

Om te kan vereenvoudig

INLEIDING: Hoe ouer ons word hoe besiger raak ons en hoe meer ingewikkeld/gekompliseerd raak ons lewens. Skool, werk, sport, vriende, verantwoordelikhede, toekomsbesluite en alles anders onder die son wat kompeteer vir ons tyd en aandag. En boonop het mens nog meer goeters nodig om al daai goed behoorlik te kan doen. Rekenaars, selfone, geld, sosiale media, en baie koffie...

Die kans is egter goed dat jy nie eers al die goed nodig het wat jy dink jy moet hê/wil hê nie, of eer regtig alles nodig het wat jy reeds het nie. Dit mag dalk een van die goed wees wat ons die meeste help om God meer en makliker in ons lewens te kan raaksien – om ons lewens te vereenvoudig.

Die voorbeeld wat die Here Jesus vir ons stel nooi ons uit om anders, meer eenvoudig te lewe. Om op 'n manier te lewe wat nie die heeltid gekompliseer word deur die vrese en *worries* van hierdie wêreld nie. Maar om eerder ons lewens te leef met die wete:

Ons kan op die Here vertrou en weet dat Hy ons behoeftes ken en vir ons voorsien in wat ons nodig het.

Hierdie week gaan ons probeer om ons lewens bietjie te vereenvoudig deur sekere dinge te laat gaan – *to let go!* Dit beteken nie dat jy nou in die donkereëue moet leef nie, maar dit beteken wel dat daar dinge in ons lewens is waarsonder ons kan klaarkom (of ten minste minder van nodig het). Waarop spandeer ons ons geld, en ons tyd en die dinge waaroor ons *worry* elke dag...?

Deur te vereenvoudig help dit ons om ons vertrou in die Here te stel. Dit gee vir ons die ruimte in ons lewens om raak te sien wat werklik belangrik is. Dit gee vir ons die ruimte om God en ander mense in ons lewens te kan raaksien.

OEFENING: Waar het jy die meeste *stuff* bymekaar? Dalk is dit in jou klerekas, of in jou lessenaar se laai, of op jou Instagram. Of daai kassie op jou spieëlkas of onder jou bed. Dalk is dit in jou dagboek, of dalk is dit op 'n external hardeskyf of op jou Xbox.

Dalk is dit nie 'n fisiese plek nie waar die meeste van jou goed is nie, maar dalk is dit net 'n plek waar jy die meeste omgee oor die goed wat daar gebêre is. Waar dit ookal is, kyk bietjie daar binne rond. Wat sien jy raak? Dink aan wanneer, waar en hoekom jy al die goed gekry het. Wat is NIE daar nie, wat jy wens jy wel ook gehad het?

Praat met die Here oor hierdie goed. En kyk weer daarna. Vra jouself af: het ek regtig al hierdie goed nodig? Wat is daar hier wat ek kan *let go* – waarsonder ek kan klaar kom?

Die idee is om jou lewe te vereenvoudig – *to simplify* – maar ook om daardeur te kan ontslae raak van van die stres en ontevredenheid wat in ons lewens mag wees.



ELKE DAG: Word hierdie week elke dag stil met Matteus 6:25-34. En soos jy teen hierdie tyd nou al weet, is dit goed om die teks meer as een keer te lees en elke keer op te let na watter woorde/sinne vir jou persoonlik uitstaan en na te dink oor waarom hulle vir jou uitgestaan het. Skryf dit elke dag vir jouself neer. Dink ook na ook die gedagtes en emosies wat by jou opkom wanneer jy die teks lees en skryf dit ook neer.

Vra jouself af: ***Glo ek hierdie woorde van Jesus?***

Dra hierdie woorde aan die Here op. Dit hoef nie 'n fancy gebed te wees nie – regtig eenvoudig! Jy kan dalk begin met hierdie bekende woorde en dan verder net spontaan met die Here gesels oor wat jy uit die teks gehoor het en hoe dit jou laat voel het:

*God, grant me the serenity
to accept the things
I cannot change,
courage to change the
things I can, and the
wisdom to know the difference.*

Wat is die een ding wat jy hierdie week kan *let go* om jou lewe te kan vereenvoudig? Miskien is dit om een dag hierdie week van sosiale media af te bly. Of om te besluit om nie daai een ding te koop wat jy al lank gedink het jy MOET dit net hê nie. Of dalk is dit so eenvoudig om hierdie week nie chips saam met jou Wacky Wednesday burger by Steers te bestel nie.

Soos wat jy deur die dag gaan, maak 'n lys (selfs al is dit net in jou kop) van die maniere waarop die Here vir jou voorsien. Sluit jou dag af deur vir die Here dankie te sê vir dit wat Hy vir jou doen en vir sy liefde vir jou elke dag.

