



- Ons gesels verder oor die tema: Oefen.
- Ons gelese gedeelte leer ons hoe ons in ons persoonlike lewe en die bediening wat ons van die Here ontvang het, waaksaam moet wees sodat ons 'n groot impak tot eer van die Here kan hê.
- Hierdie brief van die Apostel Paulus aan Timótheüs is waarlik 'n brief vol wysheid, instruksies en aansporing ten opsigte van geestelike leierskap, bediening en toegewyde dissipelskap

### 1. **Verwerp onheilige en sinnelose fabels**

- Oudwyfse fabels is niks anders as onsinnige praatjies; en 'n gestryery oor dinge wat geen waarde nie (Tit. 3:9).
- Net soos vandag, was daar ook in die vroeë kerk valse leringe en dwalinge wat mense se aandag kon aflei van die waarheid van die evangelie.
- Hierdie “fabels” is niks anders as mensgemaakte narratiewe - dus spekulasies, tradisies of mites wat nie met die Woord van die Here belyn is nie.
- Paulus se opdrag is duidelik: ons moet hierdie dinge daadwerklik verwerp en noulettend aandag skenk daaraan dat ons nie hiermee tyd verspil nie.

### 2. **Oefen jou in die godsaligheid**

- Hierdie metafoor van oefening herinner ons aan die inspanning en dissipline wat iemand moet hê om na 'n gimnasium toe te gaan om te oefen.
- Net soos fisiese oefening tyd, moeite en deursettingsvermoë verg, verg geestelike oefening dieselfde.
- Wat beteken dit om jou in godsaligheid te oefen?
- Hierdie godsaligheid is heiligheid.
- En dit is baie duidelik dat geestelike groei en toewyding nie per ongeluk gebeur nie.
- Dit sluit 'n daadwerklike toewyding aan die geestelike dissiplines in: Bybellees, gebed, afsondering, lof en aanbidding, die getrouheid aan die onderlinge byeenkomste, ensovoorts.
- Paulus vergelyk en kontrasteer hierdie geestelike oefening met fisiese oefening: I Tim. 4:8
- Dit het hier die voordele van 'n ongeskonde getuienis, en in terme van die ewigheid het dit die vooruitsig om deur God beloon te word - en om ander deur jou voorbeeld te inspireer om ook die Here te dien!

### 3. **Volhard in geestelike oefening**

- Geestelike oefening is nie 'n eenmalige aktiwiteit nie.
- Net soos iemand nie kan verwag om resultate te sien indien hy net nou-en-dan aan sy dieet aandag skenk en nie dissipline ten opsigte van oefeninge het nie, net so ook in terme van ons geestelike lewe.
  - : 13 ... aanhou met voorlesing, vermaning en lering.
  - : 14 ... Verwaarloos nie die genadegawe wat in jou is nie.
  - : 15 ... Wees vlytig in hierdie dinge
  - : 16 ... volhard daarin.
- Ons moet nooit uit die oog verloor dat ons toewyding aan die Here ander ook sal aanspoor om die Here te dien ( I Tim. 4:16)
- Matt. 5:16

#### **TEN SLOTTE ...**

- Kortliks, drie praktiese wenke om jou toewyding te verdiep:
  - Trek vir jou 'n geestelike oefenplan saam.
  - Identifiseer en elimineer geestelike struikelblokke.
  - Kweek geestelike gewoontes en ritmes.
- Ons moet onself oefen om heilig te leef.
- En, ons moet onself oefen om voor God en mense 'n rein gewete te hê (Hand. 24:16) - om dus manmoedig te wees en geen kompromieë aan te gaan nie.

#### **PHILIP DE JAGER**

Leef die Woord, 12/01/2025  
2025/02