



# Rigtingwyser vir die Gereformeerde Lewe

# Kompas



Jaargang 16 no 4  
April 2007

## Tema: Fees van die Kruisdood

- Ek is die opstanding en die lewe ..... 2
- Kan die kruisdood 'n fees wees? ..... 3
- Christus as lam van God ..... 5
- Jode, Romeine en die Messias ..... 7
- Lekker en maklik, maar verantwoordelik? ..... 9
- 'n Goeie gevoel is ook belangrik ...!? ..... 12
- Die realiteit van Christenwees vir baie mense in Afrika ..... 14
- 30 Jaar Gereformeerde Laerskool Bellville ... 17
- Rugby geweeg ..... 20

## LYDING EN HEERLIKHEID

Dit het vir ons vanselfsprekend geword om Goeie Vrydag en Paasfees as twee afsonderlike gedenkdae te vier. In die vroeë Christelike kerk was dit egter nie die geval nie. Om die waarheid te sê, toe was daar net een gedenkdag: Paasdag. Maar daarop is sowel die lyding as die opstanding en hemelvaart van onse Here Jesus Christus herdenk. Dit het gegaan oor sy werk in vernedering en verhoging as Profet, Priester en Koning. Om ons sondes voor God te versoen en ons as geregverdigdes aan God en mense voor te stel.

Dit kan gevaarlik wees om dae soos Goeie Vrydag en Paasfees afsonderlik te herdenk. Mense is nogal geneig om dit as 'n herhaling van die werk van Christus te ervaar. Die Messias met die doringkroon op sy kop word dan weer voorgestel en uitgebeeld. Gesange het ontstaan waarin in die teenwoordige tyd daaroor gesing is. Dit kan meewerk om meer te let op die uiterlike lyding van Jesus as op sy Middelaarswerk. En dit word dan weer oorgebring na die menslike lyding in die algemeen.

Dit is bekend dat die Gereformeerdes, in navolging van Calvyn, aanvanklik skepties teenoor kerklike feesdae in die algemeen gestaan het. Die remonstrante in die provinsie Utrecht (Nederland) het wel die Goeie Vrydag in hul kerkorde van 1612 vermeld. Die Dordtse Kerkorde het hierdie dag glad nie genoem nie. Dit is eers later, onder dwang van die kerklike gewoonte, alom ingevoer en uiteindelik ook vermeld.

Dit is egter beter om, soos die vroeë Christelike kerk, Goeie Vrydag en Paasfees gesamentlik te vier. Moontlik selfs op dieselfde dag as die Joodse Pasga, soos dit aanvanklik in verskillende streke die geval was. Die Christelike Paasfees word dan gesien as die vervulling van die Ou Testament en spesifiek die Ou Testamentiese Pasga. Wat toe gesê en simbolies voorgestel is, het werklikheid geword. Op daardie dag kan dan ook die nagmaal gevier word.

Christus is om ons sondes tot die dood veroordeel, maar Hy het opgestaan tot ons regverdiging. Dit is nou duidelik: die oorwinning behoort aan Hom. Christus is die Alfa en die Omega, die begin en die einde. Hy is die Gesalfde, die Koning, wat opgestaan het tussen die dooies uit en wat sit aan die regterhand van die Vader, aan Wie toekom die heerlikheid en die krag tot in die eeue van die eeue. (Slot van die Paaspreek van Melito van Sardes – 2de helfte van die 2de eeu).

En ons lyding en swaarkry? Ons lyding het wel gekom as gevolg van die sonde in die algemeen, maar kan en sal vir ons 'n beproewing wees. Christus se lyding en dood was egter borgtogtelik. Om ons sondes is Hy verbrysel. Hy het egter opgestaan en die dood oorwin. Dit beteken vir ons: ons kan uitgaan van die oorwinning en vanuit daardie krag lewe.

Soos ons ook saam met die kerk bid:  
*“Verleen ons ook u genade om getroos ons kruis op te neem, onself te verloën, ons Heiland te bely en onder alle droefheid met verlange ons Here Jesus Christus uit die hemel te verwag, waar Hy ons sterflike liggaam aan sy verheerlikte liggaam gelyk sal maak en ons tot in ewigheid by Hom sal neem”.*

Klaas Bijzet

# EK IS DIE OPSTANDING EN DIE LEWE

Ds Eugene Viljoen

TEMA: FEES VAN DIE KRUISDOOD

**Waarom was Jesus nie daar toe Lasarus gesterf het nie? Dit is duidelik dat Jesus alles geweet het van sy ernstige siekte. Die boodskap wat by Jesus uitgekom het, was ondubbelsinnig – die siekte is ernstig! Anders sou hulle Jesus nie sommer laat kom het nie. Dit was ook nie die geval dat Jesus koud gestaan het teenoor die bekommernis van Martha en Maria of Lasarus se siekte nie. Hy was lief vir hulle. Tog stel Jesus sy reis na Betánië uit tot Hy vir sy dissipels kan sê: “Lasarus, ons vriend, slaap, maar Ek gaan om hom wakker te maak” (Joh 11:11). Jesus wag tot Lasarus sterf, omdat Hy Homself in Betánië wil laat sien as die Opstanding en die Lewe.**

## Nou reeds

Jesus se opstanding het nie eers in die toekoms vir ons betekenis nie. Daar waar ons in geloof met Hom lewe, verander ons lewe nou reeds. En ons moet bysê: Hy verander ook ons dood. Dit is die betekenis van die opstanding van Christus vir ons. Ons mag vra: “Waarom kan ons lewens nie anders verloop as wat dit gaan nie? Kon die Here baie dinge nie voorkom het nie? Kom die Here met sy troos nie - na ons gevoel - te laat in ons hartseer nie?” Die troos van die evangelie het soms by ons die smaak van “mosterd na die maal”. Ons wil nie woorde van troos hoor nie, maar wou gehad het dat alles liewers anders moes wees!

Maar *juis dáár* kom Jesus ons tegemoet. Hy wil ons laat sien wat dit beteken dat Hy die Opstanding en die Lewe **is**. Dit is nie goedkoop trooswoorde nie. Martha het gedink dat Jesus sommer die gewone

woorde van troos en meelewing uitspreek by die dood toe Hy sê: “*Jou broer sal opstaan*” (Joh 11:23). Sy dink aan die troos dat gelowiges wat gesterf het, deel het aan die toekomstige lewe met die Here. Maar Jesus wil haar geloof in die opstanding verbreed. Hy wil haar geloof op Homself rig. Jesus gee nie net in die toekoms aan mense oorwinning oor die dood nie.

Hy **IS** die opstanding en die lewe. Nou reeds. Soos wat Hy nou na jou in jou lewensomstandighede kom. Dit moes Martha verstaan: “*Martha, Ek het nie te laat gekom nie; alles moes nie anders gewees het nie. Moenie jou troos daarin soek dat as Ek hier was, jou broer nie sou gesterf het nie*”. Ons geloof in die krag van Christus se opstanding is nie iets van die verre toekoms nie. Jesus sê nie vir Martha: “*Ek sal jou broer laat opstaan; Ek bring opstanding en lewe*” nie. Jesus is self die Opstanding en die Lewe. Dit sê Jesus terwyl Lasarus nog in die graf lê. Maar Hy kon, omdat Hy self sou sterf en uit die dood opstaan. Só kom ontmoet Jesus ons. In ons swakheid en magteloosheid. Wanneer ons dit só anders sou wou hê. Dit is nie dat Jesus te laat kom nie. Ook nie dat Hy nie weet of nie omgee nie. Maar almal moet sien dat Hy sterker is as die dood.

## Glo jy dit?

Martha moes glo dat die siekte nie eindig in die dood nie, maar in die verheerliking van God. Daarom kan Jesus sê: “*Wie in My glo, sal lewe al het hy ook gesterwe; en elkeen wat lewe en in My glo, sal nooit sterwe tot in ewigheid nie*” (vs. 25-26). Hier was Martha se geloof in Jesus as God se groot

genade-geskenk, op die proef gestel. Daarom vra Jesus vir haar: “**Glo jy dit?**” Hy wou aan elkeen laat sien dat Hy sterker is as die dood. Daarom het Hy nie vroeër na Betánië gekom nie. Hy wil sy heerlikheid laat sien, of ons lewe en of ons sterwe.

Ons geloof moet geheel en al op Hom gerig wees. Nie op iets wat Hy ons kan gee nie. Hy Self is in die eerste plek die groot geskenk wat God vir ons gegee het. En soos wat God Hom vir ons gegee het, sonder reserwe, só wil Hy dat ons onself ongereserveerd aan Hom oorgee. In lewe en in sterwe. Vol vertrou dat my omstandighede nie eers anders moet wees voordat ek verseker kan wees van God se genade-vriendelikheid teenoor my nie. Glo u dit? Glo u dat niks u buite bereik van God se genade kan plaas nie? Ja, selfs nie u grootste sonde nie. Selfs nie die dood nie.

Dit demonstreer Jesus deur Lasarus uit die graf uit te roep. Met sy stem kan Jesus selfs tot binne-in ‘n graf lewe wek. Sy stem gee lewe. Gelowige mense kan selfs in hulle graf reageer op Jesus se stem. Want Hy is die Een wat deur God gestuur is. GLO U DIT? Glo u dat Jesus die Opstanding is – Hy laat selfs mense wat dood is, op sy genadestem reageer. Die dood mag selfs kom, maar ook dit sal jy oorleef. Is dit wat jy glo?

## ‘n Nuwe lewe!

Ons moet vanuit Christus se opstanding uit die dood vandag leef as mense wat nie die ewige lewe sal ontvang nie, maar dit reeds het. Ons word deur sy krag tot ‘n nuwe lewe opgewek. Christus kom woon deur die geloof in ons. Dit is ‘n

nuwe lewe deur die krag van die opstanding van Christus.

Hierdie nuwe lewe het niks te doen met ons ou lewe wat hier en daar verbeter word nie. Dit gaan nie oor die restourasie en verbouing van ons ou lewe nie. Dit is 'n lewe waar alles nuut is. 'n Lewe van geloof uit Christus. 'n Lewe uit genade. 'n Lewe waar die mag van die dood en sonde nie oor ons heers nie. Wanneer Christus ons opwek tot 'n nuwe lewe, dan maak Hy Homself tot die Bron waaruit ons elke dag leef. 'n Nuwe lewe is nie 'n lewe waar ek my bes doen om my lewe te verander nie. Die nuwe lewe gaan nie oor ons en ons nuwe krag nie. Ons bring altyd weer iets van ons ou lewe saam. Uit ons eie krag kan ons nooit 'n nuwe lewe begin nie. Al verander ons ons lewens se rigting ook hoe!! Die nuwe lewe gaan oor **Christus wat vir ons die lewe geword het**. Hy is alles. Ons leef uit Hom, deur Hom en tot Hom. Al die heerlijkheid is syne. God word in ons verheerlik deur Christus wat vir ons die lewe geword het. Die nuwe lewe leef uit die krag van die liefde van Christus vir ons. Dit is 'n geloofs-lewe!!

Ons moet vir 'n nuwe lewe nie kyk

na ons eie swak kragte nie. Ons moet kyk na die leë graf van Christus. Want die Here God wil in ons werk met dieselfde krag waarmee Christus uit die dood opgewek is (Efesiërs 1). Dit is wat Paulus bedoel wanneer hy vir Timotheüs aanmoedig: “*Onthou dat Jesus Christus ... uit die dode opgewek is...*” (2 Tim 2:8). Nie maar net een keer glo in die opstanding van Christus nie. Nee, sy leë graf is gedurig en altyd weer die krag vir ons om ons nie oor te gee aan die krag van die sonde en die dood waarmee ons elke dag gekonfronteer word nie. Met sy evangelie laat Hy ons elke dag weer opstaan om 'n lewe te lei wat pas by sy leë graf. Die dood het geen mag oor ons meer nie.

### **Waarborg van ons opstanding**

Christus se opstanding is ook 'n waarborg van ons ***opstanding***. Hiermee word nie die opstanding van ons liggame bedoel nie (al glo ons natuurlik dit ook!). Sonder twyfel is dit daarby ingesluit. En tog moet ons aandag hier wees op iets anders wat belangrik is. Wanneer Christus uit die dood opstaan, word sy hele lewe in die liggaam wat Hy op aarde geleef het, deur die Vader aanvaar. Die Vader laat sien

dat Jesus se lewe ewigheidswaarde het. Dit is en was **nie nutteloos** nie. Dit was **nie 'n ydele lewenswandel** nie. 'n Lewe wat **geen waarde** het nie. As Christus daarom nie opgewek was nie, sou die verkondiging van sy dood geen betekenis gehad het nie. Maar deur sy opstanding weet ons dat sy lewe in die liggaam, selfs nadat dit in die graf neergelê is, waarde vir ewigheid het.

Daarom hoop ons op Christus nie net vir hierdie lewe nie, maar ook vir die lewe hierna. Ons sou die ellendigste van mense wees, **indien ons geen hoop gehad het dat ons lewens ewigheidswaarde** het nie. Wanneer ons deur geloof verbind is met Jesus wat die Opstanding en die Lewe is, kan ons weet dat ons lewens wat soms totaal nutteloos is, ewigheidswaarde het. Al is ek bedlënd. Verstandelik met groot beperkthede toebedeel. Al voel my lewe 'n groot mislukking. Selfs wanneer dit vir my voel asof ek die grootste deel van my lewe verspeel het. Óók wanneer jy voel asof jy vanweë liggaamlike swakheid net vir die helfte funksioneer ten opsigte van dit wat jy graag sou wou doen.

---

## **KAN DIE KRUISDOOD 'N FEES WEES?**

Ds Charles Nicholson

### **TEMA: FEES VAN DIE KRUISDOOD**

Wanneer die vraag gevra word of die kruisdood van Jesus Christus 'n fees kan wees, dan moet daar afge- vra word wat die Woord van God self oor die kruisdood sê. As die apostel Paulus aan die kruisdood dink, dan soek hy na woorde wat presies kan uitdruk wat daar aan die kruis gebeur het. Paulus kies vir die

woord “vloek” (Gal 3:10-14). Christus het vir ons 'n vloek ge- word. Hy was dus iemand wat deur God vervloek is, sodat die seën wat aan Abraham gebied is, ook na ons toe kan kom. Skerper en vreesliker kan die kruisdood nie gestel word nie. Christus het dus die loon ont- vang van die sonde van die ganse

mensheid, maar juis só het Hy ons sonde versoen. Daarom sou 'n mens eerlik kon sê dat die kruis- dood van Christus in die eerste plek nie 'n fees kan wees nie. Tog sal ons later probeer aantoon dat die vrug van Christus se lyding en sterwe aan die kruis vir die gelowi- ge so 'n groot troos is (Sondag 1,

Heidelbergse Kategismus) dat hy nie anders kan as om juis fees te vier nie.

Dit is veral gedurende die lydenstyd dat ons weer herinner word aan Christus se kruisdood, maar dadelik moet ons waarsku dat die lydenstyd nie daar is om weer, soos sommige dit wil hê, die weg van die Via Dolorosa te bewandel nie. Die bedoeling van die lydenstyd is dat ons weer opnuut die betekenis van die lyding en sterwe van Christus op sodanige wyse sal verkondig, dat dit as die evangelie verstaan word. Dit beteken dat ons Christus se lyding en dood as evangelie moet verkondig in dié sin dat ons dit binne die konteks van die hele Skrif moet plaas, sodat ons daarin kan sien hoe die heilsraad van God tot openbaring en verwerkliking kom. Dit gaan om die betekenisvolheid van die lyding en kruis van Christus soos dit in die lig van sy opstanding en verheerliking deur die apostels verstaan en verkondig is. Dus, die kruisdood staan te midde van die hele heilsplan van God. Hierdie boodskap móét daarom elke Sondag van die kansel af verkondig word en nie net in die lydenstyd nie.

### **Die saak tussen Christus en God**

Dat dit in die lyding en sterwe van Christus om 'n daad van God gaan, moet altyd voorop staan. As ons wil verstaan waarom die boodskap van die lyding en dood van Christus die ware evangeliebodskap is, dan sal ons moet fokus op die harde kern van waarom dit werklik gegaan het: die saak tussen Christus en God. Die hele Nuwe Testament sal vir ons onverstaanbaar wees as ons nie begryp dat wat aan ons verkondig word, deur die lyding en sterwe van Christus 'n daad van God was en dat wat met Christus gebeur het, uit die hand van God en volgens sy wil oor Christus gekom het nie.

In Handeling 2:22-23 verduidelik Petrus aan sy hoorders dat Jesus 'n

man is deur God vir hulle aangewys, met kragte en wonders en tekens wat God deur Hom onder hulle gedoen het, en dat Hy deur die bepaalde raad en voorkennis van God oorgelewer is in die hande van goddelose manne en dat hulle Hom geneem en gekruisig en omgebring het. Maar God het Hom ook uit die dood laat opstaan. Die bepaalde raad en voorkennis van God is hier van die uiterste belang. God het gehandel in die lyding en dood van Christus. Daarom kan die lyding en dood van Christus as 'n blye tyding, as evangelie, verkondig word. Hierop kom ons weer terug.

Wanneer die opgestane Christus later weer sy dissipels ontmoet, skerp Hy dit by hulle in dat die Christus moes ly (vgl Luk 24:7, 26, 44, 46). Die kruis en lyding van Christus is dus veranker in die ewige raadsplan van God, wat niks anders is as sy heilsplan nie. Binne hierdie heilsplan laat die Nuwe Testament ons sien hoedat God die menslike sonde en bloeddorstigheid ook deel maak van die lyding van Christus, maar dit is deurtrek van die wil en daad van God wat sy Seun "oorgegee het" (vgl 1 Kor 11:23; Rom 8:32; Gal 2:20 en Joh 3:16). In hierdie oorgee van die Seun deur die Vader is daar deurgaans twee belangrike sake wat ook oorweeg moet word. Die lyding en dood van Christus is 'n daad van God se liefde, maar terselfdertyd ook God se gerig. Wie nalaat om dit duidelik te verkondig, vermink die evangeliebodskap.

### **Christus as die Middelaar**

As ons sê dat dit in die lyding en sterwe van Christus om 'n daad van God gaan, dan is dit van die uiterste belang dat ons moet onthou dat God gehandel het deur die Middelaar, Jesus Christus, die Vleesgewordene, die Mens. Die versoening is 'n daad van God, maar dit is 'n daad waarin God nie sonder die mens handel nie. Die Bybel praat deurgaans van die lyding en sterwe van die Seun van God en nie die lyding

van God sêlf nie, soos sommige dit wil leer. Om reg te laat geskied aan die kruisdood van Christus, moet die volle gewig toegeken word aan die vleeswording van die Seun van God as die Middelaar tussen God en die mense (1 Tim 2:5). Die vleesgeworde Woord het onder ons kom woon en derhalwe is dit dringend noodsaaklik dat die eg-menslike worsteling en stryd van Christus waarvan die Evangelies so duidelik praat, tot hulle reg kom.

Juis hierdie worsteling en stryd maak Christus deur ter wille van ons. Hy stry ons stryd aan die kruis. Die pynlikste aspek van die lyding van Christus onder die hande van die Jode was die wyse waarop die uitverkore volk van God vir Christus behandel het. Dit was die kerk van die Ou Verbond. So skryf Johannes: "Hy het na sy eiendom toe gekom, en tog het sy eie mense Hom nie aangeneem nie" (Joh 1:11). Tog loop alles uit op die groot oorwinning. Die triomf van Christus is dat Hy teen alles in aan sy roeping en amp vasgehou het, die kruis verdra het, die skande verag het en aan die regterkant van die troon van God gaan sit het (Hebr 12:2).

Derhalwe moet ons tot die gevolgtrekking kom dat die kruisdood as sodanig, met sy vloek as verskrikking, allesbehalwe 'n fees is.

### **Die nagmaal**

Hierbo is daarna verwys dat God gehandel het in die lyding en dood van Christus en dat die sterwe van Christus as 'n blye tyding, as evangelie, verkondig moet word. Hierop kom ons nou weer terug.

Ons het reeds gesien dat die kruisdood van Christus in die eerste plek nie 'n fees kan wees nie, maar die vrug van Christus se kruisdood bring mee dat ons nie anders kan as om fees te vier nie. Hierdie feesviering kom tot sy reg elke Sondag wanneer gelowiges dwarsoor die wêreld Christus se oorwinning oor

die dood (die vloek) vier. Op 'n tasbare en aanskoulike wyse kom dit na vore in die nagmaal. So verseker die nagmaal ons dat, so dikwels as wat ons die brood eet en uit die beker drink, word die tekens 'n onmiskenbare versekering van Christus se hartlike liefde en trou. Verder vier ons fees, want die vrug van Christus se lyding en sterwe bied aan ons die lewendmakende Gees van God. Deur dié Gees kan

ons in ware gemeenskap met Hom lewe en in al sy rykdom deel. Ons word ook deur dieselfde Gees onderling as lede van Christus se kerk in liefde saamgebind.

Die feesvieringe is verder 'n opdrag van Christus wat ons gebied om die nagmaal te vier totdat Hy kom. Ons geniet aan die tafel nou al 'n voor-smaak van die oorvloedige vreugde wat Hy ons belowe het. Ons sien

nou al met groot verlange uit na die groot feesvieringe wanneer Christus sal verskyn in heerlijkheid. Dan is ons by die “bruilofsmaal van die Lam, wanneer Hy die wyn saam met ons sal drink in die koninkryk van sy Vader. Laat ons daarom bly wees, ons vreugde wys en aan Hom die eer gee, want die bruilof van die Lam kom.”

---

# CHRISTUS AS LAM VAN GOD

Sake Antonides

## TEMA: FEES VAN DIE KRUISDOOD

Paasfees is weer met ons. Die betekenis van die fees is vir die mense in die wêreld rondom ons en selfs vir baie Christene nie altyd so duidelik nie. Is dit vir ons anders? Christus as kindjie in die krip, as rolmodel, as belangrike mens, dit spreek aan, meer as Christus in 'n lydende hoedanigheid, as 'n betaler van ons sondes. Geloof onder die tema: “As jy Jesus maar liefhet”, versmal die Christelike lewe.

Met dit as agtergrond vra ds G van Rongen\* in 'n aantal bydraes wat verlede jaar in die blad *Una Sancta* (uitgawe van ons susterkerke in Australië) verskyn het, ons aandag vir die lydende Christus, die Lam van God. Hy laat ook sien hoe dit in verband staan met die viering van die Heilige Nagmaal.

Die hooflyne van sy gedagtegang word hier weergegee.

### 1. Die oorsprong van die Paasfees

Van die Joodse feeste was (en is) die Paasfees die belangrikste een. Vir die huidige ortodokse Jode is dit nog steeds so. In lande waar die

Christelike feesdae erken word, is dit oënskynlik die Kersfees, mede vanweë die feit dat dit grotendeels deur die handel ingepalm is. Met die Christelike Paasfees is dit (nog) nie in dieselfde mate die geval nie.

Die oorsprong van die Paasfees lê by die uittoeg uit Egipte. 'n Bekende geskiedenis, wat in detail beskryf word in die boek Exodus, hoofstukke 11 en 12. Die volk is gereed om te vertrek en wag op die teken daartoe. Die tiende en finale plaag is aan die kom en die volk is aangesê om homself te beskerm teen die toorn van die Here en om hulle tegelykertyd gereed te maak om te vertrek. Om te verhoed dat hulle dieselfde lot ondergaan as die Egiptenare, moet elke familie 'n lam slag, sonder gebrek, en die bloed daarvan aan die deurkosyne van hulle huise smeer. Die lam moes daarna op 'n bepaalde manier klaargemaak word en voor hul vertrek saam met ongesuurde koeke geëet word.

Let daarop dat die lam sonder gebrek moes wees en dat die volk toe reeds beveel is om die dag jaarliks as 'n fees te vier!

### 2. Verdere ontwikkeling van die Paasfees

In Numeri 28:16 e.v. lees ons dat die herdenking van die uittoeg deel word van die Mosaïese Wette en dat dit deur die toegevoegde seremonies 'n ware feestelike karakter kry. Dit word daar genoem: die Pasga (Joodse Pesach), waarin die betekenis van “verbygaan” lê. Dit is duidelik bedoel om as 'n familiefees gevier te word, as nagedagtenis aan die oorspronklike maaltyd, en dit word oor 'n aantal dae gevier. Verdere ontwikkelings volg daarna en die ontstaan van die sg. Seideraand is van belang. Dit is die eerste aand van die fees, die aand van die gesamentlike familiemaaltyd, wat teen die tyd van Jesus se lewe op aarde ongeveer soos volg verloop:

Die vader van die gesin begin die seremonie met die vul en die seën van 'n beker met wyn. Daarna word die wyn gedrink deur al die lede van die gesin en ook moontlike gaste.

Die bitter kruie, gedoop in asyn, word dan geëet as 'n gedagtenis aan die bitterheid van die slawerny in Egipte. Ook word dit herdenk as

die jongste lid van die gesin sy vader vra: Waarom is hierdie aand anders as die ander aande? Daarop vertel die vader die verhaal van die uittog uit Egipte, om die gebeurtenis by al die aanwesiges te laat herleef.

Vervolgens word die tweede beker gevul en geseën en word die onge-suurde brood gebreek en verdeel, terwyl die vader die formule uit-spreek: “Dit is die brood van bitterheid, wat ons vaders in Egipteland geëet het.”

Eers dan word begin met die Paas-maaltyd: die lam word geëet, en omdat die bloed daaruit verwyder was, is die gedagtes teruggedraai na die belangrike gebeurtenis toe die Here die Israëliete verbygegaan het (Pesach), omdat hulle beskerm was deur die bloed aan die deurkosyne.

Dan kom die vul en seën van die derde beker, wat ‘n verandering in die hele prosedure aandui, omdat hiermee die maaltyd ‘n uitgesproke feestelike karakter begin vertoon. Die woorde wat tydens hierdie deel van die seremonie uitgespreek word, lui: “U word geprys, Here my God, Koning van die Wêreld, wat die hele wêreld voed met u goedheid, genade en ontferming”. Die derde beker word ook genoem “die beker van danksegging” of “die beker van lofprysing”.

Na die derde beker volg nog ‘n vierde en ‘n vyfde een. Die vierde is ‘n verdere “vreugdebeker”, maar die vyfde een word nie gedrink nie, wat ‘n verwysing is na die Messias, wat in die oë van die Jode nog moet kom.

### 3. Verbinding met die Heilige Nagmaal

Waarom vermeld ds Van Rongen dit in soveel detail? Omdat hy die verbinding tussen die Joodse Pesach en die Nu-Testamentiese Nagmaal duidelik wil maak. Let wel: Nagmaal en nie Paasfees nie. Want meer as die huidige Paasfees is die

Nagmaal ‘n voortsetting van die Joodse fees.

Die konneksie is Christus se laaste Paasmaaltyd. Dit was in werklikheid die Paasfees se Seideraand-maaltyd en, soos bekend, is dit gehou deur Hom saam met sy dissipels, asof hulle ‘n familie was. Wat gebeur dan tydens hierdie maaltyd?

Toe dit kom by die oomblik waarop die vader gewoonlik die formule uitspreek: “Dit is die brood van bitterheid, wat ons vaders in Egipte geëet het”, sê Christus heeltemal iets anders: “Neem, eet, dit is my liggaam”. Aan die brood word dus deur Christus ‘n heel ander betekenis gegee.

Net so ook aan die derde beker van die Joodse seremonie, wat, soos hierbo genoem, aan die seremonie ‘n feestelike karakter gegee het: Christus verander die woorde na: “Hierdie beker is die nuwe verbond in my bloed. Doen dit, so dikwels as jy dit drink, tot my gedagtenis”.

In die slotartikel van die reeks deur ds Van Rongen bestee hy heelwat aandag aan hierdie bekende woorde van Christus tydens sy laaste Seidermaaltyd (ook die laaste Nagmaal genoem). Hy noem dit “the bread statement”, wat ons die beste kan vertaal met “die broodformule”, en “the cup statement”, ofte wel “die bekerformule”.

### 4. Die broodformule

Die weergawe van die broodformule volgens Lukas, soos ons dit vind in Lukas 22:19: “Dit is my liggaam wat vir julle gegee word, doen dit tot my gedagtenis”, kom baie ooreen met dié van Paulus in 1 Korinthiërs 11:24: “Neem eet, dit is my liggaam wat vir julle gebreek word, doen dit tot my gedagtenis”. Mattheüs en Markus het korter weergawes van die broodformule.

In sy broodformule word duidelik deur Christus bevestig dit wat Hy

dikwels aan sy dissipels voorgehou het: Hy moes ly en sterf. Hier maak hy dit ewenwel perfek duidelik dat Hy sou vervul wat deur die geslagte lam van die Seidermaaltyd reeds gesimboliseer was: in God se veroordeling van sonde en sondige mense sou Hy hulle plek inneem. Net soos wat die Jode tydens hul jaarlikse Seidermaaltyd die brood van slawerny geëet het, as’t ware vir die laaste keer (want dit het beteken “verbygaan”), net so ook sou die navolgers van Christus “verbygegaan” word, want ‘n lam, “die Lam van God”, sou hulle plek inneem. Iets wat ‘n baie groter en meer betekenisvolle redding sou wees van ‘n baie erger slawerny.

### 5. Die bekerformule

Wanneer tydens die Seidermaaltyd die derde beker aangebied word, is dit simbolies die oorgang van die herinnering aan die ellende van die slawerny na die vreugde van die bevryding. Christus neem ook die beker van danksegging en met die woorde van Mattheüs 26:27 en 28: “Drink almal daaruit. Want dit is my bloed, die bloed van die Nuwe Testament, wat vir baie uitgestort word tot vergifnis van sonde” verwoord hy nie alleen sy komende lydensweg nie, maar ook die belofte van ‘n tyd van redding en geestelike vreugde.



Een aspek van daardie tyd van redding en geestelike geluk is dat Hyself weer daar sou wees: Hy sou opstaan uit die graf en opvaar na die hemel om daar aan die regterhand van God sy regmatige plek in te neem, in groot krag en majesteit. Aan Hom sal al die mag gegee word in die hemel en op die aarde. Hy sal ook optree as die Hoëpriester van hulle wat in Hom glo en voorspraak by sy Vader vir hulle doen, sodat hulle die eenheid met Hom nie slegs in hierdie lewe nie, maar ook daarna, ewigdurend, selfs op ‘n nuwe aarde, sal kan geniet.

## 6. Naskrif

Slegs die hooflyne van die artikel-reeks deur ds Van Rongen kon binne die konteks van hierdie bydrae genoem word. Die ontwikkeling van die Nagmaalsviering in die jong Christelike kerke, met die kombinasie van die heidense(?) liefdesmaal-tyd met die Nagmaal, die transsubstantiasie-leer, moes noodgedwonge bly lê. Ook sy behandeling van die situasie rondom die sg. Messiaanse Jode kon nie in hierdie bydrae aandag kry nie.

Die konklusies wat getrek kan word, is dat die dankbaarheid oor die verlossing deur Christus die

verdriet van die lyding (of straf) moet vervang, en dat ons wat in die nuwe bedeling lewe, dit ter harte behoort te neem. Tegelykertyd moet ons ook nie die ontstaansgeskiedenis van ons Nagmaal, wat ons tans het as sakrament, d.w.s. as 'n deur die kerke ingestelde handeling ter bevordering van ons verstaan van God se plan met ons, vergeet nie, en die groot rol van die Lam van God daarin.

Die verband tussen Pesach en die Nagmaal sou meer aandag moet ontvang in ons kerke, bv. deur dit in die prediking te behandel.

Inderdaad, meer aandag is nodig vir Christus as die Lam van God, die perfekte Lam wat die dreiging laat verbygaan. Want Hy het daardie nuwe tyd van redding begin, wat nooit sal eindig nie!

SF Antonides

*\* Ds Van Rongen het ons susterkerke in Nederland, Amerika, Kanada en Australië jarelank as predikant gedien en is onlangs op 'n geseënde ouderdom oorlede. Van sy hand het ook verskillende publikasies die lig gesien, waarvan tot nou toe nie een, sover my kennis strek, in Afrikaans vertaal is nie.*

---

# JODE, ROMEINE EN DIE MESSIAS

Dr Jan Meijer

## VENSTER OP DIE BYBEL

In die tyd dat Jesus hier op aarde was, het die Romeine die mag in Palestina in hande gehad. Vir die Romeine was hierdie landstreek van groot strategiese waarde. Die besit van Palestina het die Middellandse See tot 'n Romeinse binnesee gemaak waarop dus onbelemmerde en veilige skeepvaart beoefen kon word. Maar belangriker nog was dat Palestina 'n bolwerk was teen die Parte en ander Oosterse volke wat voortdurend die oosgrens van die Romeinse ryk bedreig het. En wanneer hierdie vyande Palestina in besit sou kry, sou hulle daarmee ook die enigste toegangsweg na Egipte beheer het .... en Egipte was die koringskuur van die Romeinse ryk. Die betekenis van Palestina was dus duidelik.

Die besit was egter nie 'n eenvoudige saak nie. Die Jode het hul fel teen die oorheersing verset en die Romeine het baie moeite gehad om hul gesag daar te verseker. Aanvanklik het hulle gebruik ge-

maak van die dienste van Herodes – dit was in die tyd van Jesus se geboorte – maar later het die belangrikste deel, Juda, onder direkte gesag van 'n Romeinse stadhouer gekom. In die tyd van Jesus se kruisdood en opstanding was dit Pontius Pilatus.

In die evangelieverhale is daar talle aanwysings dat baie van die Jode gesmag het na die dag dat die Romeinse gesag verjaag sal word. Hoe dikwels het hulle Jesus nie gesien en gevra as die persoon wat die (aardse) koninkryk van Dawid sal herstel nie. Selfs onder die twaalf uitgekose dissipels was daar 'n Seloot, aanhanger van die party wat die Romeine, met geweld indien nodig, wou verwilder. Daar was groot verskil van mening en optrede. Die genoemde Selote was die een uiterste van die spektrum. Hulle het gedroom van die herstel van die Dawidstroom. Natuurlik sou dit stryd met die

Romeine tot gevolg hê, maar God sou aan hulle kant staan en stry. Die Ou Testament is vol van oortuigende gebeurtenisse dat geen enkele wêreldmag dan teen God kan standhou nie.

Aan die ander kant was daar die Sadduseërs wat heeltemal by die moderne tyd aangepas het. Hulle het die Griekse of Hellenistiese kultuur oorgeneem en vir hulle was die Ou Testament vol simboliese verhale wat as sodanig hanteer moes word. Daar was geen enkele begeerte om iets aan die bestaande strukture te verander nie. Hulle was heeltemal geassimileer.

En daartussen was 'n verskeidenheid van standpunte moontlik. En al die verskillende gedagterigtings het 'n eie vertolking van die Messiasbelofte gehad. Die verwagting van die koms van die Verlosser was baie sterk.

Die optrede van Jesus is vanuit daardie verskillende gedagterigtings ervaar. Daarvan klink iets deur as Andreas sy broer Simon roep en Filippus vir Natanael (Joh 1:42 en 46). En ook later was daar dikwels vrae aan Jesus of en wanneer Hy die koninkryk gaan herstel. Ja, Hy is selfs aangeroep as die seun van Dawid (Matt 20:31).

En dan die wonders wat Hy doen! Hoe sou die Romeine ooit kon standhou teenoor 'n koning wat die gewondes genees en die gesneuweldes weer opwek! 'n Generaal wat sy soldate kos gee en storms en natuurkragte kan bedwing! Daarteenoor is enige aardse koning magteloos. En van die mense het aan hierdie moontlikheid gedink (Joh 6:15).

Dit kan nie anders nie of die optrede van Jesus versteur die wankel balans wat daar in Palestina heers. Vir die Sadduseërs, Herodiane en Romeine is Hy 'n regstreekse bedreiging. Ook al preek Hy self geen opstand nie, dit kan nietemin maklik onder sy volgelinge wel sover kom. En vir hulle wat juis na die rewolusie uitsien, is Hy die simbool vir alles wat hulle hoop. Nee, Jesus preek geen opstand nie. Inteendeel, Hy verseker die Herodiane dat Hy niks teen die Romeine in gedagte het nie (Mark 12:17). Sy boodskap het 'n totaal ander karakter. Hy predik die Koninkryk van die Hemele, die vervulling van die wet en die profete. Maar ook hierdie boodskap roep teenstand op. Die Skrifgeleerdes en die Fariseërs het op basis van die Ou Testament 'n heeltmaal ander boodskap vir die volk (Matt 7:28,29). En Jesus versteur daardie amptelike kerkleer. Hy wat nie eers amptelik as leraar georden is nie, bedreig die kerklike vrede en gehoorsaamheid aan die tradisie.

So dwing Jesus tydens sy lewe op aarde, net soos later deur die verkondiging van die evangelie, elkeen tot 'n antwoord op die vraag: Wie sê julle is Ek? (Matt 24:15).

Hierdie vraag bring die antitese, die skeiding tussen hulle wat glo en hulle wat die Messias verwerp. Dit was toe so en dis vandag nog net so. Die geloof in Jesus Christus is die enigste en sterkste band tussen alle gelowiges. Die verwerping van Hom as die beloofde Messias verenig al sy teenstanders. Ook dit het deur die eeue gewys, ook in die tyd van Jesus.



Die gebeurtenisse in die week wat aan die kruisdood voorafgegaan het, is uitvoerig in die evangelies beskrywe. Ons kan nie nou die aandag op al die besonderhede vestig nie, maar daar is een saak wat ons wil uitlig. Baie mense het op Palmsondag hartstogtelik gejuig: "Hosanna! Geseënd is Hy wat kom in die Naam van die Here, die Koning van Israel". Die Fariseërs het skoon moedeloos gevoel, so groot was die aanhang (Joh 12:12-19). En hoeveel van dieselfde mense het vyf dae later 'n paar honderd meter van dieselfde plek gestaan en geroep: "Kruisig Hom!" En dit het nadruklik om dieselfde Koning gegaan (Joh 19:14, 15). Dit wil voorkom dat Jesus se optrede op niks uitgeloop het. Die totale om-mekeer van sy aanhang is daarvan die duidelikste bewys. Trouens, het nie een van sy eie dissipels die Sanhedrin vertel waar hulle Hom sonder gevaar in hegtenis kon neem nie?

Maar Jesus se optrede het nie misluk nie. In die hele proses van gevangeneeming, veroordeling, kruisiging en sterwe is Hy volledig in beheer. Meer nog, Hy skakel al sy teenstanders in by die voltrekking van die heilsplan van God. Ons kyk na 'n paar aspekte.

Die Jode sou nie omgee het om Jesus eenvoudig uit die weg te ruim nie. Maar die Romeinse wet, en meer nog die aanwesigheid van die stadhouer en sy soldate op hierdie Paasfees in Jerusalem, het 'n dergelyke optrede verhinder. Hulle moes wel die pad van regspleging loop. En hoe misvormd die regspraak ook al toegepas is, daar is van daardie eerste oomblik af geen enkele twyfel aan die mees elementêre feite nie. Jesus was onskuldig, Hy is uit haat oorgelewer, die volk het volle verantwoordelikheid vir die optrede aanvaar. En in die 2000 jaar geskiedenis wat daarop gevolg het, het alle pogings om die feite weg te 'verklaar', misluk. Dit is eenvoudig onmoontlik om die werklike gang van sake weg te redeneer.

So ook het die pogings van die Jode om die feit van die opstanding te loën, altyd 'n groot swakheid gehad: die amptelike wag by die graf het self van sy opstanding getuig.

Wanneer ons die geskiedenis vanaf gevangeneeming tot sterwe goed lees, blyk in watter mate Jesus self die groot Regisseur van alles was. Judas het Hom in Getsemane met 'n kus aangewys, maar daar was tog nog onsekerheid, totdat Jesus Homself aan sy vyande bekend maak en oorgee. Tydens die 'verhoor' voor die Sanhedrin wys Jesus alle ompaie af en reageer slegs as die kernsaak aan die orde gestel word: Is U die Seun van God? Dit is die punt waarop Hy geglo of verwerp moet word. Jesus, vasgebind en sonder aanhangers, dwing nogtans die Sanhedrin tot die keuse. Ja, Hy dwing hulle om Hom te veroordeel vanweë die waarheid van sy verskyning op aarde.

Soos Hy die Jode, ondanks hul vyandskap, inskakel by die voltrekking van God se plan, so staan ook die Romeine tot sy beskikking. Nie die steniging, die Joodse straf vir lastering, moes aan Hom voltrek word nie, maar die



dood aan die vloekhout soos die Romeine dit toegepas het. Tot in die kleinste besonderhede, die verdeling van sy klere, die tydstip van sy offer, is die hele Skrif en alle profesieë oor die Messias vervul.

Elke poging om die sterwe van Jesus te omvorm tot 'n ongelukkige insident, 'n sameloop van omstandighede, is gedoem om te misluk. Die hele gebeure staan in die lig van die woorde "sodat vervul sou word soos wat geskrywe is". En daarby het Hy oorwinnend al sy vyande, teen hulle wens en bedoeling in, ingeskakel.

Vir die gelowiges is die hele verhaal van sy kruisdood, hoe aangrypend ook al in besonderhede en wreedheid, die oortuigende bewys daarvan dat Jesus Christus heeltemaal in beheer was. Hy het Hom gevange laat neem, Hy het Hom laat veroordeel, Hy het Hom laat kruisig – Hy het Homself vir ons in die dood oorgeegee. In die formulier vir die viering van die nagmaal word dit ook baie noukeurig so geformuleer.

Goeie Vrydag mag die skyn wek van 'n mislukte missie, maar die Bybel spreek 'n ander taal. Sy oorwinning is nie slegs met Pase

sigbaar nie, maar dwarsdeur sy lewe op aarde.

En ook daarna. Dit bly die krag van die Christelike geloof, die boodskap van 'n Verlosser wat volkome in beheer was en Homself so opgeoffer het. Bly dit nie 'n wonder dat juis hierdie boodskap deur die eeue heen so baie miljoene mense se harte getref het nie? Van daardie boodskap is Pase die hart. Pase, in die vroegste kerkgeskiedenis die een fees wat die kerk gevier het, is die basis van ons geloof, want as Christus nie na sy kruising en lyding opgestaan het nie, dan is ons geloof tevergeefs.

---

## Lekker en maklik, maar verantwoordelik?

Geskryf deur Marië Oosthuisen en Karina van Renssen  
Saamgestel deur Wilma Pouwels

### OPVOEDING EN ONDERWYS

#### Inleiding

In vandag se gejaagde lewe, waar tyd meestal 'n probleem is, is die kos wat ons eet een van die eerste dinge wat afgeskeep word, en eet ons gou kitskosse, of "gemorskos." Die gemiddelde Suid-Afrikaner verorber maklik 'n halwe kilogram suiker per week. Boonop besef ons nie dat van hierdie suikers verskuil lê in alle verwerkte kosse wat ons koop nie, van tamatiesous en mayonaise tot brood.



Suikersiekte (diabetes) byvoorbeeld loop hand aan hand met 'n te hoë inname van hierdie suikers (koolhidrate), wat lei tot wisselende suikervlakke en oorgewig. Hoewel geen amptelike statistieke oor diabetes gehou word nie, is daar na raming sowat 5 000 000 mense in SA wat aan die siekte ly.

#### Vanselfsprekend

Gesondheid is nie vanselfsprekend nie. Dis 'n genadegawe van God. Kinders is geskenke van God aan ouers. God verwag verantwoordelikheid van ouers in die opvoeding van sy kinders. Gesonde eetgewoontes is 'n onderdeel van ouers se verantwoordelikheid teenoor die liggaam van die kind. 'n Verantwoordelikheid waarmee met versigtigheid en eerbied omgegaan moet word.

#### Vreugde van voedsel

Genot en vreugde van voedsel en van eet lê nie in die hoeveelheid wat ons kan verorber nie. Die rus en vrede wanneer ons eet maak dit 'n heerlike ervaring. Liefde word nie net by die voorbereiding ingewerk nie, dit kan ook aan tafel bygevoeg word deur almal wat dit nuttig. Dan kom dankbaarheid en tevredenheid nog by, vir dit wat ons mag eet. En natuurlik 'n gesonde lus om te wil eet.

#### 'n Gesonde lus om te wil eet

Hoe dikwels klink die woorde uit die mond van 'n sieke dat 'n mens dankbaar moet wees vir gesondheid! En hoe dikwels sien ons nie die sieke op 'n streng dieet nie. Baie vrugte en groente, min vet. Dit alles op aanbeveling van die dokter, familie en vriende.

Dit is saam met die nodige medisyne wat voorgeskryf word, 'n belangrike onderdeel om weer gesond te word.

## Gesond en wel

Maar o wee, as ons gesond en wel voel, dan geniet ons darem die ongesondste kombinasies denkbaar. Die gemak van gemorskos lê juis in die “vinnig” en “maklik” en die juigkrete van kinders as hulle hoor wat is daar vir ete vanaand! Kinders is eenvoudig mal daaroor... Hamburgers, pizza's en slaptjips laat hulle harte letterlik en figuurlik vinniger klop. 'n Gesonde bord kos is regtig nie vir 'n kind 'n “treat” nie. En daar is genoeg vitamien-aanvullings om so 'n “gemorskos-ete” mee af te rond. Dan voel ma in elk geval somer stukke beter, want ten minste was die ete gebalanseerd!

Die bittere waarheid oor die rede vir byvoorbeeld suikersiekte is te veel soetigheid. Ons eet bloot te veel suiker! Suiker? Waar's die suiker in bogenoemde kitskosse dan? Wit brood en die kors van pizza's is vinnig vrystellende koolhidrate en sit blitsvinnig om in suiker. Eet daarby lekker vetterige skyfies en ander diepgebraaide kosse en jou liggaam moet kliphard werk om enige nuttige voedingstowwe te vind. Al die minder nuttige stowwe word noodgedwonge opgehoop in are, om die heupe en vele ander plekke in die liggaam. Een van die oorsake van dieetverwante siektes lê in die manier waarop kos gaargemaak en afgewerk word, bv in diepvat en baie souse! 'n Tweede oorsaak is die gebrek aan vesel in ons dieet, en 'n derde oorsaak is dat ons te veel van een soort eet, bv net pizza's.

## Wat is gesond en gebalanseerd?

Ontbyt is die belangrikste maaltyd van die dag en bepaal hoe jy die res van die dag gaan voel. 'n Goedgebalanseerde, laevet, lae GI (koolhidrate wat stadig vrygestel word)

ontbyt het 'n stabiliserende uitwerking op bloedglukose, sodat jy nie so gou honger word nie en jou bloedglukose nie gedurende die oggend die hoogte of die laagte inskiet nie.

'n Hoë GI (koolhidrate wat vinnig vrygestel word) en vetterige ontbyt kan jou die hele dag bewerig en geïrriteerd laat voel. Jy kry behoefte aan iets soets vir energie en dit word 'n bouse kringloop. Jou bloedsuiker val te laag of skiet die hoogte in. Dit word ook 'n hipoglukemie- (hipo = onder, glukemie = bloedsuiker) aanval genoem. Dit laat jou bewerig voel, gee hartkloppings, slaaploosheid en 'n kroniese gevoel van uitputting. Breinfunksie word ook beïnvloed, met simptome soos rusteloosheid, prikkelbaarheid, swak konsentrasie, sufheid en lomerigheid. Ongereelde eetgewoontes en verkeerde kos is die hooforsaak van hoë bloedsuiker. Hierdie wisselende bloedsuikervlakke veroorsaak ook AGHS (aandaggebrek-hiperaktiwiteit-sindroom).

Behalwe wisselende bloedsuikervlakke kan vitamien- en mineraaltekorte ook 'n nadelige uitwerking op kinders se gedrag en leervermoë hê. Die simptome is baiekeer onduidelik en nie spesifiek nie. Kinders met sulke tekorte toon baie keer die volgende simptome: leerprobleme, konsentrasieprobleme, onverklaarbare maag- of borspyn, donker kringe onder die oë, moegheid, hoofpyne, hiperaktiwiteit, slaapsteurnisse, nagmerries, rusteloosheid, allergiese simptome wat geen oorsaak het nie, depressie, aggressie, onverklaarbare hoes of seerkeel, oorpyne, emosionele uitbarstings, ongedisiplineerdheid. Die kinders kan gehelp word nadat moontlike mediese oorsake uitgeskakel is. In baie van die gevalle ly die kinders aan gemorskos-sindroom omdat tot 50% van hulle kilojoule-inname bestaan uit

koekies, lekkers, wit brood, versuikerde drankies, skyfies, ens.

Dit is moeilik om jou kind se leefstyl skielik heeltemaal te verander; bv die groot hoeveelheid gemorskos wat by partytjies ingeneem word, kan moeilik beheer word. Maar dit is die moeite werd om die kind se dieet geleidelik te verander en heelkosse (kos waar niks wegge- neem of toegevoeg is nie) deel te maak van hulle dieet.

'n Tekort aan die vitamien B-groep en vitamien C is ook al gekoppel aan wanfunksie van die breinselle. Die breinweefsel is meer sensitief as enige ander weefsel of organe as dit geraak word deur voedingstof-tekorte. Dit manifesteer dan in gedragsprobleme.

## Koolhidrate?

Koolhidrate is die liggaam se brandstof. As jy die regte soort op die regte tyd inneem, behoort jy altyd genoeg energie te hê. Koolhidrate is die deel van 'n maaltyd wat jou “vol” maak; die stysel-deel.



Gesonde koolhidrate is byvoorbeeld growwe rys, growwe brood, pro-vita's en ontbytpap wat nie heeltemal verwerk is nie. Pro-nutro, hawermout, All-

Bran, Hi-fibre Bran en muesli is bv nog vol gesonde koolhidrate. Koolhidrate wat vesel bevat, beweeg stadiger deur die dermkanaal. Die energievystelling is dus stadiger.

Vesel kom in plantaardig produkte voor, soos bv vrugte, groente, stysels (onverwerk), peulgewasse en neute. Koolhidrate wat stadig vrystel, laat jou langer “vol” voel en sal voorkom dat jy weer gou honger is. Die rede vir die vullende effek van die lae GI-stysels is die vesels daarin.

'n Kind wat gediagnoseer word met iets soos suikersiekte (diabetes), moet 'n baie streng dieet volg. Ouers met sulke kinders dra ekstra sorg en doen ekstra moeite met die kospakkies van elke dag. Dikwels is dit vir ons 'n goeie voorbeeld van hoe 'n kospakkie daar moet uitsien. Dit is nie noodwendig ekstra duur en ekstra spesiale kos nie. Dit is net gebalanseerd en gesond. Vrugte, neute, bruin brood, min vet.

### **Wat is Diabetes/Suikersiekte?**

Daar is verskillende soorte diabetes wat deur verskillende oorsake aangewakker kan word, byvoorbeeld:

**Tipe 1** kom meestal onder kinders voor wanneer die liggaam se beta-selle wat insulien in die pankreas vervaardig, vernietig word. Daar is dus 'n tekort aan insulien en die diabeet is afhanklik van insulien-inspuitings. Insulien is 'n hormoon en is die "sleutel" wat selle in die liggaam "oopsluit" om glukose in te laat sodat ons energie het en kan leef. Glukose is ons "petrol" en ons breinkos en ons kry dit uit alle koolhidrate wat ons eet.

**Tipe 2**-diabete is meestal nie afhanklik van insulien nie. Die pankreas produseer steeds insulien, maar die liggaam is weerstandig daarteen. Die "sleutel" pas nie om die selle "oop te sluit" nie en glukose word nie in die selle ingelaat nie, maar bly in die bloedstroom. Die persoon het dus baie hoë suikervlakke wat lei tot ernstige siektetoestande wat die organe en

ledemate beïnvloed. Dit is die algemeenste vorm van diabetes.

Swangerskap-diabetes kom voor wanneer 'n vrou haar swangerskap oorgewig ingaan. Sy herstel soms na die bevalling, maar kan later Tipe 2-diabetes ontwikkel.

### **Oorsake en simptome van diabetes**

Daar is nie 100% sekerheid wat **Tipe 1**-diabetes veroorsaak nie. Medici glo dit kan waarskynlik die volgende wees: die inname van koeimelk, inentings, 'n virus of genetiese oordraagbaarheid. Die liggaam se eie immuniteitstelsel tree in werking teen selle wat hy as vyande sien, raak verward met die vyandige selle en die betaselle in die liggaam, en vernietig beide.

Hier teenoor is die oorsake van **Tipe 2**-diabetes 'n voldonge feit: verkeerde eetgewoontes, oorgewig en fluktuerende bloedsuiker.

Die simptome van diabetes is abnormale dors, aanhoudende urinering, moegheid, asem wat na asetoon ruik, dowwe visie.

### **Behandeling**

Diabete kan 'n normale lewe lei, hoewel Tipe 1-diabete altyd insulien byderhand moet hê. Diabetes moet bestuur en gekontroleer word deur gereelde oefening, **die regte dieet** en gereelde meting van die bloedglukosevlak. Verwerkte kos (brood, pasteie, lekkers,

gaskoeldrank) en ongesonde vette moet ten alle koste vermy word.

### **Hang gesondheid net van onself af?**

Ons en ons kinders word siek; dit is deel van die sondige wêreld waarin ons leef en waarvan ons deel is. Nog steeds rus die verantwoordelijkheid op ouers om dit wat sleg is, ter wille van hul eie en hul kinders se gesondheid te vermy.



Ouers het 'n groot verantwoordelijkheid om hul kinders te leer om hulle liggame op te pas en te versorg, om so optimaal te kan funksioneer. 'n Groot onderdeel daarvan is om gesond te eet en genoeg te oefen of, in kinders se geval, te speel en te beweeg. So kan ons soos ligte skyn in die wêreld en mag ons geniet van al die mooi en goeie dinge wat ons uit God se hand ontvang. 'n Bewustheid van die gevolge van verkeerde eetgewoontes is 'n middel om ons verantwoordelijkheid as ouers teenoor God se kinders na te kom.

### **Die tema's wat volgende keer in KOMPAS bespreek gaan word:**

**Mei : Pinkster en Hemelvaart**  
**Junie : Lewe in God se skepping**  
**Julie : Etiek**

# 'n Goeie gevoel is ook belangrik ...!?

- oor die onderrig van die jeug van die kerk -

Ds Erik van Alten

## ELDERS GELEES

In Maart 2006 het klassis Suid van ons kerkverband 'n deputaatskap vir kategesemateriaal aangestel. Dit is beslis nie 'n onbelangrike saak waarmee deputate hulle besig moet hou nie. Die Woord van die Here is nie onduidelik oor die belang van die onderrig van die kinders/jongmense van sy volk nie. Dink aan wat die Here leer in Deuteronomium 6:6-7: "En hierdie woorde wat ek jou vandag beveel, moet in jou hart wees; en jy moet dit jou kinders inskerp en daarvoor spreek as jy in jou huis sit en as jy op pad is en as jy gaan lê en as jy opstaan." En in vers 20 van dieselfde hoofstuk lees ons: "As jou seun jou later vra en sê: Wat beteken die getuïenisse en die insettinge en die verordeninge wat die HERE onse God julle beveel het? Dan moet jy aan jou seun sê: Ons was slawe van Farao in Egipte; maar die HERE het ons deur 'n sterke hand uit Egipte uitgelei." Psalm 78:3-4 leer dit ook treffend: "Wat ons gehoor het en weet en ons vaders ons vertel het, sal ons nie verberg vir hulle kinders nie, maar aan die volgende geslag vertel die roemryke dade van die HERE en sy mag en sy wonders wat Hy gedoen het."

Die opdrag en noodsaak van kategetiese onderrig is dus duidelik, maar die **uitvoering** daarvan is dikwels baie moeiliker; oor die metode bestaan daar dikwels groot verskille. Gevolglik sien ons dat daar in die laaste 10 tot 15 jaar talle kategesemetodes verskyn het. Sonder om die verskillende metodes te beoordeel – sommige is baie sinvol – moet ons onself wel afvra: wát bepaal wát? Bepaal die inhoud die metode? Of bepaal die metode die inhoud? Ons moet, na my mening, die volgorde op hierdie punt suiwer vashou, naamlik dat die inhoud die metode behoort te bepaal.

Om te wys wat gebeur wanneer ons hierdie volgorde omdraai, laat ek u saamlees uit 'n artikel uit die *Nederlands Dagblad* van 6 Februarie 2007.

## Christelijk betrokken Nederlands Dagblad

Tienduisende Christelike jongmense woon katekisasie by. Hoekom? Wat leer hulle? Elke week besoek die *Nederlands Dagblad* êrens in die land 'n katekisasieklas.

*Watter gemeente besoek ons hierdie week?*

*Die protestantse gemeente De Lier, in die gelyknamige dorpie in die Westland. In hierdie gemeente werk die Hervormdes en die Gereformeerdes nou saam, onder andere in die jeugwerk: dus, 'n saam-op-weg-gemeente. In totaal het hierdie twee gemeentes amptelik 4500*

*lidmate, maar 'n groot deel kom glad nie of onreëlmagtig in die kerk.*

*Die katekisasie vir die jongste groepe word deur gemeentelede aangebied in hulle eie sitkamer. In hierdie geval deur die susters Janine en Marijke Stolze, in die huis van Marijke. Haar huis lê tussen die kweekhuise; ja, dit is selfs daaraan vasgebou. In die kweekhuis van Marijke se vriend word groente verbou.*

*Watter tipe jongmense besoek hierdie katekisasieklas? Gewone tieners: jeans, T-hemde, een met 'n pet van 'n Amerikaanse bofbalspan op sy kop. Daar is in totaal nege, en by die deur trek hulle netjies hulle skoene uit. Dit pas by die warm sitkamer van Marijke Stolze, wat van 'n tiental groot kerse voorsien is. Op die dik mat is dit in elk geval lekkerder om met jou sokkies te loop. Die jongmense is tussen 12 en 14 jaar oud, en gedra hulle ook sodanig: hulle is besig, beweeglik, word gou afgelei, is eerlik en direk. Hier en daar wil dit voorkom asof die hormone ook begin werk, gesien die steelse blik tussen sommige seuns en sommige meisies.*

*Op die tafel staan 'n glas wat intussen omtrent tot by die rand gevul is met munte. Die opbrings hiervan is bestem vir 'n projek vir verslaafdes in Amsterdam.*



*Hoekom kom hulle katekisasie toe?*

*Dit klink soos uit een mond: "Natuurlik, omdat ons moet kom!" Ja, so werk dit maar op daardie ouderdom. "Regtig", voeg Janiek toe. "As ek nie moes kom nie, sou ek nie gekom het nie."*

*Melanie haas haar om 'n regstelling te maak. "Dit is lekker hier." Ook Ilse is positief. "Ja, die speltjies is lekker. In elk geval baie lekkerder as die ou liedjies wat ons altyd in die kerk sing."*

*Watter metode word gebruik?*

Provider, 'n metode van die Protestantse kerk. Hierdie metode het vier kernpunte: geloof, maatskappy, saamleef, en Bybel. "Deur die oop karakter van die materiaal is Provider in Protestantse kerke, in die Rooms-Katolieke kerk en in ekumeniese geloofsgemeenskappe baie goed bruikbaar" – aldus die opstellers daarvan. Daarmee wyk hierdie metode af van die klassieke vorm van katkisasie (gebaseer op die Heidelbergse Kategismus). Die katkisante hou ook van hierdie metode. "Ons het byvoorbeeld aande oor dwelmmisbruik en oor menseregte; dinge wat regtig saakmaak", sê Janine.

*Waaroor gaan dit?*

"Die tema is 'Jy glo, ek glo, ons glo', en die doel van hierdie aand is om kennis op te doen van die Islam en die Jodedom", vertel Janine vir die jongmense, nadat hulle hulself met 'n glas koeldrank op die bank neergeveel het. "Om te glo is baie kleurryk, maar as jy mooi kyk, dan sien jy dat baie godsdienste eintlik op dieselfde neerkom: dat hulle 'n band skep tussen mense en hulle leer om respek te hê vir die wêreld om hulle heen. Vanaand gaan ons soek na die ooreenkomste tussen ons geloof en die geloof van ander mense."

Sy stel verskillende vrae vir die jongmense; vrae soos: "Ken jy 'n bekende persoon wat 'n ander geloof as jy het?" Een van die katkisante reageer onmiddellik: "Ja, die pous!"

Na die kort praatjie buig die jongmense hulleself gemoedelik oor die tafel om saam die 'geloof-spel' te speel. Deur die regte beantwoording van vrae oor die Jodedom, Christendom en Islam, moet hulle kaarte versamel. Die vrae is uiteenlopend: "Hoe dikwels bid 'n moslem per dag?" "In elk geval meer as wat ek bid", sê 'n bekkige jong seun.

*Wat beteken dit om belydenis te doen?*

"Dit is mos, mmm... Ja, ek het al daarvan gehoor. 'n Soort van doop, maar dan anders", probeer iemand. "Wat sê jy eintlik wanneer jy belydenis aflê?", help Janine. "O ja: Ja vir God. Dit is mos reg?" Aan die einde van die aand word aan al die katkisante inligting uitgedeel oor die verskillende godsdienste. Hulle moet soveel as moontlik ooreenkomste en verskille met die Christendom onderstreep.

*En verder?*

Daar word nie gebid en gedank nie. Wel word die aand afgesluit met 'n gedig, waarvan die strekking is dat jy jou nie moet bekommer oor alles waarin jy van ander mense verskil nie, maar dat jy eerder moet probeer om te leer van mense wat anders is as jy.

Ten slotte vertel kategeet Marijke dat sy en haar suster die katkisasie minder formeel as in die verlede wil aanbied, toe hulle nog self tieners was. "Dit moet gesellig wees. Ons dink dit is belangrik dat ons self 'n goeie gevoel het oor wat ons hier doen. Om baie eerlik te wees: wanneer daar net gedeeltes uit die Bybel gelees word, voel ons nie werklik goed nie. Daarom doen ons dit ook nie baie gereeld nie."

Die metode is duidelik: informeel, gesellig, en bo alles moet sowel kategete (sic!) as katkisante 'n goeie gevoel kry. Maar daarmee het die inhoud gruwelik skade gely! Die rykdom van die Skrifte en die eksklusiwiteit van die evangelie is tydens hierdie katkisasieklas in alle tale verswyg. Wat in hierdie artikel beskryf word, is nie meer onderrig aan die jeug van die kerk nie; dit is openlike ketterye en blootstelling van jongmense aan allerhande wind van lering. Hier het ons nie meer te make met kategete nie, maar met mense wat deur slughed listiglik tot dwaling bring (Ef 4:14). Die toekoms van die kerk lyk duister as dit die soort geloofsonderrig is wat ons jongmense ontvang.

Ek wil daarvoor pleit – net soos wat bogenoemde deputate ook doen – dat ons as kerkverband daarna sal streef om 'n gemeenskaplike en teologiese visie op die kategetiese onderrig sal formuleer, en dat ons sal soek na metodes wat inhoudelik bepaal is.

Verder moet ons sorg dra dat die kategetiese onderrig kerklike onderrig bly – dus, onderrig waarvoor die kerk, en in besonder die kerkraad, verantwoordelikheid dra. Ons kan dit nie eenvoudig afskuif op persone wat goed met jongmense kan werk, maar wat nie in die Skrifte onderlê is en 'n liefde vir die Here het nie.

Ek wil ten slotte kerkrade en ouers aanmoedig om die katkisasieklasse van julle gemeente 'n keer te gaan besoek. Vergewis uself daarvan – uiteraard met begrip vir die gebreke van die kategeet – dat die jeug van die verbond kennis en liefde vir die Here geleer word; vergewis uself daarvan dat die kategete gelowiges is met 'n vasstaande kennis en 'n vaste vertrouwe (HK, v/a 21).

# Die realiteit van Christen-wees vir baie mense in Afrika

Ds Pieter Boon

## LEER EN LEWE

*Onlangs het ek onderstaande artikel gelees oor die werklikheid waarmee baie (steeds meer?) Christene in Afrika gekonfronteer word. Dit is belangrik dat ons hiervan kennis neem en in elk geval hierdie geloofsgenote in ons gebede gedenk. Ook in Suid-Afrika woon daar baie (onwettige) Nigeriërs. Wie in die binnestad van Pretoria of in Sunnyside rondloop, sal baie van hulle ontmoet. Hulle is dikwels hier in verband met die dwelmhandel. Maar wie weet, dalk is daar ook vlugtelinge vanweë hulle geloof:*

### “Djihad is ‘n vorm van Christenvervolging”

Dit is ‘n stralende oggend in Nigerië. Jummai maak die deur van haar klerewinkel oop. Sy woon in Dutse, ‘n stad in die deelstaat Jigawa, in die noorde van Nigerië. Dit sal ‘n fatale dag vir haar word, maar in die vroeë oggendure besef sy dit nog nie.

Jummai is lid van die Lewende Geloof Gemeente in Dutse. Hoewel minder as 20% van die inwoners van die stad Christene is, het die Christene die vryheid om kerk toe te gaan en te sing en te bid. Dit is 18 September 2006. Op hierdie oggend besoek Binta, ‘n moslemvrou, toevalling die winkel van Jummai. Die aanvanklik normale gesprek loop uit op ‘n woordewisseling. “Jesus moes wel ‘n alkoholis gewees het”, roep die moslemvrou. “Hy het selfs water in wyn verander!” Jummai skreeu terug: “Dan was Mohammed seker ‘n rokjagter, want hy kon nie van vroue af wegbly nie.” Die situasie begin ontaard. Verskeie mense in die straat kom te hore van die bakleierei en drom saam by die winkel, ook

polisie-kommissaris Isa Dauda. Hy maak nog meer beledigende opmerkings oor Christus, waarop Jummai reageer: “Christus het uit die dood opgestaan! Mohammed kon dit nie doen nie, daarom is hy nog steeds in sy graf.”

ne. Die eintlike aanleiding is nie net die sogenaamde uitspraak van Jummai nie, maar ook die toespraak van Pous Benedictus XVI. Die afgelope somer het hy hom in Duitsland negatief uitgelat oor die islam. Dit sou ‘n gewelddadige



### Religieuse spannings

Vervolgens versprei omstanders die gerug oor Jummai deur die hele stad. Mense beweer dat sy die profeet Mohammed vervloek het. Sy verdien die dood, meen hulle. Intussen word Jummai gedwing om saam te gaan na Turakin Dutse, ‘n adviseur van die emir (die hoogste moslemleier in Dutse). Amper die hele stad daag op. Groepe van woedende moslems eis dat Jummai gedood word. Dié middag arresteer die polisie die Christelike klerewinkelaar. Hulle beskuldig haar dat sy “religieuse spannings” aangehits het. Jummai word voorlopig in hegtenis gehou.

Binne ‘n paar dae groei die haat van moslem-aktiviste teen die Christe-

godsdienste wees. Die bakleierei tussen Binta en Jummai is maar net die druppel wat die emmer laat oorloop. Islamitiese ekstremiste kan nou nie meer in bedwang gehou word nie. Hulle het nou ‘n rede om hulle fisies teen die Christene te keer. Twee dae later plunder moslems winkels en huise van Christene in Dutse. Hulle steek veertien kerke aan die brand en verwond ten minste ses Christene. Op een dag verloor tweeduisend Christene hulle huis. Die polisie kyk net toe.

Biskop Lumu reageer: “Dit noem hulle ‘n land waar daar godsdienstevryheid is. Kerke word verniel deur moslem-fundamentaliste, terwyl die polisie en moslemleiers net staan en kyk.” Ook Hamidu Samaila Gimba, voorganger van die Evangeliese

Kerk van Wes-Afrika, is getuie van die gebeure. Sommige voorgangers kontak die polisie-kommissaris: “My kerk is aan die brand!”, maar die polisie-kommissaris weier om te help. Die polisie-kommissaris gaan selfs nog verder. Hy verbied sy Christelike werknemers om in te gryp. Die Christene slaan op die vlug. By die polisiekantoor aangekom, vra hulle die outoriteite om die vernieling van hulle kerke teen te hou. Hierdie oproep baat egter nie. Christelike polisiemanne moet magteloos toekyk hoe hul mede-Christene aangeval word.

### ‘n Wonder

Een van die Christelike polisiemanne, wat bekend staan as Yakubu, besluit dat dit verder nie so kan gaan nie, en hy arresteer een van die leiers van die moslem-fundamentaliste. Daarop word Yakubu egter self gearresteer deur polisie-kommissaris Isa Dauda. Hy gee hom oor in die hande van die woedende ekstremiste. Hulle sleep Yakubu na die huis van die emir, waar hy met die dood bedreig word. Hy kan sy lewe slegs red deur sy Christelike geloof te verloën. Terwyl sy vyande toekyk, moet hy kniel en die moslemgebed opsê.

Dapper polisiemanne red die familie van biskop Lumu op ‘n wonderlike manier. “Ons het self nie om hulp gevra nie, maar agt Christelike polisiemanne het my en my gesin saamgeneem. Ook het hulle vyftien leerlinge van ons skool gered. ‘n Paar minute later het die moslem-fundamentaliste opgedaag. Hulle het die katedraal in brand gestee, my huis en die huis van die katolieke priester. Dit is ‘n wonder dat ons dit oorleef het.”

### Gedwonge verhuising

Sedert die gewelddadighede in Dutse word Christenleiers deur die plaaslike owerhede gedwing om hulle kerke te verplaas na buite die stad. Christene word onder druk geplaas om buite die stad te gaan woon. “Dit is apartheidsbeleid”, protesteer die Christenleiers. “Ons het die reg om as inwoners van Nigerië in vryheid ons geloof te bely. Die grondwet staan aan ons kant.” Maar hulle stem word klaarblyklik nie gehoor nie. Biskop Lumu sien die gedwonge verhuising as *djihad* (heilige oorlog) teen die Christene. “Djihad kom nie slegs in gevegte tot uitdrukking nie. Djihad is ook die verbod op die bou van kerke, vernieling van kerke en vervolging van Christene op watter

manier dan ook.” Amptelik sou die uitspraak van Jummai, die Christelike klerever-koopster, die aanleiding wees tot al hierdie onluste. Tot op hede weet niemand wat van haar geword het nie en waar sy is nie. Niemand weet of sy nog leef nie.

### Tweederangse burgers

Sedert die *sjaria* (streng islamitiese wetgewing) ses jaar gelede in Jigawa en elf ander deelstate van Noord-Nigerië ingevoer is, word die Christene behandel as tweederangse burgers. Berigte oor insidente wat dit bevestig neem steeds meer toe.

*Het Jummai op die regte manier haar geloof teenoor ‘n moslim bely? Ons kan miskien ‘n vraagteken daarby plaas. Hoewel die aggressie wat dit ontlok het, nie in die verste verte regverdig kan word nie. Dis nie onmoontlik dat Christene uit Noord-Nigerië na aanleiding van hierdie insident na Suid-Afrika gevlug het nie. In ons land heers daar gelukkig godsdiensvryheid. Laat ons ons daarvoor beywer dat dit so bly, want in heelwat Arikalande is dit nie (meer) so nie.*

Bron: **Open Doers**, Februarie 2007, p 4-6.

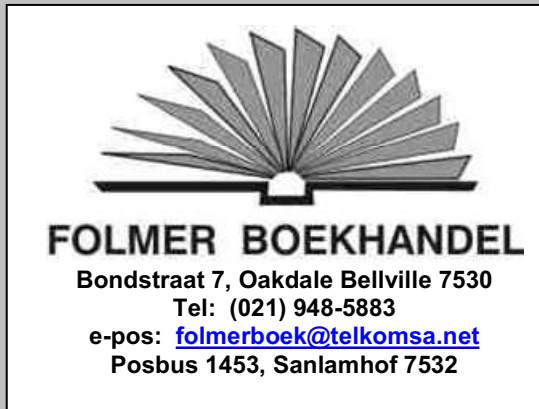
**KOMPAS** is die maandblad van ‘n stigting wat deur lidmate van die Vrye Gereformeerde Kerke (VGKSA) in die lewe geroep is. Indien u die VGKSA nader wil leer ken, is u welkom om met een van die onderstaande plaaslike predikante of sendelinge in verbinding te tree:

Ds C Kleijn	Shammah 26, Theunis Straat, Weltevredenpark 1709 - - - Tel 011 679 1646
Rev T Mogale	Mamelodi - - - Tel 012 801-7937
Rev MP Magagula	Soshanguve-Noord - - - Tel 012 798-1553
Ds P Nel	Du Plooystraat 80, Bethal 2310 - - - Tel 017 647-6693
Ds E Viljoen	Mauritiussingel 3, Stellenberg 7550 - - - Tel 021 919-9149
Ds HH van Alten	Walterlaan 1295, Waverley 0186 - - - Tel 012 332-3256

Sendelinge in diens van die kerke is:

Dr JA Breytenbach	Blackwoodstraat 12, Bellair, Bellville 7530 - - - Tel 021 919-4215
Ds CF Nicholson	Patoustr 33, Amanda Glen 7530 - - - Tel 021 975-9994
Ds PG Boon	Dunwoodielaan 1201, Waverley 0186 - - - Tel 012 332-1028
Rev J Mhlanga	Soshanguve-Suid - - - Tel 012 791-0983

## Boekenuus



- **Johnson, Terry L: Tijd voor genade**  
Met 'n voorwoord van Prof H J Selderhuis. Hierdie boek het in Engels verskyn onder die titel "When grace comes home". Johnson wys aan die hand van die Bybel dat genade die sentrale punt in die evangelie is. Deur alles wat Christus vir jou gedoen het, mag jy nou as verlore kind van God deur die lewe gaan!

- **Du Plessis, M C: Die vrou wat die Here vrees**  
"Meer veelsydig as voorheen is die vrou se lewe vandag. En meer verwarrend. En uitdagend dus. Op byna elke terrein van die lewe moet sy staan. En leer om vas te staan." In 'n twintigtal hoofstukke word die veelvuldige taak van die Christenvrou uitgespel. Gedeeltes van die boek is verwerkings uit "Het boek voor moeder" uitgegee deur J H Kok Kampen.  
(121 bladsye – R 30)
- **Van der Walt, B J: Transforming power. *Challenging Contemporary Secular Society***  
"This book is non-stop reading material. It is simple enough for ordinary readers to follow. It is a must to read for academics, politicians, teachers, ministers, etc. to every Christian who wants to understand the time in which he/she is living and his/her calling in South Africa, the rest of the African continent and even globally."  
(438 bladsye – R 155)
- **Holwerda, D: Uit Egipte heb Ik mijn zoon geroepen. *De kern van de Openbaring aan Johannes***  
Hierdie boek is nie 'n deurlopende kommentaar op die boek Openbaring nie. In veertien hoofstukke lê die skrywer uit waarom dit in Openbaring gaan, naamlik die oordeel oor die Israel wat Christus verwerp het, maar tegelyk oor die vooruitsig van 'n nuwe lewe in volle vryheid vir die wat in Hom glo. Ook verdedig die skrywer na aanleiding van 'n grondige ondersoek, die standpunt dat die eerste negentien hoofstukke van dië Bybelboek gaan oor die Joodse oorlog (66-70) en dat dit geskryf is in 67 nC.  
(79 bladsye – R 162)
- **Veltkamp-Visser, Sief: Afrikaans op reis. *Taalgids voor de Nederlandssprekende toerist in Zuid-Afrika***  
'n Pragtige geskenk vir familie / vriende vanuit Nederland wat ons land besoek. Afrikaans en Nederlands het baie gemeen, maar tog is daar talle onbekende uitdrukkings en woorde in Afrikaans. Ook woorde wat in Afrikaans totaal iets anders as in Nederlands beteken! 'n Kort oorsig oor die geskiedenis van Afrikaans en 'n taalkundige oorsig word gevolg deur praktiese omgangsvorme, spreekwoorde en nog baie meer! Die boekie is 'n uitgawe van die Zuid-Afrika Huis in Amsterdam.  
(130 bladsye – R 60)

**Folmer Boekhandel (Pretoria)**  
(Irene van der Meer)  
Laseandrallaan 115  
0186 Mōregloed  
Tel/Faks: (012) 333 8064  
e-pos: [folmerpta@mweb.co.za](mailto:folmerpta@mweb.co.za)  
Posbus 26489  
0031 Gezina



# 30 Jaar Gereformeerde Laerskool Bellville

Onderhoud gevoer deur Herbert Begemann

## ONDERHOUD

Die Gereformeerde Laerskool Bellville (GLB) vier vanjaar sy 30ste bestaansjaar. Ons is die HERE, ons Verbondsgod, baie dankbaar vir hierdie ryk seën. Ouers mag van hierdie instrument gebruik maak om hulle met die uitvoering van hul doopbelofte te help. So 'n instituut het nie slegs finansiële implikasies nie, maar verg baie insette van ouers, kinders en veral die personeel. As jong skoolgaande kind beseft 'n mens nie watter opofferings en harde werk die instandhouding van so 'n skool verg nie. Baie mense was hierby betrokke. En niemand minder nie as ons oud-skoolhoof en sy vrou, meneer en mevrou Gerrit en Sarie de Jong, het deel gehad aan hierdie werksaamhede. As oud-leerling is dit dan vir my 'n aangename voorreg om 'n onderhoud met my oud-skoolhoof, meneer De Jong, te voer.

1. Hoe en waar het u loopbaan as onderwyser begin en hoe het dit verder ontwikkel totdat u uself aan die GLB verbind het?

*In 1964 het ek my studie aan die Pretoriase Onderwyskollege voltooi. Ek het gespesialiseer in senior primêre werk (vir die hoogste vier klasse van die laerskool).*

*Vanaf 1 Januarie 1965 kry ek toe 'n aanstelling aan die Laerskool Genl. Jacques Pienaar in Capital Park, Pretoria. Dit was 'n skool met 'n uiters streng dissipline en erg formele vorm van onderrig. Amper ondenkbaar, nou dat ek in 'n omgewing leef waarin die kinders vry, soms vrypostig, is!*

*Ook die skooljaar 1966 was ek daar, die jaar toe dr. Verwoerd op gewelddadige wyse aan die einde van sy lewe gekom het. Hierdie gebeurtenis het die skoolgemeenskap daar hewig geskok, 'n skool wat so sterk gewortel was in die Afrikaner-nasionalisme.*

*In 1967 het daar 'n vakature aan die Gereformeerde Laerskool Johannes Calvyn ontstaan en ek is toe gevra om die pos te vul. Besonder spanningsvolle tye het ontstaan toe daar 'n skeuring in die Vrye Gereformeerde Kerk ontstaan het rondom sake met betrekking tot egskeiding en dr. Van der Waal. Dit het gevolg gehad vir die skoolhoof, meneer Buenk. Nadat hy ontslaan is, moes ek as hoof waarneem. Omdat nog 'n kollega ontslaan is, moes ek drie leerjare in een klaskamer behartig. Die gevolg was dat daar ook op Saterdagoggende skool was. Voeg daarby dat daar gereelde onttrekkings van leerlinge was en dat die leerlinggetalle sterk gedaal het, dan*

*kan miskien begryp word dat ek dié jare as van die swaarste van my onderwysloopbaan beskou.*



*Eerste skooldag van die GLB – Januarie 1977*

*Vlnr: Inge Jolie, Ingrid Begemann, Corrie van Dalen, Johanna Nauta, Frans Luijk, Peter Nauta, ?, ?  
Gert Haan, Albert Begemann, Ellen Visser  
Mathilda Drijfhout, Jean Jolie*

2. Dit is nou al byna 20 jaar gelede dat u as skoolhoof by die GLB werksaam was. Wanneer mog u betrokke raak by die skool en in watter hoedanigheid?
3. Kan u nog die eerste openingsdag van die skool beskryf en hoe het u dit as onderwysers-egpaar beleef?

*Ek is gedurende die wintermaande van 1976 gevra om die pos van hoofonderwyser (so is die pos destyds deur die skoolbestuur genoem; ek vind dit nog steeds 'n mooi, beskrywende naam) te beklee. Gedurende September of Oktober van daardie jaar is, na bemiddeling deur ds. Los, my verloofde, Sarie Vreugdenhil, genader vir die pos van onderwyseres vir die sub-standerds (sub A & B).*

*Die weke voor die opening van die skool het ons alles in gereedheid probeer bring. Maar dit was alles op die laaste nippertjie. Ek onthou dat ek die Vrydag voordat die skool geopen is, in die kantoor gesit en name van die nuwe leerlinge ingeskryf het, terwyl dun sementstof deur die kiere gesyfer het en die skoolmeubels nog in die verpakking opgestapel gestaan het!*

*Met die nodige opwindning het ek die groot ogiesdraadhek die eerste Maandagoggend oopgeskuif. Die eerste leerlinge uit Penhill het al vir ons gewag. Daarna het hulle as eerstes die woeste en*

leë speelgrond **betree**. (Noudat ek dit sit en tik, dink ek aan die hopelose stryd om gras op die sandvlakte te laat groei, 'n vlakte waaroor die Kaapse Suidoos elke dag gewaai het!) Letterlik het hulle die speelgrond **betree**, want vir die kinders was dit ook 'n besonder groot gebeurtenis. Omdat die skoolgebou 'n verboude woonhuis was, was dit ook nie vreemd nie toe een van die kinders my vra: "Meneer, wanneer moet ek huistoe kom?"

Kort daarna het 'n verslaggewer en 'n fotograaf van "Die Burger" die skool besoek om verslag te doen oor die skool wat deur die ouers self gebou is en in stand gehou word.

Maar wat 'n mooi indruk gelaat het, was die amptelike opening van die skool op 'n besonder warm Saterdagmiddag in Januarie 1977. Ek onthou die oorhandiging van die skoolbybel deur die skoolbestuur, asook die toespraak van die inspekteur in 'n warm auditorium van die Sanlamgebou oorkant die straat. Daarna was die informele en gesellige samesyn op die stoep van die skool en die besigtiging van die skool. Dit was 'n gebou waarop die ouers met reg trots kon wees. Met geringe middele en in eie tyd het hulle dit tot stand gebring.

4. Presies hoe lank was u verbintenis met die GLB? Vertel ons in kort die verskillende stadia waardeur die skool gegaan het in terme van fasiliteite, leerkragte asook leerlinge.

Ons verbintenis met die skool was tot 1 Januarie 1989, dus ongeveer 12 jaar. Dit is vir my moeilik om die vraag presies te beantwoord, omdat ek nie meer oor al die gegewens beskik nie en moet put uit my/ons geheue. Dit was jammer dat nie al die ouers direk die noodsaak en betekenis van gereformeerde onderwys onderskryf het nie. En daarom was ons dankbaar en bly toe met verloop van tyd meer ouerpare hul kinders gestuur het. Omdat getroude vroue destyds nie 'n permanente betrekking kon beklee nie, het Sarie na ons troue 'n tydelike aanstelling gekry en is juffrou Wil Knol benoem. Die skool het stadigaan gegroei en uitbreiding van klaskamers was nodig. Ook dié is weer onder eie beheer gebou. En toe vir al 7 jare van die laerskool onderwys gegee kon word, is juffrou Anneke Arkema aangestel. Later het juffrou Petrie de Roo en juffrou Anke van Bokhoven gekom. Die laaste kollega met wie ek kon saamwerk, was juffrou Klaaske Mulder.

5. Wat het u gedoen om uself en u personeel by die GLB te motiveer? Watter advies sou u vandag aan u kollegas by 'n gereformeerde laerskool gee? Verskil dit met 20 jaar gelede?

Advies? Bly studeer en bly kennis neem van die ontwikkelings op die gebied van die onderwys. Bespreek dit wat jy bevind het, met jou kollegas en probeer dit vorm gee in die daaglikse lesse (kyk verder by vraag 7 en veral vraag 10). Ons het probeer om met omliggende skole te skakel en ook die kollegas het so kontakte opgebou. Daar was ook kursusse wat ons in Parow se onderwyssentrum gevolg het. En verder het ons gereeld vergaderings gehou, waartydens ons bepaalde aspekte van ons werk bespreek het om van daaruit prakties vorm te gee aan die gereformeerde onderwys. Sorg dat daar 'n mooi en vriendelike atmosfeer by die skool heers, een van respek en vriendelikheid.

6. Wat beskou u as u hoogtepunt tydens u loopbaan as skoolhoof by die GLB en waarom? Kan u ook 'n laagtepunt met ons deel?

Duidelike hoogtepunte en laagtepunte kan ek nie direk gee nie. Maar as daar dan sprake van hoogtepunte moet wees, dan was dit wel die ouer- en boeke-aande waartydens ons die vorderings van die leerlinge bespreek het en 'n praatjie gehou het oor een of ander tema van opvoedkundige aard. Want dit bly steeds van lewensbelang:

gereformeerde onderwys kan alleen gedy as daar 'n lewendige band is tussen die huisgesin, die kerk en die skool. Ag, en dan was daar die koms van nuwe kollegas, die sentegging op die Maandag na die Pinksterfees, die gesellige boeresportdae, die feestelikhede rondom Republiekdag en dan die skoolkonserte.

Laagtepunte? Kerklike moeites (kyk by vraag 1), die gevoel van geïsoleerd-wees, die vraag hoe 'n mens aan die onderwys vorm moet gee sodat dit ook deel word van die Afrikaanse samelewing sonder om jou beginsels prys te gee en met baie beperkte middele en menslike beperkings en tekortkomings.



'Oudste' klas: St 4 en 5 – 1980

Vlnr: (agter:) Ingrid Begemann, Jan-Willem Roos, Frans Luijk, Peter Nauta, Yvonne Bos; (middel:) Cor van Renssen, Corrie van Dalen; (voor:) Marti van Renssen, Inge Jolie, mnr G. de Jong, Johanna Nauta, Pieter van Dalen

7. Wat sou u as onderwyser en skoolhoof sê was u fokuspunt om aan gereformeerde onderwys by die GLB sy identiteit te gee? Het die ouers en kinders 'n rol daarin te speel gehad?

*Die antwoord op die laaste vraag is, dink ek, reeds hierbo gegee. Die fokuspunt bly die Woord van die Here. Alles wat daarin staan, is betroubaar, omdat Hy betroubaar is! Noudat ons in 'n tyd lewe waarin gevoelsgodsdien weer invloed wen, moet ons ons kinders voorhou dat, afgesien van wat ons ervaar en belewe, die beloftes van die Here onwankelbaar is; dat ons kan staatmaak op wat Hy sê. Daarom moet ons as leerkrigte ook kennis hê van die gereformeerde belydenisgeskrite. Verder moet ons die tyd waarin ons lewe, ken en die tydsges by 'n oop Bybel biddend beoordeel.*

8. Hoe beskou u 'n gereformeerde laerskool asook die ondersteuning daarvan – is dit 'n opsie of 'n verpligting binne die driehoeksverhouding van gesin, kerk en skool?

*'n Gereformeerde skool is 'n verpligting binne die driehoek: gesin – kerk - skool. Die skool versterk en bou die opvoeding uit wat in die gesin gegee word. Saam met die onderrig van die kerk (in prediking en katkisasie) is dit middele om die opgroeiende kind voor te berei op 'n lewe tot eer van die Here op die plek waar Hy hom/haar sal stel.*

9. Hoe het u die gereformeerde skole in Nederland ervaar na u vertrek uit Suid-Afrika? Hoe vergelyk dit met ons eie skole in Suid-Afrika?

*Wat die peil van onderrig betref, het ek weinig verskil gemerk. Die onderrig hier was wel (volgens my waarneming) minder klassikaal en meer informeel. In die tyd dat ek hier gewerk het, het die onderrig gaandeweg al hoe meer rekening begin hou met individuele verskille tussen leerlinge en daar word rekening gehou met spesifieke (gedrags) kenmerke van leerlinge. Terme soos ADHD en Disleksie sal seker ook in Suid-Afrika bekend wees. En ek het die ontwikkeling as verrykend ervaar.*

*Tog sluit ek nie my oë vir die gebrek aan dissipline wat soms voorkom nie.*

10. Is u tans nog betrokke by skole in Nederland? Is daar enige advies wat u in die algemeen aan ons skole in Suid-Afrika wil of kan gee?

*Nee, nie eintlik nie. Ek is vanaf 1 september 2006 met pensioen en mag dankbaar my plek inneem in die toenemende golf van vergrysing wat Nederland tref!*

*Ja, advies sal ek graag wil gee. Verskaf aan die kind 'n gevoel van **geborgenheid en veiligheid**. En bly getrou aan die opdrag om die kind die onmisbare kennis van God se Woord te gee. Probeer om op boeiende en oortuigende wyse die mooi verhale uit die Bybel aan die kind te **vertel**, sodat hy/sy aan jou lippe hang. Tog is dit nie net 'mooi', los verhale nie, maar dit vorm deel van die openbaring van die Here wat in sy Seun die wêreld so liefgehad het dat Hy Hom vir ons oorgelewer het. **Want Bybelkennis wat die leerlinge op dié ouderdom opdoen, raak hy/sy nie so maklik kwyt nie.** Dieselfde geld vir die aanleer van die weeklikse psalms. Trouens, die predikante kan met hul keuse van psalms in die erediens rekening hou met die "psalm van die week" (eenheid skool en kerk). Kortom: werk in eenvoud, in getrouheid en in biddende opsien na Hom!*

11. Laastens, hoeveel taal- en spelfoute het u in hierdie skrywe ondervind? (Ek vergeet u handskrif in rooi nooit nie.)

*Geen, die handskrif in rooi het seker maar betekenis gehad. Maar ekself vind dit moeilik om in Afrikaans antwoord te gee op bg. vrae; die invloed van Nederlands na 18 jaar(!) is sterk. Dus hanteer jy nou maar die rooi pen! Tog, aan die ander kant: die band met SA bly onuitwisbaar. En tot slot: baie dankie vir die geleentheid om aan die hand van bostaande vrae terug te kyk oor die jare wat ons in Suid-Afrika mog deurbring.*

Ons bedank meneer De Jong en sy vrou vir die tyd wat hulle hieraan spandeer het. Ons wens hom, sy vrou en kinders die Here se seën toe vir die arbeid en diens wat hulle in ons Hemelse Vader se Koninkryk mag verrig.

# Rugby geweeg

Freek van der Meer

## KLIP IN DIE BOS

Deesdae het sport 'n belangrike plek in mense se lewens ingeneem. Die tempo van die lewe vra blykbaar na intense ontspanning. Die opwinding van 'n lekker rugbywedstryd is blykbaar net die regte ding om mense te laat ontspan. Die saamwees en aanmoediging blyk aansteeklik te wees.

Pretoria ken Saterdag waarop sy strate in 'n blou wolk gehul word. Blou vlase en hoedjies en T-hemde verkoop soos soetkoek. Want sien, "die bloubul weet nie van verloor af nie". Almal praat oor die namiddag se rugby. Op Vrydag word bespiegel oor wie gaan wen en op Maandag word in teetyd en etenstyd by die werk dik stukke gesels oor wie nou eintlik moes gewen het, en watter speler die held was en wie die "game weggegee" het (die hero's en zero's). 'En oor die ref wat blind en deaf' is.'

Dit wil voorkom of 'n sport soos rugby vir baie vandag die belangrikste saak geword het. Die hoogtepunt van hul week. Rugby is vandag een van die grootstes van die vermaaklikheidswêreld. Ek weet nie van nog so 'n groot aantrekkingskrag in Suid-Afrika nie (dalk sokker en winkelsentrums). Mense ken vandag die name en eienskappe van hul sportsterre beter as wat hulle byvoorbeeld 'n Bybelfiguur ken.

Eens op 'n tyd was ek self 'n rugby-liefhebber. Gelukkig is dit vandag iets van die verlede. Nie dat die opwinding en skouspelagtigheid daarvan nie tog nog trek nie. Maar wat het nou eintlik vir my die deurslag gegee om rugby af te sê?

Ek het altyd gedink dat, solank 'n mens rugby nie verafgod nie en iemand 'n goeie sportman op en van die veld is, dit tog verantwoord is om dit te speel en op TV te kyk vir ontspanning. Dit blyk dat hierdie twee kriteria belangrik is om jouself te kan verantwoord ten opsigte van dit wat jy as sport beoefen.

Maar daar is nog 'n kriterium wat tel, en dis die klip wat ek graag in die rugbybos wil gooi.

Wie na statistiek van sportbeserings gaan kyk, sal sien dat rugbybeserings baie hoog op die lys staan (sulke statistiek is op die internet beskikbaar). Elke rugbyspeler sal jou kan vertel van die skete wat hy op die veld opgedoen het. Van kop tot toon loop deur. Harsingskudding (met gepaardgaande afsterwing van breinselle), nekbeseerings, blomkoolore, gebreke sleutelbene, arms, knieë, enkels, ensovoorts. Baie sit vir vele jare of selfs 'n leeftyd met hulle rugbybeserings. Ons weet ook van spelers wat gesterf het as gevolg van rugbybeserings.

Anders as in boks - wat deur Christene per sé afgewys word - is dit nie in rugby die bedoeling om jou opponente te verniel nie, want die reëls van die spel laat dit nie toe nie. Nie dat dit ondanks die reëls tog baie keer die geval is nie. Verder is dit so dat afrigters en rugby-administrateurs probeer om die spel veiliger te maak. Sommige spelers dra kop- of skouer-skerm. Spelers word geleer om reg te val en gevaarlike situasies te vermy.

Nogtans laat dit die beseringstatistiek nie regtig daal nie. Dit blyk dat rugby deurdrenk is van gevaarlike hoeke, situasies en kontakte. Die aard van die spel maak dat daar altyd weer slagoffers is. En dit is nou nie juis volgens die Here se wil nie. Daar sit blykbaar nie verniet ses reserwes op die bankie nie.

Die kernargument is dit: Ons liggaam is 'n tempel van die Heilige Gees en is nie gemaak vir die geweld ("hammering") van rugby nie. Ek kan dit dus nie anders sien as dat die Here nie behaer daarin het dat sy kinders rugby speel of daarna kyk nie.

### Eienaar en uitgewer:

#### Stigting Woord en Wandel

G de Jager (voorsitter)  
BJ Kamphuis  
A Bron (sekretaris)  
Tel. 012 332 0943  
E-pos (Stigting):  
berendkamphuis@telkomsa.net

### Drukker:

Printburo  
Tel. 012 335 9134

### Redaksie:

Greet de Vries  
Hans Moes  
Petro Hofsink  
Juil Douma  
Riaan van Alten  
Herman van der Linden

### Redaksieadres:

e-pos: jdouma@absamail.co.za  
Saxenburgsingel 14  
Oakglen  
Bellville 7530  
Tel 021 919 5176

### Nederland:

Mev. H van de Weide  
Oldenkottebrink 60  
7544 LP Enschede  
Tel. (053) 478 4561

### Administrasie:

Mev. L Ros  
Posbus 23931  
Gezina, 0031  
Tel. 012 332 0127

### Elektroniese betalings:

Stigting Woord en Wandel  
Nedbank Gezina  
Takkode: 16 03 45  
Rek. nr: 1603 031 820  
**Vermeld asb u naam  
en lidnommer**

### Intekengelde (per jaar):

E-pos	RSA	R40
	Buiteland	€10
RSA	per hand	R90
	per pos	R100
Buiteland:		
	Seepos	€30
	Lugpos	€40