Padkaart vir die lewe

Wysheid vir die lewenspad!

Padkaart vir die lewe

bybelgenootskap
van suid-afrika

Padkaart vir die lewe

Eerste digitale uitgawe 2022

Bybelteks: Die Bybel in Afrikaans 2020-vertaling © Bybelgenootskap van Suid-Afrika 2020

© Bybelgenootskap van Suid-Afrika 2022

Alle regte voorbehou. Geen gedeelte van hierdie boek mag sonder skriftelike verlof van die kopiereghouer gereproduseer of in enige vorm of deur enige elektroniese of meganiese middel weergegee word nie, hetsy deur fotokopiëring, skyf- of bandopname, of deur enige ander stelsel van inligtingsbewaring en -ontsluiting.

Uitgegee deur die Bybelgenootskap van Suid-Afrika, Posbus 5500, Tygervallei 7536, Bellville

www.bybelgenootskap.co.za

Epub-format	ISBN 978-0-7982-2499-4
Mobi-format	ISBN 978-0-7982-2500-7
PDF-format	ISBN 978-0-7982-2501-4

Wysheid vir die lewenspad!

Elke dag van jou lewensreis bestaan uit klein treetjies, soos om jou ouerhuis vir die eerste keer te verlaat, van beroep te verander, met jou geliefde te trou, of om met 'n gesin te begin. Dít alles terwyl jy jou boonop in 'n vreemde omgewing tussen mense met verskillende tradisies en gewoontes bevind. 'n Mens raak maklik hierin vasgevang of van koers af omdat jy verpligtinge, verhoudings en die daaglikse stres wat die lewe op jou skouers plaas, alles moet balanseer. Die uitdaging is om jou geloof steeds op 'n sinvolle manier uit te leef. Maak seker dat jy op die regte pad is met die Bybel as jou GPS. Kry die koördinate vir die pad wat jy wil volg in die boek van Psalms.

Danksy die HERE
stap 'n jong man met ferm treë;
en die HERE is tevrede
met sy lewenspad.
As hy val, sal hy nie neerslaan nie
want die HERE hou hom aan sy hand.

Psalm 37:23-24

God is die Een
wat my met krag omgord
en my pad gelyk maak.

Psalm 18:33

'n Pelgrimslied.

Ek kyk op na die berge:
Waar sal my hulp vandaan kom?
My hulp is van die HERE,
wat hemel en aarde gemaak het.
Hy sal nie toelaat dat jou voet
struikel nie;
jou Beskermer sal nie insluimer nie.

Kyk, die Beskermer van Israel
sluimer nie in nie en Hy slaap nie.
Die Here is jou Beskermer;
die Here is jou skaduwee
aan jou regterhand.
Bedags sal die son jou nie skaad nie,
en snags ook nie die maan nie.
Die Here sal jou beskerm
teen elke onheil;
Hy sal jou lewe beskerm.
Die Here sal jou uitgaan
en jou terugkeer beskerm
van nou af en vir altyd.

Psalm 121

Bemeester die kuns om die regte besluite te neem

Ongeag van waar jy jou op jou reistog mag bevind, gaan jy morele besluite teëkom. Jy gaan gekonfronteer word met uiteenlopende menings en lewenstyle. Party situasies gaan 'n duidelike reg en verkeerd hê, maar dié wat jou geloof die meeste op die proef stel, is nie altyd so duidelik nie. Om jou oë op Jesus gevestig te hou, sal jou help om jou pad te vind in hierdie wêreld.

Gelukkig is die mens
wat nie die raad
van goddeloses volg,
nie op die pad van sondaars
gaan staan
en nie in die byeenkoms
van spotters sit nie,
maar wat vreugde vind
in die wet van die Here
en sy wet dag en nag
mymerend prewel.
So iemand sal wees soos 'n boom
geplant langs watervore,

wat sy vrugte op sy tyd gee
en waarvan die blare nie verdor nie.
Alles wat hy aanpak, gedy. **Psalm 1:1-3**

Vertrou wat jy doen
aan die Here toe,
dan sal jou planne standhou. **Spreuke 16:3**

Wanneer jy bang is

Dit is opwindend om die lewe te ervaar en jou vryheid asook die geleenthede vir persoonlike groei te geniet. Alhoewel dit 'n goeie ding is, kan jou vrese om nie goed genoeg te wees nie, nie jou doelwitte te bereik nie, om by 'n nuwe omgewing aan te pas of vir verwerping spanning by party mense veroorsaak. God verstaan jou onsekerheid en wil jou deur middel van die Bybel gerusstel.

Moenie bang wees nie,
want Ek is by jou;
moenie vrees nie,
want Ek is jou God.
Ek versterk jou;
ook help Ek en ondersteun Ek jou
met my seëvierende regterhand. **Jesaja 41:10**

Vertrou op God se goedheid

Here, tot aan die hemel
reik u troue liefde,
u getrouheid tot aan die wolke.
U geregtigheid is soos massiewe berge,
u regspraak soos die groot oerwater.
U verlos mens en dier, Here.
Hoe kosbaar is u troue liefde, o God!
Mense skuil in die skadu van u vlerke.
Hulle drink hulle versadig

aan die oorvloed van u huis,
uit die stroom van u genietinge
laat U hulle drink.
Ja, by U is die fontein van lewe,
in u lig sien ons lig.

Psalm 36:6-10

Hou by jou standaarde

Probeer om die volgende raad te volg om te verhoed dat jy moed verloor in moeilike omstandighede.

Kry jou daaglikse "Woord"

Begin elke dag met die Woord van God en bly deur daaglikse gebed gereeld in aanraking met Hom. Dit is die enigste manier om jou prioriteite in lyn te hou met dit waarin jy glo.

Maak my treë ferm met u woord
en laat geen onreg oor my heers nie.

Psalm 119:133

'n Lied. 'n Psalm. Van Dawid.

My hart is standvastig, o God.
Ek wil sing, ek wil lofsing,
ja, van harte.
Word wakker, harp en lier!
Ek wil die dagbreek wakker maak.

Ek wil U dank onder die volke, Here,
ek wil U besing onder die nasies;
want groot, ja, hoër as die hemel,
is u troue liefde;
tot by die wolke is u waarheid.

Psalm 108:1-5

Staan op vir dit waarin jy glo

Daar is 'n spreekwoord: "As jy nie van my beginsels hou nie, het ek ander!" Natuurlik verander die manier wat 'n mens oor dinge dink met tyd, maar daar is sekere oortuigings wat onveranderd bly.

Hoe sal 'n jongmens sy lewenspad
suiwer hou?
Deur te hou by u woord.
Met my hele hart soek ek U;
laat my tog nie afdwaal van u bevele nie.
In my hart koester ek u woord,
sodat ek nie teen U sondig nie. **Psalm 119:9-11**

Laat niemand op jou neersien omdat jy jonk is nie, maar wees 'n voorbeeld vir die gelowiges in woord, in gedrag, in liefde, in betroubaarheid, in reinheid. **1 Timoteus 4:12**

Laat jou woorde jou getuie wees

Moenie bang wees om standpunt in te neem as iemand jou geloof afbreek of verkleineer nie. Terselfdertyd moet 'n mens ook sensitief wees teenoor mense wie se geloof van joune verskil.

Tree met wysheid teenoor buitestanders op, en koop die tyd uit. Julle woorde moet altyd van goeie smaak getuig, met sout besprinkel, sodat julle kan weet hoe om 'n ieder en 'n elk te antwoord. **Kolossense 4:5-6**

Kry jou prioriteite agtermekaar

Besluit wat jy vandag alles moet doen, skryf dit neer as dit help, prioritiseer dan jou lysie en vat dit van bo af. As 'n taak nie moontlik gaan wees vir die spesifieke dag nie, moet dit nie op die lysie skryf nie! As jy regtig nie gemaklik daarmee is

om lysies te maak nie, probeer ten minste om binne 'n wyer raamwerk, wat as vertrekpunt kan dien, te werk te gaan.

"Moet julle daarom nie bekommer en vra, 'Wat sal ons eet?' of 'Wat sal ons drink?' of 'Wat sal ons aantrek?' nie. Dit is immers alles dinge waarna die heidennasies soek. Julle hemelse Vader weet tog wat julle alles nodig het. Maar soek eers die koninkryk van God en sy geregtigheid, en al hierdie dinge sal vir julle bygevoeg word." **Matteus 6:31-33**

Vind jou vreugde in die HERE,
dan sal Hy jou gee wat jou hart begeer. **Psalm 37:4**

Dissiplineer jouself

Maak 'n punt daarvan om jouself te dissiplineer. As jy dit nie doen nie, gaan niemand nie – nie eers God nie!

Ontsag vir die HERE
is die begin van kennis;
wysheid en vermaning –
net sotte verag dit. **Spreuke 1:7**

Laat ons van elke las ontslae raak, van die sonde wat ons so maklik omring, en die wedloop wat vir ons voorlê, met volharding hardloop, die oog gerig op Jesus, die Leidsman en Voleinder van die geloof. **Hebreërs 12:1b-2a**

Kom elke dag met God in aanraking

Dit is die enigste manier om jou lewe te prioritiseer en jou Christelike identiteit te integreer en dit so te hou. Vernuwe jou gees daagliks met God se Woord terwyl jy deurentyd met Hom in gebed kommunikeer.

Luister tog na my woorde, HERE;
hoor my versugting!

Slaan ag op my noodkreet,
my Koning en my God,
want tot U bid ek! **Psalm 5:2-3**

Bou verhoudings met ander kinders van God

God se Koninkryk is een groot gesin waar ons almal mekaar aanvul en nodig het. Sluit dadelik by 'n kerk aan en raak betrokke by hulle bediening. Om saam met ander Christene te aanbid, help om jou sterk te hou. Deur minstens een keer 'n week kerk toe te gaan, behou jy jou fokus.

Hef julle hande op na die heiligdom
en prys die Here. **Psalm 134:2**

'n Psalm. Vir lofprysing.

Juig tot eer van die Here, o ganse aarde!
Dien die Here met blydskap,
kom in sy teenwoordigheid
met 'n gejubel.
Erken dat die Here God is;
Hy het ons gemaak;
aan Hom behoort ons,
sy volk, die kleinvee wat Hy laat wei.
Gaan sy poorte binne met lofprysing,
sy voorhowe met 'n loflied;
loof Hom, prys sy Naam.
Want die Here is goed,
vir ewig duur sy troue liefde,
van geslag tot geslag sy trou. **Psalm 100**

Bly betrokke by die ouer generasie

Hulle mag dalk "oud" wees, maar "wysheid kom met die grysheid". Hulle het al die lewenspaadjie gestap en het al heelwat meer lesse as jy geleer. Besef dat hulle lief is vir jou en

net die beste vir jou wil hê. Jy gaan buitendien hulle hulp en raad vir die res van jou lewe nodig hê.

My seun, my onderrig
moet jy nie vergeet nie,
en my gebooie –
jou hart moet daarby hou;
want die lengte van jou leeftyd,
die lewensjare en vrede
sal dan vir jou vermeerder word.
Troue liefde en waarheid
moet jou nooit verlaat nie.
Bind dit om jou nek,
skryf dit op die tafel van jou hart,
dan sal jy guns
en goeie begrip vind
in die oë van God en die mense. **Spreuke 3:1-4**

Seuns, luister na die vermaning
van 'n vader,
en slaan ag daarop
om insig te leer ken.
Want dit is goeie onderrig
wat ek julle gee;
my onderwysing –
moet dit nie verontagsaam nie.
Toe ek 'n seun was by my vader,
onervare, en die enigste
voor my moeder,
het hy my geleer en vir my gesê:
"Jou hart moet my woorde vashou.
Kom my gebooie na, dan sal jy leef.
Verwerf wysheid, verwerf insig,
vergeet dit nie;
wyk nie af van die woorde
uit my mond nie.

"Hou vas aan vermaning,
moet dit nie laat vaar nie;
hou daarby, want dit is jou lewe." **Spreuke 4:1-5,13**

Wat is my visie en waardes?

As ons soos Jesus wil wees, soos Hy ons aanmoedig om te wees, sal ons waardes weerspieël word deur ons lewenswyse. As gelowiges is ons waardes tog nie net 'n lys van moets en moenies nie, maar 'n strewe om soos Christus se wees in alles wat ons doen.

Christus as my prototipe

Waarin jy ook al glo en wie ook al jy volg, gaan jou oortuigings, waardes en optrede vorm. Ons waardes word direk in verband gebring met ons gehoorsaamheid aan Jesus Christus. Ons moet gevorm word na Christus se gelykenis en nie na die van vriende, kollegas, kultuur of selfs ouers nie.

"Waarom noem julle My 'Here, Here!' maar julle doen nie wat Ek sê nie?

"Elkeen wat na My toe kom en my woorde hoor en daarvolgens handel – Ek sal vir julle verduidelik soos wie hy is: Hy is soos 'n man wat besig was om 'n huis te bou. Hy het gespit en diep gegrawe, en die fondament op die rots gelê. Toe daar 'n oorstroming kom en die vloedwater die huis tref, kon dit die huis nie laat ineenstort nie, omdat dit goed gebou was."

Lukas 6:46-48a

"Ek is die druiwestok, julle die lote. Wie in My bly en Ek in hom, hy dra baie vrug, want sonder My kan julle niks doen nie."

Johannes 15:5

Julle moenie aan hierdie wêreld gelykvormig wees nie, maar verander word deur die vernuwing van julle denke, sodat julle goed kan onderskei wat die goeie en aanneemlike en volmaakte wil van God is. **Romeine 12:2**

Die waarheid is belangrik

As Christus waarheid is, is dit vanselfsprekend dat leuens en oneerlikheid jou van Hom skei. Om eerlik te wees, is om in Jesus se voetstappe te volg, want Hy kan nie jok nie.
Deur te leer hoe om eerlik te wees, sal jy ook 'n skoon gewete kan handhaaf.

Jesus sê vir hom: "Ek is die weg en die waarheid en die lewe."
Johannes 14:6a

"Wie in die geringste betroubaar is, is ook betroubaar waar dit om baie gaan, en wie in die geringste oneerlik is, is ook oneerlik waar dit om baie gaan." **Lukas 16:10**

"As julle in my woord bly, is julle waarlik my dissipels, en julle sal die waarheid ken, en die waarheid sal julle vry maak."
Johannes 8:31b-32

Christelike waardes in minder as 'n "byte"

Hoe duideliker jy dit waarin jy glo, kan verwoord, hoe makliker is dit om jou prioriteite in lyn te bring met jou waardes. Paulus maak 'n opsomming van 'n Christelike leefstyl gebaseer op Jesus se leringe:

Julle liefde moet ongeveins wees. Verafsku die kwaad; hou vas aan die goeie. Julle moet mekaar liefhê met innige broederliefde. Gaan mekaar voor in eerbetoning. Moenie traag wees in julle toewyding nie; bly geesdriftig; hou vol om die Here te dien. Verbly julle in die hoop; wees standvastig wanneer julle swaarkry; volhard in die gebed. Betoon meelewing met die behoeftes van die heiliges; lê julle toe op gasvryheid. Seën julle vervolgers; ja, seën hulle, moet hulle nie vervloek nie. Wees bly saam met diegene wat bly is; treur saam met diegene wat treur. Wees eensgesind onder mekaar; moenie hoogmoedig wees nie, maar skaar julle by die nederiges. Moenie wys wees in julle eie

oë nie. Moet niemand kwaad met kwaad vergeld nie, maar rig julle gedagtes op dit wat vir alle mense goed is. As dit moontlik is, sover dit van julle afhang, leef in vrede met alle mense.

Romeine 12:9-18

Wat van die Tien Gebooie?

Die eerste vier gebooie dien as riglyne oor hoe ons God moet liefhê, en die laaste ses oor hoe ons mekaar moet liefhê.

Jesus verwys na 'n hele paar van die gebooie en beklemtoon die toepassing daarvan in sy preke. Hy keur nie net moord af nie, maar Hy doen 'n beroep op sy volgelinge om te verstaan dat onopgeloste woede ook ander mense vernietig. Hy verbied nie net ontrouheid nie, maar Hy vra sy volgelinge om rein harte en gedagtes te hê.

"Julle het gehoor dat aan die voorouers gesê is, 'Jy mag nie moord pleeg nie, en wie moord pleeg, is strafbaar voor die reg.' Maar Ek sê vir julle dat elkeen wat kwaad is vir sy broer, strafbaar voor die reg is. En wie vir sy broer sê, 'Raka!' is strafbaar voor die Sanhedrin. En wie sê, 'Jou dwaas!' is strafbaar in Gehenna met sy vuur." **Matteus 5:21-22**

"As julle My liefhet, sal julle my gebooie onderhou."

Johannes 14:15

Die lewe is WOW!

Die lewe is kort, so maak die meeste daarvan deur herinneringe te skep waaraan jy eendag sonder spyt kan terugdink. Vermy die scenario van die verlore seun. Oorgretig om van die huis af weg te kom, bevind hy hom toe in 'n ander soort gebondenheid en maak lelik droog.

"'n Man het twee seuns gehad. Die jongste een van hulle het vir sy vader gesê, 'Vader, gee my die deel van die eiendom wat my toekom.' Hy het toe die besittings tussen hulle verdeel. Nie lank daarna nie het die jongste seun al sy goed in geld omgesit en na 'n ver land gereis, en daar alles wat hy besit het, deur sy losbandige leefwyse verkwis." **Lukas 15:11b-13**

Verheug jou, jong man,
in jou jeug;
jou hart moet jou vrolik maak
in jou jong dae.
Volg die paaie van jou hart
en waarheen jou oë jou lei;
maar weet: Oor al hierdie dinge
sal God jou voor die gereg bring.
Weer kwelling uit jou hart
en hou lyding weg van jou liggaam,
want die jeug en die bloei
van die lewe is sinloos. **Prediker 11:9-10**

Wees 'n WOW Christen

Dit beteken wat jy doen en sê, moet in verband gebring word met dit wat jy glo. Wanneer ons soos Christus word, is die waardes waarin ons glo meer as 'n lysie moets en moenies. Dit is om soos Christus te wees in alles wat ons doen.

Daarom, omdat julle God se uitverkore heiliges en geliefdes is, beklee julleself met innige meelewing, goedheid, nederigheid, sagmoedigheid en geduld. Verdra mekaar en, as enigiemand 'n klagte teen iemand anders het, vergewe mekaar. Soos die Here julle vergewe het, so moet julle ook vergewe. Maar beklee julle,

bo en behalwe al hierdie dinge, met die liefde, wat die band is wat alles volmaak saambind. **Kolossense 3:12-14**

Weet waar om die grens te trek

Groepsdruk kom dikwels voor wanneer jy tussen mense in jou ouderdomsgroep is of wanneer jy jou in 'n nuwe omgewing bevind en graag wil inpas. Om gereeld jou eie realiteit te ondersoek, wie jy is en waarin jy glo, sal jou help om op koers te bly. Onthou die bekende spreekwoord: "As jy nie weet waarvoor jy staan nie, sal jy val vir enigiets."

Volg dan die voorbeeld van God as geliefde kinders, en leef in liefde, net soos Christus ons liefgehad, en Homself ter wille van ons oorgegee het as 'n offergawe aan God, as 'n offerande met 'n aangename geur.

Maar, soos dit heiliges betaam, moet daar onder julle van onsedelikheid en allerlei onreinheid of gierigheid geen sprake wees nie, ook nie van skandelikhede en dwase of lawwe praatjies, wat alles onvanpas is nie, maar eerder van danksegging. Want dit moet julle goed begryp: Geen hoereerder of onreine of gierigaard – so iemand is 'n afgodedienaar – het 'n erfdeel aan die koninkryk van Christus en van God nie. **Efesiërs 5:1-5**

En moenie deur wyn bedwelm raak nie; daardeur ontstaan losbandigheid. Inteendeel: Word vervul deur die Gees.
Efesiërs 5:18

Verbly julle altyd in die Here! Ek herhaal: Verbly julle! Laat julle vriendelikheid aan alle mense bekend word. Die Here is naby. Moet oor niks bekommerd wees nie, maar maak in alles julle versoeke deur gebed en smeking met danksegging aan God bekend. En die vrede van God, wat alle begrip oortref, sal in Christus Jesus oor julle harte en gedagtes waak.

Verder, broers,
alles wat waar is,

alles wat eerbaar is,
alles wat reg is,
alles wat rein is,
alles wat lieflik is,
alles wat lof verdien,
ja, watter deug of watter prysenswaardige saak daar ook mag wees: rig julle gedagtes daarop. Wat julle van my geleer en ontvang en gehoor en in my gesien het: hou aan om dit te doen. En die God van vrede sal met julle wees.

Filippense 4:4-9

Wees iemand wat goeie dade doen

Maak jou geloof eg deur 'n aktiewe gelowige te wees. Wees 'n vrywilliger by 'n sopkombuis of bied jou dienste aan by 'n gemeenskapsprojek. Jy kan vir jou vriende op kampus of by die werk 'n lig wees wat skyn deur die manier waarop jy omgee vir ander.

"Laat julle lig só voor die mense skyn, sodat hulle julle goeie werke kan sien en julle Vader wat in die hemele is, kan verheerlik." **Matteus 5:16**

Kinders, ons moenie net met woorde, met die tong, liefhê nie, maar met die daad, in waarheid. **1 Johannes 3:18**

Laat ons daarom nie moeg raak om goed te doen nie, want as ons nie verslap nie, sal ons op die regte tyd oes. Laat ons dan, terwyl ons die geleentheid het, aan almal goed doen, maar veral aan die huisgesin van die geloof. **Galasiërs 6:9-10**

En hieraan sal ons weet dat ons uit die waarheid kom, en met 'n geruste gewete voor God kan staan.

1 Johannes 3:19

Liefde is WOW!

Ons hou daarvan om te dink dat dit liefde is waarom alles draai. Ware liefde is wonderlik, oorweldigend en slaan jou asem weg! In Hooglied lees ons:

Want liefde is kragtig soos die dood,
hartstog meedoënloos
soos die doderyk –
die liefdesgloed is 'n vlammende vuur,
'n verterende vlam.
Baie water kan die liefde nie blus nie,
riviere kan dit nie wegspoel nie.
As iemand alles in sy huis aanbied
in ruil vir liefde,
sal hy diep verag word.

Hooglied 8:6b-7

Wie sal ooit die liefdestaal verstaan tussen twee mense wat dolverlief is op mekaar:

Hy:

Soos 'n narsing tussen dorings,
so is my liefling onder die meisies.

Sy:

Soos 'n appelboom
tussen die bome van die bos,
so is my liefste
onder die jong mans.

Hooglied 2:2-3a

Selfs die wyse ou skrywer van Spreuke met al sy wysheid kon nie die geheimenis van die liefde verklaar nie:

Drie dinge is vir my te wonderlik,
ja, vier kan ek nie begryp nie:
die weg van die arend in die lug,
die weg van 'n slang oor 'n rots,
die weg van 'n skip op die oop see,
en die weg van 'n man by 'n jongmeisie.

Spreuke 30:18-19

Seks – ’n sensitiewe onderwerp

Seks is in die kollektiewe gedagtes van die meeste mense. Daar is min wat ons weerhou van seksuele verhoudings, of dit in 'n stabiele langtermyn verhouding is, of met verskeie maats. As 'n Christen moet jy dit baie duidelik stel hoe jy oor hierdie onderwerp voel. Die Bybel gee vir ons definitiewe riglyne oor losbandigheid. Tog praat die Bybel ook baie openlik oor die fisieke aantrekkingskrag tussen twee verliefdes. Maak 'n punt daarvan om Hooglied te lees; dit is 'n poëtiese boek wat die liefde prys:

Jy het my hart gesteel,
my suster, my bruid,
jy het my hart gesteel
met een kyk van jou oë,
met een kettinkie van jou halssnoer. **Hooglied 4:9**

My liefste is stralend en bloesend;
hy troon bo tienduisende uit. **Hooglied 5:10**

Daar is steeds, soos met al die goeie dinge in die lewe, 'n voorwaarde aan gekoppel:

Of weet julle nie dat julle liggaam, wat julle van God ontvang het, ’n tempel is van die Heilige Gees in julle, en dat julle nie aan julleself behoort nie? Want julle is duur gekoop. Verheerlik God dan met julle liggaam. **1 Korinthiërs 6:19-20**

Daarom moet hy wat dink hy staan, oppas dat hy nie val nie! Geen versoeking het oor julle gekom, behalwe ’n menslike een nie. God is egter getrou. Hy sal nie toelaat dat julle bo julle vermoë versoek word nie, maar sal saam met die versoeking ook uitkoms gee, sodat julle dit kan verduur. **1 Korinthiërs 10:12-13**

Wees versigtig vir die valstrikke

Daar is geen rede vir 'n mens met insig en genoeg verstand om bang te wees vir die lewe nie. Wees net versigtig vir dinge wat jou geluk en onskuld kan steel.

Pornografie – 'n dodelike virus

Pornografie is so oud soos die mensdom self, maar met moderne kommunikasiemedia is dit al so maklik toeganklik en wydverspreid dat niks meer spesiaal of heilig is nie. Selfs die mees onskuldiges onder ons is al negatief daardeur geraak. Die Bybel is reguit in die veroordeling van seksuele onsedelikheid:

Die liggaam is tog nie daar vir onsedelikheid nie, maar vir die Here, en die Here vir die liggaam. Deur sy krag het God die Here opgewek, en sal Hy ons ook opwek.

Vlug weg van onsedelikheid. Elke sonde wat 'n mens doen, is buite sy liggaam, maar iemand wat seksueel losbandig optree, sondig teen sy eie liggaam. **1 Korinthiërs 6:13b-14,18**

Laat ons ons reinig van alle besoedeling van liggaam en gees, terwyl ons met diep ontsag vir God ons heiligheid verwesenlik.
2 Korinthiërs 7:1b

Wees verstandig oor drank en dwelms

Daar bestaan nie iets soos slim dwelms of drank nie, ten spyte van wat televisie-advertensies mag uitbeeld. Dit maak lafaards van selfs die slimste mense. Tog is die gebruik daarvan al volkome deel van ons hedendaagse sosiale samelewing. Wees bewus daarvan dat daar mense in jou vriendekring, by jou werk of selfs in jou familie mag wees wat baie drink of dwelms gebruik. Aanvaar dat hulle hul keuse gemaak het en jy het joune gemaak. Kies om tussen mense te wees wat pret kan hê sonder om onder die invloed van alkohol en dwelms te wees.

Dronkenskap is nie ’n mooi gesig nie

Die Bybel praat dikwels van die effek van alkoholmisbruik en dieselfde geld vir dwelmmisbruik. Die skrywer van Spreuke waarsku ons:

Die wyn is ’n spotter,
en sterk drank ’n lawaaimaker.
Elkeen wat daarvan slinger,
is nie wys nie.

Spreuke 20:1

By wie is daar smart?
By wie is daar ellende?
By wie is daar ’n gekyf?
By wie is daar klagtes?
By wie is daar onnodige wonde?
By wie is daar bloedbelope oë?
Dit is by hulle wat agterbly
by die wyn,
by hulle wat ingaan
om gemengde wyn te bly proe.
Moenie na wyn kyk
wanneer dit rooi skyn,
sy glans in die beker gee nie –
dit vloei te glad af!
Agterna pik dit soos ’n slang
en spuit gif soos ’n kobra.
Dan sien jou oë vreemde goed,
en jou hart praat verdorwe dinge.
Jy sal wees soos een wat lê
op die oop see,
soos een wat lê op die top
van ’n skip se takelwerk.
Jy sal dink:
Hulle het my geslaan,
maar ek het geen pyn gevoel nie;
hulle het my afgeransel,
maar ek het niks gemerk nie.
Wanneer word ek wakker?
Ek wil dit weer gaan soek.

Spreuke 23:29-35

Eensaamheid en afsondering

Daar is tye in ons lewens wat ons eensaam of afgesonder voel. Dit kan om eenvoudige redes wees, soos verhoudingsprobleme met 'n eggenoot of die verlies van 'n geliefde. Ongeag jou ouderdom, kan eensaamheid 'n groot probleem wees aangesien dit nie maklik is om 'n groep eensgesinde mense te kry om mee te sosialiseer nie. Jesus, wat eensaamheid en verwerping verstaan, het soos een van ons geword.

Johannes skryf:

En die Woord het vlees geword
en onder ons kom woon,
en ons het sy heerlikheid aanskou,
'n heerlikheid soos dié
van die unieke Seun van die Vader –
vol genade en waarheid. **Johannes 1:14**

Die psalmis het dikwels na God geroep as hy eensaam en wanhopig gevoel het:

פ PE
Draai U na my en wees my genadig,
want ek is eensaam en magteloos. **Psalm 25:16**

Antwoord my, Here,
want u troue liefde is goed;
draai na my in u groot ontferming.
Moenie u gesig vir u dienskneg
verberg nie,
want ek is in die nood –
antwoord my gou.

Ek het medelye verwag,
maar tevergeefs;
mense om my te troos,
maar ek kon niemand vind nie. **Psalm 69:17-18,21b**

Wanneer jy ’n laagtepunt bereik

’n Gevoel van eensaamheid kom en gaan in die lewe. As jy egter gedurig eensaam voel om geen spesifieke rede nie, kan dit ’n teken van depressie wees. In so ’n geval moet jy met jou familie, ’n vriend of ’n berader daaroor praat.

Jesus, wat uiterste eensaamheid ervaar het, gee vir jou ’n plek in sy hart:

“Kom na My toe, almal wat vermoeid en swaar belas is, en Ek sal julle rus gee. Neem my juk op julle, en leer van My, omdat Ek sagmoedig en nederig van hart is, en julle sal rus vind vir julle gemoed. Want my juk is draaglik en my las is lig.”

Matteus 11:28-30

Sluit by ’n Bybelstudiegroep aan

Dit is die vinnigste manier om in aanraking te kom met mense met wie jy gemaklik sal voel. As jy nie ’n omgeegroep kan vind nie, probeer om self ’n Bybelstudiegroep bymekaar te kry. Adverteer in jou omgewing, by ’n winkel of selfs by die werk, en jy mag dalk verras wees oor die terugvoer wat jy kry.

“Verder, amen, Ek sê vir julle: As twee van julle op aarde saamstem oor enigiets wat julle vra, sal my Vader in die hemele dit aan julle toestaan.” **Matteus 18:19**

Herbereken jou bestemming

Moenie skaam wees om ’n mede-Christen te vra vir gebed of bemoediging as dit voel of jy jou fokus verloor nie. Praat met jou leraar vir raad.

Toe my hart verbitterd was
en my niere gepyn het,
was ek dom en sonder begrip;
ek was ’n dier teenoor U.

En tog was ek altyd by U;
U het my regterhand vasgehou.
Deur die raad wat U gee, lei U my,
en daarna neem U my eervol weg. **Psalm 73:21-24**

Die onderrig van 'n wyse
is 'n bron van lewe,
sodat die vangstrikke
van die dood vermy kan word. **Spreuke 13:14**

Moenie vergeet om op te gradeer nie!

Die aanleer van nuwe dinge is 'n gegewe in enige veld. Gister se oplossings is nie die antwoord op vandag se vrae nie. Net so moet jou geloof ook saam met jou groei. Groei word bewerkstellig deur die Woord van God te lees en te hoor en om saam met ander gelowiges Bybelstudie te doen en te bid.

Elkeen wat melk gebruik, is immers onervare ten opsigte van die boodskap van regverdiging, want hy is 'n suigeling. Maar vaste kos is vir volwassenes, vir hulle wat oor die aanvoeling beskik, deur gewoonte geoefen, om te kan onderskei tussen goed en kwaad. **Hebreërs 5:13-14**

En Hy het sommige as apostels, ander as profete, ander as evangeliste, en ander as herders en leraars gegee, om die heiliges toe te rus vir hulle dienswerk, om die liggaam van Christus op te bou, totdat ons almal kom tot eenheid in geloof en in kennis van die Seun van God, en tot 'n volwassenheid wat in ooreenstemming is met die volgroeide gestalte van die volheid van Christus. Die doel hiervan is dat ons nie meer klein kindertjies sal wees nie, wat deur onstuimige golwe rondgeslinger word en rondgewaai word deur elke wind van lering, deur mense se slinksheid en die gekonkel waardeur hulle dwaling beplan. **Efesiërs 4:11-14**

Om in die Woord geanker te wees, sal jou help om nie perspektief in jou geloof te verloor nie. Wanneer jy dan met

'n morele dilemma gekonfronteer word, sal jou kennis van die Woord jou help om besluite te neem wat in lyn is met jou Christelike oortuigings.

Hulle het bly volhard in die leer van die apostels, die verbondenheid met mekaar, die breek van die brood, en gebede.

Handelinge 2:42

Bereik jou droom

Elkeen se lewensreis sluit 'n paar belangrike lewenskeuses in wat sukses of mislukking sal bring. Hoe kan jy seker wees dat die keuses wat jy maak reg is?

Wat julle ook al doen, werk met geesdrif, soos vir die Here, en nie soos vir mense nie, in die wete dat julle 'n erfdeel as beloning van die Here sal ontvang; want julle staan in diens van die Here Christus. **Kolossense 3:23-24**

Nie dat ek dit al verkry het of reeds volmaak is nie, maar ek streef daarna om dit my eie te maak, omdat Christus Jesus my reeds sy eie gemaak het. Broers, ek reken nie dat ek dit self reeds my eie gemaak het nie, maar een ding doen ek: Ek vergeet die dinge wat agter is, en strek my uit na wat voorlê. Ek beur voort na die wenstreep, om in Christus Jesus die prys van God se roeping van omhoog te bekom. **Filippense 3:12-14**

Ontdek jou gawes

Almal wil in hulle lewens iets doen wat hulle goed laat voel. Elkeen is toegerus met godgegewe karaktereienskappe, kenmerke of talente wat hom of haar uniek maak. Dit is hoekom dit belangrik is om jou unieke gawes en talente te ontdek.

Ons het gawes wat van mekaar verskil, volgens die genade wat aan ons gegee is:

As dit die gawe van profesie is,
beoefen dit dan
in ooreenstemming
met die geloof;

as dit is om ander te dien,
gebruik dit dan vir dienswerk.
Wie onderrig kan gee,
moet onderrig;
wie kan bemoedig,
moet bemoediging gee;
wie mededeelsaam kan wees,
moet dit met opregtheid doen;
wie leiding kan gee,
moet dit met toewyding doen;
wie barmhartigheid kan betoon,
moet dit met blydskap doen. **Romeine 12:6-8**

Jesus is God se geskenk aan jou

En die Woord het vlees geword
en onder ons kom woon,
en ons het sy heerlikheid aanskou,
'n heerlikheid soos dié
van die unieke Seun van die Vader –
vol genade en waarheid. **Johannes 1:14**

Want so lief het God die wêreld gehad dat Hy sy unieke Seun gegee het, sodat elkeen wat in Hom glo, nie verlore sal gaan nie, maar die ewige lewe sal hê. God het immers nie sy Seun na die wêreld gestuur om die wêreld te veroordeel nie, maar sodat die wêreld deur Hom verlos kan word. **Die Bybel – jou handleiding vir die lewe**

God bewys egter sy liefde vir ons daarin dat Christus vir ons gesterf het toe ons nog sondaars was. **Romeine 5:8**

In Hom het ons die bevryding deur sy bloed,
die vergewing van ons oortredings
uit die rykdom van sy genade. **Efesiërs 1:7**

Maar nou het Hy julle deur sy menslike liggaam met Homself versoen, sodat Hy julle, deur sy dood, heilig en sonder foute en onberispelik voor Hom kan stel. **Kolossense 1:22**

Maak gebed jou voorkeurtaal

Gebed is die lewensaar van jou geloof. Dit skep 'n bewustheid van die heilige in jou en van die teenwoordigheid van God in alles wat jy doen. Gebed is net so belangrik soos asemhaal. Dit bring jou nader aan die teenwoordigheid van die lewegewende God.

In dié tyd het Jesus uitgegaan na die berg om te bid, en Hy het die nag deurgebring in gebed met God. **Lukas 6:12**

Raadpleeg jou Skepper

Jy mag 'n punt in jou lewensreis bereik waar jy alles begin bevraagteken wat jy geleer het by jou ouers, vriende en diegene wat 'n rol in jou lewe gespeel het. Hou in gedagte dat God in beheer bly van jou lewe.

"Ja, Ek ken die planne wat Ek vir julle het," is die uitspraak van die Here. "Dit is planne van voorspoed, en nie teenspoed nie, om aan julle 'n toekoms en hoop te gee. Julle sal My aanroep, en kom en tot My bid, en Ek sal na julle luister. Julle sal My soek en vind as julle My met julle hele hart raadpleeg." **Jeremia 29:11-13**

Wee hulle wat planne
vir die Here diep wegsteek!
Hulle dade vind in die donker plaas,
en hulle sê:
"Wie sien ons en wie ken ons?"
Julle verdraai alles!
Of moet die pottebakker beskou word
as gelykwaardig met die klei,
dat die maaksel vir sy maker kan sê,
"Jy het my nie gemaak nie",
en dit wat gevorm is
vir die pottebakker sê,
"Hy verstaan nie"? **Jesaja 29:15-16**

Gebed is ’n gesprek met die lewende God

God wat my reg handhaaf,
antwoord my wanneer ek roep.
Toe ek in die noute was,
het U vir my ruimte gemaak;
wees my genadig, en hoor my gebed. **Psalm 4:2**

Gebed weerhou jou van sonde

“Waak en bid, sodat julle nie in versoeking kom nie. Die gees is wel gewillig, maar die vlees is swak.” **Matteus 26:41**

Om saam met ander te bid, beteken dat jy in goeie geselskap is.

“Want waar twee of drie in my Naam byeen is, daar is Ek in hulle midde.” **Matteus 18:20**

Gebed gee jou krag in moeilike omstandighede

Die dag toe ek geroep het,
het U my geantwoord.
U maak my innerlik sterker. **Psalm 138:3**

Gebed is nie onderhandelbaar nie

Toe Daniël te wete kom dat die bevelskrif geskryf is, het hy sy huis binnegegaan. Hy het in sy bovertrek oop vensters gehad in die rigting van Jerusalem; en hy het drie keer op ’n dag daar op sy knieë gegaan, gebid en voor sy God lof uitgespreek, soos hy voorheen gedoen het. **Daniël 6:11**

Vergifnis kom deur gebed

Wees my genadig, o God,
volgens u troue liefde;

wis my oortredings uit
volgens u groot ontferming.
Was my heeltemal skoon
van my sondeskuld
en reinig my van my sonde. **Psalm 51:3-4**

Die klassieke gebed

Dikwels weet ons nie wat, of hoe, om te bid nie. Christus het vir ons 'n belangrike gebed gegee wat Christene oor die eeue heen gehelp het en vandag steeds help.

"Só moet julle dan bid:
"Ons Vader wat in die hemele is,
laat u Naam geheilig word.
Laat u koninkryk kom.
Laat u wil geskied,
soos in die hemel, so ook op die aarde.
Gee ons vandag ons daaglikse brood.
En vergeef ons ons skulde,
soos ook ons hulle vergeef
wat teenoor ons skuldig staan.
En bring ons nie in versoeking nie,
maar verlos ons van die Bose.
Want aan U behoort die koninkryk
en die krag en die heerlikheid tot in ewigheid. Amen."

Matteus 6:9-13

Die Bybel – jou handleiding vir die lewe!

Miljoene Christene dwarsoor die wêreld glo dat die Bybel die Woord van God is. Hulle lees dit gereeld, bestudeer dit en beskou dit as 'n riglyn vir hulle lewens.

In **Psalm 119:105** sê die psalmdigter:

U woord is 'n lamp vir my voet
en 'n lig vir my lewenspad.

Die apostel Paulus bevestig die waarde wat die Woord in ons lewens het:

Alles wat vroeër opgeteken is, is tog vir ons tot lering opgeteken, sodat ons hoop kan hê deur die volharding en die bemoediging wat ons uit die Skrif ontvang. **Romeine 15:4**

Die Bybel praat met jou

Die Bybel is nie soos 'n gewone handleiding of 'n webwerf wat netjiese antwoorde en kitsoplossings vir verskeie vrae en probleme gee nie. Die Boek praat met jou wanneer jy gereed is om die Woord van God te hoor en dit deel te maak van jou daaglikse lewe.

Want die woord van God
is lewend en kragtig,
en skerper as enige
tweesnydende swaard.
Dit dring deur tot by die raakpunt
tussen siel en gees,
tussen gewrig en murg,
en beoordeel die hart
se voornemens en gedagtes. **Hebreërs 4:12**

Die Bybel is jou GPS

Die Bybel bevat 'n hele reeks kwessies, gebeurtenisse en werklike situasies waarmee lesers vandag nog gekonfronteer word. Baie van hierdie vrae word beantwoord deur voorbeelde, raad en vermaning asook direkte instruksies.

As dit soms voel of daar nie 'n gedeelte in die Bybel is wat op 'n spesifieke situasie toegepas kan word nie, is daar gewoonlik 'n breër raamwerk van beginsels wat as riglyne gebruik kan word, soos die eerste gebod: "Jy mag naas My geen ander gode hê nie." Dit verwys nie net na beelde van afgode nie, maar ook na enige besitting of voorwerp wat 'n mens bo God sal kies.

Die Bybel is soos 'n spieël

Dit is nie net 'n gewone selfhelpboek nie; dit is ook 'n Boek waarin ons onsself kan herken en God leer ken, soos gelowiges deur die eeue heen gedoen het.

Om die boodskap van die Bybel te glo en dit deel van jou lewe te maak, is uiteindelik 'n saak van geloof. Maak die Bybel deel van jou "ingang en jou uitgang" deur die volgende Skrifgedeeltes op te soek en dit op jou "hardeskyf" te stoor sodat jy vinnig raad, bemoediging en kitskos vir die siel kan vind.

’n Onvergeetlike reis!

Maak ’n punt daarvan om hierdie verse op te soek. Dit kan die begin wees van ’n wonderlike reis saam met jou Skepper met die wete dat:

... God alles ten goede laat meewerk vir hulle wat Hom liefhet, vir hulle wat volgens sy voorneme geroep is. **Romeine 8:28**

Die Bybel wys ons wat die wêreld benodig

Geloof	**Mark 9:23; 11:22**
Getrouheid	**Jak 1:12-15**
Vergifnis	**Ps 32:1-5; Matt 18:21-22; 1 Joh 1:9; Kol 3:13**
Goedheid	**1 Pet 3:8-17**
Geluk	**Pred 7:14; Spr 15:13; Ps 118:24**
Genesing	**Luk 4:18-19**
Hoop	**Ps 119:114; Rom 15:13**
Nederigheid	**1 Pet 5:5-6**
Vreugde	**Jer 31:13; 1 Thess 5:16**
Liefde	**1 Kor 13**
Liefde vir mekaar	**1 Pet 4:8**
Geduld	**Jak 5:7-11**
Vrede	**Jes 26:3; Fil 4:6-7**
Selfbeheersing	**Tit 2:1-10**
Vertroue	**Jes 12:2; Spr 3:5**
Wysheid	**Spr 1:7**
Getuienis	**Jer 1:4-10; Hand 1:8**

Die Bybel leer ons oor geloof

Bely Jesus Christus	**Rom 10:9-10,13**
Draai weg van sonde	**1 Joh 1:8-9**
Glo in Jesus	**Joh 6:47**
God se liefde	**Joh 3:16; Jes 54:10**
Jesus ons Saligmaker	**Joh 4:42; 1 Tim 2:3-5**
Aanvaar Jesus	**Mark 10:15; Joh 1:12-13**

Die Bybel wys ons hoekom ons leef

Om God te dien	**Jos 24:15**
Om soos Jesus te wees	**2 Kor 3:18**
Om die wil van die Vader te doen	**Joh 4:34**
Om die Koninkryk van	**Matt 6:33**
God op te soek	**Matt 6:33**
Om God te verheerlik	**Rom 15:5-6**
Om die wedloop te voltooi	**Hand 20:24; 1 Kor 9:24**

Die Bybel leer ons hoe om te lewe

Blydskap	**Fil 4:4**
Dankbaarheid	**Ps 136**
Gehoorsaamheid	**Hand 5:29; Jak 4:17**
Integriteit	**Jak 5:12**
Oorwinning	**Rom 12:21**
Uithouvermoë	**Jos 1:6-9; 2 Tim 4:7; Heb 12:1**
Vreugde	**Ps 16:11; 1 Thess 5:16**
Vryheid	**Gal 5:10-16**
Waarheid	**Joh 8:32**
Om te doen wat reg is	**Jak 1:2-8**

Die Bybel troos en gee krag

Armoede	**2 Kor 8:9**
Bemoediging	**Jes 40:31; Ps 28:7**
Depressie	**1 Kon 19:3-12**
Dood	**Joh 14:1-14**
Moedeloosheid	**Neh 4:1-23; 6:15-16**
Uitputting	**Jes 40:29-31**
Troos	**1 Pet 5:7; Ps 146:8-9; 147:3**

Mag God, die "Outeur" van hierdie Boek, jou inspireer om sy persoonlike boodskap vir jou te verstaan en te glo, terwyl jy hierdie stukkie raad van Paulus in gedagte hou:

Wees wel klein kindertjies wat die kwaad betref, maar volwassenes in julle denke. **1 Korinthiërs 14:20b**

Uitgegee en versprei deur die Bybelgenootskap van Suid-Afrika.
www.bybelgenootskap.co.za

BibleSA.co.za
BibleSA
Laai ons Bybel-apps hier af.