

Moenie jou pyn vermors nie!

(Saamgestel deur Dr. Leon Pienaar, dekaan aan die Bet-El Divisie en besturende direkteur van LEDISA Academy).



(Hierdie Bybelstudie notas kan gebruik word vir selfstudie, of alternatiewelik kan individue en/of groepleiers hul eie vrae formuleer vanuit die notas)

Terwyl ons nie werklik al die antwoorde het op die vraag waarom 'n goeie God pyn toelaat nie, weet ons wel dat God aan elke mens die vryheid van keuse gee. Hoe kan ek en jy voordeel trek uit ons pyn? Deur die besluite en keuses wat ons maak. Besluit en maak jou keuse oor hoe jy sal reageer op pyn.

Ter inleiding - kom ons gesels oor ons eie interpretasie van die volgende drie verse:

Wat kry die mens vir al sy harde werk waarmee hy hom met soveel ywer onder die son vermoei? Sy hele lewe is vol pyn en leed. En alles wat hy onderneem, is verdriet. Selfs in die nag kry hy nie rus nie. Ook dit is alles sinloos. Prediker 2:22-23

En ons weet dat God alles ten goede laat saamwerk vir hulle wat Hom liefhet, hulle wat geroep is volgens sy doel vir hulle lewe. Romeine 8:28

Het julle verniet so baie gely?? Dit kon tog nie tevergeefs gewees het nie! Galasiërs 3:4

Daar is vyf maniere hoe ons voordeel kan trek uit ons pyn. Kyk of jy dit kan identifiseer uit die volgende verse ...

Ons wil nie hê dat julle, broers en susters, oningelig moet wees oor ons swaarkry in die provinsie Asië nie. Om die waarheid te sê, ons is ver bo ons kragte belas, met die gevolg dat ons selfs moed verloor het om te bly lewe. Dit het eintlik vir ons gevoel of ons die doodsvonnis ontvang het sodat ons nie op onself sou vertrou nie, maar op dié God wat die dooies opwek. Dit is Hy wat ons van só 'n groot doodsgevaar gered het en ons weer sal red. Hý is ons verwagting; Hy sal ons altyd weer red. (2 Korintiërs 1: 8-10)

Nou is ek bly - nie omdat ek julle hartseer gemaak het nie, maar omdat julle hartseer tot julle inkeer gelei het. Julle was hartseer volgens die wil van God. Julle is dus in geen opsig deur ons skade aangedoen nie, want hartseer volgens die wil van God lei tot inkeer, wat weer lei tot verlossing waaroor 'n mens nooit spyt sal wees nie. Daarteenoor lei wêreldse hartseer tot die dood. (2 Korintiërs 7: 9-10)

1. Antwoord: Gebruik jou pyn om nader aan God te beweeg in aanbidding.

Aksieplan: Tye wanneer ek pyn beleef is daardie tye waar ek meer tyd aan God moet bestee. Wanneer jy pyn ervaar, vind 'n stil plek waar jy alleen met God kan wees en praat met Hom. Vertel Hom wat jy ervaar en beleef en gee die pyn vir Hom. Vra God hoe Hy hierdie pyn in jou lewe kan gebruik sodat dit nie tevergeefs is nie. Vra Hom bo alles, om hierdie pyn te gebruik sodat jy nader aan Hom kan beweeg in 'n tyd van aanbidding.

Help ander gelowiges wat swaarkry, en gee só uitvoering aan Christus se liefdeswet. (Galasiërs 6:2)

2. Antwoord: Gebruik jou pyn om nader aan ander te beweeg in gemeenskap.

Aksieplan: Dink 'n bietjie of jy maklik jou pyn met ander (vriende, familie, kleingroep, ens.) deel. Indien jy nie jou pyn deel nie, of jy dit baie moeilik vind om met ander te deel, probeer die rede daaragter ontdek. Laat jou vriende en familie toe om jou op 'n dieper vlak te leer ken al is dit vir jou ongewoon of 'n risiko. Slegs dan kan hulle vir jou bid.

'n Pak slae suiwer die kwaad. Straf maak die binnekant skoon. 'n Ander vertaling stel dit so: "a painful experience let us change our ways". (Spreuke 20:30)

Selfs al was Hy die Seun, het Hy gehoorsaamheid geleer deur wat Hy gely het. Op hierdie manier het Hy volmaaktheid bereik sodat Hy vir almal wat aan Hom gehoorsaam is, die bron van ewige verlossing geword. (Hebreërs 5:8-9)

Kyk net watter entoesiastiese reaksie die belewenis van hartseer volgens die wil van God by julle meegebring het: die verantwoordings, dringendheid om reg te maak, ontsag, verlange om my te sien, ondersteuning en erns om die oortreder te straf! In elke opsig het julle bewys dat julle in hierdie saak onskuldig is. (2 Korintiërs 7:11)

Luister bietjie na Paulus se getuienis oor pyn:

Is hulle diensknegte van Christus, ek nog meer - nou praat ek regtig asof ek heeltemal van my verstand af is! Wat harde werk betref, uitermate; wat tronke betref, uitermate; wat katshoue betref, in die oortreffende trap; in doodsgevare dikwels. Vyf maal het ek van die Jode die gebruikelike straf van houe gekry; drie maal is ek met stokke geslaan, en een keer is ek met klippe gegooi. Drie maal het ek skipbreuk gely en een van daardie kere het ek 'n dag en 'n nag op die oop see oorleef. Ek was dikwels op reis; in gevare van riviere; van rowers; van my volksgenote; van nie-Jode; gevare in die stad en in verlate gebiede; gevare op see en gevare onder vals medegelowiges. Ek weet van harde werk en swaarkry, van baie nagte se wakkerbly, van honger en dors; van dikwels sonder kos te moet klaarkom, van koue

en sonder klere wees. Behalwe al dié dinge, was daar nog elke dag die bekommernis oor al die gemeentes. (2 Korintiërs 11:23-28)

Op elke manier word ons onder druk geplaas, maar ons is nie verpletter nie; ons is verward, maar nie wanhopig nie; ons word vervolg, maar nie in die steek gelaat nie; platgeslaan, maar nie vernietig nie. Ons dra altyd die sterwe van Jesus in ons liggaam saam sodat ook die lewe van Jesus sigbaar kan word in ons liggaam. (2 Korintiërs 4:8-10)

3. Antwoord: Gebruik jou pyn om meer gelyk te word aan die beeld van Jesus in dissipelskap.

In al ons swaarkry bemoedig Hy ons. Hy doen dit sodat ons ook in staat sal wees om mense in al hulle swaarkry by te staan met dieselfde bemoediging waarmee God ons versterk het. Net soos ons 'n oorfloed ontberings ter wille van Christus deurmaak, só beleef ons ook oorvloedige bemoediging deur Christus se bemiddeling. As ons dus swaarkry, is dit ter wille van julle bemoediging en verlossing. Want as ons God se bystand beleef, is dit sodat ons julle weer kan bemoedig. So kan julle met volharding die ontberings trotseer wat ons ook moet deurstaan. (2 Korintiërs 1:4-6)

4. Antwoord: Gebruik jou pyn om meer sensitief te wees in diensbaarheid.

(Paulus in die tronk) - Julle moet weet, broers en susters, dat dit wat met my gebeur het, gelei het tot bevordering van die Goeie Nuus. (Filippense 1:12)

In elke opsig laat ons ons ken as diensknegte van God deur aanhoudend te volhard: in swaarkry, in nood, in benoudheid. (2 Korintiërs 6:4)

Aksieplan: Moenie jou pyn vermors nie. Soek 'n stil plekkie op waar jy alleen kan wees. Skryf die vier pynvolste ervarings neer wat jy al in die lewe ervaar het. Gebruik hierdie vyf maniere om neer te skryf presies hoe (aksies) God jou kan gebruik om deur jou pyn te groei, asook die lesse wat jy hierdeur geleer het. Deel dit met jou geliefdes.

5. Antwoord: Gebruik jou pyn om 'n getuie vir die wêreld te wees - in getuienis.