Mense wat Worstel met Selfdood

Lewenstasies

Vir

Mense wat Voel Asof die Lewe Nie die Moeite Werd is Nie

"The bravest thing I ever did was continuing my life when I wanted to die."

Juliette Lewis

Welkom by Betésda lewenssentrum. Betésda was 'n werklike bad in Jerusalem waarheen mense gekom het in Jesus se tyd om genesing te ontvang. Een man, waarvan ons lees in Johannes 5, het 38 jaar aan 'n siekte toestand gely en langs die bad gelê. Hy was hulpeloos en gehoop iemand gee genoeg om om hom te help. Hy het toe Jesus by die bad ontmoet en Jesus het hom genees. Jesus se bekende woorde wat die man genees het was: "Staan op, neem jou bed op en loop." (Joh. 5:8). Ons lees dat die man onmiddellik gesond geword het. Sy genesing het hom nie net fisies herstel nie maar ook sy verhouding met God en ons sien hom later getuienis gee oor hoe sy lewe verander het. Ons glo dat Jesus ook by ons hedendaagse Betésda jou gaan ontmoet.

Jou reis in Betésda

- Begin by die kapel waar jy 'n boekie ontvang wat jou in die proses begelei.
- Neem 'n sitplek in die kapel in waar jy die inleiding van die boekie lees.
- Steek dan 'n kers voor in die kapel aan as 'n simbool van die lig van die lewe, Jesus Christus wat jy nooi om jou deur die lewenstasies in die tuine te vergesel.

- Kniel voor in die kapel of in jou sitplek en bid die gebed in die boekie of in jou eie woorde waardeur jy jou vertroue in Jesus plaas vir die reis.
- Beweeg dan deur die stasies of soos die Here jou lei. Lees by elke stasie die toepaslike gedeelte uit die boekie. Indien jy nie weet waar die volgende stasie is nie, volg asb die kaart aan die agterkant.
- Wanneer jy deur al die stasies beweeg het eindig die reis af in die kapel waar jy die slot/opsomming lees en nagmaal self gebruik.
- Daar is in die beradingsentrum geestelike begeleiers en beraders beskikbaar om jou by te staan indien jy 'n gesprek wil voer oor jou belewenis.
- L.W. dat hierdie stasies 'n plek van stilte is. Weerhou jouself daarvan om hier gesprekke aan te knoop en respekteer ander mense se geleentheid om te Here te beleef!
- NEEM ASB KENNIS: Al die voorstellings in die tuin soos beelde en voorwerpe is net fokuspunte en nie sélf heilig nie. Die tyd en spasie wat jy in jou lewe skep vandag word heilig gemaak weens God se ontmoeting met jou!

Inleiding (In die kapel of net voor die eerste stasie)

Jy is vandag hier want jy sien nie meer kans om te lewe nie. Een belangrike toets of jy op risiko is, is die volgende vrae:

- Voel jy dat jy nie meer "cope" met jou uitdagings nie?
- Dink jy daaraan om skade aan jouself te doen?
- Dink jy daaraan om te sterf?
- Wens jy, jy kan sterf?

Wanneer jy op een of meer van die vrae “ja” antwoord is jy waarskynlik in ‘n slegte spasie. Miskien word jou gedagtes oorheers deur gedagtes van selfdood, en het jy reeds ‘n plan beraam om dit uit te voer. Daar is egter verskeie faktore wat daartoe kan bydra dat iemand selfdoodgedagtes het soos:

- Wanneer iets traumaties gebeur- soos die verlies van iemand belangrik in jou lewe, 'n vriend of vriendin wat weggaan of jou verwerp, die stress van ‘n eksamen of ‘n kursus wat jy druip, of die dood van iemand vir wie jy lief is.
- Negatiewe gevoelens van hopeloosheid en hulpeloosheid- wanneer jy probleme ervaar wat lyk asof dit te veel is maak nie saak wat gedoen word nie, dit lyk asof niks beter word nie en dit lyk asof niemand omgee of help nie.
- Slegte gevoelens oor jouself- gevoelens van waardeloosheid en mislukking.
- Om ondraaglike emosionele pyn of oorweldigende probleme te beëindig.
- Alkohol- en dwelmmisbruik kan veroorsaak dat iemand selfbeheersing verloor en impulsiewe selfdoodgedrag het.
- Depressie is natuurlik die hoofoorsaak van selfdood. Depressie kan denke beïnvloed, sodat dit moeilik word om aan ander maniere te dink om uit 'n situasie tekom. Mense voel hopeloos, hulpeloos en sien geen rede om te lewe nie.
- Onopgeloste woede. Soms kan selfdood gekoppel word aan onuitgesproke woede. Vir sommige mense is dit moeilik om hul woede te erken.

Maak nie saak wat die rede vir selfdood is nie, dit is nooit regtig ‘n uitkoms of oplossing nie. Mense met sulke gedagtes, smag eerder na ‘n alternatiewe situasie as dat hulle werklik wil sterf.

Vir jou lê die oplossing vandag daarin om deur die lewenstasies te beweeg sodat Jesus wat lig na die wêreld toe bring dit in jou lewe kan inskyn sodat jy hoop en

hulp kan ontvang. Die lewenstasies in die tuine is op die patroon van Jesus se lewe geskep sodat jy vandag met die lewe van Jesus kan identifiseer. Uiteindelik is die lewe van Jesus Christus ook jou lewe. Alles wat met Hom gebeur het gebeur ook met ons en kan ons uit sy woorde, voorbeeld en lewe krag vind om te oorkom. Hy het gesê: “Ek sê hierdie dinge vir julle sodat julle in My rus en vrede kan vind. In die wêreld sal julle swaarkry beleef, maar skep moed: Ek het die wêreld reeds oorwin.” (Joh. 16:33).

Wanneer jy die stasies van Jesus se lewe van naby gaan bekyk gaan jy raaksien waar jy jouself bevind. Dit is waarskynlik presies dieselfde plek waar Jesus Homself bevind het. Jy moet weet dat Jesus in sy lewe deur al die moeilike dinge in sy leeftyd deurgegaan het maar dit alles oorkom het (Heb. 4:15). Miskien voel jy asof jy gekonfronteer word met ‘n lewe wat nie meer die moeite werd is nie of onuitgesproke lyding en verwerping. Dit voel asof elke druppeltjie lewe uit jou lewe gewurg word. Vir jou om weer hoop en betekenis te vind moet jy jouself herorienteer tot Jesus se lewe. Jesus het nie net medelye met jou nie, maar tree by die Vader vir jou in volgens Hebreërs 4:15 en wil jou vandag in die tuin ontmoet.

- Jy kry nou ‘n geleentheid om voor in die kapel ‘n kers aan te steek as ‘n simbool van God se lig wat vandag oor jou lewe opgaan en jou hoop is.
- Jy kan daarna voor in die kapel hierdie gebed of jou eie gebed bid:

Gebed: Here ek is vandag hier omdat ek nie eintlik meer kans sien om te lewe nie. Help my om vandag hulp en hoop te kry. Amen

1. Aankondigings stasie (van Jesus se geboorte) Luk. 1:26-35, 38

“Toe Elisabet ses maande swanger was, het God die engel Gabriël na Nasaret, ’n dorp in Galilea, gestuur na ’n jong meisie met die naam Maria. Sy was verloof aan ’n man met die naam Josef, ’n afstammeling van koning Dawid. Gabriël het aan haar verskyn en gesê: “Ek groet jou, geseënde vrou! Moenie bang wees nie, Maria,” het die engel gesê, “want God het besluit om jou te seën! Jy sal swanger word en ’n seun hê en jy moet Hom Jesus noem. Hy sal groot wees en die Seun van die Allerhoogste genoem word. En die Here God sal Hom die troon van sy voorvader Dawid gee. Hy sal vir ewig oor Israel regeer; en sy koningsheerskappy sal nooit eindig nie!” Maria het vir die engel gevra: “Maar hoe kan ek ’n kind hê? Ek was nog nooit by ’n man nie.” Die engel het geantwoord: “Die Heilige Gees sal oor jou kom en die krag van die Allerhoogste sal jou toevou. Daarom sal die kind wat gebore word, heilig en die Seun van God genoem word.”

Die Engel Gabriel bring ‘n boodskap aan Maria wat haar lewe onherroeplik verander. Moet geen fout maak nie, dit het haar lewe in ‘n krisis gedompel. Sy was maar nog baie jonk en ongetroud. Kan jy jouself indink wat in haar kop aangegaan het? Sy was verward en ontsteld! Soos wat sy ‘n boodskap ontvang wat haar lewe ingrypend verander het, kom boodskappers ons lewe binne om soms baie moeilike dinge aan ons aan te kondig. Die boodskappers is nie altyd engele nie. Soms is dit slegte omstandighede, siekte, dood, werk, vriende en kollegas wat slegte nuus in ons lewe bring. Dit laat ons soms wonder of die lewe enigsins die moeite werd is. Jy voel dalk asof niemand en niks jou kan help nie. Daar is ‘n ander wêreld as die fisiese wêreld. Hierdie stasie nooi jou vandag uit om stil te word en jou oë oop te maak vir ‘n ander wereld as die een wat jy tans ervaar. Dit is dan ‘n ontwaking vir die bewustheid van God. Hy is die enigste een wat jou weer lewendig kan laat voel. Maar jy moet bereid wees om jouself aan die reis oor te gee net soos wat Maria gesê het: “Ek is. . . gewillig om te aanvaar wat Hy ook al wil hê.” (Luk. 1:38). Gee jou vandag oor aan die reis en laat toe dat God

met jou praat sodat jy sy belofte vir jou krisis en lewe mag ontvang. Maria se wens teenoor die Engel was “Mag alles wat jy gesê het, waar word.” (Luk. 1:38).

Wat is die aankondigings wat jou lewe ontwrig het? Is jy bereid om God toe te laat om jou te begelei tot by die plek van SHALOM (vrede) sodat jou lewe verander?

_____

_____

_____

Gebed: Here ek voel oorweldig oor alles wat in my lewe aangaan. Ek bid dat U my vandag sal hoop en lig gee sodat ek kans sien vir die lewe. Amen.

2. Geboorte stasie (Inkarnasie) Joh. 1:1-5, 14

“In die begin was die Woord, en die Woord was by God, en die Woord was God. Hy was in die begin by God. Alle dinge het deur Hom ontstaan, en sonder Hom het nie een ding ontstaan wat ontstaan het nie. In Hom was lewe, en die lewe was die lig van die mense. En die lig skyn in die duisternis, en die duisternis het dit nie oorweldig nie.” (Joh. 1:1-5).

Waarskynlik is jy gekonfronteer met die donkerste oomblikke van die wêreld waarin jy voel niks kan verander of verbeter nie. Jy sien geen hoop meer raak nie. Jesus was gebore in een van die mees hopelose tye van die wereld se geskiedenis. Wat kan die geboorte van ‘n baba tog doen aan die realiteit van ‘n daaglikse lewe wat gekenmerk word aan boosheid en lyding? Johannes probeer dit onderstreep dat Jesus nie nou die dag in die skepping opgedaag het nie, Hy was van die begin af daar. Hy het alles geskep en is God self (Joh. 1:1-3). Hy het besluit om as ‘n mens gebore te word sodat jy in jou donkerte lig kan ervaar. Hy het nie net in die hemel gebly nie, maar Hy het by ons kom woon as ‘n mens en is vandag deur sy Heilige Gees in hierdie tuin en in jou lewe

teenwoordig. Daar het negatiewe dinge met jou gebeur en dit voel asof donkerte in jou lewe toegesak het. Die donkerte is besig om lewe uit jou uit te wurg. Jesus het aarde toe gekom om die donkerte weg te neem: “In Hom was daar lewe, en dié lewe het gedien as die lig vir die mense. Die lig skyn in die duisternis, ja – die duisternis het dit nie uitgedoof nie!” (Joh. 1:4-5). Jy gaan vandag gekonfronteer word met Jesus se lewe en lyding en jy gaan iets beleef van sy heerlikheid, vol liefdevolle goedheid en waarheid (Joh. 1:14). Sy geboorte het alles verander, ook vir jou. Wat is die gebrokenheid van jou menslike bestaan? Jesus het aarde toe gekom om Homself te indentifiseer met al die pyn van jou gebroke bestaan.

Watter boodskap ontvang jy in die stasie of wat voel jy sê die Here vir jou?

_____

_____

_____

Miskien het jy nog nooit ‘n gebed gebid wat wedergeboorte in jou lewe veroorsaak nie. Indien jy die gebed hieronder wil bid gaan dit ‘n groot tree vir jou wees om ware lewe te ervaar wat donkerheid verdryf.

Gebed: Hemelse Vader, ek erken my sonde en dat ek U vergifnis benodig. Ek glo dat Jesus Christus vir my aan ‘n kruis gesterf het en ek is bereid om weg te draai van my sonde. Jesus ek nooi U in my hart en lewe in as my redder. Heilige Gees lei my om Jesus in gehoorsaamheid te volg. Amen.

3. Versteekte jare (Kinderjare van Jesus) Joh. 1:46-47; Luk. 2:41-52

“Filippus het Natanael gekry en vir hom gesê: Ons het Hom gevind van wie Moses in die wet en ook die profete geskrywe het: Jesus, die seun van Josef van Násaret. En Natanael sê vir hom: “Kan daar uit Násaret iets goeds wees?” Filippus antwoord hom: Kom kyk.” (Joh. 1:46-47).

Jesus se versteekte jare verwys na sy kinderjare wat grootliks onbekend is. Wanneer ons die Evangelies lees kry ons die groot verrassing dat Hy net soos ons groot geword het waarskynlik in ‘n doodgewone huis. Filippus een van Jesus se

eerste volgelinge het vir Natanael gesê dat hy Jesus gevind het. Hy vertel verder dat Jesus die seun van Josef is en van Nasaret af kom. Ons weet dat Jesus in Nasaret grootgeword het, dat sy vader Josef ‘n skrynwerker was. Ons weet verder dat sy ouers Hom saam geneem het om Paasfees te vier waarna hulle Hom as ‘n 12 jarige agtergelaat het. Hulle het dit op die reis terug agtergekom dat Hy weg was en Hom uiteindelik in die Tempel gekry waar Hy na die leraars luister en hulle uitvrae (Luk. 2:41-52).

In Jesus se versteekte jare het daar waarskynlik baie meer dinge met Hom gebeur, goed en sleg, wat op sy lewe en bediening ‘n invloed uitgeoefen het. Vir jou wat ‘n krisis ervaar het jy ook ‘n verlede wat jy die hede in dra. Daar is so baie dinge wat met jou gebeur het op jou lewenspad tot nou toe wat grootliks versteek lê. Miskien is jy deur traumatiese ervarings.Terwyl ander mense dit nie weet nie bèinvloed dit jou emosioneel.

Jy het iemand belangrik in jou lewe verloor, 'n vriend of vriendin wat weggaan of jou verwerp, die stress van ‘n eksamen of ‘n kursus wat jy gedruip het, of die dood van iemand vir wie jy lief is. Jy het negatiewe gevoelens van hopeloosheid en hulpeloosheid beleef omdat jou probleme jou persoonlike vermoëns oorspan. Jy voel asof niemand jou al ooit gehelp het of enigsins omgee nie. Dalk worstel jy al jare lank met slegte gevoelens van waardeloosheid en mislukking oor jouself en het dit selfs in jou ouerhuis en verhoudings beleef. Dalk het die emosionele pyn van al jou probleme te veel geraak. Dalk het jou alkohol en dwelmmisbruik te veel geword vir jou of dalk worstel jy met depressie wat jou denke so beïnvloed, sodat dit moeilik word om aan ander maniere uit 'n situasie te dink. Dalk worstel jy met onopgeloste woede en verwyte wat bygedra het tot jou gevoelens van vandag. Soms kan selfmoord gekoppel word aan onuitgesproke woede. Vir sommige mense is dit moeilik om hul woede te erken.

Vandag word jy gekonfronteer met Jesus wat gebore is as die lig van jou lewe wat deurgemaak het wat jy deurmaak wat ook versteekte jare beleef het en wat jou kan vrymaak van die donkerheid en emosionele wonde sodat jy vry en hoopvol kan leef. Miskien voel jy ook asof jou verlede niks goed omtrent jou toekoms voorspel nie en dat wat jy nou ervaar jou lot is waaraan jy vasgemaak is. Filippus het Natánael genooi om self te kom kyk. Al was daar dinge wat met jou gebeur het, was dit vir jou voorbereidings grond vir jou toekoms. Maar tog het jou huidige stryd by die pyn van jou verlede bygevoeg. Wat was dit wat met jou gebeur het in jou verlede wat jou pyn vandag vermeerder?

Is jy bereid om nou jou verlede in die oë te kyk, en die tentakels los te maak deur vergifnis van jouself en ander mense? Jy kan vandag genesing vir jou verlede ervaar.

Gebed: Here daar het dinge in my lewe gebeur wat my diep verwond het sodat ek nie voluit kan leef nie. Ek wil die vergewe wat teenoor my gesondig het en wil bid dat U my sal vergewe en genees van die verlede. Amen.

4. Doop Matt. 3:13, 16-17

“Toe het Jesus van Galiléa na die Jordaan, na Johannes gekom om deur hom gedoop te word. En nadat Jesus gedoop was, het Hy dadelik uit die water opgeklim, en meteens gaan die hemele vir Hom oop, en Hy sien die Gees van God soos ‘n duif neerdaal en op Hom kom. En daar kom ‘n stem uit die hemele wat sê: Dit is my geliefde Seun in wie Ek ‘n welbehae het.” (Matt. 3:13-17).

Jesus se doop in die Jordaan rivier was die bevestiging van sy identiteit. Hy is bevestig in wie Hy was “die geliefde seun” waarmee God tevrede is, maar ook in sy sending en werk as die ”Lam van God”. Let op dat in die doop verhaal twee dinge met Jesus gebeur het. In die eerste plek het in sy doop die Heilige Gees Hom vervul. Die Vader het toe gesê: “Dit is my geliefde Seun in wie Ek ‘n welbehae het.” (Matt. 3:17). Hierdie gebeure moes vir die res van sy aardse bestaan ‘n invloed op sy menslikheid gehad het. Jesus het in die kern van sy identiteit geweet Hy is die geliefde Seun. Die tweede gebeurtenis was toe Johannes die doper uitgeroep en gesê het: “Dáár is die Lam van God wat die sonde van die wêreld wegneem!” (Joh. 1:29). Dit het gegaan oor wat Jesus moes kom doen, sy werk en sending. Hierdie twee dinge het vir Jesus herinner oor wie Hy was en wat Hy hier op aarde kom doen het. Die gebeure antwoord die twee basiese menslike vrae wie is ons en wat maak ons hier. By die stasie van die doop word jy uitgedaag om jou eintlike identiteit te verken. Ons is wie ons is en dit is vergelykbaar met die kern van die ui (wat ook bekend staan as die “bulb”). Alles wat daarna gebeur is soos een van die skille wat bykom. Ons opleiding, ons werk, ons gesin, ons status, ons vriendekring, ons materiële besittings en so meer. Wanneer een van die lae seer kry deur lewensomstandighede, verandering of ‘n traumatiese gebeurtenis bring dit verwarring oor wie ons eintlik is. Dit word dan tye waarin jy moet teruggaan na die kern van wie jy is. Met ander woorde jy moet spreekwoord laag vir laag afskil om die kern van jou identiteit te verstaan. Soms verwar ons een van die lae as ons identiteit totdat ons dit verloor of verandering plaasvind. Dit is wanneer ons voel asof ons in dryfsand is. Uiteindelik is jy meer as wat jy doen of waarvan jy voorgee. Al hierdie dinge is soos die lae van die ui wat in oomblikke van krisis weg geskil word totdat ons in die middel van die ui die

ware jy kry. Dit is wanneer alles weg geskil is van jou identiteit dat jy weer jou ware kindskap blootstel: “Die Gees self getuig saam met ons gees dat ons kinders van God is.” (Rom. 8:16).

Jy word gekonfronteer met twee dinge wat in die kern lê van wie jy is. In die eerste plek weet jy met sekerheid of jy ‘n kind van die Hemelse Vader is? En tweedens weet jy wat jou doel op aarde is? Vandag is dit jou doop om jou identiteit in wie jy is en waarvoor jy hier is te bevestig.

_____

_____

_____

Gebed: Here, help my om ook die stem te hoor van ‘n Hemese Vader wat my aanvaar! Amen

5. Versoeking Matt. 4:1

“Toe is Jesus deur die Gees weggelei die woestyn in om versoek te word deur die duiwel” (Matt. 4:1). Nadat dit bevestig is van wie Jesus was en wat Hy op aarde kom doen het, is Hy na ‘n woestyn toe geneem. Hierdie gebeurtenis spreek daarvan dat die oomblik wanneer ons weet wie ons is, kom ons identiteit onder bedreiging. Dit is wat die bose een wil doen om jou te bring deur versoeking tot by verwarring. Die woestyn is ‘n plek van droogte, ‘n plek van verlatenheid en eensaamheid. Dit is die plek waar ons getoets word of ons identiteit solied is. Het jy sekerheid van jou verhouding met God en weet jy hoe om sin in jou bestaan te vind? Jy word net soos Jesus versoek om jou identiteit te soek deur wat jy doen in plaas van wie jy is. Ons fokus baiekeer graag in op wat ander mense van ons dink, wat ons bereik en in wat ons bymekaar gemaak het. Thomas Keating het gesê dat versoeking is wanneer ons geluk soek waar dit nie gevind kan word nie. Bekering in die sin beteken om ons idees te verander omtrent geluk. Dit is die besef dat geluk nie gevind kan word in wat

mense van ons sê of in ons posisie of in ons besittings en mag nie. Miskien het jy alreeds oomblikke beleef waar die vyand van die lewe jou versoek het om jou lewe te beeindig. Sy enigste doel is om jou bestemming totaal te vernietig. Jesus het gewaarsku dat daar een is wat ons lewe wil steel, slag en verwoes (Joh.10:10). Dit is die een wat jou aanhits met leuens oor wie jy is en dat daar nie meer hoop vir jou is nie. Jy moet vandag opstaan soos wat Jesus opgestaan het teenoor die vyand en hom bestraf om met sy leuns weg te gaan. In die stasie word jy uitgenooi om dieper insig in jou donker kant te verkry. Die dinge waarna ons in ons sondigheid draai wanneer ons onsself op die plek van verlatenheid vind. Waarmee word jy tans versoek? Miskien spreek dit ook juis iets aan in jou lewe waar jy 'n swakheid het. Die oomblik wanneer jy die versoeking weerstaan om geluk te gaan soek waar dit nie gevind kan word nie sal met jou ook gebeur wat met Jesus was: "Daarna het die duiwel Hom laat staan, en daar het engele gekom en Hom gedien." (Matt. 4:11).

Gebed: Here elke dag versoek die vyand my. Gee my krag sodat ek myself elke dag aan U onderwerp en die vyand te weerstaan! Amen.

6. Bediening Luk. 4:16-19

"Toe kom Hy in Násaret waar Hy opgevoed was; en soos Hy gewoond was, gaan Hy op die sabbatdag in die sinagoge en staan op om te lees. En die boek van die profeet Jesaja is aan Hom oorhandig; en toe Hy die boek oopmaak, kry Hy die plek waar geskrywe is: "Die Gees van die Here is op My, omdat Hy My gesalf het om die evangelie aan die armes te bring. Hy het My gestuur om die wat verbryseld van hart is, te genees; om aan gevangenes vrylating te verkondig en aan blindes herstel van gesig; om die wat gebroke is, in vryheid weg te stuur; om die aangename jaar van die Here aan te kondig." (Luk. 4:16-19).

Jesus het ‘n duidelike bewustheid gehad van sy sending, met ander woorde sy taak op aarde. Hy het gefokus om die bediening wat aan Hom toevertrou is, te vervul. Hy doen dit op ‘n besondere wyse. Hy staan op in die Sinagoge en verklaar dat Hy gekom het vir elke soort van behoefte op aarde. Hy sê eintlik dat God goed is vir ons en dit selfs in ons swaarkry wil wys. Miskien voel dit nie so vir jou nie gegewe waardeur jy kom. Ons het almal hierdie stelling gehoor: "Hoe kan 'n liefdevolle God _____ (dit) toelaat?". (Vul die spasie in met enige verskriklike traumatiese gebeurtenis wat hier op die planeet aarde plaasvind). Skeptiese mense gebruik hierdie stelling dikwels om teen die liefde van God te argumenteer en ook teen die bestaan van God. Maar God het ons lief, en dit blyk duidelik in ons verlossings geskiedenis. Die skepper van die wêreld het 'n weg gemaak vir ongehoorsame en magtelose mense om in 'n ewige verhouding met Hom te kom. Hy is geduldig en genadig. Hy het een van ons geword (Joh. 1:14) en Homself toe vir ons geoffer (1 Joh. 3:16). Probeer om vandag hier in die tuin Jesus se woorde te hoor soos daardie dag waar Hy die volgende gesê het in Nasaret: “Die Gees van die Here is op My, omdat Hy My gesalf het . . . om die wat verbryseld van hart is, te genees.” (Luk. 4:18-19). Vandag is die Woord van God vir jou ‘n belofte wat ook vervul gaan word in jou ontmoeting met Jesus! Wat is dit waarvoor jy die bediening van Jesus VANDAG nodig het?

_____

_____

_____

Gebed: Here dankie dat u gekom het om my die wat verbryseld van hart is, te genees. Genees my en gee my krag om te aanvaar dit wat ek nie kan verander nie! Amen.

7. Verheerliking Mark. 9:2-8

“En ná ses dae het Jesus vir Petrus en Jakobus en Johannes saamgeneem en hulle alleen op ‘n hoë berg in die eensaamheid geneem; en Hy het voor hulle van gedaante verander en sy klere het blink geword, baie wit soos sneeu, wit soos geen bleiker op aarde dit kan maak nie.” (Mark. 9:2-8).

In die stasie dink ons aan Jesus wat voor die oë van ten minste drie van sy dissipels verheerlik is deurdat Hy van gedaante verander het in ‘n helder lig. Hierdie geleentheid moes een van hulle hoogtepunte gewees het, sodat hulle die lewe en hulle omstandighede in ‘n ander lig begin sien het. Die stasie van verheerliking verwys na ons "bergtop" ervarings. Dit is daardie groot, heerlike en ander wêreldse ervarings wat ons groter as die lewe laat voel. Die gordyn is spreekwoordelik opgelig en die doodgewone en alledaagse van ons lewens is verander in iets buitengewoon sodat ons dit in ‘n ander lig aanskou. Dit is die tye in ons lewens wat dit lyk asof alles op 'n betekenisvolle manier bymekaarkom; 'n plek waar ons 'n gevoel van verbinding, ewigheid en diep vertroosting beleef. Dit is 'n plek van viering, oorwinning en betekenis. Dit is so goed dat ons nie wil hê dat dit ooit moet eindig nie net soos Petrus wil sê: “. . . dit is goed dat ons hier is. Laat ons dan drie hutte maak: vir U een en vir Moses een en vir Elía een.” (Mark. 9:5). Alhoewel ons aan hierdie ervarings wil vasklou, moet ons aan beweeg. As ons besluit om te bly sou die reis onvolledig bly. Ons kan nie bly onbepaald op die bergtop bly nie want ons lewensbestemming lê voor ons uitgestrek. Die doel van die bergtop ervaring is om visie te verkry van hoekom ons reis, waarna ons reis en om genoeg krag te ontvang om die reis voort te sit oor die heuwels en deur die valleie want Jerusalem (die Hemelse) wag op ons. Het jy die bergtop-ervarings behoorlik gevier of het dit net sondermeer verbygegaan? Vandag kan so ‘n bergtop ervaring wees waarin jy Jesus op ‘n nuwe manier kan sien en kan hoor! Maak ‘n paar notas oor die bergtop ervarings wat jy al beleef het en wat dit vir jou beteken het en vier dit!

Gebed: Here help my om U in U lig van heerlikheid te beskou sodat ek met ‘n nuwe visie en passie kan lewe. Amen.

8. Lyding Matt. 27:22, 26-31

“Toe laat hy vir hulle Barábbas los, maar Jesus het hy laat gésel en oorgelewer om gekruisig te word. Daarop neem die soldate van die goewerneur Jesus met hulle saam in die goewerneur se paleis en bring die hele leërafdeling teen Hom bymekaar. Toe trek hulle sy klere uit en werp ‘n rooi mantel om Hom; en hulle vleg ‘n kroon van dorings en sit dit op sy hoof, en ‘n riet in sy regterhand; en hulle val op hul knieë voor Hom en bespot Hom en sê: “Wees gegroet, Koning van die Jode! En hulle spuug op Hom en neem die riet en slaan Hom op sy hoof. En nadat hulle Hom bespot het, trek hulle Hom die mantel uit en trek Hom sy klere aan en lei Hom weg om gekruisig te word.” (Matt. 27:26-31).

Dit was duidelik dat Jesus gely het ter wille van ons. Sy lyding was waarskynlik onmenslik sodat ons letterlik wil wegkyk daarvan. Hy het nie net een traumatiese gebeurtenis ervaar tydens sy tyd op aarde nie. Sy hele lewe was vol lyding. Die profeet Jesaja het honderde jare voor sy geboorte vertel van sy lyding (Jes. 53:3-5). Hy is gebore in armoede in 'n land wat deur 'n wrede leër beset is (Luk. 2:1-7). Hy het nouliks ontsnap van 'n massaslagting van kinders wat weens sy geboorte beveel is (Matt. 2:16). Hy is fisies deur Satan aangeval (Matt. 4:1-11), vervolg weens sy leringe (Luk. 4:28-29), deur sy gesin kranksinnig beskou (Mark. 3:21), verraai deur sy eie dissipel (Mark. 14:43-45), verlaat deur sy vriende (Mark. 14:50), valslik gearresteer (Mark. 14:56-59), in die openbaar verneder (Mark. 15:16-20; Luk. 23:8-12), geslaan tot op die punt van dood (Matt. 27:26), en dan stadig en pynlik in die openbaar deur kruisiging as 'n gewone misdadiger tereggestel (Matt. 27:33-39). Maar hiervoor het Jesus gekom sodat ons bevryding

kan ervaar. Lyding is uiteindelik onvermydelik in hierdie lewe. Daar is verskillende vorms van lyding en ons moet groter duidelikheid hê om te onderskei tussen neuroties lyding, wat vermybaar is, en daardie onvermydelike lyding vir elke persoon op aarde. Neurotiese lyding is die swaarkry wat ons weens ons eie keuses, sonde en foute in ons lewe inbring wat nie deel van God se wil vir ons lewe is nie. Wanneer ons ly oor sonde of verkeerde besluite lê die antwoord daarin dat ons die sonde bely en ons eie gedrag korrigeer. Maar wanneer ons ly weens die keuse van 'n ander of omstandighede kan ons met Jesus se lydings stasie identifiseer deurdat Hy gehoorsaam gebly het in sy tyd van lyding (Heb. 5:8). Wanneer ons gehoorsaam is in lyding gaan ons leer dat God teenwoordig is en in beheer is van ons lyding. In tye van groot lyding en pyn voel ons dikwels die verste van God af. Waar is Hy? Het Hy my vergeet? Hoe kon Hy dit laat gebeur? Dit was ook die geval in die lewens van groot gelowiges in die Bybel. Kyk na Dawid (Ps. 13: 1), Jeremia (Klaagl. 3: 8) en Job (Job. 9:16). Selfs Jesus op die hoogtepunt van sy pyn roep uit: "My God, my God, waarom het U my verlaat?" (Matt. 27:46). Vanuit ons beperkte menslike perspektief vereenselwig ons God se goedheid en liefde moeilik met wat ons nou ervaar. Ons dink dat as God nie hierdie traumatiese gebeurtenis kon stop nie, of dat Hy nie regtig 'n liefdevolle God was nie. Lyding moet ons nie God se almag of liefde bevraagteken nie, soos Job so duidelik verstaan het (Job. 2:10). God is almagtig en goed ondanks ons omstandighede. Hy het alle dinge geskep en Hy beheer alle dinge (Deut. 4:39; 1 Kron. 29:11; Ps. 103:19; Dan. 4:35; Kol. 1:15-17). Ons aanbid nie 'n ver, ontoeganklike God nie. Ons aanbid 'n God wat weet wat dit is om mens te wees (Heb. 4:15). Hy weet wat dit is om te ly (Heb. 2: 17-18).

Ons kan ons baie vertroos met die feit dat God op ons vlak met ons kan verband hou, Hy verstaan wat dit is om te ly.

Gebed: Here ek is vandag hier omdat ek swaarkry en ly. Ek vra dat U my skuld sal vergewe en my sal bevry sodat ek U kan loof. Amen.

9. Kruisiging Joh. 19:17, 23, 28-30

"En Hy het sy kruis gedra en uitgegaan na die sogenaamde Hoofskedelplek, in Hebreeus Gólgota, waar hulle Hom gekruisig het en saam met Hom twee ander, een aan elke kant, en Jesus in die middel. En Pilatus het ook 'n opskrif geskrywe en dit op die kruis gesit; en daar was geskrywe: "JESUS, DIE NASARÉNER, DIE KONING VAN DIE JODE." Hierdie opskrif dan het baie van die Jode gelees, omdat die plek waar Jesus gekruisig is, naby die stad was; en dit was geskrywe in Hebreeus, Grieks en Latyn. "En die owerpriesters van die Jode het vir Pilatus gesê: Moenie skrywe: Die Koning van die Jode nie; maar dat Hy gesê het: Ek is die Koning van die Jode." Pilatus het geantwoord: "Wat ek geskryf het, het ek geskrywe." En toe die soldate Jesus gekruisig het, neem hulle sy klere en maak vier dele, vir elke soldaat 'n deel, en die onderkleed; maar die onderkleed was sonder naat, van bo af in een stuk geweef. En hulle het vir mekaar gesê: Laat ons dit nie skeur nie, maar laat ons die lot daaroor werp, wie s'n dit sal wees—sodat die Skrif vervul sou word wat sê: "Hulle het my klere onder mekaar verdeel en oor my gewaad het hulle die lot gewerp." Dit het die soldate dan gedoen. En by die kruis van Jesus het gestaan sy moeder en sy moeder se suster, Maria, die vrou van Klopas, en Maria Magdaléna." (Joh. 19:17-25).

Jesus is gekruisig en Hy het gesterf. Die blote gedagte daaraan skok ons. Die redder van die wêreld is gekruisig en het gesterf. Niks kan erger as dit wees nie! Hoe kon God dit ooit toegelaat het! Dit voel spreekwoordelik of God dood is. Waarskynlik het die dissipels en die vroue aan die voet van die kruis ook so gevoel, verward en sprakeloos. Miskien kan jy met die gevoelens identifiseer gegewe jou krisis. Ons voel dalk dit is so onnodig maar miskien is kruisiging 'n middel tot ons transformasie en 'n rigtingwyser van ons dood. Die dood is 'n voorloper vir nuwe lewe en daar is geen manier om dit te omseil nie. Kruisiging is altyd 'n tyd van duisternis. Tog is dit 'n noodsaaklike proses, want daarsonder kan daar geen

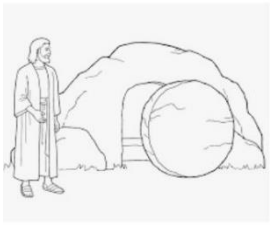
nuwe lewe wees nie. Om gekruisig te word, is om lyding te aanvaar en die eie wil en gemak op te gee. Dit beteken ook om die verliese van die verlede te laat vaar. Al daardie onvervulde begeertes, ons verlore jeug, verlore drome en alles waaraan ons so desperaat probeer vasklou. Alhoewel die identifikasie met die kruis stasie pynlik en moeilik is, is dit nie die einde van ons reis nie. Ons sak in die afgrond van 'Stil Saterdag' af en wag vir ‘n opstanding tot 'n nuwe lewe met 'n gevoel van hoop. Daarom dat Paulus skrywe: “Want die woord van die kruis is wel dwaasheid vir die wat verlore gaan, maar vir ons wat gered word, is dit die krag van God.” (1 Kor. 1:18).

Wat is dit in jou lewe wat vandag gekruisig moet word? Is jy bereid om dit te laat gaan?

Gebed: Here ek vereenselwig vandag met U kruisiging en bid dat u die slegte in my lewe sal wegsnoei sodat dit kan sterf. Ek begeer dat die ou mens sterwe sodat ek deel kan hê in die opstanding en ek ook waarlik kan bely ek is ‘n nuwe skepping. Die ou dinge is verby, kyk, die nuwe is hier! Amen.

10. Opstanding Mark. 16:1-7

“En baie vroeg op die eerste dag van die week, net ná sonop, kom hulle by die graf. En hulle sê vir mekaar: Wie sal vir ons die steen voor die opening van die graf wegrol? En toe hulle opkyk, sien hulle dat die steen weggerol was, want dit was baie groot. En toe hulle in die graf ingegaan het, sien hulle ‘n jongman, met ‘n lang wit kleed om, aan die regterkant sit, en hulle het baie geskrik. En hy sê vir hulle: Moenie verskrik wees nie. Julle soek Jesus die Nasaréner wat gekruisig is. Hy het opgestaan. Hy is nie hier nie. Dáár is die plek waar hulle Hom neergelê het. Maar gaan sê vir sy dissipels en vir Petrus dat Hy voor julle uit gaan na Galiléa. Daar sal julle Hom sien soos Hy vir julle gesê het.”(Mark. 16:2-7).



Jesus het waarlik opgestaan en hierdie magsdaad van God om Jesus deur die krag van die Heilige Gees lewendig te maak gee aan ons waarlik hoop! Nadat ons ons lyding en die dood van ons ou self omhels het, kan ons weer opgewek word tot 'n nuwe lewe. 'n Wedergeboorte van ons wese vind plaas, die oue gaan verby en ons word omskep in 'n nuwe persoon met 'n nuwe identiteit. Jy kan in hierdie stasie sien dat die onmoontlike, moontlik is vir God. Jy voel asof daar geen hoop meer oor is nie en alles verlore is! Moenie moed en geloof opgee nie, want jy dien ‘n lewende God wat alles kan doen. Alles is moontlik by Hom. En net soos wat Hy Jesus uit die dood uit opgewek het so kan Hy een Woord spreek en ‘n opstanding vind plaas. Paulus maak hierdie belofte vir elke gelowige: “En as die Gees van Hom wat Jesus uit die dode opgewek het, in julle woon, dan sal Hy wat Christus uit die dode opgewek het, ook julle sterflike liggame lewend maak deur sy Gees wat in julle woon.” (Rom. 8:11).

Waarop het jy opgegee? Weet dat God enigiets kan doen!

Gebed: Dankie Here vir die opstanding wat ‘n belofte is vir my van ‘n nuwe lewe. Wek asb my lewe wat voel asof dit doodgegaan het in ‘n nuwe werklikheid op! Amen.

11. Hemelvaart Hand. 1:6-11

“En nadat Hy dit gesê het, is Hy opgeneem terwyl hulle dit sien; en ‘n wolk het Hom voor hulle oë weggeneem. En toe hulle nog stip na die hemel kyk terwyl Hy weggaan, staan daar twee manne in wit klere by hulle, wat sê: Galilése manne, waarom staan julle en kyk na die hemel? Hierdie Jesus wat van julle opgeneem is in die hemel, sal net so kom soos julle Hom na die hemel sien wegvaar het.” (Hand. 1:9-11).

By die Hemelvaart voel ons 'n gevoel van verlating en ons ervaar God se afwesigheid. Jesus is buite ons sig verwyder. Niks is soos vroeër nie. Ons bid, ons soek God en doen alles wat ons weet om te doen, maar dit lyk asof die hemel toegesluit is en dit voel asof ons aan ons eie lot oorgelaat is. Ons lewe en staan voor ‘n paradoks. Henri Nouwen ‘n bekende teoloog sê dié paradoks is inderdaad die tye wanneer dit lyk asof God heeltemal afwesig is dat hy eintlik die mees aanwesige is. Daar was baie dinge waaraan die dissipels vasgehou het wat Jesus werklik gemaak het, maar skielik het dit nie meer gewerk nie. In die Hemelvaart leer ons om dinge wat vroeër gewerk het te laat gaan en die toekoms te omhels. Alles was nou anders vir die dissipels. Hulle moes nou leer hoe om Jesus op ‘n nuwe manier te ervaar. So moet jy ook nou leer om ‘n nuwe toekoms in te gaan al voel dit asof iets weg is.

Is jy bereid om die verlede te laat vaar en verandering te aanvaar om die toekoms in te beweeg?

Gebed: Here help my vandag om wanneer ek hier wegstap nie te voel asof U weg is en ek alleen is nie. Help my om bewus te wees van U Heilige Gees wat met my is. Amen.

12. Uitstorting van die Heilige Gees Hand. 2:1-4

“En toe die dag van die Pinksterfees aangebreek het, was hulle almal eendragtig bymekaar. En daar kom skielik uit die hemel ‘n geluid soos van ‘n geweldige rukwind, en dit het die hele huis gevul waar hulle gesit het. Toe is deur hulle tonge gesien soos van vuur, wat hulleself verdeel en op elkeen van hulle gaan sit. En hulle is almal vervul met die Heilige Gees en het begin spreek in ander tale, soos die Gees aan hulle gegee het om uit te spreek.” (Hand.2:1-4).

Vir die dissipels het die dag aangebreek waarin Jesus hulle verlaat het. Maar Jesus het dit gedoen in die lig van ‘n belofte dat Hy sy Heilige Gees aan hulle sal gee wat hulle vir ‘n nuwe dag sal meebring. Die nuwe dag het nou aangebreek waarop God op ‘n nuwe manier in mense teenwoordig is deur sy Gees. Nou kan ons ervaar hoe God se genade in en deur ons werk. Al die hartseer van dit wat voor en in die Kruis gebeur het is opgeneem in die wonderlike oomblik van genade. God se Gees is nou in elke gelowige uitgestort sodat elkeen in die krag van sy heerlikheid kan leef. Ons voel ook bemagtig om die uitdagings wat oor ons pad kom, die hoof te bied. Ons verkry nuwe insigte en alhoewel omstandighede nog nie noodwendig verander het nie, sien ons dit nou in ‘n nuwe lig. Ons ervaring kan goed verklaar wees deur die woorde van Marcel Proust: "Die ontdekkingsreis is nie ‘n soeke na nuwe landskappe nie, maar na nuwe oë.” Alles lyk nou anders vir die dissipels en vir jou. Dit gebeur slegs wanneer die Heilige Gees uitgestort word op elke mens wat vra. Jy kan dit ook ervaar deur om vir God te vra. Dink aan Jesus se belofte: “As julle dan wat sleg is, weet om goeie gawes aan julle kinders te gee, hoeveel te meer sal die hemelse Vader die Heilige Gees gee aan die wat Hom bid?” (Luk. 11:13).

Gebed: Here gee vandag U Heilige Gees oorvloedig in my lewe dat ek letterlik oorloop van U blydskap, genade en krag. Amen.

Keer nou terug na die Kapel om jou reis vir vandag te eindig met nagmaal.
Miskien het jy nog nie alles in jou lewe oorwin nie, maar as die vlammetjie van lig aangesteek is soos wat jy simbolies die kers aangesteek het, is daar hoop in jou lewe! Uiteindelik word jy nie gedefinieer deur traumatiese gebeure of lyding nie in jou lewe nie, maar is dit gegrond in wat Christus deur sy lewe gedoen het. God sien jou nie as 'n slagoffer nie. Hy sien jou as sy kind. Die Skrifte vertel ons dat ons as kinders van God voor die skepping van die wêreld gekies is om heilig en onberispelik aangenome seuns en dogters te wees, oorvloedig met genade, verlos, vergewe, geestelike wysheid en begrip gegee en gemerk met die Heilige Gees (Ef. 1:4-14). Jy is in Christus! Jy sit (in Hom) aan die regterhand van die Vader! Jy het sy geregtigheid! Jy mag nie toelaat dat tragedie, omstandighede of depressie bepaal wie jy is of hoe jy leef nie. Jy het sy lewe in jou binneste en jy moet kies om uit dié waarheid te leef. Jy is ook welkom om na die tyd die beradingsentrum besoek indien jy verder hulp verlang.

Gebruik nou nagmaal
Jy is welkom om nou die nagmaal voor in die Kapel te gebruik as ‘n simbool van Jesus se liggaam wat vir jou vryheid gebreek is en sy bloed wat vir jou genesing gestort is te gebruik om jou herstel te bevestig.

Gebed: Ek het vandag gereis deur die stasies om U te ontmoet en U stem te hoor. Dankie dat U my genees en herstel en ‘n nuwe toekoms gegee het! Leer my om U wil te doen en om waarlik oorvloedig te leef! Amen.

Wat kan jy doen as jy selfdood gedagtes ervaar?

- Praat met iemand wat op ‘n professionele wyse jou kan help!
- Indien jy medikasie moet gebruik, gebruik dit en vertrou God gelyktydig vir genesing.
- Kry iemand aan wie jy verantwoording kan doen wanneer jy voel jy op ‘n laagtepunt is en hulp benodig.