Preek
Sondag 3 Februarie 2008
Ds Freddie Schoeman

Die mensdom is op soek na geluk. Stap by enige boekwinkel in en die kanse is goed dat daar verskeie boeke sal wees wat op die een of ander manier mense wil help om meer gelukkig te wees.

Iemand skryf nou-die-dag dat 'n hele **literêre genre** hierrondom ontstaan het en dan noem hy 'n paar titels: *The Art of Happiness, The Happiness Hypothesis, Happiness: A Guide to Developing Life's Most Important Skills.* (John Naish, *The Sunday Times,* 27 Januarie 2008). In 'n boek met die titel *Happiness,: Lessons from a New Science*, verklaar die outeur dat geluk die hoogste en uiteindelike doel van die lewe is (Lord Layard).

As geluk die hoogste doel van die lewe is, en ons ervaar emosionele pyn soos vrees, moedeloosheid, teleurstelling of neerslagtigheid, is ons dan besig om ons doel hier op aarde te mis? Ek het nie Vrydagmiddag geluk ervaar nie, dit was 'n middag gevul met hartseer en gemis. Het ek my doel in die lewe gemis? Indien wel, het 'n hele klomp psalmdigters ook die hoogste doel van die lewe gemis!

Hoe lank gaan U my nog
bly vergeet, Here?
Vir altyd?
Hoe lank gaan U nog
van my af weg kyk?
Hoe lank moet ek nog
my eie planne maak
en my dae met kommer deurbring?
Hoe lank sal die vyand my nog
oorheers? (Psalm 13:2-3)

Ek dink tog dat baie Bybelskrywers van die moderne deskundiges en skrywers oor geluk sou verskil. Daar is dinge in die lewe wat baie belangriker is as mense se geluk.

Nie net is daar baie dinge wat belangriker is nie - die menslike strewe na geluk verraai 'n gebrek aan insig in die ware aard van die lewe en die rol wat negatiewe (onaangename, pynlike emosies) in ons lewens speel.

Ons kan dit vergelyk met fisieke pyn. Fisieke pyn is nooit aangenaam nie, maar dit is nie net sleg nie. Ons liggame is gemaak om pyn te ervaar. Pyn is die liggaam se kommunikasie sisteem. Dit waarsku ons dat iets verkeerd is. Pyn is nooit die probleem nie. Dit is liggaam se manier om te sê: daar is 'n probleem – gee asseblief aandag daaraan.

Arm gebreek – nie sekere bewegings uitvoer, nie dinge optel – elke keer gepaard gegaan met baie pyn. My liggaam het my gekeer om die probleem te

vererger. As ek geen pyn gevoel het nie – en voortgegaan het om my arm soos normaal te gebruik, sou ek waarskynlik later die gebruik van my arm verloor het.

Melaatsheid …

Emosionele pyn werk op dieselfde manier. Vrees, byvoorbeeld. Wat gebeur fisiologies wanneer ons bang is? Ons liggame produseer adrenalien wat ons hartklop sowel as ons reaksietyd versnel. Adrenalien gee ons soms bo-menslike krag.

Alles wat die moeite werd is in die lewe, wek 'n goeie klompie vrees in ons binneste (die keuse van 'n beroep, die keuse van 'n huweliksmaat, die keuse om kinders te hê – alles bring vrees. Dit is ook goed so, want die vrees laat ons twee keer dink, om dinge deeglik te oorweeg.) Vrees – hoewel nie aangenaam nie – vervul 'n positiewe funksie.

Moedeloosheid, frustrasie, teleurstelling, neerslagtigheid – kan almal 'n positiewe funksie vervul. Dit help ons om die lewe en die probleme van die lewe vanuit verskillende oogpunte te beskou – en dit lei tot groter insig en dit genereer meer oplossingsmoontlikhede.

Nou begin ons verstaan wat Paulus bedoel het toe hy gesê het: *Ons verheug ons ook in die swaarkry, want ons weet: swaarkry kweek volharding, [4] en volharding kweek egtheid van geloof, en egtheid van geloof kweek hoop; [5] en dié hoop beskaam nie, want God het sy liefde in ons harte uitgestort deur die Heilige Gees wat Hy aan ons gegee het.* (Rom 5:3-5)

Negatiewe emosies is dus natuurlik nooit net sleg vir ons nie – maar dit kan wel sleg word as ons net simptoombehandeling toepas.

Kom ons neem weer vrees as 'n voorbeeld: vrees kan ons ook immobiliseer, vrees kan keer dat ons doen wat ons moet doen. Vrees kan ons ontdaan van geloofsmoed en daadkrag. Wanneer gebeur dit? Dit gebeur wanneer ons simptoombehandeling toepas.

Pynpille verdoof die pyn, maar neem nie die oorsaak van die pyn weg nie. Wanneer ons voor 'n groot uitdaging in ons lewens te staan kom, (geleentheid / probleem) dan ontstaan vrees in ons binneste. Vrees maak ons gereed om die uitdaging die hoof te bied. Die ervaring van vrees kan egter so negatief wees dat ons daarvan vlug of dit wil verdoof. Ons doen dit deur die probleem te ignoreer of die geleentheid te laat verby gaan. Ons behandel as 't ware die simptoom.

Dit geld ook vir ons gemeentelike lewe. 'n Gemeente kan voor 'n groot uitdaging te staan kom – wat 'n gesonde hoeveelheid vrees na vore laat kom. Pos / Neg. Positief: deeglike beplanning en voorbereiding. Negatief: ignoreer / geleentheid laat verby gaan.

Negatiewe emosies is goed as dit reg hanteer word – as dit ons help. Wat stel ons in staat om dit te doen?

Here se droom vir ons: 'n lewe van *liefde, vreugde en vrede*. Meer as net positiewe emosies. Eerste drie aspekte van die vrug van die Gees. Dit is iets wat op 'n bonatuurlik manier deel van ons lewe word. Die HG bewerk dit in ons lewens. Dis nie die gevolg van dinge wat met ons gebeur of as gevolg van uiterlike omstandighede nie.

Liefde, vreugde en vrede stel ons in staat om die negatiewe emosies en die slegte dinge wat met ons gebeur positief te benut. LVV maak dat swaarkry ons nie onderkry nie, maar lei tot volharding en egtheid van geloof en uiteindelik hoop. Dit stel ons in staat om die oog op Jesus gevestig te hou en nie geestelik moeg te word en uitsak nie.

Dus: dis nie die goedkoop geluk waarna so baie mense soek nie. Die nie maar net die oppervlakkige "happiness" waaroor daar so baie boeke geskryf word nie.

Hoe bewerk die Gees dit in ons lewens? Hy doen dit onder ander deur vyf groot waarhede in ons harte te plant. Dit is die kenmerke van God se spoor. Hierdie spoor gaan ons oor die volgende paar weke volg. Ons gaan hierdie vyf groot waarhede ontdek, bekyk en daaroor nadink en dan deel maak van ons lewens.

Uitkomste:

- ☐ 'n Beter selfbeeld en 'n groter gevoel van selfwaarde en selfagting.
- ☐ 'n Gevoel van geborgenheid en veiligheid
- ☐ 'n Sterker geloof wat ons sal help om die probleme en die geleenthede van die lewe beter te hanteer en benut
- ☐ Heling van ou wonde en vorming van ons karakter
- ☐ 'n Belewenis dat ons lewe sin en betekenis het.