PERSOONLIKE STILTETYD

1. INLEIDING

Die hoogste doel van gebed is *om gemeenskap met God te hê* eerder as om versoeke tot Hom te rig. Woordbepeinsing en gebed is die *asemhalingsproses* of *polsslag* van ons geestelike lewe. 'n Mens wat nie asemhaal of by wie geen polsslag te vind is nie, is *dood!* Hoe waar is dit dalk van ons geestelike lewe?

Selwyn Hughes het gesê: "O Here, leer my die belangrikheid daarvan om tyd met U deur te bring - nie net om dinge van U te vra nie, maar eenvoudig net om in U teenwoordigheid te wees, U liefde te ervaar en die heerlike blydskap van net met U te wees, te ondervind."

Luther het gesê: "Tyd met God gespandeer, is tyd gewen." Hoe meer werk hy gehad het om te doen, hoe langer tyd het hy geneem om te bid!

Om *dikwels* alleen met God te wees, is die geheim om Hom *waarlik te leer ken: [For my determined purpose is that I may know Him, that I may progressively become more deeply and intimately acquainted with Him, perceiving and recognizing and understanding the wonders of His Person more strongly and more clearly, and that I may in that same way come to know the power outflowing from His resurrection which it exerts over believers, and that I may so share His sufferings as to be continually transformed into His likeness even to His death* [Phil. 3:10 Amplified Bible].

Gedissiplineerde stiltetye in ons gejaagde samelewing *verander* 'n mens se hele lewe. Persoonlike stiltetyd behoort nie 'n weeldeartikel te wees nie, maar 'n *noodsaaklikheid!*

2. TYDSBEPALING

¦ Soggens en saans (verkieslik op bepaalde tye). Dit is onontbeerlik vir die geestelike groei van enige Christen. Dawid sê in Ps. 5:4: *"In die môre, HERE, sal U my stem hoor; in die môre sal ek dit aan U voorlê en afwag."*

¦ Daniël het *"drie maal op 'n dag op sy knieë geval en gebid en lofprysinge uitgespreek voor sy God, net soos hy tevore gedoen het"* (Dan. 6:11).

¦ Jesus het *"vroeg in die môre, nog diep in die nag, opgestaan en uitgegaan en na 'n eensame plek vertrek en daar gebid"* (Mark. 1:35).

¦ Ons word in 1 Tess. 5:17 beveel om te *"bid sonder ophou"*. Dit spreek van 'n gees van gebed - om so in voortdurende, onafgebroke, noue kontak met God te lewe, dat ons enige tyd van die dag of nag net ons harte tot Hom kan ophef in lofprysing, in 'n uitroep om hulp, of wat ons behoefte ook al mag wees.

¦ Langer tydperke kan aan gebed gewy word. Jesus het *nagte* in gebed deurgebring. Toe Nehemia verneem van die toestand van Jerusalem, het hy *"dae lank getreur; en gevas en gebid voor die aangesig van die God van die hemel"* (Neh. 1:4).

¦ By meer as een geleentheid het Moses 40 dae en 40 nagte alleen met God deurgebring. *"Hy het aan Moses Sy weë bekend gemaak, aan die kinders van Israel Sy dade"* (Ps. 103:7).

¦ Spesiale tye van gebed (en veral gepaardgaande met vas), word mylpale in ons lewens. Dan het ons ook konkrete toonbeelde van God se trou en kan ons Hom daarom weer eens herinner aan Sy beloftes (Jes. 62:6,7).

3. SOMMIGE FASETTE IN ONS GEBEDSGEMEENSKAP MET GOD

¦ Lofprysing
Dink aan God, Sy attribute, Sy skeppingsdade, die betekeniskonnotasies van die Name waarmee God Hom aan ons openbaar.

Hy is o.a. die "Here, ons Geregtigheid". Hierdie Naam openbaar 'n aspek van die verlossingstransaksie waardeur die mens ten volle met God herstel word en openbaar die metode van ons aanneming voor God: *"Want Hy het Hom wat geen sonde geken het nie, sonde vir ons gemaak, sodat ons kan word geregtigheid van God in Hom"* (2 Kor. 5:21).

Hy is ook die "Here wat reinig"; "Ek is daar" of "Ek is teenwoordig"; "Die Heer ons Vrede"; "Die Here sal voorsien" of "Die Here se voorsiening sal waargeneem word"; "Die Here genees"; "Die Here my banier"; "Die Here my Herder"; "Die ewige Skepper"; "God Almagtig, die Algenoegsame.

¦ Wag op God
Ps. 46:11 - *"Laat staan en weet dat Ek God is" [Be still and know that I am God].* Gee jou gedagtes, emosies en gees volkome oor aan die Here sodat jy aan niks anders dink behalwe aan *Hom* nie. Dink aan die Vader, Seun en Heilige Gees en gee jouself oor aan God se liefde. Word volkome *stil:* "Waiting (prayer) finally comes to mean not to express an opinion, but to *feel a Presence.*"

Laat jou liggaam en gedagtes ontspan en *wees ontvanklik - wag en luister dat God met jou ontmoet.* Sonder woorde is daar kans dat harte met mekaar kan "praat" en die gees van die mens met die Gees van God kan kommunikeer. Lees Ps. 19:2-4; 27:14; 37:34; 59:10;130:6; Jes. 30:18; Jes. 33:2; 64:4; Jer. 14:22; Miga 7:7.

In hierdie *wag op God* - na ons nadenke oor Sy almag, majesteit, genade en grootheid, sal ons die behoefte ondervind om gereinig te word van ons eie sondes en onrein gedagtes.

¦ Belydenis
Vra God om jou hart te deursoek: *"Deurgrond my, o God, en ken my hart; toets my en ken my gedagtes; en kyk of daar by my 'n weg is van smart..."* (Psalm 139:23,24). [*"Kyk of ek nie op die verkeerde pad is nie..."* - NV].

Ek kan nie met God praat en versoeke tot Hom rig of vir ander mense intree as my gewete nie skoon is nie: *"As daar sonde in my hart was, sou die Here nie geluister het nie"* (Ps. 66:18). *"Kyk, die hand van die HERE is nie te kort om te help nie, en sy oor is nie te swaar om te hoor nie; maar julle ongeregtighede het 'n skeidsmuur geword tussen julle en julle God, en julle sondes het sy aangesig vir julle verberg, sodat Hy nie hoor nie"* (Jes. 59:1,2).

Lees ook 1 Joh. 1:9; Ps.32:1; 38:4; 51:4,5; Joh. 16:8; Rom. 4:7,8.

¦ Bid die Woord
Sonder God se Woord het ons gebede geen vaste fondament nie. Kenyon het gesê: "Real prayer is taking His Word into the Throne Room and letting His words speak through your lips to Him on the throne, calling His attention to His own promises."

Die gebruik van God se Woord is uiters noodsaaklik in ons gebed, want deur Sy Woord is dit *eintlik Hyself* wat praat. Ons kan op die Woord vertrou soos ons op God vertrou; in die Woord rus vind soos ons in Hom rus vind; op grond van die Woord handel soos wat ons sou doen wanneer God op 'n hoorbare wyse met ons gepraat het.

Die Woord is nie slegs 'n *Bron van Kennis* nie, maar die Bron van die Lewe! Die Woord *openbaar God* aan ons, maar deur die gebruik daarvan bring dit God in ons lewens! Die Woord verander ons en laat ons *groei.* Terselfdertyd bring dit ook groei in ons *gebedslewe!*

¦ Waak
Ons moet leer om *geestelike waaksaamheid* te beoefen. Dink aan moontlike areas waarin Satan jou aanval en vra God die krag om die Bose se planne te verbreek en sy strategieë raak te sien en te oorwin. (Lees 2 Kor. 10-11). Vers 11 in die Amplified Bible lees as volg: *"To keep Satan from getting the advantage over us; for we are not ignorant of his wiles and intentions."*

Lees ook 2 Kor. 10:4,5; Mark. 13:33,37; 14:38; Luk. 21:36; 1 Kor. 16:13; Kol. 4:2; 1 Tess. 5:6; 1 Pet. 5:8; Op. 16:15.

¦ Voorbidding/Intersessie
'n Pragtige voorbeeld hiervan is Stéfanus se sterwensoomblikke in Hand. 7:60 - *"En hy het op sy knieë neergeval en met 'n groot stem uitgeroep: Here, reken hulle hierdie sonde nie toe nie!"*

Saulus (Paulus) wat hierdie moord goedgekeur het, is deur die impak van hierdie gebed getref en het kort daarna tot bekering gekom op die pad na Damaskus (Handelinge 9). Onthou: Jesus het ook voorbidding gedoen vir diegene wat Hom gekruisig het!

Intersessie is om ander op jou knieë lief te hê. Dit word deur baie gebedskenners gereken as die hoogste vorm van gebed omdat dit gaan oor die siele of welstand van *ander.* Intersessie het die *mens* in gedagte, nie dinge nie. Dit is ook die *belangrikste werk* wat 'n kind van God *vir God* kan doen. Dan sal ons nie net van 'n verloregaande wêreld praat nie of oor sondaars dink nie, maar tot God roep *(en ween!)* sodat hulle gered kan word.

Intersessie is 'n onselfsugtige handeling. Dit is nie om voor God met uitgestrekte hande te staan om vir jouself te ontvang nie, maar dit is om *langs* God te staan, om *saam met Hom te werk* (*"Want ons is medewerkers van God..."* - 1 Kor. 3:9) om siele te wen vir Sy Koninkryk. Lees 1 Tim. 2:1-3.

¦ Petisie
Begin deur die Heilige Gees te vra om jou te lei om net daardie behoeftes aan die Here te noem wat *in ooreenstemming* met Sy wil is. Jy kan selfs 'n lysie maak van daardie behoeftes en dit voor die Here bring.

St. Theresa van Avila het gesê: "You pay God a compliment by asking great things of Him." Jesus het geweet dat die voorlegging van behoeftes / begeertes 'n belangrike deel van ons kommunikasie met Hom vorm. Daarom leer Hy Sy dissipels in Matt. 6:11 om *"Gee ons vandag ons daagliks brood"* te bid.

Ons hoef nie ons behoeftes in "mooi" of "groot" woorde te klee nie. Ons hoef nie teatraal te wees nie. Met die eenvoud van ons hart kan ons met ons *Vader praat.* Ons

Vervolg op p. 11