NHSV
Dinamies vorentoe
Hoofbestuur
Posbus 108, Pretoria 0001, admin@nhsv.org.za, finansies@nhsv.org.za, www.nhsv.org.za
Tel 012 325 0117 / 086 274 0466 (faks).

Vroueflitse

Herfs 2025

Medewerkers Vroueflitse Herfs 2025-uitgawe:

Redakteur en bladuitleg
Mari-lizé Beukes

Subredakteur
Ds Janine Bevolo-Manders
Om te rou – ’n Bybelse perspektief.
(Geestesgesondheid)

Marietjie Schutte
Liefde is nie liefde voor jy dit weggee nie!
(Ouerbetrokkenheid)

Taalversorging
Mari-lizé Beukes
Tessa Oppermann

Webblad
www.nhsv.org.za – sien afdeling Publikasies vir *Vroueflitse*-skakel

Teken in op *Vroueflitse*: Stuur ’n e-pos aan Rozelda Nel admin@nhsv.org.za

Tel 012 325 0117
NHSV kantoor

Vroueflitse is ’n mondstuk van die NHSV met artikels gefokus op die toerusting van vrouelidmate.

Individuele skrywers dra self die verantwoordelikheid vir die feitelike inhoud van en beskouings in hul artikels.

Lag met jou oë,
hou vas met jou siel,
glimlag met jou hart en
wees lief met jou gees.

Om te rou – 'n Bybelse perspektief

Ds Janine Bevolo-Manders
Gemeente Witfontein

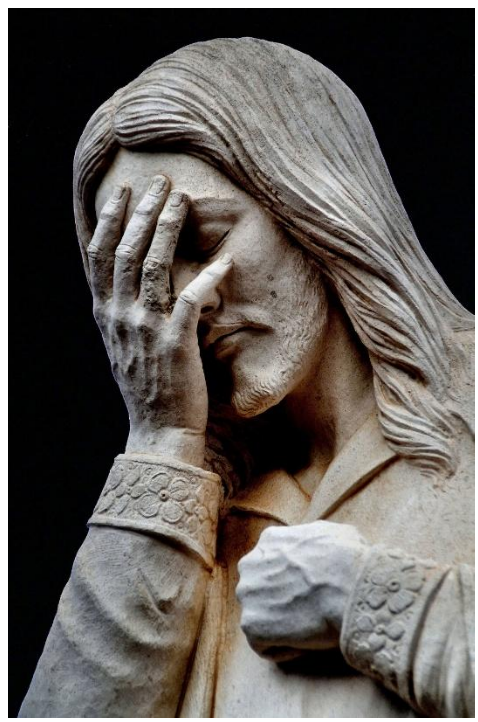
In 1969 het Elisabeth Kübler-Ross die vyf stadia van rou geïdentifiseer, naamlik ontkenning; woede; onderhandeling; depressie; en die laaste stap – aanvaarding.

Ek wil egter stilstaan by ROU en wat dit beteken.

Dit mag voor die hand liggend lyk, maar baie mense dink jy is swak as jy rou, of dis 'n skande of onchristelik as jy treur. Asof ons, as ons pyn of verdriet wys, op die een of ander wyse God te na sou kom of verras. Of dat trane of om depressief en hartseer te voel, dui op 'n gebrek aan geloof, of dat dit vir mense sal wys dat ons geloof nie eg is nie.

So, in plaas daarvan om uiting aan ons emosies te gee, onderdruk ons dit. Ons probeer voorgee dat alles reg is. Terwyl ons hier aan die binnekant stukkend is en uitmekaar val. Dit is nie gesond nie en dit is ook nie nodig nie.

Kyk net na Jesus se voorbeeld wanneer ons Johannes 11:33-35 (AFR83) lees:
Toe Jesus sien dat Maria huil en dat die Jode wat saam met haar gekom het, ook huil, het sy gemoed vol geskiet en was Hy aangedaan. Hy vra toe: "Waar het julle hom begrawe?" Hulle het vir Hom gesê: "Here, kom kyk." Jesus het gehuil.



Een van Jesus se **nabye vriende** is dood en dit het Jesus baie hartseer gemaak. Hy het nie probeer om 'n brawe front voor te hou nie. Hy was nie bekommerd dat mense sou dink dat, omdat Hy huil, sy geloof nie sterk genoeg was nie. Hy het eenvoudig aan dit wat in sy hart was, uiting gegee. Hy het gehuil. Voor God en almal.

Dalk dink jy dit is nie baie manlik om te huil nie. Soms is dit onmenslik om nie te huil nie. *Daar is 'n tyd om te huil, 'n tyd om te lag, 'n tyd om te treur, 'n tyd om van blydskap te dans.* (Prediker 3:4, AFR83)

Hoe reageer ons gewoonlik as iemand treur oor 'n verlies? Ons probeer om hulle beter te laat voel. Ons sê vir hulle dis nie so erg nie. Ons haal Bybelversies aan.

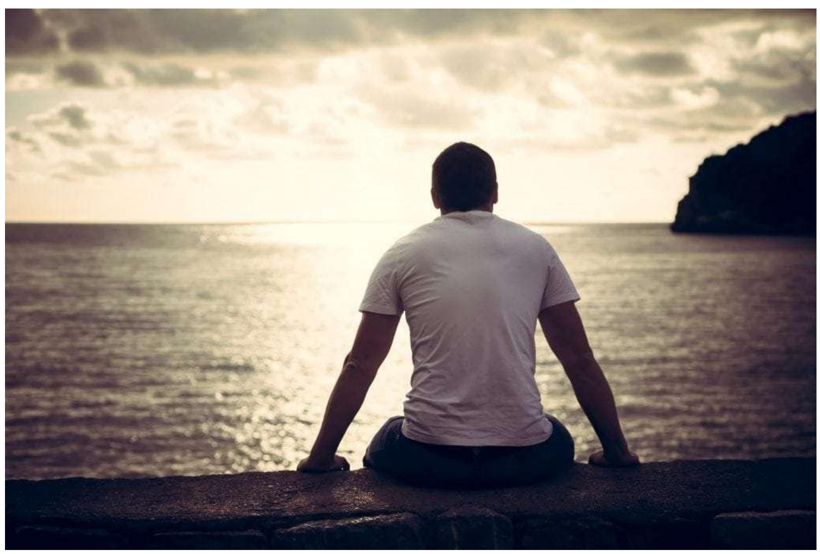
Daar is 'n tyd wanneer die beste ding wat jy vir iemand kan doen, nie is om hulle beter te laat voel of om hulle op te beur nie, maar om saam met hulle te huil.

Wanneer mense treur, beteken dit hulle ervaar die **realiteit van hul verlies.** Hulle **ervaar die pyn** van daardie verlies.

Hulle ontken dit nie. Hulle gee nie voor dat dit nie saak maak of seer is nie. En die proses waartydens hulle van **aangesig tot aangesig** kom met hul verlies, is **gesond en noodsaaklik**. Ons moenie aan hulle **karring om kortpad** te vat en te gou voort te gaan met hul lewens nie. Ons het nodig om onsself en ander toe te laat om te treur, sodat ons en ander op die regte tyd kan aanbeweeg.

Joseph en MaryLou Bayly het drie van hul sewe kinders op ’n jong ouderdom verloor – die eerste kind na ’n operasie toe sy 18 dae oud was; ’n tweede kind op die ouderdom van vyf jaar aan leukemie; en ’n derde kind op die ouderdom van 18 jaar na ’n slee-ongeluk met komplikasies as gevolg van hemofilie.

In sy boek ***The View from a Hearse – a Christian View of Death*** skryf Joseph Bayly: *Ek het gesit, stukkend van verdriet. Iemand het met my kom praat oor God en sy weë, van hoekom dit gebeur het en hoop anderkant die graf. Hy het aanmekaar bly praat. Hy het dinge gesê wat ek weet waar is. Dit het my koud gelaat. Ek het net gewens hy moet loop. Uiteindelik het hy.*



Iemand anders het gekom en langs my kom sit. Hy het nie gepraat nie. Hy het geen vrae gevra nie. Hy het net langs my gesit vir ’n uur of meer. Hy’t geluister as ek iets sê, vlugtig geantwoord, eenvoudig gebid en hy is weg. Ek was geroer. Ek was vertroos. Dit was vir my sleg toe hy gaan.

Joseph Bayly het die pyn wat mense ervaar wanneer hulle ’n geliefde aan die dood moet afstaan, baie goed geken. Hy het die dood sy vyand genoem as gevolg van die gruwelike wreedheid daarvan. Maar Joseph het ook beklemtoon dat hy *Die Een God* wat die dood vir ewig oorwin het, geken het.

Hierdie boek is Joseph se eie ervaring van die dood en van rou. Hy het dit geskryf vir mense wat geliefdes verloor het aan die dood, vir mense wat in rou is, en vir mense wat hulself moet voorberei op die dood. Wanneer ’n kind sterf, sterf ’n deel van die ouers saam met die kind.

Joseph het geweet dat ons nie innerlike vrede met die dood vind omdat ons alles verstaan wat met ons gebeur nie, maar dat God in beheer is van alles. God het vir ons en ons kinders nie ’n maklike dood of doodsbed vol visioene van glorie beloof nie, maar dat daar ’n ewige lewe daarna op ons wag.

Posbus 108, Pretoria 0001, admin@nhsv.org.za, finansies@nhsv.org.za, www.nhsv.org.za
Tel 012 325 0117 / 086 274 0466 (faks).

Hartseer het nie die laaste sê nie. Dis nie die einde nie. Want selfs te midde van ons hartseer, selfs wanneer ons smart op sy diepste is, is die Here by ons. Hy laat ons nie in die steek om alleen ons smart te verwerk nie. Hy is daar. En Hy sal ons vertroos beter as wat enige vriend of familielid of dominee of berader moontlik kan doen.

Dr Steve Brown, professor by die *Reformed Theological Seminary* in Orlando, Florida en die president van *Key Life Radio Network*, vertel dat sy hond, Quincy, 'n pynlike operasie moes ondergaan nadat 'n motor hom raakgery het. Dr Brown vertel dat sy hond geweier het om in hierdie moeilike tyd selfs net 'n paar sentimeter van hom af te wees.

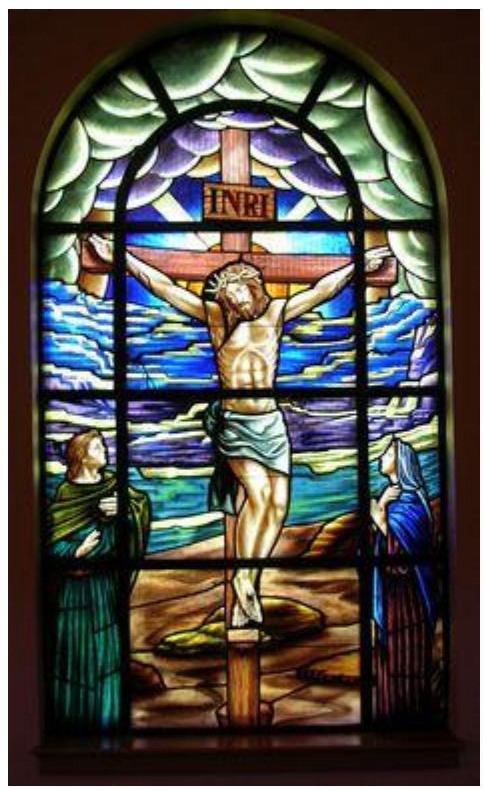
Hy vertel dat wanneer hy opgestaan het, sou Quincy, in groot pyn, ook opstaan, om agter hom aan te hink-en-pink, waar hy ook al gegaan het. Hy het ook geweier om op enige ander plek te slaap as aan dr Brown se kant van die bed. Dr Brown moes ook sy hand op Quincy se rug sit vir hom om genoeg te kalmeer sodat hy deur die pyn kon slaap. Hy skryf: *Quincy het nie verstaan wat met hom gebeur nie, maar hy het geweet hy wou naby aan sy meester wees en sy aanraking voel.*

Net so weet ons instinktiewelik dat, alhoewel ons nie God se planne altyd verstaan nie, die een ding wat vir ons vrede sal bring, is om naby ons Meester te wees en sy aanraking te voel.

Twee van die verse van Gesang 602 in ons Liedboek lui soos volg:

3. Die Heer droog al die trane af,
verby is droefheid, dood.
Ja, pyn en smart wyk uit die hart –
ons moeite, angs en nood.

4. "Kyk, Ek maak alles nuut", sê God.
"Laat hom wat dors het, kom.
En hy sal vind hy is my kind;
Ek is 'n God vir hom!"



Gebed:
Here, U self was so goed bekend met pyn en verlies.
U self het gebid dat die beker by U moet verbygaan en dit het nie – so U verstaan ons pyn en seer so goed.
Here, help ons om nie van U af weg te draai in ons pyn nie, wanneer die versoeking dikwels daar is om dit te doen.
Bewaar ons van bitterheid en help ons om altyd u goedheid raak te sien, al is ons sig swak van hartseer en smart.
Amen.

ooooOOOOoooo

Liefde is nie liefde voor jy dit weggee nie!

Marietjie Schutte
NHSV Streekvoorsitter Noord-Kaap-streek
Gemeente Vaalharts

Barbara Johnson spreek in haar boek *Nuwe veerkrag vir futlose ma's* hoop uit vir elke ma wat die seerkrykant van ouerskap ervaar het. Sy wys die leser hoe om met seerkry saam te leef en vreugde te midde van pyn te ervaar. Sy bevestig in haar boek egter 'n baie belangrike feit: *Liefde is nie liefde voor jy dit weggee nie!*

Dit is die een ding waarmee ons spandabelrig kan wees. Hoe meer jy daarvan gebruik, hoe groter word die geskenk. Gee dit weg en maak jou sakke leeg! Môre sal jy meer hê as ooit!

In Matteus 22:37-39 (AFR83) staan geskrywe: *"'Jy moet die Here jou God liefhê met jou hele hart en met jou hele siel en met jou hele verstand.' Dit is die grootste en die eerste gebod. En die tweede, wat hiermee gelyk staan, is: 'Jy moet jou naaste liefhê soos jouself.'"*

God se liefde en nabyheid het haar gehelp om weer heel te word nadat sy die seerkry van ouerskap in haar lewe beleef het. Haar persoonlike herinneringe, gedigte en humor bring nuwe lewenswysheid na vore en onderstreep die moontlikheid om weer te lag en vreugde in jou lewe te ervaar.

Kinders se opvatting van liefde laat ons partykeer verstom staan oor hul opmerksaamheid. Nita Eberlin gee in haar boek *So 'n bekkie moet jêm kry!* 'n paar van die antwoorde wat kinders gegee het toe hulle gevra is wat liefde is:

- Liefde is dit wat jou laat glimlag, al is jy baie moeg.
- Toe my ouma artritis kry, kon sy nie meer vooroor buk om haar toonnaels te verf nie. Nou verf my oupa dit vir haar, al het hy self ook artritis.
- Liefde is wanneer Mamma vir Pappa die lekkerste stukkie hoender gee.
- Wanneer Mamma vir Pappa sien terwyl hy werk en vuil en sweterig is, en sy nog steeds vir hom sê hy is vir haar aantrekliker as Robert Redford.
- Liefde is wanneer 'n klein ou tantetjie en 'n klein ou oompie, wat nog altyd vriende was, van mekaar hou, al ken hulle mekaar al so lank en goed.

'n Paar skertsende antwoorde was baie opreg bedoel, maar is met 'n knipoog gesê:

- My ouer suster is baie lief vir my, want sy gee al haar ou klere vir my en dan moet sy nuwes gaan koop.
- My ouer suster pik op my, maar my ma sê dis uit liefde dat sy dit doen. Nou pik ek op my babasussie, want ek is lief vir haar.

Hoofbestuur
Posbus 108, Pretoria 0001, admin@nhsv.org.za, finansies@nhsv.org.za, www.nhsv.org.za
Tel 012 325 0117 / 086 274 0466 (faks).

Liefde is egter baie meer kompleks. Dit weerspreek die slegte eienskappe en fokus op die goeie eienskappe van ons verhoudings. Ons moet ons kinders opvoed en leiding gee en wys dat liefde met die regte gesindheid, berge kan versit. Liefde is dus:

- traag om te wantrou, vinnig om te vertrou;
- traag om te veroordeel, vinnig om vry te spreek;
- traag om te beledig, vinnig om te verdedig;
- traag om te berispe, vinnig om te verdra;
- traag om te verkleineer, vinnig om te waardeer;
- traag om te eis, vinnig om te gee;
- traag om aan te hits, vinnig om vrede te maak;
- traag om te verhinder, vinnig om te help; en
- traag om kwalik te neem, vinnig om te vergewe.

Wanneer ons die liefde besit wat waarde toevoeg tot ons verhoudings, besit ons die volgende gawes:

- Die gawe om te luister – dis nie altyd nodig om raad te gee nie, maar soms is ’n gewillige oor nodig om ’n las ligter te maak.
- Die gawe van toegeneentheid – teenoor mekaar.
- Die gawe van ’n glimlag – om saam met ander te lag, verrig wondere vir jou siel, en jou glimlag is soos die vensters van jou siel wat wys dat jou hart tuis is by daardie persoon.
- Die gawe van ’n handgeskrewe briefie en kaartjie – jy deel iets van jouself.
- Die gawe om ’n guns te doen – veral as dit opoffering verg en jy dit steeds wil doen.
- Die gawe van gebed – daar is geen groter geskenk vir enige persoon as om te sê dat jy vir haar/hom bid nie – en dit ook doen!

Die liefde moet daagliks geleef en uitgeleef word saam met ons gesin, vriende en familie. Maak ‘n verskil deur ‘n glimlag, ’n belangstellende boodskap, ‘n briefie, ’n oproep en ‘n gebed.

Mag die liefde van God vir ons die dryfveer in ons lewens wees om onsself en mekaar lief te hê soos God ons liefhet! Leef die Liefde, want Liefde is nie liefde voor jy dit weggee nie!

Gesang 334 van ons Liedboek beskryf God se liefde vir ons op ’n pragtige wyse:

“God is Liefde!” juig ons harte, en bedink wat liefde doen:
Dat Hy ons Sy seun gestuur het om ons sonde te versoen.
Hy wat eerste liefgehad het, het in liefde ons vergeef –
nou kan ons, uit God gebore, uit dié bron van liefde leef!
Deur sy Gees, die wondergawe, laat Hy wederliefde spruit;
en dié liefde – wat volmaak is – dryf die vrees en selfsug uit.
As die Vader in sy liefde dan die sondaar maak tot kind,
mag sy Seun al meer gestalte in ons doen en late vind!

oooOOOOoooo