit gebeur wanneer hy sê: "Maar ek vertrou op U, Here; ek sê: U is my God." Hierdie een sin is soos 'n draaipunt in die siel - 'n bewegingspunt, 'n skuif van fokus. Hy kyk weg van die storm en kyk na die Een wat groter is as die storm. Hy kyk weg van sy vyande en kyk na die Een wat sy identiteit anker. En dit is 'n beweging wat ek so dikwels nodig het.

Ek dink baie van ons leef in die spanning tussen wie ons hoop om te wees en wie ons dink ons is op grond van die opinies en reaksies rondom ons. Ons sien onsself deur die oë van ander mense: wanneer iemand teleurgesteld is, dink ons ons is die bron van die teleurstelling; wanneer iemand stil is, dink ons ons het iets verkeerd gedoen; wanneer iemand ontevrede is, dink ons dis ons skuld. Ons identiteit beweeg maklik in die rigting van mense se reaksies.

Psalm 31 bring my terug na hierdie middelpunt: "U is my God." Ek begin leef vanuit 'n ander sentrum. Ek begin reageer vanuit 'n ander plek. Ek word nie meer gedefinieer deur wat rondom my gebeur nie, maar deur Wie met my is.

Wanneer Jesus aan die kruis bid, sien ek dieselfde beweging. Jesus laat Sy identiteit nie bepaal deur die mense wat Hom verwerp, of die soldate wat Hom verneder, of die dissipels wat weggehardloop het nie. Sy identiteit is nie gekoppel aan mense

se stemme nie, maar aan die Vader se stem. Hy leef met 'n innerlike wete wat nie afgeskud kan word nie. Hy weet wie Hy is. Hy weet aan Wie Hy behoort. Hy weet dat Sy lewe nie buite beheer is nie - selfs in die oomblik waarin alles buite beheer lyk.

Ek wonder hoe my eie lewe sou verander as ek hierdie waarheid dieper sou leef. Hoe sou ek verander in gesprekke as ek nie elke keer probeer lees wat ander van my dink nie? Hoe sou ek rustiger wees in chaos as ek nie elke keer voel die hele wêreld rus op my skouers nie? Hoe sou ek teenwoordig wees, as ek nie elke keer my identiteit skuif volgens mense se reaksies nie? Hierdie Psalm herinner my dat ek 'n anker het - en daardie anker is nie in mense se opinies nie, maar in God se getrouheid.

Oefening

Dink aan net een ding wat jou identiteit of waardigheid probeer vorm - 'n opinie, 'n verwagting, 'n reaksie.

Gee dit oor met 'n eenvoudige sin: "Ek behoort aan U."

Genadegebed

Here, gee my 'n diep bewustheid van U teenwoordigheid en liefde in my lewe.

DONDERDAG

Die Vryheid van Oorgee

*"In u hande gee ek my lewe oor,
want, Here, troue God, U het my vrygemaak."*

Psalm 31:6

"Vader, in U hande gee Ek my gees oor."

Lukas 23:46

Wat my diep raak, is hoe Jesus se oorgee nie in paniek geskied nie. Dit is nie 'n desperate poging tot beheer nie. Dit is nie 'n pleidooi dat God vinnig moet ingryp nie. Hy gee nie Sy gees oor aan die magte van die wêreld of die chaos van die omstandighede nie, maar aan die hande van die Vader. Dit is die diepste vorm van geloof: om jou laaste asem aan liefde toe te vertrou.

Wanneer ek hierdie beeld in my hart dra, besef ek hoe vêr my eie hart soms nog moet reis om met daardie soort vertroue te leef. Ek is dikwels geneig om onrustig te raak wanneer ek nie weet nie. Ek wil antwoorde hê. Ek wil beheer hê. Ek wil iets vashou. Maar Jesus leer my nie vas te hou aan beheer nie, maar aan die hand wat my dra.

Hy leer my dat geloof nie beteken dat ek alles verstaan nie, maar dat ek weet Wie se hand my vashou. Hy leer my dat dit nie 'n verlies is om oor te gee nie, maar dat dit 'n pad na Vryheid is.

Ek sien in Jesus aan die kruis 'n liefde wat groter is as Sy pyn.

'n Vertroue wat die donker deurdring. 'n Vrede wat nie gebou is op die afwesigheid van lyding nie, maar op die teenwoordigheid van die Vader. Sy laaste gebed is 'n terugkeer - 'n teruggee - 'n tuiskoms vir Sy gees.

En ek wonder dikwels: hoe sou my eie hart lyk as ek, te midde van my eie spanning, teleurstelling, vrese of verlange, daardie soort gebed sou leef?

Hoe sou ek meer vry voel as ek my innerlike wêreld in God se hand laat rus - nie net wanneer ek krisis beleef nie, maar elke dag, elke uur, elke asemteug?

Daar is ’n diepte in hierdie kruis-oomblik wat my nie los nie. Jesus is tussen hemel en aarde - en Hy kies die taal van die Psalms.

Oefening

Neem ‘n oomblik en visualiseer Jesus aan die kruis.

Dink aan oor wie Jesus is in daardie oomblik:

- Sy vergifnis
- Sy oorgawe
- Sy gehoorsaamheid
- Sy liefde

Kies een en vra Hom: “Jesus, leer dit vandag vir my.”

Genadegebed

Here, gee my ‘n diep bewustheid van U teenwoordigheid en liefde in my lewe.

VRYDAG

Liefde wat Volhou tot die Einde

Here, troue God, U het my vrygemaak."

Psalm 31:6

"Vader, in U hande gee Ek my gees oor."

Lukas 23:46

Wanneer ek oor die kruis in Lukas 23 lees, staan ek stil by die feit dat Jesus tot die einde toe liefhet. Dit is merkwaardig dat die laaste klanke uit Sy mond nie woede, nie selfregverdiging, nie selfbejammering is nie - maar liefde. Hy praat met die misdadiger langs Hom. Hy gee Sy moeder oor in die sorg van Johannes. Hy bid vir die mense wat Hom kruisig. Hy gee Sy gees oor in die hande van die Vader. Sy laaste woorde is nie 'n afsluiting nie, maar 'n oorgang. Nie 'n verdraaiing nie, maar 'n verdieping. Dit is asof Jesus in daardie laaste oomblikke nog 'n laaste maal wys wie God is: liefde wat volhou, al hou niks anders meer nie.

Psalm 31 help my verstaan hoe sulke liefde moontlik is. Want in Psalm 31 ontdek ek 'n hart wat nie net bid vanuit emosie nie, maar vanuit identiteit. "Here, troue God..." Die Psalmdigter bou sy lewe nie op sy omstandighede nie, maar op God se trou. En dit is presies wat ek sien in Jesus aan die kruis. Sy liefde is nie afhanklik van die reaksie van mense nie. Sy liefde is nie afhanklik van 'n gunstige uitkoms nie. Sy liefde word nie gevoed deur erkenning nie. Sy liefde vloei uit 'n anker wat die kruis nie kan breek nie: die Vader se hart. Jesus is nie verward oor wie Hy is of waar Hy behoort nie. Hy is nie onseker oor Sy identiteit nie. Hy leef uit die onverganklike wete dat Hy geliefd is - ook hier. Ook in die donker. Ook in die stilte.

Ek besef hoe anders ek sou leef as ek hierdie soort liefde dieper sou ontvang. Hoe anders ek sou reageer wanneer ek teleurgestel word. Hoe anders ek sou praat wanneer ek seergemaak voel. Hoe anders ek sou hoop wanneer ek moeg is. Want liefde wat volhou, is nie die resultaat van my moed of my talent nie - dit is die resultaat van God se teenwoordigheid in my.

Dit is die liefde wat uit ’n dieper bron vloei: die bron wat Jesus aan die kruis gedra het.

Daarom bring Lent my nie net na die kruis om te kyk nie - dit bring my na die kruis om gevorm te word. Om te sien hoe Jesus leef, hoe Jesus gee, hoe Jesus vertrou, hoe Jesus aanhou om lief te hê.

Oefening

Vat aan jou hande. Dink aan Jesus se hande aan die kruis.

Sê vir Hom dankie:

“Here… U liefde het pyn gedra… vir my.”

Genadegebed

Here, gee my ‘n diep bewustheid van U teenwoordigheid en liefde in my lewe.

SATERDAG

Kyk Terug en Rus

Lees hierdie week se skrifgedeelte weer stadig deur. Dink rustig terug aan jou week, aan die tye wat jy saam met Jesus in hierdie verhaal deurgebring het. Let op oomblikke van helderheid, vrae en uitnodigings.

- Wanneer het jy vertroos of geïnspireer gevoel? Maak gerus 'n paar aantekeninge en dank Jesus vir daardie oomblikke.

- Waar het jy vêr van God af gevoel, of onseker oor Sy nabyheid? Vra Hom om jou te wys hoe Hy selfs daar sag en stil teenwoordig was.

- Wanneer jy vorentoe kyk, watter vraag of watter verlange wil jy nou na Jesus toe bring?

Sluit jou gebedstyd af deur Psalm 31 stadig en hardop te bid.

TEL	**011 268 4900**
PASTORAL CARE – EMERGENCY LINE	**082 372 6818 (no sms')**
WHOLENESS – CENTRE	**011 215 7200**
INFORMATION	**info@mosaiek.com**

mosaïek

Hierdie inhoud is die intellektuele eiendom van Mosaïek Gemeente, Fairland, Johannesburg.