

DIE GEREFORMEERDE

Vroueblad

SEPTEMBER 2018

Bedagsaam:

- ~ Om jou naaste vir Christus te wen*
- ~ Voor God*
- ~ Op sosiale media*

RONDOM JOU...

PRYSE (per tydskrif):

SELF-AFHAAL: R 20-00

GROEPE (POS): R R29-19

INDIVIDU (POS): R31-37

ELEKTRONIES: R10-46

Inhoud

September 2018

Gereeld

- 3 Redakteursbrief
- 4 Lidmaatpraat

In-diepte

- 5 Bedagsaam teenoor ander
- 8 Leef bedagsaam voor God
- 10 Bedagsaam op sosiale media

Leefdinge

- 12 Bedagsaamheid is net 'n ander woord vir liefhê
- 14 Teks & Vers: Bedagsaam
- 15 Teks & Vers: Dagboek
- 16 Boekeblad: Stilword voor God
- 17 Kleuter verfbouke
- 18 Bybelse berading: Dr. Trudie
- 20 Bome, bosse en bedagsaamheid
- 22 Rondonom jou
- 24 Gemeente-Mosaïek: Ons kuier by Die GK Pietermaritzburg

- 26 Gemeente-Mosaïek: Saamtrekstreke 2019
- 27 Bybelstudie Saamtrektema 2019
- 28 Resepteblyd: Spek- en kaassous Ontbyt
- 29 Lees in Oktober 2018
- 29 Gemeentedagboek
- 29 Intekenvorm
- 30 Hartskatte
- 31 Die mens, geskape verhoudingswese: Die gelowige vrou en "mors"
- 32 Kaleidoskoop September 2018

REDAKSIEKOMMISSIE:

REDAKTEUR	Cobie Steyn
ASSISTENTREDAKTEUR	Vakant
GRAFIESE ONTWERP EN UITLEG	Karien Brink
SEKRETARESSE	Marlette van Rooyen
WEBREDAKT EUR	Grietjie Prinsloo
ADDISIONELE LEDE	Ds. Johan Botha & Annamie Odendaal

Posadres:

Die Redakteur: Die Vroueblad, Posbus 178, Lydenburg 1120, Faks: Die Vroueblad 086 714 6157

E-pos adres: Cobie Steyn, cobiesteyn@live.com

Internetadres: www.gksa.org.za/Tydskrifte/vroueblad-inteken

Navrae: Rekenings, adresveranderings, intekening, bladbouers: Me. Angie Mokobi: Tel (018) 297 3986, tydskrifte@gksa.co.za

Eienaars en uitgewers: Deputate Kerklike Tydskrifte GKSA

Intekengeld:

VROUEBLAD (SELF AFHAAL BY ADMIN BURO, POSGELD UITGESLUIT): R 220 per jaar

• ELEKTRONIESE INTEKENING: R115 per jaar

• VROUEBLAD (IN GROEP NA DIE GEMEENTE, POSGELD INGESLUIT): R 321 per jaar

• VROUEBLAD (WORD GESTUUR, POSGELD INGESLUIT): R 345 per jaar

HIERDIE TARIIEWE GELD VANAF 1 JULIE 2018 TOT 30 JUNIE 2019.

(Intekening word as voortgesit beskou solank dit nie gekanselleer word nie.)

Drukkers: V&R Drukkers, Tel 012 333 2462, ISSN 0378 407 X

'N PUBLIKASIE VAN DIE GEREFORMEERDE KERKE VAN SUID-AFRIKA



Ander publikasies

van die GKSA:

- Die Kerkblad
- Die Slingerveld (Laerskool-kinders)
- Die Kruispad (tieners en jongmense)

Bied ook verrykende geestelike leesstof en kan bestel word by die Administratiewe Buro: (018) 297 3986.

WIL JY GESELS OOR IETS?

SMS: 082 555 9586 (begin SMS met VB)

E-pos: cobiesteyn@live.com

Facebookblad: Gereformeerde Vroueblad

Slakkepos: Posbus 178 Lydenburg 1120.

(Hierdie besonderhede is nie vir administratiewe soos inskrywings of kansellaries bedoel nie – skakel die Administratiewe Buro in Potchefstroom: (018) 297 3986)

Besoek ons Facebookblad en vertel vir ons van geleenthede waar mense wat jou pad gekruis het, se bedagsaamheid jou aan die hart geraak het.

JAARGANG 73 NOMMER 4



Menings uitgespreek in artikels verteenwoordig nie noodwendig dié van die Redaksie nie. Die Redaksie behou hom die reg van plasing asook die redigering, verkorting, parafrasering of uitbreiding van bydraes voor.

een Ewige

— — — — — brief van die redakteur — — — — —



VROU EBLAD

Bedagsaamheid (s.nw in Groot Tesourus van Afrikaans) deel plek met # oplettendheid # belangstelling # aandag # bewustheid # inagneming # opmerksaamheid # sorgsaamheid # sensitiwiteit # liefdevolheid # medelye # deelneming # goedgesmanierdheid # hoflikheid # mooiheid # beleefdheid om maar net 'n paar te noem!

**B
E
D
A
G
S
A
A
M**

Liewe gelowiges,

Om bedag te wees op iets, beteken om versigtig en op die uitkyk te wees vir iets – dit kan wees dat 'n mens bedag moet wees op jou omgewing wat dalk onveilig is. Dan moet 'n mens fyn kyk sodat jy buite gevaar kan bly.

Maar dan is daar ook die positiewe bedag wees – om bedag te wees op die mense rondom jou. Dit beteken om fyn te kyk na die persoon met wie jy getroud is, om fyn te kyk en op te let na wie elkeen van jou kinders is, of fyn te kyk na jou kollegas by die werk. Om só te kyk dat jy daardie persoon wat teenoor jou staan se geaardheid en omstandighede in ag sal neem. Dit is in wese waaroor bedagsaamheid gaan. En kyk 'n mens in die Tesourus sal jy sien dat bedagsaamheid plekke deel met woorde wat wegkyk van die eie-ek af na ander toe: jy moet aandag gee aan ander om jou, jy moet liefdevol optree teenoor mense wat jou pad kruis, medelye met hulle hê, hoflik en gemanierd teenoor ander optree.

En voordat al hierdie dinge dalk net na 'n humanistiese gebrabbel klink, bedagsaamheid is 'n opdrag wat direk van God af kom en vir elke kind van Hom geld. In Miga 6:8 hoor ons dat die Here vra dat elkeen van ons bedagsaam voor Hom sal lewe (want Hy sien mos elke handeling, elke gedagte, elke optrede van ons!) en hierdie versoek (of is dit dalk eerder 'n vriendelike opdrag) vind sy Nuwe Testamentiese eggo in Titus 3:2 – dat gelowiges bedagsaam moet wees teenoor almal.

Ons vrouens kan mos fyn kyk – ons is geskape om detail raak te sien. Kom ons skerp onself op in ons alledaagse lewe om bedagsaam voor die Here en bedagsaam teenoor mekaar te leef. Kom ons zoem in op die mense wat ons pad kruis soos 'n goeie fotograaf: Is dit nou reg dat ek met my kind wat waterpokkies het, gaan kuier by 'n vriendin met 'n klein babatjie? As ek nou met hierdie terminaal siek mens gaan praat oor hierdie ontstellende onderwerp, gaan dit haar goed doen? Gestel ek deel hierdie brokkie persoonlik toevertroude nuus van my beste vriendin met my buurvrou, wat gaan die gevolge wees? As ek nou my vingers oor hierdie selfoon laat dans het en die *WhatsApp*-boodskap is gestuur, hoe gaan die ontvanger aan die ander kant daarvoor voel?

Oefen jouself daarin om bedagsaam voor God en teenoor almal te lewe.

Cobie Steyn



Ons is op *Facebook*: Gereformeerde Vroueblad. Gaan *Like* ons!

Leef *bedagsaam* voor God

DEUR JACOMIEN ZWEMSTRA

Hoe kan ons God gelukkig maak met wat ons doen?

Wat kan ons vir Hom gee om ons liefde en dankbaarheid te wys?



Bedagsaam op sosiale media

DEUR ABEL STEYN

Die sosiale media is 'n magtige medium waardeur 'n mens in 'n oogwink kan sê wat jy wil sê. Daar verskyn woorde, of 'n beeld op die skerm en jy voel jy moet dadelik reageer op die gedagte of boodskap wat met jou gedeel word. Dit is asof die drang om te reageer jou nie wil los totdat jy jou standpunt gestel het nie. Dit maak in daardie oomblik van reaksie ook nie vir jou saak wat dit wat die gevolg is van wat jy sê nie. En so het ons oor die afgelope tyd gesien wat gebeur as mense nie dink voordat hulle praat nie.



Dit wat ons dink en sê stuur tog 'n getuigenis van onself en van ons verhouding met die Here die wêreld in. Deur jou profiel op die openbare media sê jy tog wie jy is en hoe jy jou medemens behandel. Dit is asof 'n mens so meegesleur word deur die medium en die menings van die mense dat jy glad nie dink oor die gevolge van dit wat jy doen nie. Daar is verseker reëls wat geld wanneer jy jou duime op die skerm van jou selfoon die werk laat doen.

Die liefdesgebod het nie skielik in dun lug, of in die kuberruimte verdwyn nie: Jy moet God en jou naaste nog steeds liefhê en jou daad moet ook hier in die openbare domein steeds daarvan getuig.

Dit gebeur byna onbewustelik dat jy dink jy kan maar sê wat jy wil, want die persoon of persone wat jy aanvat, sit daar ver – iewers. Jy kry 'n gevoel van mag en beheer en van: hier kan ek myself laat geld, want ek is ook ver van hulle af en daarom hoef ek nie te dink oor hoe hulle moet voel as ek my woordkartetse op hulle laat neerkom nie. So vergeet jy die persoon daar ver is – soos jyself – ook 'n skepsel van God en het ook 'n hart van vlees en bloed nes jy.

Onthou wanneer jy iets vir iemand wil sê op *WhatsApp*, *Facebook*, *Twitter* of *Instagram* moet jy dit so sê asof daardie persoon hier reg voor jou sit. Jy moet bereid wees om hom, of haar in die oë te kyk en dan nog te kan sê wat jy wou gesê het. Natuurlik is ons ook nie altyd bedagsaam wanneer ons met mekaar praat en oogkontak het nie, maar des te meer op hierdie platforms. Moenie hierdie media misbruik om byltjies te slyp met mense van wie jy nie hou nie of met wie jy tans in konflik is nie. Soos nog altyd, moet verskille op 'n persoonlike vlak, hart-tot-hart en oog-tot-oog besleg word.

Dink en bid voordat jy praat...

As jy vroeër (voor sosiale media) iets in die koerant gelees het, of 'n brief van iemand gekry het, het jy dadelik sonder om te dink, of te bid daarvoor gereageer? Dit was nog altyd – en is ook vandag nog – 'n goeie idee om dit wat gesê is in verantwoordelikheid teenoor die Here en teenoor daardie persoon te oordink, voordat jy daarop reageer en jou antwoord gee. As jy getik het, het jy getik. Ek hoor daar is darem deesdae 'n geleentheid as jy jou boodskap gestuur het om dit weer dadelik te vernietig. Maar as jy dit laat gaan het, sal dit wat jy gesê het daar bly staan vir almal om te sien – en bo alles: Die Here is ook getuie van wat 'n mens dink en sê.

Wat verwag die Here van ons?

Die Here verwag van ons dat alles wat ons orals doen – ook wanneer ons optree en praat op sosiale media – van goeie smaak sal getuig. Te veel sien 'n mens hoe gemeen mense teenoor mekaar op die sosiale media optree. Dan bely daardie selfde mense boonop nog dat hulle kinders van ons hemelse Vader is. Dit wat ek op sosiale mediaplatforms sê moet getuig van die morele hoë grond waarop ek beweeg. Dit is nie nodig as die ander in die modder rol dat ek saam met hulle daarin moet rol en dan nog boonop sommer met die modder begin gooi nie.

Ek stel 'n voorbeeld in die openbaar – op sosiale media is ek so goed soos op 'n verhoog of voor 'n televisiekamera. Ek is besig om met my lewe – ook met my boodskappe in die openbaar – 'n getuigskrif oor my eie lewe te skryf. Dit is nou wel nie in ink geskryf nie, maar êrens in hierdie elektroniese doolhof word my “gevleuelde” woorde gebêre – selfs die *delete*-knoppie kan nie alles wat ek gesê het ongedaan maak nie, want kundiges kan dit weer opspoor. Boonop weet ek in my hart dat ek geskryf het wat ek geskryf het!

Gebruik hierdie medium sorgvuldig

Afgesien van die liefdesgebod en die dink voordat jy praat, moet 'n mens nie te veel praat op sosiale media nie en as jy praat, sê eerder net wat nodig is. En vra jouself af: Kan enigiemand dit maar lees? As jy spyt is oor wat jy gesê het, het jy die toets gedop.

Soos alles wat ons tot ons beskikking het in hierdie lewe, moet ons die voorreg van sosiale media met oorleg en verantwoordelikheid teenoor die Here gebruik. Die beginsel van bedagsaam leef – ook op sosiale media – is: doen aan ander wat jy aan jouself gedoen wil hê. **■**



LIDMAATPRAAT

Karin Vermaak: Met sosiale media wat so 'n belangrike rol in ons lewens begin speel, wil ek dink dat die Here dieselfde goue reël wil laat geld naamlik: Doen aan ander wat jy wil hê hulle moet aan jou doen. Neem die ander mense wat jou insette sou lees in ag en wees 'n getuie vir God. Titus 3:2 sê dit so mooi: Om niemand te belaster nie, nie strydustig te wees nie, vriendelik te wees en aan alle mense sagmoedigheid te bewys. Veral ook wanneer ons sosiale media gebruik.

Aanpassing na verhuising

Ek en my man is jonk getroud en het nog nie kinders nie. Ons het mekaar in my geboortedorp op die platteland ontmoet. Daar was ek van kleins af deel van 'n groep vriendinne en het geweet dat hulle my aanvaar.

Ons het net meer as 'n jaar gelede na 'n groot stad verhuis vir my man se werk. Alhoewel ons baie uitgesien het na die avontuur van 'n nuwe lewe in die stad, is dit nou vir my 'n geweldige nagmerrie. Nou het ek skielik net nie die selfvertroue om met onbekendes 'n geselsie aan te knoop nie. Die gevolg is dat ek besig is om totaal te vereensaam.

Ek is heeldag by die huis. Ek het probeer werk soek, maar was tot dusver glad nie suksesvol nie. Ek is besig om al my moed te verloor. Ek probeer om myself besig te hou met die huis en met die maak van handwerkprodukte, maar is steeds stoksielalleen in die huis.

My man werk baie hard. Saans kom hy nogal laat en moeg by die huis weens die geweldige verkeer wat hy moet trotseer. Hy is heeldag tussen mense, en die naweke wat hy nie werk nie, wil hy net rustig wees. Sy werk is baie belangrik vir hom, en boonop baie stresvol.

My grootste probleem is dat my selfbeeld nou al hoe swakker word. Ek raak al hoe banger om met iemand wat ek nie ken nie in gesprek te tree, veral tydens werksonderhoude. Ek wens ons kan terugtrek na my geboortedorp toe waar ek nog "iemand" is. Ek sukkel om positief te bly en voel op die oomblik niks werd nie. Wat doen ek nou?

Ek kan verstaan dat die verandering na die stad vanaf 'n plattelandse gemeenskap waar almal mekaar ken, jou baie eensaam kan laat voel. In die stad is die mense geneig om onpersoonlik teenoor mekaar op te tree en totaal verby mekaar te lewe. Wat my egter veral bekommerd maak oor jou, is dat jy so moedeloos geraak het oor jou situasie. Dit klink asof jy alle hoop verloor het om in die stad aan te pas. Boonop word die grootste deel van jou man se tyd deur sy werk in beslag geneem. God het ons nou eenmaal nie gemaak om alleen te wees nie (vgl. Gen. 2:18).

Die belangrikste aspek waaraan jy moet aandag gee, is dat jy as kind van God nooit alleen is nie. In die Bybel kry ons talle voorbeelde van mense wat met tye geweldige eensaamheid moes verduur, maar God het hulle nooit verlaat nie. Dink byvoorbeeld aan Josef se situasie toe hy deur sy broers verkoop is om as 'n slaaf na Egipte weggevoer te word. Hoe eensaam en verskriklik verwerp moes hy nie op daardie stadium gevoel het nie? Tog het hy selfs in die moeilikste situasies nooit sy hoop van God afgeneem nie. Hy is deur God gedra, totdat hy uiteindelik as onderkoning die hele land, ook sy eie familie, van hongersnood kon red. Nogtans het hy al die eer daarvoor aan God gegee, want hy het sonder om sy broers te verwyt, God se beheer van sy lewe soos volg vir sy broers opgesom: God het vir my voor julle uitgestuur om lewens te red (Gen. 45:5).

Dink ook aan Dawid wat in Psalm 25:16 God soos volg gesmeek het: "Sien my in genade aan Here, want ek is eensaam en verstote". Eers moes hy vlug vir koning Saul wat jaloers was op hom. Later het sy eie seun, Absalom, teen hom opgestaan en met die hulp van manskappe van Israel na hom gesoek. Hy was telkens verplig om vir sy lewe te vlug. Tog sou Dawid die grootste koning word wat Israel ooit sou hê en heelwat later sou hy volgens die evangelie van Matteus, ook in die geslagregister van Jesus Christus eerste vermeld word: "Jesus Christus, die Seun van Dawid..." (Matt. 1:1).

Die hoogste vorm van eensaamheid is egter deur Jesus Christus ervaar toe hy tydens die kruisiging uitgeroep het: "Eli, Eli lemá sabagtani?" Dit is: My God, my God, waarom het U my verlaat?" (Matt. 27:46). Hy het ook wat dit betref die hoogste offer gebring, sodat ons weer met God versoen kan wees en nooit van Hom verlate hoef te voel nie. In Christus is jy nog voor die skepping van die wêreld as 'n kind van God uitverkies (vgl. Ef. 1:5). Daarom hoef jy mos nooit 'n lae selfbeeld te hê nie. As Christus jou dan so lief het en so duur gekoop het, is jy baie kosbaar en hoef jy nooit vir enige mens bang te wees nie. Jy is weens Christus se soenverdienste gevolglik so waardevol, dat jy jouself nooit waardeloos hoef te ag nie.

God het volgens sy raadsplan ook 'n doel met alles wat met jou gebeur. Ons weet dat God alles ten goede laat meewerk vir die wat Hom liefhet, die wat volgens sy besluit geroep is (vgl. Rom. 8:28). Al is dit net dat jy moet besef hoe afhanklik jy van Hom is.

Gevolglik moet jy besef dat ook die feit dat jy in die stad geplaas is, uiteindelik ten goede sal meewerk, veral vir jou geloofsgroei. Die dinamiek in 'n stadsgemeente verskil baie van die dinamiek in 'n plattelandse gemeente. Die meeste stadsgemeentes het verskeie kleingroepe omdat daar gewoonlik soveel lidmate is en dit onmoontlik vir almal is om mekaar te ken. Daarom is dit noodsaaklik dat jy aktief betrokke raak in 'n kleingroep waar jy stelselmatig tuis sal voel. Dan sal jy mettertyd hegte bande met die groepslede kan smee en ervaar hoe julle mekaar se laste kan dra (Gal. 6:2). Verneem ook by julle kerkkantoor watter hulp die kerk andersins benodig.

Die houding wat jy uitstraal teenoor enige vreemdeling is ook van deurslaggewende belang vir hulle om teenoor jou oop te maak. Kol. 4:6 waarsku ons dat alles wat ons sê altyd vriendelik moet wees en van goeie smaak moet getuig. Jy weet self dat 'n mens altyd meer geneë is om met iemand wat vriendelik en hartlik is te gesels, as iemand wat gespanne en stuurs teenoor jou is. **V**

Stuur jou vrae aan Trudie Grobbelaar
 SMS: 084 589 5965
 Epos-adres: bertru@cyberserv.co.za
 Landlyn: (012) 653 1195
 Slakkeposadres: Posbus 11309
 Wierdapark-Suid 0057



BYBELSE BERADING

Dr. Trudie antwoord

Meer prakties

- Maak jou stiltetyd daaglik jou belangrikste prioriteit. Begin met 'n vers-vir-vers studie van 1 Petrus. Memoriseer byvoorbeeld verse 1:5-7 wat handel oor die kosbaarheid van jou geloof, selfs in moeilike tye. Dink dan telkens daaraan as jy moedeloos begin word.
- Bid voortdurend, ook vir krag en leiding as jy gaan vir 'n werksonderhoud. In 1 Pet. 5:7 word jy dan ook uitgenooi om al jou bekommernisse aan God bekend te maak, want Hy sorg vir jou.
- Jy moet met jou hele wese daarteen veg om jouself terug te trek in jou huis en toe te gee aan die negatiewiteit en terneergedruktheid waarin jy verval het.
- Onthou jy is duur gekoop en kosbaar vir God. Lig jou kop op en kyk almal vierkantig in die oë.
- Oefen gereeld, verkieslik tussen mense. Oefening vernietig streshormone.
- Beplan en hou 'n joernaal van al die positiewe dinge wat jy daaglik ervaar.

Sterkte!