40 MINUTE BYBEL-STUDIES

'N SES-WEKE, GEEN TUISWERK STUDIE

MEER AS EEN MILJOEN IN DIE REEKS VERKOOP

Grondbeginsels vir Bybelse Vas

Grondbeginsels vir Bybelse Vas

Kay Arthur & Pete De Lacy

PRECEPT MINISTRIES SOUTH AFRICA

40 minute BYBELSTUDIES

40minute
BYBELSTUDIES

Grondbeginsels van Bybelse Vas

Kay Arthur & P De Lacey

PRECEPT MINISTRIES SOUTH AFRICA

Grondbeginsels van Bybelse Vas
Hierdie is 'n spesiale Precept Ministries uitgawe
Gepubliseer deur Precept Ministries South Africa
met toestemming van WaterBrook Press
12265 Oracle Boulevard, Suite 200
Colorado Springs, Colorado 80921
A division of Random House Inc.

A translation of the Book
Key Principles of Biblical Fasting
by Kay Arthur *and* Pete De Lacey
published by WaterBrook Press

Waterbrook Publishers behou die reg om hul uitgawe in hierdie streek te versprei en verkoop.

© Aanhalings uit 1953-Afrikaanse vertaling van die Bybel met verlof van die Bybelgenootskap van Suid-Afrika.

ISBN 978-1-62119-429-3

Kopiereg © 2007, 2009 Precept Ministries Suid-Afrika

Alle regte voorbehou. Geen gedeelte van hierdie publikasie mag gereproduseer of oorgedra word in enige vorm of op enige manier, elektronies of meganies, sonder die skriftelike verlof van die kopiereghouers nie. Dié beperking sluit in fotoafdrukke, opnames of enige ander stelsel van berging en opsporing van inligting.

Gedruk deur Bevan Group, Strand
2015

10 9 8 7 6 5 4 3 2 1

INHOUD

Hoe om hierdie studie te gebruik v

Inleiding: Grondbeginsels van Bybelse Vas 1

Week Een: Die Regte Benadering tot Vas 3

Week Twee: Die Verwantskap Tussen Vas en Sonde 17

Week Drie: Vas in Moeilike Omstandighede 31

Week Vier: Gesamentlike Vastye 43

Week Vyf: Die Rol van Gebed Tydens Vas 57

Week Ses: Ondersoek na Ons Geestelike Toestand 67

HOE OM HIERDIE STUDIE TE GEBRUIK

Hierdie kleingroepstudie is vir mense wat belangstel om self meer te leer wat die Bybel sê oor verskeie onderwerpe, maar wat net beperkte tyd vir saamkom het. Dit is byvoorbeeld ideaal vir 'n middagetegroep by die werk, 'n vroegoggendmannegroep, 'n jongmoedergroep in 'n huis, 'n Sondagskoolklas of selfs vir huisgodsdiens. (Dit is ook ideaal vir kleingroepe wat gewoonlik meer tyd vir byeenkom het — soos aandgroepe of Saterdagoggendgroepe — en wat net gedeelte van hul tyd saam aan werklike studie wil bestee, terwyl die orige tyd vir gebed, gemeenskap of ander aktiwiteite gehou word.

Hierdie boek is so beplan dat al die groeplede elke les se studietake *gelyktydig* én *saam* kan voltooi. Die bespreking van die insig wat jy verkry het uit wat God omtrent die onderwerp sê, openbaar opwindende, treffende lewenswaarhede.

Alhoewel dit 'n groepstudie is, benodig jy 'n leier om die studie te lei en die bespreking aan die gang te hou. (So 'n persoon se taak is *nie* dié van 'n lektor of onderwyser nie. As hierdie boek egter in 'n Sondagskoolklas of 'n soortgelyke omgewing gebruik word, moet die onderwyser vry voel om meer direk leiding te gee en bykomende insig by te voeg bý dit wat in die les van elke week voorsien word.)

As jy jul groep se leier is, kan die volgende nuttige wenke jou taak vergemaklik:

- Werk deur die les en merk die teks voordat jy die bespreking lei. Dit maak jou toenemend vertroud met die materiaal en stel jou in staat om die bespreking met groter gemak te lei. Kies as leier 'n spesifieke kleur vir elke simbool. Dit sal jou help om die groep te lei met die merk van woorde.
- Begin by die begin van die teks en lees dit eenvoudig hardop

in die volgorde in die les, insluitende die "insigraampies" wat deurgaans verskyn. Werk saam deur die les terwyl julle waarneem en bespreek wat julle daaruit leer. Soos jy die teksverse lees, moet die groep die woord wat hulle moet merk, hardop sê.

- Die besprekingsvrae is daar om jou te help om die materiaal te hanteer. Jy sal dikwels vind dat, sodra die klas tot die bespreking oorgaan, hulle self die vrae sal stel. Onthou, die vrae is daar om die groep by die bespreking te hou, nie om die bespreking te belemmer nie.
- Dit is belangrik dat mense hul antwoorde en ontdekkings verwoord. Dit versterk grootliks hul persoonlike begrip van die weeklikse les. Maak seker dat elkeen volop geleenthede het om aan die besprekings deel te neem.
- Hou die besprekings aan die gang. Dit mag beteken dat meer tyd aan sommige dele van die studie bestee word as aan ander. As dit nodig is, mag jy gerus ’n les oor meer as een byeenkoms laat strek. Onthou egter: moenie die pas té stadig maak nie. Dis baie beter om elkeen na meer te laat smag, as om mense te hê wat uitsak weens ’n afname in belangstelling.
- As die geldigheid of korrektheid van sekere antwoorde betwyfel word, kan jy op ’n sagte, dog vriendelike manier, die groep herinner om te fokus op die waarheid van die Skrif. Jou doel is om te leer wat die Skrif sê en nie verwikkeld te raak in wat mense sê nie. Hou eenvoudig vas aan die Skrif en gee God die kans om te spreek. Sý Woord ís die waarheid (Johannes 17:17)!

GRONDBEGINSELS VAN BYBELSE VAS

Verlang jy na 'n intieme verhouding met God? Begeer jy om sy teenwoordigheid te ervaar, sy stem te hoor en sy welbehae aan te voel? Indien dit die begeerte van jou hart is om steeds nader aan God te beweeg, nooi ons jou om by ons aan te sluit vir 'n vernuwende studie van die dissipline van vas.

Sedert die antieke tyd is vas beskou as 'n noodsaaklike manier om jou geloof in, en verhouding met God te verdiep. In meer onlangse tye het dit egter in 'n toenemend skaars — en dikwels misverstane — gebruik ontaard. Baie mense wonder of vas 'n uitgediende vorm van geestelike dissipline is — iets waaroor mo-derne Christene hulle nie hoef te kwel nie. Ander glo weer hierdie dissipline is slegs vir die

"super-vromes" en nog ander beskou dit as slegs 'n bisarre ritueel wat by ander godsdienste tuishoort.

Die Bybel verwys meer as vyftig keer na *vas* en in hierdie ses-weke studie gaan ons baie van die Skrifgedeeltes bestudeer wat ons leer wat die Woord van God omtrent dié onderwerp sê.

Ons sal leer wat vas behels en wat dit vir die deursnee-Christen beteken. As jy self die Bybelse beginsels van hierdie gebruik ontdek en sien hoe dit die lewens van getroue gelowiges dwarsdeur die geskiedenis geraak het, sal jy die unieke rol van vas in die lewe van die kerk besef. En teen die einde van ons tydjie saam, sal jy toegerus wees om te besluit hoe jy aan die dissipline van vas gaan deelneem om jou wandel met God te verdiep.

WEEK EEN

Ons begin ons studie oor vas deur waar te neem wat Jesus in die Bergpredikasie oor dié onderwerp te sê gehad het. Daarná sal ons kyk na ’n paar Ou Testamentiese verwysings om te sien wat ons kan leer oor die aard en doel van hierdie gebruik.

WAARNEMING

Die Bergpredikasie is ’n verslag van Jesus se leringe omtrent die basiese vereistes van ’n regverdige leefwyse. Kom ons kyk wat Hy spesifiek van vas gesê het.

Leier: *Lees Matthéüs 6:1,16-18 hardop. Laat die groep die woorde hardop saam sê terwyl jy lees en*

- *die woorde **wanneer** en **as julle** onderstreep elke keer dat hulle voorkom.*
- *elke verwysing na **vas** omkring.*

Terwyl jy die teks lees, is dit nuttig om die groep die sleutelwoorde hardop te laat saam sê terwyl hulle dit merk. Sodoende kan almal seker wees hulle slaan geeneen van die woorde oor nie en sluit ook sinonieme woorde en -frases in. Doen dit regdeur die studie.

MATTHÉÜS 6:1, 16–18

1 Pas op dat julle nie jul liefdadigheid voor die mense bewys om deur hulle gesien te word nie; anders het julle geen loon by julle Vader wat in die hemele is nie.

16 En wanneer julle vas, moenie lang gesigte trek soos die geveinsdes nie; want hulle mismaak hul gesigte, sodat dit deur die mense gesien kan word dat hulle vas. Voorwaar Ek sê vir julle, hulle het hul loon weg.

17 Maar jy, as jy vas, salf jou hoof en was jou gesig,

18 sodat jy nie die mense laat sien dat jy vas nie, maar jou Vader wat in die verborgene is; en jou Vader wat in die verborgene sien, sal jou in die openbaar vergelde.

INSIG

Die woord *vas* in hierdie gedeelte is 'n vertaling van die Griekse woord *nesteuo*, wat beteken "om nie te eet of te drink nie".

BESPREKING

- Wat het jy geleer deur *wanneer* en *as julle* te merk?

- Wat het jy geleer uit die merk van die verwysings na vas?

- Uit wat jy in hierdie gedeelte gelees het, het Jesus van sy volgelinge verwag om te vas? Verduidelik jou antwoord.

- As jy al ooit gevas het, beskryf jou ervaring. Wat het tot die vas aanleiding gegee en wat was die uitkoms daarvan?

WAARNEMING

Ons het geleer wat Jesus van sy volgelinge verwag het aangaande vas, maar het Hy self ooit hierdie dissipline toegepas?

Leier: *Lees Mattheüs hardop en laat die groep*

- *elke verwysig na Jesus, insluitende voornaamwoorde, met 'n kruis merk:* †
- *die woord gevas omkring.*

BESPREKING

- Wat het jy uit die merk van die verwysings na Jesus geleer?

- Wat onthul hierdie gedeelte oor sý perspektief op vas?

MATTHÉÜS 4:1–4

1 Toe is Jesus deur
die Gees weggelei die
woestyn in om versoek
te word deur die duiwel.

2 En nadat Hy veertig
dae en veertig nagte
gevas het, het Hy
naderhand honger
geword.

3 En die versoeker het
na Hom gekom en
gesê: As U die Seun
van God is, sê dat
hierdie klippe brode
word.

4 Maar Hy antwoord en sê: Daar is
geskrywe: Die mens sal
nie van brood alleen
lewe nie, maar van
elke woord wat deur
die mond van God
uitgaan.

JESAJA 58:1–3A

1 Roep uit die keel, hou nie terug nie, verhef jou stem soos ’n basuin! En verkondig aan my volk hulle oortreding en aan die huis van Jakob hulle sondes.

2 Wel soek hulle My dag vir dag en het ’n behae in die kennis van my weë! Soos ’n nasie wat geregtigheid doen en die reg van sy God nie verlaat nie, vra hulle My na die regverdige verordeninge; hulle het ’n behae in die toenadering tot God.

3 Waarom vas ons, en U sien dit nie? Waarom kwel ons ons siel, en U weet dit nie?

WAARNEMING

Kom ons blaai nou na Jesaja 58, die mees omvattende Skrifgedeelte oor vas. Hierdie boodskap is oorspronklik aan God se volk, die Jode gegee, maar ons weet uit Romeine 15:4 dat “... alles wat tevore geskrywe is, tot ons lering geskrywe (is)”.

Die konteks van hierdie gedeelte is dat God se volk in die verkeerde gees gevas het. Alhoewel hulle uiterlik opreg voorgekom het, het God hulle harte geken en déúr hul pogings om Hom te manipuleer, gesien.

Leier: *Lees Jesaja 58:1-3a hardop. Terwyl jy lees, laat die groep*

- *alle verwysings na* ***my volk****, insluitende voornaamwoorde en sinonieme soos* ***die huis van Jakob*** *onderstreep.*
- *die woord* ***(vas)*** *omkring.*

INSIG

Die woord vas in hierdie gedeelte is 'n vertaling van die Hebreeuse woord *tsum*, wat beteken "om sonder kos te bly". Die enigste vas wat God van sy volk verwag het, was eenmaal per jaar op die Groot Versoendag of Yom Kippur. Daar is egter op ander tye en in verskillende omstandighede ook gevas as 'n manier om God om hulp te vra.

Die frase *kwel ons ons siel* is 'n vertaling van die Hebreeuse woord *anah*, wat hier verwys na self-opgelegde berou of neerbuiging.

BESPREKING

- Wat het God in vers 1 vir Jesaja beveel om te doen?

- Wat het jy uit die merk van die verwysings na God se volk geleer? Wat was met hulle aan die gebeur?

- Watter aksie in vers 3 word as parallel met vas beskou?

- God se volk was oënskynlik opreg en entoesiasties, maar sou Hy hul optrede sonde genoem het as hulle werklik opreg was? Verduidelik jou antwoord.

- Die volk het die tempel besoek, God se wette gehoorsaam, gevas en blykbaar gretig die aangesig van die Here gesoek, maar hul aanbidding was net uiterlike vertoon.Wat sê dit vir ons omtrent die toestand van hul harte?

- Uit wat jy geleer het: Is God meer begaan oor ons uiterlike voorkoms of oor die toestand van ons harte?

WAARNEMING

Ons gaan voort om Jesaja 58 waar te neem.

Leier: *Lees Jesaja 58:3b-5 hardop en laat die groep*

- *die woord* ***julle*** *onderstreep.*
- *elke keer die woord* ***vas*** *omkring.*

BESPREKING

- Hoe het God Israel se manier van vas beskryf?
- Watter gebruike het Israel, volgens vers 3, tydens hul vastyd toegepas?
- Waaroor het God die volk in vers 4 betig? Was hulle werklik ootmoedig soos hulle vantevore beweer het? Verduidelik jou antwoord.
- Het God Israel se uiterlike vertoon aanneemlik gevind? Waarom, of waarom nie?
- Volgens wat jy gelees het: Is die uiterlike ritueel van vas genoeg om deur God gehoor te word? Verduidelik jou antwoord.

JESAJA 58:3B–5

3B Kyk, op die dag
as julle vas, soek julle
geleentheid om sake te
doen, en julle jaag al
jul arbeiders aan.

4 Kyk, om te twis en
te kyf, vas julle, en om
te slaan met misdadige
vuis; julle vas nie nou
om julle stem in die
hoogte te laat hoor
nie.

5 Is dít die vas wat Ek
verkies, die dag as die
mens sy siel gaan kwel:
dat hy sy hoof buig
soos 'n biesie en sak en
as uitsprei om sy bed
te wees? Noem jy dit
vas en 'n dag wat die
HERE welgevallig is?

JESAJA 58:6–12

6 Is dít nie die vas wat
Ek verkies nie: dat julle
losmaak die bande van
goddeloosheid, dat
julle afhaal die stroppe
van die juk en vry laat
weggaan die verdruktes
en elke juk stukkend
breek?

7 Is dit nie dat jy jou
brood breek vir hom
wat honger het, en
ellendiges, swerwelinge
in die huis inbring nie?
As jy iemand sien wat
naak is, dat jy hom
klee, en jou vir jou eie
vlees nie verberg nie?

8 Dan sal jou lig deur-
breek soos die dageraad
en jou genesing skielik
uitspruit; en jou gereg-
tigheid sal voor jou uit
gaan, die heerlikheid
van die HERE jou

WAARNEMING

Laat ons luister as die Here voortgaan om te spreek in Jesaja 58.

Leier: *Lees Jesaja 58:6-12 hardop en laat die groep die volgende doen:*

- *Elke verwysing na* ***vas*** *omkring.*
- *Elke verwysing na* ***die Here****, insluitende voornaamwoorde, met 'n driehoek merk:* △
- *Elke verwysing na* ***Israel****, insluitende voornaamwoorde soos* ***jy*** *en* ***julle*** *onderstreep.*

BESPREKING

- Wat, het God aan Israel geleer, was die regte soort vas? Wat sou die uitkoms van so 'n vas wees?

- Kontrasteer dit met Jesaja 58:3b-5. Watter tipe vas is die toonbeeld van 'n hart wat opreg begaan is oor geestelike sake? Verduidelik jou antwoord.

agterhoede wees.

9 Dan sal jy roep,
en die HERE sal antwoord; jy sal skreeu
om hulp, en Hy sal sê:
Hier is Ek! As jy van
jou verwyder die verdrukking, die uitsteek
van die vinger en die
leuenagtige woord,

10 en jou siel laat uitgaan na die hongerige,
en die neergeboë siel
versadig; dan sal jou lig
opgaan in die duisternis en jou donkerheid
wees soos die middag.

11 En die HERE sal
jou gedurigdeur lei
en jou siel versadig
in dor plekke en jou
gebeente sterk maak;
en jy sal wees soos 'n
tuin wat goed besproei
is en soos 'n fontein
van waters waarvan die

water nooit teleurstel
nie.

12 En die wat uit
jou voortkom, sal die
ou puinhope bou;
die fondamente van
vorige geslagte sal jy
oprig, en jy sal genoem
word: Herbouer van
gebreekte mure, her-
steller van paaie, om
bewoonbaar te maak.

JESAJA 58:13–14

13 As jy jou voet te-
rughou van die sab-
bat—om nie jou sake
op my heilige dag te
doen nie, en as jy die
sabbat 'n verlustiging
noem en die heilige
dag van die HERE
hooghou; en as jy
dit eer deur nie jou
gewone gang te gaan
nie, nie geleentheid vir
jou sake soek of ydele

- Wat het God beloof om te doen indien Israel volgens sý wense sou vas?

WAARNEMING

Die onderhouding van die sabbat was 'n barometer van 'n mens se getrouheid aan die Mosaïese verbond. Iemand wat die sabbat volgens die wet onderhou het, het sy afhanklikheid van God erken deur Hom te soek bo sy eie (menslike) begeertes.

Leier: *Lees Jesaja 58:13-14 hardop en laat die groep die volgende doen:*

- *Elke vewysing na die **sabbat**, insluitende voornaamwoorde en die sinoniem **gewyde dag** met 'n dubbellyn onderstreep.*
- *Elke verwysing na **Israel**, insluitende die voornaamwoorde **jy** en **julle** onderstreep soos vantevore.*
- *Elke verwysing na **die Here**, insluitende voornaamwoorde, met 'n enkel driehoek merk.* △

INSIG

Exodus 20:11 sê: "Want in ses dae het die Here die hemel en die aarde gemaak, die see en alles wat daarin is, en op die sewende dag het Hy gerus. Daarom het die Here die sabbatdag geseën en dit geheilig." Die sewende dag moes onderhou word as 'n "sabbat vir die Here" (Exodus 20 :8-11). Op daardie dag is niemand, insluitende werkers en besoekers, toegelaat om te werk nie.

BESPREKING

- Wat moes die volk van Israel doen om God te behaag met die manier waarop hulle die sabbat onderhou het?

- Wat sou God vir Israel doen as hulle die sabbat in die regte gesindheid onderhou het?

taal spreek nie;

14 dan sal jy jou ver-
lustig in die HERE, en
Ek sal jou laat ry oor
die hoogtes van die
aarde en jou laat geniet
die erfdeel van jou
vader Jakob; want die
mond van die HERE
het dit gespreek.

- Watter ooreenkomste vind jy tussen hierdie verse en die vorige gedeeltes oor Israel se optrede en gesindheid ten opsigte van vas?

- Bespreek watter beginsels, indien enige, jy uit hierdie gedeeltes kan onderskei wat betref God se reaksie op iemand se gesindheid of hart.

WAARNEMING

As gevolg van die moreel vervalle toestand van die volk, moes God self hul redding inisieer. Weereens het God gepraat van die mense se sonde en hoe dit Hom verhoed het om hulle te red.

Leier: *Lees Jesaja 59:1-2 hardop en laat die groep*

- *elke verwysing na **die Here**, insluitende sinonieme en voornaamwoorde, met 'n driehoek merk.*
- *die woorde **jy** en julle onderstreep elke keer wanneer dit voorkom.*

BESPREKING

- Wat het jy uit die merk van *jy* en *julle* geleer?
- Wat het jy geleer deur die verwysings na *die Here* te merk?
- Wat wou die Here by hulle tuisbring? Beteken dit dat Hy nie kán hoor of red nie?
- Uit alles wat jy uit hierdie les geleer het, wat weet jy nou van vas?

JESAJA 59:1–2

1 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;

2 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.

SAMEVATTING

Wat verg dit van ons om naby God te wees en van Hom te hoor? Ons het gesien dat Jesus verwag het dat vas 'n gereelde aktiwiteit in die lewens van sy volgelinge sou wees en deur God beloon sou word. Boonop het Hy self in die woestyn gevas.

Die volk van Israel het geglo dat hulle hul saak met God kon regstel deur die rituele van vas uit te voer. Maar hulle het niks van God gehoor nie en kon nie verstaan waarom nie.

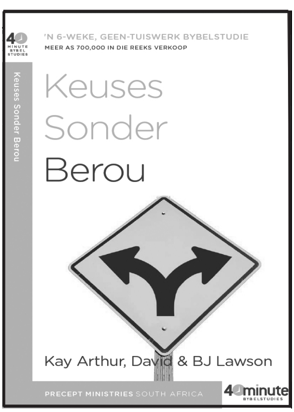
Die antwoord was sonde! Sonde het so 'n verdeeldheid tussen hulle en God gebring dat Hy nie wou luister na hul geroep nie. God het belanggestel in sowel hul motiewe as hul optrede. Vas sou geen uitwerking hê alvorens hulle met hul sonde gehandel het nie.

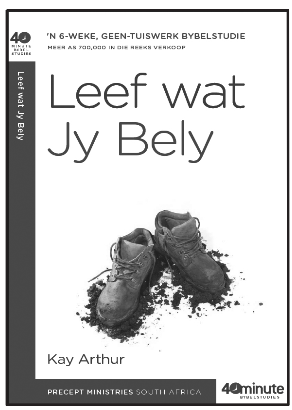
Die perspektief van die ewige God het nog niks verander sedert die dae van Jesaja nie. Hy verwag dat ons van harte gehoorsaam sal wees en nie net rituele sal navolg nie. As ons in ongehoorsaamheid leef, sal vas ons nie nader aan God trek nie. Hy sal nie luister nie. Dis nie dat God nie kán hoor nie, maar dat Hy kies om nie na die roepstem van die onboetvaardige sondaar te luister nie.

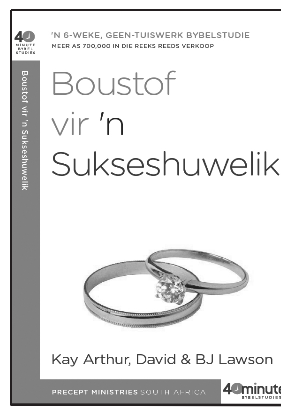
Wat is jou reaksie op hierdie waarskuwing van God? Gaan jy sê: "Ek is piekfyn. Die Here ken my hart." Of sal jy, jou hart en jou weë ondersoek om te sien of daar enigiets is wat nie vir die Here welgevallig is nie (Psalm 139:23-245)?

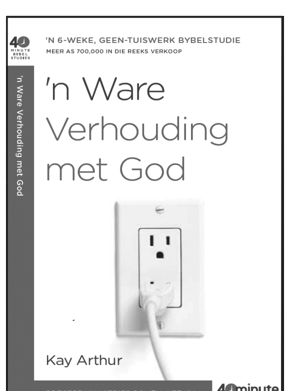
As jy eerlikwaar nader aan God wil kom, sal jy vind dat jy alleen deur sy Woord met Hom kan kontak maak.

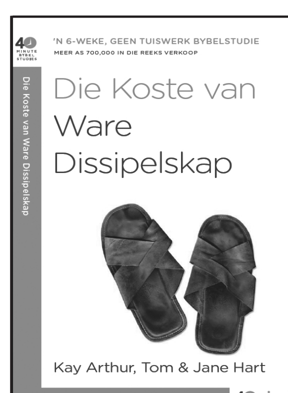
40 MINUTE BYBEL STUDIES





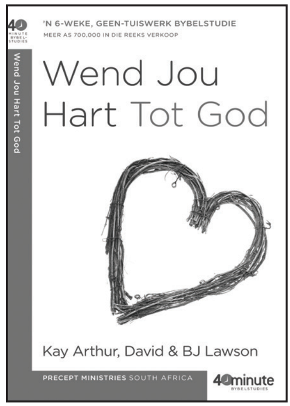


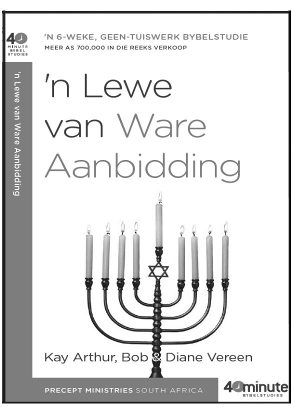


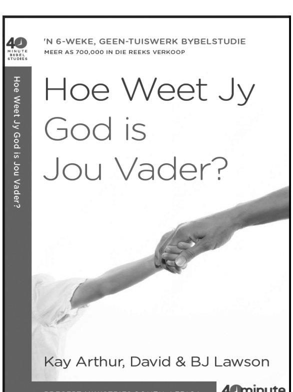


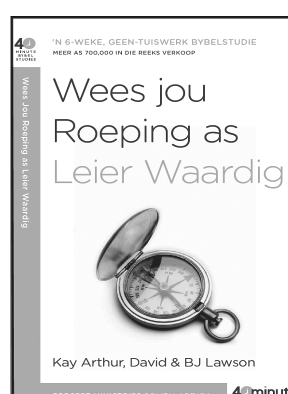
Geen-tuiswerk Bybelstudies

Help Jou om die Waarheid self te ontdek









OMTRENT KAY ARTHUR
EN PRECEPT MINISTRIES INTERNATIONAL

Kay Arthur is wêreldbekend as internasionale Bybelleraar, skrywer, konferensiespreker en gasheer van die nasionale radio- en televisieprogramme *Precepts for Life*, wat 'n wêreldwye gehoor van meer as 4 miljoen het. Sy het reeds vier keer die Gold Medallion Award as skrywer verower en is die outeur van meer as 100 boeke en Bybelstudies.

Kay en haar eggenoot, Jack, stigter van Precept Ministries International in 1970 te Chattanooga, Tennesee, se visie is om mense te vestig in God se Woord. Vandag het die bediening wêreldwyd uitgebrei. Tesame met induktiewe Bybelstudie-werkswinkels en duisende kleingroep Bybelstudiegroepe regoor Amerika, reik PMI uit na ongeveer 185 lande met induktiewe Bybelstudies, wat reeds in 70 tale vertaal is. Die bediening leer mense hoe om waarheid self te ontdek.

Skakel Precept Ministries Suid-Afrika vir meer inligting oor induktiewe Bybelstudies in jou omgewing.

Precept Ministries South-Africa
Posbus 539
Howard Place, 7450
Tel.: +27 (0)21 531 1836
www.precept.org.za