

RUSWOORDE VIR LENT



LENT
2018

INHOUDSOPGAWE

Lent 2018

DIE begin

DAG 1: *Aswoensdag*

DAG 2: *Terugkeer*

DAG 3: *Kies*

DAG 4: *Vas*

WEEK 1

DAG 5: *Stilte*

DAG 6: *Liefde*

DAG 7: *Lig*

DAG 8: *Sien*

DAG 9: *Vra*

DAG 10: *Woorde*

WEEK 2

DAG 11: *Abba*

DAG 12: *Brood*

DAG 13: *Water*

DAG 14: *Tyd*

DAG 15: *Vredemaker*

DAG 16: *Wêreld*

WEEK 3

DAG 17: *Skatte*

DAG 18: *Luister*

DAG 19: *Armoede*

DAG 20: *Vergifnis*

DAG 21: *Vrede*

DAG 22: *Rus*

WEEK 4

DAG 23: *Huil*

DAG 24: *Maar*

DAG 25: *Weg*

DAG 26: *Vry*

DAG 27: *Sonde*

DAG 28: *Vyande*

WEEK 5

DAG 29: *Diens*

DAG 30: *Geld*

DAG 31: *Liggaam*

DAG 32: *Versoeking*

DAG 33: *Bid*

DAG 34: *Wil*

HOE OM HIERDIE BOEK TE GEBRUIK

Indien hierdie jou eerste keer is op die Lent-reis, besoek gerus: <http://ow.ly/VlyY308wi0E> ter voorbereiding vir die reis.

Jy word uitgenooi om jou daartoe te verbind om elke dag te verpoos tydens Lent. Besluit self watter tyd van die dag is die geskikste vir jou, hoeveel tyd jy kan afstaan en waar jy wil sit of vertoef gedurende daardie paar minute. Dit mag moontlik vroeg in die oggend wees of wanneer jy by die werk opdaag of direk nadat die kinders weg is skool toe of selfs gedurende jou etenspouse. Hierdie kuns van verposing/stilword noop jou om tyd opsy te sit om te luister na God in jou besige lewe. Aan die begin van elke week word jy bekendgestel aan 'n ontwaking en word jy uitgenooi om die dag te begin met 'n verbeeldingsgebed.

Besoek ook gerus:

www.mosaiek.com/groei/skool-van-gebed/gebedspraktyke/verbeeldingsgebed/
vir meer inligting oor verbeeldingsgebed.

Jy sal begelei/gelei word deur veertig woorde vir elk van die veertig dae van Lent. Elke dag gaan jy fokus op één woord en elke oordenking gaan gepaard met 'n Bybelvers en 'n kort nabetragting. Lees elke vers 'n paar keer hardop gedurende jou daaglikse verposing en lees dan die kort oordenking. Spandeer dan tyd, dink en oorweeg wat God vir jou wil sê deur die woord vir die dag.

Vir meer inligting oor geleide refleksiegebed, besoek die volgende skakel:
www.mosaiek.com/groei/skool-van-gebed/gebedspraktyke/refleksiegebed/

Die geskenk van tyd gedurende Lent is persoonlik maar nie privaat nie. Dit is om dit te ontvang en met vriende in Jesus te deel, want wanneer Christus in jou lewe inkom bring Hy altyd andere saam met hom. Lent is daarom nie alleenlik die tyd wat jy spandeer om jou voor te berei vir 'n ryker, dieper en lewensbelangrike ontmoeting met die lewende Christus nie, maar ook 'n tyd waarin jy jouself ruimskoots oopmaak vir diegene wie Hy wil hê jy saam die reis van dissipelskap moet stap.

Vra gerus twee of drie ander persone om te deel in hierdie reis van veertig dae van Lent. Miskien kan julle een keer per week saamkom oor 'n koppie koffie, of tydens julle lewensgroep of dalk vóór kerk. Bepeins saam oor julle ervaring rondom die daaglikse praktyke soos hierbo genoem en deel met mekaar hoe God dalk met jou praat deur die spesifieke woord vir die dag.

DAG 1: ASWOENSDAG**STOF**

“Stof is jy, en jy sal weer stof word.”

Genesis 3:19

Op die eerste dag van Lent, wat die kerk Aswoensdag noem, laat baie mense 'n kruis van as op hulle voorkoppe maak, as 'n herinnering dat hulle skepels, gemaak van stof, is. Ons is delikate, feilbare, gevalle menslike wesens. Van die oomblik wat ons ons moeder se baarmoeder verlaat het, het ons die sterwensproses begin.

Om te dink dat ons eendag niks meer gaan wees as as nie, is nogal 'n sombere realiteit. Dis nie 'n verrassing dat baie van ons hierdie werklikheid vermy nie. Dit is nie iets wat ons wil oordink of bespreek of selfs van wil lees nie. Op die ou end, wanneer ons begin besef hoe nietig ons is nie, kan ons maklik wanhopig raak. Gebore om te sterf is nie goeie nuus nie.

Alhoewel die feit dat ons met die teken van die kruis gemerk is, verseker egter dat ons oneindig meer as stof is. Ons is God se geliefdes, en deur Jesus, kan niks – selfs nie die dood – ons van God se liefde skei nie. **Ons stof is gelaai met God se eie lewensonderhoudende en doodsoorwonne asem.**

Ons is geliefde stof.

DAAGLIKSE OEFENING

Gaan buitentoe en tel 'n handvol grond op. Terwyl jy dit doen, fokus op hierdie twee simbole wat saamloop: stof en die kruis. Selfs as jy die as van jou voorkop afwas, onthou jy die realiteit van jou identiteit – jy is stof, kosbaar gemaak deur die kruis.

DAG 2

TERUGKEER

“Kom terug na die Here julle God toe: Hy is genadig en barmhartig”

Joël 2:13

Ons lewens dryf gedurig weg van ons ware tuiste. Ons vergeet dat ons God se geliefdes is. Ons vergeet dat ons nie God is nie. Ons swig voor die versoekings van geld, seks en mag. Ons ignoreer die geroep van ons susters en broers. Ons fokus net op onself.

Gedurende die Lydens tyd roep God ons huis toe. Ons onthou wie ons werklik is. Ons laat God weer God wees in ons lewens. Ons lewe getrou as God se geliefdes. Ons reageer op ons lydende naaste. Eenvoudig gestel, ons begin weer oor met God.

Slegs wanneer die geweldige liefde van God, ten volle ontbloom in die Gekruisigde Een, ons harte deurbaar – reageer ons liefdevol op God. Gedurende Lent luister ons afwagkend na die goeie nuus: God het ons passievol lief met 'n liefde wat nooit sal laat gaan nie en wil hê dat ons huis toe moet kom. Lent nooi ons uit om ons harte oop te maak vir hierdie liefde hoe ver ons ookal weggedryf het en om terug te keer na die God wat na ons verlang.

DAAGLIKSE OEFENING

Mediteer vandag op die woord: Terugkeer. Terwyl jy dit doen, vra die Heilige Gees om jou bewustheid van God se persoonlike liefde te verdiep. Wees bewus van die verskillende maniere waarop die Goddelike Liefde na jou toe kom – die glimlag van 'n vreemdeling, die teenwoordigheid van 'n vriend, die skoonheid van 'n sonsondergang, die genot van 'n wandeling. Voordat jy gaan slaap, dink terug aan al die geskenke van God se liefde, geniet hulle en sê dankie daarvoor.

DAG 3**KIES**

“Kies die lewe, sodat jy en jou nageslag kan lewe. Om die Here jou God lief te hê, Hom te gehoorsaam en Hom aan te hang.”

Deuteronomium 30:19–20

Ons keuses maak saak, want hulle gevolge vorm ons lewens vir ewig asook die lewens van ander. Toe my kinders grootgeword het, het ek dikwels vir hulle gesê: “Julle is vry om enigiets te doen wat julle wil, maar julle is nie vry om die gevolge te kies nie.”

Tydens die reis deur die woestyn nooi Moses die Israeliete uit om keuses te maak wat na lewe lei. Alhoewel hulle nie kan beheer wat met hulle gebeur nie, het hulle beheer oor hoe hulle sal reageer op die gebeure in hulle lewens. Die gevolge van hierdie keuses het 'n rippeleffek op hulle lewe en toekoms. **Lent vra van ons om ons keuses te ondersoek.**

In byna elke oomblik van ons lewe – in ons gedagtes, ons verbeelding, ons dae, en selfs in ons niksdoen – maak ons keuses wat óf na lewe lei, óf na dood. Om lewe te kies, behels bewustheid van die geneidhede in ons wat ons lewe saboteer en van daardie geneidhede wat ons lewe voed.

DAAGLIKSE OEFENING

Maak vandag twee lysste: “Wat gee my lewe?” en “Wat neem lewe van my?” Voeg regdeur die dag by die lysste. Reflekteer aan die einde van die dag op daardie twee kolomme en vra God vir leiding om lewe te kies. Bedank God vir nuwe lewe wat deur Jesus Christus kom.

DAG 4

V A S

“Nee, as jy vas, versorg jou hare en was jou gesig sodat niemand kan sien dat jy vas nie, behalwe jou Vader wat jy nie kan sien nie. Jou Vader wat sien wat verborge is, sal jou beloon.”

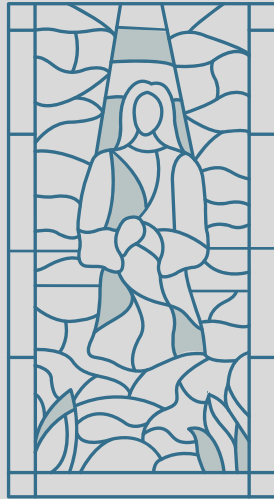
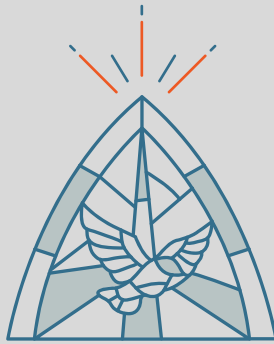
Matteus 6:17–18

Deur die eeue het almal wat ter wille van Christus 'n impak op hulle generasie gemaak het, gevas. Dit behels gewoonlik om sonder kos te gaan vir 'n vasgestelde tydperk. Jesus het sekerlik aangeneem dat sy volgers dit sou doen as deel van hulle verhouding met God. Hy het gesê: “Wanneer julle vas...” nie “As julle vas...” nie.

Om te vas is eintlik om fees te vier. Dit voorsien ons van 'n geleentheid om ons te verlustig in God se oorweldigende goedheid en liefde vir ons. Ons doen dit gedurende ons vastyd deur onself te voed met die woorde wat God met ons praat. **Ons leer dat ons nie net van brood lewe nie, maar van elke woord van God.** Wanneer Jesus ons beveel om nie swaarmoedig te lyk terwyl ons vas nie, nooi hy ons nie uit om ander te mislei nie. Hy weet dat ons nie regtig ongelukkig sal wees nie. Hy het uit sy eie ondervinding geleer dat om te vas ons bring na daardie onsigbare geskenke wat net van God af kom.

DAAGLIKSE OEFENING

Moenie vandag tussen maaltye eet nie – of kies 'n dag gedurende Lent om te vas. Laat toe dat jou begeerte na kos, jou bewustheid van die spirituele bronne wat God jou gee, verdiep - sodat jy ander moeilike verliese kan verdra. Onthou: Om te vas beteken om ons te verlustig in die woorde wat God vir ons gee.



WEEK 1

EERSTE SONDAG VAN LENT

LEES MARKUS 1:12-15

Nadat Johannes in die tronk opgesluit is, het Jesus na Galilea toe gegaan en die evangelie van God verkondig. Hy het gesê: “Die tyd het aangebreek, en die koninkryk van God het naby gekom. Bekeer julle en glo die evangelie.”

Markus 1:14-15

'n Ander soort lewe is beskikbaar vir elkeen van ons, net waar ons is, onmiddellik. Hierdie verstommende aanbod lê aan die kern van Jesus se boodskap oor die beskikbaarheid van die koninkryk van God. Jesus bring nie aan ons 'n nuwe stukkie advies of 'n nuwe sosiale agenda of 'n nuwe soort spiritualiteit nie, maar 'n nuwe soort lewe.

Hoe kan ons lewe in die koninkryk beskryf? Dis 'n intieme lewe waarin ons God persoonlik as Abba leer ken. Dit is 'n gedeelde lewe waardeur ons onself ontdek as deel van God se familie. Dit is 'n transformerende lewe waarin ons geleidelik verander word in die soort mens wat God wil hê ons moet wees. Dit is 'n kragtige lewe waarin God saam met ons werk ten goede van ander en vir die genesing van ons wêreld. Dit is 'n liefdevolle lewe waarin ons meer gevoelig raak vir diegene om ons. Bowenal; dit is 'n ewige lewe wat nie deur die dood geblus kan word nie. Ons verlang innig na die lewe in die Koninkryk. Hierdie verlange is met hoofletters geskryf in die holtes van ons siel, in die pyn van ons verhoudings en in die stryd in ons gemeenskappe. Ten spyte van die oorvloed tegnieke van selfvervulling en selfhelp, aanskou en ervaar ons wanhoop, verslawing, en 'n fragiese onvermoë om oor die weg te kom met die mense naaste aan ons. Dit lyk nie asof ons goed lewe nie.

Om die vreugde van lewe in die koninkryk te betree, moet ons onself oopstel vir berou en vertroue. Ons moet 'n daaglikse reis onderneem deur na die opgestane Christus te draai en by Hom te leer hoe om ons lewe te leef. Terwyl ons dit doen, tree Hy uit die bladsye van die evangelies as ons altyd teenwoordige kameraad, wys ons hoe om te lewe, en gee ons die moed om Hom te volg.

DAG 5

STILTE

“Wees stil en weet Ek is God”

Psalm 46:10

Baie van ons sit magnete op ons yskaste wat hierdie vers in die Psalms verkondig. Maar daar is 'n baie groot verskil tussen om hierdie vers op ons yskas te sit en om dit uit te leef. Om stilte en kalmte te vind in 'n wêreld wat gewoon is aan lawaai, bedrywigheid en woorde, is nie maklik nie. Geen wonder ons het dikwels te min persoonlike en intieme kennis van die Ewige Een nie.

Die psalmdigter beklemtoon dat ons stil moet wees om God te ken. Miskien is dit waarom ons siele na stilte smag. In hulle rusteloosheid verlang ons siele na daardie stille gemeenskap met God waarvoor ons geskape is. Bewus hiervan, skryf Desmond Tutu: “Elkeen van ons wil en moet onself spasie gee vir stilte.” **Dit is in stilte dat ons bewus raak** van dit waarna ons harte verlang: die Goddelike Teenwoordigheid wat in ons lewe. Op hierdie manier kan ons die belangrikheid daarvan sien om 'n lewe van innerlike en uiterlike kalmte te koester.

DAAGLIKSE OEFENING

Ons kan met stilte en kalmte eksperimenteer deur doelbewus, terwyl ons in ons motor ry of per bus of ander vervoer reis, nie na ons motorradios of musiek te luister nie. Hierdie maniere van vervoer sal mobiele plekke van stilte word waar ons die rus van God kan betree te midde van ons alledaagse haas. Herinner jouself daaraan dat God jou in die stilte ontmoet.

DAG 6

LIEFDE

*“My kinders, laat ons nie liefhê met woorde of met die tong nie,
maar met die daad en in waarheid.”*

1 Johannes 3:18

Ons dink dikwels aan liefde as 'n sekere soort gevoel. Maar as ons vir liefdevolle gevoelens wag, sal ons moontlik nooit by ware liefhê uitkom nie. Aan die ander kant, wanneer ons iets liefdevols doen, kom die liefdevolle gevoel daarmee saam.

Daardie liefdevolle daad moet groot wees. **Ons kies om in liefde op te tree, wanneer ons ookal kan**, deur klein treetjies te neem. 'n Glimlag, 'n handdruk, 'n drukkie, 'n telefoonoproep, 'n groet, 'n kuier – hierdie is klein treetjies na liefde. “Elke tree,” skryf Henri J. M. Nouwen, “...is soos 'n kers wat in die nag brand.”

Lent nooi ons uit om liefde te beoefen. God het ons passievol lief – nie sodat ons al die liefde in ons harte kan opgaar nie, maar sodat ons dit aan almal om ons kan weggee. Ons kan nou dadelik begin, net hier waar ons is, met die mense naaste aan ons.

D A A G L I K S E O E F E N I N G

Vra God vir leiding om vandag klein treetjies van liefde te neem. Begin by die mense naaste aan jou of die saam met wie jy woon en sluit dan elke persoon in wat vandag jou pad kruis. Vul die dag bewustelik met die lig van liefdevolle daad, hoe klein ookal, waar jy ookal gaan.

DAG 7

LIG

“En Jesus het weer met hulle gesprek en gesê: Ek is die lig van die wêreld; wie My volg, sal sekerlik nie in die duisternis wandel nie, maar sal die lig van die lewe hê.”

Johannes 8:12

Duisternis woon om ons en in ons. Kom ons oordink die verskillende soorte duisternis wat ons beleef: die duisternis van intense pyn en lyding, die duisternis van eensaamheid en smart, die duisternis van die bose en sonde, en veral die duisternis van die dood self. Om deur duisternis oorweldig te wees kan 'n moeilike, verwarrende en pynlike ervaring wees.

Christus kom as 'n lig tot binne-in ons donker wêreld. Sy lewe eggo en vervul die profesieë van Jesaja: “Die volk wat in duisternis loop, het 'n groot Lig gesien” (9:2). Tot op hede, skyn hierdie stralende lig van Jesus tussen ons.

As ons Christus volg, dring sy lig ons duisternis binne. Dit verlig ons lewe met sy leiding, bevry ons van die donker magte, en stel ons instaat om voller en vryer lewens te lei. Ons word inderdaad kinders van lig in 'n donker wêreld!

DAAGLIKSE OEFENING

Steek 'n kers in 'n werkspasie of iewers in die huis aan as 'n herinnering van die goeie nuus van Johannes 8:12. Vra jouself af: “Wat is die donker areas in my lewe?” Bring hierdie areas na die lewende Christus en laat die lig van Christus, wat nog nooit deur die duister geblus is nie, daar inskyn.

DAG 8

SIEN

“Kom saam, dan sal julle sien.”

Johannes 1:39

Ons begeer om te sien en gesien te word. Hoe gereeld sê jy vir geliefdes: “Dit sal so lekker wees om jou weer te sien.” Ons wil ook hê dat ander ons teenwoordigheid moet opsoek. Om nie raakgesien te word nie en geïgnoreerd te voel kan baie pynlik wees. Noudie dag het 'n bejaarde haar pyn met my gedeel: “Mense loop verby my asof ek onsigbaar is.”

Christelike geloof behels 'n nuwe manier van sien. **Wanneer Jesus deel van ons lewens word, sien ons mense en dinge duideliker in ons wêreld.** John Newton, die bekeerde slawehandelaar en psalmdigter, beskryf sy innerlike transformasie met hierdie woorde: “Was blind, maar nou sien ek.” God se genade maak blinde oë oop om te sien. Kom ons dink na oor ons geestelike sig. Maak ons gejaagde lewe alles en almal 'n vae warreling? Is dit tyd dat Christus ons oë aanraak?

Mag ons oë meer soos Syne word, oë wat ander waarlik sien vir wie hulle is.

DAAGLIKSE OEFENING

Kyk vandag deur jou venster na God se skepping. Fokus jou oë op iets pragtigs. Kyk vandag na die mense wat jy ontmoet en sien in hulle gesigte die skoonheid van hulle Godgegewe uniekheid raak. Bedank God reg deur die dag vir die geskenk van nuwe oë wat Christus vir ons gee.

DAG 9

VRA

“Bid, en vir julle sal gegee word.”

Matteus 7:7

“Vra,” het Jesus geleer, “en dit sal vir julle gegee word.” Hierdie lering is van toepassing beide op die manier wat ons ander benader en die manier wat ons na God gaan. Net soos Dallas Willard uitwys, “Hoe pragtig is dit nie om verhoudings te sien waarin vra en ontvang ’n vreugdevolle manier van lewe is nie?”

Om te vra vir wat ons nodig het, beteken nie dat ons alles kry waarvoor ons vra nie. **Maar deur te vra, leer ons** nederigheid, ontdek ons ons interafhanklikheid, en laat ons ander en God toe om hulle sorg aan ons te bewys. Dit is ’n manier waarop ons verhouding met God en ander meer eg, eerlik en intiem word.

Om te vra is baie moeilik vir sommige van ons. Ons neig om ons ware behoeftes weg te steek as ons groot word, want ons wil sterk, in beheer en selfstandig voorkom – ons vra nie. Lent daag ons uit om bewus te word van ons behoefte aan God se genade en hulp. Dit nooi ons uit om waarlik te sien hoe behoefdig ons is, om op te hou voorgee, en te vra.

DAAGLIKSE OEFENING

Vra vandag vir hulp, van God of van ’n betroubare vriend, met iets waarmee jy worstel of waaroor jy angstig is.

DAG 10**WOORDE**

“Dit sê Ek vir julle: Van elke ligsinnige woord wat die mense sê, sal hulle rekenskap moet gee op die oordeelsdag.”

Matteus 12:36

Woorde dra baie geestelike krag. Woorde verwond of genees. Woorde breek af of bou op. Woorde ontmoedig of bemoedig. Jesus plaas ewige waarde op woorde wanneer Hy sê ons sal beoordeel word volgens die woorde wat ons gespreek het.

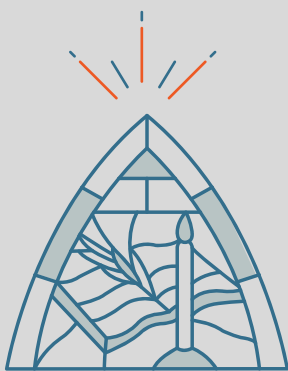
Woorde is altyd meer as net woorde.

Ons mag nie die skade wat kwetsende woorde aanrig onderskat nie. Hulle kan selfvertroue vernietig, reputasies aantas, gerugte versprei, gesinne opbreek, gemeenskappe verdeel, en gevegte laat opvlam. Die ou gesegde: *“Sticks and stones can break my bones, but words will never hurt me”*, is 'n leuen.

In kontras daarmee, dra waardevolle woorde van liefde en waardering die moontlikheid van seën en lewe. Hulle kan God se liefde laat waar word vir die mense om ons. So laat ons gedurende Lent mooi dink hoe ons met ander praat.

DAAGLIKSE OEFENING

Maak vandag 'n Lent-seëningedag. Gebruik bewustelik woorde wat genees, opbou en aanmoedig. Probeer om dit in soveel as moontlik gesprekke te gebruik.



WEEK 2

TWEEDE SONDAG VAN LENT

LEES MARKUS 3:19–27

Jesus het hulle nader geroep en hulle met voorbeelde geantwoord: “Hoe kan die Satan die Satan uitdrywe? As ’n koninkryk onderling verdeeld is, kan daardie koninkryk nie bly staan nie.”

Markus 3:23–24

Om die bose te oorwin is 'n essensiële deel van Jesus se lewe. Hy oorwin nie net die bose te midde van persoonlike versoeking nie, maar Hy bevry ook voortdurend mans en vrouens van boosaardige kwaad elke keer as dit in menslike lyding en pyn verskyn. Jesus is, volgens die Nuwe Testamentiese skrywers, die Goddelike Agent wat die wêreld ingestuur is om ons vry te maak van bande van alle vorme van boosheid.

Dis geen verrassing, soos ons in ons skrifgedeelte sien, dat Sy opponent niks hiervan hou nie. Hulle beskuldig Hom dat Hy 'n bondgenoot is van die demoon Beelzebul. Reeds in hierdie baie vroeë stadium van Jesus se bediening, soek hulle na 'n rede om van Hom ontslae te raak. Die evangelieskrywer, Markus, wil vir ons wys dat die skadu van die kruis oor Jesus se lewe begin val, lank voor die gebeure by Golgota. Maar Jesus reageer anders op Sy opponente se taktiek. Hy etiketteer nie Sy opponent nie. Hy weier om op die bose te reageer met die wapens van die bose. Hy wys net daarop dat hulle beskuldigings nie logies is nie.

As Satan die Satan uitdryf, dan veg die bose een teen homself. In plaas daarvan oorkom Jesus die bose en bring Hy God se koninkryk van vryheid aan almal wat gevange gehou word deur die duistere magte.

Hoe deel ons vandag in hierdie oorwinning? Ons kan die duisternis in ons lewens eerlik bekyk en dit erken vir wat dit is. Ons kan ons aandeel in die sosiale euwels om ons bely. Ons kan uitroep na die Gekruisigde en Opgestane Een om ons te red. Ons kan optree teen die onregverdigheid om ons. Ons kan veral die krag wat sterker as die bose is, demonstreer: die mag van selfopoffering en gekruisigde liefde.

DAG 11

A B B A

“Abba, Vader, alles is vir U moontlik...”

Matteus 14:36

Abba is die spesiale woord wat Jeus gebruik om God aan te spreek. Die Rooms-Katolieke priester, Albert Nolan, dui op die volgende: “As 'n wyse om God aan te spreek en na Hom te verwys, was dit uniek.” Dit is 'n term wat die soort verhouding wat Jesus met sy Hemelse Ouer het, vertoon. 'n Term wat diepe eerbied, warm intimiteit en vaste vertroue kombineer.

Ons moet nog een stap verder gaan. Jesus wil nie net Sy familieverhouding met God openbaar nie, maar Hy wil ook hê Sy volgelinge moet dieselfde doen. Wanneer hulle bid, sê Jesus vir Sy dissipels om “Vader” te sê. Hulle kan ook dieselfde soort verhouding met God hê wat Jesus het.

Die wonderlike nuus is dat ons ook kan! Wanneer ons ons harte vir die Gees van Jesus oopmaak, word ons in staat gestel om uit te roep: “Abba.” Nou kan ons ook as Abba se kinders begin lewe, met die wete dat Abba ons innig liefhet en koester, dat ons vasgehou word in daardie tydlose omhelsing waarvan ons nooit geskei kan word nie.

DAAGLIKSE OEFENING

Bring hierdie woord „Abba, vandag in al jou aktiwiteite in. Fluister dit gereeld om jou hart se bedoeling te verwoord – om te midde van alles wat jy doen met God in kontak te wees.

DAG 12**BROOD**

“Gee ons vandag ons daaglikse brood.”

Matteus 6:11

In die gebed wat Jesus vir sy dissipels leer, nooi hy hulle om te vra vir hul daaglikse brood. Hierdie bede dui op ons totale afhanklikheid op God om ons lewens te onderhou. Die frase beklemtoon dat God ons voorsien van daardie middele wat ons werklik benodig.

Wat is die spesifieke items wat ons inderdaad nou benodig?

Die geliefde kind nader met vrymoedigheid daardie persoon wat hy sy Vader noem om hierdie middele te bekom. So staan dit ons ook vry om bloot ons Hemelse Ouer te vra vir dit wat ons vandag of selfs op hierdie oomblik nodig het.

Natuurlik, **wanneer ons hiervoor bid moet ons aan meer as net onself dink**. Dit is onmoontlik om te bid vir ons daaglikse brood sonder 'n pynlike bewustheid van diegene wat hoogs ontnem is. Om te bid vir ons daaglikse brood betrek ons ten nouste by by die behoeftes van ons naastes.

DAAGLIKSE OEFENING

By een van jou maaltye vandag, sny vir jou 'n snytjie brood. Terwyl jy dit nuttig, gee dank aan die Vader wat jou voed met elke asem wat jy neem.

DAG 13**WATER**

“Jesus het geantwoord en vir haar (die Samaritaanse vrou) gesê: “Elkeen wat van hierdie water drink, sal weer dors word. Wie ook al van die water drink wat ek hom sal gee, sal nóóit dors word nie, maar die water wat ek hom sal gee, sal in hom ’n fontein van water word wat opborrel om die ewige lewe te gee.”

Johannes 4:13–14

Water is een van die kragtigste beelde wat Jesus gebruik. Wanneer Hy homself ons “lewende water” noem, sê Hy dat Hy ons diepste dors les. Nie alleen les hierdie water ons dors nie – dit word soos ’n fontein wat in ons opborrel en ons vul met daardie lewe wat God vir ons wil gee!

Waarna dors ons? Teoloog en humanitêre werker Jean Vanier vertel ons dat om dors te wees in die Bybelse konteks beteken dat ons verdor is van binne, dat ons totaal leeg en beangs voel. Dit is om te smag na liefde, aanvaarding en bekragtiging. Dit is niks minder nie as om te smag na ’n openhartige verbond met die lewende, liefdevolle God.

Die van ons wat dors het word genooi om te sit aan die voete van Jesus en te drink van Sy lewegewende water. Om te drink van Jesus is om Sy Gees in ons lewens te ontvang. Wanneer ons begin om te drink, hernu Jesus se water ons lewens.

DAAGLIKSE OEFENING

Wanneer jy vandag water drink, bid dan soos volg: “Vader, in my dors na U, gee aan my die water van die lewe.” Elke teug kan dien as ’n herinnering aan die lewende water van Jesus.

DAG 14

TYD

“Die tyd is vervul en die koninkryk van God het nader gekom.”

Markus 1:15

In die Griekse Nuwe Testament word twee woorde vir “tyd” gebruik: *chronos* en *kairos*. die eerste verwys na chronologiese tyd, soos met 'n horlosie. Dit word gemeet in sekondes, minute, ure, dae, weke, maande, jare. Ons verwys na *chronos* wanneer ons iemand vra: “Hoe laat is dit?”

Die tweede woord, *kairos*, verwys na God se tyd - tyd in die sin van goddelike lot. Jesus het telkemale van tyd in hierdie sin gepraat: “die tyd is vervul”, “My uur het nog nie gekom nie”, of “die uur sal aanbreek wanneer”. Hy sien Sy hele lewe as toegewy aan die vervulling van dit wat deur God bestem is: om dit te voltooi wat aan Hom opgelê is.

Te dikwels rig ons ons lewens slegs in volgens *chronos*-tyd. **Ons vergeet van die belangrikheid van *kairos*-tyd.** Hoe sou dit wees as ons aandag begin gee aan beide tipes tyd? Sou ons tydjie hier op aarde nie dalk ewig betekenisvol word nie?

DAAGLIKSE OEFENING

Voltooi hierdie sin elke keer wat jy vandag kyk hoe laat dit is: “Op hierdie presiese oomblik in my lewe, is dit God se tyd vir ...”

DAG 15

VREDEMAKER

“Salig is die wat vrede maak.”

Matteus 5:9

Ongeag die gedurige gepraat oor die waarde van vrede, vind ons bitter min daarvan in vandag se wêreld. Beide ons openbare- en privaatlewens dui op ons tragiese gebrek aan vrede – siklusse van geweld, ongesonde verslawings en vernietigende spannings wat gesinne, gemeenskappe en state verdeel. Ons blink uit daarin om die gedagte van vrede uit te basuin, eerder as wat ons in staat is om vrede te maak binne die raamwerk van ons daaglikse bestaan.

Ons hunkering na vrede roep uit na die Hemele as een van die diepste begeertes van die mens se hart. Ons soek na vrede in verskeie vorme: die vrede om nie meer in die greep van verslawing of angs vasgevang te wees nie; die vrede wat volg nadat jy uit geweld of verdeeldheid weggeraap is; die vrede van bevryding van vrees en ongeregtigheid... Ons smag na God se Shalom soos deur die ou profete verkondig.

Lent is die ideale tyd vir die gebed van St Francis: **“Vader, maak my die instrument van U vrede:** waar daar haat is, laat ek liefde uitdeel and waar daar nadeel is, vergiffenis.” Vrede volg wanneer ons hierdie gebed omskakel in doelbewuste aksie! Slegs dan maak ons die oorgang van vredeliefhebbers na vredemakers.

DAAGLIKSE OEFENING

Dink aan iemand met wie jy nie op goeie voet is nie. Vra God:
“Here, hoe kan ek 'n vredemaker wees in hierdie verhouding?”
Soek God se leiding in hierdie nuwe rol as vredemaker.

<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>

DAG 16**WÊRELD**

*“Want so lief het God die wêreld gehad, dat Hy sy eniggebore
Seun gegee het...”*

Johannes 3:16

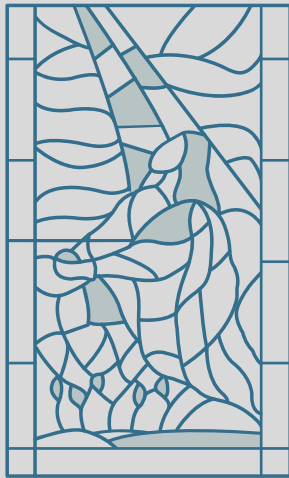
Soms skat ons die evangelie gering. Ons wil dit kondenseer as die middel waardeur individue wat met God herenig word of waardeur God vir Hom 'n uitverkorene gemeenskap wil skep. Maar God se werk strek vêr verby hierdie doelwitte. God se plan sluit die genesing van die ganse wêreld in.

God se liefdevolle arms omvou die hele aarde en omhels elke mens, nasie, kultuur en etnisiteit, maar so ook die woude, berge, riviere en elke lewende wese daarin. God vra dat ons die hele wêreld moet red, herstel en versoen.

Hy wil hê dat elkeen van ons lid moet wees van Sy goddelike span. Ons kan nie alle menslike nood en stryd teengaan nie, maar ons kan die Here wel dien deur 'n klein rol te speel in genesing en versoening – waar ook al ons dit mag teëkom in ons daaglikse wandelinge.

DAAGLIKSE OEFENING

Wanneer jy vandag die koerant lees, probeer dit deur die oë van Jesus doen. Wanneer jy na die aandnuus kyk, vra vir Jesus wat dit is van die bulletin wat sy hart breek. Wat lê God jou op die hart oor die toestand van die wêreld? Hoe voel jy geroepe om te antwoord?



WEEK 3

DERDE SONDAG VAN LENT

LEES MARKUS 8:27-33

“En Hy sê vir hulle: Maar julle, wie sê julle is Ek?”

Markus 8:29

Ongeveer middeweg deur Markus let mens op dat die gemoed skielik verander: gedurende die eerste agt hoofstukke kan mens kwalik anders as om die energie, opwinding en aksie aan te voel. Jesus beweeg van gehuggie na gehuggie en verkondig die beskikbaarheid van 'n nuwe soort lewe – bevry van verslawing deur die bose – en Hy genees die krankes, voed die wat honger lei en kalmeer selfs die woede van die see. Hy oes die vrugte van 'n suksesvolle bediening. Dan, eensklaps, is daar 'n tasbare ommekeer in die atmosfeer. Eugene Peterson merk op dat die laaste agt hoofstukke gebuk gaan onder gesprek oor die dood eerder as oor die lewe. Hierdie ommekeer se spilpunt is die direkte vraag wat Jesus aan sy dissipels stel: “Maar julle, wie sê julle is Ek?”

Min vrae is van groter belang: is Jesus 'n blote mite, versin deur die verbeelding van die evangelieskrywers? Een of ander kragheld, in staat daartoe om in te bars in ons lewens en als reg te ruk? Of is Hy 'n groot leermeester, dog bloot mens, wat tot wonderwerke in staat is? Ons antwoord op hierdie vrae sal ons lewens vorm – meer as wat ons antwoorde op enige ander vrae dit kan doen.

Wanneer Jesus aanvanklik hierdie vraag vra, blaker Petrus uit: “U is die Messias”. Daardie antwoord, in die tydvak van Markus se boek, is nie 'n erkenning dat Jesus goddelik 'n deel van die Drie-enige God is nie. Die volle begrip sal eers later by hom posvat. Op hierdie stadium getuig Petrus bloot dat Jesus daardie een is op wie Sy mense vir so lank gewag het: die ware Kneg-Heer wat God se heerskappy oor Israel en die wêreld sou inlei. Wat Petrus nie beseef nie is dat sy uitlating sy lewe van daardie oomblik af tot ommekeer sou bring.

En so breek die oomblik aan waar elkeen van ons ook met hierdie vraag moet worstel: **Wie, sê ek of jy, is Jesus?** Is ons bereid, soos Petrus van ouds, om te bevestig dat Hy die een is na wie ons harte ook smag? Sal ons ook erken dat Hy alleen die een is wat die mensdom kan genees en bemagtig? En sal ons Hom durf toelaat om 'n verstandhouding van wat dit vandag behels om Hom te volg, by ons te laat posvat? Al wat ons met oortuiging kan sê is dat as ons Hom die Christus noem en Hom op Sy weg van die dood en wederopstanding volg, dit ons lewens ook onherroepelik sal vernuwe.

DAG 17

SKATTE

“Want waar jou skat is, daar sal jou hart ook wees.”

Matteus 6:21

Elkeen van ons besit skatte. As jong kinders kon dit dalk 'n spesiale speelding gewees het: 'n opgestopte diertjie of spesiale kombesie. As volwassenes het ons steeds skatte, maar nou is hulle waarskynlik 'n bankrekening, 'n motor of 'n huis.

Jesus leer ons dat ons ons skatte óf hier op aarde, óf in die hemel bymekaar kan maak. Aardse skatte kwyn weg. In Matteus 6:19 word gemaak: “Hou op om vir julle skatte op die aarde op te gaar, waar mot en roes verteer en waar die we inbreek en steel”. In vandag se tye sou ons sê: “...waar hardeskywe faal, aandeelmarkte tuimel en net wrakke oorbly na 'n ongeluk.”

Hemelse skatte daarenteen, is ewigdurend. Ons belê in hemelse skatte wanneer ons belê in God se werk in die lewens van ander en in die sorg van alle geskape wesens.

DAAGLIKSE OEFENING

As 'n teken van jou voorneme om in hemelse skatte te belê, maak vandag 'n inkopie-vrye dag. Spandeer eerder die tyd wat ons in die winkels sou spandeer het daaraan om iets besonder te doen vir jou naaste. Wees bedag en doelgerig daarop om jou naaste te dien.

DAG 18**LUISTER**

“Elke mens moet gou wees om te hoor, stadig om te praat.”

Jakobus 1:19

Die Duitse teoloog en martelaar Dietrich Bonhoeffer het geskryf: “Mense smag na 'n oor wat sal luister. Hulle vind dit nie onder die Christene nie want dié is besig om te praat terwyl hulle eintlik moet luister”.

Om te luister is die kern van 'n lewe saam met God. Maar ten einde na God te kan luister, moet jy aanleer om minstens na jou naaste te kan luister. Hoe kan ons immers luister na God – wat ons nie kan sien nie – as ons nie eers kan luister na ons naaste, wat ons ten volle kan aanskou nie?

Lent is by uitstek die geleentheid waar ons 'n geestelike avontuur kan aanpak: leer om te luister. Ons kan begin oefen met dié naaste aan ons – ons kollegas by die werk, familielede of vriende. Luister sal 'n geestelike ervaring word: 'n daaglikse gewoonte – 'n lewenswyse.

DAAGLIKSE OEFENING

Vra God vandag om jou ore oop te maak. Onthou deurentyd Jakobus se uitnodiging om vinnig te wees om te luister, maar traag om te praat. Poog doelbewus om in elke gesprek meer aandagtig te luister as vantevore.

DAG 19

ARMOEDE

“...want Hy het my gesalf om goeie nuus aan die armes bekend te maak...”

Lukas 4:18

Die woord “arm” verskyn etlike male in die Bybel. Regdeur die Ou Testament belee die armes ’n besondere plek in God se hart. In die Psalms vind ons dat God die armes “red”, “verdedig” en hul noodroep aanhoor. Dit verras dus nie dat Jesus dit as ’n prioriteit van Sy bediening ag om die Goeie Nuus met die armes te deel nie.

Die verwoestende lyding van armoede laat God huil. Ten einde in God se leed te deel moet ons optrede gedurig gerig wees daarop om die gaping tussen die rykes en armes te oorbrug. Sodoende kan ons Jesus se goeie nuus vir die armes beliggaam.

Lent daag ons uit om ons verhouding teenoor die armes te herwaardeer. Ons kan onself afvra: “Wie ken ek persoonlik wat aan armoede ly?” of “Wat kan ek van die armes leer?” of “Hoe is ek deur God geroepe om ’n rol te speel in die stryd teen armoede”. Vrae soos hierdie lei ons na ’n groter getrouheid aan God wie se hart altyd op die wat arm is, gerig is.

DAAGLIKSE OEFENING

As ’n daaglikse uitdrukking van jou begeerte om in God se gevoel vir die armes te deel, maak vandag ’n klein donasie aan ’n welsynsorganisasie wat hulself beywer aan diens aan die armes.

DAG 20

VERGIFNIS

“Man, jou sondes is jou vergewe.”

Lukas 5:20

Ons gruwelikste sondes ontstaan wanneer ons ophou om lief te hê. Ons stel ons naastes teleur, gee aanstoot en is kil teenoor die nood van ander. In hierdie en ander mislukkings tree ons liefdeloos op en dit breek God se hart. Ons kan alleen God om vergifnis vra.

Die goeie nuus is dat God meer gereed is om ons te vergewe as wat ons besef. God is altyd daar om ons te omhels, om ons terug te verwelkom in sy heiligdom en om ons van nuuts af te laat begin. Ons sien dit so duidelik in die voorbeeld van Christus wat herhaaldelik diegene rondom Hom wat afgedwaal het, maar weer vergewe het.

Een rede hoekom ons sukkel om te vergewe is natuurlik dat ons self nie glo dat ons vergifnis ontvang het nie. As ons onomwonde kon aanvaar dat ons vergewe is en nie in skande en skuld voort hoef te leef nie, sou ons die vrymoedigheid ervaar het om te kan vergewe. As vergeefdes besit ons die mag om te vergewe.

D A A G L I K S E O E F E N I N G

Maak tyd om vandag in God se teenwoordigheid te kniel: deel jou mislukkings so eerlik as wat jy kan met God. Hoor die woorde van Jesus: “...jou sondes is vergewe”. Ontvang sy vergifnis en betree die nuwe lewe wat God jou aanbied. Indien jy vergoeding aan iemand verskuldig is, onderneem daar en dan om dit so gou moontlik aan te pak.

DAG 21

V R E D E

“Ek laat vir julle vrede na, ek gee julle my vrede.”

Johannes 14:27

Ons ervaar twee tipes vrede: Die een is die tipe vrede wat die wêreld aan ons bied. Dit is daardie vlietende oomblikke wanneer ons vergenoeg voel omdat ons volgens plan verloop. Ons beleef 'n aangename gevoel van welbehag. Daar is niks verkeerd met hierdie tipe vrede nie, maar ons almal weet dat dit van verbygaande aard is.

Die ander vrede is dié wat God ons bied. Dit is 'n blywende vrede wat ons nie ontnem kan word nie. Dit is nie afhanklik van die goeie verloop van sake nie. Met God se vrede, berus ons daarby dat ons tog uiteindelik in orde sal wees. Tewelens hierdie vrede ervaar ons in die aangesig – en nie in die afwesigheid van wanorde en onrus nie.

Ons vind die mees ooglopende voorbeeld van God se vrede in die lewe van Jesus. Die grootste deel van Sy lewe was 'n opdraande stryd. Deur treitering en beproewing het Hy gedurig deur 'n innerlike berusting vertoon. Hy het immers instinktief geweet dat – omdat Hy volkome op God vertrou het – ons uiteindelik wel sou wees, selfs te midde van al die warboel. Dit is die vrede wat God jou bied.

D A A G L I K S E O E F E N I N G

Soek vandag 'n plek van stilte en hoor hoe Christus hierdie woorde oor jou lewe uitspreek, ongeag jou omstandighede: “Ek laat vir julle vrede na, ek gee julle My vrede.” Ontvang daardie vrede sodat jy dit kan uitstraal oor diegene rondom jou.

DAG 22**RUS**

*“Kom na my toe, almal wat swoeg en swaar belaa is,
en ek sal julle verkwik”*

Matteus 11:28

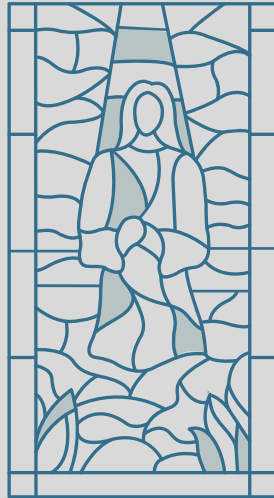
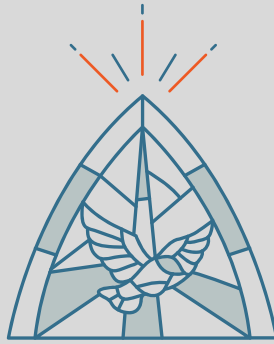
Meeste van ons is wel bekend met uitputting. Dit oorval ons wanneer ons te hard werk; wanneer ons te vroeg opstaan en te laat gaan slaap; wanneer ons rond spring om aan te veel eise te probeer voldoen; en wanneer verhoudings ontaard in konflik en pyn. Dit volg wanneer ons bo ons fisiese, emosionele en geestelike vuurmaakplekke probeer leef.

Te midde van ons daaglikse worsteling wil Jesus ons seën met die gawe van rustigheid. God het immers nie alleen rus as integraal tot Sy skeppingstaak inkorporeer nie: Hy verwag van ons ook om te rus.

“Rus” het verskeie bestanddele. Buiten om op te hou werk en om te leer om te rus, sluit dit in dat ons genoeg slaap moet kry. Wanneer ons dit doen, vind ons dat ons lewens met meer vreugde, kreatiwiteit en produktiwiteit gevul is. As ons hierdie dinge nalaat, kry uitputting die oorhand en volg veelvuldige mislukkings in jou moeë lewe.

DAAGLIKSE OEFENING

Memoriseer vandag se teksvers en herhaal dit gereeld soos wat jy met jou dagtaak voortgaan. Moenie te laat gaan slaap nie en ontvang jou nagrus as 'n gawe van God.



WEEK 4

VIERDE SONDAG VAN LENT

LEES MARKUS 9:2-10

“En ses dae later het Jesus vir Petrus en Jakobus en Johannes saamgeneem en hulle teen 'n hoë berg opgeneem, waar hulle alleen was. En hy het voor hulle van gedaante verander, en sy boklere het glinsterend geword, baie witter as wat enige klere reiniger op aarde dit kon maak.”

Markus 9: 2-3

Die Gedaantewisseling is tegelyk eenvoudig en verbysterend: Jesus en drie dissipels bestyg 'n berg om te gaan bid. Soos wat Hy bid, begin sy voorkoms verander: Hy begin glinster asof die lig uit die hemel uit Hom begin uitstraal. Dan kom twee antieke Bybelse figure, Moses en Elia, na vore en begin met Hom praat. Uiteindelik verdwyn hulle in 'n wolk en die dissipels raak bevrees. Dan kom n stem uit die deining en sê vir hulle: “Dit is my Seun, die geliefde; luister na Hom.” (v. 7) En dan kielik, bevind die dissipels hulself weer alleen by Jesus.

Hierdie verhaal beklemtoon twee fundamentele waarhede oor ons reis deur die koningkryk van God: eerstens, as volgelingen van Christus, het ons van hierdie bergkruinervaringe nodig om ons dissipelskap vars en lewenskragtig te hou. Die ewigheid – daardie verskuilde dimensie van God se omskeppende teenwoordigheid, infiltrer ons aardse bestaan en is altyd aan ons beskikbaar. **Ons moet ons gereeld blootstel aan hierdie goddelike waarheid** sodat ons lewens ook God se krag en teenwoordigheid kan uitstraal.

Indien jy nog nie hierdie belewenis ervaar het nie, mag jy dalk weer die geestelike praktyke van afsondering, gebed en aanbidding wil oorweeg.

Tweedens leer die Gedaanteverwisseling dat bergkruinervaringe opsigself nie die doelwit is nie. Hulle belang lê in dit waarna hulle ons lei: onmiddellik nadat Jesus van gedaante verwissel, het keer hy terug van die kruin af na die vallei van menslike nood en leiding. Hy genees 'n seun van stuiptrekkings. Oombliklik sit sy geestelike ervaring om in 'n daad van deernis. Vir Jesus is dit net so belangrik om van die berg af neer te daal as wat dit is om teen die hoogte uit te klim.

Kom ons bepeins vir 'n oomblik hierdie waarheid: as volgelingen van Jesus word ons genooi om die lig van ons bergkruinervaringe te laat skyn in die donkerte van ons pynvervulde aarde. Soms is ons nie eens lus om te kyk na al die pyn en ellende rondom ons nie – tuis, by die werk, onder ons bure, ons vriende. Ons kultuur is immers gerig daarop om ander se lyding te vermy of ignoreer. Ons moet egter skerp teenoor hierdie kultuur ingestel wees: eerder as om dit te vermy, moet ons doelbewus die wat ly, by ons betrek. Ons kan 'n nuwe begin maak hierdie Lent deur betrokke te raak by die wat swaar het en om vir hulle die helende lig van God se teenwoordigheid aan te bied.

DAG 23

HUIL

“Jesus het gehuil.”

Johannes 11:35

Elkeen van ons sit langs 'n poel trane. Ons poele is verskillend. Sommiges is veroorsaak deur ons eie daade; en ander is weer die gevolg van wat ander aan ons gedoen het. Hierdie poele herinner ons aan die hartseer en verliese wat ons ervaar het.

Jesus gee aan ons die geskenk van Sy eie trane. **Sy trane herinner ons dat God saam met ons huil**, saam met ons treur, saam met ons ly. Die van ons wat gedurende hierdie Lentreis intiem met Jesus verkeer, ontdek dat Sy trane verteenwoordigend is van God se empatie met ons.

Kom ons dink oor ons eie poele trane. Hierdie poel van trane kon veroorsaak gewees het deur die dood van 'n geliefde, die pyn van 'n egskeiding, mishandeling as 'n kind, die onvervulde verlange na 'n lewensmaat, die verlies van 'n werk, of verwerping deur 'n goeie vriend. Wat dit ook al mag wees, dit is by hierdie poel van trane waar Christus ons gedurende die Lentreis wil ontmoet.

DAAGLIKSE OEFENING

Neem tyd vandag om alleen met God te verkeer. Deel hardop jou poel van trane met Hom. Luister na wat God jou hierop antwoord.

DAG 24

M A A R

*“...sodat elkeen wat in Hom glo, nie verlore gaan nie,
maar die ewige lewe sal hê.”*

Johannes 3:16

Hierdie vers in die evangelie van Johannes herinner ons dat 'n woord nie lank hoef te wees om belangrik te wees nie. Dit is 'n baie kort woord, **maar tog is dit noodsaaklik dat ons die hoopvolle boodskap van Goeie Vrydag en Paas Sondag begryp**. Inteendeel, dit is amper 'n opsomming van die betekenis van hierdie twee dae.

God weet dat daar 'n “Goeie Vrydag”-kant van die lewe is. Ons sondig, maak mekaar seer, en ons gaan dood – alles deel van die mislukte en nuttelose realiteite van die lewe waarin ons leef. As dit maar al was, en as sonde en dood die finale sê gehad het, sou ons lewens wanhopig en somber gewees het.

Maar ons weet ook dat daar die “Paasfees”-kant van die lewe is. God het ons nie aan die lot van die dood oorgelaat nie. God se omgee vir ons is so wonderlik dat hy deur Jesus Christus na ons toe gekom het, sodat dié wat in Hom glo nie sal vergaan nie, maar ook deel sal hê aan die ewige lewe wat God aan ons gee.

DAAGLIKSE OEFENING

Elke keer wanneer jy vandag die woord “maar”gebruik, herinner jouself aan God se gawe van liefde en die ewige lewe.

D A G 2 5

W E G

“Ek is die weg.”

Johannes 14:6

Lent gee aan ons die geleentheid om ons weg weer te vind. Ons gebruik elke dag voetpaaie, wandelpaaie, snelweë, hoofweë en opritte wanneer ons iewers heen wil gaan. Selfs met al hierdie roetes tot ons beskikking, kan ons nog verdwaal.

Twee Duisend jaar gelede het Jesus na hierdie aarde toe gekom en Homself as “Die Weg” aan die verlore mensdom voorgestel. Slegs 'n paar jaar later het die vroegste volgelinge van Jesus hulself die “mense van Die Weg” begin noem. (Sien Handeling 9:2). **Wanneer ons Jesus begin volg, begin 'n lewenslange reis in Sy teenwoordigheid.**

Lent spoor dié van ons wat verlore voel aan om ons lewens terug op koers te kry. Dit draai ons na Christus wat ons ontmoet daar waar ons is, wat Sy lewe aanbied as die weg, en ons uitnooi om Hom te volg.

D A A G L I K S E O E F E N I N G

Waar jy ook al vandag loop, hardloop, fietsry of bestuur, bevestig weereens wie jy is as 'n navolger van Christus: jy is 'n persoon van Die Weg. Wat beteken dit vir jou om in Jesus se teenwoordigheid te wandel?

DAG 26**V R Y**

“As julle in ’n noue verbintenis aan my boodskap leef, is julle my egte navolgers; en julle sal begryp wat die waarheid beteken, en die waarheid sal julle vrymaak.”

Joh 8:31–32

Een van die groot liedere wat Charles Wesley gedurende die agtiende eeu, tydens die Evangeliese Ontwaking in Engeland, geskryf het, bevat die volgende lyn: “My kettings het afgekom, my hart was vry, ek het opgestaan, uitgegaan en U gevolg.” Hierdie woorde gee ons ’n blik op die radikale vryheid wat Jesus aan sy volgelinge belowe het.

Christus bevry ons van daardie kettings wat ons lewens in slawerny hou – die kettings van vrees, verslawing en kwaad – waarvan ons bevryding soek. Christus bevry ons ook vir ’n nuwe lewe van dissipelskap, gehoorsaamheid en avontuur. **Ons is vrygemaak om God lief te hê**, te loof en te dien met ons hele wese.

Wanneer ons Christus volg, bevry Hy ons van ons boeie om sodoende die mense te word wat God wil hê ons moet wees. Hierdie is die glorieryke vryheid van die kinders van God!

DAAGLIKSE OEFENING

Dink vandag oor hierdie vraag: Watter verslawings en ongesonde bande weerhou my om hierdie vryheid in Christus te ervaar?

DAG 27

SONDE

“As ons beweer dat ons nie sonde het nie, mislei ons onself en leef ons nie volgens die waarheid nie.”

Johannes 1:8

Sonde is 'n vyf-letter woord wat ons nie vandag graag wil gebruik nie. Baie jare gelede het 'n psigiater, genaamd Karl Menninger, 'n boek getiteld “Wat het van sonde geword?” geskryf. Hierdie boek beskryf die herontdekking van sonde as 'n konsep, en help verduidelik waarom ons soveel gemors in die wêreld en in ons verhoudings veroorsaak het.

Volgens die Bybel is sonde om in opstand teen God te wees.

Gewoonlik neem hierdie opstand die vorm aan van ons weiering om lief te hê. Ons verkies om die pad van selfsug en selfgesentreerdheid te neem. Die resultaat van hierdie tragiese opstand is oral om ons merkbaar deur ons gebroke verhoudings, gebreekte gemeenskappe en gebroke nasies.

Lent bied aan ons 'n wonderlike geleentheid om die onselfsugtige en ander-gesentreerde soort liefde, wat Jesus na die kruis geneem het, meer vrylik deur ons te laat uitvloei. Dan sal ons gebroke lewens oorloop van liefde vir God en vir ons naaste.

DAAGLIKSE OEFENING

Een praktiese manier om die liefde van Christus deur jou te laat vloei is om iemand wat jou seergemaak het te vergewe. Dink vandag aan 'n persoon vir wie jy vergifnis kan gee. Hoe kan jy die liefde van Christus aan hierdie persoon wys?

DAG 28

VYANDE

“Maar ek sê vir julle, julle moet julle vyande liefhê en bid vir dié wat julle vervolg.”

Matteus 5:44

Ons het almal vyande. Soms wil ons dit nie erken nie. Ons wil dink dat ons almal liefhet en dat almal ons liefhet, maar dit is hoogs onwaarskynlik. Soms verskyn van hierdie vyande selfs in ons familiekring!

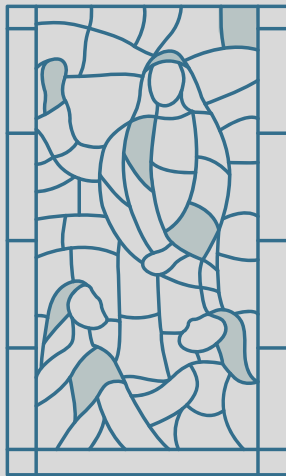
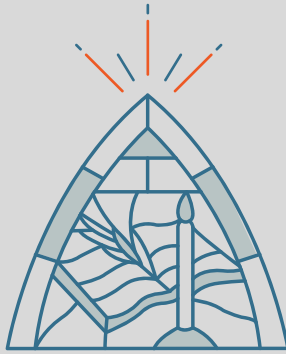
Een van die moeilikste uitdagings vir 'n navolger van Christus is om jou vyande lief te hê. Nie net het Jesus dit gedoen nie, maar Hy wil ook hê dat ons dit moet doen. Dit is duidelik dat Jesus glo dat daar min geestelike groei kan wees totdat ons begin om diegene wat ons vyande is, lief te hê.

Dikwels is die eerste stap van liefde aan jou vyande wys, om vir hulle te bid. Deur vir die mense waarvan jy nie baie hou nie te bid, word jy ontmoedig om lelike dinge te doen of te sê van hulle. Dit het ook die krag om ons houding teenoor hulle te verander.

Miskien is dit hoekom Jesus spesifiek vir sy dissipels gesê het om vir hulle vyande te bid.

D A A G L I K S E O E F E N I N G

Kies iemand vandag met wie jy nie praat nie. Neem 'n paar minute om spesifiek te bid vir God se seën op sy of haar lewe.



WEEK 5

VYFDE SONDAG VAN LENT

LEES MARKUS 10:32-45

“Maar onder julle moet dit heeltemal anders wees. Wie onder julle ’n leier wil wees, behoort almal te dien. En wie eerste onder julle wil wees, moet almal se slaaf wees.”

Markus 10:43-44

Jesus herdefinieër die betekenis van ware grootheid wanneer Hy sy dissipels leer oor wat dit beteken om Hom te volg. Ons sien dit in ons leesstuk vir vandag. Wanneer Jakobus en Johannes hom vra of hulle albei langs Hom kan sit wanneer Hy in Sy heerlikheid kom, draai Hy hulle idees oor menslike grootheid onderstebo. Hy vertel hulle dat hulle nie weet wat hulle versoek nie. Jesus verklaar dat diegene wat deur die wêreld se standaarde as groot beskou word, met hulle eie mag oor ander heers. Vir sy volgelingen moet dinge egter heeltemal anders wees. Diegene wat werklik groot is in die koninkryk van God, is dienaars.

Die dissipels het ’n moeilike tyd om Jesus se siening van grootheid te begryp; so doen ons ook. Ons samelewing bombardeer ons ook met heeltemal die teenoorgestelde boodskappe. Diegene wat as groot beskou word, is mense met mag, mense wat voortdurend in die openbare kollig is, en wat deur ander mense bedien word.

Maar die weg van Jesus, soos ons gesien het, is radikaal anders. **Jesus moedig ons aan om ander te dien sonder erkenning**, en eerder die laaste plek as die voorkant van die lyn te kies. Dit klink dom, en daarom mompel ons: “Hoekom moet ons eers oorweeg om dit te doen?”

Die rede hiervoor is duidelik. Ons loop hierdie pad omdat dit die weg is na Jesus se koninkryk. As ons die lewe wil ervaar wat God moontlik maak, moet ons hierdie pad van diensbaarheid neem. Ons moet leer om die reg om in beheer te wees op te gee, om nie al die besluite te neem nie, en om nie die bevel te gee nie.

Ons moet eerder begin ontdek hoe om vir ander beskikbaar te wees, om diegene naby ons te seën, en om sensitief te wees vir die behoeftes in ons midde. Omdat ons weet dat God altyd vir ons sorg, leef ons om te dien. In die proses begin ons die gawe van ’n ander soort lewe ervaar, ’n lewe van vreugdevolle vryheid en geleidelike transformasie, die lewe van die koninkryk van God wat vir elkeen van ons beskikbaar is.

Elkeen van ons moet ondersoek wat Jesus se opdragte vir ons beteken. Dit sal beslis beteken dat ons by diegene wat in ons samelewing nie as belangrik geag word nie – die behoeftige, die desperate, die bejaardes, die siekes, die slagoffers – leer hoe om hulle na die beste van ons vermoë te dien.

DAG 29**DIENS**

“Die Seun van die Mens het nie gekom om gedien te word nie, maar om diens te lewer.”

Matteus 20:28

Vriende van Jesus word geroep om dienaars te wees. Wanneer ons ons lewens oopmaak vir Hom, sal Sy Gees ons altyd lei na 'n houding van diensbaarheid. Om ander te dien is die kenteken van ware dissipelskap. **Jesus self demonstreer diens** aan ons wanneer hy die vuil voete van Sy dissipels was. Deur hierdie daad gee Jesus die dissipels 'n voorbeeld om te volg. Hy sê vir hulle: “Ek het vir julle 'n voorbeeld gestel, en soos Ek vir julle gedoen het, moet julle ook doen” (Joh 13:15). Daar is geen onduidelikheid oor Jesus se woorde nie. Hulle is duidelik, direk en nooit uit na aksie.

Om ander te dien soos wat Jesus wil hê ons moet, kan baie verskillende vorme aanneem: om 'n rygeleentheid aan te bied, tyd te neem om na 'n vriend of 'n kollega te luister, na 'n enkelouer se kind te kyk vir 'n rukkies, om die asblik uit te neem, skottelgoed te was, en so aan. Hierdie dade mag klein lyk, maar dit kan 'n groot indruk maak op die mense vir wie ons dit doen!

DAAGLIKSE OEFENING

Eksperimenteer met diensbaarheid gedurende die dag deur hierdie gebed: Here, bring asseblief vandag iemand oor my pad vir wie ek van diens kan wees.

DAG 30**GELD**

“Om God en die geldgod saam te dien, is absoluut onmoontlik.”

Matteus 6:24

Geld is 'n sensitiewe onderwerp. Alhoewel dit 'n groot rol speel in ons persoonlike en sosiale lewens, vind ons dit moeilik om openlik te praat oor hoe ons geloof verband hou met ons geld. Inderdaad, baie van ons vind onself vasgevang in geheime en verborge finansiële obsessies.

In teenstelling met ons swygsaamheid en geslotenheid, praat Jesus openlik oor geld en besittings. Sy boodskap het twee kante: Hy waarsku ons sterk teen die geestelike gevare om geld ons god te maak, en hy maak dit ook duidelik dat die verstandige gebruik van materiële besittings ons verhouding met God kan verbeter.

Jesus daag ons uit om geld as mededinger te onttron. Martin Luther het eenkeer die volgende gesê: “Daar is drie bekerings nodig; bekering van die hart, verstand en beursie.” Van hierdie drie, is die laaste bekering die moeilikste.

DAAGLIKSE OEFENING

Om jou voorneme om geld te onttron en om God eerste in jou lewe te bevestig, seën iemand vandag met 'n anonieme geskenk van geld.

DAG 31

LIGGAAM

“Of verstaan julle nie dat julle liggame ’n tempel van die Heilige Gees is wat in julle woon en deur God aan julle gegee is nie?”

1 Korintiërs 6:19

Ons liggame is die middelpunt van ons geestelike lewens. Dit mag dalk vreemd klink, maar dit is waar. Ons is vleeslike wesens van aard; ons ervaar die wêreld deur ons liggame.

Dit is waarom God na die aarde toe gekom het as 'n mens – deur Jesus – en nie as 'n engel nie. God het as 'n mens met 'n regte liggaam, net soos ons s'n, gekom. Deur Jesus sien ons die misterie van die inkarnasie: **die Woord het vlees geword en onder ons kom bly.**

Vandag wil die Here Jesus deur sy Gees in ons liggame bly. Maar Hy sal dit slegs doen as ons ons liggame as 'n lewende offer aan God bied. Hierdie totale oorgee van elke deel van jouself aan God, hernu jou verstand en transformeer jou gees.

DAAGLIKSE OEFENING

Lê op die vloer, met jou gesig op of af, en gee jou liggaam doelbewus aan God oor. Gaan oor elke deel van jou liggaam en gee elke stukkie oor aan God.

DAG 32

VERSOEKING

“Hierdie Hoëpriester van ons kan ten volle met ons in ons swakhede saamvoel, want Hy moes presies dieselfde versoekings as ons trotseer – behalwe dat Hy nie voor die sonde geswig het nie.”

Hebreërs 4:15

Ons is mense wat aangeval word. Elke dag bring versoekings en slegte invloede wat ons verhouding met God probeer ondermyn. Hierdie versoekings neem die vorm aan van gedagtes wat ons wegdraai van die liefdevolle manier van Christus.

Die Skrif vertroos ons met die wete dat Jesus ook versoek was, net soos ons, maar dat Hy nie gesondig het nie. **Jesus herinner ons dat versoeking self nie sonde is nie.** Ons versoekings verras hom nie omdat hy self op elke manier versoek is. Net soos Jesus in die woestyn gedoen het, moet ons ook ons versoekings in die gesig staar, hulle op die naam noem, en hulle deel met die enigste Een wat ons kan help om hulle te weerstaan en te oorkom.

D A A G L I K S E O E F E N I N G

Neem tien minute vandag om jou eie “woestynervaring” te skep. Wees alleen met God en bring die versoekings waarmee jy tans sukkel na Hom toe. Ontvang die genade wat God jou gee met elkeen van jou versoekings.

DAG 33

BID

“Eenmaal was Jesus êrens besig om te bid. Toe Hy klaar was, het een van sy dissipels na Hom gekom en gesê: “Here, leer ons om te bid, net soos Johannes sy dissipels geleer het.”

Lukas 11:1

Baie mense verlang na 'n eerstehandse, interaktiewe verhouding met God. Met die gebrek aan die lewensbelangrike wete van die Ewige in hul lewens, wil hulle weet hoe om met God te kommunikeer. Met ander woorde, hulle wil leer hoe om te bid. Lank gelede wou die vroeë dissipels ook weet hoe om te bid. Hulle vra Jesus om hulle te leer hoe om te bid. Dit is beduidend dat dit die enigste tyd was wat hulle gevra het om enigiets geleer te word! Wanneer hulle hierdie versoek maak, gee Jesus hulle wat ons noem “die Gebed van die Here.” (Sien Lukas 11: 2–4.)

Ons kan 'n leeftyd spandeer om te leer hoe om hierdie gebed te bid soos wat Jesus het. Baie van ons neem aan dat ons bid wanneer ons net die woorde sê. Maar dit is ver van die waarheid af. Hierdie woorde moet binnedring, geleef word, op gemediteer word, sowel as uitgespreek word. As ons belangstel om te leer bid, is Lent 'n goeie tyd om te begin.

DAAGLIKSE OEFENING

Mediteer vandag op die Gebed van die Here. Herhaal elke lyn stadig. Oordink wat die betekenis daarvan in jou lewe is.

DAG 34**WIL**

“Doen nogtans nie soos Ék wil nie, maar soos Ú wil.”

Matteus 26:39

Een van die spesiaalste geskenke wat aan ons gegee word, is ons eie wil. Elkeen van ons is relatief vry om verskillende keuses te maak, om dinge te laat gebeur wat andersins nie sou plaasvind nie, en om goed of kwaad te doen. Dit is hoe belangrik ons wil is.

God het ook 'n wil vir ons lewens. Die hart van ons lewensreis as Christus-volgeling lê daarin om te leer hoe om ons wil aan God te onderwerp. Jesus demonstreer hierdie oorgawe in die vers hierbo. **Jesus nooit ons uit om dit ook so te doen.** Tydens Sy lewe op aarde wys Jesus ons hoe onverskilligheid teenoor die wil van God lyk.

Om ons wil aan God oor te gee beteken nie dat ons dan geen wil van ons eie het nie. Hierdie oorgawe beteken ook nie gelatenheid of passiwiteit nie. Dit beteken eerder dat ons diepste begeerte is om te kan onderskei, te volg en op te tree volgens wat God se wil vir ons lewens is. Om dit te leer doen is 'n lewenslange avontuur.

DAAGLIKSE OEFENING

As 'n uitdrukking van jou begeerte om God se wil vir jou lewe te kies, sit stil in God se teenwoordigheid. Bal jou vuiste styf vas en maak hulle dan weer stadig oop, opwaarts na die Here toe.

'N DANKBARE TERUGBLIK

Die afgelope paar weke was jy op 'n innerlike reis. Jy het intensioneel tyd en spasie geskep om in kontak te kom met jou diepste begeertes, te identifiseer waaraan jy verknoeg is, en hoe om te reageer op Jesus se uitnodiging om Hom te volg.

Ervarings alleen bring selde permanente verandering. Te midde van soveel dinge wat gelyktydig in ons lewens plaasvind, kan die skatte van die reis verlore gaan. Refleksiegebed bied ons die geleentheid om in dankbaarheid terug te kyk, dit wat belangrik is raak te sien, en vorentoe saam te neem.

Begin deur bewus te raak van God wat by jou is, en vra God om jou te herinner aan die belangrike oomblikke terwyl jy terugkyk op jou reis.

Dit kan behulpsaam wees om deur hierdie handleiding, en indien jy 'n joernaal gehou het, daardeur te blaai. Raak bewus van dit wat na jou toe kom en vir jou uitstaan. Maak notas van die sleutelgebeure, gewaarwordinge en besluite.

Met die wete dat God saam met jou was deur hierdie reis, kyk ook vorentoe. Wat van dit wat jy in hierdie reis beleef en geleer het neem jy saam vorentoe?

Praat met God hieroor in gebed.

Gebruik die volgende paar lyne en skryf neer wat jy van die Here vra.

Here,
Ek vra vir die genade...



LENT

2018

© Mosaiek 2017
Alle rechten voorbehouden
www.mosaiek.com