

Wat gemaak met jou vrees en angs te midde van Covid – 19?

22 Maart 2020

Markus 14 32-42

Inleiding

1.

Gemeente.

Ons is bang.

- Ons is bang dat ons ons **werk** gaan verloor en nie ons rekeninge kan betaal nie.
- Ons is bang dat ons **besigheid** bankrot gaan speel.
- Ons is bang dat ons **huwelik** miskien op 'n egskeiding afstuur.
- Ons is bang omdat ons nie weet hoe die **toekoms vir ons kinders** gaan lyk nie.
- Ons is bang vir **geweld en misdaad**.
- Ons is bang vir elke **vreemdeling** wat op die straathoek staan of aan ons voordeur klop.
- Ons is bang vir die **resultate van ons mediese ondersoeke**.
- Ons is bang vir die **moesie op ons nek**.
- Ek is bang omdat ek **loopneus het of miskien hoes**. Net dalk het ek **Covid-19** opgetel toe ek by die winkels was?
- Ons is bang omdat ons sien hoe die **planeet warmer word** en die weer al hoe meer onvoorspelbaar is.
- Ons is bang omdat ons in 'n **onsekere tyd leef**.
- Ons is bang omdat ons na die **horlosie** kyk en sien hoe die **sekondes van my lewe uitloop**.

- Ons is bang vir die **dood**.

Om bang te wees, te vrees, affekteer almal. Selfs ons **kinders se lewens word deur vrees en angs gekenmerk**. Ek het in die week wat verby is op **skokkende statistieke** afgekom. Sielkundiges het bevind dat die deursnee kind vandag soveel angs en vrees beleef soos psigiatriese pasiënte van die negentien vyftigs. Is dit nie skokkend nie? Kinders, wie se lewe gekenmerk moet word deur blydschap, lewe elke dag met vrees.

Dalk dink jy by jouself: *Dit is die norm in Suid-Afrika*. Moet egter nie die fout maak nie – **vrees kenmerk elke gemeenskap, elke samelewing, elke land**. Dit waarvoor ons bang is verskil maar net van plek tot plek.

2.

Vrees is 'n verskriklike ding. Dit is 'n boelie in ons lewe.

- As vrees in jou hart nesgeskrop het wyer hy om jou hart met **geluk deel**.
- 'n Mens kan nie tegelykertyd **gelukkig en bang** wees nie.
- Jy kan nie tegelykertyd **selfvertroue hê en bang wees** nie.
- Jy kan nie helder **dink en bang** wees nie.
- Jy kan nie **simpatie met jou naaste betoon en bang wees nie**.

Vrees, gemeente, steel en vernietig ons geluk.

- Vrees het nog nooit 'n stuk **roerende musiek** geskryf nie.
- Vrees het nog nooit **vredesverdrag** gesluit nie.
- Vrees het nog nooit iemand in **armoede of in die hospitaal** gehelp nie.
- Vrees red nie 'n **huwelik, 'n besigheid of 'n land nie**.
- Vrees laat jou nie **groot droom en kreatief wees** nie.

Geloof kan dit doen. Vertroue kan dit doen. Mense wat wy om aan vrees oor te gee kan dit doen. Maar vrees vriende, **dryf ons in 'n tronk in, dit slaan die deur agter ons rug toe.**

Vrees ontketting in 'n mens 'n klomp onsekerhede wat **woede en haat** na vore bring. Hoe groter die vrees **hoe gemenere en hoe harder** word ons met ander want ons voel in 'n hoek vasgekeer.

Daar word vertel van 'n Duitse kerkleier **Martin Niemöller wat Adolf Hitler in die 1930's ontmoet het.** Na die ontmoeting kom hy by die huis en sy vrou vra hom wat hy van Hitler dink. Hy antwoord toe: *Hy het geleer dat Herr Hitler 'n baie bang man is.* Vrees bring die geweldenaar in ons na vore.

3.

Wat maak met ons ang en vrees? Elke persoon reageer anders nie waar nie?

- Sommige probeer dit **wegpraat met slim argumente.**
- Sommige ignoreer dit en gaan aan **asof niks fout is** nie.
- Ander probeer daarvan te **vergeet deur harder te werk of hulle besig te hou met vermaak.**
- Ons hanteer ook somtyds ons **vrees op baie ongesonde wyses.** Party mens wend hulle self na **drank of dwelms.**

Wat maak met ons vrees in 'n tyd waar ieder en elkeen, ten spyte van ons beste pogings en self isolasie, die **Covid 19** virus kan optel? Wat maak met ons vrees wanneer elke dag miskien ons laaste dag kan wees en die dood net om die draai wag.

4.

Ek dink as Christene, as navolgers van Jesus, moet ons na Jesus kyk en te sien hoe hy met Sy angs en vrees omgegaan het.

- Wat het **Jesus gedoen toe die vrees gedreig het om Hom te oorweldig?**
- Wat het Hy gedoen toe **Hy so bang was dat hy begin het om bloed te sweet?**

Kom ons lees Markus 14: 32-42. Daarin sal ons ons antwoorde vind.

Skriflesing: Markus 14 32-42

Prediking

5.

Gemeente.

Hier lees ons van Jesus se worstelstryd in die tuin van Getsemane.

Regdeur die evangelies lees ons van 'n **Jesus wat selfs onder die moeilikste omstandighede in beheer is.** Niks gooi Hom van balans af nie. In elke moontlik situasie beleef ons Jesus as die Seun van God – in elke situasie beleef ons Jesus se Goddelike kant. Dink maar net aan die verhaal waar Jesus deur die duiwel versoek word. Jesus se goddelikheid staan op die voorgrond.

Die verhaal van Jesus in Getsemane maak ons **egter ongemaklik.** Ons beleef hier 'n Jesus wat **grootliks van ons kinder-Bybel idee van Jesus verskil.** Hier sien ons Jesus as mens. 'n Mens wat bang is, 'n mens wat angs ervaar, 'n mens wat vrees.

Die teks stel dit op so 'n aangrypende wyse. Daar staan: *Hy het ontsteld en beangs geword en vir hulle gesê: Ek voel doodsbenoud.* Lukas stel

dat die se doodsangs so groot was dat Sy sweet soos bloeddruppels geraak het wat op die grond val.

6.

Hoekom is Jesus bang, waarom vrees hy? Die antwoord op die vrae ken elkeen van ons.

- Jesus weet en verstaan baie goed dat Hy **daai einste aand in hegtenis geneem gaan word.**
- Hy weet baie goed dat Hy verloon en **verraai** sal word – Hy het vir Petrus en Judas vertel wat hulle gaan doen.
- Jesus besef dat die volk vir wie Hy gekom het hom as **nikswerd gaan uitjou en 'n misdadiger in Sy plek gaan vrylaat.**
- Jesus weet dat 'n **hofsak, marteling en uiteindelik die kruis** vir Hom was.
- Hy weet dat Hy **getart en gespot** sal word.
- Hy weet dat ongelooflike **pyn en die dood op Hom wag.**

Hoe Jesus die situasie hanteer slaan my teen die bors. Dit slaan my stom.

Waar ons plannetjies beraam of vlug van die vrees en ang **sonder Jesus homself af en Hy bid tot die Here.** Drie keer bid Hy, drie keer lê Jesus Sy vrees, ang en onsekerheid voor die troon van die Here, drie keer soek Jesus vertroosting en hoop by Sy Vader.

7.

Wat bid Jesus: *“Abba, Vader, alles is vir U moontlik. Neem hierdie lydensbeker van My af weg. Moet nogtans nie doen wat Ek wil nie, maar wat U wil.”*

- Wat vir my uitstaan is die wyse waarop Jesus vir God aanspreek. *Abba* beteken natuurlik in Grieks Vader. Dit wil lyk asof Jesus bid.

Vader, Vader. Die aanspreekvorm dui op nabyheid en intimiteit tussen 'n vader en 'n seun.

- Verder bid Jesus die woorde in die absolute sekerheid dat God almagtig is – vir God is alles moontlik. God is in staat om die lydingsbeker – hierdie sekere dood - van Jesus af weg te neem. Dus is die gebed ook 'n geloofsbelydenis.
- Terselfdertyd verwoord Jesus iets van Sy hart – hy het die behoefte dat die lydingsbeker van hom weggeneem sal word. In Sy menslikheid vrees Hy vir dit wat vir hom voorlê.
- Tog bid Jesus dat Sy wil nie sal geskied nie maar die Vader sin. Dus verstaan Jesus ook iets daarvan dat Hy as die Seun van God die straf van die Here moet ontvang namens die mensdom.

Terwyl Jesus met die Vader in gebed worstel en op die wyse in geloof Sy angsts en vrees hanteer slaap die dissipels. Die ironie is dat Jesus die lydingsbeker ook vir die dissipels drink – tog kan hulle nie saam met Hom waak nie. Dit wys ons net iets van Jesus se liefde vir ganse mensdom. Hy is bereid om die beker te drink vir mense soos ek en jy ten spyte van ons ongeloof en twyfel, ten spyte van die feit dat ons ook maar soos die dissipels somtyds in die geloof slaap.

8.

Nadat Jesus driemaal gebed het gebeur daar iets merkwaardigs.

Die lydingsbeker word nie van Jesus weg geneem nie. Nee, steeds moet Hy daarvan drink, steeds moet hy die pad na die kruis loop. Mens wonder dan of Jesus se gebed enigsins waarde gehad het – niks het dan verander nie?

Juis hierin lê die swaartepunt van vandag se prediking.

Alles het tog vir Jesus verander. **Nadat Hy bid het Jesus se gemoed geheel en al verander.** Waar Hy aanvanklik angstig en bang was is Jesus nou vol krag, moed, vertrouwe en hoop. Hy sê aan Sy dissipels: *kom, staan op, laat ons gaan, die man wat my verraai is naby.*

- Deur gebed, deur gesprek met die Vader, het die **vrees en angs uit Jesus se hart verdwyn – God self neem dit weg.**
- Deur gebed kry Jesus **rustigheid, vrede, hoop en krag** vir 'n onsekere toekoms.
- Deurdat Jesus in **gebed voor God buig, kan Hy weer opstaan om Sy roeping teenoor die mensdom na te kom.**

Ja, niks vernader vir Jesus nie. God sê in 'n seker sin NEE vir Jesus. Dan kan ons begin twyfel in die krag van gebed. **Tog, dink ek vriende, het alles vir Jesus verander. Deurdat hy gelowig, in gebed, na die Vader gaan, word Sy ganse lewe getransformeer.**

9.

Wat leer die verhaal van Jesus in die tuin van Getsemane ons van die angs en vrees en hoe ons die emosies moet hanteer?

- Ons **kan maar bang** wees. Jesus self was ook bang in die tuin van Getsemane
- Ons moet ons **vrees om die regte wyse hanteer.** Hoe baie keer hanteer ons ons vrees deur paniekerig te wees of irrasioneel op te tree.
- Die beste, nee, die enigste manier **om ons angs en vrees te hanteer is om soos Jesus in gebed na God te gaan.**
- **Ons kan maar bid** – Jesus maak dit moontlik omdat Hy vir ons gesterf het. Ons kan in gebed na God gaan omdat Jesus 'n nuwe

verhouding met God moontlik gemaak het vir ons by die kruis. Ons moet net Jesus se hand in die geloof neem.

- Somtyds gaan **ons woorde te kort skiet** – tog pleit die Gees namens ons by die Vader. Hy maak ons gevalle woorde 'n koorlied by die Vader.
- Somtyds gaan dit **gebeur dat ons ontvang wat ons vra. Laat ons dan dankbaar wees.**
- Somtyds **kry ons geen antwoord nie. Dan moet geduldig wees.**
- As ons nie die **antwoord kry wat ons soek nie, laat ons dan, soos Jesus, God se wil in ons lewe aanvaar.**

Wat ook al die antwoord is, wanneer ons bid moet ons nie net praat nie maar ook stil word en luister. Besef ons dat God naby is sal ons ook soos Jesus vind dat die vrees verdwyn en daar rustigheid in ons harte kom. **Bid ons sal ons ook soos Jesus die krag kry om van die grond op te staan en uit ons eie tuin van Getsemane te stap.**

Miskien is jou **Getsemane, dit waarvoor jy vrees, die dood. Miskien is dit 'n vreemde virus.** Wat dit ook al is – kom ons **neem dit na die Here in gebed en ons sal vind dat vrees en angs soos mis voor die son sal verdwyn.**

Amen

Geloofsbelydenis

'Ek glo in God die Vader, die Almagtige, die Skepper van die hemel en die aarde.

En in Jesus Christus, sy eniggebore Seun, ons Here;

wat ontvang is van die Heilige Gees, gebore is uit die maagd Maria;

wat gely het onder Pontius Pilatus, gekruisig is, gesterf het en begrawe is
en ter helle neergedaal het;

wat op die derde dag weer opgestaan het uit die dode;

wat opgevaar het na die hemel en sit aan die regterhand van God, die
almagtige Vader, van waar Hy sal kom om te oordeel,

dié wat nog lewe en dié wat reeds gesterf het.

Ek glo in die Heilige Gees.

Ek glo aan 'n heilige, algemene, Christelike kerk, die gemeenskap van die
heiliges;

die vergewing van sondes;

die opstanding van die vlees en

'n ewige lewe.

Amen'

Konkretisering

Gemeente.

- Ons bely en glo dat God luister wanneer ons bid.
- Ons glo en bely dat die Here ook met ons wanneer ons deur die
vallei van doodskaduwee gaan.
- Ons glo en bely dat hy uitkoms bring, selfs wanneer ons nie Sy hand
in lewe sien nie.

Dit bely en glo ons omdat Jesus Christus vir ons aan die kruis gesterf het,
en vir ons drie dae later uit die dood opgestaan het.

Juis daarom, uit dankbaarheid vir alles wat Jesus vir ons gedoen het, moet ons ook anders leef, veral in 'n tyd van isolasie en afstand. Hoe leef jy dan anders te midde van Covid 19?

- Ek dink ons moet vir mekaar en die wêreld bid?
- Ek dink, netsoos God vir ons luister wanneer ons bid, moet ons luister na ons mede gelowiges wanneer hulle ags en vrees ervaar.
- Ons moet luister, en deur watse wyse ook al, selfs deur die maak van 'n oproep, mense probeer troos en bystaan.
- Kom ons let op die swakkes van ons kerke en samelewing. Waak jy saam met hulle wanneer hulle in die tuin van Getsemane is? Hoe help jy hulle? Kan jy inkopies vir hulle doen of medisyne vir hulle aflaai?
- Kom, laat elkeen van ons saam bid, saam waak, in hierdie uitdagende tye.
- Laat ons ook, daarna, soos Jesus opstaan, en met hoop en vertroue uit ons eie tuin van Getsemane loop.

Seën:

Die Here sal julle seën en beskerm;

die Here sal tot julle redding verskyn en julle genadig wees;

die Here sal julle gebede verhoor en aan julle vrede gee.

Amen.