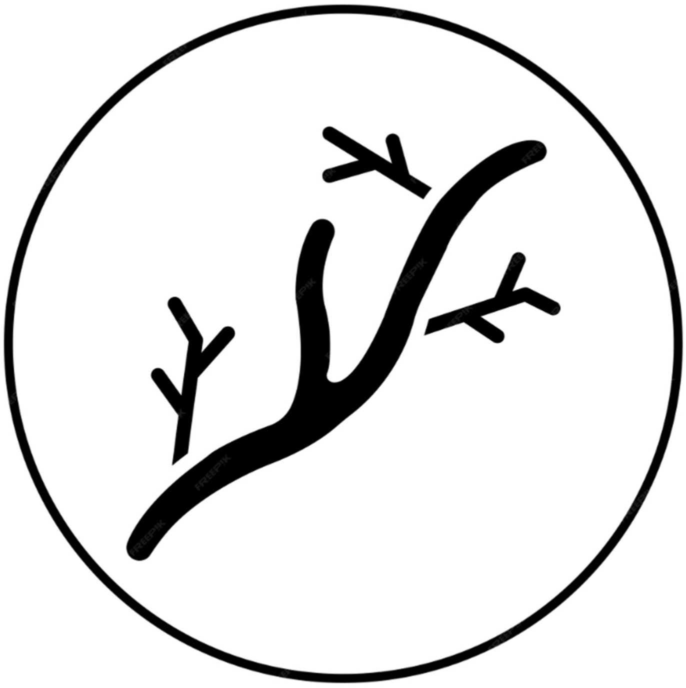
NG Gemeente
Jeffreysbaai



Prysgee

Lydenstyd 2026

INLIGTING OOR DIE GEBRUIK VAN HIERDIE BOEK

Hierdie boek is gestruktureer om jou deur Lydentyd te begelei. Dit bied vir jou 'n geleentheid om elke dag (behalwe Sondae, wanneer ons op ons eredienste fokus) vir 'n kort tydjie eenkant stil te word. Jy gaan ook elke dag genooi word om iets prakties te doen of iets "prys te gee", wat jou sal help om dieper oor jou geloof na te dink. Jy word ook uitgenooi om een keer per week (op Sondae) deel te neem aan 'n spesiale liturgiese ervaring. (Kry meer inligting hieroor op bl. 10.

NG Gemeente Jeffreysbaai

Liewe Gemeentelid,

Lydenstyd strek vanaf As-Woensdag vir ongeveer 40 dae. Dit is ‘n voorbereidings-tyd vir Paasfees – die hart van ons geloof waar ons die dood en opstanding van Jesus Christus herdenk. Lydenstyd nooi ons om stadiger te leef, dieper te kyk en eerliker te luister. Dit bied geleenheid vir gebed, selfondersoek, vas en vrygewigheid.

Hierdie boekie sal jou op hierdie reis begelei.

In vanjaar se Lydensreis stap ons saam deur die Ou Testament en die Nuwe Testament. Ons gaan verstommende waarhede ontdek, veral die groot geheim van: **Liefde gee prys**.

God het homself aan ons bekend gemaak, dwarsdeur die Ou Testament, maar veral ook deur sy seun, Jesus. En Jesus het alles prysgegee – sy heerlikheid, sy gemak en uiteindelik sy lewe – sodat ons verlos kon word.   In dankbaarheid wil ons dit nie net onthou nie, maar prakties uitleef.

Een van die geestelike dissiplines wat in Lydenstyd na vore tree, is om te vas. Die tema van hierdie boekie, “Prysgee”, sluit hierby aan. Ons nooi die hele gemeente om hierdie jaar saam deel te neem aan ‘n Lydenstyd van Prysgee.

By elkeen van die oordenkings in hierdie boekie word jy uitgenooi om elke dag iets kleins en konkreets te doen en prys te gee: ’n item, ’n gewoonte, ’n houding of ’n stukkie van jou tyd. Nie om iets te verdien nie, maar **uit dankbaarheid**. (Lees meer op bl.10 hoe ons dit prakties gaan doen)

Mag Lydenstyd ons help om weer te leef - gestroop, eerlik en dankbaar - en ons nader bring aan die hart van Christus.

En mag Paasfees julle verras met nuwe lewe.

Genade en vrede.
NG Gemeente Jeffreysbaai

INLEIDING

Jy staan aan die begin van ‘n opwindende reis!

Hierdie boek is gestruktureer om jou deur Lydentyd te begelei. Dit bied vir jou geleent-heid om elke dag (behalwe Sondae, wanneer ons op ons eredienste fokus) vir ‘n kort tydjie eenkant stil te word. Jy gaan ook elke dag genooi word om iets prakties te doen, of iets “prys te gee” wat jou sal help om dieper na te dink. Een keer per week word jy ook uitgenooi om op Sondae deel te neem aan ‘n spesiale liturgiese ervaring. (Kry meer inligting hieroor op bl. 10)

Meer oor die tema: Prysgee
Om iets prys te gee, is om iets wat vir jou kosbaar is, weg te gee of op te gee. Sommige mense koppel dit aan die dissipline van vas, en besluit om van een of ander gewoonte of eet- of drinkgoed vir hierdie tyd afstand te doen.
Maar op vanjaar se reis gaan dit oor baie meer as dit. Ons gaan met die hulp van dagstukkies leer hoe God prysgegee het, en in die Nuwe Testament ook spesifiek hoe Jesus prysgegee het. Dit gaan ons dan aanspoor om uit dankbaarheid, self ook prys te gee. Dit kan ‘n tasbare item wees wat vir jou betekenis dra, of ‘n opoffering van jou tyd, of dalk jou vermoë of gawe wat jy bewustelik voor God neerlê. Wat is jou spesifieke kundigheid? Dalk is jy ‘n prokureur, of ‘n finansiële adviseur, of ‘n rekenaarfundi, of ‘n haarkapper, binnenshuisversierder ... Kan jy iets van jou dienste “weggee” vir iemand wat dit nie kan bekostig om jou daarvoor te betaal nie? Op bl. 10 kan jy lees

BEREI VOOR VIR HIERDIE SPESIALE LYDENSREIS:

Ons weet sekerlik hoe belangrik dit is om vir 'n reis voor te berei. 'n Mens val nie net sommer in die pad nie! En hierdie reis is nie 'n uitsondering nie. Maak tyd om vir dié reis voor te berei. Besluit waar jy gaan stilword. Ons lees dikwels hoe Jesus eenkant toe gegaan het om te bid, en Hy het vir sy dissipels ook opdrag gegee om vir 'n spesiale geleentheid te gaan voorberei. Berei so 'n plek in jou huis voor – dalk iewers anders as waar jy gewoonlik sou stilword. As jy wil, kan jy daar 'n kers neersit, wat jy elke keer vir die duur van hierdie saamwees met God kan aansteek. Sit jou Bybel ook daar neer, en skep so 'n spesiale plek waar jy elke dag hierdie stappe kan deurwerk.

SÓ KAN JOU DAAGLIKSE STILWORD VERLOOP:

(1) Toetrede: As jy 'n kers gebruik, steek dit aan. Maak jou oë toe en word eers stil. Jy word elke dag daaraan herinner om rustig diep asem te haal en te ontspan. As jy wil, kan jy as deel van jou toenadering tot God, die Onse-Vadergebed bid.

(2) Skriflesing: By elke dagstukkie is 'n skrifgedeelte. Slaan dit in jou Bybel na en lees dit 'n paar keer deur. Gebruik ook ander Bybelvertalings as jy dit tot jou beskikking het.

(3) Oordenking: 'n Spesifieke teksvers word as fokusteks geneem, en 'n paar gedagtes daaroor gaan jou help om oor die tema "prysgee" na te dink en jou geloof te verdiep

(4) Gebed: Daar is 'n gebed wat jy kan saambid, of jy kan in jou eie woorde op die oordenking reageer.

(5) Doen: Aan die einde van elke dag is daar 'n wenk of twee oor hoe om hierdie lydensreis fisies te beleef.

ONS REIS BEGIN IN DIE OU TESTAMENT

Ons begin die Lydensreis in die Ou Testament. Het jy al nagedink oor die feit dat God, die Almagtige, bereid was om Homself ter wille van jou prys te gee? Hy het Jesus, sy Seun, uiteindelik aan die kruis laat sterf. Maar dwarsdeur die Ou Testement gaan ons ontdek hoe God reeds iets van hierdie selfprysgee laat deurskemer. Ons gaan die misterie ontdek dat die Almagtige bereid is om Homself oop te maak, kwesbaar te wees en nader te kom op so ‘n manier dat mense Hom werklik kan ken.

DAG 1 – UITDAGING
(18 Februarie 2026)

Toetrede:
Kom vir 'n rukkie, vir 'n asemoomblik, tot stilstand. (Steek die kers aan.) Maak jou oë toe en neem 'n paar diep asemteue sodat jou hart stadiger klop. Kom tot rus in God se teenwoordigheid voor jy oor vandag se Skrifgedeelte nadink.

Skriflesing: Eksodus 5:1 en 2 (Lees dit 'n paar keer.)

Oordenking: Vers 2 – *"En wie is die Here nogal dat ek na Hom sal luister?"*

Farao vra die vraag wat baie harte soms fluister: "Wie ís die Here?" In Eksodus is dit nie net 'n filosofiese vraag nie; dit is 'n vraag wat die Here se status bevraagteken. Wie is nou eintlik die belangrikste hier? Wie se woorde weeg die swaarste? Die Here kon met 'n enkele gebeurtenis sy mag wys. Tog kies Hy 'n ander pad. Hy gee sy status prys deur in te tree in die lang, moeilike proses van bevryding—met Moses, met tekens, met geduld, met 'n volk wat stadig leer. God se grootheid is nie dat Hy ver-af bly nie, maar dat Hy nader kom, hoor, onthou en optree. So wys die Ou Testament reeds iets van God se hart. ***Die Here se krag is nie net oorheersing nie; dit is verbondsliefde wat afbuig na slawe.***

Gebed: Almagtige, ewige God, Vader, Seun en Heilige Gees – dankie dat ek vandag U weer opnuut kon raaksien as *my* God wat nie veraf bly nie, maar naby kom. Dankie dat U ook naby aan aan my, U kind, kom.

Doen
Kies vandag om jou "reg" om die laaste woord te hê, prys te gee. Luister eers, vra 'n vraag en antwoord sag. Kies om iemand anders voorkeur te gee, selfs al was jy "eerste" (in die ry van die supermark, in 'n parkeerterrein).

Aantekeninge:

____

____

____

DAG 2 – VOORSPRAAK
(19 Feb 2026)

Toetrede:
Kom vir 'n rukkie, vir 'n asemoomblik, tot stilstand. (Steek die kers aan.) Maak jou oë toe en neem 'n paar diep asemteue sodat jou hart stadiger klop. Kom tot rus in God se teenwoordigheid voor jy oor vandag se Skrifgedeelte nadink.

Skriflesing: Eksodus 32:9–14 (Lees dit weer 'n paar keer deur, en indien moontlik, ook in 'n ander vertaling.)

Oordenking: Eksodus 32:11 **–** *"Waarom, Here, sal u toorn teen u volk ontvlam?"*

Israel maak 'n goue kalf - net nadat God hulle bevry het. In die Ou Testament is dit nie 'n klein misstap wat per ongeluk gebeur nie; dit is 'n skending van die verhou-ding met die Here. God noem hulle hardkoppig. En dan gebeur iets ingrypens: Moses staan tussen God en die volk. Hy pleit nie omdat die volk dit verdien nie, maar omdat God se beloftes op die spel is. Hy herinner die Here aan Abraham, Isak en Jakob - aan die Here se storie van genade. Volgens vers 14 laat vaar die Here toe die oordeel wat Hy aangekondig het. Dit wys hoe die Here sy reg om hulle te verlaat, prysgee. ***Hy laat toe dat sy barmhartigheid, die oordeel oorwin***.

Gebed: Here, God van genade! Ek kom sê dankie dat u barmhartig-heid en liefde wat reeds in hierdie verhaal na vore kom, ook deel van my verhaal kan wees. Dankie vir u liefde waarin U ook vir my insluit.

Doen: Kies vandag één persoon of groep wat jou moedeloos maak. Bid vir hom/haar/hulle by die naam - sonder om te verwyt. Gee jou reg om te veroordeel prys. Word 'n "Moses" wat brûe bou.

Aantekeninge:

Skryf gerus hier neer hoe jy gister se "doen-voorstel" kon nakom, of hoe jy beplan om vandag se opdrag uit te voer.

DAG 3 – SPOT
(20 Feb 2026)

Toentrede:
Kom vir 'n rukkie, vir 'n asemoomblik, tot stilstand. (Steek die kers aan.) Maak jou oë toe en neem 'n paar diep asemteue sodat jou hart stadiger klop. Kom tot rus in God se teenwoordigheid voor jy oor vandag se Skrifgedeelte nadink.

Skriflesing: Psalm 79:1–13 Lees dit weer 'n paar keer deur.

Oordenking: Psalm 79:9 – *"Help ons, o God, ons Redder, ter wille van die eer van u Naam, red ons, vergewe ons ons sondes tot die eer van u Naam."*

Hierdie lied kom uit 'n tyd wanneer mense sê: "Waar is julle God nou?" Dit is 'n bekende spot: wanneer dinge sleg gaan, word God se Wese maklik die teiken. Psalm 79 gee vir die volk woorde wanneer skande oor hulle kom. Let op: die Psalm probeer nie maak asof alles reg is nie. Die lied bid vanuit die puin. Tog is die kern daarvan 'n roep dat God se Naam weer helder sal skyn. Die doel daarvan is dat die wêreld kan sien dat die Here getrou is. In die Ou Testament is God se eer aan sy verbondsliefde gekoppel. Hy gee sy status prys deur met 'n gebroke volk te bly identifiseer. Hy loop nie weg wanneer hulle swak lyk nie. ***Hy kom juis nader in vergifnis en herstel.***

Gebed: Here God, God van Israel, en ook my God, ek voel ook soms gebroke en hoor hoe mense met U spot, en ek het nie altyd die antwoorde nie. Bly asseblief by my, ook wanneer ek swak is. Ek dank U vir u trou!

Doen: Doen vandag 'n klein daad wat God se Wese tot eer strek. Vra iemand om verskoning of stel vrede voor, al voel dit of jy jou trots moet prysgee.

Aantekeninge: Weet jy dalk van 'n situasie waar God se eer op die spel is? Is daar dalk iets wat jy kan doen om van God te getuig?

____

____

____

DAG 4 – SKANDE
(21 Februarie 2026)

Toetrede:
Kom vir 'n rukkie, 'n asemoomblik, tot stilstand. (Steek die kers aan.) Maak jou oë toe en neem 'n paar diep asemteue sodat jou hart stadiger klop. Kom tot rus in God se teenwoordigheid voor jy oor vandag se Skrifgedeelte nadink.

Skriflesing: Psalm 22:1–19

Oordenking: Psalm 22:2 – *"My God, my God, waarom het U my verlaat?"*

Psalm 22 is 'n lied vir die oomblikke wanneer 'n mens se keel droog word van vrees en alleenheid. Dit is 'n klaaglied. Klaagliedere is geloofstaal. Die Psalm beskryf dit so: "Hulle spot... hulle staar... hulle lag." Dit beskryf skande sonder om dit te ontken. Juis daarom kon Israel dit sing: om te onthou dat God ook in donker ure gehoor word. In die Ou Testament is hierdie lied 'n lig in die donkerste nag. Die Here hoor die vernederde se seer. Die Here is nie bang vir jou rou vrae nie. Wanneer jy vandag sing of bid, mag jy eerlik wees (sonder ' n masker) *want* ***die Here oor die heelal is 'n God wat naby aan die gebroke hart kom.***

Gebed: Hier is ek, Here. Ek voel ook soms soos hierdie psalmdigter. Dankie dat ek dit weer vandag vir U kan sê, dat ek my bangwees en vrae na U toe kan bring. Dankie dat U my vashou!

Doen: Bel of besoek iemand wat skaam of alleen of hartseer voel. Sit net by hulle. Soms is liefde om jou "oplossings" prys te gee en bloot teenwoordig te wees.

Môre is Sondag. Welkom by een van ons eredienste (Kompleks, Da Gama of Paradysstrand) Lees die inligting op die volgende bladsy, en dink daaroor. Vra vir die Here leiding. As jy wil, kan jy hier neerskryf wat jy graag hierdie week wil prysgee:

____

____

____

EERSTE LYDENSSONDAG

(22 Februarie 2026)

Prysgee - Sondae se liturgiese moment

Jy het reeds in die inleiding gelees hoe ons jou uitnooi om na te dink oor iets wat jy sal wil prysgee, as 'n daad van dankbaarheid. God het immers Homself, tot in die dood van sy Seun, Jesus, ter wille van ons prysgegee.

Met elkeen van die ses Sondae tydens Lydenstyd, gaan gemeentelede 'n geleentheid kry om dit wat hulle wil prysgee, fisies of simbolies kerk toe te bring om dit op 'n spesifieke plek neer te sit.

Da Gama:	Voor in die kerk by die kruis
Paradysstrand:	By die kruis
Kompleks:	By die gebreekte kruik

Daar sal tydens die diens 'n kort stemboodskap wees. Een van die sewe Lydens-tydkerse gaan uitgedoof word. Jy kan òf terwyl 'n lied gesing word, òf voor òf na afloop van die diens, jou "prysgee-item" gaan neersit. Hierdie prysgee-item behoort iets te wees wat vir jou eg en waardevol is—'n kosbare item wat met oorgawe gegee word. As gemeente bring ons immers ons beste voor die Here, tot eer van die Allerhoogste.

Fisiese items ("goed"): Bring dit kerk toe. En as dit dalk te groot is om kerk toe te bring, kan jy dit saam met jou kontakbesonderhede op 'n stukkie papier neerskryf en in 'n koevert by die ander items neersit. Ons sal die item by jou kom afhaal.

Nie-fisiese prysgee: As dit nie 'n fisiese item is wat jy wil prysgee nie, maar eerder iets wat jy wil doen, soos die beskikbaarstelling van jou tyd, 'n diens wat jy wil lewer of kundigheidheid wat jy wil deel, kan jy dit saam met jou kontakbesonderhede op 'n stukkie papier neerskryf en in 'n koevert by die ander items neersit. (Sien voorbeelde op die volgende bladsy.)

Wat maak ons daarmee?

Alles wat by die onderskeie kampusse geplaas word, word na die Kompleks-kampus geneem, waar dit met sensitiwiteit en omsigtigheid hanteer sal word om te sorg dat dit by die regte persoon of persone uitkom. Ons gemeente het uitgebreide Versorgings- en Sendingbedieninge wat dit sal bestuur.

Sendingmaand (Maart)

Gedurende Maartmaand fokus ons as gemeente op die gemeente se uitreikprojekte (stuurselle). Luister tydens hierdie Sondae noukeurig na die behoeftes - veral by die projekte in Jeffreysbaai. Dalk kan 'n behoefte by 'n spesifieke projek juis deur 'n item wat jy kan prysgee, aangespreek word.

Nog voorbeelde van nie-fisiese prysgee:

- Jy het dalk 'n gastehuis/vakansiehuis/woonstel en wil 'n naweek of tydperk "prysgee" vir 'n sendeling of iemand wat dit nodig het.
- Jy wil van jou professionele dienste/kennis vir iemand wat dit nie kan bekostig nie, beskikbaar stel.
- Jy wil tyd beskikbaar stel om iets vir iemand te gaan doen, of om jou kundigheid te deel.
- Jy wil jouself en jou motor beskikbaar stel om iemand na 'n hospitaal of dokter se spreekkamer te neem, of om met enige ander dringende behoefte te help.
- Jy wil van jou tyd afstaan om saam met 'n eensame persoon te spandeer.
- Jy wil van jou tyd vir 'n kind wat met 'n spesifieke skoolvak sukkel, gee.
- Jy wil jouself beskikbaar stel om by een van ons uitreikprojekte in Jeffreysbaai betrokke te raak.

So is daar oneindig baie voorbeelde! As jy stil word en vir die Here vra, sal Hy vir jou op die hart druk wat jy moet doen.

Aantekeninge:

DAG 5 – SMAAD
(23 Februarie 2026)

Toetrede:
Kom vir 'n rukkie, vir 'n asemoomblik, tot stilstand. (Steek die kers aan.) Maak jou oë toe en neem 'n paar diep asemteue sodat jou hart stadiger klop. Kom tot rus in God se teenwoordigheid voor jy oor vandag se Skrifgedeelte nadink.

Skriflesing: Psalm 69:8–22

Oordenking: Psalm 69:10 – "*Omdat ek u huis liefhet, moet ek ly; die beledigings teen U het ook vir my getref.*"

Psalm 69 is die lied van iemand wat probeer reg doen, maar daaroor uitgelag word. Dit is 'n eerlike gebed: "Ek is moeg… ek sak weg… ek word bespot." Sulke Psalms is bedoel om herhaal te word, want pyn vra meer as een gebed. Elke herhaling sê: "Here, ek is nog hier - en ek praat nog met U." God se mense hoef nie dapper te lyk om geloof te hê nie. God gee sy status prys deur Hom te verbind aan mense wat min status het - mense wat smaad dra omdat hulle aan Hom vashou. ***Hierdie Psalm maak ruimte vir trane én vir hoop: dat die Here sien, hoor en op sy tyd vir jou oplig.***

Gebed: Dankie Hemelse Vader dat U, die God van hemel en aarde, Uself aan my, 'n nietige mens, verbind. Help my om altyd u eer te soek, al word ek gespot. Dankie dat ek my hartseer na U toe kan bring. Hoor my gebed, Here.

Doen: Waar moet jy vandag die regte ding bly doen, al kos dit jou eer? Kies een regte ding, hoe klein ook al, en doen dit sonder om applous te soek.

Dalk is daar iemand van wie jy weet wat op hierdie stadium sonder hoop voel of wat baie swaar kry? Gee vandag van jou tyd prys om so 'n persoon te gaan besoek. Gaan om te luister en te bemoedig.

DAG 6 – VERAG
(24 Februarie 2026)

Toetrede:
Kom vir ’n rukkie, vir ’n asemoomblik, tot stilstand. (Steek die kers aan.) Maak jou oë toe en neem ’n paar diep asemteue sodat jou hart stadiger klop. Kom tot rus in God se teenwoordigheid voor jy oor vandag se Skrifgedeelte nadink.

Skriflesing: Jesaja 49:1–7

Oordenking: Jesaja 49:7 – “*So sê die Here, die Heilige van Israel, sy Verlosser, vir dié een wat diep verag is, wat deur die nasies verafsku word en wat 'n dienaar van regeerders is: Konings sal sien wat gebeur en sal opstaan, leiers sal buig tot eer van die Here wat getrou is*”

Jesaja 49 praat van die dienaar van regeerders. Hulle, wat die Here se Woord bring, maar tog verag word. In sy eie konteks praat dié gedeelte van ’n volk wat verneder voel na ballingskap: “Ons is niks. Ons is vergeet.” God antwoord: “Nee. Ek roep julle. Ek hou julle vas.” Die kneg in Jesaja dra God se lig, maar ervaar dat mense hom wegstoot. Dit is ’n verrassende waarheid: God se werk lyk nie altyd indrukwekkend nie. Hy voer sy plan uit. Selfs deur verwerping heen. Dit vra soms lang wagtye, soms ‘n klein begin. Die teks hou ook ’n belofte in: ***God is nie klaar wanneer mense jou afskryf nie. Hy herstel jou situasie op maniere wat jy nie kan beplan nie***.

Gebed: Here God, wat ’n troos om te weet dat U ons vashou, al wil dit lyk of die wêreld om ons boos is, dat so baie mense U verwerp. Dankie dat U my raaksien. Help my om met U oë na mense te kyk.

Doen: Ken jy dalk iemand wat geïgnoreer word? Iemand wat nie raakgesien word nie? Gee vandag aandag aan so ‘n persoon. Jy stap dalk in die straat by iemand verby wat jy normaalweg sou ignoreer? Groet so iemand en vra hoe dit gaan en luister regtig.

DAG 7 – GEHOORSAAM

(25 Februarie 2026)

Toetrede:
Kom vir 'n rukkie, vir 'n asemoomblik, tot stilstand. (Steek die kers aan.) Maak jou oë toe en neem 'n paar diep asemteue sodat jou hart stadiger klop. Kom tot rus in God se teenwoordigheid voor jy oor vandag se Skrifgedeelte nadink.

Skriflesing: Jesaja 50:4–9

Oordenking: Jesaja 50:6 – *"Ek het my rug gehou vir dié wat my slaan, my wang vir dié wat my baard uittrek. Ek het my gesig nie weggedraai toe ek bespot en bespoeg is nie."*

Hier sien ons die dienaar/kneg wat nie wegvlug nie. Hy staan, ontvang en bly getrou. Dit is nie 'n loflied vir mishandeling nie; dit is 'n getuienis oor mense, wat soms 'n duur prys betaal, omdat hulle gehoorsaam is. Die kneg kies om nie met geweld terug te slaan nie. Hy gee sy reg om self te beskerm, sy reg om altyd "sterk" te lyk, prys. Dit net omdat hy glo dat God uiteindelik reg sal laat geskied. Hierdie teks leer ons: daar sit 'n soort krag in wanneer ons kan stilbly, wanneer ons soms onreg ervaar, nie omdat dit swakheid is nie, maar omdat ons God vertrou. ***Dit roep ons ook om onreg ernstig op te neem en nie onregmatig teenoor enige-een op te tree nie.*** Die Here sê vir ons om nie ons hart met haat te vul nie.

Gebed: Here, ek kom bely dat dit nie altyd maklik is om stil te bly wanneer ek onreg ervaar nie. Help my om nie met onreg op onreg te reageer nie. Help my ook om raak te sien wanneer iemand anders onreg ervaar en 'n helpende hand uit te reik.

Doen: As jy vandag konflik ervaar, gee jou behoefte om "te wen", prys. Sê in één sin wat vrede bou, soos: "Help my verstaan."

Aantekeninge:

____

____

____

DAG 8 – ONTFERMING

(26 Februarie 2026)

Toetrede:
Kom vir 'n rukkie, vir 'n asemoomblik, tot stilstand. (Steek die kers aan.) Maak jou oë toe en neem 'n paar diep asemteue sodat jou hart stadiger klop. Kom tot rus in God se teenwoordigheid voor jy oor vandag se Skrifgedeelte nadink.

Skriflesing: Hosea 11: 1-9

Oordenking: Hosea 11:9 – "*Ek sal nie my toorn laat losbrand nie... want Ek is God, nie 'n mens nie.*"

Hosea praat met Israel soos 'n ouer met 'n kind. Die Here onthou hoe Hy Israel uit Egipte gelei het. Hy het hulle "grootgemaak." Hy het hulle geleer loop, hulle gedra. Tog, Israel draai weg van Hom af. In menslike verhoudings maak sulke verwerping ons soms so hartseer dat ons sê: "Nou is ek klaar met jou." Maar God verras ons: sy heiligheid is nie ongevoelige afstand nie, maar brandende ontferming. Wanneer die Here sê: "Ek is God, nie 'n mens nie," beteken dit: Hy kies anders as ons. Hy gee sy reg tot vergelding prys, deur nie sy volk te vernietig nie. Hy gee sy toorn prys ter wille van sy liefde. ***Dit is die misterie van God se hart: Hy bly getrou wanneer mense ontrou is.***

Gebed: Here, dankie dat U nie soos ons, wegdraai wanneer ons U teleurstel nie. Dankie dat U na my gedraai bly en my liefhet. Vergewe my waar ek teenoor U ontrou was, en help my om nie weg te draai van mense wat my dalk teleurstel nie.

Doen: Dink na oor iemand wat jou teleurgestel het. Gee vandag jou "reg" om te vergeld, prys. Kies één daad van ontferming, hoe klein ookal: 'n gebed, 'n boodskap, of 'n sagte woord.

Aantekeninge:

____

____

____

DAG 9 – DIENAAR
(27 Februarie 2026)

Toetrede: Kom vir 'n rukkie, vir 'n asemoomblik, tot stilstand. (Steek die kers aan.) Maak jou oë toe en neem 'n paar diep asemteue sodat jou hart stadiger klop. Kom tot rus in God se teenwoordigheid voor jy oor vandag se Skrifgedeelte nadink.

Skriflesing: Jesaja 52: 13 – 53:12

Oordenking: Jesaja 53:5 – "*Deur sý wonde het daar vir ons genesing gekom*."

Jesaja 52–53 is een van die diepste dele van die Ou Testament. In sy oorspronklike wêreld praat dit tot 'n gebroke volk wat wonder hoe herstel moontlik is. Die kneg van die Here word gering geag. Tog word daar, deur sy lyding, iets oopgemaak: genesing, dra, herstel. Die teks sê nie lyding is goed nie. Dit sê: God kan selfs die donkerste dinge gebruik om ander te red. Dit is die skok van genade: die Here werk nie net deur oorwinning nie, maar deur Homself prys te gee. Hy kies nie die afstand van koue mag nie. ***Hy kies die nabyheid van dra-liefde.*** Daarom kan ons met ons skande na Hom toe kom. Hy ken dit.

Gebed: Ek kom na U toe Here, U wat Uself prysgegee het, sodat ek gered kan word! My woorde is min. Ek weet dat ek U telkens teleurstel, en ek bring dit na U. Dankie dat daar in u lyding ook vir my vergifnis en genesing is.

Doen: Dink na: Wie dra tans 'n swaar las? Spreek vandag één las van iemand anders aan, deur 'n boodskap, 'n ete, 'n gebed—iets konkreets.

Aantekeninge:

____

____

____

____

____

DAG 10 – NEDERIG
(28 Februarie 2026)

Toetrede:
Kom vir 'n rukkie, vir 'n asemoomblik, tot stilstand. (Steek die kers aan.) Maak jou oë toe en neem 'n paar diep asemteue sodat jou hart stadiger klop. Kom tot rus in God se teenwoordigheid voor jy oor vandag se Skrifgedeelte nadink.

Skriflesing: Sagaria 9:9-12

Oordenking: Sagaria 9:9 – *"Jou koning sal na jou toe kom. Hy is regverdig en hy is 'n oorwinnaar, hy is nederig en hy ry op 'n donkie."*

Sagaria praat met mense wat uit ballingskap terug is. Hulle het groot drome, maar die werklikheid is nie so belowend nie. Die Here sê vir hulle: Julle koning kom—maar nie soos die wêreld se konings nie. Hy kom nederig, sonder oorlogperde, met vrede in sy hande. In daardie tyd het mense geweet: 'n sterk koning wys sy status deur vertoon op 'n mooi groot perd. God wys sy heerskappy deur barmhartigheid. Sy gesag word in sy liefde gesien. Hy herstel. Hy dra. Dit beteken: as God so regeer, kan sy mense ook so leef. ***Om nederig te wees, is 'n krag wat kies om nie te domineer nie.***

Gebed: Here, U het vir ons deur u Seun geleer wat dit beteken om te dien en nederig te wees. Ek bely vandag dat ek nie altyd só liefhet soos U wil hê ek moet liefhê nie. Ek vra dat U my sal help om soos U in liefde te dien.

Doen: Gee vandag iemand anders die "eer": laat hulle eerste praat, eerste kies of neem doelbewus die laaste plek in —met 'n glimlag.

Dit is môre die TWEEDE Sondag in Lydenstyd.

Weer eens welkom by een van ons eredienste. Gebruik weer die geleentheid om iets wat jy uit dankbaarheid prysgee, kerk toe te neem. Skryf gerus jou gedagtes hieroor neer: .

____

____

DAG 11 – VERSTROOI
(2 Maart 2026)

Toetrede:
Jy lees waarskynlik elke keer hierdie opdrag: Moenie haastig wees nie! Lees dit weer. Kom vir ’n rukkie, vir ’n asemoomblik, tot stilstand. (Steek die kers aan.) Maak jou oë toe en neem ’n paar diep asemteue sodat jou hart stadiger klop. Kom tot rus in God se teenwoordigheid voor jy oor vandag se Skrifgedeelte nadink.

Skriflesing: Sagaria 13:7–9

Oordenking: Sagaria 13:7 – “*Maak dood die herder, dat die skape uitmekaar-gejaag kan word.*”

Hier is ’n harde beeld: die herder word noodlottig getref en alles val uitmekaar. Sagaria kyk na ’n tyd van verwarring en suiwering. Soms breek gemeenskappe oop. Mense raak bang, hard, moeg. En dan raak ons vyandig teenoor die ander. Die teks herinner ons ook daaraan: die ramp het nie die laaste sê nie. Die Here het die laaste sê. Hy werk deur die vuur om te reinig en te herstel. Dit is nie ’n maklike boodskap nie, maar dit is eerlik. Gelowiges gaan soms deur swaarkry. Die Here gee egter sy status prys deur saam met sy volk dwarsdeur die swaarkry te loop. Hy bly praat van “my volk” en sy mense bly praat van “my God” (v.9). ***God se trou staan vas, selfs wanneer mense se trou wankel.***

Gebed: Hemelse Vader, hierdie verhaal het my weer laat besef dat U altyd by my is, ook in my swaarkry. Dankie dat U ook “my God”, my herder is wat vir my sorg.

Doen: Kies vandag één verhouding om te herstel eerder as te minag. Stuur ’n vredesboodskap of maak ’n afspraak om geskille uit te praat.

Aantekeninge:

____

____

____

ONS REIS VERDER DEUR TWEE EVANGELIES

Elke evangelis vertel die lydensverhaal met sy eie stem en sy eie klem, omdat elkeen ’n unieke boodskap vir ’n spesifieke gemeenskap oordra. Daarom lees ons in hierdie boekie meer as een evangelie, nie om dieselfde storie te herhaal nie, maar om die diepte daarvan vanuit verskillende hoeke te hoor.

Ons begin met die Evangelie van Markus

Markus se evangelie lees soos een lang, onafwendbare pad van vernedering. Terwyl jy saamlees, sien jy hoe die leiers en magte van die tyd aanhoudend probeer om Jesus te ontmenslik en te beskaam. Die kruis se diepste boodskap lê dan nie net in die fisiese pyn nie, maar in die vernedering: dat die Here van die leërskare Hom laat behandel soos iemand sonder waarde. En juis dáár, in daardie ontmensliking, word God se hart onthul—nie as ’n God wat van bo af afdwing nie, maar as ’n God wat van binne af red deur self te dra.

In die Ou Testament het ons reeds kennis gemaak met die Here wat Homself bekendmaak as “’n barmhartige en genadige God, geduldig (lankmoedig), oorvloedig in troue liefde en waarheid.” In Markus sien ons hoe daardie selfopenbaring uiteindelik beliggaam word.

DAG 12 – SKANDE
(3 Maart 2026)

Toetrede:
Kom vir ’n rukkie, vir ’n asemoomblik, tot stilstand. (Steek die kers aan.) Maak jou oë toe en neem ’n paar diep asemteue sodat jou hart stadiger klop. Kom tot rus in God se teenwoordigheid voor jy oor vandag se Skrifgedeelte nadink.

Skriflesing: Markus 8:31-38

Oordenking: Markus 8:34 – *“As iemand agter My aan wil kom, moet hy homself verloën, sy kruis opneem en My volg.”*

Jesus praat reguit: die pad vorentoe is nie ’n rooi tapyt nie; dit is die pad van ’n kruis. In Markus se wêreld is die kruis ’n simbool van openbare skande—die plek waar jou status weggeruk word. Jesus kies dit doelbewus. Hy gee sy status prys, omdat liefde meer werd is as aansien. Dan draai Hy na sy volgelinge: as jy My wil volg, gee die idee prys dat jy jou lewe deur selfbeskerming wil red. Dit is teen ons instinkte, maar waar: Wanneer ons alles vasgryp, raak ons bang. ***Wanneer ons ons lewe oopmaak vir God en ander, begin ons lewe vind.*** Hierdie is nie ’n oproep tot selfhaat nie, maar ’n oproep tot ware vryheid: om nie deur mense se goedkeuring beheer te word nie.

Gebed: Hier is ek, Jesus, my Verlosser. Ek wil opnuut alles wat ek is en het aan U kom gee. Help my om soos U nie vas te hou nie, maar myself te gee en U op die pad van prysgawe te volg.

Doen: Dink na: Watter “kruis” is vandag daar vir jou om te dra? Kies één persoon teenoor wie jy moeilik liefde kan betoon. Vergewe, help of wees eerlik—al kos dit jou status.

Aantekeninge:

____

____

____

DAG 13 – KIND
(4 Maart 2026)

Toetrede:
Kom vir 'n rukkie, vir 'n asemoomblik, tot stilstand. (Steek die kers aan.) Maak jou oë toe en neem 'n paar diep asemteue sodat jou hart stadiger klop. Kom tot rus in God se teenwoordigheid voor jy oor vandag se Skrifgedeelte nadink.

Skriflesing: Markus 9:30–37

Oordenking: Markus 9:37 – "*Elkeen wat so 'n kindjie in my Naam ontvang, ontvang My.*"

Terwyl Jesus oor sy komende lyding praat, stry die dissipels oor wie die belangrikste is. Dit is amper snaaks. En ook baie menslik. Jesus antwoord nie met 'n lang lesing nie, maar doen iets eenvoudigs: Hy laat 'n kind in die middel tussen hulle staan. In daardie tyd het kinders nie status gehad nie. Jesus wys dat in God se koninkryk die middel nie vir die "groot" is nie, maar vir die "klein". ***Om Jesus te volg, beteken om status prys te gee. Om nie oor jou plek te baklei nie, maar om plek te maak.*** Wanneer jy 'n kind ontvang—iemand sonder mag—ontvang jy Jesus self. Dit verander hoe ons na mense kyk. Nie "Wat kan jy vir my doen?" nie, maar "Hoe kan ek jou dien?"

Gebed: Here Jesus, help my om nie eerste aan myself te dink nie. Help my om te onthou dat U aan MY gedink het, ook aan die kruis. En maak my oë oop sodat ek iemand kan raaksien wat ek kan dien.

Doen: Doen vandag iets "kleins". Help iemand wat nie kan terugbetaal nie. Sit jou foon weg en gee vir 10 minute jou volle aandag aan 'n kind of 'n ouer persoon.

Aantekeninge:

____

____

____

DAG 14 – DIENS
(5 Maart 2026)

Toetrede:
Kom vir 'n rukkie, vir 'n asemoomblik, tot stilstand. (Steek die kers aan.) Maak jou oë toe en neem 'n paar diep asemteue sodat jou hart stadiger klop. Kom tot rus in God se teenwoordigheid voor jy oor vandag se Skrifgedeelte nadink.

Skriflesing: Markus 10:32–45

Oordenking: Markus 10:45 – *"Die Seun van die mens het ook nie gekom om gedien te word nie, maar om te dien en sy lewe te gee as losprys vir baie mense."*

Hier gee Jesus 'n nuwe definisie aan grootheid. In die wêreld klim jy op deur te wys jy is beter. In Jesus se wêreld klim jy af deur te dien. Hy praat van "loskoop": Hy gee Homself om ander vry te maak. Dit is prysgee in sy suiwerste vorm. En nie omdat Hy gedwing is nie, maar omdat Hy liefhet. Hierdie woord sny deur ons trots. As ek altyd my eie gemak eerste stel, lyk dit soos "wysheid", maar dit maak my hart klein. Jesus se diens maak sy hart groot. Dan nooi Hy ons: wees nie soos heersers wat oor ander baasspeel nie; ***wees soos mense wat hande vir mekaar vuil maak in liefde.***

Gebed: Here Jesus, dankie dat U vir my weer vandag herinner aan wat dit beteken om te dien. Ek wil graag soos U wees. Ek wil leer hoe om my hande spreekwoordelik en prakties vuil te maak omdat ek U liefhet, en omdat U my leer om my naaste lief te hê.

Doen: Kies vandag 'n diens-taak wat niemand wil doen nie: skottelgoedwas, opruim, 'n telefoonoproep maak. Doen dit stil, sonder dat dit bekend word.

Aantekeninge:

____

____

____

DAG 15 – KONFLIK
(6 Maart 2026)

Toetrede:
Kom vir 'n rukkie, vir 'n asemoomblik, tot stilstand. (Steek die kers aan.) Maak jou oë toe en neem 'n paar diep asemteue sodat jou hart stadiger klop. Kom tot rus in God se teenwoordigheid voor jy oor vandag se Skrifgedeelte nadink.

Skriflesing: Markus 11:1–19

Oordenking: Markus 11:9 – "*Prys Hom! Loof Hom wat in die Naam van die Here kom!*"

Die skare juig wanneer Jesus Jerusalem binnegaan. Maar Hy kom nederig. Binne 'n paar verse is daar konflik in die tempel. Markus wys: wanneer ware gesag opdaag, raak mense onrustig. Jesus se gesag is nie 'n skouspel nie; dit vra waarheid. Die tempel was die plek van aanbidding, maar ook 'n plek van mag en geld. Jesus se optrede sê: God se huis is nie 'n mark of plek vir status nie. Hy gee sy status prys deur nie saam te speel met mense se verwagtinge van glorie nie. Hy kies om rein te maak, eerder as om te beïndruk. Hy kies dat die Here eerder deur almal aanbid word as om die ritueel in stand te hou. ("*My huis sal 'n huis van gebed vir al die nasies wees*"). Dit vra vandag ook: ***Waar het ons geloof 'n manier geword om onsself te verheerlik, eerder as om God te eer en mense te dien?***

Gebed: Jesus, dit moes U baie seergemaak het om te sien hoe die fokus van die tempel weggeskuif het van wat dit eintlik bedoel was om te wees. Dankie dat U vandag weer deur hierdie verhaal perspektief bring. Leer my om raak te sien wat dit in my lewe is wat in die plek staan van u eer. Wat dalk rituele geword het, sonder dat U sentraal is.

Doen: Kyk vandag na een gewoonte wat jou hart onrustig maak (geld, skermtyd, gekla). Gee dit vir 24 uur prys as 'n "tempelskoonmaak."

Aantekeninge:

DAG 16 – ONDERVRA
(7 Maart 2026)

Toetrede:
Kom vir 'n rukkie, vir 'n asemoomblik, tot stilstand. (Steek die kers aan.) Maak jou oë toe en neem 'n paar diep asemteue sodat jou hart stadiger klop. Kom tot rus in God se teenwoordigheid voor jy oor vandag se Skrifgedeelte nadink.

Skriflesing: Markus 11:27–33

Oordenking: Markus 11:28 – *"Deur watter gesag doen U hierdie dinge?"*

Die leiers vra nie omdat hulle wil leer nie, maar omdat hulle beheer wil behou. Jesus weier om in hulle strik te trap. Soms is dit die wysste besluit om nie elke uitdaging te wil "wen" nie. Jesus gee sy eer prys deur nie aan 'n oneerlike hof die eer van 'n antwoord te gee nie. Hy bly vry. Dit is belangrik: nie elke vraag is 'n oop deur nie. Party vrae is 'n lokval om jou hart aan te vuur om kwaai te reageer. Jesus leer ons 'n heilige kalmte: moenie jou siel uitverhuur aan mense se manipulasie nie. ***Bly by die waarheid, maar kies jou woorde met wysheid***.

Gebed: Here Jesus, u voorbeeld raak my diep. Ek kon nie verstaan hoekom U stilgebly het nie, maar nou verstaan ek 'n bietjie beter. Vergewe my vir dié kere wat ek met kwaadwees gereageer het, en leer my om met wysheid te luister en te reageer.

Doen: As iemand jou vandag tart of uitlok, skep eers asem. Sê dan: "Ek wil regtig praat, maar nie op hierdie oomblik nie." Gee die behoefte prys om dadelik te reageer. En as daar nie vandag so 'n situasie is nie, oefen om wys op so 'n situasie te reageer. Vertel vir 'n vriend/vriendin/geliefde van hierdie les wat jy geleer het, en oefen dit saam met hom/haar.

Môre is dit die DERDE Sondag in Lydenstyd

Jy is weer eens welkom om een van ons eredienste by te woon. Lees ook weer die inligting op bladsy 10 oor praktiese deelname aan "Prysgee" gedurende Lydenstyd.

DAG 17 – WINGERD
(9 Maart 2026)

Toetrede:
Kom vir ’n rukkie, vir ’n asemoomblik, tot stilstand. (Steek die kers aan.) Maak jou oë toe en neem ’n paar diep asemteue sodat jou hart stadiger klop. Kom tot rus in God se teenwoordigheid voor jy oor vandag se Skrifgedeelte nadink.

Skriflesing: Markus 12:1–12

Oordenking: Markus 12:10 – *“Die klip wat deur die bouers afgekeur is, juis hy het die belangrikste klip in die gebou geword.”*

Jesus vertel ’n storie van ’n wingerd en huurders wat alles vir hulleself wil hê. Hulle wil selfs die erfgenaam doodmaak om sodoende die grond te vat. Dis ’n prent van hoe status en besit mense se harte kan vergiftig. Die skok is: die eienaar stuur sy geliefde seun. Markus wys die hart van God: Hy gee alles prys. Hy kies die risiko om die pad van liefde te loop. Hy kom nie net met straf nie, maar Hy kom met ’n Seun, met ’n uitnodiging tot terugkeer. Mense se eer-kompetisie maak hulle blind. Tog sê die teks: ***God kan verwerping omskep in ’n hoeksteen—iets wat opbou***.

Gebed: Hemelse Vader, dankie dat U u geliefde Seun gestuur het – prysgegee het! - vir MY! Ek kniel vandag in dankbaarheid en vra dat U my sal wys waar ek dalk nog vasklou aan iets wat tussen my en U staan.

Doen: Waaraan klou jy vandag te hard vas? (Beheer? Geld? Erkenning?) Gee iets daarvan weg. Dalk was daar ’n geleentheid waar jy nie erkenning gekry het vir iets wat jy gedoen het nie? Laat dit agter jou. Of dink ná oor iets wat vir jou te belangrik was, wat jy met iemand anders kan deel.

Aantekeninge:

____

____

____

DAG 18 – WAAK
(10 Maart 2026)

Toetrede: Kom vir 'n rukkie, vir 'n asemoomblik, tot stilstand. (Steek die kers aan.) Maak jou oë toe en neem 'n paar diep asemteue sodat jou hart stadiger klop. Kom tot rus in God se teenwoordigheid voor jy oor vandag se Skrifgedeelte nadink.

Skriflesing Markus 13:33–37

Oordenking: Markus 13:35 – *"Bly dus waaksaam, omdat julle nie weet wanneer die huiseienaar kom nie, in die aand of middernag of met hanekraai of die môre vroeg nie."*

Hier is nie paniek nie; hier is wakker liefde. Jesus praat van 'n huis waar die dienaars nie wil slaap terwyl die Here op pad is nie. In Lydenstyd is "waak" nie net geestelike "oop oë" nie; dit is om jou hart oop te hou vir Jesus se pad van prysgee. Lomerigheid maak 'n mens selfgesentreerd: jy sien net jou skedule, jou moegheid, jou probleme. Waaksaamheid sien: God is hier. Mense is hier. Die nood is hier. Jesus gee Homself weg, deur wakker te bly vir ander, selfs wanneer die nag swaar word. ***Hy nooi ons om saam met Hom wakker te wees***. Om nie te verdof nie, maar bewustelik te leef.

Gebed: Here, ek wil graag wakker wees! Ek wil verby my eie program en dinge wat vir my belangrik is, kyk en raaksien wat vir U belangrik is. Help my asseblief hiermee.

Doen: Kies vandag 'n "waak-oomblik". Sit 5 minute stil sonder 'n skerm. Vra: "Here, wie sien ek nie raak nie?" Doen dan iets kleins vir daardie persoon.

Aantekeninge:

____

____

____

DAG 19– SALWING
(11 Maart 2026)

Toetrede:
Kom vir 'n rukkie, vir 'n asemoomblik, tot stilstand. (Steek die kers aan.) Maak jou oë toe en neem 'n paar diep asemteue sodat jou hart stadiger klop. Kom tot rus in God se teenwoordigheid voor jy oor vandag se Skrifgedeelte nadink.

Skriflesing: Markus 14:1–11

Oordenking: Markus 14:8 – *"Sy het vooruit al my liggaam gesalf as voorbereiding vir my begrafnis..."*

'n Vrou breek 'n duur fles oop. Party mense kla: "Vermorsing!" Jesus sê: "Sy het 'n mooi ding gedoen." Liefde lyk soms soos vermorsing vir mense wat net optelsomme maak. Hierdie oomblik is sag, maar dit is ook profeties: Jesus se dood kom nader. Sy eer Hom nie met 'n toespraak nie, maar met 'n daad wat haar baie geld gekos het. Sy stel haarself bloot, want om so op te tree, maak jou maklik die teiken van kritiek. Jesus ontvang die salwing. ***In die prysgee, te midde van 'n donker komplot, is daar een helder lig: liefde wat sien wat ander nie wil sien nie.***

Gebed: Jesus, toe ek oor hierdie vrou se optrede nadink, het ek weer besef hoe kosbaar haar optrede was. Nou kom ek na U toe, in afhanklikheid, en vra dat U vir my sal wys waar ek net so, sonder om die prys te bereken, liefde kan gee.

Doen: Doen vandag 'n "mooi ding" vir iemand: 'n briefie, 'n blom. Moenie dit doen om gesien te word nie—doen dit uit liefde.

Aantekeninge:

____

____

____

DAG 20 – VERBOND

(12 Maart 2026)

Toetrede:
Kom vir 'n rukkie, vir 'n asemoomblik, tot stilstand. (Steek die kers aan.) Maak jou oë toe en neem 'n paar diep asemteue sodat jou hart stadiger klop. Kom tot rus in God se teenwoordigheid voor jy oor vandag se Skrifgedeelte nadink.

Skriflesing: Markus 14:12–26

Oordenking: Markus 14:24 – *"Dit is my bloed, die bloed waardeur die verbond beseël word en wat vir baie mense vergiet word."*

Jesus neem sy plek by 'n tafel in - die gewone plek van kos en gesprek - en maak dit 'n heilige plek. Hy neem brood, breek dit, gee dit. Hy neem die beker, deel dit. In die evangelie van Markus is dit skokkend: eer word nie gegryp nie; eer word uitgedeel. Jesus gee sy status prys deur Homself as kos te gee vir vriende wat gaan vlug, vir 'n verraaier, vir mense wat nog nie verstaan nie. Die verbond is nie 'n medalje vir die beste mense nie; dit is God se hand wat na gebroke mense uitreik. Hier leer ons: ***God se liefde is nie 'n idee of teorie nie; dit is 'n tafeldaad***.

Gebed: Jesus, by daardie tafel het so baie gebeur! Ek is diep dankbaar dat, al was ek self nie daar nie, hierdie heilige oomblik, die deelneem aan nagmaal, ook vir my bedoel is. Dankie dat U dit nie vir perfekte mense nie, maar vir gebroke mense uitdeel – ook vandag.

Doen: 'n Paar dae gelede het jy probeer dink aan iemand wat gewoonlik misgekyk word. Doen dit vandag weer. Nooi iemand wat dit vandag nodig het, om saam met jou ietsie te kom eet. 'n Koppie tee of koffie te geniet.

Aantekeninge:

____

____

____

DAG 21 – SELFVERTROUE

(13 Maart)

Toetrede:
Kom vir 'n rukkie, vir 'n asemoomblik, tot stilstand. (Steek die kers aan.) Maak jou oë toe en neem 'n paar diep asemteue sodat jou hart stadiger klop. Kom tot rus in God se teenwoordigheid voor jy oor vandag se Skrifgedeelte nadink.

Skriflesing: Markus 14:27–31

Oordenking: Markus 14:29 – *"Al sal hulle ook almal van U afvallig word, ek sal nie."*

Petrus is eerlik—en oormoedig. Hy wil graag die held wees. Jesus weet: die nag gaan swaar wees en selfvertroue gaan wegsmelt. Hierdie teks is nie om met Petrus te spot nie; dit is om ons te help sien hoe broos ons is. Soms bou ons ons status op: "Ek is sterk. Ek sal altyd reg doen." Dan kom vrees, druk, moegheid—en ons val. Jesus gee die reg om te verwyt prys, wanneer Hy vir Petrus aanvaar vir wie hy is. Jesus waarsku hom, ja, maar Hy hou hom ook vas in liefde. ***Ons leer: ware geloof is nie grootpraat nie; dit is nederige afhanklikheid***.

Gebed: Here Jesus, ek staan vandag soos Petrus voor U. Ek kry dit steeds nie reg om altyd en in alle omstandighede die regte ding te doen nie. Ek dink dikwels ek kan self iets regkry. Dankie dat U my ook vashou in liefde.

Doen: In jou gebed het jy reeds bely dat jy nie altyd die regte ding doen nie. Fokus nou op die vraag: Waar en wanneer is jy geneig om te spog of te oordryf? Voeg dan jou erkenning en belydenis by die gebed hierbo, en vra hulp as jy dit nodig het. Dit help ook om iets daarvan hieronder neer te skryf.

Aantekeninge:

____

____

____

DAG 22 – OORGAWE

(14 Maart 2026)

(Die geleerdes beweer dat, as jy 'n gewoonte 21 keer herhaal, dit 'n lewenshouding kan word. Mag hierdie daaglikse toetrede ook vir jou 'n verrykende gewoonte word.)

Toetrede:

Kom vir 'n rukkie, vir 'n asemoomblik, tot stilstand. (Steek die kers aan.) Maak jou oë toe en neem 'n paar diep asemteue sodat jou hart stadiger klop. Kom tot rus in God se teenwoordigheid voor jy oor vandag se Skrifgedeelte nadink.

Skriflesing: Markus 14:32–42

Oordenking: Markus 14:36 – *"Abba, Vader, alles is vir U moontlik. Neem hierdie lydensbeker van My af weg. Moet nogtans nie doen wat Ek wil nie, maar wat U wil."*

Getsemane is die plek waar Jesus in gebed bloed sweet. Hy is nie ongevoelig nie. Hy is bang. Hy vra: "Is daar nie 'n ander weg nie?" Ons kan met sy broosheid identifiseer. En dan kom die kern: Hy gee Homself deur sy wil oop te maak vir die groter doel. Dit is nie passief nie; dit is die dapperste aktiewe keuse: om God te vertrou wanneer jy nie die uitkoms kan beheer nie. Die dissipels slaap. Jesus bly waak. Liefde bly wakker. ***In hierdie tuin leer ons dat gehoorsaamheid soms trane het, maar ook vrede diep onder die trane.***

Gebed: : Hemelse Vader, U het gesien hoe u Seun in Getsemane geworstel het – sy gebed gehoor. En tog het U nie die beker weggeneem nie. Jesus, dankie dat U gehoorsaam was en my vandag geleer het dat gehoorsaaheid, al is daar trane, vrede bring.

Doen: Kies vandag één moeilike saak wat jy nie kan beheer nie. Sê dit vir God in jou eie woorde (jy kan dit neerskryf) en eindig met: "Here, ek vertrou U."

Môre is dit die VIERDE Sondag in Lydenstyd

Jy sal weer welkom wees by een van ons eredienste. Wil jy dalk weer nadink oor prysgee? Berei vandag iets voor wat jy môre kan kerk toe neem.

DAG 23 – VREES
(16 Maart 2026)

Dit is weer tyd vir stilword

Toetrede: Kom vir 'n rukkie, vir 'n asemoomblik, tot stilstand. (Steek die kers aan.) Maak jou oë toe en neem 'n paar diep asemteue sodat jou hart stadiger klop. Kom tot rus in God se teenwoordigheid voor jy oor vandag se Skrifgedeelte nadink.

Skriflesing: Markus 14:43–52

Oordenking: Markus 14:50 *"Toe het al sy dissipels Hom in die steek gelaat en weggehardloop."*

Hier gebeur dit: die vriende hardloop weg. Vrees stroop hulle van dapper woorde. Markus vertel dit presies soos dit is. Daar is geen versagting van die harde feite nie. Dit is belangrik: die Bybel idealiseer nie die dissipels nie. Dit troos ons. As jy al weggehardloop het, is jy nie buite God se storie nie. Jesus sê nie: "Dan verdien julle my nie." Hy loop die pad alleen, vir hulle ook. ***Vrees maak jou klein; liefde maak jou oop.***

Gebed: Here, ek is skaam om te erken, maar ek het simbolies ook al weggehardloop – dalk stilgebly toe ek moes praat. Leer my om nie my lewe deur vrees te laat beheer nie.

Doen: Dink na: Wanneer het vrees jou al laat wegdraai? Voordat jy weer weghardloop, stop! Maak 'n oproep, knoop 'n gesprek aan, maak 'n eerlike erkenning.

Aantekeninge:

____

____

____

____

DAG 24 – SPOT
(17 Maart 2026)

Toetrede:
Kom vir 'n rukkie, vir 'n asemoomblik, tot stilstand. (Steek die kers aan.) Maak jou oë toe en neem 'n paar diep asemteue sodat jou hart stadiger klop. Kom tot rus in God se teenwoordigheid voor jy oor vandag se Skrifgedeelte nadink.

Skriflesing: Markus 14:53–65

Oordenking: Markus 14:65 – *"Hulle het sy oë toegebind, Hom met die vuis geslaan en vir Hom gesê: 'Profeteer 'n bietjie!'"*

Hier word die Heilige as 'n grap behandel. Spot is 'n wapen: dit maak iemand klein, dit ontmens. Spot word hier doelbewus kragdadig teen Jesus gebruik. Hy kan terugpraat. Hy kan vernietig. Maar Hy doen dit nie. Hy gee sy mag prys—nie omdat Hy swak is nie, maar omdat Hy nie met die duisternis se wapens wil veg nie. Markus wil hê ons moet sien: God se koningskap lyk anders. ***Dit is 'n koningskap wat ly eerder as om ander te laat ly***. Dit lei tot 'n vraag aan ons: Hoe maklik spot ons met ander—by die tafel, op sosiale media, in 'n grappie?

Gebed: Jesus, my hart krimp ineen wanneer ek hierdie verhaal lees! Hoe is U nie verneder nie! Hoe het U gely! U koningskap is werklik anders. Ek wil by U leer hoe om U te volg in elke dag se gesprekke en optrede.

Doen: Gee vandag spot prys. As iemand afgekraak word, sê iets vriendeliks of verander die onderwerp. Bou iemand met een opregte kompliment op. Moenie stilbly nie. Skryf hieronder 'n situasie neer waar jy nie moes stilgebly het toe iemand gespot of afgekraak is nie.

Aantekeninge:

____

____

____

DAG 25 – ONTKENNING
(18 Maart 2026)

Toetrede:
Kom vir 'n rukkie, vir 'n asemoomblik, tot stilstand. (Steek die kers aan.) Maak jou oë toe en neem 'n paar diep asemteue sodat jou hart stadiger klop. Kom tot rus in God se teenwoordigheid voor jy oor vandag se Skrifgedeelte nadink.

Skriflesing: Markus 14:66–72

Oordenking: Markus 14:72 – *"En hy het in trane uitgebars."*

Petrus ontken drie keer. Nie in 'n groot hof nie, maar by 'n vuur, in 'n gewone gesprek, teenoor 'n gewone slawemeisie. Dit is hoe dit dikwels gaan: ons grootste val is nie altyd dramaties nie; dit is klein oomblikke waar ons bang raak vir mense se mening. En dan kraai die haan... Petrus onthou. Hy huil. Trane is nie die einde nie; dit is 'n begin. Jesus dra Petrus se mislukking sonder om hom te vernietig. So daal Hy in ons midde neer. Hierdie verhaal gee hoop: God se genade is groter as jou swakste oomblik. ***Berou is nie selfhaat nie; dit is om na liefde toe terug te draai.***

Gebed: Hier is ek, Here Jesus. Ek is weer eens vandag bewus daarvan hoe maklik ek U kan teleurstel. Maar ek staan binne u genadige teenwoordigheid en kom sê dankie dat, soos U nie vir Petrus verwerp het nie, U ook teenoor my genadig is.

Doen: Gebruik 'n tydjie om na te dink. Is daar iets wat jy moet erken? Erken waar jy dalk bang was vir mense se mening – dalk nie in soveel woorde gesê het dat jy Jesus nie ken nie, maar wel stilgebly het? Sê dit vir God. As dit nodig is, sê dit ook vir iemand wat jy vertrou. Wees jou opregte self. Leef dit voluit.

Aantekeninge:

DAG 26 – OORGEE
(19 Maart 2026)

Toetrede:
Kom vir 'n rukkie, vir 'n asemoomblik, tot stilstand. (Steek die kers aan.) Maak jou oë toe en neem 'n paar diep asemteue sodat jou hart stadiger klop. Kom tot rus in God se teenwoordigheid voor jy oor vandag se Skrifgedeelte nadink.

Skriflesing: Markus 15:1–15

Oordenking: Markus 15:15 – *"Hy het Jesus laat gesel en Hom oorgelewer om gekruisig te word."*

Pilatus weet wat reg is, maar hy kies dit om voor die skare te swig. Markus wys hoe politiek soms werk: mense ruil geregtigheid vir gewildheid. Dit is 'n hartseer prentjie van menslike eer: "Wat sal hulle dink?" En Jesus staan daar—stil, kwesbaar. Hy gee sy Wese prys en word oorgegee. Dit beteken nie God keur onreg goed nie. Dit beteken: God stap selfs in ons onreg in om dit van binne af, af te breek. ***Lydenstyd wys ons hoe lelik menslike mag kan wees—en hoe vas God se liefde kan staan***.

Gebed: Jesus, u vernedering op hierdie pad na die kruis raak my diep, en ek dink na oor die wêreld waarin ons leef, waar menslike eer en mag ook dikwels belangriker is as dit wat reg is. Maak my oë ook oop om te sien waar ek kan help om teen onreg op te staan.

Doen: Kies vandag geregtigheid bo gewildheid. Dit kan iets kleins wees; praat die waarheid, al is dit ongemaklik. Moenie saam lag as dit iemand seermaak nie.

Aantekeninge:

____

____

____

DAG 27 – KROON
(20 Maart 2026)

Toetrede:
Kom vir 'n rukkie, vir 'n asemoomblik, tot stilstand. (Steek die kers aan.) Maak jou oë toe en neem 'n paar diep asemteue sodat jou hart stadiger klop. Kom tot rus in God se teenwoordigheid voor jy oor vandag se Skrifgedeelte nadink.

Skriflesing: Markus 15:16–20

Oordenking: Markus 15:18 – *"Ons groet u, Koning van die Jode!"*

Die soldate skep 'n toneel: purperkleed, doringkroon, 'n vals groet. Hulle spot met die Here se koningskap. Markus wil hê ons moet die ironie sien: juis hier, waar dit soos totale vernedering lyk, word Jesus se unieke koningskap onthul. Hy is 'n Koning wat nie doodmaak om te regeer nie; Hy gee Homself om te red. Hy gee sy totale Wese op—en die toneel word die uitbeelding van die troon van liefde. Hierdie uitbeelding vra nou: ***Wat dink ek is ware "krag"? Is dit krag om ander te oorheers of verg dit krag om nie terug te slaan nie?***

Gebed: Jesus, terwyl u koninkskap bespot is, het U gewys dat u koningskap anders lyk. Dankie dat U ook my Koning is, 'n Koning wat lief het en my ook vandag leer om só lief te hê.

Doen: Hoe dikwels gebeur dit in jou eie lewe dat jy neig om 'n argument te wil "wen"? Gee vandag daardie behoefte prys.
Kies om sag te praat of om stil te bly wanneer jy andersins sou byt.

Aantekeninge:

____

____

____

____

____

DAG 28 – KRUIS
(21 Maart 2026)

Toetrede:
Kom vir 'n rukkie, vir 'n asemoomblik, tot stilstand. (Steek die kers aan.) Maak jou oë toe en neem 'n paar diep asemteue sodat jou hart stadiger klop. Kom tot rus in God se teenwoordigheid voor jy oor vandag se Skrifgedeelte nadink.

Skriflesing: Markus 15:21–32

Oordenking: Markus 15:24 – *"Toe kruisig hulle Hom..."*

Die kruis is ontwerp om iemand te verneder. Dit was openbare skande: "Kyk hoe breek ons jou." Markus beskryf dit sonder dramatiese taal, want die feit self is erg genoeg. Verbygangers spot, leiers tart, soldate speel ligsinnig. Alles skree: "Jy het geen status nie!" En "Jy is nie 'n mens nie!" Tog kies Jesus om daar te bly. Hy gee sy Wese tot die uiterste toe prys. Nie omdat Hy van pyn hou nie, maar omdat Hy liefhet. ***In Lydenstyd kyk ons nie na die kruis om skuldig te voel nie; ons kyk om te sien hoe omvattend God se liefde is.***

Gebed: Here Jesus, U het gekies om tot die dood toe gehoorsaam te bly, om u Wese prys te gee, ter wille van my! Ek vra dat U my sal help om nie met skuldgevoelens na die kruis te kyk nie, maar om te sien hoe omvattend u liefde is.

Doen: Wie dra vandag "skande" (armoede, siekte, verwerping) in jou omgewing? Doen één ding wat eer herstel: groet, help, beskerm of staan saam. Moenie net by dié oproep tot 'n daad, verbyblaai nie. Skryf 'n naam neer en neem 'n besluit daaroor.

Môre is dit die VYFDE Sondag in Lydenstyd.
Tydens hierdie lydensreis het ons o.a. bewus geraak van wat nederigheid is, wat dit beteken om stil te bly wanneer dit nodig is, en ook om NIE stil te bly wanneer praat nodig is nie. Blaai bietjie terug, en praat met die Here daaroor. Berei voor vir môre se erediens. Dalk wil jy (weer), iets tydens die erediens gaan neersit?

DAG 29 – ERKENNING
(23 Maart 2026)

Toetrede:
Kom vir 'n rukkie, vir 'n asemoomblik, tot stilstand. (Steek die kers aan.) Maak jou oë toe en neem 'n paar diep asemteue sodat jou hart stadiger klop. Kom tot rus in God se teenwoordigheid voor jy oor vandag se Skrifgedeelte nadink.

Skriflesing: Markus 15:33–41

Oordenking: Markus 15:39 – *"Hierdie man was werklik die Seun van God."*

Duisternis. Jesus sterf. En toe gebeur iets onverwags: 'n Romeinse offisier - 'n buitestander - sien iets en sê 'n groot waarheid. Markus wys ons dat God se heerlikheid soms die duidelikste gesien word waar mense net skande verwag. Jesus lê sy Wese af en so word sy identiteit erken. Dit troos ons. Wanneer dit vandag vir jou voel of alles donker is, beteken dit nie God is weg nie. ***Soms word geloof in die donkerte gebore***. God kan die hart van selfs 'n vyandige buitestander aanraak, te midde van volgelinge van God wat nie verstaan nie. 'n Hoë amptenaar in die Romeinse Ryk sien iets raak wat die dissipels moeilik kon raaksien.

Gebed: Jesus, saam met die Romeinse offisier bely ek vandag weer: U is waarlik die Seun van God! En dankie dat ek vandag weet dat, wanneer dinge rondom my donker voel, U steeds by my is.

Doen: Vra vandag: "Here, watter behoefte wat ander miskyk, wil U hê moet ek vandag van iemand raaksien?" Skryf dan dit neer wat vir jou 'n teken van hoop is. 'n Vriendelike woord, 'n helpende hand, die belewing van 'n oomblik van vrede. Kyk of jy dit later kan gebruik om vir iemand te gee nadat jy daardie persoon se nood gesien het.

Aantekeninge:

____

____

____

DAG 30– STILTE
(24 Maart 2026)

Toetrede:
Kom vir ’n rukkie, vir ’n asemoomblik, tot stilstand. (Steek die kers aan.) Maak jou oë toe en neem ’n paar diep asemteue sodat jou hart stadiger klop. Kom tot rus in God se teenwoordigheid voor jy oor vandag se Skrifgedeelte nadink.

Skriflesing: Markus 15:42–47

Oordenking: Markus 15:46 – *“Josef het Hom in die linne toegedraai en neergelê in 'n graf….”*

Die laaste toneel is stil: ’n liggaam, linne, ’n graf. Markus wys die getroue mense in die agtergrond vir ons: Josef en die vroue. Mense wat nie met groot mag werk nie, maar met liefde. Selfs hier bly die tema: Jesus gee alles prys, selfs tot in die stilte van die dood. En God se eer? Dit lê nie in die fanfare van ’n groot begrafnis nie; dit lê in getrouheid, in sorg, in “ek los Hom nie alleen nie.” ***Hierdie dag leer ons om geduldig te wees. God werk ook wanneer ons net stilte sien.***

Gebed: Skep vandag ’n “stilteplek” vir 5 minute se stilwees. Sit net. Asem in en uit. Bid dan by herhaling elke keer wanneer jy jou asem intrek: “Here, in my stilte, hou U my vas.”

Doen: Daar is dalk iewers iemand wat ’n klein daad van jou nodig het, as bewys van jou getrouheid aan julle verhouding. Dit kan ’n oproep wees, ’n selfoonboodskap van omgee, ’n blom uit jou tuin, ’n pakkie koekies of sommer net ’n lekker kuier.

Aantekeninge: (Dalk wil jy jou besluit neerskryf?)

____

____

____

____

ONS FOKUS SKUIF NOU NA DIE EVANGELIE VAN LUKAS.

By Lukas hoor ons ’n ander ritme as in die evangelie van Markus. In Lukas 9 is daar daardie kairos-oomblik waarin Jesus aandui dat Hy vasbeslote is om na Jerusalem te reis (die wending waar die pad doelgerig word). Van daar af reis ons saam met Hom “op die weg”. Op hierdie weg gee Hy sy *psuchē* (vertaal as “lewe”), sy wese, prys. Lukas laat ’n mens sien hoe Jesus nie net by die kruis nie, maar reeds op pad daarheen, sy Goddelike lewe vir mense oopbreek: in sy keuses, sy selfprysgawe, sy barmhartigheid, sy teenwoordigheid by die geringes. Weer ontdek ons dat Jesus presies ooreenstem met die Here wat Homself reeds in die Ou Testament bekend gemaak het: die God wat in troue liefde nader kom, selfs wanneer dit Hom alles kos.

DAG 31 – ONTEER
(25 Maart 2026)

Toetrede:
Kom vir 'n rukkie, vir 'n asemoomblik, tot stilstand. (Steek die kers aan.) Maak jou oë toe en neem 'n paar diep asemteue sodat jou hart stadiger klop. Kom tot rus in God se teenwoordigheid voor jy oor vandag se Skrifgedeelte nadink. Dalk kan jy gister se gebed herhaal.

Skriflesing: Lukas 4:16–30

Oordenking: Lukas 4:24 – *"Geen profeet word in die plek waar hy grootgeword het, aanvaar nie."*

Jesus begin sy bediening met goeie nuus. Maar sy eie mense wil Hom van 'n krans afgooi. Dit is 'n dolksteek: die profeet word onteer waar hy veronderstel is om te behoort. Lukas deel ons mee dat Jesus se pad van prysgawe nie eers in Jerusalem begin nie; dit begin in Nasaret, by die pyn van verwerping. Hy manipuleer nie sy mense om Hom te aanvaar nie. Hy bly by die waarheid van God se genade—ook wanneer dit mense kwaad maak, want genade steek grense oor. ***Met die lees van hierdie gebeure besef ons hoe dit ons help wanneer ons verwerping beleef: jy kan getrou wees en tog nie "welkom" wees nie***.

Gebed: Here Jesus, ek wil vandag stil nadink oor die verwerping wat U moes beleef. Ek besef nou dat u pad na die kruis, u lyding en prysgawe, oor 'n lang tydperk gestrek het. Help my om, wanneer ek verwerping beleef, nie daarteen vas te kyk nie, maar getrou aan U sal bly.

Doen: Wie "pas nie in" by jou groep nie? Groet vandag doelbewus iemand buite jou kring. Maak plek—soos Jesus.

Aantekeninge:

____

____

____

DAG 32 – KOERS
(26 Maart 2026)

Toetrede:
Kom vir ’n rukkie, vir ’n asemoomblik, tot stilstand. (Steek die kers aan.) Maak jou oë toe en neem ’n paar diep asemteue sodat jou hart stadiger klop. Kom tot rus in God se teenwoordigheid voor jy oor vandag se Skrifgedeelte nadink.

Skriflesing: Lukas 9:51–56

Oordenking: Lukas 9:51 – *“Toe die tyd nader kom dat Jesus in die hemel opgeneem sou word, het Hy vasbeslote die reis na Jerusalem begin.”*

Hier verander Lukas se verhaal: Jesus begin die pad na Jerusalem toe loop. Dis ’n sterk sin: Hy kies koers. Langs die pad kom verwerping. Die dissipels wil wraak neem. Jesus keer hulle. Hy gebruik nie geweld om sy opdrag te beskerm nie. Hy kies die pad van liefde, selfs wanneer mense Hom wegwys. Dit leer ons dat om koers te hou, soms beteken om jou “reg” om kwaad te wees, prys te gee. Nie omdat onreg nie saak maak nie, maar omdat wraak jou hart se vreugde steel. ***Jesus se koers is God se hart: om te red, nie te vernietig nie.***

Gebed: Jesus, leer my in hierdie volgende dae om bewustelik saam met U op u lydenspad te loop en by U te leer – soos vandag – om my “reg” soms prys te gee.

Doen: Waarheen is jy in jou lewe op pad? Kies vandag koers. Kies een spesifieke ding, en kies dan die regte volgende stap, al is jy moeg. En as daar iets in jou pad staan, soos iemand wat dit vir jou moeilik maak, gee vandag die behoefte om terug te slaan, prys, en antwoord met sagtheid.

Aantekeninge:

____

____

____

DAG 33 – LAASTE
(27 Maart 2026)

Toetrede:
Kom vir ’n rukkie, vir ’n asemoomblik, tot stilstand. (Steek die kers aan.) Maak jou oë toe en neem ’n paar diep asemteue sodat jou hart stadiger klop. Kom tot rus in God se teenwoordigheid voor jy oor vandag se Skrifgedeelte nadink.

Skriflesing: Lukas 10:25–37

Oordenking: Lukas 10:36, 37 – *Die wetgeleerde antwoord: "Die man wat aan hom medelye bewys het." Toe sê Jesus vir hom: "Gaan maak jy ook so."*

Die gelykenis van die barmhartige Samaritaan keer status onderstebo. Die “regte” mense loop verby; die onverwags-eerlose een help. Lukas wys: liefde is nie ’n gevoel nie; dit is ’n pad wat jy stap. Om ’n naaste te word beteken jy gee vooroordeel prys en raak betrokke. Jy betaal tyd, aandag, geld. Dit is prysgawe. In Lydenstyd leer Jesus ons dat God se hart soos ’n Samaritaan se hande is: Hy buig af na die seerkry langs die pad. ***As ons God wil eer, doen ons dit nie deur groot woorde nie, maar deur naby aan die ander te kom.***

Gebed: Here God, ek wil leer hoe om werklik naby aan mense te kom – só naby dat ek hulle nood kan raaksien en iets daaraan doen.

Doen: Kies vandag een “langs-die-pad”-mens: iemand wat swaar dra. Stuur ’n boodskap of bied konkrete hulp. Staan 15 minute van jou skedule daaraan af.

Aantekeninge:

____

____

____

____

____

DAG 34 – KLAG
(28 Maart 2026)

Toetrede:
Kom vir 'n rukkie, vir 'n asemoomblik, tot stilstand. (Steek die kers aan.) Maak jou oë toe en neem 'n paar diep asemteue sodat jou hart stadiger klop. Kom tot rus in God se teenwoordigheid voor jy oor vandag se Skrifgedeelte nadink.

Skriflesing: Lukas 13:31–35

Oordenking: Lukas 13:34 – *"Hoe dikwels wou Ek jou kinders bymekaarmaak ..."*

Jesus huil oor Jerusalem nog voordat die kruis kom. Hy kla nie sy volk aan nie; Hy kla soos 'n ouer wat liefhet. Lukas wys dat God se hart kwesbaar is. Dit is nie 'n koue God wat net reëls uitdeel nie; dit is 'n God wat roep, wag, verlang. Jesus is broos deur te wys hoe diep sy liefde kan seerkry. ***Hierdie teks help ons om ons eie trane te eer: om te huil is nie ongeloof nie; dit is mens-wees.*** En dit is ook 'n uitnodiging: moenie jou hart toesluit nie. Laat God met jou saamstap.

Gebed: Jesus Christus, U het gehuil omdat U liefhet! Dankie dat U vir my ook die vermoë gegee het om te huil. Stap saam met my, en maak my hart sag om raak te sien waar ek liefde moet leef.

Doen: Dink na oor waar jou hart verhard is. Doen een daad van sagtheid: vergifnis, 'n drukkie, 'n eerlike woord.

Môre is dit die SESDE Sondag in Lydenstyd. Dit word Palmsondag genoem.

Ons dink aan die skare wat met palmtakke gejuig het: "Prys Hom! Loof Hom wat in die Naam van die Here kom!" en: "Die Koning van Israel!". Maar ons weet ook dat dit die begin van die laaste week voor Jesus se kruisiging was – toe die skare (dalk dieselfde mense?) geskreeu het: "Kruisig Hom!". Jy word uitgenooi om môre die erediens by te woon, en vir 'n laaste keer word jy herinner aan die uitnodiging om iets wat jy wil prysgee, kerk toe te bring.

DAG 35 – TRANE
(30 Maart 2026)

Toetrede:

Kom vir ’n rukkie, vir ’n asemoomblik, tot stilstand. (Steek die kers aan.) Maak jou oë toe en neem ’n paar diep asemteue sodat jou hart stadiger klop. Kom tot rus in God se teenwoordigheid voor jy oor vandag se Skrifgedeelte nadink.

Skriflesing: Lukas 19:41–44

Oordenking: Lukas 19:41 – *“Toe Hy nog nader kom en die stad voor Hom sien, het Hy daaroor gehuil.”*

Jesus is op pad na Jerusalem om die Pasga te vier. Jesus sien Jerusalem en huil. Hy sien wat kom: mense gaan ly, die stad gaan breek. Sy gemoed is sag. Lukas wys: God se oordeel is nooit koud en harteloos nie. Hy treur wanneer mense hul eie vrede mis. Jesus gee objektiwiteit prys, deur sy trane, deur kwesbaarheid, deur liefde wat nie wegkyk nie. Dit is ’n uitnodiging om ook te huil oor wat gebreek is—sonder om sinies te word, sonder ’n verwyt van “ek het mos gesê.” ***Trane kan die begin van gebed wees en gebed kan die begin van nuwe hoop wees.***

Gebed: Here Jesus, U het God se Vaderhart getoon toe U oor Jerusalem gehuil het. Gehuil het omdat mense gaan ly en ’n stad gebreek gaan word. En nou leer U my om ook oor wat gebreek is, te huil. U ken my. U weet waaroor ek ook vandag wil huil. Gee my nuwe hoop!

Doen: Kies vandag een ding in jou dorp/gesin wat jou hart seermaak. In jou gebed het jy dalk reeds met God daaroor gepraat. Doen nou ’n klein daad van vrede: help, gee, versoen of ondersteun iemand in nood.

Aantekeninge:

____

____

____

DAG 36 – KOALISIE

(31 Maart 2026)

Toetrede:
Kom vir 'n rukkie, vir 'n asemoomblik, tot stilstand. (Steek die kers aan.) Maak jou oë toe en neem 'n paar diep asemteue sodat jou hart stadiger klop. Kom tot rus in God se teenwoordigheid voor jy oor vandag se Skrifgedeelte nadink.

Skriflesing: Lukas 22:1–6

Oordenking: Lukas 22:2 – *"Die priesterhoofde en die skrifgeleerdes wou Jesus uit die weg ruim, maar omdat hulle bang was vir die volk, het hulle nog gesoek na 'n manier om dit te doen."*

Wanneer godsdiens en politiek saamspan vir selfbehoud, word dit gevaarlik. Lukas wys: soms is die grootste bedreiging vir Jesus nie "slegte" mense nie, maar mense wat hul posisie wil beskerm. Tog stap Jesus nie weg van die uitdaging nie. Hy aanvaar dit en in plaas daarvan om daarvoor terug te staan, loop Hy op die pad wat nou voor Hom lê. Al is Hy bewus van hoeveel dit kos. Hy sal sy Wese moet prysgee. Dit beteken: God se liefde is nie naïef nie. Hy weet hoe boos mense kan wees—en Hy kom nogtans. Dit is goeie nuus vir ons: selfs wanneer die wêreld onregverdig is, is God nie oorweldig nie. ***Hy werk deur vernedering, deur kruisliefde.***

Gebed: Here Jesus, toe ek weer van Judas en die onderhandelinge lees, het ek opnuut ineengekrimp. Ook vir hierdie vernedering het U nie teruggestaan nie! Leer my ook wanneer ek onregverdig behandel word, die ware "kruisliefde".

Doen: Wanneer het jy soms selfbehoud bo waarheid gekies? Doen vandag een "klein waarheid": erken 'n fout, betaal wat jy skuld of antwoord met 'n moeilike maar liefdevolle woord.

Aantekeninge:

___

___

___

DAG 37 – ANGS
(1 April 2026)

Toetrede:
Kom vir 'n rukkie, vir 'n asemoomblik, tot stilstand. (Steek die kers aan.) Maak jou oë toe en neem 'n paar diep asemteue sodat jou hart stadiger klop. Kom tot rus in God se teenwoordigheid voor jy oor vandag se Skrifgedeelte nadink.

Skriflesing: Lukas 22:39–46

Oordenking: Lukas 22:42 – *"Laat nogtans nie my wil nie, maar u wil geskied!"*

Lukas wys Jesus se angs en sy oorgawe. Hy is nie 'n robot nie. Hy is ook nie 'n ongevoelige afgod nie. Hy is soos 'n mens wat nood ervaar. Hy bid, Hy worstel, Hy sweet. Dan kies Hy gehoorsaamheid. Dit is prysgawe: Jesus stel nie sy eie veiligheid eerste nie. God se reddingspad is vir Hom belangrik. Hierdie gebed word vir ons 'n anker wanneer ons bang is: jy mag sê "as dit moontlik is..." en jy mag ook eindig met "U wil." ***God se wil is nie altyd maklik nie, maar dit is altyd liefdevol.***

Gebed: Dankie dat ek soveel uit u worsteling in Getsemané kan leer, en dankie dat U die kruispad end-uit geloop het! Help my dan ook om in gehoorsaamheid God se wil te aanvaar.

Doen: Skryf vandag jou grootste vrees in een sin neer. Bid dit hardop. Sê dan: "Here, ek gee my alles prys—my beheer—en ek vertrou U."

Aantekeninge:

DAG 38 – UUR
(2 April 2026)

Toetrede:
Kom vir ’n rukkie, vir ’n asemoomblik, tot stilstand. (Steek die kers aan.) Maak jou oë toe en neem ’n paar diep asemteue sodat jou hart stadiger klop. Kom tot rus in God se teenwoordigheid voor jy oor vandag se Skrifgedeelte nadink.

Skriflesing: Lukas 22:47–71

Oordenking: Lukas 22:53 – *“Maar nou dat die tyd vir die duistere magte daar is, het julle julle kans.”*

Arrestasie, ontkenning, bespotting—alles rol soos ’n donker golf. Lukas noem dit “die uur.” Dit is ’n beslissende oomblik in die geskiedenis. ’n Tyd wanneer dit lyk of onreg wen. Dit help ons. Soms voel jou lewe ook soos “die uur.” Die Here beleef ook daardie uur. Hy wys ons dat God selfs in die donkerste uur, aan die werk bly. Jesus veg nie terug nie. Hy oorwin deur die donker te verdra, deur getrou te bly. ***Dit beteken nie die duisternis is goed nie; dit beteken die duisternis kry nie die laaste woord nie.***

Gebed: Dankie vir hierdie troos, Here God! Dankie dat ek aan U kan vashou omdat U nie van my wegdraai wanneer my lewe donker is nie - dat U steeds aan die werk bly! En terwyl alles wat om ons gebeur, ons laat voel of die wêreld al hoe donkerder word, hou ek hieraan vas! U bly aan die werk! Dankie!

Doen: As jy vandag iemand sien wat geboelie of verneder word, staan nader. Sê iets. Help prakties. Gee jou gemak prys en wees ’n lig in iemand se donker uur.

Aantekeninge:

____

____

____

____

DAG 39 – STILWEG

(3 April 2026)

Dis vandag Goeie Vrydag. *Woon gerus een van ons gemeente se nagmaaldienste by.*
Vir jou eie stilword:

Toetrede:
Kom vir ’n rukkie, vir ’n asemoomblik, tot stilstand. (Steek die kers aan.) Maak jou oë toe en neem ’n paar diep asemteue sodat jou hart stadiger klop. Kom tot rus in God se teenwoordigheid voor jy oor vandag se Skrifgedeelte nadink.

Skriflesing: Lukas 23:1–56

Oordenking: Lukas 23:46 – *“Vader, in u hande gee Ek my gees oor.”*

Goeie Vrydag is die dag van groot prysgawe. Lukas beskryf vir ons Jesus voor Pilatus, voor Herodes: spottend verneder, aan geweld onderworpe. Tog bly Hy die Onskuldige wat nie met wraak antwoord nie. Uiteindelik gee Hy selfs sy laaste asem oor. In die Bybel is dit nie ’n tragiese einde nie; dit is ’n openbaring van God se hart. Die Here kom so naby dat Hy ons pyn en skande van binne af dra. “Vader, in u hande...” Hierdie is vertroue in die donker. Die Gees is die asem van God wat selfs in die dood ons nie los nie. Vandag kyk ons na die kruis en sê***:*** ***Die Here is nie ver nie. Die Here is hier—selfs hier naby en tot binne-in ons.***

Gebed: Ja! U, Here, is nie vêr nie! Wanneer ek vandag aan die realiteit van u kruisdood dink, wil ek huil, maar wil ek ook lofsange sing. Die diepte van u liefde het by die kruis sigbaar geword. U het ook vir mý skuld betaal. U liefde het so ook vir mý ingesluit! Dankie!

Doen: Spandeer vandag 10 minute aan stiltetyd. Sit by die kruisverhaal. Gee jou gejaagdheid dan prys. As jy kan, lewer vandag ’n daad van diens, in stilte: help iemand, gee iets weg of geniet kwaliteit tyd met jou familie.

Aantekeninge:

DAG 40 – STIL SATERDAG

(4 April 2026)

Vandag staan bekend as "Stil Saterdag". Dit is die dag tussen die kruisiging en die opstanding – 'n dag om weer diep na te dink oor die kruisgebeure.

Die dissipels en Jesus se volgelinge het bang weggekruip. Ons, wat kan terugkyk, is nie bang nie, maar diep dankbaar.

Toetrede:
Kom vir 'n rukkie, vir 'n asemoomblik, tot stilstand. (Steek die kers aan.) Maak jou oë toe en neem 'n paar diep asemteue sodat jou hart stadiger klop. Kom tot rus in God se teenwoordigheid voor jy oor vandag se Skrifgedeelte nadink.

Skriflesing: Markus 15:42-47

Oordenking: Lees die skrifgedeelte 'n paar keer deur. Probeer jou indink hoe Maria Magdalena en Maria moes gevoel het. Wees dankbaar dat jy vandag weet dat Jesus nie in die graf gebly het nie!

Gebed: Dankie, dankie Hemelse Vader, dat U u eie Seun gestuur het – om te sterf en vir ons sondes te betaal! Dankie dat, terwyl ons vandag dink aan die tyd toe U in die graf was, ons nou reeds kan jubel oor die feesvieringe môre op Paassondag!

Doen: Daar is by die Da Gama Kampus 'n gebedstuin. Tussen 09:00 en 12:00 kan jy daar gaan stilword. Daar sal iemand wees wat jou ontvang, en vir jou leiding gee oor hoe jy jou tydjie in die tuin kan deurbring.

Aantekeninge: Gebruik die spasie hieronder om 'n paar kerngedagtes neer te skryf oor jou ervaring van hierdie reis in Lydenstyd.

AAN DIE EINDE VAN ONS LYDENSREIS VAN PRYSGEE

Terugblik

Deur hierdie Lydenstyd het ons 'n lyn wat deur die hele Bybel loop, begin raaksien. In die Psalms leer die Here ons om te sing wanneer woorde skaars is. Eksodus wys 'n God wat hoor en onthou en afbuig na 'n volk wat as slawe gevlug het. Hy buig af, al daag hulle sy Naam uit. Hosea wys 'n Vaderhart wat nie kan ophou liefhê nie, al is die kind ontrou. Die profete help ons om God se liefdevolle goedheid te ken.

Lees Johannes 1:1-3,14 en Johannes 14:9-20

Johannes beskryf hierdie gedagte baie duidelik. Hy skryf: Van die begin af is die Woord. Hy is God. Hy skep. Hierdie Woord het vlees geword. Ons het die Here so leer ken. Hy gee afstand prys. Hy kom so naby dat Hy 'n menslike liggaam aanneem. Dan hoor ons Jesus: "Ek is in die Vader en julle is in My en Ek in julle." Hierdie eenheid is 'n lewe van liefde wat sigbaar word.

Dan trek Johannes die sirkel wyer. Jesus sê: "Ek is in julle en julle in My." Dit beteken dat "prysgee" nie net 'n tema vir Jesus se lewe is nie. Prysgee is wie ons is. In die prysgee, word ons vir mekaar 'n veilige ruimte. Ons maak ruimte vir die kind in die middel. Ons word nagmaaltafel-mense wat gee, eerder as gryp. Ons leer om te huil oor wat gebreek is en om saam in Getsemane met 'n oop gemoed te bid.

Aan die kruis is Jesus se "prysgee", die Vader se liefde, helder in aksie. Daarom is Goeie Vrydag nie net stilte nie. Goeie Vrydag maak duidelik bekend wie die Here is. Wanneer die opgestane Jesus in Johannes 20 sê: "Soos die Vader My gestuur het, stuur Ek julle ook", hoor ons dat die prysgawe-pad nou 'n gestuurde pad word. Ons word gestuur om God se geaardheid te leef en te herLEEF.

Dankie dat jy hierdie reis saam met ander gelowiges deurgewerk het! Ons hoop dat dit vir jou nie net 'n geestelike verryking was nie, maar ook 'n tydperk waarin jy kon reageer op God se roepstem.

MÔRE IS PAASFEES! Jesus het opgestaan! Hy Leef!

Ons nooi jou uit om met vreugde en opgewondenheid die Paasfeesdiens by te woon. Bring blomme of groen takke na die kerk, en wanneer die deure oopgesluit word, gaan ons met jubellende klanke binne en versier die gebou met blomme en takke! Ons Here LEEF!