Week 6

1 – 7 MAART

Omsluit

PS 139

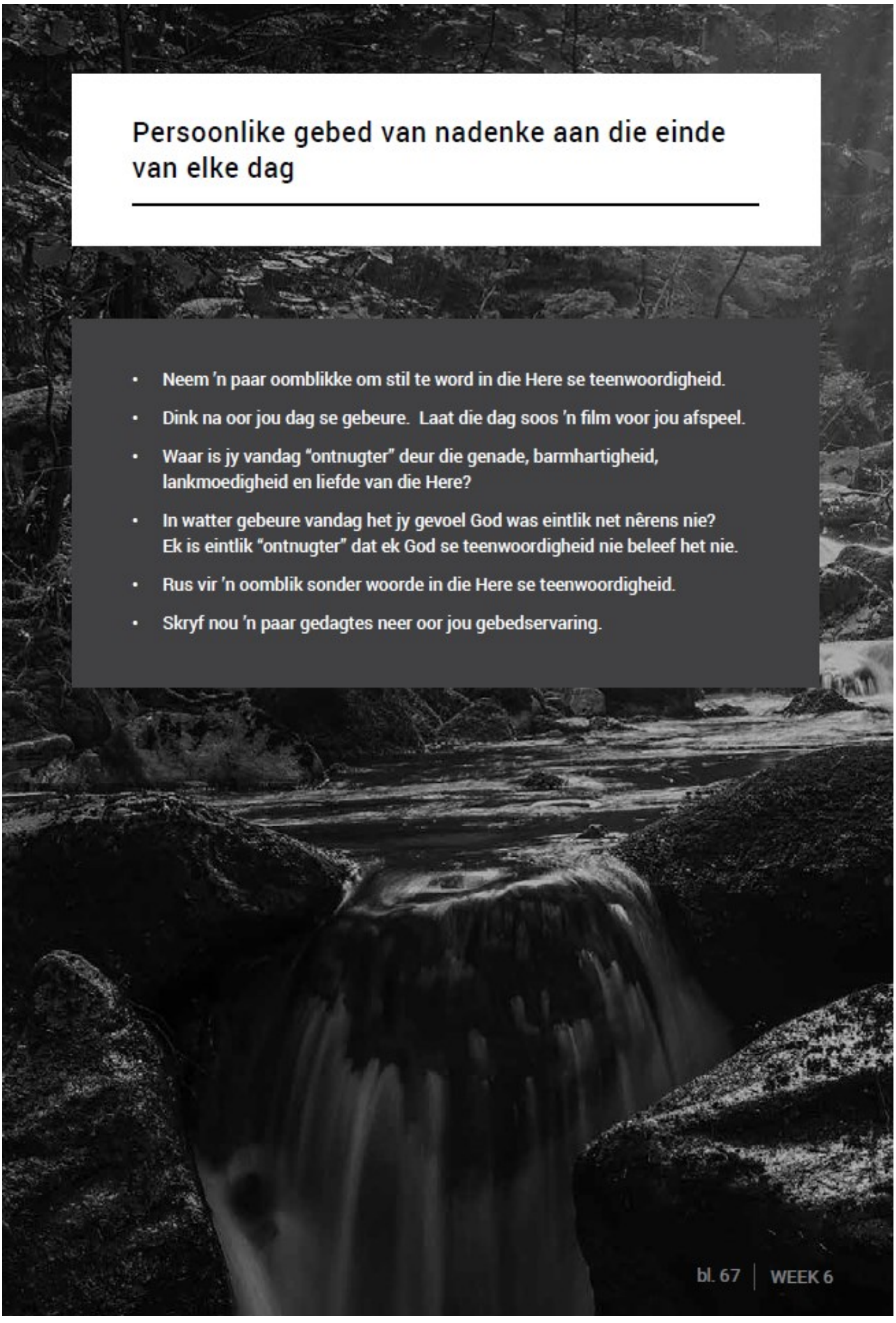
U omsluit my van alle kante

1 Vir die koorleier. Van Dawid. 'n Psalm.
Here, U sien dwarsdeur my,
U ken my.
2 Of ek sit en of ek opstaan, U weet dit,
U ken my gedagtes nog voordat hulle by my opkom.
3 Of ek reis en of ek oorbly, U bepaal dit,
U is met al my paaie goed bekend.
4 Daar is nog nie 'n woord op my tong nie
of U, Here, weet wat dit gaan wees.
5 U omsluit my van alle kante,
U neem my in besit.
6 Dié wete oorweldig my,
dit is te hoog vir my begrip.
7 Waarheen sou ek gaan om u Gees te ontvlug?
Waarheen sou ek vlug om aan u teenwoordigheid te ontkom?
8 Klim ek op na die hemel, is U daar,
gaan lê ek in die doderyk, is U ook daar.
9 Vlieg ek na die ooste,
of gaan woon ek in die verre weste,
10 ook daar lei u hand my,
hou u regterhand my vas.
11 Ek sou die duisternis kon vra om my weg te steek,
of die lig rondom my om in nag te verander,
12 maar vir U is selfs die duisternis nie donker nie
en die nag so lig soos die dag,
duisternis so goed soos lig.
13 U het my gevorm,
my aanmekaargeweef in die skoot van my moeder.
14 Ek wil U loof,
want U het my op 'n wonderbaarlike wyse geskep.
Wat U gedoen het,
vervul my met verwondering.
Dit weet ek seker:
15 geen been van my was vir U verborge
toe ek gevorm is waar niemand dit kon sien nie,
toe ek aanmekaargeweef is diep in die moederskoot.
16 U het my al gesien toe ek nog ongebore was,
al my lewensdae was in u boek opgeskrywe
nog voordat ek gebore is.
17 Hoe wonderlik is u gedagtes vir my, o God,
hoe magtig hulle almal!
18 As ek hulle sou wou opnoem –
hulle is meer as wat daar sand is,
en as ek daarmee klaar is,
sou ek nog steeds met U te doen hê.
19 As U tog maar die goddelose uit die weg wou ruim,
o God!
Gaan weg van my af, julle moordenaars!
20 Dit is hulle wat bose planne teen U smee,
wat so vals teen U optree.
21 Moet ek u haters dan nie haat nie, Here,
moet ek nie 'n weersin hê in mense wat teen U in opstand is nie?
22 Ek haat hulle met 'n uiterste haat,
want hulle is ook my vyande.
23 Deurgrond my, o God, deurgrond my hart,
ondersoek my, sien tog my onrus raak.
24 Kyk of ek nie op die verkeerde pad is nie
en lei my op die beproefde pad!

Agtergrond

Hierdie Psalm verwoord die tipies menslike reaksie wanneer ons die dag besef dat God alles van ons weet. Dit is wonderlik om te dink waartoe God in staat is. Dit is gans te hoog vir ons begrip, sê die Psalm.

Aan die ander kant laat die gedagte dat God alles van ons weet ons verleë en ongemaklik voel. Dit maak dat ons wil vlug van hierdie alwetende God. Dit is eers in 'n volgende rondte dat die gedagte aan God se vermoë om alles van ons te weet vir ons troos bring. God weet ook van elke vlugpoging, van die wegkruipoomblikke, van die drome en die teleurstellings. Hy weet alles. En dit is 'n sagte weet, 'n tot-rus-bring-weet, 'n weet wat ons lei op die beproefde pad.



Persoonlike gebed van nadenke aan die einde van elke dag

- Neem 'n paar oomblikke om stil te word in die Here se teenwoordigheid.
- Dink na oor jou dag se gebeure. Laat die dag soos 'n film voor jou afspeel.
- Waar is jy vandag "ontnugter" deur die genade, barmhartigheid, lankmoedigheid en liefde van die Here?
- In watter gebeure vandag het jy gevoel God was eintlik net nêrens nie? Ek is eintlik "ontnugter" dat ek God se teenwoordigheid nie beleef het nie.
- Rus vir 'n oomblik sonder woorde in die Here se teenwoordigheid.
- Skryf nou 'n paar gedagtes neer oor jou gebedservaring.

OMSLUIT

KLEINGROEPBYEENKOMS

ONS ONTMOET MEKAAR

- Deel met mekaar hoogtepunte en laagtepunte van die afgelope week.
- Wat uit verlede week se nadenke en die erediens het jou veral geraak en deel dit in die groep met mekaar.

ONS ONTMOET GOD

Steek 'n kers aan op die tafel en laat een persoon in die groep 'n gebed doen.

- Lees Ps 139 hardop in die groep en gee dan elkeen geleentheid om rustig weer die Psalm te lees.

Lees die teksgedeelte uit Psalm 139 en ook die agtergrond.

- Laat elkeen rustig weer die gedeelte lees en deel nou met mekaar wat julle in die gedeelte hoor.

ONS DEEL MET MEKAAR

- Gee geleentheid dat elkeen in die groep deel wat hulle in die teksgedeelte hoor. Moenie mekaar onderbreek of korrigeer nie, maar gee geleentheid dat elkeen hulle eie ervarings vanuit die teks kan deel.
- Luister so na mekaar dat ons ook God se stem in mekaar kan hoor.
- Laat die groepslede deel waar hulle al God se omsluitende liefde in hulle lewens beleef het. Tye waar die woorde van Psalm 139 as't ware in hulle lewe ge-eggo het.
- Lees as groep die gedig van Dietrich Bonhoeffer, Von guthen Mächten, wat van Duits na Engels vertaal is. Bonhoeffer het die gedig geskryf in 1944 terwyl hy in die gevangenis was a.g.v. sy weerstand teen die Nazis. Dit was ook sy laaste skrywe voor sy teregstelling op 9 April 1945.

Sheltered wonderfully by powers of goodness
Surrounded truly and silently by powers of goodness
protected and comforted wonderfully
thus I would live these days with you (all)
and go with you into a new year

Sheltered wonderfully by powers of goodness
We are looking forward confidently to what may come
God is with us in the evening and in the morning
and for sure on every new day

Still the past is trying to torture our hearts
Still the heavy load of evil days is squeezing us
Oh Lord, for our jolted souls
prepare the health that you have made us for

And may you offer the heavy bitter cup
of grief, filled to the very rim
We´ll take it thankfully without trembling
from your good and beloved hand

But if you want to present your joy once more
about this world and the glow of its sun
then we will think about everything that happened
then our lives will be completely in your hand

Let the candles flame warm and bright today
that you brought into our darkness
reunite us, if it is possible
We know your light is shining through the night

If now the silence is spreading deep around us
let us hear those full sounds of the world
that is widening invisibly around us
the high hymns of all your children

- Deel ook met mekaar wat in die gedig en lied julle veral raak.

ONS BID SAAM

- Luister nou as groep na die lied op YouTube https://youtu.be/aN7dGz6NH5M in Duits of in Engels by https://youtu.be/HVZhYAXObaM
- Laat elke groepslid sy/haar gebedsbehoefte vir die week met 'n ander groepslid deel. Bid in pare saam vir mekaar op die naam en verbind julle daartoe om ook verder in die week vir mekaar se behoeftes te bid.

FAMILIEBYEENKOMS TUIS/ FAMILIEGROEPE

Families word aangemoedig om hierdie byeenkoms weekliks net na ete te hê. Laat almal help om na ete die tafel af te dek en skoon te maak en almal bring dan hulle Bybels, Sewe Weke-boekies en 'n pen na die tafel.

FOKUS OP MEKAAR

- Laat elke familielid die hoogtepunte en laagtepunte van die afgelope week met mekaar deel.
- Dank die Here vir die hoogtepunte en bid vir mekaar vir die laagtepunt ervarings.

FOKUS OP DIE WOORD IN ONS LEWENS:

- Laat een lid van die gesin 'n kers op die tafel aansteek as 'n simbool van God se teenwoordigheid.
- Lees as gesin saam die teksgedeelte van die week. Laat elke kind wat kan lees met 'n eie Bybel die gedeeltes saam volg. Lees die gedeeltes 2/3 keer hardop saam deur.
- Gee geleentheid dat elke lid van die familie ook op hulle eie weer die gedeelte in stilte lees en notas maak oor wat hulle in die teksgedeeltes hoor.
- Laat elke gesinslid dink aan die beste ding wat al ooit met hulle gebeur het en ook die heel slegste ervaring wat hulle al beleef het. Dink nou wat dit beteken dat ook in daardie tye was God die een wat jou omsluit het. Laat elkeen deel wat dit vir hulle beteken en hoe dit hulle laat voel. Gee nou geleentheid vir elkeen aan die tafel om te sê wat die woorde: "U omsluit my van alle kante, U neem my in besit," vir hulle beteken.
- Laat elke gesinslid ook deel waar hulle dalk al hierdie ervarings van God se omsluiting beleef het.

BID SAAM

- Laat elke familielid sy/haar gebedsbehoefte vir die week met die gesin deel. Bid as gesin saam vir mekaar op die naam en verbind julle daartoe om ook verder in die week vir mekaar se behoeftes te bid.

Persoonlike

STILTETYD

Lees elke dag die teksgedeelte met behulp van die *Lectio Divina*-metode en maak 'n paar aantekeninge oor wat jy in die gedeelte hoor:

DAG 1

DAG 2

DAG 3

DAG 4

DAG 5

DAG 6