7 weke
7 vrae

MOEDERKERK
KRUISKERK

7 weke
7 vrae

Hierdie is ’n projek waaraan gemeentes in die Verenigende Ring van Stellenbosch deelneem. Gemeentes wat graag hiervan wil gebruik maak, is welkom om ons te kontak by 021 883 3458 of kantoor@moederkerk.co.za.

GROEPSLEDE

Naam & Van	E-pos Adres	Telefoon

SEWE WEKE | SEWE VRAE

Ons vra dikwels vir God vrae, maar die teoloog Trevor Hudson vertel hoe hy die Bybel ontdek het as 'n boek vol vrae wat God ook aan ons stel. Het jy al ooit stilgestaan en nagedink oor die vrae wat God aan die mens in die Bybel vra? In hierdie Sewe Weke-reeks gaan ons saam na hierdie vrae luister en eerlik met die vrae in ons eie harte omgaan.

Hoekom sal God die mens vrae vra? Daar is verskeie moontlike redes hiervoor:

- **Hy wil in 'n gespreksverhouding met ons leef.**
- **Hy erken ons menswaardigheid en gee ons die ruimte om self met die vrae te worstel.**
- **Vrae het die vermoë om ons, wanneer ons eerlik daarmee omgaan, tot nuwe insigte en ontdekkings te lei wat verandering en transformasie in ons teweegbring.**

Hierdie reeks nooi ons uit na eerlike omgang en intimiteit met God.

REEKS:

Week 1	Sondag 2 Februarie	**Waar is jy?** (Genesis 3:1-13)
Week 2	Sondag 9 Februarie	**Waar is jou broer/suster?** (Genesis 4:1-24)
Week 3	Sondag 16 Februarie	**Wat het jy in jou hand?** (Eksodus 4:1-17)
Week 4	Sondag 23 Februarie	**Wie sê jy is Ek?** (Matteus 16:13-20)
Week 5	Sondag 2 Maart	**Wil jy gesond word?** (Johannes 5:5-11)
Week 6	Sondag 9 Maart	**Waarom huil jy?** (Johannes 20:11-18)
Week 7	Sondag 16 Maart	**Verstaan jy wat Ek vir jou gedoen het?** (Johannes 13:1-20)

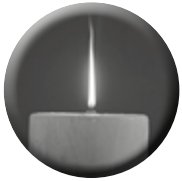
HOE GAAN ONS DIT DOEN?

- **Elke week se Skrifgedeelte(s)** lei jou om na te dink oor die vraag van die week en hoe dit ons daaglikse lewens beïnvloed en vorm.
- Jy word aangemoedig om **daagliks individueel stil te word** voor God aan die hand van die teks met behulp van die *Lectio Divina*-metode.
- Ons kom **weekliks in kleingroepe en/of as families** bymekaar.
- Op **Sondae** vier ons as gemeente die teksgedeelte(s) saam in die erediens.

DIE RITME VAN DIE REEKS ELKE WEEK

- **Persoonlike stiltetyd met die teksgedeelte(s)** van die dag, met behulp van ***Lectio Divina.***
- **Persoonlike gebed van nadenke vir elke dag** (maak aantekeninge in 'n boekie).
- **Kleingroepbyeenkoms**
  Kleingroepe word aangemoedig om tydens die Sewe Weke-proses hulle Bybels, Sewe Weke-boekie en skryfbehoeftes saam te bring.
- **Familiebyeenkoms tuis/Familiegroepe**
  Families word aangemoedig om een maal per week na ete hierdie byeenkoms aan tafel te hê. Julle kan saam die tafel afdek waarna elkeen met hulle Bybel, Sewe Weke-boekie en skryfbehoeftes aansit vir die gesprek.
- **Sondae tydens die erediens/kategese** kom ons bymekaar om verder oor die teks na te dink en te gesels. Dit is ook die geleentheid waartydens ons die Here loof vir Sy betrokkenheid by ons as gemeente en by ons elkeen se persoonlike reis hierdie sewe weke.

PERSOONLIKE LEES VAN DIE BYBEL MET BEHULP VAN *LECTIO DIVINA*



Waarmee help dit my? Dit help my om die Bybel so te lees dat ek God se stem daarin hoor en Hom daarin ontmoet.

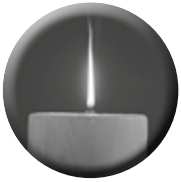
AGTERGROND

Die antieke gebruik van *Lectio Divina* is 'n manier waarop 'n mens die Bybel lees en omgaan met die Heilige Skrif. Dit stel ons in staat om God in die Skrif te ontmoet, of nog beter, om onsself al lesende oop te stel vir Hom en sy werk in ons lewe. *Lectio Divina* is Latynse woorde wat *divine reading* of *holy reading* beteken. In Afrikaans sou dit vertaal kon word as die "goddelike lees" of die "geestelike lees" van die Bybel. Die vier stappe waaruit *Lectio Divina* bestaan, is die eerste keer in 1173 deur die monnik Guigo II vasgelê. Dié stappe, *Lectio* (lees), *Meditatio* (oorpeinsing of meditasie), *Oratio* (gebed) en *Contemplatio* (kontemplasie of oorweging) bly tot vandag toe onveranderd, al is daar verskillende maniere waarop dit toegepas kan word.

Hierdie 'kuns' wat in die laaste jare herontdek is, is 'n manier waarop ons die Bybel toelaat om te wees wat God bedoel om te wees: 'n middel waardeur ons Hom ontmoet. Die Bybel is nie 'n inligtingsboek oor God of God se wil nie. Die Bybel is God se woord (Woord) aan ons. Die doel van God se woord is gesprek en ontmoeting met ons en daarom kan die doel van Bybellees niks anders wees nie as om die Here Jesus persoonlik te ontmoet en Hom toe te laat om deur die werking van die Heilige Gees ons lewe te verander volgens sy wil. *Lectio Divina* is 'n praktiese en dinamiese metode wat ons hiermee help en daarom kan dit inderdaad beskryf word as "a way of reading that becomes a way of living."

Lectio Divina is nie 'n stel reëls om na te kom nie, maar dié manier van lees oriënteer ons eerder tot 'n ontmoeting met die Here. Waarskynlik sal ons nie altyd by al vier stappe uitkom nie. Wanneer ons bewus word daarvan dat die Here besig is om ons gedagtes te rig of met ons te praat, moet ons halt roep en die nodige tyd

neem om na Hom te luister. Hierdie metode moet dus nie gesien of hanteer word as 'n reglynige proses waar elke volgende stap altyd en presies op die voorafgaande een volg nie. Dit is eerder soos 'n spiraal waar al vier elemente heeltyd teenwoordig is en in verskillende volgordes 'n rol speel. Die belangrike punt is dat al vier elemente heeltyd 'n rol moet speel en dat nie een in isolasie van die ander beoefen moet word nie. 'n Mens kan *Lectio Divina* as individu beoefen of as groep saam doen.



You can't hear God speak to someone else, you can hear Him only if you are being addressed.

– Ludwig Wittgenstein

LECTIO – Lees

Hierdie stap in die *Lectio Divina* klink dalk vanselfsprekend, maar dit is nie: die doel van hierdie lees is nie bloot "weet" nie, maar "hoor". Vir 'n baie groot deel van die Christelike tradisie het mense nie die Woord gelees nie. Die Woord is gehoor. Mense het daarna geluister terwyl ander dit voorgelees of oorvertel het. Die proses van luister verskil baie van die proses van lees en daarom probeer *lectio* ons help om w eer die Woord te hoor.

Alhoewel die eerste stap dus *lees* behels, wil ons eerder daaraan dink as *luister*. Die kuns van *lectio* is om te leer luister terwyl ons lees. Daarom lees ons in *lectio* anders as wanneer ons 'n koerant of tydskrif lees. Onthou dat jy nie in die eerste plek lees om feite of informasie bymekaar te maak nie, of om te studeer soos vir 'n toets nie. Jy lees omdat jy op soek is na 'n ontmoeting met God. Dit is 'n besondere manier van lees en luister: dis om te luister "with the ear of our hearts" (St. Benedictus). Ons lees dus stadig en met aandag en probeer om onsself oop te stel vir die moontlikheid dat God nou met mý wil praat deur sy Woord, dat Hy my wil aanraak en verander.

Natuurlik gaan dit in hierdie deel van die *lectio* ook om te verstaan. Daarom is dit goed om hulpmiddels te gebruik wat my help om die teksgedeelte reg te verstaan. Eksegese en Bybeluitleg is belangrik. Eugene Peterson sê: "Exegesis is an act of love. It loves the One

who speaks the words enough to want to get the words right... Exegesis is loving God enough to stop and listen carefully to what He says...".

Maar moenie met 'n Bybelkommentaar begin nie. Lees die teksgedeelte self eers deur. Onderstreep woorde en frases wat jou tref of waaroor jy wonder; ook gedagtes wat by jou opkom. Daarna kan jy miskien iets lees wat die gedeelte "verklaar" en dit vergelyk met jou eerste gedagtes oor die teks.

DUS

- Lees die teks 'n paar keer deur totdat jou gedagtes vashaak by 'n bepaalde woord of frase wat jou aanspreek.
- Herhaal die woord of frase 'n paar keer rustig in jou hart.
- Wanneer jy agterkom dat jou gedagtes dwaal, probeer weer terugkeer na die woord of frase wat jou aangespreek het.

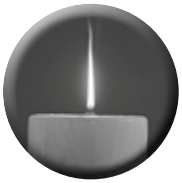
MEDITATIO – Mediteer/Nadink

Wanneer jy die teks een of meer keer deurgelees het, gaan dan terug na die woorde of frases wat jou in die besonder aangeraak het en wat jy miskien onderstreep of neergeskryf het. Die *meditatio*-fase van *Lectio Divina* behels nou om by hierdie woorde en frases stil te staan en daaroor na te dink (mediteer).

Die konsep van meditasie val soms bietjie vreemd op die oor. Om oor iets te mediteer beteken om dit te "oordink" (Ps. 1:2). Dis om iets oor en oor in jou gedagtes te herhaal, dit te memoriseer, te visualiseer, en toe te laat om in interaksie met jou menswees te gaan (jou idees, gedagtes, hoop, begeertes, vrese).

Meditasie probeer om ons in te trek in die leefwêreld van die teks. Ons verander van toeskouers na deelnemers van die teks. Die beelde en stories van die teks trek ons in die groter storie van God met ons in. Gebruik jou verbeeldingskrag. Probeer om jou die situasie soos dit in die Bybelteks beskryf word, voor te stel. Plaas jouself in die betrokke toneel en verbeel jou dat jy deel uitmaak van die verhaal. Luister na wat daar gesê word, kyk na hul reaksies, probeer jouself inleef in hul gevoelens. Keer telkens

terug na Jesus. Probeer om Hom te leer ken, vind jou blydskap in Hom, staan verwonderd oor sy woorde, sy aksies, sy antwoorde en reaksies – alles het met Hom te make.



Meditation moves from looking at the words of the text to entering the world of the text. As we take the text into ourselves, we find that the text is taking us into itself. Meditatio is letting the images and stories of the entire revelation penetrate our understanding.

– Eugene Peterson

In die praktyk is dit belangrik om te leer hoe lank om by 'n woord of frase stil te staan en wanneer om aan te beweeg. Mediteer oor 'n gedagte so lank as wat jy die behoefte het of so lank as wat dit jou aandag behou. Daarna kan jy eenvoudig verder lees en beweeg na 'n volgende woord of frase. Dit kan soms 'n kort refleksie behels en ander kere 'n hele paar minute neem. Dit kan selfs gebeur dat jy by tye vir dae en weke lank terugkeer na die woorde van 'n teks wat jy gelees het en dit weer in jou gedagtes neem. Die belangrikste is dat jy die teks tyd gee om in jou te werk – moenie jaag van een woord of frase na 'n volgende nie.

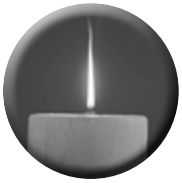
Een van die gevolge (of een van die byvoordele) van meditasie oor die Woord is dat 'n mens dikwels sekere teksgedeeltes uit jou kop (of hart!) memoriseer. Om tydens jou dag hierdie teks weer in jou

gedagtes te neem en met jou hart te bid, het tot gevolg dat jy God se nabyheid in jou dag ervaar.

DUS

- Laat die woord of frase wat in die teks vir jou uitgestaan het, insink deur dit telkens te herhaal.
- Gebruik jou sintuie om jou in die woorde in te leef. Sien die gebeure, hoor die klanke, ruik die reuke en word deel van die gebeure in die teks.
- Herhaal die woorde in jou gedagtes en hardop.
- Laat die woorde toe om beelde, gevoelens en gedagtes in jou te laat opkom.
- Gee aandag aan dit wat die woorde, beelde en gedagtes aan jou doen.
- Dink na oor wat die woorde of frase vir jou in jou lewe wil sê.
- Herhaal die woord of frase gedurende die dag soos wat jy daaraan dink.

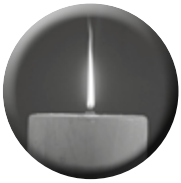
ORATIO – Bid



God does not make speeches; He enters conversations and we are partners to the conversation.

– Eugene Peterson

Die ervaring dat God met ons praat wanneer ons die Woord lees, vereis 'n reaksie van ons. Hierdie respons – in die vorm van woorde, gedagtes, gevoelens of selfs 'n sug – noem ons gebed. Gebed is die derde fase van *Lectio Divina* waar ons eenvoudig, vanuit ons refleksie van die Woord, met ons hart op God reageer.



It is one thing to be listening to God speak to Moses on the austere crags of Mount Sinai or listening to Jesus preach the Beatitudes on a grassy Galilean hillside... It's quite another thing entirely to realize that God is speaking to me bicycling in the rain down a country road... I'm speechless; or I stutter. How do I answer God? But answer I do, for the text requires it. – Eugene Peterson

Gebed is nooit die eerste woord nie – dis altyd "answering speech". Dit is 'n antwoord of respons op dít wat God reeds gesê of gedoen of in ons harte geroer het. Daarom is *oratio* 'n persoonlike respons tot God wat met ons praat. Reageer op die dinge wat jou geraak het in die teks; gebruik die woorde, beelde en metafore waaroor jy gemediteer het; werk met die emosie, gedagtes en gewaarwordinge wat jy ervaar het tydens jou refleksie op die Woord; deel met God die dinge waarvan jy bewus geword het. Dit help dikwels baie om dit wat jy bid, ook neer te skryf.

Oratio vra vir eerlikheid. Indien ons spontane respons tot God een van lof en dankbaarheid is, is dit wonderlik. Maar ons kan met ewe groot vrymoedigheid na God toe draai met vrae, asook gevoelens van onsekerheid, pyn en woede. Die Psalms is nie net vir ons 'n goeie voorbeeld hiervan nie, dit gee ook vir ons woorde waarmee ons kan bid wanneer dit voel of ons nie woorde het nie. Dit was immers die gebedeboek van Israel. Die Kerkvader Athanasius het gesê: "Most Scripture speaks to us; the Psalms speak for us!".

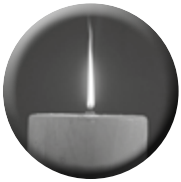
Ons respons tot God tydens *oratio* behels ook dat ons onsself oopstel om in Sy teenwoordigheid verander te word. Ons bid dat God deur sy Woord en sy Gees die genesing en liefde en groei bring

wat Hy weet ons nodig het. Onthou dat *oratio*, soos al die ander stappe van *Lectio Divina*, 'n dinamiese proses is. Terwyl jy die teks lees, ontstaan die behoefte om oor sekere gedeeltes te reflekteer, en terwyl jy mediteer, ontstaan die behoefte om met God daaroor te praat. Soms reageer jy met kort gebede of gedagtes, ander kere spandeer jy dalk baie tyd in gebed. Telkens kan jy teruggaan na die lees van die teks en om die stappe van *Lectio Divina* van voor af te herhaal. Moenie die tye vir gebed probeer struktureer of beplan nie. Probeer slegs sensitief wees vir die beweging van die Gees terwyl jy tyd met God se Woord spandeer.

DUS

- Vanuit *meditatio* kom die spontane reaksie om te wil reageer in gebed. Wanneer 'n mens se hart aangeraak is, kom daar 'n uitnodiging waarop jy kan reageer in gebed.
- Onthou wel dat elke fase van *Lectio Divina* gebed is.
- Bly by die woorde, frases en beelde wat in jou is en reageer daarop.
- Vra wat God se uitnodiging hiermee aan jou is.
- Laat *Lectio Divina* oorspoel in jou alledaagse lewe deur in die dag na te dink oor wat die teks vir jou beteken. Praat ook voortdurend met God daaroor – so word jou lewe 'n gebed voor God.

CONTEMPLATIO – Rus/Leef



Contemplation means living what we read, not wasting any of it or boarding any of it, but using it up in living. It is life formed by God's revealing word, God's word read and heard, meditated and prayed. The contemplative life is not a special life; it is the Christian life, nothing more and nothing less. But lived! **– Eugene Peterson**

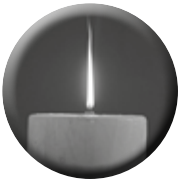
Die laaste stap in *Lectio Divina* is *contemplatio*. Dit is 'n tyd van rus – 'n rustig-wees in God se Woord. Hierdie is 'n stilwees in God se teenwoordigheid, soos 'n kind wat op 'n ouer se skoot klim en om net te 'wees'. Woorde is nie hier nodig nie. Waar die behoefte ontstaan om te reageer in gebed, gaan terug na *oratio* en deel

jou hart met God. Maar probeer terugkeer na hierdie fase waar jy bloot stil is by God en Hom toelaat om in jou te werk.

Alhoewel dit so kan lyk, is *contemplatio* nie uitsluitlik 'n passiewe aksie nie. Dit is 'n tyd van rus waar ons dít wat ons gelees, bepeins en gebid het, in stilte in ons gees oorweeg. God kom maak ons hier bewus van sy bedoeling met ons. Dit is hier waar God sy wil op ons harte lê, waar ons van binne verander word deur sy Woord en Gees. Hierdie verandering binne ons vra om geléél te word. Dit vra vir aksie en 'n verandering in gedrag.

Die ervaring dat God se Woord so deel van ons lewe word, is 'n geskenk van God; dis 'n geskenk van genade. Daar is nie 'n metode of tegniek wat dit kan waarborg of bewerk nie. Elke keer wanneer ons tyd met God se Woord deurbring is hierdie genade 'n moontlikheid. Ons kan dit nie bewerk nie, maar ons kan dit verhinder wanneer ons hart nie daarop ingestel is om God te hoor praat nie, of indien ons nie bereid is om verander te word nie. Ons

kan meewerk met God se genade deur onsself oop te stel vir sy werking, sodat ons so kan gaan leef.

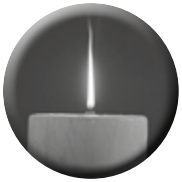


Contemplation is not another thing added on to our reading and meditating and praying, but the coming together of God's revelation and our response, and unself-conscious following of Jesus; a Jesus-coherent life… And that means that most contemplation is unnoticed, unremarked, unself- conscious… Having read and meditated and prayed, and continuing to read and meditate and pray, we will step back and bless, love and obey, and breathe 'let it be to me according to your word'. Relax and receive. – Eugene Peterson

DUS

- Wees oop vir God se geskenk van kontemplasie deur net vir 'n oomblik stil te wees.
- Sit gemaklik met jou oë toe en wees bewus van God se teenwoordigheid.
- Dink na oor hoe jy jou roeping as kind van die Here nou kan gaan leef vanuit hierdie ontmoeting met God.
- Dank die Here daarvoor dat dit wat Hy nou deur sy Woord vir jou gesê het om te wees of doen, Hy deur sy Gees jou al meer sal laat word.
- Eindig jou gebedstyd deur bewus te word van alles rondom jou.

OM SAAM TE VAT



Reading, as it were, puts the solid food into our mouths; meditation chews it and breaks it down; prayer obtains the flavor of it and contemplation is the very sweetness which makes us glad and refreshes us.

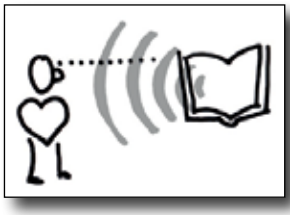
– Guigo II (in die 12de eeu)

Dit behoort nou duidelik te wees waarom dit nodig is om die vier stappe van *Lectio Divina* afsonderlik te bespreek en te verstaan. Elke stap het sy eie en belangrike plek; geen van die stappe behoort uitgelaat te word nie; geen stap kan in isolasie van die

ander beoefen word nie. Alhoewel daar 'n mate van voortgang van een stap na 'n volgende is, is *Lectio Divina* nie 'n tree-vir-tree resep nie. Dit is eerder soos 'n spiraal waarbinne enige van die elemente op 'n gegewe tyd na vore kan tree, en telkens weer herhaal kan word.

Die fases van *Lectio Divina* is dus nie vaste of rigiede reëls of prosedures wat nagevolg móét word nie. Dit behoort 'n natuurlike proses te word van lees, meditasie, gebed en stilte. Beweeg dus spontaan van lees na mediteer en weer terug na lees. Voel vry om tydens enige fase terug te gaan na 'n vorige fase en die stappe weer te herhaal. Moet ook nie vir jouself 'n 'doel' stel t.o.v. hoe 'n groot deel van die teks jy wil afhandel, oor hoeveel woorde jy wil mediteer of hoe lank jy wil bid nie. Gebruik die tegniek as 'n basis en maak jou enigste doel die begeerte om tyd in God se teenwoordigheid te spandeer.

Kort saamgevat is die 4 stappe dus die volgende:

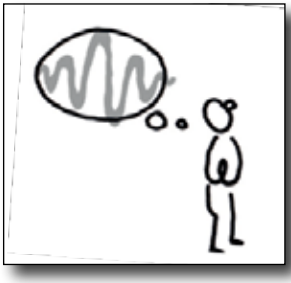


1. *LECTIO* – LEES:

Kies 'n teksgedeelte om te lees – verkieslik nie te lank nie. Lees dit stadig en met verwagting twee of drie keer deur. Probeer woorde of frases identifiseer wat jou aanraak, jou hart tref, jou ontstel, ens.

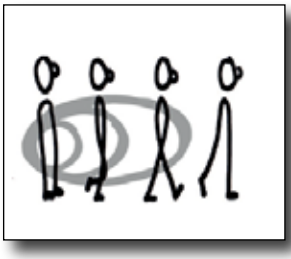
2. *MEDITATIO* – MEDITEER (NADINK):

Mediteer nou oor die woorde of frases wat jou geraak het. Staan daarby stil so lank as wat jy die behoefte het en dit jou aandag behou. Daarna kan jy eenvoudig aan beweeg na 'n volgende woord of frase of teruggaan na die lees van die teks.



3. *ORATIO* – BID:

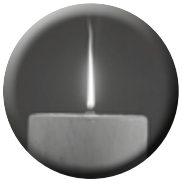
In hierdie fase reageer jy eenvoudig, vanuit jou refleksie oor die Woord, met jou hart op God. Dis 'n spontane respons waardeur jy openlik met God praat oor die dinge wat jou geraak het in die teks, oor emosies, gedagtes en gewaarwordinge waarvan jy bewus geword het.



4. *CONTEMPLATIO* – RUS (LEEF):

Word nou eenvoudig stil in God se teenwoordigheid en luister. Laat God toe om in jou te werk en jou bewus te maak van sy bedoeling met jou, sy roeping. Hoe wil Hy hê moet hierdie teks lewe kry in jou? Waar die behoefte ontstaan, reageer in gebed en kom weer terug na rus.

Voorbereiding vir stilword met *Lectio Divina*



Om te luister na God se stem beteken soms om stil te word. In ons kultuur is ons gewoond aan "geraas". Dit neem soms tyd om die oorgang te maak van die dag se "geraas" na 'n innerlike stilte waar ons diep kan luister na God en na onsself.

Wat kan ons help?

Maak 'n keuse vir 'n **bepaalde tyd** in jou dag om stil te word met *Lectio Divina*. Merk dit in jou dagboek soos enige ander afspraak. 20-30 minute is genoeg tyd.

Dit help om elke keer op dieselfde plek en dieselfde tyd stil te word. Dit help jou met die oorgang van besig en gejaagd wees na stilword en luister. Kry dus vir jou 'n stil plek waar jy **nie sommer gepla sal word nie** – sit jou selfoon af, ens.

Kry vir jou 'n **oorgangsritueel** wat jou help om stil te word: dit kan byvoorbeeld wees om elke keer 'n kers aan te steek, deur musiek wat jou rustig maak, ens. Gebruik die metode wat die beste vir jou werk.

Sit gemaklik, sodat jou liggaam ontspanne en oop kan voel. Wees bewus van jou spanning, vrae, vreugdes, ens. Neem soveel tyd as nodig om stil te word.

Dit help soms om bewus te word van jou **asemhaling**. Soos jy inasem, raak bewus van God se Gees in jou en soos jy uitblaas, laat gaan alles wat jou bekommer en gee dit vir God.

Probeer om jou gedagtes vir 'n oomblik **"eenkant te sit"** en jou verwagting en fokus op 'n ontmoeting met God te plaas.

Neem soveel tyd as wat nodig is totdat jy voel dat jy rustig is en gereed is om te begin met die lees van en luister na God se Woord (*Lectio Divina*).

Dit mag aanvanklik vir jou moeilik wees om stil te word en dit mag selfs kunsmatig voel. Neem tyd en **oefen dit in** om so stil te word.

Waar is Jy?

ONS LEES DIE WEEK

Die bekende verhaal in Genesis 3:1-13 van die slang wat vir Eva verlei om van die verbode vrug te eet, waarna sy en Adam ongehoorsaam aan God optree. Hulle besef hul kaalheid en probeer wegkruip, maar God kom soek hulle op met die vraag: "Waar is jy?"

Teksgedeelte(s): Genesis 3:1-13 (1983-vertaling)

1 Die slang was listiger as al die wilde diere wat deur die Here God gemaak is en het vir die vrou gevra: "Het God werklik gesê julle mag van geen boom in die tuin eet nie?"

2 Die vrou het die slang geantwoord: "Ons mag eet van die vrugte van die bome in die tuin. **3** God het net gesê ons mag nie eet van die vrugte van die boom in die middel van die tuin nie en ons mag dit nie aanraak nie, want dan sterf ons."

4 Toe sê die slang vir die vrou: "Julle sal beslis nie sterf nie, **5** maar God weet dat julle oë sal oopgaan die dag as julle van daardie boom eet en dan sal julle soos God wees deurdat julle alles kan ken."

6 Toe besef die vrou dat die boom se vrugte goed is om te eet en mooi om na te kyk en begeerlik omdat dit kennis kan gee. En sy het van sy vrugte gepluk en geëet. Sy het ook vir haar man by haar gegee, en hy het geëet. **7** Hulle altwee se oë gaan toe oop, en hulle besef dat hulle kaal is. Toe werk hulle vyeblare aanmekaar en hang dit om vir klere.

8 Hulle het gehoor hoe die Here God in die tuin wandel teen die tyd dat die aandwind opkom, en die mens en sy vrou het vir die Here God weggekruip tussen die bome van die tuin. **9** Maar die Here God het na die mens geroep en vir hom gevra: "Waar is jy?"

10 En die mens antwoord: "Ek het U hoor wandel in die tuin en ek het bang geword, want ek is kaal. Toe het ek weggekruip."

11 Die Here God vra toe: "Hoe het jy te wete gekom dat jy kaal is? Het jy tog nie van die boom geëet waarvan Ek jou verbied het om te eet nie?"

12 Die mens het geantwoord: "Die vrou wat U my gegee het om my by te staan, sy het vir my van die boom se vrugte gegee, en ek het geëet."

13 Toe vra die Here God vir die vrou: "Wat het jy nou gedoen?" en sy sê: "Die slang het my mislei, en ek het geëet."

AGTERGROND

Die eerste vraag wat God in die Bybel aan die mens vra, is: "Waar is jy?" Hierdie vraag ontstaan in die skeppingsverhaal, en God vra dit aan Adam en Eva nadat hulle die een reël wat Hy vir hulle gegee het, oortree het. Die tragiese gevolge van hierdie keuse het die intimiteit en eenheid tussen God en die mens, sowel as die verhouding tussen mense, verbreek. Adam en Eva het in die tuin weggekruip, vol skaamte oor wat gebeur het. Tog kom God na hulle toe en hulle hoor die stem wat roep: "Waar is jy?"

PERSOONLIKE STILTETYD

Lees elke dag Genesis 3:1-13 met behulp van die *Lectio Divina*-metode en maak 'n paar aantekeninge oor wat jy in die gedeelte hoor.

Begin die week jou tyd van stilte met hierdie eenvoudige gebed:

Ek is hier Here... (Vertel vir die Here waar jy nou in jou lewe is)

U is hier Here... (Raak bewus van wie die Here is wat by jou is)

Ons is hier saam Here... (Wat beteken dit dat God nou hier in jou "HIER" oomblik saam met jou is?)

Dag 1

Dag 2

Dag 3

Dag 4

Dag 5

Dag 6

PERSOONLIKE GEBED VAN NADENKE AAN DIE EINDE VAN ELKE DAG

(Vir hierdie oefening elke dag kan dit betekenisvol wees om 'n boekie te hê waarin jy jou gedagtes kan neerskryf.)

- Neem 'n paar oomblikke om stil te word in die Here se teenwoordigheid.
- Dink na oor jou dag se gebeure. Laat die dag soos 'n film voor jou afspeel...
- Waar het jy vandag iets gesien/beleef van die teenwoordigheid van die lewende Here?
- In watter gebeure het jy vandag gesukkel om die teenwoordigheid van God as die lewende Here te sien?
- Praat met die Here oor jou ervarings van die dag.
- Rus vir 'n oomblik sonder woorde in die Here se teenwoordigheid.
- Skryf nou 'n paar gedagtes neer oor jou gebedservaring.

KLEINGROEPBYEENKOMS

Ons ontmoet mekaar

- Laat elke persoon in die groep 'n hoogtepunt van die afgelope vakansie deel en gesels daarna oor julle hoop en verwagtinge vir 2025.
- Lees die inleidende gedeelte in die boekie oor die reeks. Gesels met mekaar oor julle gevoelens oor vanjaar se tema, sowel as julle verwagtinge vir die reeks.

Ons ontmoet God

- Steek 'n kers aan en laat iemand die byeenkoms aan die Here opdra.
- Lees die teksgedeelte (Genesis 3:1-13) van die week saam deur.

Ons deel met mekaar

- Deel met mekaar wat vir julle in die gedeelte opval.
- Ons kry almal soms die neiging om vir God, onsself, of mekaar weg te kruip wanneer ons kaal en weerloos voel. Hoe ervaar jy dit in jou lewe? Wat is jou "wegkruiptegnieke"?
- Wat is jou persoonlike ervaring van God se vraag "Waar is jy?" in jou lewe? Kan jy 'n ervaring deel van hoe God jou kom soek het en jou gevind het? Gesels saam oor hierdie ervarings.

Ons bid saam

- Laat die groep hulle gebedsbehoeftes met mekaar deel om ook in die komende week vir mekaar te bid. Laat een persoon afsluit met gebed.

FAMILIEBYEENKOMS TUIS/FAMILIEGROEPE

Fokus op mekaar:

- Speel wegkruipertjie en geniet sommer net die tyd saam.

Fokus op die Woord in ons lewens:

- Laat iemand in die gesin die teksgedeelte (Genesis 3:1-13) hardop lees.
- Laat elke gesinslid deel wat hulle in die gebeure opval.
- Gesels met mekaar oor hoe julle dink Adam en Eva gevoel het toe hulle weggekruip het. Deel met mekaar 'n keer wat jy dalk so skaam was en wou wegkruip.
- God kon op vele maniere reageer het op Adam en Eva se ongehoorsaamheid, maar tog kom soek Hy hulle op. Wat sê dit vir ons van wie en hoe God is? Praat saam hieroor.

Bid saam:

- Laat elke gesinslid deel wat hulle spesifieke gebedsbehoeftes vir die week is en bid vir mekaar.

NOTAS

SONDAG SE EREDIENS

Wat het die Here tydens vandag se erediens kom bevestig wat jy die afgelope week gehoor het?

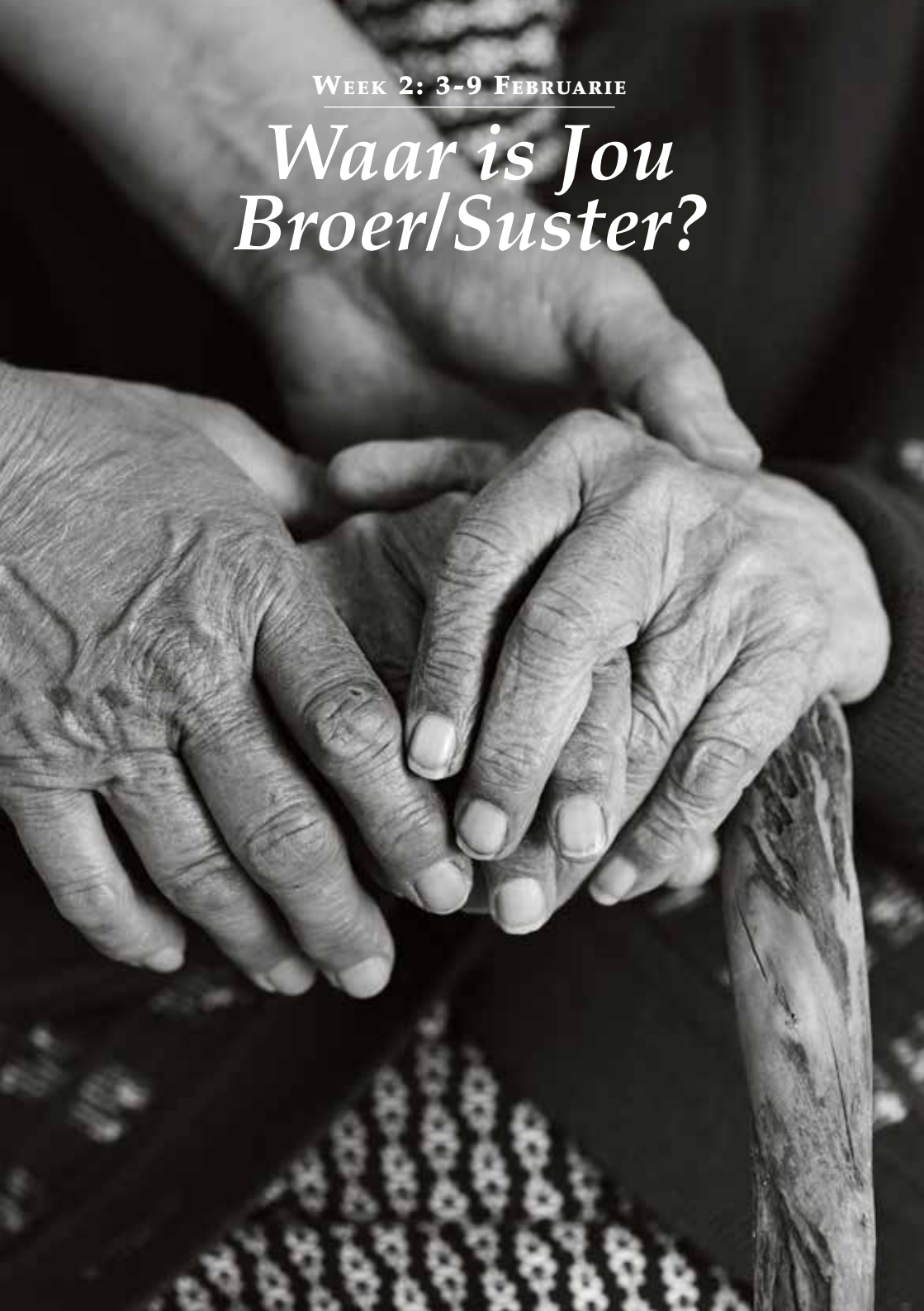
Wat het jy nuut gehoor in vandag se erediens?

Waartoe verbind jy jou die week?

NOTAS

Week 2: 3-9 Februarie

Waar is Jou Broer/Suster?



ONS LEES DIE WEEK

Genesis 4:1-24 wat die verhaal vertel van Kain en Abel. Kain maak uit jaloesie sy broer Abel dood nadat God Abel se offer aanvaar en syne verwerp. Die Here konfronteer Kain oor sy gedrag met die vraag: "Waar is jou broer?".

Teksgedeelte(s): Genesis 4:1-24 (1983-vertaling)

1 Die mens het met sy vrou Eva gemeenskap gehad, en sy het swanger geword. Sy het vir Kain in die wêreld gebring en uitgeroep: "Ek het 'n man in die wêreld gebring met die hulp van die Here!"

2 Sy het weer 'n kind gekry, Abel, 'n broer vir Kain. Abel was 'n veeboer en Kain 'n saaiboer. **3** Na verloop van tyd het Kain van die opbrengs van die land 'n offer aan die Here gebring. **4**Abel het dit ook gedoen, van die

eerstelinge uit sy kudde, van hulle vet. Die Here het vir Abel en sy offer aangeneem, **5** maar nie vir Kain en sy offer nie.

Kain het baie kwaad geword en hy was bedruk.

6 Toe sê die Here vir Kain: "Waarom is jy kwaad? Waarom is jy bedruk? **7** Wag daar nie vir jou blydskap as jy goed doen nie? As jy nie goed doen nie – die sonde wag jou in daarbuite en hy wil jou in sy mag kry. Maar jy moet oor hom heers."

8 Kain het met sy broer Abel gepraat, en toe hulle in die veld was, het Kain vir Abel oorweldig en hom doodgemaak.

9 Toe vra die Here vir Kain: "Waar is jou broer Abel?" en Kain antwoord: "Ek weet nie. Moet ek dan my broer oppas?"

10 Maar die Here sê: "Wat het jy gedoen? Die bloed van jou broer roep van die aarde af na My. **11** Vervloek is jy dan nou, verban van die grond af wat gretig die bloed van jou broer uit jou hand opgeslurp het. **12** Wanneer jy die grond bewerk, sal dit nie sy opbrengs vir jou gee nie. Jy sal 'n doellose swerwer op aarde word!"

13 Toe sê Kain vir die Here: "My straf is te swaar om te dra. **14** U verdryf my nou van my grond af, en tot U het ek nie meer toegang nie. Ek sal 'n doellose swerwer op aarde wees, en wie my raakloop, sal my vermoor."

15 Maar die Here sê vir hom: "Nee! Wie vir Kain vermoor, sal sewe maal gestraf word."

Toe gee die Here vir Kain 'n teken sodat niemand wat hom raakloop, hom sou doodmaak nie. **16** En Kain het van die Here af weggegaan. Hy het gaan woon in Nod, oos van Eden.

Die nageslag van Kain

17 Kain het met sy vrou gemeenskap gehad, en sy het swanger geword en vir Henog in die wêreld gebring. Kain het daarna 'n stad begin bou en hy het die stad na sy seun Henog vernoem. **18** Vir Henog is 'n seun Irad gebore, en Irad was die vader van Megujael, en dié was die vader van Metusael, en dié was die vader van Lameg.

19 Lameg was met twee vrouens getroud. Die een was Ada en die ander Silla. **20** Ada het vir Jabal in die wêreld gebring. Hy was die stamvader van dié wat in tente by hulle kuddes woon. **21** Die naam van sy broer was Jubal en hy was die stamvader van dié wat op die lier en die fluit speel. **22** Silla weer het vir Tubal-Kain in die wêreld gebring, en hy was 'n smid, 'n vakman in koper

en yster. Sy suster was Naäma. [23] Lameg het vir sy vrouens gesê:

"Ada en Silla, luister na my!

Vrouens van Lameg, let op my woorde!

Ek maak 'n man dood as hy my wond,

'n seun as hy my seermaak.

[24] Kain sal sewe maal gewreek word,

Lameg sewe en sewentig maal!"

AGTERGROND

Wat is ons verantwoordelikheid teenoor ander mense? Moet ons bloot onsself met ons eie sake bemoei in 'n wêreld waar die leuse "Elkeen vir hom/haarself!" geld, of het ons 'n Godgegewe verantwoordelikheid om na ons geliefdes, ons vriende, ons bure, ons wêreld en selfs na ons vyande om te sien? Die tweede vraag waarby ons hierdie week stilstaan (Waar is jou broer/suster?) spreek hierdie kwessie aan vanuit die bekende storie van Kain en Abel, die eerste kinders van Adam en Eva.

In die vierde hoofstuk van Genesis lees ons dat beide van hulle God aanbid het. Beide van hulle het aan God 'n offer gebring, maar – sonder dat ons weet waarom – aanvaar God net Abel se offer en verwerp dié van Kain. Kort daarna, in 'n vlaag van jaloerse woede, vermoor Kain sy broer. God verskyn onmiddellik op die toneel en vra die vraag: "Waar is jou broer?" (vs. 9). Dit is ook hierdie einste vraag wat ons uitnooi om oor ons eie verantwoordelikheid teenoor ons bure, teenoor ons vyande en teenoor die breër wêreld na te dink.

PERSOONLIKE STILTETYD

Lees elke dag Genesis 4:1-24 met behulp van die Lectio Divina-metode en maak 'n paar aantekeninge oor wat jy in die gedeelte hoor.

Begin die week jou tyd van stilte met hierdie eenvoudige gebed:

Ek is hier Here... (Vertel vir die Here waar jy nou in jou lewe is)

U is hier Here... (Raak bewus van wie die Here is wat by jou is)

Ons is hier saam Here... (Wat beteken dit dat God nou hier in jou "HIER" oomblik saam met jou is?)

Dag 1

Dag 2

Dag 3

Dag 4

Dag 5

Dag 6

PERSOONLIKE GEBED VAN NADENKE AAN DIE EINDE VAN ELKE DAG

(Vir hierdie oefening elke dag kan dit betekenisvol wees om 'n boekie te hê waarin jy jou gedagtes kan neerskryf.)

- Neem 'n paar oomblikke om stil te word in die Here se teenwoordigheid.
- Dink na oor jou dag se gebeure. Laat die dag soos 'n film voor jou afspeel...
- Waar het jy vandag iets gesien/beleef van die teenwoordigheid van die lewende Here?
- In watter gebeure het jy vandag gesukkel om die teenwoordigheid van God as die lewende Here te sien?
- Praat met die Here oor jou ervarings van die dag.
- Rus vir 'n oomblik sonder woorde in die Here se teenwoordigheid.
- Skryf nou 'n paar gedagtes neer oor jou gebedservaring.

KLEINGROEPBYEENKOMS

Ons ontmoet mekaar

- Wat uit verlede week se nadenke en die erediens het jou veral geraak? Deel dit met mekaar.
- Trevor Hudson vertel in sy boek, *Questions God Asks Us*, van die begrafnis van 'n jong man in sy twintigs wat hy moes behartig. Die man, die nuutste werknemer by sy firma, het verongeluk nadat hy by die kantoorpartytjie ingelyf is deur 'n hele aantal drankies na mekaar te drink. Nie een van sy nuwe kollegas het later die aand verhoed dat hy na die partytjie bestuur nie en hy het op pad huis toe agter die stuurwiel aan die slaap geraak.
- Wat is jou gedagtes en gevoelens wanneer jy so 'n tragiese verhaal hoor? Deel dit met mekaar.

Ons ontmoet God

- Steek 'n kers aan en laat iemand die byeenkoms aan die Here opdra.
- Lees die teksgedeelte (Genesis 4:1-24) van die week saam deur.

Ons deel met mekaar

- Wat val jou in hierdie gedeelte op? Gesels met mekaar hieroor.
- Praat met mekaar oor jou betrokkenheid by en hulp aan ander mense. Hoe stel jy grense in terme van jou verantwoordelikheid teenoor ander?
- Die Evangelie daag ons uit om selfs ons vyande as broers en susters te erken en te hanteer. Hoe daag dit jou uit?
- Op watter maniere en by watter plekke in jou lewe roep God jou op die oomblik om jou verantwoordelikheid teenoor ander op te neem en uit te oefen?

Ons bid saam

- Gebruik hierdie geleentheid om twee-twee saam te bid. Vra die Here om vir julle die plekke te wys waarheen Hy julle roep om julle verantwoordelikheid teenoor ander met liefde en oorgawe uit te leef.

FAMILIEBYEENKOMS TUIS/FAMILIEGROEPE

Fokus op mekaar:

- Kry papier, potlode, skêre en inkleurkryte byderhand.
- Trek die buitelyne van een van elkeen van die gesin se hande op ‘n vel papier.
- Gesels met mekaar oor die verskillende maniere waarop ons ander kan help of versorg en skryf dit in elke hand neer.
- Knip julle hande uit en sit dit teen die yskas vas om julle vir hierdie sewe weke daaraan te herinner.

Fokus op die Woord in ons lewens:

- Laat iemand in die gesin die teksgedeelte (Genesis 4:1-24) hardop lees.
- Laat elke gesinslid deel wat hulle in hierdie gedeelte opval.
- Hoekom dink jy het Kain kwaad geword? Deel dit met mekaar.
- Wat dink julle beteken God se vraag: “Waar is jou broer?”. Hoekom dink julle het God dit vir Kain gevra?
- Wat leer die storie vir ons oor ander mense en die manier waarop die Here wil hê ons teenoor hulle moet optree? Gesels met mekaar hieroor.

Bid saam:

- Gee die geleentheid vir elkeen om te sê waarvoor julle hierdie week vir hulle kan bid.
- Bid dan en vra ook vir die Here om julle te help om ander raak te sien wat julle hulp en versorging nodig het. Moedig mekaar aan om dit wat julle op die hande neergeskryf het, te gaan doen.

SONDAG SE EREDIENS

Wat het die Here tydens vandag se erediens kom bevestig wat jy die afgelope week gehoor het?

Wat het jy nuut gehoor in vandag se erediens?

Waartoe verbind jy jou die week?

NOTAS

Week 3: 10-16 Februarie

Wat Het Jy In Jou Hand?

ONS LEES DIE WEEK

Die verhaal van Moses se roeping by die brandende bos om die Israeliete van slawerny te bevry in Eksodus 4:1-17. Wanneer Moses twyfel en homself bekommer oor die Israeliete se reaksie, antwoord God hom met hierdie vraag: "Wat het jy in jou hand?".

Teksgedeelte(s): Eksodus 4:1-17 (1983-vertaling)

1 Maar toe sê Moses: "Sê nou die Israeliete glo my nie en hulle luister nie na my nie en hulle sê die Here het nie aan my verskyn nie?"

2 Toe vra die Here vir hom: "Wat het jy in jou hand?"

""n Kierie," antwoord Moses.

3 "Gooi die kierie op die grond!" sê die Here vir hom.

Toe hy dit op die grond gooi, word dit 'n slang, en Moses het daarvoor padgegee.

4 Die Here sê toe vir Moses: "Steek jou hand uit en gryp hom aan sy stert."

Moses steek sy hand uit en gryp hom, en skielik word dit weer 'n kierie in sy hand.

5 Toe sê die Here: "Op grond hiervan sal hulle glo dat die Here die God van hulle voorvaders, die God van Abraham, die God van Isak, die God van Jakob, aan jou verskyn het.

6 "Steek nou jou hand in die vou van jou klere!"

Hy steek toe sy hand in en toe hy dit uittrek, was dit melaats, so wit soos sneeu.

7 Hierna sê die Here: "Steek nou weer jou hand in jou klere."

Hy steek toe weer sy hand in en toe hy dit uittrek, was dit gesond.

8 Toe sê die Here: "As hulle jou na die eerste wonderwerk nie geglo het nie en hulle nie daaraan gesteur het nie, behoort hulle jou na hierdie een wel te glo.

9 "As hulle jou ná hierdie twee wonderwerke nog nie glo nie en nie na jou luister nie, moet jy van die Nyl se water vat en op die grond uitgooi. Die water wat jy uit die Nyl gevat het, sal dan op die grond bloed word."

10 Toe sê Moses vir die Here: "Ag, Here, ek kan nie goed praat nie; ek kon nie vroeër nie en ek kan ook nie nou, hier waar U met my

praat nie. Ek praat swaar, en my tong sukkel."

11 Daarna sê die Here vir hom: "Wie het aan die mens 'n mond gegee? Wie maak stom of doof of siende of blind? Is dit nie Ek, die Here, nie? **12** Gaan nou, Ek sal jou help met die praat en jou leer wat jy moet sê."

13 Maar Moses antwoord: "Asseblief tog, Here, stuur liewer iemand anders."

14 Toe word die Here kwaad vir Moses en sê: "Aäron die Leviet is mos jou broer, en Ek weet hy kan sy woord goed doen. Hy is al op pad om jou te ontmoet en hy sal bly wees om jou weer te sien. **15** Praat met hom en sê vir hom wat om te sê. Ek sal by jou wees as jy praat en by hom as hy praat en Ek sal julle leer wat om te doen. **16** Wanneer hy namens jou met die volk praat, is hy jou segsman en jy die een wat hom sy opdragte gee. **17** Hou nou die kierie waarmee jy die tekens moet gaan doen, by jou."

AGTERGROND

In die vorige hoofstuk (Eks. 3) kry ons die aangrypende ontmoeting van Moses met God in die brandende bos. God openbaar Hom as die God van Moses se voorvaders, die God van Abraham, Isak en Jakob – wat die noodkrete van sy volk **hoor**, hulle ellende **sien** en hulle lyding **ter harte neem** en **afkom** om die volk uit die mag van Egipte te bevry.

Die verrassing van hierdie ontmoeting is dat God se "afkom en bevryding" in die roeping van Moses lê: "Ek stuur jou..." (Eks. 3:10). Nadat God egter sy teenwoordigheid aan Moses bevestig het en aan hom gesê het dat hy nie alleen is nie, maak Moses steeds allerhande verskonings om uit hierdie taak te kom: "Ek is nie goed genoeg nie", "Ek het nie genoeg kennis van wie God is nie", "Ek het nie wat nodig is vir hierdie taak nie", "Iemand anders kan dit beter doen...".

Te midde van al Moses se verskonings, antwoord God hom met 'n vraag: "Wat het jy in jou hand?". Met dié vraag wil God Moses laat raaksien dat hy reeds alles in sy hand het om God se roeping te volbring.

PERSOONLIKE STILTETYD

Lees elke dag Eks. 4:1-17 met behulp van die *Lectio Divina*-metode en maak 'n paar aantekeninge oor wat jy in die gedeelte hoor.

Begin die week jou tyd van stilte met hierdie eenvoudige gebed:

Ek is hier Here... (Vertel vir die Here waar jy nou in jou lewe is)

U is hier Here... (Raak bewus van wie die Here is wat by jou is)

Ons is hier saam Here... (Wat beteken dit dat God nou hier in jou "HIER" oomblik saam met jou is?)

Dag 1

Dag 2

Dag 3

Dag 4

Dag 5

Dag 6

PERSOONLIKE GEBED VAN NADENKE AAN DIE EINDE VAN ELKE DAG

(Vir hierdie oefening elke dag kan dit betekenisvol wees om 'n boekie te hê waarin jy jou gedagtes kan neerskryf.)

- Neem 'n paar oomblikke om stil te word in die Here se teenwoordigheid.
- Dink na oor jou dag se gebeure. Laat die dag soos 'n film voor jou afspeel...
- Waar het jy vandag iets gesien/beleef van die teenwoordigheid van die lewende Here?
- In watter gebeure het jy vandag gesukkel om die teenwoordigheid van God as die lewende Here te sien?
- Praat met die Here oor jou ervarings van die dag.
- Rus vir 'n oomblik sonder woorde in die Here se teenwoordigheid.
- Skryf nou 'n paar gedagtes neer oor jou gebedservaring.

KLEINGROEPBYEENKOMS

Ons ontmoet mekaar

- Deel met mekaar iets wat uit verlede week se persoonlike refleksie en erediens by jou gebly het.

Ons ontmoet God

- Steek 'n kers aan en laat iemand die byeenkoms aan die Here opdra.
- Lees Eksodus 4:1-17 asook die agtergrond oor die teks en tema van die week.
- Laat elkeen deel wat hulle in die gedeelte opval.

Ons deel met mekaar

- Watter verskonings maak jy soms om uit dit wat jy moet doen, te kom?
- Gee geleentheid waar elkeen deur die res van die groep bevestig word. Laat elkeen sê watter vermoë/gawe hulle in die betrokke persoon raaksien.
- Elkeen van ons se lewenservarings is ook iets wat ons help om ons roeping uit te leef. Deel een van jou ervarings met die groep.

Ons bid saam

Laat iemand die gedig van Martha Postlewaite as 'n gebed lees terwyl ons almal met ons hande oop sit. Mag ons elkeen ons "lied" vind wat ons moet sing, wetende dat dit wat ek in my hande het, genoeg is om my roeping uit te leef.

Clearing – Martha Postlewaite

Do not try to save
the whole world
or do anything grandiose.
Instead, create
a clearing
in the dense forest
of your life
and wait there
patiently,
until the song that is your life
falls into your own cupped hands
and you recognize and greet it.
Only then will you know
how to give yourself.

FAMILIEBYEENKOMS TUIS/FAMILIEGROEPE

Fokus op mekaar:

- Gee geleentheid dat almal hulle "highs" en "lows" van die dag/ week met mekaar deel.
- Gesinsoefening: *Ons waardeer mekaar*
  - Skryf elke gesinslid se naam op A5-grootte naamkaarte en steek dit met haakspeldjies vas.
  - Sit in 'n kring.
  - Elke gesinslid kry 'n beurt om met sy rug na die gesin te sit, nadat hy/sy hul naamkaartjie oorhandig het aan 'n gesinslid wat kan skryf.
  - Skryf nou voor op die naamkaartjie al die positiewe eienskappe neer waarvan julle van die persoon hou.
  - Die persoon wat met sy rug na die gesin sit, mag nie enige kommentaar lewer oor die positiewe eienskappe wat die gesin opnoem nie. Hy/sy mag net luister.
  - Die heel kleintjies is dikwels 'n bietjie skaam omdat hulle nie weet wat gaan gebeur nie. Dit sal dalk goed wees as die ouers die bal aan die rol sit.
  - Gee die naamkaartjies terug aan die persoon. Dit is dan die volgende gesinslid se kans.

Fokus op die Woord in ons lewens:

- In Eksodus 3 en 4 kry Moses 'n spesiale taak: God stuur hom om sy volk uit die mag van die Egiptenare te bevry waar sy mense as slawe mishandel is. God belowe om by hom te wees, maar Moses het 'n klomp verskonings om nie te gaan nie: "Ek is nie goed genoeg nie, ek ken God goed genoeg nie, ek kan nie eintlik praat voor mense nie...". Dan kom God met 'n vraag na Moses: "Wat het jy in jou hand?" (Eks. 4:2). Met hierdie vraag wou God Moses laat raaksien dat hy alles in sy hand het wat hy nodig het.
- Laat elkeen hardop lees wat die ander op jou kaartjie geskryf het. Ontvang dit as 'n geskenk. Dit is alles wat jy nodig het om waar jy is en beweeg, die wêreld 'n beter plek te maak.

Bid saam:

- Neem mekaar se hande. Laat iemand bid en vra dat die Here ons sal help om raak te sien wat in ons hande is en dat ons elkeen dit sal gebruik om ons roeping uit te leef.

NOTAS

SONDAG SE EREDIENS

Wat het die Here tydens vandag se erediens kom bevestig wat jy die afgelope week gehoor het?

Wat het jy nuut gehoor in vandag se erediens?

Waartoe verbind jy jou die week?

NOTAS

Week 4: 17-23 Februarie

Wie Sê Jy Is Ek?

ONS LEES DIE WEEK

Die belydenis van Petrus wat ons in Matteus 16:13-20 sien. Jesus vra sy dissipels, "Wie, sê die mense, is die Seun van die mens?" en terwyl hulle dit beantwoord, rig Hy dié vraag ook aan hulle, "Maar julle, wie, sê julle, is Ek?".

Teksgedeelte(s): Matteus 16:13-20 (1983-vertaling)
Die belydenis van Petrus

13 Toe Jesus in die streke van Sesarea-Filippi kom, het Hy vir sy dissipels gevra: "Wie, sê die mense, is die Seun van die mens?"

14 Hulle antwoord: "Party sê Johannes die Doper, party Elia, party Jeremia of een van die profete."

15 "Maar julle," het Hy gevra, "wie, sê julle, is Ek?"

16 Simon Petrus het geantwoord: "U is die Christus, die Seun van die lewende God."

17 "Gelukkig is jy, Simon Barjona," het Jesus vir hom gesê, "want dit is nie 'n mens wat dit aan jou geopenbaar het nie, maar my Vader wat in die hemel is. **18** En Ek sê vir jou: Jy is Petrus, en op hierdie rots sal Ek my kerk bou, en die magte van die doderyk sal dit nie oorweldig nie. **19** Ek sal aan jou die sleutels van die koninkryk van die hemel gee, en wat jy op die aarde toesluit, sal in die hemel toegesluit bly; en wat jy op die aarde oopsluit, sal in die hemel oopgesluit bly."

20 Toe het Jesus sy dissipels beveel om vir niemand te sê dat Hy die Christus is nie.

AGTERGROND

Matteus 16:13-20 speel af teen die agtergrond van die Joodse godsdiens van die tyd en die Grieks-Romeinse oorheersing. In die Joodse konteks is geloof dikwels gedefinieer as gehoorsaamheid aan die wet van Moses. Jesus kom egter leef en 'n evangelie verkondig wat in baie opsigte in teenstelling is met hierdie verstaan: Hy leer dat geloof gegrond is op gehoorsaamheid in liefde. Daar was ook 'n verwagting van 'n Messias, maar een wat die volk van Romeinse onderdrukking sou bevry, eerder as om geestelike vernuwing te bring.

Terselfdertyd is die gesprek gevorm deur die Grieks-Romeinse wêreld, waar verskeie gode aanbid is, en waar die keiser self as 'n goddelike figuur vereer is. Geloof in hierdie kultuur het dikwels gehoorsaamheid aan die keiser en die aanbidding van 'n verskeidenheid gode behels. Die streek van Sesarea-Filippi, waar die gesprek plaasvind, was bekend vir sy heidense aanbidding en afgodery.

Te midde van hierdie uiteenlopende wêreldbeskouings vra Jesus vir sy dissipels wie die mense sê Hy is. Dit lei tot Petrus se belydenis dat Jesus die Christus is, die Seun van die lewende God. Hierdie oomblik is 'n keerpunt in die evangelie: Jesus openbaar sy ware identiteit en begin die dissipels voorberei op sy komende lyding en hul toekomstige roeping.

PERSOONLIKE STILTETYD

Lees elke dag Matteus 16:13-20 met behulp van die Lectio Divina-metode en maak 'n paar aantekeninge oor wat jy in die gedeelte hoor.

Begin die week jou tyd van stilte met hierdie eenvoudige gebed:

Ek is hier Here... (Vertel vir die Here waar jy nou in jou lewe is)

U is hier Here... (Raak bewus van wie die Here is wat by jou is)

Ons is hier saam Here... (Wat beteken dit dat God nou hier in jou "HIER" oomblik saam met jou is?)

Dag 1

Dag 2

Dag 3

Dag 4

Dag 5

Dag 6

PERSOONLIKE GEBED VAN NADENKE AAN DIE EINDE VAN ELKE DAG

(Vir hierdie oefening elke dag kan dit betekenisvol wees om 'n boekie te hê waarin jy jou gedagtes kan neerskryf.)

- Neem 'n paar oomblikke om stil te word in die Here se teenwoordigheid.
- Dink na oor jou dag se gebeure. Laat die dag soos 'n film voor jou afspeel...
- Waar het jy vandag iets gesien/beleef van die teenwoordigheid van die lewende Here?
- In watter gebeure het jy vandag gesukkel om die teenwoordigheid van God as die lewende Here te sien?
- Praat met die Here oor jou ervarings van die dag.
- Rus vir 'n oomblik sonder woorde in die Here se teenwoordigheid.
- Skryf nou 'n paar gedagtes neer oor jou gebedservaring.

KLEINGROEPBYEENKOMS

Ons ontmoet mekaar

- Wat uit verlede week se nadenke en die erediens het jou veral geraak? Deel dit met mekaar.
- Laat elke groepslid hulle lewe in basies vier dele (byvoorbeeld: kinderjare, jong volwassene, volwasse, aftrede) opdeel en laat elkeen nadink wie God vir hulle persoonlik in elkeen van die verskillende tye was.

Ons ontmoet God

- Steek 'n kers aan en word vir 'n oomblik saam stil.
- Laat een persoon die skrifgedeelte vir die week (Matteus 16:13-20) hardop lees.
- Die fasiliteerder kan 'n paar kernopmerkings oor die agtergrond van die teks maak.

Ons deel met mekaar

- Wat staan vir jou uit van hierdie Skrifgedeelte? Deel julle eerste indrukke met mekaar.
- Indien Jesus vir jou die vraag "Wie sê jy is Ek?" vra, wat sal jou antwoord nou wees?
- Hoe beïnvloed jou verstaan van wie Jesus is jou lewe en verhoudings waarbinne jy staan?
- Hoe speel jou verstaan van wie Jesus is in jou lewe uit?

Ons bid saam

- Laat elkeen in die groep hulle gebedsbehoeftes met mekaar deel en gee geleentheid vir gebed.

FAMILIEBYEENKOMS TUIS/FAMILIEGROEPE

Fokus op mekaar

- Laat die gesin saam gesels oor hoe julle saam 'n ander lid van die gesin aan vreemde mense sal voorstel. Byvoorbeeld, hoe sou die gesin vir pappa aan onbekende mense voorstel? Wie is pappa? Laat die res van die gesin met mekaar praat en vertel hoe hulle vir ander sal verduidelik wie pappa is. Doen dit met elke gesinslid.

Fokus op die Woord in ons lewens

- Laat een lid van die gesin 'n kers aansteek as 'n simbool van God se teenwoordigheid.
- Lees nou as gesin Matteus 16:13-20 hardop saam deur.
- Laat elkeen in die gesin nou deel wie Jesus vir hulle is en ook sê hoekom dit van Jesus vir hulle uitstaan.
- Ons kan mekaar aan vreemde mense voorstel, omdat ons mekaar so goed ken en saam leef. Hoe kan ons as individue, maar ook as gesin, Jesus beter leer ken sodat ons ook Hom saam beter kan ken?

Bid saam

- Gee die geleentheid vir elkeen om te sê waarvoor julle hierdie week vir hulle kan bid en bid dan saam vir mekaar.

NOTAS

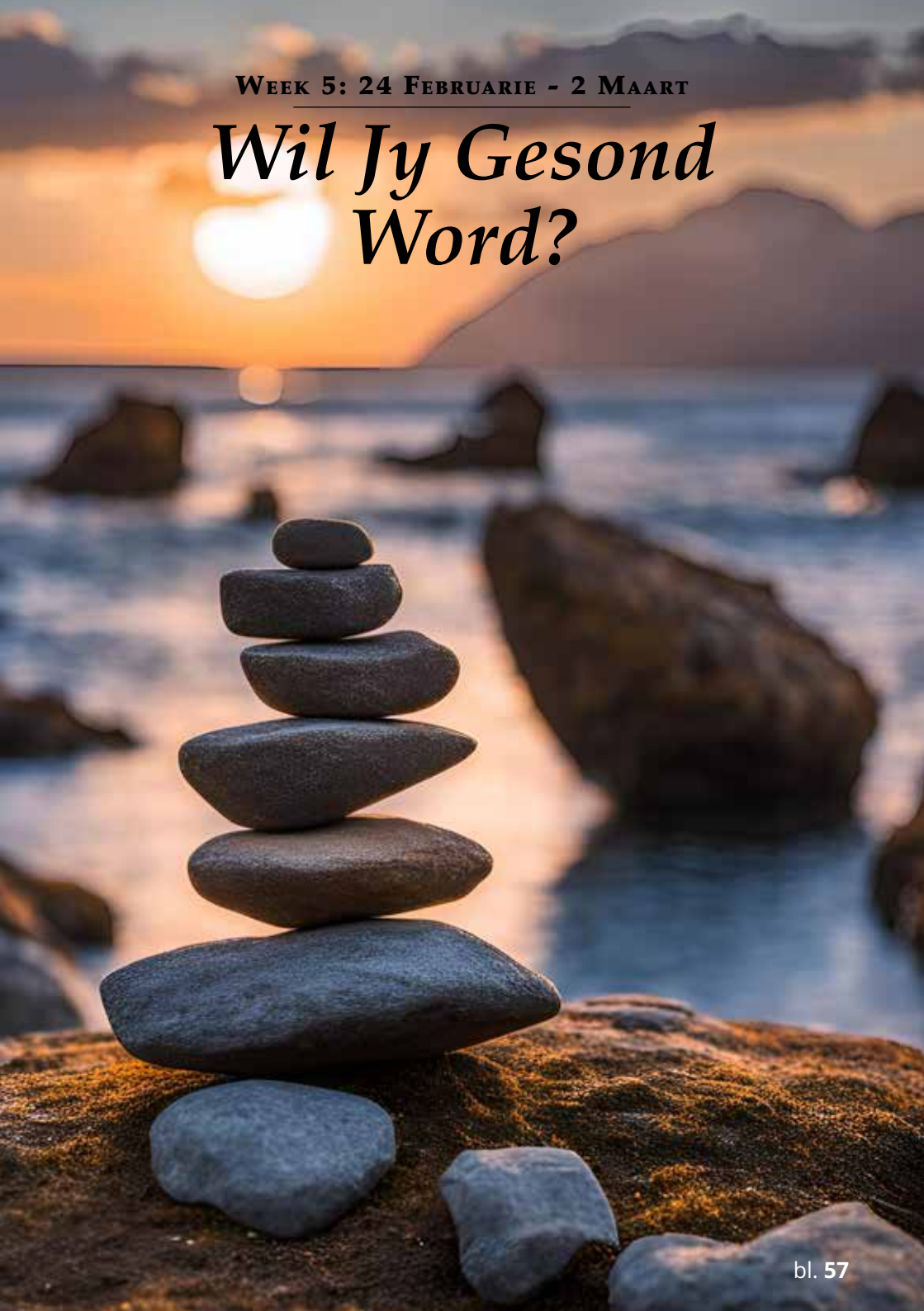
SONDAG SE EREDIENS

Wat het die Here tydens vandag se erediens kom bevestig wat jy die afgelope week gehoor het?

Wat het jy nuut gehoor in vandag se erediens?

Waartoe verbind jy jou die week?

NOTAS



Week 5: 24 Februarie - 2 Maart

Wil Jy Gesond Word?

ONS LEES DIE WEEK

Johannes 5:5-11 waar Jesus 'n man wat 38 jaar lank siek was by die bad van Betesda genees. Hy doen dit deur eers die man die volgende vraag te vra: "Wil jy gesond word?" Jesus sê dan vir hom om sy mat op te tel en te loop, wat die man dadelik doen. Hierdie wonderwerk vind plaas op die Sabbat, wat aanleiding gee tot konflik met die Joodse leiers oor die nakoming van die wet.

Teksgedeelte(s): Johannes 5:5-11

5 Onder hulle was daar 'n sekere man wat al ag en dertig jaar lank siek was. **6** Jesus het hom sien lê en het geweet dat hy al baie lank siek was. Toe vra Hy vir hom: "Wil jy gesond word?"

7 Die sieke het Hom geantwoord: "Meneer, ek het niemand om my in die bad te sit as die water in beweging kom nie; en terwyl ek aansukkel, gaan iemand anders voor my in."

8 Jesus sê toe vir hom: "Staan op, tel jou goed op en loop."

9 Oombliklik het die man gesond geword, sy goed opgetel en geloop.

Dit was 'n sabbatdag. **10** Die Jode sê toe vir die man wat genees is: "Dit is 'n sabbatdag; jy mag nie jou goed dra nie."

11 Maar hy antwoord hulle: "Die man wat my gesond gemaak het, het vir my gesê: Tel jou goed op en loop."

AGTERGROND

In hierdie genesingsverhaal in die vyfde hoofstuk van Johannes kry ons te doen met wonderlike nuus: God wil ons genees. Ons sien egter ook 'n belangrike aspek wat hierdie vryheid vergesel: die bereidheid om 'n reis van verandering, risiko en gehoorsaamheid aan te pak. Op 'n sabbatdag het Jesus na die bad van Betesda in Jerusalem gegaan. Daar het siekes, blindes en lammes bymekaargekom in die hoop op 'n wondergenesing. Jesus het 'n verlamde man opgemerk wat al agt-en-dertig jaar daar gelê het. Maar in plaas daarvan om hom onmiddellik te genees, soos Hy met so baie ander gedoen het, vra Jesus hom: "Wil jy gesond word?".

Dit is dieselfde vraag wat God aan ons stel wanneer ons op een of ander manier verlam voel: "Wil ons regtig gesond word?". Dit is 'n onverwagse, uitdagende en uitlokkende vraag. Dit trek onmiddellik ons aandag. Wil ons *regtig* anderkant verlamming leef?

Hierdie vraag rig ons aandag op die vryheid wat Jesus vir ons aanbied, dit daag ons uit om dit werklik aan te gryp (om te antwoord op sy vraag) en dit wys vir ons dat daar ook 'n risiko is om hieraan gehoorsaam te wees (om te doen wat van ons gevra word sonder om werklik te weet of die belofte van vryheid bewaarheid sal word of nie).

PERSOONLIKE STILTETYD

Lees elke dag Johannes 5:5-11 met behulp van die Lectio Divina-metode en maak 'n paar aantekeninge oor wat jy in die gedeelte hoor.

Begin die week jou tyd van stilte met hierdie eenvoudige gebed:

Ek is hier Here... (Vertel vir die Here waar jy nou in jou lewe is)

U is hier Here... (Raak bewus van wie die Here is wat by jou is)

Ons is hier saam Here... (Wat beteken dit dat God nou hier in jou "HIER" oomblik saam met jou is?)

Dag 1

Dag 2

Dag 3

Dag 4

Dag 5

Dag 6

PERSOONLIKE GEBED VAN NADENKE AAN DIE EINDE VAN ELKE DAG

(Vir hierdie oefening elke dag kan dit betekenisvol wees om 'n boekie te hê waarin jy jou gedagtes kan neerskryf.)

- Neem 'n paar oomblikke om stil te word in die Here se teenwoordigheid.
- Dink na oor jou dag se gebeure. Laat die dag soos 'n film voor jou afspeel...
- Waar het jy vandag iets gesien/beleef van die teenwoordigheid van die lewende Here?
- In watter gebeure het jy vandag gesukkel om die teenwoordigheid van God as die lewende Here te sien?
- Praat met die Here oor jou ervarings van die dag.
- Rus vir 'n oomblik sonder woorde in die Here se teenwoordigheid.
- Skryf nou 'n paar gedagtes neer oor jou gebedservaring.

KLEINGROEPBYEENKOMS

Ons ontmoet mekaar

- Wat uit verlede week se nadenke en die erediens het jou veral geraak? Deel dit met mekaar.
- Watter een van die vrae waarby ons die afgelope vier weke stilgestaan het, het jou al die meeste uitgedaag? Hoekom?

Ons ontmoet God

- Steek 'n kers aan en laat iemand die byeenkoms aan die Here opdra.
- Lees die teksgedeelte (Johannes 5:5-11) van die week saam deur.

Ons deel met mekaar

- Wat val jou in hierdie gedeelte op? Gesels met mekaar hieroor.
- Beskryf een vryheid wat God in jou lewe en verhoudings gebring het. Hoe is hierdie geskenk van vryheid aan jou gegee?
- Deel met mekaar: Waar ervaar jy tans "verlamming" (of "vasgevangheid")? Wat voel jy sê die opgestane Christus vir jou met betrekking tot hierdie spesifieke verlamming?

Ons bid saam

- Bid as groep die volgende gebed saam: Hier is ek, Here – skenk aan my die vryheid wat U bied, genees my plekke van verlamming, en lei my om dapper in U roeping te wandel.

FAMILIEBYEENKOMS TUIS/FAMILIEGROEPE

Fokus op mekaar:

- Gee vir elke familielid 'n stuk papier en vra hulle om 'n eenvoudige "bad van Betesda" te teken ('n vierkant of sirkel wat water voorstel).
- Aan een kant van die bad, skryf of teken iets wat julle vasgevang laat voel (byvoorbeeld 'n probleem, 'n vrees, of 'n gewoonte).
- Aan die ander kant, skryf of teken hoe julle dink genesing of vryheid in daardie area sal lyk.
- Gesels met mekaar oor wat julle geteken/geskryf het.

Fokus op die Woord in ons lewens:

- Laat iemand in die gesin die teksgedeelte (Johannes 5:5-11) hardop lees.
- Laat elke gesinslid deel wat hulle in hierdie gedeelte opval.
- Wat is iets in jou lewe wat jou laat voel dat jy "vasgevang" is, nes die man by die bad van Betesda? Hoe kan jy Jesus vir genesing vra?
- Toe Jesus die verlamde man gevra het "Wil jy gesond word?," het Hy oor meer as net die man se fisiese genesing gepraat. Wat beteken dit? Gesels met mekaar hieroor.
- In die verhaal moes die man aksie neem deur op te staan en te loop. Hoe kan julle as gesin in geloof aksie neem?

Bid saam:

- Gee die geleentheid vir elkeen om te sê waarvoor julle hierdie week vir hulle kan bid.
- Bid dan en vra ook vir die Here om julle te help om julle behoeftes aan God bekend te maak en te vertrou dat Hy ook daarin wil voorsien. Vra God om julle as gesin te lei om Sy roeping elke dag dapper uit te leef.

NOTAS

SONDAG SE EREDIENS

Wat het die Here tydens vandag se erediens kom bevestig wat jy die afgelope week gehoor het?

Wat het jy nuut gehoor in vandag se erediens?

Waartoe verbind jy jou die week?

NOTAS

Week 6: 3 - 9 Maart

Waarom Huil Jy?

ONS LEES DIE WEEK

Die verhaal van die ontmoeting tussen Jesus en Maria na sy opstanding waarvan ons in Johannes 20:11-18 lees. Die eerste woorde wat Jesus aan haar sê is: "Mevrou, waarom huil jy? Vir wie soek jy?".

Teksgedeelte(s): Johannes 20:11-18 (1983-vertaling)

Jesus verskyn aan Maria Magdalena

11 Maar Maria het buite by die graf bly staan en huil. Terwyl sy huil, het sy vooroor gebuk om in die graf in te kyk. **12** Toe sien sy twee engele met wit klere aan daar sit waar die liggaam van Jesus gelê het, een waar die kop en een waar die voete was. **13** Hulle vra toe vir haar: "Mevrou, waarom huil jy?"

Sy antwoord hulle: "Omdat hulle my Here weggevat het en ek nie weet waar hulle Hom nou begrawe het nie."

14 Nadat sy dit gesê het, het sy omgedraai en vir Jesus daar sien staan, maar sy het nie geweet dat dit Hy is nie. **15** Jesus vra haar toe: "Mevrou, waarom huil jy? Vir wie soek jy?"

Sy het gedink dit is die tuinopsigter, en sy het vir hom gesê: "Meneer, as u Hom weggevat het, sê vir my waar u Hom begrawe het, en ek sal Hom daar gaan haal."

16 Jesus het vir haar gesê: "Maria!"

Sy draai na Hom toe en sê in Hebreeus vir Hom: "Rabboeni!" Dit beteken leermeester.

17 Jesus sê toe vir haar: "Moet My nie vashou nie, want Ek het nog nie na die Vader toe opgevaar nie. Maar gaan na my broers toe en sê vir hulle: 'Ek vaar op na my Vader toe, wat ook julle Vader is, na my God, wat ook julle God is.' "

18 Maria Magdalena het toe vir die dissipels gaan sê: "Ek het die Here gesien!" En sy het ook vertel wat Hy vir haar gesê het.

AGTERGROND

Maria Magdalena, aan wie Jesus verskyn het, was Maria van Magdala, 'n klein kusdorpie langs die See van Galilea. Sy was 'n vrou uit wie Jesus sewe duiwels uitgedryf het, waarna sy Hom getrou begin volg het. In die patriargale samelewing van die tyd was sy ongetroud en waarskynlik 'n naamlose figuur sonder aansien. Daar word vermoed dat sy moontlik die vrou was wat Jesus met duur nardusolie gesalf het, as teken van haar liefde en oorgawe.

Maria was een van die min volgelinge wat Jesus tot by die kruis gevolg het en daar was toe Hy gesterf het. Sy het waarskynlik speserye gaan koop om sy liggaam ná sy dood te balsem en was die eerste persoon aan wie Jesus ná sy opstanding verskyn het.

Maria het die graf besoek in die vroeë oggendure terwyl dit nog donker was, moontlik om gevaar te vermy. Sulke besoeke was riskant, aangesien die Romeinse soldate streng toesig gehou het oor die graf en besoekers van gekruisigdes soms self gestraf is. Tog het Maria, gedryf deur haar liefde en toewyding, geen vrees getoon nie.

By die graf het Jesus haar ontmoet en met respek aangespreek: "Mevrou, waarom huil jy? Vir wie soek jy?". Hierdie woord "Mevrou" weerspieël Jesus se deernis en respek, selfs vir 'n vrou wat die samelewing gering geag het. Hy erken haar hartseer en verlies en sien haar volle menswees raak. Maria se ontmoeting met die opgestane Jesus is 'n diep simboliese oomblik van herstel en waardigheid.

PERSOONLIKE STILTETYD

Lees elke dag Johannes 20:11-18 met behulp van die Lectio Divina-metode en maak 'n paar aantekeninge oor wat jy in die gedeelte hoor. Dink die week veral na oor wat jou op die stadium laat huil en hartseer maak.

Begin jou tyd van stilte met hierdie eenvoudige gebed:

Ek is hier Here... (Vertel vir die Here waar jy nou in jou lewe is)

U is hier Here... (Raak bewus van wie die Here is wat by jou is)

Ons is hier saam Here... (Wat beteken dit dat God nou hier in jou "HIER" oomblik saam met jou is?)

Dag 1

Dag 2

Dag 3

Dag 4

Dag 5

Dag 6

PERSOONLIKE GEBED VAN NADENKE AAN DIE EINDE VAN ELKE DAG

(Vir hierdie oefening elke dag kan dit betekenisvol wees om 'n boekie te hê waarin jy jou gedagtes kan neerskryf.)

- Neem 'n paar oomblikke om stil te word in die Here se teenwoordigheid.
- Dink na oor jou dag se gebeure. Laat die dag soos 'n film voor jou afspeel...
- Waar het jy vandag iets gesien/beleef van die teenwoordigheid van die lewende Here?
- In watter gebeure het jy vandag gesukkel om die teenwoordigheid van God as die lewende Here te sien?
- Praat met die Here oor jou ervarings van die dag.
- Rus vir 'n oomblik sonder woorde in die Here se teenwoordigheid.
- Skryf nou 'n paar gedagtes neer oor jou gebedservaring.

KLEINGROEPBYEENKOMS

Ons ontmoet mekaar

- Wat uit verlede week se nadenke en die erediens het jou veral geraak? Deel dit met mekaar.
- Wat is daar wat jou tans in die lewe hartseer en ongelukkig maak? Deel dit met mekaar.

Ons ontmoet God

- Steek 'n kers aan en word vir 'n oomblik saam stil.
- Laat een persoon die skrifgedeelte vir die week (Johannes 20:11-18) hardop lees.
- Die fasiliteerder kan 'n paar kernopmerkings oor die agtergrond van die teks maak.
- Gee geleentheid dat elkeen ook op hulle eie die gedeelte weer rustig deurlees.

Ons deel met mekaar

- Wat maak hierdie Skrifgedeelte by jou wakker?
- Wat doen hartseer en trane aan jou? Hoe gemaklik is jy om jou eie hartseer en broosheid te wys?
- Op watter manier kan jy dalk identifiseer met Maria se trane buite die graf?
- Waar het jy al beleef dat iemand in jou hartseer na jou toe kom en jy die ervaring het dat jy raakgesien word in jou seer en hartseer? Wat het dit aan jou gedoen?
- Waar het jy al die ervaring gehad dat jou trane van hartseer verander in trane van vreugde en dankbaarheid? Deel dit met mekaar.

Ons bid saam

- Deel twee-twee met mekaar dit wat jou tans hartseer maak en bid vir mekaar.

FAMILIEBYEENKOMS TUIS/FAMILIEGROEPE

Fokus op mekaar

- Laat elke gesinslid deel wat hulle tans bly en opgewonde maak en wat hulle hartseer maak.
- Deel met mekaar hoe elke gesinslid nodig het om getroos of ondersteun te word. M.a.w. "Hoe wil ek graag getroos word?". Ons almal verskil van mekaar.

Fokus op die Woord in ons lewens

- Laat een lid van die gesin 'n kers op die tafel aansteek as 'n simbool van God se teenwoordigheid.
- Een van die volwassenes kan meer agtergrond oor die Skrifgedeelte gee voordat julle as gesin Johannes 20:11-18 lees.
- Laat elke gesinslid deel wat hulle opval in die teksgedeelte.
- Wat sien ons in die wyse waarop Jesus met Maria praat? Wat leer ons hieruit oor Jesus se omgee en troos vir mense?
- Laat die gesin nou ook deel hoe ons mekaar as gesin beter kan ondersteun in tye wat ons hartseer beleef.
- Dink as gesin saam aan iemand waarvan julle bewus is wat in die tyd hartseer is en swaarkry. Gesels oor hoe die gesin prakties kan help of troos.

Bid saam

- Laat elke gesinslid hulle eie gebedsbehoeftes deel, bid vir mekaar en ook vir ander wat swaarkry of hartseer is.

NOTAS

SONDAG SE EREDIENS

Wat het die Here tydens vandag se erediens kom bevestig wat jy die afgelope week gehoor het?

Wat het jy nuut gehoor in vandag se erediens?

Waartoe verbind jy jou die week?

NOTAS

Week 7: 10 - 16 Maart

Verstaan Jy Wat Ek Vir Jou Gedoen Het?

ONS LEES DIE WEEK

Die verhaal van Jesus wat sy dissipels se voete as 'n daad van nederigheid en liefde was (Johannes 13:1-20). Dit is 'n oomblik wat hulle leer om mekaar op dieselfde wyse te dien. Hy wys daarop dat ware leierskap en dissipelskap in diensbaarheid lê, en dat hulle sy voorbeeld moet volg. Hy stel aan hulle die vraag: "Verstaan julle wat Ek vir julle gedoen het?".

Teksgedeelte(s): Johannes 13:1-20 (1983-vertaling)

Jesus was die voete van sy dissipels

1 Voor die viering van die paasfees het Jesus reeds geweet dat die tyd vir Hom gekom het om van hierdie wêreld af na die Vader oor te gaan. Hy het sy eie mense wat in die wêreld is, liefgehad, Hy het hulle tot die uiterste toe liefgehad.

2 Jesus en sy dissipels was aan tafel. Die duiwel het toe al klaar vir Judas seun van Simon Iskariot op die gedagte gebring om Jesus te verraai. **3** Jesus het geweet dat die Vader alles in sy hande gegee het en dat Hy van God gekom het en na God teruggaan. **4** Toe het Hy van die tafel af opgestaan, sy bokleed uitgetrek en 'n handdoek gevat en om Hom vasgemaak. **5** Daarna het Hy water in 'n wasskottel gegooi en begin om sy dissipels se voete te was en dit dan af te droog met die handdoek wat Hy omgehad het.

6 Toe Hy by Simon Petrus kom, vra dié vir Hom: "Here, gaan Ú mý voete was?"

7 En Jesus antwoord hom: "Wat Ek doen, begryp jy nie nóú nie, maar later sal jy dit verstaan."

8 Maar Petrus sê vir Hom: "U sal in alle ewigheid nooit my voete was nie!"

Daarop sê Jesus vir hom: "As Ek jou nie was nie, het jy nie deel aan My nie."

9 Simon Petrus sê toe vir Hom: "Here, dan nie net my voete nie, maar ook my hande en my gesig."

10 En Jesus sê vir hom: "Hy wat klaar gebad het, is heeltemal skoon; hy hoef later niks meer as sy voete te was nie. En julle is nou skoon, maar nie almal nie."

11 Jesus het geweet wie Hom sou verraai; daarom het Hy gesê: "Julle is nie almal skoon nie."

12 Toe Hy hulle voete klaar gewas

en sy bokleed aangetrek het en weer aangesit het, sê Hy vir hulle: "Verstaan julle wat Ek vir julle gedoen het? **13** Julle noem My julle Leermeester en Here, en julle is reg, want Ek is dit. **14** As Ek, wat julle Here en julle Leermeester is, dan julle voete gewas het, behoort julle ook mekaar se voete te was. **15** Ek het vir julle 'n voorbeeld gestel, en soos Ek vir julle gedoen het, moet julle ook doen. **16** Dít verseker Ek julle: 'n Slaaf is nie belangriker as sy eienaar nie, en 'n gesant ook nie belangriker as die een wat hom gestuur het nie. **17** Julle weet dit nou; gelukkig is julle as julle dit ook doen."

Jesus wys sy verraaier aan

18 "Ek praat nie van julle almal nie; Ek weet wie Ek uitgekies het. Maar die Skrif moet vervul word: 'Hy wat van my brood eet, het My in die rug gesteek.' **19** Ek sê dit nou al vir julle voordat dit gebeur, sodat wanneer dit gebeur, julle kan glo dat Ek is wat Ek is. **20** Dit verseker Ek julle: Wie iemand ontvang wat Ek stuur, ontvang My; en wie My ontvang, ontvang Hom wat My gestuur het."

AGTERGROND

In Johannes 13 is Jesus saam met sy dissipels aan tafel, net voor Paasfees, in die laaste week van Sy lewe. Voetewas was deel van die ritueel, omdat mense gewoonlik te voet gereis het op stofpaaie met oop sandale. Die dissipels sou waarskynlik gewonder het wie die taak sou verrig, want dit was tipies die werk van 'n diensslaaf. Maar toe almal sit, staan Jesus op, trek Sy bokleed uit, bind 'n handdoek om, neem 'n skottel en begin die dissipels se voete was – iets wat geen een van hulle bereid sou wees om te doen nie. Wanneer Jesus by Petrus kom, weier hy dit heeltemal, en Jesus antwoord: "As Ek nie jou voete was nie, het jy nie deel aan My nie...".

Wanneer Jesus klaar is, vra Hy: "Verstaan julle wat Ek vir julle gedoen het?". In die klimaks van die dissipels se indiensopleiding is hierdie 'n diep betekenisvolle oomblik saam met Jesus. Hy keer die tradisionele siening van leierskap en outoriteit om en leer hulle 'n nuwe manier van dien: "Volg My voorbeeld." Die Griekse woord vir "voorbeeld" hier is "patroon", wat na 'n model of patroon in naaldwerk verwys – iets om na te volg en in te pas.

PERSOONLIKE STILTETYD

Lees elke dag Johannes 13:1-20 met behulp van die *Lectio Divina*-metode en maak 'n paar aantekeninge oor wat jy in die gedeelte hoor.

Gebed voor elke tyd van stilte die week:

Ek is hier Here... (Vertel vir die Here waar jy nou in jou lewe is)

U is hier Here... (Raak bewus van die Here se teenwoordigheid)

Ons is hier saam Here... (Raak bewus van die res van die geloofsgemeenskap wat saam met jou stilraak met hierdie teks die week)

Dag 1

Dag 2

Dag 3

Dag 4

Dag 5

Dag 6

PERSOONLIKE GEBED VAN NADENKE AAN DIE EINDE VAN ELKE DAG

(Vir hierdie oefening elke dag kan dit betekenisvol wees om 'n boekie te hê waarin jy jou gedagtes kan neerskryf.)

- Neem 'n paar oomblikke om stil te word in die Here se teenwoordigheid.
- Dink na oor jou dag se gebeure. Laat die dag soos 'n film voor jou afspeel...
- Waar het jy vandag iets gesien/beleef van die teenwoordigheid van die lewende Here?
- In watter gebeure het jy vandag gesukkel om die teenwoordigheid van God as die lewende Here te sien?
- Praat met die Here oor jou ervarings van die dag.
- Rus vir 'n oomblik sonder woorde in die Here se teenwoordigheid.
- Skryf nou 'n paar gedagtes neer oor jou gebedservaring.

KLEINGROEPBYEENKOMS

Ons ontmoet mekaar

- Deel met mekaar iets wat uit verlede week se persoonlike refleksie en erediens by jou gebly het.

Ons ontmoet God

- Steek 'n kers aan en laat iemand die byeenkoms aan die Here opdra.
- Lees Johannes 13:1-20 asook die agtergrond oor die teks en tema van die week.
- Laat elkeen deel wat hulle in die gedeelte opval.

Ons deel met mekaar

- Deel vir elkeen 'n afdruk van Sieder Köder se skildery getiteld "The Washing of Feet" uit (dit is beskikbaar op Google Images). Let op die detail – Petrus sit sy een hand op Jesus se skouer en met die ander hand een keer hy. Deel met mekaar wat julle sien en watter emosie in die skildery is.
- "Volg my patroon." Wat beteken dit as Jesus dit sê?
- Die Australiese digter Michael Leunig bid iewers 'n kort gebed: "We pray for another way of being: another way of knowing." Hy sluit dit af met: "God lead us to the slow path; the joyous insights of the pilgrim; another way of knowing: another way of being." Met Jesus se vraag, "Verstaan julle wat Ek gedoen het?", kom wys Hy 'n alternatiewe pad, een van diensbaarheid. Hoe sal dit uitspeel in die omgewing waarin jy jou bevind?

Ons bid saam

- Gee 'n oomblik van stilte waarin jy jouself inleef in hierdie verhaal saam Jesus en sy dissipels aan tafel.
- Bid dan saam*:* Here, gee ons die genade om U patroon te volg. Amen.

FAMILIEBYEENKOMS TUIS/FAMILIEGROEPE

Fokus op mekaar:

- Gee geleentheid dat almal hulle hoogtepunte en laagtepunte van die dag met mekaar deel.
- Gesinsoefening: Voetewas
  - Sit voor die tyd 'n skottel met lou water, seep en 'n handdoek reg.
  - Sit in 'n sirkel – almal trek hulle skoene en sokkies uit.
  - Was twee-twee mekaar se voete en droog dit af. Sit stil totdat almal 'n kans gehad het.
  - Deel met mekaar hoe dit gevoel het om die ander een se voete te was. Sê ook hoe jy gevoel het toe jóú voete gewas is.

Fokus op die Woord in ons lewens:

- Laat iemand in die gesin die verhaal van Johannes 13:1-20 vertel.
- Kyk ook saam na die skildery van Sieder Köder ("The Washing of Feet") en deel met mekaar wat julle daar sien.
- Probeer Jesus se vraag beantwoord: "Verstaan julle wat Ek gedoen het?"
- Hoe sal dit in ons gesin lyk as ons Jesus se "patroon", sy voorbeeld, volg?

Bid saam:

- Neem mekaar se hande en bid saam: Here, leer ons om soos U lief te hê en U voorbeeld te volg. AMEN

SONDAG SE EREDIENS

Wat het die Here tydens vandag se erediens kom bevestig wat jy die afgelope week gehoor het?

Wat het jy nuut gehoor in vandag se erediens?

Waartoe verbind jy jou die week?

MOEDERKERK
KRUISKERK