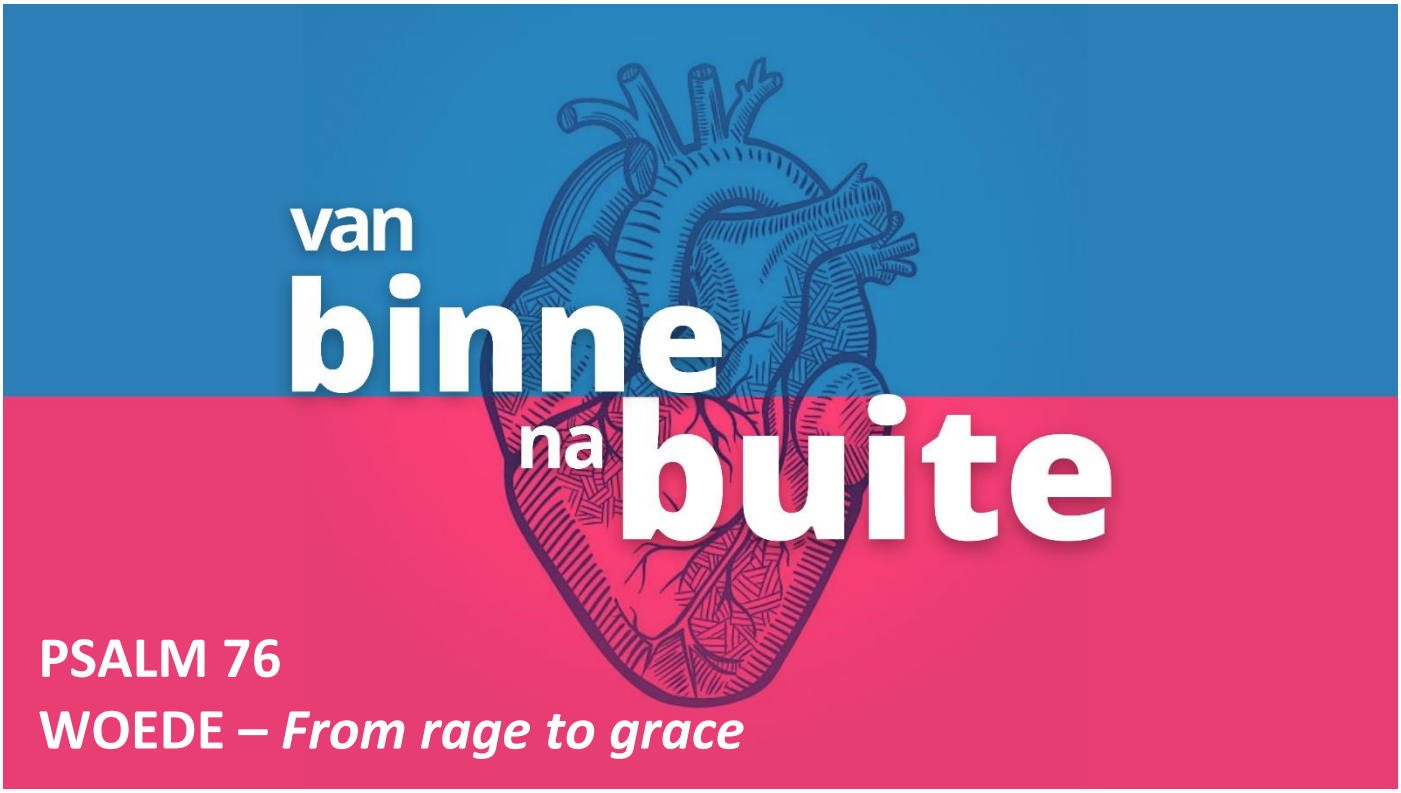

PSALM 76
WOEDE – *From rage to grace*

Inleiding:
Daar is glo net 2 soorte mense op aarde: diegene wat kwaad is en diegene wat nog gaan kwaad word. Woede is ’n universele emosie en in SA leef ons in ’n uiters gewelddadige samelewing.

- Die Global Peace Indeks sê omdat woede jaarliks toeneem gaan ons ook meer strate toe en daarom het oproer, stakings, onluste en teen regerings protes met 244% toegeneem.
- Dink verder ook aan gender gebaseerde woede, gesinswoede, persoonlike woede, plaasmoorde, bende verkragtings, staatskaping, blatante korrupsie, diskriminasie, armoede, patetiese tot geen dienslewering, padwoede ens.

Sielkunde:
In die sielkunde is daar baie goeie navorsing gedoen en word daar breedweg tussen 3 soorte woede onderskei naamlik “passive anger” passiewe woede, “open anger” ekspressiewe woede en “assertive anger” assertiewe woede.

Definisie van woede:
Woede is 'n intense emosionele toestand wat gekenmerk word deur ’n sterk ongemaklike en nie-samewerkende reaksie op 'n waargenome provokasie of bedreiging.

Geskiedenis:
Binne die Katolieke tradisie is woede in die algemeen as negatief beskou en selfs as een van die 7 doodsondes geklassifiseer: hoogmoed, afguns, hebsug, **woede**, wellus, vraatsug en luiheid.

Galasiërs 5:19-20 sê woede is deel van ons sondige natuur.

Wat sê die Bybel?
Oorvereenvoudig kom sê die Bybel vir ons daar is verkeerde en regte woede.

> Anger is one letter away from danger.

Verkeerde woede:
Dit is verkeerd om kwaad te wees wanneer dit nie beheer word nie en daar

nie ’n goeie rede daarvoor is nie, en dit is dikwels die geval wanneer onvolmaakte mense kwaad word (vgl. byv., Genesis 4:3-8; Jona 3:10–4:1, 4, 11 en Jakobus 1:20).

Regte woede:
In plaas van om van regte woede te praat moet ons eerder van geregverdigde woede praat.

> Anger is a choice we make and a habit we can break.

- Soms is daar goeie rede om kwaad te wees. Byv. Nehemia “het baie kwaad geword” toe hy uitvind dat party van sy mede-aanbidders onderdruk word (Nehemia 5:6).
- Soms word God kwaad. Byv. toe sy eertydse volk hulle ooreenkoms om hom alleen te aanbid, verbreek het en valse gode begin dien het, “het die Here se toorn teen Israel ontvlam” (Rigters 2:13, 14).
- Ons lees ook op ongeveer 5 plekke dat Jesus kwaad geword het.
- Tog is woede nie ’n oorheersende deel van God se persoonlikheid nie. Daar is altyd goeie rede vir sy woede.

Die kerkvader Augustinus, wat in die vierde en vyfde eeu in Noord-Afrika geleef het, het gesê:

> “Moeder Hoop het twee pragtige dogters; hulle name is Woede en Moed”

Woede oor hoe sake tans daar uitsien en Moed om toe te sien dat die situasie verander. Woede maak dus energie los en help om verandering teweeg te bring.

Almal ervaar woede en woede kan dien as "'n geestelike vriend, 'n geestelike gids, en 'n geestelike bondgenoot". Iemand meen selfs dat "ons God aanbid as ons eerlik ons woede teenoor hom uitspreek".

Woede ontstaan wanneer ’n mens omgee vir iets en daarom is dit ’n goeie diagnostiese instrument. Met ander woorde, vra jouself af hoekom jy kwaad is. Ons word kwaad wanneer die verhale of narratiewe wat vir ons belangrik is, bedreig word. Volgens Cas Wepener, skrywer van die boek *Kookpunt!*, word ons kwaad omdat ons liefhet. Hierdie gegewe is ook waar rakende die God van die Bybel.

Riglyne oor hoe jy jou moet strip:

Ons gebruik die woord KWAAD as akroniem om ons te help om ons woede “regverdig” te hanteer.

K – kommunikasie

Jakobus 1:19: “Let op, elke mens moet flink wees om te luister, stadig om te praat, stadig om kwaad te word.

> "Wanneer jy woedend raak,
> maak jy selde 'n veilige landing."
> Will Rogers

W – waardes
Regverdige woede is woede wat gerig is op boosheid, dinge wat God teëstaan, en sonde vgl. Spreuke 16:32.

A – askies
Wat Paulus sy lesers in Efese, en ons, aanraai om eerder te doen, is om jou woede te konfronteer, te herken waaroor jy kwaad is en dit op te los voordat dit jou iets laat doen waaroor jy spyt sal wees.

Soms moet ons eenvoudig net verskoning vra oor ons optrede of ons woede.

A – asseblief
Geregverdigde kwaad se doel is om nuwe lewe en nuwe moontlikhede oop te maak. Daarom gaan ons met ’n gesindheid van liefde, vergiffenis en simpatie na mense toe wat vir ons kwaad is, of vir wie ons kwaad is, en vra op ’n mooi manier asseblief. Asseblief kom ons soek saam na die wil van God sodat hierdie woede ook tot sy eer kan wees.

D – doen
Woede is 'n aksie-emosie. Ons wil iets doen wanneer ons dit voel en wanneer ons aan die ontvangkant daarvan is. Woede is nie die teenoorgestelde van liefde nie – soms is woede juis ’n uitdrukking van liefde. Jy word kwaad vir jou optrede, wat jy gedoen het en besluit om dit nooit weer te doen nie. Dan word woede die oorsprong van vernuwing en vergiffenis.

Net soos 'n waarskuwingsliggie in ons motor vir ons sê stop en trek af en kyk wat is fout. Net so is woede 'n baie effektiewe emosionele aanwyser wat vir ons sê om te stop, af te trek en dinge na te gaan.

> “Enigiemand kan kwaad word – dit is maklik, maar om kwaad te word vir die **regte persoon,** en in die **regte graad,** en op die **regte tyd,** en vir die **regte doel**, en op die **regte manier,** dit is nie binne almal se vermoë nie en is nie maklik nie.”
> Aristoteles

Inplaas daarvan om vinger te wys.

Kom ons vat mekaar se hande en bou die legkaart van God se wêreld sodat dit ’n beter en mooier plek is om in te woon.

Die groot genade is dat God nie altyd kwaad bly nie.

- Jesaja 57:15-16: “So sê Hy wat hoog en verhewe is, Hy wat ewig leef en wie se Naam die Heilige is: Ek woon in 'n hoë en heilige plek en Ek is by hom wat verdruk en nederig is. Ek gee nuwe krag aan die nederiges, Ek gee nuwe krag aan die verdruktes. Ek reken nie vir altyd sondes toe nie, Ek bly nie vir altyd toornig *[kwaad]* nie, want anders sou dit die einde beteken van die mens, die mens aan wie Ek die asem gegee het”.
- Psalm 103:8-12: 8. Barmhartig en genadig is die Here, geduldig en oorvloedig in troue liefde; 9. Hy beskuldig nie vir ewig nie, en bly nie vir altyd toornig *[kwaad]* nie. 10. Hy behandel ons nie ooreenkomstig ons sonde nie en vergeld ons nie ooreenkomstig ons sondeskuld nie; 11. want so hoog as wat die hemel bo die aarde is, so troon sy troue liefde uit bo dié wat vir Hom ontsag het. 12. So ver as wat die ooste verwyder is van die weste, so ver verwyder Hy ons oortredings van ons.