



Dankfees, 5 September 2021: Efesiërs 5

Inleidend

Met hierdie week se dankfees en Paulus se brief aan die gemeente in Efese in Efesiërs 5, word ons die week weer genooi om dieper te dink oor dankbaarheid.

Ek onthou uit my kinderdae hoe my ouers dikwels vir my gesê het, “sê dankie” en “wees dankbaar” en wanneer ek by maats gekuier het en weer tuis gekom het altyd seker gemaak het, “het jy mooi dankie gesê?” Dankbaarheid was bietjie iets wat gevoel het soos ‘n morele plig en ek het dikwels gevoel dit was iets wat effe geforseerd na my gekom het. Dit was immers die teken van goeie maniere.

Paulus en Efesiërs 5

Paulus ag dankbaarheid baie hoog. In Ef. 5:20 lees ons hoe hy die lesers aanmoedig met die woorde: “*Dank God die Vader altyd oor alles....*” Hy nooi die lesers uit om verstandig te leef en nie dwaas te leef nie. Ef. 5:15 “*Wees baie versigtig hoe julle lewe, nie soos onverstandige mense nie,*

maar soos verstandiges.” Hy word dan baie prakties oor die verskil tussen verstandige en onverstandige mense. Verstandige mense leef nie onsedelik nie is nie gierig nie, praat nie vuil taal en growwe stories nie, drink hulle nie dronk en leef met al die gevolge daarvan nie, maar 2 keer maak Paulus dit duidelik dat verstandige mense leef dankbaar. Ons lees in vers 5 waar hy sê; “*dank aan God pas by julle*” en vers 20 dan....” *dank God die Vader altyd oor alles in die Naam van ons Here Jesus Christus.*” Verstandige mense leef met dankbaarheid.

Navorsing wys:

- Dankbaarheid verbeter mense se fisiese gesondheid.
- Dankbaarheid verbeter mense se psigologiese gesondheid.
- Dankbaarheid verbeter jou hele self-verstaan.
- Dankbaarheid verbeter jou algemene verstandelike gesondheid.

“Dank God die Vader altyd oor alles...”

Ons hoor dit eggo deur Paulus se brief, ons hoor dat navorsing sê dat dankbaarheid mense verander, gesonder maak... maar dankbaar oor alles? Is dit nie tóg geforseerd wanneer die omstandighede om my en in my lewe my bedruk en moedeloos laat nie? Hoe vier ons dankfees en wat beteken Dankfees 2021 in ‘n tyd van ‘n wêreld pandemie, in ‘n tyd van groot verliese?

Wat leer ons?

- Paulus skryf die brief vanuit die tronk aan klein gemeentes wat self sukkel om in die wêreld van hulle tyd te leef en te oorleef. Die dankbaarheid waarvan Paulus praat is nie dankbaarheid as gevolg van die omstandighede nie. Die dankbaarheid waarvan Paulus praat kom van ‘n veel dieper plek. Ware dankbaarheid kom van die plek waar mense beseft dat God, die God van hemel en aarde, hierdie God jou lief het en jou sy kind noem en met jou in ‘n intieme persoonlike verhouding elke dag wil leef. Dit is die BRON van dankbaarheid!!!!

- Ons hoor dit in Efesiërs 5:1-2 so duidelik: *“Omdat julle kinders van God is en Hy julle lief het, moet julle sy voorbeeld volg. Lewe in liefde, soos Christus ons ook liefgehad het en om ons ontwil sy lewe as ‘n*

offergawe gegee het, ja ‘n offer wat vir God aanneemlik was.”

- Ware dankbaarheid kom van die kennis en geloof dat God my persoonlik lief het. En hierdie kennis en weet, skuif dankbaarheid van dit wat ek het en wat met my gebeur en van wie ek is na dit wat vrylik aan elke mens geskenk word. Dit is ‘n ervaring van God se eindelose en volgehoue liefde en versorging in beide die goeie en slegte tye, in die wonderlike momente van ons lewens, maar ook in die doodgewone van elke dag. Dit is nie so maklik om altyd vas te hou nie. Swaarkry en teleurstellings en pyn en verlies kan ons maklik laat twyfel hierin - in God se trou en sorg en liefde.

Ek het geleer dat dankbaarheid soos ‘n plant in my is wat daaglik water benodig. Ek het nodig om daaglik gevoed te word met God se trou en liefde, want die wind en weer van hierdie wêreld kan dankbaarheid in my maklik uitdroog en verdor. Ek het gewoontes en praktyke nodig wat daaglik dankbaarheid in my kom voed en natgooi, sodat dit kan bly groei. Die dankbaarheidsjoernaal is ‘n praktiese gewoonte wat my hiermee help.

- Dankbaarheid verander nie die wêreld om my nie, maar dit verander my en my perspektief daarop.

Dankbaarheid word dan die lens waardeur ek na alles kyk en dit verander hoe ek sien.

- As jy net dankbaar is vir die groot wonders, groot oomblikke en groot geskenke word jy 'n verslaafde van die verbruikersmentaliteit van meer en meer en nog en nog. Maar wanneer dankbaarheid verweef word met die grein van jou menswees dan eet jy 'n snytjie brood asof dit 'n feesmaal is.

“Gratitude unlocks the fullness of life. It turns what we have into enough, and more. It turns denial into acceptance, chaos to order, confusion to clarity. It can turn a meal into a feast, a house into a home, a stranger into a friend. Gratitude makes sense of our past, brings peace for today and creates a vision for tomorrow.”

-Melody Beady

Vir Kleingroepe

Ons ontmoet mekaar

Deel met mekaar dít waaroor jy dankbaar is in die afgelope tyd.

Ons ontmoet God

Laat een persoon 'n kers aansteek en dank die Here saam vir ons eie stories van dankbaarheid

Ons deel met mekaar

- Lees Ef 5:1-20 saam....
- Laat elkeen deel wat hulle in die gedeelte hoor.

- Let op dat Paulus twee keer die mense aanmoedig tot dankbaarheid in Ef 5:5 en vers 20.

- Praat met mekaar oor hoe ons dankbaarheid verstaan in 'n tyd wat ons omstandighede ons eintlik kan oorweldig. Bespreek ook die aanhalings:

- *“Gratitude unlocks the fullness of life. It turns what we have into enough, and more. It turns denial into acceptance, chaos to order, confusion to clarity. It can turn a meal into a feast, a house into a home, a stranger into a friend. Gratitude makes sense of our past, brings peace for today and creates a vision for tomorrow.”*

-Melody Beady

- Moedig mekaar aan om in die volgende maand elke dag 'n dankbaarheidsjoernaal te hou deur elke dag 5 goed neer te skryf waarvoor jy dankbaar is.

Ons bid saam

Sorg dat daar genoeg “tealight candles” is en laat elke persoon 'n kersie aansteek en die Here dank vir iets.