

Reeks: Ons Vra(e)...
Titel: ...oor Stres
Prediker: Johan Geysers
Datum: 31 Julie 2011

Ons lees vanoggend saam uit Matteus 11 uit. Are you tired, worn out, burnt out on religion? Come to Me. Get away with Me and you will recover your life. I will show you how to take a real rest. Walk with me. Work with me. Watch how I do it. Learn the unforced rhythms of grace. I won't lay anything heavy or ill-fitting on you. Keep company with me and you'll learn to live freely and lightly.

Dit is die woorde van Jesus. Ek wil jou vra om my te help om vanoggend net 'n paar sinne te voltooi. 'n Berg maak van 'n...? Okay, dis koud, dis vroeg, dis... 'n berg maak van 'n molshoop. Sy kop hardloop met hom...? Weg. Hy gaan haal die bobbejaan agter die...?

Berg.

Nou... nou begin ons bykom. When the going gets tough the tough gets...?

Going.

Nee, shopping of eet of Kaap toe. Alhoewel dit baie moeilik is om miskien een enkele definisie te gee van wat stres is weet ons wat stres is. Ons ervaar dit, en dis dalk makliker om dit te omskryf. Ons weet hoe dit ons affekteer in ons emosies, hoe alles vir ons donker begin word, hoe ons afgestomp raak, sukkel om te kan voel, hoe die lewe heeltemal eentonig en voorspelbaar vir ons begin raak. Ons weet hoe ons gedagtes vasgevang word en ons gepreokkupeer word met ons probleme.

Ons weet wat die effek daarvan is in ons liggame. Wie van ons het nog nie by die dokter gehoor, toe ons gevra het hoekom het dit met my gebeur, hoekom het ek hierdie siekte gekry, ek weet nie, maar ek dink dis stresverwant. Dis miskien jou lewensstyl.

Ons weet hoe dit ons in ons gees affekteer. Ons voel of ons gebede teen die dak gaan en asof die Here vêr is van ons, en asof ons nie Sy teenwoordigheid kan ervaar nie, kan voel dat Hy met ons is nie, en ons almal het maniere ontwikkel om met hierdie stres in ons lewe te werk. Party van ons is natuurlik onbewus hiervan, maar uiteindelik raak ons bewus daarvan as ons lewe ons dwing om te kyk wat aangaan binne in ons.

Baie van ons werk met stres deur te werk met die simptome van die stres, en ons probeer, en ons dink dis die probleem. As dit net weggaan, as my omstandighede nou net verander, dan gaan ek okay wees, maar die stres is nog steeds binne in ons, en dit is dan asof hierdie stres wat in ons is vir ons nuwe goed skeep wat ons uitdaag in ons lewe.

Dis asof ons probeer afdroog onder 'n kraan wat wat drup baiekeer, en dit help nie, want die oorsaak van dit waarmee ons sit word nie hanteer of aangespreek nie. Baie van ons gee stres ander name. Ons noem dit iets anders. Die probleem is dit verander nie skielik in dit waarin jy dit noem nie, dit bly stres. Ons probeer op soveel maniere ontslae raak van dit waarmee ons sit.

Nou kom Jesus en Hy nooi sy dissipels uit, lank voor die woord stres bestaan het, en Hy omskryf iets van wat stres is en Hy nooi hulle uit, Hy sê as jy moeg is, lewensmoeg is, as jy vermoeid is, as jy belas is, as jy net voel die lewe raak te veel, raak te swaar vir jou, kom na My toe.

Jesus sê kom weg saam met My, hou My fyn dop, kyk wat Ek doen, kyk hoe ek dit doen en dan volg jy My, en dan kan jy jou lewe terugkry. Learn the unforced rhythms of grace, hou My net dop, en dis wat



ons vanmôre gaan doen, net met die oog op ons stres, net kyk na Jesus. Dit gaan bietjie baie wees, miskien oorweldigend, net hoe het Hy geleef, wat het Hy gedoen, hoe het Hy dit gedoen, wat beteken dit vir ons vandag.

In die eerste plek, identiteit. Jesus hoor 'n stem wat vir Hom sê dit is My geliefde Seun in wie Ek 'n welbehae het. Dit was net voordat Hy begin het met Sy bediening, en die oomblik toe Hy die stem hoor toe ontdek Hy sy identiteit. Hy vind uit wie Hy ten diepste regtig is. Hy aanvaar dit. Hy vestig dit in Sy lewe.

Direk nadat Hy die stem gehoor het word Hy versoek, juis om Sy identiteit op 'n ander manier te vind, kry dit deur iets te doen, tot stand te bring, kry dit deur wat die mense van jou gaan sê, wat die mense van jou gaan dink, kry dit deur goed bymekaar te maak, maar Jesus wys dit van die hand af.

Ons almal het 'n identiteit, of jy bewus is daarvan of nie, en die maklikste manier om uit te kom by jou identiteit is om uit te vind waarin vind jy jou waarde, waaraan koppel jy jou ek, wat laat jou regtig goed voel, wat gee jou sekuriteit, wat laat jou voel ek is okay. Ons kry dit, net soos in die versoeking van Jesus, dikwels in dit wat ons doen, dit wat ons bymekaarmaak, wat ons het, of dit wat die mense van ons sê en dink.

Dit is natuurlik 'n baie groot resep vir stres in jou lewe, want dink net 'n bietjie daaraan. Waar gaan ek dit kry? Dit hang van my af, en as ek dit gekry het, hoe gaan ek dit bewaar, en ek voel die heelyd ek het nie genoeg nie. As ek net nog 'n bietjie meer kry sal dit beter wees vir my. Dis 'n lewe... dis 'n groot resep van stress.

As jy vanmôre diep omgekrap is, gestres is, vat dit jou juis dalk terug na een van hierdie drie groot elemente. Is dit nie juis omdat jy nie kan kry wat jy wil hê nie? Is dit nie juis omdat daar 'n verstoring in verhoudings is en mense nie meer van jou dink wat jy graag wil hê hulle moet van jou dink nie? Het dit nie te doen met dit wat... met jou rol en dit wat jy doen nie, dat dit bedreig word nie?

Paulus sê die Heilige Gees is in elkeen van ons en Hy praat met ons. The Holy Spirit speaks to tells us deep in our hearts we are the children of God, Romeine 8:16 in die Living Bible. Net soos wat die stem tot Jesus gekom het is daar 'n stem diep in jou binneste, het jy dit al ooit gehoor, en dit is deel van Christenwees en van die journey waarop ons is, om daardie stem in jou binneste te kan hoor, duidelik, miskien duideliker as wat jy dit ooit gehoor het in jou lewe: jy is My kind, Ek het 'n welbehae in jou.

Ons moet daardie stem meer gereeld hoor sodat hierdie identiteit in ons diep gevestig kan word, dit kan skuif van dit uit... waartoe ons doen of wat ons het of wat ander mense van ons dink en sê, sodat ons vry kan wees om te kan lewe soos wat God wil hê ons moet lewe, sodat ons kan instap in daardie lewe wat Hy vir ons het.

Dink net wat kan dit aan jou doen as jy weet die Almagtige, die Skepper, sê vir jou jy is My kind. Ek kyk vir jou. Ek kyk na jou. Ek sal vir jou sorg. Ek gee om vir jou. Dis nie 'n storie nie. Dis nie 'n briljante, nice idee wat jou kan vertroos as dinge moeilik gaan nie. Dis 'n realiteit waarin jy kan stap en waarin jy kan leef.

Die tweede groot ding is ons motivering. Jesus sê: I only try to please the One who sends me. Daar is diep binne in ons 'n diep behoefte aan aanvaarding. Ons het 'n vrees vir verwerping, party van ons baie sterker as by ander. Ons is gemaak om te behaag. Ons wil behaag. Nou, die vraag is wie probeer jy behaag.

Met trots sê baie mense ek gee nie om wat mense dink nie. Ek gee nie om wat... ek doen wat reg is vir my, wat baiekeer beteken dat ek lewe vir myself, en my grootste behoefte is net om myself tevrede te stel. Ons noem dit egoïsties, narsisties. Ander probeer hulle lewensmaat tevrede stel. Daar is van ons



wat probeer om ons ouers tevrede te stel. Daar is... van ons probeer om die gesiglose massa tevrede te stel. Wat gaan die mense sê as ek dit doen?

Dis natuurlik 'n groot resep vir stres want jy kan nie almal tevrede stel nie, en jy gaan hulle nooit tevrede... ek meen, God kan dit nie eers doen nie, nou probeer jy dit doen. Ja, jy kan nie. Dikwels, veral met die verandering van die seisoen, as ek by 'n troue kom dan sê die mense wat die plek en die troue aanbied ons wens so dit reën dat die tuin kan beter lyk, en dan kan ons mooier foto's neem, en dan kom die bruid daar aan, dan sê sy dit moet net nie reën vandag nie.

Ouens bid vir reën, ouers bid nie, en na wie toe gaan die Here luister? Wie gaan die Here nou tevrede stel? Iemand gaan teleurgesteld wees daardie dag, maar tog probeer ons dit doen, en dis 'n diep ding wat ons moet aanvaar in ons binneste, dat ek kan nie altyd mense tevrede stel nie. Ek gaan hulle teleurstel. Mense gaan my ook verwerp en dis okay, want my lewe, ten diepste, draai om God tevrede te stel soos wat Jesus geleer het.

Hy het gesê dat ons moet lewe vir 'n gehoor van een, en dat wanneer ons enige iets doen nie ons moet sê hoe gaan dit lyk voor die mense, wat gaan hulle sê, wat gaan hulle dink nie, maar lewe en word gemotiveer en gedryf deur God en deur wat Hy sê. Dink net hoe is 'n lewe, ek het dit al dikwels gehoor, dat 'n vrou vertel hoe haar hele lewe om haar man draai, en hoe sy in die oggend op... net hoe hy na haar kyk as hy by die huis kom, is ek okay, stel ek hom tevrede? Ek kry net nie sy goedkeuring nie. Ek hoor net nie ek is okay nie. Wat 'n misrabele lewe.

Ek het 'n hele paar jaar terug ontdek in my lewe dat ek nog steeds probeer om my pa tevrede te stel. My pa was uitgedaag gewees om liefde te kon wys en te kon sê, en nooit het ek gehoor of gevoel dat ek eintlik okay is of genoeg doen nie, en diep binne in my was daar 'n diep motivering om net daardie woorde by my pa te kan hoor: jis, jy is great. Jy doen fantasties. Ek het altyd gevoel ek doen nie genoeg nie, dit is nie goed genoeg nie. Hy is al oorlede en ek probeer nog steeds, kom ek agter partykeer, dat ek gemotiveer, gedryf om net dit te kan kry. Wie probeer jy behaag?

Visie. I was sent for this purpose, sê Jesus. Dit was vir hom duidelik wat die doel was van sy lewe. Anyone who lets himself be distracted from the word I plan for him is not fit for the Kingdom of God. God het 'n werk vir jou, Hy het 'n plan vir jou. Jy moet 'n droom hê vir jou lewe, waarheen jy op pad is, en as jy dit nie het nie dan raak dit baie moeilik om keuses te maak in die lewe, dan raak dit baie moeilik om prioriteite te bepaal, want dan kan enige iets mos gaan.

Jy kan nie nee sê nie, want wie weet, dit hou dalk potensiaal in wat nou my pad langs kom. Dit beteken dat ons ook dikwels oorlaai word, dat ons aanvat wat ons nie moet aanvat in die lewe nie. Ons werk hard, ons doen so baie dinge, maar ons bereik niks daardeur nie. Ons kom nêrens nie. Ons voel net dis te veel.

Ek het een oggend... ek onthou die oggend toe dit duidelik vir my raak in my stiltetyd, dat ek voel ek het nie genoeg tyd om alles te doen nie, en dit raak skielik vir my duidelik, maar God het genoeg tyd vir elke een van ons gegee om Sy wil te doen. As jy nie genoeg tyd het nie doen jy of die verkeerde dinge, of jy doen dit op die verkeerde manier. Jy het genoeg tyd, en ons is dikwels oorweldig omdat ons duidelik nie duidelik 'n prentjie het van wat dit is wat ons moet doen en waarheen ons moet gaan met ons lewe nie.

Talente, aan die een gee Hy vyf talente en die ander een twee en die ander een een, aan elkeen na sy vermoë. Die Here het vir jou sekere vermoëns gegee. Jy is 'n tien êrens, en dis baie belangrik om uit te vind wat Hy vir jou gegee het, wat kan jy doen. Daar is iets in ons kultuur wat ons gedurig trek na dit toe wat ons nie kan doen nie. Ek het tot ontdek toe ek 'n groot deel van my lewe spandeer het in studies juis om te probeer kry en te bemeester wat ek nie kan doen nie, ek het na sewe jaar ontdek ek gaan dit nie kan doen nie al weet ek alles van hierdie vak af. Al word ek 'n professor gaan ek dit nie kan doen nie. Die kennis gaan nie vir my die vermoë gee nie.



Ek het ook besef daar is baie professors wat dit nie kan doen nie. Hulle weet presies wat om te doen, hulle ken die vakgebied, maar moet net nie kyk na hulle lewe nie. Hulle kan dit self nie lekker doen nie. Dis dalk juis die rede hoekom hulle dit gaan studeer het, om nou te probeer... te kan uitvind hoe om dit te kan doen.

Hoekom probeer ons die heelyd goed te bemeester en by te sit wat ons nie kan doen nie? Hoekom fokus ons nie op dit wat ons kan doen nie en bou ons lewens om ons sterk punte nie? Wanneer jy dit doen ontvang jy energie.

Wanneer jy iets doen wat jy nie eintlik kan doen nie, en jy kan maar gaan vir operasies, jy kan pille drink, jy kan studeer, jy gaan dit nie regkry nie, dan word jy nie ge-energeer nie, maar dan bring dit juis stres in jou lewe, en dis opvallend hoe mense wat al vêr gevorderd is in die lewe dikwels nie weet wat ek regtig kan doen en waarom ek my lewe moet bou nie.

Dis nog 'n belangrike ding: tot watter mate het ek hierdie gawe ontvang? By party van ons is dit baie sterk, en dis 'n fenomenale kapasiteit opgesluit in hierdie... in dit wat ons het, by ander van ons nie, so ons... die gevaar is ook om onself dikwels te oorskakel. Die vraag is, weet jy wat jou talente is, en ook waar jou grense lê rondom hierdie talente wat jy het.

Die volgende belangrike ding is community, that they might be with Him en that He might send them out te preach. Jesus het Sy lewe diep gedeel saam met ander mense. Vandag is die droom by baie om 'n onafhanklike lewe te leef. By baie van ons is dit die ultimate funksionering, om niemand in die oog te kyk nie, om glad nie na enige iemand... dat ek alles self... in myself kry en met myself, en baie van ons probeer ook die lewe so deurbring, maar in ander om jou is gawes opgesluit wat jy baie nodig het.

Daar is kennis, daar is wysheid, daar is genesing, daar is ondersteuning, daar is bemoediging, daar is soveel goed wat jy nodig het wat in ander mense lê, en om die waarheid te sê, dit is die primêre manier waarop God na jou toe sal kom in jou lewe, deur ander mense. Van jou af, 'n paar sitplekke van jou af sit dalk die sleutel en die volgende stap vir jou lewe vorentoe in opgesluit. As jy jou toemaak vir ander mense dan maak jy jou toe vir die Here, so die Bybel se funksionering is nie om afhanklik te wees nie, maar dis ook nie om onafhanklik te wees nie, maar dis uiteindelik om te beweeg na 'n interafhanklike manier van funksionering.

Paulus gebruik die beeld van 'n liggaam en hy sê jy is 'n oog of jy is 'n hand, hy sê, en moenie sê ek het nie die hand nodig nie. Dit gaan baie stres, onnodige stres in jou lewe... moet ook nie dink jy is nou die hand, nou moet... nou kan jy alles doen nie. Dit gaan baie stres in jou lewe bring, so leer en ontvang bemoediging en... om op daardie in onafhanklike [?] manier... so die vraag is met wie deel jy jou lewe diep.

Gebed. Jesus often slipped away to be alone so He could pray. Ons almal soek geesteskrag op een of ander manier. Elke mens op... elke mens... geesteskrag is sin, dit is die hoekom, dit is lewenslus, dis entoesiasme, dis motivering, en ons almal probeer dit op 'n sekere manier kry. Ons kry 'n geheim in die lewe van Jesus, dis in eensaamheid, dis in tye met die Vader wat alles vir Hom verhelder en duidelik word in sy lewe, en dit is waar Hy Sy krag kry, in gebed, en in veral drie vorme van gebed is baie belangrik en help met stres.

Die eerste vorm is voorbedding, om te vra vir die Here, smeking, lament, word dit ook genoed. Dit is om daardie gevoelens wat in jou is, in kontak met dit te kom en dit te verbaliseer, en vir die Here te sê wat jy dink en wat jy voel. 'n Groot voorbeeld daarvan is natuurlik die Psalms. Ek hoop nie jy probeer in die Psalms leiding kry of goedkeuring kry vir dit wat jy probeer doen nie. Dis gevaarlik. Ek meen, Dawid sê maak hulle dood. Nee, nee, nee, noudat ek daarvoor dink, moet hulle nie doodmaak nie, dis te genadig, dis gou-gou verby. Laat hulle ly, swaarkry, stadig doodgaan asseblief, Here, en dis hoe hy voel, dis hoe hy voel.



Dit op sigself alreeds is 'n groot terapie, net om te weet wat ek voel, en dikwels het ons... ons het iemand nodig wat kundig is, wat weet, met wie ons kan praat om dikwels net in kontak te kom met dit wat ons voel. Ons weet nie. Dis so verwarrend, dis so deurmekaar in ons innerlike wêreld dat ons dikwels terapie nodig het, iemand nodig het, maar dan is daar ook meditasie, wat 'n ander vorm van gebed is, wat miskien meer luister is na die Here. Dis 'n ingesteldheid om sy woorde in jou gedagtes om te... rond te gooi, oor en oor te gaan, te kyk daarna, uir verskillende hoeke uit dit te herkou, en daardeur die stem van die Here te hoor in jou lewe.

Dan is daar ook kontemplasie, dis net om te wees by die Here. Dit is om te beweeg na 'n plek toe verby gedagtes en beelde waar ek net my intensie bevestig om nou saam met hom te sit. Dikwels in daardie oomblikke ontvang jy krag en draai jou hele lewe en verander alles.

Rus. Come away by yourselves, en we will go to a lonely place to get some rest, to get some rest. Om die eentonigheid van jou lewe te breek met dit waarmee jy besig is is uiters belangrik. Een van die goed wat ons uitmergel is om die heelyd dieselfde ding te doen. Jy moet 'n variasie inbring. Jy moet iets anderster doen, of niks doen nie, maar dan moet jy ook slaap, wat seker die primêre manier is waarop ons hestel en weer krag kry om aan te gaan vir die toekoms, en nie net fisies nie, emosioneel, geestelik ook.

Die Here sê Ek gee dit vir my beminde in sy slaap. Daar gebeur met ons geweldig baie goed as ons slaap. Slaap is natuurlik een van die groot misteries van ons lewe, en baie van ons is totaal onbewus daarvan, of selfs negatief teenoor slaap. Ek meen, ons het so 'n halwe macho ding in ons kultuur: ek het net vier ure nodig. Nee! Wat slaap jy al weer, jy weet, en dis 'n... as ek iemand bel wat slaap, veral hier is 'n paar staf lede, hulle werk laat in die aand, en dan bel jy hulle vroeg in die oggend dan sê hulle, hallo, dan sê ek slaap jy nog? Nee, nee, nee, nee, nee, nee, nee, nee, jy weet, ek is nou net... nou net vir so 'n rukkie al wakker, jy weet.

Ons is skaam daaroor dat ons slaap. Hoekom? Dis hoe ons gemaak is, en weet jy wat toon navorsing? Archibald Hart wat hier was, wat jare navorsing oor slaap gedoen het sê ons het nege ure 'n aand nodig. Hy sê ons moet leer om te slaap en om langer te slaap. Hy sê ons slaap in siklusse. Jou eerste siklus gaan jy... van 90 minute waarin ons slaap, gaan jy maar vir 'n baie kort tydjie in 'n fase van slaap in wat hulle die REM fase noem, waarin die eintlike diep emosionele en geestelike herstel plaasvind.

Hy sê die probleem met slaappille is dat... juis dat ons nie kan help om ons te kan invat in daardie fase in nie. Dis hoekom jy dikwels, as jy 'n slaappil gedrink het en jy heelnag geslaap het, nog steeds 'n bietjie down voel die volgende oggend en nog steeds moeigerig voel. Alhoewel jy fisies herstel het, jy het nie in daardie diep fase ingegaan nie, en elke fase waarin jy gaan gaan jy langer in daardie fase in, en dit is waar die diep emosionele en geestesherstel in jou lewe ook plaasvind, so ons kan dalk 'n ander houding kry teenoor slaap.

Die spiritual ouens is die ouens wat baie slaap, huh, en as dit nou... amen, stamp aan die ou langs jou. Ja, sê die ou, nee, ek het nie probleme met my slaap nie, en dis juis... party van ons persoonlikhede het juis meer slaap nodig. Party van ons gaan hardloop as ons gestres is, ander ouens gaan slaap as hulle gestres is, en hulle het meer slaap nodig, juis, as hulle gestres is, so die vraag is hoe rus jy? Fisiese aktiwiteit. Jesus het na Galilea gegaan. Dis interessant as jy kyk na die lewe van Jesus, hoe baie Hy geloop het. Dit lyk vir my Hy het eendag amper die Comrades gedoen, so Hy was nogal fiks gewees. Dit was deel van Sy lewe om te loop.

Ons onderskat dikwels wat met ons gebeur wanneer ons fisiese aktiwiteit beoefen en ons energie op daardie manier spandeer. Dit is vandag 'n feit, bewys, dat 'n mens vir optimale funksionering 'n sekere vlak van fisiese aktiwiteit moet handhaaf. Ons wêreld vandag het so verander sedert die tyd van Jesus dat dit nie meer deel is van ons wêreld om fisies aktief betrokke te raak nie. Ons ry motors as gevolg van tegnologie en ons sit agter rekenaars. Ons spandeer hopeloos te min energie. Weet jy, een van die

goed, jy het 'n sekere soepelheid nodig, jy het sekere kragsterkte nodig, maar jy het ook 'n sekere aerobiese aktiwiteit nodig. Navorsing het gevind ten minste vier keer 'n week vir 20 minute bo 65% van jou maksimum hartklop moet jou hart neem vir optimale gesondheid.

Kyk, stres gaan sit in jou lyf. Stres is nie net 'n idee nie. Dis 'n gedagte wat jy dink, dis 'n emosie wat jy voel, maar dan gaan sit hy êrens in jou lyf. Party van ons gaan sit hy in die maag. Dis... ja, ek gaan nie verduidelik nie, maar hy gaan sit in die maag. Dan, vir party van ons gaan sit hy in die rug, party van die senuwees, party van ons in die hart, party... hy het sy plek wat hy jou vat, maar deur oefening ontbondel jy dit, laat jy dit uitwerk, laat jy dit gaan, so geweldig baie goed gebeur met ons wanneer ons 'n sekere mate van fisiese aktiwiteit handhaaf, so die vraag is hoe spandeer jy jou energie ook.

Die skepping. Jesus sê let op die lelies, kyk na die mossies, en letterlik beteken daardie woord in die Grieks bestudeer, kyk aandagtig na die skepping. Maak daardie konneksie, kyk so diep daarin dat jy sien God werk in die skepping. Hy is nie net apart van die skepping nie. Hy het nie net die skepping gemaak, afgewen, daar is die skepping nie. Hy is aktief betrokke in die skepping. Hy hou dit in stand. Kyk hoe... kyk net die skoonheid wat Hy na vore laat bring deur die lelie. Kyk hoe sorg Hy vir die mossies, hoe sorg Hy dat die wurmpie net daar is op die regte tyd op die regte plek. Ontdek die magic, dan weet jy, dan gebeur daar iets met jou. Jy is baie meer werd as dit. Laat gaan jou bekommernis, sê Jesus.

Kyk, ek dink dit is wat met... dit is dit wat ons moet kweek met die natuur. Ons het ons konneksie verloor. Ek dink dis die kern en hart van sonde, konneksie wat ons verloor het, nê, met onself, met God, met mekaar, met die natuur. Daar is nie magic vir ons nie. Ons is afgesny, en Jesus het dikwels woestyn toe gegaan, Hy het berg toe gegaan, en Hy het see toe gegaan, en ek dink ons moet... daar is seker 'n deel van die natuur wat meer appél maak op party van ons as ander. Ek dink jy kry waterbabatjies en dan kry jy die droë siele wat die woestyn nodig het en opsoek die heelyd, maar jy het iets van dit nodig, en ek dink dit... 'n primêre ding wat met ons gebeur is dat ons ons sin van verwondering ontdek en kweek deur dit te doen.

Verwondering is daardie ervaring wat jy het dat ek te doen het met 'n misterie. Ek kan nie alles verstaan nie. Hier is magic. Hier is magic, en dis buite my beheer. Dis baie groter as wat ek is, en ek is deel daarvan. Ek word geraak daardeur. Dit kan nie saam met stres gaan nie. Dis 'n teëvoeter vir stres. Die oomblik wanneer jy in verwondering gaan, en dis wat Jesus geleer het in Matteus 6, kyk, kyk, maak die konneksie, sien dit, beleef dit in jou binneste, die verwondering, en dan gaan die bekommernis. Ek hoef nie bekommerd te wees nie. Ek laat gaan stres in my lewe.

Feesvier. Jesus came enjoying life, die laaste ding. Jy weet, een van die groot probleme wat mense gehad het met Jesus het, kyk hoe lag Hy. Kyk, Hy drink wyn, Hy gaan partytjies toe. Ons het 'n probleem daarmee. Natuurlik pas daardie Jesus ook nie in baie van ons se verwysingsraamwerk baie lekker nie, jy weet. Nou, party van ons is dalk bietjie gechallenge na ander aspekte toe, en ek dink as ons kyk so breed na die lewe van Jesus toe sal jy uitvind ek is uitgedaag op sekere gebiede meer as op ander gebiede, en miskien is dit 'n tema van jou lewe dat ek verwaarloos hierdie aspek aanmekaar, en dis nie goed vir my nie en vir my lewe nie, en party van ons is feesvier nie 'n probleem nie. Jy weet, ek meen, dis soos versiersuiker, jy het net versiersuiker. Jou hele lewe is een groot jol.

Die probleem is dis nie hoe die lewe is nie. Dis nie hoe die lewe werk nie. Party van ons het net koek, geen versiersuiker nie. Party van ons het net versiersuiker, geen koek nie, maar dis 'n balans, maar baie van ons is ook opgeneem en kan nie laat gaan nie. Jy weet, ek weet van 'n ou, gaan nie sy naam nie... sy vrou sê gereeld vir hom kan jy nie net bietjie laat gaan nie, man, iets impulsief doen nie, dan sê hy vir haar ja, okay, ek beplan dit, wanneer gaan ons dit doen. Chill net 'n bietjie. Smell the roses. Enjoy. Laat dit gaan. Vier die lewe. Vier die lewe.





Jy weet, as mens so na die lewe van Jesus kyk en jy dink oor Hom word ons definitief gekonfronteer met wat ons dink van Hom. Wie dink jy is Jesus? Is Hy regtig so wonderlik? Is Hy regtig God wat na hierdie aarde toe gekom het om vir ons te wys? Is Hy regtig die weg, die weg na die lewe toe hier, nou? Iemand het eenkeer gesê Jesus is die beste manier om te lewe, die enigste manier om te sterf. Dink jy so? As jy so dink dan kan jy gefassineer word, dan wil jy Sy student wees, dan wil jy Hom volg, dan wil jy uitvind, dan wil jy come away with Him. Watch Me, work with Me, walk with Me, sodat jy kan instap in daardie lewe. Het Hy regtig die lewe? Is dit in Hom? Kan jy vanmôre na Hom toe gaan? Ek is vermoeid, ek is... kom na... ek gaan vir jou gee. Glo jy dit in jou diepste wese?

Dan, hoe kyk jy na Hom? Is jou Jesus... is dit 'n groot Jesus, of sit jy nog met die Kinderbybel Jesus? Is die net help my, help my met my stres, gee my dit, gee my dit, maak my so, of is dit 'n lewe waarin ek moet gaan? Is Hy groot? Omvat Hy jou hele lewe? Wil Hy jou vat na nuwe plekke toe, op nuwe maniere uitdaag om in 'n ander manier in lewe in te stap? Kom ons bid saam.

Vader, ons dank U dat ons vanmôre hierso so kan saam wees. Dankie vir U Woord wat 'n lig is vir ons pad. Dankie dat U die weg word vir ons, nie net na die ewigheid toe nie, maar ook na die lewe toe hier en nou. Help ons, maak ons oë oop om te kan sien, diep te kan insien in wat U vir ons het. O, Vader, U weet waar elke een van ons vanmôre is. U ken miskien die vrees en die benoudheid waarmee van ons hier is sit. Help ons om net daardie stem te hoor: jy is My kind, Ek sal jou nooit los nie. Help ons om vanmôre net te kan glo U sal 'n pad oopmaak. Help ons om vanmôre net ons bekommernis by U te kan los en U te kan vertrou daarmee. Help ons, Here, om die dissipline te kan ontwikkel om wat ons ookal nodig het te kan tackle. Help ons om die uitnodiging te hoor, in te stap in wat U vir ons het. Ons vra dit in die Naam van Jesus, amen.

Mag jy in hierdie week wat voorlê daardie stem wat in jou binneste met jou praat hoor, duidelik. Jy is sy kind, Hy is met jou, Hy sal jou nooit los nie. Amen.

