



**In hierdie uitgawe:**

**Redaksioneel**

**Berigte - Bondsake**

**Notule**

**Bestuursvergadering**

**Predikanteberaad**

**Kwiltprojek**

**- Onderwyskongres**

**Lewensbrood**

**Kennisgewings**

## REDAKSIONEEL

### **Onbereikbare balans.**

Daar word baie gewag gemaak van die gesonde balans. Die goue middeweg is iets om na te streef. Ons kyk na 'n gesonde balans in terme van voeding, 'n gesonde bankbalans en dies meer.

Drie vrae kom onwillekeurig na vore. Hoe definieer mens hierdie 'gesonde balans'? Hoe bereik jy hierdie 'gesonde balans'? Hoe bly jy binne die raamwerk van hierdie 'gesonde balans'?

Voor ons dit kan probeer antwoord, moet ons eers erken dat nie almal eens saamstem met die konsep van gesonde balans nie. Dit is ook nie altyd op alle vlakke ewe toepasbaar nie. Nie almal koop in op gesonde balans of goue middeweg nie.

Die praktiese leser moet nou die filosofiese benadering wat volg verskoon. Daarmee saam is hierdie slegs gesprekspunte, nie volledige analise of voorskrifte - diagnose en prognose - nie.

Hoe definieer mens hierdie 'gesonde balans'? Die woord het sy oorsprong in

die tegniese naam vir 'n weegskaal. Wanneer die een kant van die weegskaal se inhoud net soveel weeg as die inhoud van die ander kant, is die skale in balans. Uit hierdie sigbare meetinstrument het die beeldspraak ontwikkel. Ons praat van baie meer as net fisiese entiteite wat in balans is. Sou ons alles op 'n weegskaal plaas, sal ons agterkom dat nie eens tyd dieselfde weeg nie. Slaap-, werk- en rustyd verskil in lengte, maar kan in balans wees.

Dit bring ons by die 'gesonde' balans. Dit verwys na iets wat bevorderlik is vir die liggaamlike of geestelike welsyn. Dit kan verwys na iets wat heilsaam of versterkend is. Die twee woorde word saam gebruik om mekaar te kan kwalifiseer. 'Balans' as bloot tegniese term kan beteken dat daar te veel van een van die elemente bygevoeg word om balans te kry. 'Gesonde' kwalifiseer balans deur die balans nie te soek in kwantiteit of volume nie, maar in die uitwerking wat dit het. Dit impliseer genoeg van die elemente om 'n heilsame uitwerking te hê op ons gesondheid na liggaam en/of gees.

Hoe bereik jy hierdie 'gesonde balans'? Veronderstel jy strew na die gesonde balans in jou lewe, is dit nodig om die pad daarheen te vind. Om dit te kan doen moet jy by jouself begin. 'Ken jouself', soos die Grieke al gesê het, is 'n goeie plek om te begin. Jy moet weet watter tipe liggaamsbou jy het, watter swakpunte jy het - geneties of weens omstandighede, jy moet jou gemoedstoestand kan peil. Selfondersoek is belangrik omdat ons nie een dieselfde is as die ander nie.

Die tweede vorm van kennis is ten opsigte van die saak onder die vergrootglas, hetsy gesondheid, gemoed of finansies. Daarmee saam moet jy holisties kan wees in kennis en benadering. Jou fisiese welvaart is aan meer as die gebrek aan siekte gekoppel. Sake soos dieet, gemoedstoestand, druk en spanning speel almal 'n rol - vandaar die soeke na holistiese perspektiewe.

Hoe bly jy binne die raamwerk van hierdie 'gesonde balans'? Hierdie saak is gekoppel aan bewuswording en bewus bly. Dit is nie iets wat meganies bereik kan word, of wanneer dit bereik is, meganies stabiel gaan bly nie. Dit verg konstante werk en aandag om 'n gesonde balans te handhaaf.

Daar is soveel veranderlikes in ons lewens. Faktore wat direk en indirek 'n effek het op ons strew na 'n gesonde balans. Die 'gesonde balans' is 'n proses eerder as 'n statiese toestand is. Waarom dan so?

Ons leef in 'n verganklike wêreld waar die item wat die toppunt van die steil bult na perfeksie se bereik het, al klaar dan op die

afdraand van verval is. Tyd maak dat alles veranderlik is.

Ons gaan deur die lewe in fases en nie een fase is ewig nie. Die kind se behoefte na oefen, verskil van die volwassene of die bejaarde se behoefte- en aard van oefening.

Jy kan nie meer doen wat jy tien jaar gelede gedoen het nie. Jy kan óf soveel meer doen omdat jy baie jonk was en nou volwassenheid bereik het, óf jy kan minder doen omdat jou lewenskragte taan. Selfs hierdie stelling is waar en ook nie korrek nie. Jou fisiese lyn van groei en verval loop anders as jou verstandelike- of emosionele lyne van groei en verval.

Jou omstandighede verander ook. Jy kan eensaam of in 'n groot gesin groot word, arm of ryk of iewers tussen-in grootword, noem maar op. Jy kan ryk word of nie, alleen word of nie. By elkeen is die balans waarna gestrewe word, anders. Daar is met ander woorde een konstante in die situasie en dit is dat alles die hele tyd verander, nie noodwendig teen dieselfde tempo nie, maar dit verander.

Jy verander. Ons groei as mense en is meer as die somtotaal van ons ervarings. Ons verwerk ervarings anders as ander, selfs anders as wat ons dit voorheen gedoen het.

Dan is daar die veranderlikes in terme van inligting. Daar was 'n era waartydens botter as ongesond beskryf is. Nou is margarien 'plastiek' en botter 'gesond'. Voorheen was cholesterol sleg vir jou, toe was daar 'goeie' en 'slegte' cholesterol, en nou wys die nuutste navorsing dat dit nie

cholesterol is wat hartaanvalle veroorsaak nie.

Nie alle soorte 'gesonde balans' is ewe maklik of moeilik bereikbaar nie. Finansies is een so 'n saak. Die stelling dat jy nooit genoeg geld kan hê nie, is onmoontlik om te bewys. Inflasie en die onsekerheid van jou eie bestaan maak dat jy nie kan weet hoeveel jy nodig gaan hê nie. Ons onderhandel met die toekoms deur geld te spaar en 'n pensioen op te bou. Wie weet of jy een dag van aftrede gaan belewe of dalk langer as pensionaris gaan lewe as jou totale arbeidstydperk. Waar is die gesonde bankbalans dan?

Die 'gesonde balans' is vir jou eie gemoed waarskynlik iets waarna jy kan streef. Dit is net iets wat jy by tye kan bereik, maar nooit ten volle kan volhou nie.

Wat ookal die antwoorde waarop ons konsensus bereik, oor die Evangelie is daar geen balans moontlik nie. Dit is 'n geval van onvoorwaardelike en konstante toewyding aan die een Here, alles gee. Jesus is die enigste weg na die lewe en dit maak geen gesprek oor kompromieë of toenaderings tot ander godsdienste denkbaar nie. In geloof is die ekwilibrium toegewyde diens aan die ware Here en Hom alleen.

Die gesonde balans in terme van geloof is om alles te gee aan Hom wat ons lewe gee, aan die sekerheid van saligheid en wederkoms. *Johannes 14:6 - Jesus het vir hom gesê: "Ek is die weg en die waarheid en die lewe. Niemand kom na die Vader toe behalwe deur My nie.; 2 Korintiërs 5:17 - Iemand wat aan Christus behoort, is 'n nuwe mens. Die oue is verby, die nuwe het gekom.*

## **BERIGTE**

### **BONDSAKE NOTULE**

Die notule van die Bondsvergadering van 2023 te Koster is aan die gemeentes uitgestuur. Kerkrade word versoek om die juistheid van die notule te kontroleer. Enige regstellings of wysigings moet so gou doenlik aan die skriba deurgestuur word.

[frans.marais@geloofsbond.org.za](mailto:frans.marais@geloofsbond.org.za)

### **BESTUURSVERGADERING**

Die bestuur van die GHG vergader op 2 Februarie 2024 om die implikasies van die notule te bespreek en implementeer. Enige sake wat kerkrade of lidmate onder die aandag van die bestuur wil bring, moet aan ds. Marais deurgestuur word voor daardie datum.

### **PREDIKANTEBERAAD**

Die jaarlikse Predikanteberaad vind plaas op 4 en 5 April 2024. Praktiese reëlins sal nader aan die tyd deurgegee word. Die tema vir hierdie jaar se gesprek is na aanleiding van die Bondsvergadering gesprekke. "Wat beteken die term Bybels-Reformatories?"

Gemeentes en kerkrade word daaraan herinner dat predikante die byeenkoms moet bywoon en word versoek om die nodige beplanning en begroting in plek tye kry om dit vir alle predikante moontlik te maak om die beraad by te woon.

### **KWILTPROJEK BONDSDAMES**

Aan die begin van die nuwe jaar dra ons soveel onsekerhede met ons saam. Daar is soveel uitdagings wat trotseer moet word. Maar, al weet ons nie wat op ons wag nie, weet ons Wie saam met ons loop. Ons weet dat die Here by ons is.

Liewe vrou, weet dat Hy jou lei. Hy bewaar en koester jou met Sy trou en liefde. Vind in Hom jou geborgenheid en troos.

Tydens die Bondsdamesbyeenkoms te Koster is daar besluit om weer 'n kwilt te maak ter stywing van die Predikanteopleidingsfonds.

Daar is ook 'n voorstel aanvaar dat elke gemeente se susters versoek word om 'n finansiële bydrae te lewer d.m.v. hierdie en/ of 'n ander selfgeïnisieerde fondsinsamelingsprojek. U kan dus besluit of u self 'n projek wil loods en so 'n finansiële bydrae lewer, of u wil deelneem aan die kwiltprojek, of beide. So kan ons dan ook, soos die eerste gemeente in Handeling, die gemeenskaplikheid ervaar van ons medesusters in geloof en verbintenis.

Daar word alreeds hard aan die nuwe koningingrootte kwilt gewerk. Indien u wil saamwerk, is u welkom om met Christa Breytenbach van Premiermyngemeente in Cullinan te skakel @ 0810191722. Sy is die samesteller van die baie besondere Afrikaanse wit en room kwilt.

Volgens gemeenterekords is daar reeds die fenomenale bedrag van R117 612.00 ingesamel met die vorige 6 quilts. Die individuele kwiltblokke stel elke gemeente se uniekheid voor, maar as deel van die groter eenheid, die kwilt, stel dit die Geloofsbond as eenheid voor. Dit is die simbool van die saamstaan en saamwerk en saamleef as gelowige gemeentes aan 'n groter saak waarvan ons hartelik oortuig is; die opleiding van nuwe predikante.

Kom ons werk almal met lus saam aan hierdie projek dat dit 'n grootse poging kan wees. Leraars en kerkrade word versoek om asseblief die boodskap aan hul gemeentes oor te dra sodat alle

Bondsgemeentes deel kan hê aan hierdie besondere projek, selfs al verkoop u net kaartjies.

Voorbeelde van kwilt in wording:



## ONDERWYSKONGRES

Die organiseerders het ons in kennis gestel dat hulle die beplande onderwyskongres wil hou op 5 en 6 April 2024 by die Voortrekkermonument. Die aanbiedings tydens die kongres sal fokus op die rol van die kerk by Christelike onderwys.

## KENNISGEWINGS

### DRUKWERK

Paul en Ella help graag met:

Kalenders

Kwitansieboeke

Offergaweboeke

Dames Kwitansieboeke

Konsistorieboeke

Reklame plakkate en ander drukwerk

[ella@teamworkprinters.com](mailto:ella@teamworkprinters.com)

### FINANSIERING

Skakel gerus met Oranjekas (ons mense) vir 'n goeie tarief ten opsigte van lenings, voertuig finansiering en veilige beleggings.



