

Geestelike Genesing en Groei!

Maandag 28 Februarie 2022

1 Tim 4:6-8

6 “As jy hierdie dinge aan die broers voorhou, sal jy 'n goeie dienaar van Christus Jesus wees wat jouself voed met die woorde van die geloof en die goeie leer waarvan jy 'n aanhanger geword het.

7 Maar van onheilige en sinlose verdigsels moet jy wegbly. Oefen jou liever om in toewyding aan God te lewe.

8 Om jou liggaam te oefen, het wel 'n bietjie waarde, maar om in toewyding aan God te lewe, het in alle opsigte groot waarde, want dit bevat 'n belofte van lewe, vir nou en die toekoms.”

Elke mens wil graag fisies gesond wees. As jy liggaamlik gesond is dan sien jy kans vir baie dinge in die wêreld. Dan kan jy werk en speel en vakansie hou. Daarom dat daar so baie gedoen word vir liggaamlike gesondheid en fiksheid.

- In jou jong dae oefen jy en probeer jy so fiks as moontlik wees vir 'n goeie lewenswyse.
- As jy ouer word dan besoek jy die dokters meer en meer omdat jy gesond wil bly.

MAAR...

Hoeveel aandag gee ons aan ons geestelike gesondheid?

- M.a.w. hoeveel aandag gee ons aan ons geloof?

Paulus sê: '83 “Oefen jou liever om in toewyding aan God te lewe.” V7b

'53 “oefen jou in die godsaligheid.” V7b

Hoe oefen 'n gelowige hom/haar, om in toewyding aan God te leef?

- Daar moet vaste oefentye wees. M.a.w. daar moet vaste tye wees wat jy direk aan geloofsgroei en toewyding aandag aan gee. Hoe kan ek dit doen? Onthou elke atleet het 'n eie oefenprogram, so sal elke gelowige 'n eie Stiltetyd-program hê.
- Vind elke dag 'n tyd wat jy persoonlik aan God, direk afstaan, jou stiltetyd. Sommige mense doen dit al dit vroeg in die oggend, sommige deur die dag en sommige saans laat.
 - Bybellees is 'n moet. Bybelstudie moet sistematies en georden gedoen word.
 - Bid is 'n moet. Gebedstye is belangrik.
 - Behoort aan 'n gemeente, dit is jou geestelike gesin.
 - Hou saam met die gemeente gereeld eredienste.
 - Woon gemeente-byeenkomste by, hetsy Bybelstudies, kleingroepe, geloofsgesprekke, waar jy ookal betrokke by kan wees, by jou geestelike gesin se aktiwiteite.

Die gevolg van 'n 'n geestelike gesonde lewe en groei is dat jy die beloftes van God glo in die geloof.

- Dan weet jy dat jy vanweë Jesus Christus se soenverdienste, **MEER AS 'N OORWINNAAR IS**
- Dan weet jy dat jy die hemele gaan beërf.
- Dan weet jy die beloftes van die Woord is vir jou, jy wat glo, jy wat oefen, uit loutere genade.

Jou geestelike fiksheid in die geloof sal gee dat jy blymoedig in ons Here Jesus Christus kan leef.

Ds Gerrit Kruger: Gereformeerde Kerk Centurion: Sel 082 964 5595: gskruger1@gmail.com