VERSLAAF

AAN

REINHEID

Kopiereg © 2018
Deur Scott Ritsema

Alle Regte Voorbehou

Gepubliseer deur
Scott Ritsema

Skriftuurlike aanhalings in die oorspronklike Engelse weergawe is uit die *"New King James Version"* geneem. Kopiereg © 1982 deur Thomas Nelson. Met toestemming gebruik. Alle regte voorbehou.

Skriftuurlike aanhalings in hierdie Afrikaanse vertaling is uit die 1933/53 Afrikaanse vertaling van die Bybel geneem.

Teksontwerp deur Greg Solie • Altamont Graphics

ISBN: 978-1-5136-2400-6

Inhoud

Hoofstuk 1	In die Begin, God	4
Hoofstuk 2	Nagebootste Intimiteit	7
Hoofstuk 3	Nagebootste Liefde	9
Hoofstuk 4	Die Brein Op Pornografie	11
Hoofstuk 5	Die Wellus-kaskade	13
Hoofstuk 6	Effekte van die Wellus-kaskade	15
Hoofstuk 7	’n Gewelddadige Oortreding	17
Hoofstuk 8	Van Mislukking tot Hoop	19
Hoofstuk 9	Hofmakery: Hoekom, Wanneer, Hoe?	21
Hoofstuk 10	Neem Dit Net Weg!	24
Hoofstuk 11	Hop Na Heiligheid	26
Hoofstuk 12	Wat “Verlos” Nie Beteken Nie	28
Hoofstuk 13	*“Ek Gaan Iets Nuuts Maak”*	30

Hoofstuk 1: In die Begin, God

Ek het dikwels gewonder oor God se bestaan in die verre verlede, in die tyd voordat daar ooit ’n aarde, of mense, of engele was.

God was daar.

Goed, my klein verstand kan nie eers naastenby daarby uitkom om dit te verstaan nie. So, laat ons eerder oorweeg wat ons wel van God weet – sommige waarvan gevind kan word in die eerste drie verse van Genesis 1. Selfs voor die ses dae van die skepping, het ons reeds vir God (Vader), Gees (Heilige Gees) en die Woord (wat later vlees geword het, Jesus die Seun):

Vers 1) In die begin, God...

Vers 2) Die Gees van God wat oor die waters sweef

Vers 3) Die Woord van God (wanneer Hy spreek: *“En God het gesê, laat daar lig wees!...”).*

Ons weet uit Johannes 1:14 dat die Woord, Christus, die Seun van God is.

Hierdie drieledigheid word ook op ander plekke in die Skrifte gevind. Byvoorbeeld, by Sy doop hoor Jesus die stem van Sy Vader *“...en Hy sien die Gees van God soos ’n duif neerdaal en op Hom kom. En daar kom ’n stem uit die hemele wat sê: Dit is My geliefde Seun in wie Ek ’n welbehae het.”* (Mattheus 3:16,17). Hier sien ons weer die Drie. Op dieselfde wyse het Jesus, aan die einde van Sy bediening, net voordat Hy teruggekeer het na die hemel, Sy dissipels aangesê om te doop “*...in die Naam van die Vader en die Seun en die Heilige Gees...”* (Mattheus 28:19). So ons sien hierdie Drie aan die begin van die skepping, aan die begin van Jesus se aardse bediening en aan die einde van Jesus se aardse bediening. Kragtig!

Het jy ooit gewonder waarom God gesê het: *“Laat Ons mense maak na ons beeld...* (Genesis 1:26)? Ons is nie na die beeld van engele gemaak nie, maar na die beeld van God! En God het gesê: *“Laat Ons mense maak na ons beeld...”* Interessant! Wie is hierdie “Ons” waarna Hy verwys?

Het jy ooit gewonder hoekom die Hebreeuse woord wat as “God”, in jou Bybel vertaal is – *Elohim* – ’n meervoudige naamwoord is? (Ja, “God” is ’n meervoudige naamwoord)!

Eenvoudig gestel, die rede waarom daar na God met meervoudige naamwoorde en voornaamwoorde verwys word, is omdat ons nie ’n enkelvoudige, enige God het, wat alleen voor die skepping op Sy eie bestaan het nie. Nee, die Bybel leer dat daar eintlik drie afsonderlike Persone is wat bestaan uit die Godheid – ’n perfekte Eenheid. (Sien Deuteronomium 6:4).

Dis ’n pragtige wyse waarop die Skrifte begin – in die werklike kern van die natuur en karakter van God is perfekte verhoudings-verbondenheid, ’n God wat liefde is. (Sien 1 Johannes 4:8).

Dink nou saam met my na hieroor. Bybelse liefde word op iemand anders eerder as op die self gesentreer. Met ander woorde, ons weet dat liefde essensieel “ander”-gesentreer is. So, as God liefde IS, dan moes daar “ander” gewees het waarop Hy Sy liefde kon sentreer ... selfs voor die skepping van engele en mense!

En Genesis 1:1-3 ontbloot die feit dat selfs voordat God Engele of die mens liefgehad het, was daar drie Persone van die Godheid saamgebind in perfekte liefde.

Nog ’n manier om hieroor na te dink, sal wees: As jy ’n godsdienstige geloof onderskryf, dat daar geen meervoud in die Godheid is nie, maar jy het eenvoudig net vir Allah, of wie ook al in die ewige verlede alleen bestaan het (sonder die Heilige Gees of die Seun), dan KAN hierdie gode NIE liefde wees nie. Dit is vanselfsprekend dat dit onmoontlik is om lief te hê as daar niemand is om lief te hê nie.

In hierdie boek getitel, *Verslaaf aan Reinheid*, sal ons in elke hoofstuk tyd bestee aan die onderwerp van liefde, seksualiteit, pornografie en verhoudings. So, ’n mens kan vra: “Hoekom begin met ’n segment oor die drie-enige natuur van ons God van Liefde?” Die antwoord op hierdie vraag is dat, as Christine, strewe ons daarna om dinge presies die teenoorgestelde te doen as wat ons kultuur voorskryf. Ons kultuur begin met die nagebootste eenheid van ek, my en myself. Ons begin met die Vader, Seun en Gees. Ons vra ook die vraag, Hoe is God? En ons vra, wat is aan die gang in Sy heelal waarin ek myself bevind?

Inderdaad is daar baie wat in die heelal plaasvind. Die ongelooflike drama waarin ons onsself bevind, het begin toe ’n aartsvyand daarna gestrewe het

om God se outoriteit oor te neem, deur ’n veldtog van misleiding te voer. Hierdie vyand het nie slegs God se outoriteit uitgedaag nie, maar hy het ook God se karakter belaster.

God was nou in ’n posisie geplaas waarin Hy genoodsaak was om Sy karakter teenoor die engele wat die aantygings van die vyand aangehoor het, te verdedig. Ten einde ’n einde te maak aan die rebellie, sou Hy Homself as die Ware en Sy teëstanders as leuenaars moes bewys (sien Romeine 3:4).

En hier is die sleutel. As deel daarvan om Sy naam in ere te herstel, het Hy hierdie wêreld geskep op ’n wyse wat Sy karakter op ’n magtige wyse aan mense en engele sou openbaar. Spesifiek, as die kroon van die ses-dae skepping, het Hy die mens volgens *“Sy eie beeld ... man en vrou”* geskape (Genesis 1:27). Hy het Adam met Sy eie hande gevorm en asem in sy longe geblaas. Hy het Eva geskape, wat vir Adam die “*been van my gebeente en vlees van my vlees”* sou wees (Genesis 2:23).

Sien jy hier iets van God se karakter in die skepping van mense? Dit is taamlik voor die hand liggend dat God ’n Verhoudings-wese van liefde is. Hy het verhoudings-wesens geskape en hulle genooi om een vlees te word (sien Genesis 2:24) en Hy het dit op ’n baie relasionele wyse gedoen – vorm, asem, been-van-my-been, ens. God het die man en vrou geskape in ’n man-vrou-verhouding, nie alleenlik as seën en vreugde vir ons lewens nie, maar om ’n sterk punt te maak: Om oorgenoeg getuienis aan die heelal wat toegekyk het te lewer, van die goedheid van Sy karakter van ander-gesentreerde liefde.

Normaalweg praat ons alleenlik van seksuele reinheid in die baie belangrike konteks van bybelse moraliteit en gehoorsaamheid aan die wet van God. Maar wanneer ons die sluier wegtrek van wat werklik aangaan in die heelal, wanneer ons sien dat God daarna strewe om Sy naam in ere te herstel in die aangesig van die aantygings wat teen Hom gemaak is in die rebellie en ons sien dat God sigbaar voor die heelal Sy verhoudings-liefde gedemonstreer het toe Hy die mensdom geskape het, dan begin ons die huwelik en seksualiteit in baie groter terme en in ’n massiewe groter konteks beskou.

En hier is dit in ’n neutedop: Jou reinheid, jou goddelike huwelik, jou getrouheid aan God se ontwerp vir die huwelik en seks, is bedoel om ’n uiters belangrike skouspel vir mense en engele te wees, wat spreek van God

se liefdevolle en selfopofferende karakter, sodat Hy as die Waaragtige bewys kan word!

Dink daaraan. Dit beteken dat die wyse waarop ons hierdie area van ons lewens uitleef, kan bydra om ’n einde te bring aan die groot stryd, sonde en lyding.

Hoofstuk 2: Nagebootste Intimiteit

In Hoofstuk 1 het ons gesien dat die ware kern van God se natuur en karakter, Sy verhoudings-karakter van liefde is – ’n perfekte eenheid van drie ewige Persone. Johannes het met groot duidelikheid, toe hy God se karakter met drie woorde omskryf het, verklaar: *“God is liefde”* (1 Johannes 4:16).

Aangesien God liefde is en aangesien ons volgens Sy beeld geskape is, is ons dus ook geskape om lief te hê en geliefd te wees. Verhoudings is ook die kern van ons bestaan.

Evolusioniste meen dat bo en behalwe voedsel en water, die belangrikste menslike behoefte seks is. Ja, julle lees dit korrek. Hierdie aanname is duidelik vals, aangesien baie mense volkome selibate lewens gely het, sonder enige seksuele aktiwiteit en die gebrek aan seksuele aktiwiteit het hulle nie doodgemaak nie. (“Selibaat” beteken om aan geen seksuele aktiwiteit deel te neem nie, op jou eie of met ’n ander persoon nie.)

Dit is nie net evolusioniste wat hierdie onsin aangaande sogenaamde seksuele “behoeftes” bevorder nie. Baie individu’s oortuig hulleself dat om een of ander seksuele uitlaat te hê, om watter rede ook al, nodig is vir hul persoonlike lewens of fisiese gesondheid. En gewilde kultuur hoop die propaganda op deur die konsep van: Aan “my behoeftes” te voldoen.

Nee, daar is nie iets soos ’n seksuele “behoefte” nie. Niks in die fisiologiese of psigologiese stel dit voor nie, alhoewel ons ’n werklike behoefte het wat dikwels onvervuld bly. En dit is die behoefte aan ware intimiteit.

Ek bedoel nie noodwendig seksuele intimiteit nie, alhoewel die materiële verhouding beslis ’n baie naby en intieme verhouding is. Met intimiteit bedoel ek eenvoudig enige vorm van verhoudings-gebondenheid – individu-

tot-individu, siel-tot-siel. Dink aan die mees nabye verhoudings in jou lewe: Dit is intimiteit. Dit is nabyheid.

Maar betreurenswaardig van ons tyd, het die meeste mense nie genoeg van hierdie belangrike, lewegewende ervaring van verhoudings-intimiteit nie. Dalk skiet selfs jou mees intiemste verhoudings tekort aan eerlikheid, openhartigheid en omgee. Waarlik, dit is ’n tragiese paradoks dat die Internet-era vir ons die mees “gekonnekteerde” generasie van die geskiedenis gebring het, maar ook die leegste en eensaamste generasie in die geskiedenis. En dit is nog meer tragies dat binne die familiekring, waar die intimiteit op die mees liefdevolle wyse vervul moet word, daar eerder dikwels die diepste wonde toegedien word.

Dit is waar Satan intree om die gif aan te bied. Aan ’n generasie wat kronies uitgehonger is vir intimiteit, hou hy ’n vervalste intimiteit voor: Die seksuele uitlokkende vrou, die romantiese boek of fliek, die Hollywood droom of fantasie, die YouTube-snit, ens. En die siel wat so uitgehonger is vir ware intimiteit, is ’n sagte prooi wat maklik in so ’n aanloklike valstrik beland.

Om hierdie punt te illustreer, was jy al ooit uiters honger en het dan in ’n geriefswinkel ingestap? Jy weet dat, logies al die toksiese gemors in die versnaperings gangetjie nie ware voedsel is nie, maar jou oë land op die Twinkie – die heerlike aanloklike Twinkie. Dit is nie voedsel nie. Duidelik. Dit is ’n namaaksel van die ware, eintlike voedsel. Maar die versoeking is oorweldigend omdat jy eintlik hongerder is as wat jy gedink het.

Kom ons draai nou die verhaal om. Jy loop in ’n geriefswinkel in net nadat jy versadig is met ’n goeie, gesonde maaltyd. Die Twinkie het nie dieselfde mag oor jou nie en dit is taamlik maklik om weg te loop.

Dieselfde prinsiep geld vir seksualiteit. Wanneer ons ’n oormaat van ware verhoudings-intimiteit en nabyheid ervaar – eerstens met Christus, tweedens met familie en dan met ons broers en susters in Christus – dan is ons “versadig”. Ons ware behoeftes is aangespreek. Dan kan ons seksuele- en verhoudings-versoekings met baie meer krag tegemoetkom.

Hierdie konsep is in die navorsing bewys. Studies het getoon dat mans wat grootgeword het in emosionele disfunksionele of gebreekte huise, meer geneig is om pornografie-verslaafdes te word. Hoekom is dit so? Pornografie is ’n nagebootste intimiteit en hierdie mans is uitgehonger vir

intimiteit, so die namaaksel het ’n sterker houvas op hulle, net soos die Twinkie ’n groter versoeking vir die persoon is wat vir ’n ruk nie ’n vullende, voedsame maal geniet het nie.

So, seksuele “behoeftes”? Dink weer. Christus het voorsiening gemaak “*...en versadig alles wat lewe met welbehae.*” (Psalm 145:16). Elke ware behoefte word tegemoetgekom in ’n verhouding met Hom en met Sy volk. Maar in pornografie, fantasie en vermaak, bied Satan iets wat meer aanloklik is vir die gevalle menslike natuur. En die massas stroom agterna tot hul eie vernietiging. Gaan ons dieselfde doen? Of gaan ons na die ware Bron draai wat ons elke behoefte sal tegemoetkom?

Hoofstuk 3: Nagebootste Liefde

Mnr Ritsema, as ek ernstig moet wees, wil ek nie hê dat Jesus so gou moet terugkom nie. Ek wil eers trou en ’n gelukkige lewe lei; en dan hemel toe gaan. Baie eerlike studente in my Bybelklasse het hierdie sentiment uitgespreek.

Jy is nie alleen as jy dieselfde gedagtes gekoester het nie. Maar ek moet eerlik met jou wees: Terwyl hierdie gevoelens werklik is, wees eerlik. Hulle is absoluut onlogies.

Wat? Hoe kan jy so iets kwytraak?

Wel, Hollywood en die musiek-industrie het ons so sleg beïnvloed met sieklike verliefdheid en sentimentaliteit, dat ons ’n ernstige klap in die gesig nodig het. En ons polities-korrekte, vermaak-deurweekte kultuur gee nie genoeg om, om die nodige wekroep te gee, die spreekwoordelike vuishou nie.

So, ek sal die “*slegte ou”* wees: Ernstig? Romanse? Die huweliksbed en ’n wit-paaltjie heining ... teenoor die hemel? Dit moet ondeurdagte denke wees. Om met hierdie gevoelens te worstel is ’n teken dat ons beïnvloed is deur die absolute toksiese kultuur wat ons omring. En dit sluit die meeste van ons in, selfs diegene wat nie in wêreldse vermaak verdiep is nie.

Die vermaaklikheids-industrie vertel aan ons dat verhoudings daar is, met die doel om dit met die oog op ons romantiese drome en fantasieë te vervul

en lewer goeie gevoelens van romanse, geluk en seksuele plesier. Maar wanneer jy na die huwelike in Hollywood kyk, is "vir altyd gelukkig" nie die frase wat in die gedagtes opkom nie. Hoekom misluk so baie huwelike vandag in ons gemeenskap? Eenvoudig gestel, die nabootsing van liefde wat vandag in die vermaaklikheids-industrie aangebied word en deur die meeste van die sterre en meeste mense in die gemeenskap uitgeleef word, skiet tekort aan die essensie van ware liefde.

So wat is ware, eintlike "liefde" in alle geval? Hierdie woord is taamlik uitgeput en het amper sy hele betekenis verloor. Ek het God lief, ek het my vrou lief en ek het .... pizza lief? Verstaan jy my punt?

Kom ons kyk na die essensie van ware liefde. Wanneer die Bybel sê "God is liefde," is die Griekse woord vir "liefde" wat hier gebruik word, "*agape*". Dit kommunikeer die essensiële prinsiep van die Christelike geloof: Selfopoffering. In stede van "liefde", word "*agape*" waarskynlik beter vertaal as "verwantskap, self-opofferende liefdadigheid".

Ware, bybelse liefde is om om te gee vir 'n ander se behoeftes, begeertes en voordeel, tot so 'n mate dat jy jou eie begeertes, voorkeure en plesier opsy sit om hulle te seën. Hollywood se weergawe van liefde is presies die teenoorgestelde. Dit is selfsugtig, self-bevredigend en self-georiënteerd. Ware bybelse liefde is 'n prinsiep waarop gereageer moet word; die nagebootste liefde van die wêreld is 'n verbygaande gevoel.

"Rein en heilige liefde is nie 'n gevoel nie, maar 'n prinsiep."(Messages to Young People, p 435)

Natuurlik, wanneer ons iemand waarlik lief het – wanneer ons ons begeertes opsysit tot voordeel van iemand anders om hulle te seën en te verhef, sal wonderlike dinge dikwels die gevolg wees, asook verwantskap-korrektheid. En die mees intiemste, self-opofferende verhouding van alles (die huwelik), besit allerhande wonderlike aspekte, emosioneel, fisies en geestelik. So, daar is een of ander tipe van gevoel wat volg wanneer bybelse liefde uitgeoefen word; maar as die gevoelens self die dryfveer is, dan verkeer ons in ernstige gevaar. Ons het die kar voor die perde ingespan. Ons jaag na wind. Ons verkeer op dryfsand. Eintlik word ons ernstig gewaarsku om hierdie gevoel-gebaseerde romantiek te vermy: *"Verbeelding, sentimentele verliefdheid, moet teen gewaak word soos teen melaatsheid" (The Adventist Home*, p 51).

Met ander woorde, vermy daardie tipe boeke, liedere en flieks soos die plaag! Dit sal jou nie alleen in gevoel-gebaseerde romanse dompel nie, maar ook in ’n ander subtiele nagebootste liefde: Die “ek kan nie sonder jou lewe nie”, of “ek het jou nodig” sentiment. Dit is ’n ‘*neem*’ ingesteldheid waarna psigoloë verwys as emosionele afhanklikheid. Maar ware liefde het ’n ‘*gee’* ingesteldheid wat ’n lewe van selfopofferende liefde beleef.

Om op te som, God se weergawe van liefde is selfopoffering. Die wêreldse nabootsings is selfgesentreerd en gevoelens-gebaseer, wat lei na ’n dreinerende afhanklikheids-dinamika. Twee selfsugtige mense in ’n verhouding, of twee emosionele afhanklike mense in ’n verhouding wat mekaar *‘nodig’* het, is ’n treinongeluk wat wag om te gebeur.

Maar, twee Christus-gesentreerde, selfopofferende mense in ’n huweliksverhouding is egter ’n geskenk van God en ’n getuie van God se karakter aan ander en vreugdevol vir die getroude paar en hulle kinders.

Hoofstuk 4: Die Brein Op Pornografie

“Wanneer ek getroud is, sal hierdie versoekings uiteindelik verdwyn.” Dis hoe baie van die jeug hulleself getroos het en hulle gewete gesus het wanneer hulle skuldig voel as gevolg van die sonde waarin hulle vasgevang is.

Op die jong dame wat vasgevang is in verliefdheid, op die jong man wat vasgevang is deur wellus, wil ek ’n beroep doen om die miljoene getroude mans en vroue wat hulle lewens laat skipbreuk lei het deur in versoeking te kom terwyl hulle getroud is, te oorweeg. Sou hulle sê dat deur in die huwelik te tree, op sigself aan hulle die oorwinning oor seksuele sondes in ons tyd gegee het? Natuurlik nie.

Sewentig persent van mans in die kerk vandag – meeste van hulle getroud – het in anonieme opnames bely dat hulle ’n stryd het met pornografie in hulle daaglikse lewens. En ’n aansienlik porsie van vroue het ook ’n probleem hiermee. Miljoene mans en vroue raak betrokke by aanlyn anonieme verhoudings of het ’n ongeoorloofde verhouding deur sosiale media platforms. Huwelike sukkel vandag en dit is ligtelik gestel; tog bly die meeste van die wrakstukke weggesteek vir die publieke oog.

Hoekom is die versoekings gedurende die tienerjare so sterk? Wel, Satan weet dat God besig is om ’n weermag van jeug bymekaar te bring om die kritieke drie-engele boodskappe wat die finale gebeurtenisse van die aardse geskiedenis inlei, te verkondig. Christus wag vir daardie uitverkore generasie om op te staan vir die toneel. Maar tragies, word baie geestelik geamputeer deur versoeking en wag vir die huwelik om die seksuele versoekings te verwyder. Tog verwyder die huwelik nie versoeking nie. Inteendeel, ’n tiener moenie eers staatmaak op ’n verdere vyf of tien jaar vir daardie tyd van die huwelik om te kom nie. (Sien *Maranatha,* p 109).

Hoekom die versoeking so sterk bly gedurende die huwelik, kon nie verstaan word nie tot onlangs. In werklikheid, wat die wetenskap, in besonder oor pornografie ontdek het, word steeds nie waardeer soos dit hoort nie. In die woorde van Dr Jeffrey Satinover wat voor die Senaat van die Verenigde State getuig het, sien ons hoe onrusbarend hierdie probleem van pornografie werklik is: *“Moderne wetenskap stel ons in staat om te verstaan dat die onderliggende natuur van ’n verslaafdheid aan pornografie chemies amper identies is met ’n heroïen verslaafdheid.”*

Baie mense verskoon hulleself met die feit dat hulle dit slegs soms gekyk het, miskien ’n paar keer per jaar of so. “Dit is nie vir my ’n groot probleem nie” dink hulle. Vraag: Sou jy dieselfde ingesteldheid gehad het indien jy narkotiese dwelms ’n paar keer per jaar gebruik het?

Sou jy dink “heroïen is nie ’n groot probleem vir my nie; ek gebruik dit slegs soms”? Seker nie. Pornografie in enige dosis is nie gesond nie. Dit is letterlik net soos ’n dwelm. Luister na die getuienis van Dr Judith Reisman, ook voor die Senaat van die Verenigde State: *“Pornografie stel ’n magdom van endogene vry, interne, natuurlike dwelms wat die ‘hoog’ van ’n dwelm op straat naboots. Verslaafdheid aan pornografie is verslaafdheid aan wat ek noem, erototoksien – brein-veranderende dwelms wat deur die kyker se eie brein vervaardig word.”*

Breinskanderings verf ’n meer ernstige beeld van die probleem. Skanderings van ’n pornografie-verslaafde se brein ontbloot erger probleme as ’n kokaïen-verslaafde se brein! Dit is ’n baie, baie, ernstige situasie wat roep na ernstige ingryping.

Die goeie nuus is dat dit omkeerbaar is en daar is soveel hoop wat nog kom in die volgende hoofstukke.

Hoofstuk 5: Die Wellus-Kaskade

Die Israeliete was op die grense van Kanaän, gereed om die beloofde land binne te gaan. Balak het gefaal om, as ’n ”profeet-te-huur”, van Baäl die vloek te verkry oor die Israeliete, wat hy so naarstiglik gesoek het. En die aartsvyand, Satan, het sy hande saam gewring en gesoek na een of ander wyse waarop hy die vordering van God se volk kon verhinder.

Op hierdie kritieke oomblik, het die vyand die kernenergie-opsie gekies, die uiterste misleiding om die Israelitiese mans in ’n valstrik te vang: Hy het die Moabitiese vroue ingestuur. En dit het gewerk. Baie Israeliete het in seksuele owerspel en afgodery verval. En betreurenswaardig sal, wat was, weer herhaal word.

“Die een en dieselfde Satan is nou aan die werk vir dieselfde resultaat, om die mense wat beweer dat hulle die gebooie van God hou, te verswak en te vernietig terwyl hulle op die grense van die hemelse Kanaän is. Satan weet dis sy tyd. Hy het min tyd oor waarin hy kan werk en hy sal met geweldige mag werk om die mense van God met hul swak punte van karakter vas te vang. Daar sal vroue wees wat verleidsters sal word en wat hulle beste sal doen om die aandag van mans na hulle toe aan te trek en te oorwin.” (Review and Herald, Mei 17, 1887).

Hierdie voorspelling word tans vervul. Ons word gebaai in ’n totale gepornografieseerde, hiper-seksuele kultuur om ons. Dit is onmoontlik om op die snelweg te bestuur, die weer dop te hou, aanlyn inligting op te soek en soms selfs kerk toe te gaan, sonder om met seksuele aanloklike beelde oorweldig te word. En ’n groot hoeveelheid van *eindtyd* Israeliete word ’n prooi van die begeerlikhede van die vlees.

Moderne wetenskap het aan ons die presiese neurologiese proses, waarna verwys kan word as die “wellus-kaskade”, getoon. Dit is ’n spesifieke, stap-vir-stap proses wat in die brein en liggaam plaasvind. Hierdie proses is meer oorheersend in die manlike brein, aangesien die vroulike seksuele neurologie meer kompleks is en meer van die rasionele en regter-brein aktiwiteit behels. Maar die “wellus-kaskade” word hier beskryf as dat dit in al die menslike verstande plaasvind. Deur te verstaan hoe die tempel van

God werk, kan aan ons die voordeel verskaf om die proses van wellus te staak voordat dit begin.

Eerstens word die dryfkrag-middelpunt van die brein, waar die begeertes na voedsel, water en vir seksuele plesier gebaseer is, die hipotalamus genoem. Hierdie area van die brein is hard-bedraad en nie veranderbaar nie. Om op te merk dat voedsel, water, of 'n persoon aantreklik is, is nie sondig nie en daardie kapasiteit sal nie verdwyn nie.

Stap 1 in die "wellus-kaskade": Wanneer die beeld van 'n aantreklike persoon die brein tref, is die eerste area wat geaktiveer word, die LGN genoem, wat in die talamus van die brein is. Dit is ook hard-bedraad en sal outomaties, in 'n milli-sekonde, die beeld na die oksipitale lob aan die agterkant van die brein stuur, waar visie geprosesseer word.

Stap 2: Wanneer die oë oop is (en selfs wanneer die oë toe is, as die verbeelding beelde laat opdoem), is die oksipitale lob altyd aktief. Wanneer 'n seksuele beeld gesien of in die verbeelding is, is daar intense aktiwiteit in die oksipitale lob soos die brein obsedeer oor daardie beeld. Indien die beeld nie onmiddellik verwerp word en met iets anders vervang word nie, gebeur die volgende:

Stap 3: Die oksipitale lob-aktiwiteit sal in minder as 'n sekonde leidrade na die amigdala stuur, wat met toenemende intensiteit versteur word, hoe meer daar op die beeld gefokus word; hierdie versteuring sal 'n gevoel van wellus wees. Die amigdala versteuring ontlok 'n gonadotropiese reaksie of, met ander woorde, die produsering van seks-hormone. Die hartklop versnel, die prefrontale korteks (die setel van die wil en selfbeheersing) skakel af en die brein verkeer in 'n reaktiewe modus wat reageer op die vleeslike dryfkrag van die hipotalamus.

Wanneer daar gepraat word van die mag van hierdie beelde, veral op die manlike brein, gebruik prominente brein navorsers woorde soos "mesmeriseer". Hulle oordryf nie. Die afskakeling van die prefrontale korteks is 'n uiters ernstige en gevaarlike stap. Hierdie hele proses moet van die begin af gestuit word. Die oomblik wat die beeld deur die oksipitale lob vasgevang word, moet dit verwerp en met iets anders vervang word. Die milli-sekonde besluit is waar die middelpunt is, waar sonde en wellus en 'n gevaarlike gladde helling van neurologiese aktiwiteit begin. *"Maar God sy*

dank, wat ons die oorwinning gee deur onse Here Jesus Christus! (1 Korintiërs 15:57).

Hoofstuk 6: Effekte van die Wellus-Kaskade

I'n die vorige hoofstuk het ons die voorspelling gesien, dat Satan hom sal toespits op die *laaste-dae* Israeliete en hulle op dieselfde wyse sal versoek soos vir antieke Israel, met seksuele versoekings net voordat hulle die beloofde land sou binnegaan.

Maar vandag dink baie mense hulle kan flikflooi met versoeking en dat hulle okei is solank hulle nie die fisiese daad van owerspel of hoerery pleeg nie. Hulle besef nie dat deur slegs net die gedagte te koester, tree hulle spreekwoordelik nader aan die boom van kennis van goed en kwaad om 'n hap te neem.

Jesus het in Mattheus 5:27-28 uitgewys dat die blote feit van wellus, owerspel is. So om eenvoudig die keuse te maak om aan te hou om te kyk na 'n aanloklike beeld, of eenvoudig te kyk, lees of te luister na daardie media, tydskrif, of boek, is op sigself sonde, selfs al lei dit nie na enige fisiese optrede nie.

Jesus het brein-wetenskap geken. Ons weet iets daarvan en so kan ons begin om te sien hoekom Hy oor wellus gesê het wat Hy gesê het.

In die vorige hoofstuk het ons ook gekyk na die wellus-kaskade en hoe daar 'n vinnige opeenvolging, domino-effek, of neurologiese aktivering plaasvind, nadat die oë op 'n beeld val, of die brein aangehits word deur 'n gedagte of gevoel. Daar is 'n kortstondige oomblik waarin ons die gedagte gevange moet neem en dit gehoorsaam maak aan Jesus Christus (sien 2 Korintiërs 10:5), sodat ons die wellus-kaskade kan verhoed om plaas te vind.

Sien hierdie proses soos 'n oprit op die snelweg. Satan rig die verkeer en hy wys jou na die oprit. As jy sy aanwysings volg en die oprit neem, is dit moeilik om af te klim. Daar is hoë keermure en min afritte. Dis 'n neurologiese roete waaraan jy amper jou hele prefrontale korteks oorgee.

Die *wil* moet onmiddellik in werking gestel word om ongehoorsaam te wees aan Satan se seksuele leidraad voordat jy op die snelweg klim! Alles hang

af van die korrekte aksie van die wil en om die gedagte onmiddellik gevange te neem, is die sleutel.

Die meeste mense, wanneer hulle eers op die pad van wellus is, wil, indien die geleentheid homself voordien, seksueel optree – of alleen, of saam met ’n ander persoon. Dit is waar die wellustige gedagte ’n owerspelige daad word, want seksuele gedrag is gereserveer vir slegs een persoon – jou huweliksmaat in ’n bybelse goedgekeurde huwelik.

Wanneer iemand eers ’n seksuele daad pleeg, of dit deur pornografie of op enige ander wyse plaasvind, is daar ’n bedwelmende reaksie. Die brein word getref met intense hoeveelhede dopamien en endogeniese (interne) opiate, wat vier keer sterker is as morfien.

En hierdie gedrag vind nie plaas sonder geweldige neurologiese gevolge nie. Aangesien die prefrontale korteks buite rekening gelaat is, begin die brein voorkeur gee en smag na meer vleeslike plesiere wat nie met wysheid deur die uitvoerende middelpunte van die frontale brein bereken is nie. Die prefrontale korteks is ontkoppel van die hele ervaring en raak dus in die gewoonte om buite rekening gelaat te word, wat lei na verhoogde impulsiwiteit, verlies aan selfbeheer en meer selfgesentreerdheid oor die algemeen.

Verder is daar ’n chemie wat genoem word norepinefrien, wat die oorspronklike opwekker in die geheue inbrand, om dit op ’n later stadium op te roep. Omdat die brein gebruik gemaak het van ’n roete wat ’n enorme “beloning” van plesier tot gevolg gehad het, word die roete neergelê en word dit die voorkeur roete wat, indien herhaaldelik gebruik, ’n bose gewoonte word en uiteindelik ’n verlammende verslawing tot gevolg het.

Terselfdertyd word die brein se kanale van korrekte gedagtes en optredes verwaarloos en krimp letterlik en vereis nie om gebruik te word nie. *“Die sensitiewe senuwees van die brein het hul gesonde toon verloor deur ’n morbiede opwekking om ’n onnatuurlike begeerte vir sensuele toegewing te bevredig”(Child Guidance,* p 447).

“Hulle het vir so lank hulle wellus gedien, dat dit natuurlik vir hulle gedagtes is om onrein en hulle verbeelding om korrup te wees. Dit is net so onmoontlik om te veroorsaak dat hulle gedagtes op rein en heilige dinge

gevestig bly, as wat dit sal wees om die koers van die Niagara te verander en sy waters by die valle te laat 'opstort'. (Maranatha, p 26.)

Danksy God, dat deur aan ons 'n wil te gee, het Hy aan ons die mag gegee om hierdie hele proses te stuit gedurende daardie mikro-sekonde voordat die gedagte gekoester word! Selfs al is dit so menslik onmoontlik soos om die Niagara Valle se waters om te keer, kan ons dit deur die mag van God doen:

"As satan poog om die (gedagtes) na lae en sensuele dinge te draai, bring dit terug. Wanneer korrupte beelde poog om die brein in besit te neem, vlug na die troon van genade en bid vir krag van die hemel. Deur die genade van Christus is dit moontlik vir ons om onsuiwere gedagtes te verwerp. – (Christian Temperance and Bible Hygiene, p 136).

"Maar ek het nie die wilskrag om dit te weerstaan nie!" Jy is reg. In ons eie krag is ons hulpeloos. Ons het nie die *krag* nie, so, ons het nie wilskrag nie. Maar ons het 'n wil en indien ons ons wil uitoefen, sal Hy ons die krag gee. Dan sal ons die nodige wilskrag hê om die vyand te verslaan.

En aangesien dit God se krag is wat die krediet moet ontvang, ontvang Hy al die glorie, want dit was Sy geregtigheid en nie myne nie, Sy genade en nie my meriete nie, wat die oorwinning behaal het.

Hoofstuk 7: 'n Gewelddadige Oortreding

Wanneer ek te hore kom van die absolute verdraaide seks "opvoeding" wat in die publieke skole geleer word, sidder ek met afgryse. Maar misleiding en manipulasie kan van wêreldse skole verwag word. Wat my werklik geskok het, was toe ek die woorde van 'n graad-sewe onderwyser in 'n Christelike skool gehoor het:

"Kinders, vandag moet ons praat oor iets wat masturbasie genoem word. Dit is iets wat baie van julle seker al gedoen het. Ek wil hê julle moet weet dat dit okei is en goed om te doen. Julle moet geensins skuldig daaroor voel nie, maar hou aan om dit te doen; en diegene wat dit nie doen nie, sal op een of ander stadium dieselfde doen, as julle sou wou."

WAT? Satan het selfs sy leuens in die klaskamers van vermeende Christelike skole ingewurm en totaal teen Petrus se raad gegaan om *"...julle te onthou van vleeslike begeertes wat stryd voer teen die siel;"* (1 Petrus

2:11). Wellus loods ’n gewelddadige aanval op die siel en weerhouding is die enigste veilige weg.

Selfs brein-wetenskaplikes wat nie die voordeel van die Gees van Profesieë het nie, verstaan die gevaar van hierdie gedrag: *“Masturbasie is om met neurochemiese vuur te speel. Dit affekteer iemand emosioneel en neurologies.”*(William Struthers, *Wired for Intimacy*, p 172).

Dit is oor ’n honderd jaar gelede deur een van die mees progressiewe gesondheids-hervormers en Christelike skrywers in die geskiedenis, Ellen G White, geleer. Sy het breedvoerig geskryf oor die gevare van masturbasie.

Ongelukkig, vir dekades nou al, het mense Ellen White se eise oor die effek van hierdie gedrag bespot, wat in die 19e eeu na verwys is as self-geweld, geheime oortreding, of geheime sonde. Sekerlik het sommige van haar stellings taamlik vreemd geklink en gevolglik het baie hulself van haar stellings oor die onderwerp gedistansieer en die raad weggeredeneer deur te sê: “O wel, sy het maar net die onwetenskaplike gevolgtrekkings van die moraliste van haar tyd laat weerklink.” Maar deur dit te sê, is die geldigheid en outoriteit van die Inspirasie agter ’n goddelike skrywer bevraagteken; en betreurenswaardig, is twyfel geïnsinueer aangaande die res van die bybelse raad wat sy aangebied het.

Wel, onlangs is aan Ellen White gelyk gegee aangaande hierdie sensitiewe onderwerp. In die boek *An Appeal to Mothers*, het Mev White gewaarsku dat hierdie gewoonte, onder andere, kan lei tot pyn in die skouers, sy en rug; ’n hoë maat van uitputting na oefening; gebrek aan krag of uithouvermoë; afwesige ingesteldheid; dagdrome en onoplettendheid; vergeetagtigheid en ’n swak geheue; en ’n verswakte brein oor die algemeen.

Weereens, klink dit in die eerste opsig, onwaarskynlik dat masturbasie hierdie dinge kan veroorsaak. Na alles, beveel baie mense kinders en die jeug aan om by hierdie gedrag betrokke te raak! Wel, om dit duidelik te stel, is hierdie mense vêr agter onlangse navorsing. Wetenskaplikes Cooper en Carnes het in hul 2001 en 2004 navorsing ontdek, dat masturbasie lei tot ’n hele klomp probleme wat insluit, maar nie beperk is tot, geheue probleme, gebrek aan fokus, konsentrasie probleme, moegheid, rugpyn en bekken- of testikulêre pyn.

Klink dit bekend?

Cooper en Carnes het ook gevind dat depressie ’n algemene gevolg van gereelde masturbasie is. Dit behoort nie as ’n verassing te kom dat die Here vêr voor was in hierdie voorste navorsing nie, wanneer ons in *An Appeal to Mothers* lees dat masturbasie kan lei tot ’n aantal depressie simptome: Gebrek aan uithouvermoë; onwilligheid om betrokke te raak by aktiewe arbeid; ’n somber treurigheid in hulle wat voorheen opgewek, bedagsaam en liefdevol was; en geneigdheid om die donker kant raak te sien. In een woord, depressie. En sy was weer reg, soos deur navorsing bewys.

Selfs sommige van haar moeilik-om-te-glo eise word gesteun deur die moderne wetenskap. Verswakte beenstruktuur en verswakte sig, ’n verandering in gelaatskleur, siektes en baie ander gevolge van “geheime sonde” wat in *An Appeal to Mothers* geïdentifiseer is, is alles verwant aan ’n sink tekort, wat in mans ’n ernstige effek van hierdie wellustige gewoonte is. Ons kan nou verstaan hoekom sy die woord “selfmoord” gebruik het om hierdie gesondheids-vernietigende praktyk te beskryf.

Spasie laat nie toe vir ’n volle ontleding van hoe duidelik Ellen White se raad aangaande hierdie onderwerp in lyn is met die onlangse navorsing nie. My 6-DVD reeks, getiteld *“A Greater Lust”* dek hierdie onderwerp wat baie advies aangaande oorwinning oor hierdie wellus insluit. (Beskikbaar by beltoftruthministries.org).

Ons sal wys wees om Ellen White se raad ernstig op te neem: *“Sal hulle die aanvalligheid, gesondheid, intellek en alle hoop vir die Hemel, alles wat werd is om te besit, hier en in die hiernamaals, opoffer aan hierdie demoniese passie? Mag God gee dat dit anders gesteld mag wees.” (A Solemn Appeal*, p 54).

Hoofstuk 8: Van Mislukking tot Hoop

“Ek is so ’n mislukking, ek kan net sowel nie eers probeer nie.” “Ek het weer ’n gemors gemaak; God kan nooit iemand so sleg soos ek vergewe nie.” “Ek voel so alleen.” Dit is die tipiese emosioneel-geestelike wêreld vir iemand wat deur wellus gevange geneem is.

Die beskuldiger van die broeders het hierdie toksiese boodskappe ingeplant, wat op ‘herhaal’ in die brein gestel is, soos wat iemand in skande, isolasie en depressie spiraal.

Ek wil kristalhelder wees oor ’n baie belangrike onderskeiding. Daar is ’n drastiese verskil tussen voortgaande, kroniese beskaamdheid, gekombineer met lae eiewaarde, teenoor oortuiging, of momentele, toepaslike skuldigheid.

As jy daaroor dink, is skuldigheid ’n goeie ding. God het die gewete in die voorste lob van ons brein geplaas om aan ons ’n rooi vlag te gee, dat ons iets teen Sy wil gedoen het – iets wat skadelik is vir onsself, vir ander en vir Hom. Hy het aan ons daardie ongemaklike gevoel gegee sodat ons dinge sal regstel deur belydenis, bekering en versoening.

Kroniese beskaamtheid daarenteen, is wanneer iemand hulle sondige gewoonte erken as deel van hul identiteit – soos die gevoelens van waardeloosheid soos hierbo uitgedruk. Om een van Sy kinders in hierdie toestand te sien bedroef die hart van God. Hy het reeds die straf, wat ons voel ons op onsself moet toepas deur voortdurende self-vernedering, gedra. Hy verlang daarna om te vergewe en te reinig van alle ongeregtigheid.

Wat nog meer tragies is, is die wetenskaplike feit, dat om te herkou aan jou mislukkings, die brein deur presies dieselfde strome te stuur as die mislukking self en so die roete van sonde verbreed. Vêr van om ’n vorm van Christelike nederigheid te wees, maak die voortdurende wandel in die donker, skande en isolasie – wat die sonde van die verlede herhaal – dit net meer waarskynlik dat die sonde herhaal sal word. Geen wonder die beskuldiger wil ons in hierdie gemoedstoestand vashou nie!

Terwyl ek ’n paar jaar gelede oor hierdie temas gedink het, het ek tydens my persoonlike stiltetyd, op Psalm 38 afgekom. Wat ek gevind het, het absoluut uit die bladsye voor my opgespring. Ek glo hierdie Psalm is spesiaal bedoel vir die persoon wat in die vyand se valstrik van wellustige gedrag en gedagtes vasgevang is.

Eerder as om raak te sien wat Christus aan die owerspelige vrou gesê het: *“Ek veroordeel jou ook nie. Gaan heen en sondig nie meer nie”* (Johannes 8:11), dink die Psalmis in Psalm 38:3 dat die onderdrukking deur die beskuldiger (Satan) eintlik die veroordelende ingesteldheid van God is: *“Want U pyle het in my ingedring en U hand het op my neergedaal.”* Hy is depressief. Soos hy in vers 7 sê: *“...die hele dag gaan ek in die rou;”*

In vers 4 sê hy: *"Daar is geen heel plek in my vlees ... daar is niks gesond in my gebeente vanweë my sonde nie."* So, selfs sy gebeendere en vel het die gevolge van sy sonde gemanifesteer. Sy liggaam is nie blakend gesond nie. (Begin dit bekend klink? Indien nie, herlees dan die vorige hoofstuk).

In vers 8 sê hy: *"...want my lendene is vol ontsteking..."*. In sommige vertalings is die Hebreeuse woord vertaal as *"my sy"* of *"my rug" "brand"* of *"pyn"*. (Hmm ... baie interessant).

In vers 11 sê hy: *"My hart slaan vinnig, my krag het my verlaat; en die lig van my oë, ook dit is nie by my nie."* So sy hart het vinnig geklop en hy is laag in fisiese energie en selfs sy sig is verswak! (Sien jy wat ek hier sien?)

In vers 12 sê hy: *"Die wat my lief het en my vriende is, staan opsy vir my kwaal en my naasbestaandes het vêr gaan staan;"* Hy is geïsoleerd en alleen en het 'n gebrek aan ware nabyheid en intimiteit.

In vers 18 sê hy: *"Want ek is klaar om te val en my smart is altyddeur voor my."* Hy verkeer in 'n siklus van verwagting om te faal en gaan voort in beskaamdheid, berou en depressie.

As jy die vorige hoofstuk gelees het, sal jy opmerk dat hierdie Psalm ook die presiese kenmerke van simptome toon van iemand wat 'n stryd met wellustige gewoontes het. Ons het gesien dat masturbasie kan lei tot elkeen van die simptome wat in hierdie Psalm gelys is: Depressie, afgetakelde vel en verswakte gebeendere, gebrek aan gesondheid oor die algemeen, bekkenpyn (sy- of rugpyn), vinnige hartklop, gebrek aan krag/uithouvermoë, verswakte sig en isolasie en gebrek aan intimiteit.

Gelukkig vind die psalmis hoop! In vers 19 verklaar hy sy ongeregtigheid en is beangs vanweë sy sonde – ware belydenis en berou. En in verse 22 en 23 hef hy die oorwinningslied aan: *"Verlaat my nie, o HERE! My God, wees nie vêr van my af nie! Maak tog gou om my te help, Here, my heil!"*

Hoofstuk 9: Hofmakery: Hoekom, Wanneer, Hoe?

Mnr Ritsema: "Wat is die doelstelling of doel van jou verhouding?"

Student: "Umm... Ek hou net van haar."

Mnr. Ritsema: "Okei wel hoekom verkies jy om haar uit te neem; ek meen, wat is die doel daarvan?"

Student: "Sy is ongelooflik en ons konnekteer so goed."

In hierdie te algemene gesprek tussen 'n besorgde mentor en verliefde jeug, sien jy die sentrale dilemma in hoe ons kultuur in verhouding teenoor tiener-verhoudings staan: Dit het geen einddoel nie. Die tiener-verhouding bestaan vir eie pret, emosionele hoogtepunt, of selfs fisiese plesier. "Ek hou net van haar."

Hier is my Snelvuur Uitganery/Hofmakery 101:

Die mees belangrikste oorweging is dat die die doel van 'n verhouding nie die uitganery is nie. In stede daarvan, probeer om die verhouding of hofmakery te sien as 'n uitgebreide onderhoud-proses wat bedoel is om uit te loop op die mees belangrikste werksposisie waarin jy iemand ooit sal aanstel: Bediener, vennoot en mede-ouer. Die hofmaak-proses is die handeling om 'n kandidaat te kwalifiseer en te evalueer vir hierdie lewenslange belangrike posisie. As dit die doel van die hofmakery is, kan ons verskeie belangrike afleidings maak.

1) Indien jy nie oud genoeg is, of volwasse genoeg, of in 'n stadium in die lewe is om in diens te neem (d.w.s. om te trou) nie, is daar geen punt om iemand die hof te maak of jouself toe te laat om van iemand te "hou", meer as van 'n broer of suster in Christus nie. Moenie net "voel" nie. Is dit 'n wyse gevoel om te koester? Ek is net 16. Waar sal dit my neem?
2) Wanneer jy oud genoeg is om in die huwelik te tree, moenie "verlief" raak nie, maar waak eerder teen jou gevoelens. As jy te emosioneel betrokke is tydens die uitganery, sal jy nie in staat wees om die persoon se potensiële foute objektief te ontleed nie. "*'n Kalm, versigtige oorweging van die saak van beide kante is beslis essensieel.*" (*Messages to Young People*, p 449)
3) Ten einde objektiwiteit te behou en 'n oordadige emosionele verbinding te vermy, moenie fisies betrokke raak nie, aangesien dit 'n geweldige verbindings-effek het. Navorsing het getoon dat pare wat voor die huwelik fisies rein was beter huwelike geniet, wat die fisiese komponent van die huwelik insluit. "Maar dis net 'n soen." Baie tieners, in hul eerlike oomblikke, erken dat "onskuldige" soenery omtrent nooit bly by 'n eenvoudig soen nie. Dit sal jou geestelike lewe ruïneer en jou aan die

persoon bind, sodat die opbreek pynlik is, of die wysheid om met daardie persoon in die huwelik te tree nie langer objektief geëvalueer kan word nie.

4) As dit die mees belangrikste besluit van jou lewe is, sal jy duidelik voordeel wil trek uit die wysheid en ervaring van ander, veral die goedkeuring en aktiewe betrokkenheid van jou ouers.
5) Die mees belangrikste deel van die onderhoudproses is om hierdie persoon se karakter en waardes te leer ken. Indien hulle oneerlik teenoor ander is, sal hulle oneerlik teenoor jou wees. Indien hulle hul gesinslede nie respekteer nie, sal hulle jou uiteindelik ook nie respekteer nie (aangesien jy ’n gesinslid sal wees). Indien hulle opsigtelik omgekrap raak, verwag ’n taamlike vreesagtige situasie in die gesin-konteks agter geslote deure. Let veral op hoë ’n jongman sy moeder behandel. Ondersoek hulle leefstyl standaarde (dieet, drag, media, aanbiddingstyl, humor, leesmateriaal) en vra jouself af of hulle in harmonie is met wat jy vir jou kinders wil hê.
6) Begryp dat gedurende die uitganery, hofmakery, verlowing en die eerste maande van die huwelik, verkeer almal op hul beste gedrag. Moenie dink “hy sal verander” of “ek sal haar help om te verander” nie. Dit is absoluut dwaas. Enige gebreke wat jy voor die huwelik opmerk sal amper altyd in die huwelik vererger.
7) Begryp dat gedurende die aanvanklike stadium van ’n intensiewe emosionele verhouding, dit gekenmerk word deur hoë vlakke van neurochemiese vrylating wat die emosionele verbinding-plesier vorm. God het aan ons hierdie brein-chemikalie gegee om daardie sterk en aanvanklike verbinding met ons huweliksmaat te vorm. Maar begryp ook dat daardie intense gevoelens vervaag binne 9 – 18 maande. Aanvanklik is dit baie romanties; maar *“oor die algemeen beëindig die huwelik al die toegeneentheid wat gemanifesteer is gedurende die dae van hofmakery.” (Messages to Young People*, p 457).

So vra dan: *“Wanneer die nuutjie van die huwelik verby is, sal hy my nog liefhê? (Review and Herald,* Jan 26 1886).

Onthou, ware liefde is nie ’n gevoel nie, maar ’n prinsiep en ’n verbintenis. Om die prinsiep van self-opofferende liefde, perfekte integriteit en ander-ingesteldheid in jou potensiële huweliksmaat te identifiseer, is die mees belangrikste deel van die onderhoudproses. En natuurlik, om daardie

prinsiep van die liefde van Christus in jou hart en verstand te bevorder, is ’n noodsaaklike voorvereiste wanneer jy oorweeg om voort te gaan met die huwelik.

Vir die res van die storie, lees *The Adventist Home,* pp 43-97 en *Messages to Young People,* pp 434-466.

Hoofstuk 10: Neem Dit Net Weg!

Baie van die jeug wat met wellus sukkel het tot God geroep om hulle seksuele begeertes net heeltemal weg te neem. Terwyl dit ’n verstaanbare versoek uit desperaatheid is, te midde van wanhoop, is dit belangrik om hierdie sentiment aan die Woord van God te meet.

Die Bybel sê dat ons volgens God se beeld gemaak is. Dit sluit ons seksuele en natuurlike verhoudings in. Die man-vrou verhouding is ’n beeld van Christus en die kerk. (Sien Efesiërs 5). So staan dit sentraal in wat dit beteken om die beeld van God uit te dra. Daardie ingebore aantrekkingskragte is nie sonde nie en ons behoort dit nie te wil laat verdwyn nie. Ons kan beslis ’n massiewe afskaling van ons hiper-seksualiteitskultuur bekostig; God het nooit bedoel vir ons om so op seks gefikseer te wees nie. Maar weer, ons seksuele natuur is deel van ons goddelike skepping.

So, indien ons seksuele begeertes nie weggeneem gaan word nie, hoe oorkom ons die gebruiklike sondige gedagtes en welluste van die oë, wat so baie gevange hou? Na alles is dit nie slegs die optredes wat ons probeer regstel nie. Onthou, die wellus-kaskade moet voordat dit begin, in die kiem gesmoor word, nadat die oë die aantreklike beeld raakgesien het, maar voordat die gevoelens en gedagtes ’n vastrapplek kry. Daardie milli-sekonde nadat dit opgemerk is, is die oomblik om onmiddellike en beslissende aksie te neem.

Hoe kan jy aksie neem? Die eerste ding om te besef is dat die doel nooit is om die verstand te ledig of eenvoudig ’n gedagte te verwerp nie. Laat my toe om te illustreer. Probeer om nie nou dadelik aan ’n olifant te dink nie. Moenie aan ’n olifant dink nie. Jy het so pas aan een gedink. Hou op dink aan ’n olifant! Dit werk nie, doen dit? Om eenvoudig te sê: “Ek gaan nie

kyk nie" of "Ek gaan nie daaraan dink nie" is 'n plan wat bestem is om te misluk.

Die manier waarop die brein werk is deur 'n reeks neurologiese kanale waarin elke aksie of gedagte beweeg. Gedagtes en aksies waarin ons deur gewoonte by betrokke raak, sal met tyd, altyd breër-wordende kanale in die brein vorm wat dan tweede natuur vir die gedagtes sal word om te volg.

So wat ons nodig het om te doen, is om die roete te wysig. Ons wil 'n padblokkade oprig om weg te beweeg van die roete van slegte gewoonte en in stede daarvan, die gedagtes dwing na 'n nuwe roete, soos wat jy 'n kapmes in die oerwoud swaai om 'n nuwe pad oop te kap. Dit is moeilik aan die begin, maar uiteindelik sal jy genoegsaam van die nuwe roete gebruik maak sodat dit 'n gewoonte raak!

Lank voor haar tyd het Ellen White korrek verwys na die "kanale" van die brein en verduidelik hoe om die gedagtes te weg te lei van sondige gedagtes:

"As Christus die tema van oordenking is, sal die gedagtes vêr verwyder word van elke onderwerp wat sal lei na onreine aksies. Die brein sal versterk word deur stil te staan by opbouende onderwerpe. Indien daar geleer word om op die roete van reinheid en heiligheid te beweeg, sal dit gesond en lewenskragtig word. Indien daar geleer word om stil te staan by geestelike temas, sal dit van nature daardie roete neem. Maar hierdie aantrekkingskrag van die gedagtes na hemelse dinge, kan nie bereik word sonder die beoefening van geloof in God en ernstige, nederige afhanklikheid van Hom vir daardie krag en genade wat genoegsaam vir elke nood sal wees nie." (Testimonies for the Church, vol 2 p 408).

"As Christus die tema van oordenking is..."

Dink nou, op hierdie oomblik, aan Christus op die kruis; dink aan Sy goedhartigheid teenoor klein kindertjies; dink aan Hom wat diens doen as ons Hoëpriester in die hemelse heiligdom.

Jy het nie nou aan 'n olifant gedink nie, het jy?

Nou, dit het baie beter gewerk as "ek dink nie aan 'n olifant nie", het dit nie?

Die sleutel is om onreine gedagtes te vervang met iets beter! Dink aan Christus en vul die gedagtes met hemelse dinge. Vervang 'n sigbare

versoeking met ’n baie sigbare Skrifgedeelte, soos: *“U woord is ’n lamp vir my voet en ’n lig vir my pad.”* (Psalm 119:105).

Die mees belangrikste ding wanneer versoeking teëgekom word, is om met die versoeking te deel voordat dit arriveer. As jy nie ’n substansiële stiltetyd, wat Christus in jou daaglikse lewe inbring beoefen nie, as jy nie deur die dag met God wandel soos Enoch nie, dan sal al die strategieë om te oorkom soos papier-swaarde teen die arsenaal wat Satan teen jou sal werp, wees.

So, hierdie is die mees belangrikste paragraaf in die hele boek. Wandel met God. Kyk en lewe. Vestig jou oë op Jesus, die Outeur en Voleinder van ons geloof. Alleenlik dit sal die skatte van genade en krag om te oorkom ontsluit.

Hoofstuk 11: Hop na Heiligheid

In die vorige hoofstuk het ons geleer dat die brein ’n reeks van roetes of kanale bevat waarin ons gedagtes beweeg en dat ons nodig het om nuwe roetes oop te kap en nuwe gewoontes van denke te kweek om die oue te vervang.

Die goeie nuus hiervan is dat wanneer die ou kanaal in onbruik raak, dit krimp, net soos ’n ongebruikte pad in die woud of veld oorgroei word en uiteindelik onherkenbaar word.

Romeine 12:2 sê dat ons getransformeer kan word deur die vernuwing van ons gemoed. Wil jy ’n nuwe ingesteldheid hê?

Kom ons kyk na meer strategieë hoe om rein gedagtes te kweek. Die laaste keer het ons verstaan dat, om teksverse aan te haal en aan Christus te dink, uitstekende alternatiewe is vir die aanloklike gedagte of beeld. Maar daar is baie meer.

Onthou dat een van die redes waarom seksuele- en verhoudings-versoekings so kragtig is, is omdat so baie van ons uitgehonger is vir ware intimiteit met Christus, met familie en mede-Christene. Wel hierdie feit kan daartoe bydra dat ons ’n oplossing vind. Ons moenie net hierdie gesonde vorme van intimiteit in ons lewens navolg om “opgevul” te word met die regte ding sodat ons minder in die versoeking kom van nagemaakte intimiteit nie, maar ons kan ook hierdie ewige waarhede aangaande intimiteit en God se karakter in ons daaglikse stryd gebruik.

Die seksuele aanloklike beeld duik in jou gesigsveld op. Wat doen jy op daardie oomblik? Draai onmiddellik jou oë weg en dink aan jou naaste geliefde en aan Jesus. Dink na oor hoe Jesus en Sy Vader die mees nabye verhouding in die heelal het en dat ons geskape is om daardie beeld aan ’n heelal wat toekyk, te reflekteer. En dank God dan, dat hy jou geskape het om ’n verwantskap-gesinde wese te wees en al is jou seksuele natuur huidiglik in die mees direkte sin in onbruik, dit steeds ’n leidraad kan wees wat ons herinner aan die konsep van bybelse nie-seksuele intimiteit met ons naaste geliefdes en ons Verlosser.

Nou het Satan se versoeking skielik geboemerang op hom. Eerder as om jou in ’n nagebootste intimiteit van sentimentaliteit, pornografie, of wellus te betrek, het die beeld wat voor jou verbygeflits het, jou eintlik in meer diepte na heiligheid aangehits soos jy verhoogde temas oordink het.

Nog ’n strategie wanneer jy met ’n wellustige beeld gekonfronteer word, is om te onthou dat die persoon waarmee jy versoek is om jou eie plesier op te fikseer, in ’n posisie geplaas is om geobjekteer te word. As hulle hulself op hierdie wyse beskikbaar stel, het hulle moontlik ’n pynlike verlede gehad en verkeer tans in geweldige onsekerhede en is die prooi van Satan se valstrik. Bid vir daardie persoon! Bid dat die Here aan hulle die huidige waarheid sal bring en die evangelie van verlossing! Dit is nie moontlik om gelyktydig altruïsties en uitdruklik om te gee vir iemand se verlossing, terwyl daar ook jag gemaak word op hulle vir ’n oomblik se wellustige plesier nie. Daardie twee areas van die brein word net eenvoudig nie gelyktydig aangevuur nie.

’n Ander strategie waarvan sommige gebruik gemaak het, is dat wanneer die gedagte of beeld die gedagtes binnedring, dit te herken as ’n aanbod van Satan om jou te vernietig en onmiddellik sê: “Nee dankie.” Sê dan met outoriteit: *“Daar staan geskrywe... Gaan weg Satan!”* Ek hou van die “Nee dankie” lyn want dit is ’n frase wat so algemeen in ons daaglikse ervaring gebruik word, dat dit maklik ’n gewoonte raak en wanneer uitgespreek, lei dit die denke op ’n natuurlike wyse om dienooreenkomstig op te tree. Aangesien niks definitief verwerp is nie, wil die brein aanbeweeg. Dit maak vir makliker oorgang tot meer heilige gedagtes.

Jy het ’n verwantskap-seksuele natuur wat nie gaan weggaan nie en versoeking sal kom. Die analogie waarvan ek hou om te gebruik is: Jy sal op ’n trampolien laat val word. Maar jy word teen ’n hoek laat val waarby

die trajek jou natuurlik reg van die trampolien af sal laat hop, oor die rand na die ander kant, waar jy na jou dood sal val. Maar die goeie nuus is dat deur ’n klein spier te oefen, die wil of mag van keuse uitoefen, kan jy in ’n verskillende rigting hop en op pad die ervaring geniet. Jy kan opwaarts hop... op na heiligheid.

Deur die seksuele leidraad op hierdie wyse te volg – as ’n kataliseerder vir ’n geestelike oomblik met Christus wat miskien andersins nie sou plaasgevind het nie – boemerang Satan se versoeking en ware oorwinning word behaal! Veel meer as om net van versoeking te ontsnap, bring dit eintlik ’n dieper oordenking van geestelike werklikheid na vore en ’n meer nabye wandel met Christus. Op hierdie wyse wen jy eintlik veld oor Satan, eerder as om hom slegs te verhoed om veld te wen. Jy bestorm die hekke van die hel met die mag van Christus en hulle kan nie seëvier nie!

Hoofstuk 12: Wat “Verlos” Nie Beteken Nie

Stel jouself die situasie voor van ’n dokter wat aan ’n pasiënt die aaklige nuus meedeel dat haar toestand terminaal is. Haar keuses van lewenstyl het bygedra tot ’n hele klomp probleme wat, sonder ernstige behandeling haar letterlik sal dood. Dan sê die dokter aan haar: “Jy’s vergewe”; en hy loop weg.

Sy roep na hom: “Wag, wag, ek wil genees word.” Maar die stem eggo slegs in die gang af na haar: “Jy’s vergewe” en hy bied geen genesende behandeling aan nie.

Hierdie illustrasie laat my dink aan verlossing. Terwyl ek grootgeword het, het ek gedink verlossing was slegs die wyse waarop my sondes vergewe word. Terwyl ek om vergifnis vra, is ek reg om hemel toe te gaan.

Maar as ’n mens dieper daaroor nadink, is dit uiters onsinnig. Ek is siek aan ’n terminale toestand wat sonde genoem word; en sonder genesing sal ek vergaan, want die loon van die sonde is die dood. (Sien Romeine 6:23). Ek het beslis vergifnis nodig vir die verkeerde dinge wat ek teen my Here gedoen het, maar het ek nie ook genesing nodig nie? (Sien Jesaja 1:4-6).

Vergifnis is ’n noodsaaklike komponent vir verlossing, maar om “verlos” te word beteken letterlik (in die OT Grieks), om “genees” te word. Volgende

keer wanneer jy iemand die volgende woorde hoor sê, sal jy dus kan onderskei hoe onsinnig dit is: "Ek het nie nodig om sonde te oorkom nie; ek het nie nodig om genees te word van my sondige gewoontes nie; ek het slegs nodig om vergewe te word om gered te word." Wetende wat die betekenis van die woord "verlos" is, kan jy sien dat hierdie teologie letterlik sê: "Ek het nie nodig om "verlos" te word om verlos te word nie." Ja, dit is uiters onsinnig, maar dit is die doktrine wat deur die grootste deel van die Christendom geleer word.

Betreurenswaardig is die feit, dat daar baie angstigheid tussen Christene is, of hulle waarlik sonde sal oorkom en gered sal word gedurende die onstuimige dae wat voorlê. Om ons gewetens te stil, wil ek 'n taamlike gedeelte van een van my gunsteling kwotasies met julle deel, wat aan ons 'n pragtige beeld bied van hoe Christs ons van ons verkeerde seksuele gewoontes wil genees:

"Deur sonde is ons afgesny van die lewe van God. Ons siele is verlam. Self is ons nie méér daartoe in staat om 'n heilige lewe te lei, as wat 'n verlamde man in staat is om te loop nie. Baie besef hulle hulpeloosheid; hulle verlang na daardie geestelike lewe wat hulle in harmonie met God sal bring en strewe daarna om dit te verkry. Maar dis nodeloos. In wanhoop roep hulle uit: 'Ek, ellendige mens! Wie sal my verlos van die liggaam van hierdie dood?' Romeine 7:24, kantlyn. *Laat hierdie wanhopige, sukkelaars opkyk. Die Verlosser buk oor die aankope deur Sy bloed en sê, met onuitspreeklike teerheid en medelye: 'Wil jy gesond word?'*

"Hy gebied jou om op te staan in gesondheid en vrede. Moenie wag om te vóél dat jy heelgemaak is nie. Glo die Verlosser se woord. Plaas jou wil aan die kant van Christus. Maak dit jou wil om Hom te dien en, deur op Sy woord te reageer, sal jy krag ontvang. Wat ook al die bose praktyke mag wees, die hoof-passie wat deur langdurige toegee daaraan beide die siel en liggaam bind, Christus is in staat en verlang om jou te verlos. Hy sal lewe verleen aan die siel wat '...dood was deur die misdade en die sondes...'. (Efesiërs 2:1). *Hy sal die gevangene vrylaat wat gevange geneem is as gevolg van swakheid en teenspoed en die kettings van sonde.*

"Die bewustheid van sonde het die fonteine van die lewe vergiftig. Maar Christus sê: 'Ek sal jou sonde neem; Ek sal aan jou vrede gee. Ek het jou met My bloed gekoop. Jy is myne. My genade sal jou verswakte wil versterk;

jou berou oor sonde sal ek wegneem.' Wanneer versoekings na jou toe aanstorm, wanneer kommer en radeloosheid jou omring, wanneer jy depressief en moedeloos is en jy gereed is om toe te gee aan wanhoop, kyk op na Jesus; en die donker wat jou omvou sal deur die helder skynende lig van Sy teenwoordigheid verdryf word.

"Wanneer sonde strewe na oorheersing in jou siel en jou gewete belas, kyk op na die Verlosser. Sy genade is genoeg om sonde te onderdruk. Laat jou dankbare hart, wat bewend is van onsekerheid, na Hom draai. Lê beslag op die hoop wat voor jou gestel word. Christus wag om jou in Sy familie op te neem. Sy krag sal jou in jou swakheid help; Hy sal jou stap vir stap lei. Plaas jou hand in Syne en laat Hy jou lei.

"Moet nooit voel dat Christus vêr weg is nie. Hy is altyd naby. Sy liefdevolle teenwoordigheid omvou jou. Soek na Hom as Een wat begeer om deur jou gevind te word. Hy begeer nie net dat jy Sy kleed sal aanraak nie, maar in voortdurende gemeenskap saam met Hom sal wandel." (The Ministry of Healing, pp 84,85.

Hoofstuk 13: *"Ek Gaan Iets Nuuts Maak"*

"Dink nie aan die vorige dinge nie en slaan geen ag op wat vroeër gebeur het nie. Kyk, Ek gaan iets nuuts maak; nou sal dit uitspruit; sal julle dit nie merk nie? Ja, Ek maak 'n pad in die woestyn, riviere in die wildernis." (Jesaja 43:18,19)

Die afgelope paar hoofstukke het almal gegaan oor die oorkoming van verkeerde gedagtes en gedrag en die tema was duidelik – vervang die slegte gewoonte met iets beter. "Die vorige dinge" moet vergeet word. Wanneer ons in Christus is, verdwyn die oue en *"...dit het alles nuut geword."* (2 Korintiërs 5:17). Een sleutel om 'n gewoonte te verbreek, ironies, is om nie daaraan te dink as 'n proses om die ou gewoonte te verbreek nie, maar eerder om 'n nuwe gewoonte aan te kweek. Eerder as om aan wellus verslaaf te wees, raak "verslaaf" aan reinheid.

En selfs meer as een nuwe gewoonte, word "alle dinge" nuut. As jy dit toelaat, sal Jesus jou lewe en denke hernuwe op maniere waaraan jy nog nie gedink het nie – soos riviere in die woestyn. Maar dit vereis van jou om op 'n heel nuwe wyse te lewe.

Dit sluit natuurlik in, om nie jouself in die pad van versoeking te bring nie. Hoekom mans, wat probeer om wellus te oorkom, ooit na sports op die TV kyk, gaan die verstand te bowe. Satan geniet hom terdeë op die speelgrond van die manlike brein, terwyl hy op die rusbank sit, aartappelskyfies eet en kyk na seksuele advertensies, rasieleiers, ens. Is dit wys om sekere strande te besoek of in ’n sekere afdeling van die inkopiesentrum te dwaal as jy probeer om onreine beelde te vermy? Is dit ’n goeie idee om deur die fiksie-afdeling by die biblioteek te loop of sekere tipes van media in te neem, as jy probeer om verliefde sentimentaliteit te vermy? Is dit ’n goeie idee om saam met iemand te verkeer wat jou gedagtes weglei van Christus af?

Al hierdie vrae impliseer groot veranderings – ou dinge wat verbygaan en alles wat nuut word. Wat gee aanleiding tot wellustige of onbehoorlike gedagtes en optredes in jou lewe? Identifiseer daardie snellers en beplan doelbewus ’n nuwe lewenswyse wat hulle sal vermy en vervang dit met iets beter – ’n oefenplan, ’n kook- of bouprojek, ’n lees-verbintenis – letterlik enigiets wat binne God se uitgebreide tuin van plesier is wat Hy aan ons gegee het. Die beste opsies sluit seën en diensbaarheid aan ander in, om uit te reik en siele te wen. Maar weereens, moenie fikseer op dit wat verbode is nie, maar verdiep jouself met dankbaarheid en entoesiasme in die vele fasette van lewe wat God bied. Raak “verslaaf” aan iets beter.

Al hierdie dinge vereis deeglike beplanning. Hoekom het Jotam magtig geword? *“...want hy het sy weë gerig voor die aangesig van die HERE sy God.”* (2 Kronieke 27:6). *“Laat jou werke aan die HERE oor, dan sal jou planne uitgevoer word.”* (Spreuke 16:3). Dit impliseer dat ons ons gedagtes, planne en werke om aan God wy en dat ons nie lukrake impulsiewe lewens lei nie. Begroot jou tyd net soos wat jy jou geld behoort te begroot. As jy nie daarvoor beplan nie sal jy na jou ou gewoontes terugkeer.

Ook sal jy groot baat vind deur jou dieet te verbeter. Baie mense besef nie dat die morele wrak wat hulle van hul lewens gemaak het, die gevolg is van die swak toestand van hulle spysverteringstelsel nie. En om die oorwinning oor jou eetlus te behaal sal ’n wonderbaarlike hulpmiddel wees om ander verkeerde begeertes te oorkom.

“Die oorheersende mag van eetlus sal lei tot die ondergang van duisende wanneer, indien hulle die oorwinning oor hierdie aspek behaal het, hulle morele krag sal hê om die oorwinning te behaal oor elke ander versoeking

van Satan. Maar diegene wat slawe van hulle eetlus is, sal misluk om 'n perfekte Christelike karakter te bekom." (Maranatha, p 62).

So waarheen neem God ons volgende? Bo en behalwe hierdie toestand, begeer God om elkeen van ons verder te lei:

"Indien ons instem, sal Hy Homself so identifiseer met ons gedagtes en mikpunte, ons harte en denke so vermeng in ooreenstemming met Sy wil, dat wanneer ons Hom gehoorsaam, sal ons eintlik ons eie impulse uitvoer... Deur waardering van Christus se karakter, deur gemeenskap met God, sal sonde haatlik vir ons word." (*The Desire of Ages*, p 668).