

1 November

Timoteus 4:1-10; (Teks: 4:8)

Geestelike fiksheid

Vandag neem duisende mense aan die jaarlikse Comrades-wedloop deel. Dis duidelik dat vir baie mense fiksheid belangrik is. Ter wille van fiksheid staan mense dag na dag vroeg op om te oefen.

In die Bybel word goeie, gesonde sport-en-ontspanning nêrens afgewys nie. Ons liggaam is tempel van die Heilige Gees (1 Kor. 6:19) en moet daarom goed opgepas word.

Maar pasop, 'n mens kan in jou *geloofslewe* onfiks word. God wil ons geestelik fiks maak sodat ons die teëslae en aanslae wat op ons lewenspad kom beter kan hanteer. Dikwels jaag die asem en die hart klop sodra die eerste opdraande kom.

Liggaamlike oefening het wel waarde, maar die waarde daarvan is tot die tydelike lewe beperk. Geloofs-oefening het in alle opsigte groot waarde. Sulke oefening bevat 'n belofte van lewe - ware, vol lewe - nou én vir die lewe hierna. God wil die lewe aan ons verniet gee ter wille van sy Seun. Soos liggaamlike lewe is dit 'n geskenk. Maar die *gesonde groei* van hierdie lewe is gebind aan 'oefening in die godsaligheid'.

Geestelike oefening vra volharding, toewyding, oorgawe, soos 'n atleet wat in mooiweer én slegte weer sy oefeninge voortsit.

By liggaamlike oefening moet jy dalk weens beserings, siekte of ouderdom op die kantlyn sit, maar dis nooit te laat om te begin oefen aan jou lewe van toewyding aan die Here nie. Waarom wag? Begin vandag nog oefen in God se gimnasium. Dis alles die moeite werd!

Sing: Psalm 119:12, 14

Ds. P.P. Krüger (Brackenhof)