Doendinge

Dit is ’n diepgewortelde gebruik in die Christelike tradisie om tydens Lydenstyd te vas. In party kerke is daar streng reëls wat bepaal hoe en waarvan ’n mens moet vas. Dit word soos wette nagekom. Ons hanteer die vas egter nie so nie. As vrygemaakte kinders van God is daar geen verpligting op ons om te vas nie. As ons vas, doen ons dit vrywillig. Ons maak daarvan ’n hulpmiddel in ons geloofslewe.

Die doel van die vas is om jou gedurig te herinner aan die lyding wat Jesus op aarde deurgemaak het. Dit moenie ’n straf word nie, maar dit moet tog iets wees wat jy mis. Dis ’n klein opoffering om jou te herinner aan Jesus se groot offer.

’n Mens besluit self waarvan jy wil vas. Dit kan eet- of drinkgoed wees, soos wyn of koffie of sjokolade. Maar dit kan ook aktiwiteite wees. Party mens vas van sosiale media, of van rook, of van TV kyk.

En dan geld die vas nie op die Sondae nie. As jy die hele week lank vas van sjokolade, dan eet jy op die Sondag juis sjokolade as ’n viering van die dag waarop die Here uit die dood opgestaan het. Te midde van die ietwat somber atmosfeer van Lydenstyd, is Sondae dan ’n dag van vreugde.

———————————————————————-

Lydenstyd val in die suidelike halfrond saam met Herfs, die seisoen van sterwe, van verlies. ’n Mens kan dit benut as ’n manier om jou te herinner aan alles waaroor Lydenstyd gaan. Een manier sou wees om ’n bak iewers op ’n sigbare plek in die huis te hou, en dan gereeld herfsblare wat ’n mens buite optel, in die bak te plaas. Lees gerus daarmee saam NP van Wyk Louw se gedig “Vroegherfs” en die versugting daarin dat die eie waan en trots moet val.

————————————————————————

Nog iets wat ’n mens tydens Lydenstyd kan doen, is om ’n joernaal te hou. Skryf jou gedagtes neer oor enige van die temas wat tydens Lydenstyd ter sprake kom. Dit kan wissel van worstelinge met lewensvrae tot nadenke en besluite oor ’n eenvoudige lewenstyl.

—————————————————————

Lydenstyd is by uitstek die tyd om ’n eenvoudiger lewenstyl aan te kweek. Kyk wat is in jou huis wat jy nie gebruik nie, en gee dit weg aan iemand of ’n instansie wat dit nodig het. Kyk byvoorbeeld watter klere in jou kas het jy nie die afgelope seisoen gedra nie. As jy dit nie benut nie, is daar iemand anders wat dit kan gebruik. En as jy nie weet vir wie om dit te gee nie, bring dit kerk toe. Daar is ’n netwerk van vennote wat met arm mense werk wat dit waarskynlik kan gebruik.

—————————————————————

Vou ’n palmkruisie vir Palmsondag. ’n Mens het ’n Palmblaar nodig, maar kan ook blare gebruik van ander plante met lang, dun blare. Op die internet is daar baie video’s wat vir ’n mens wys hoe dit gedoen word. Soek byvoorbeeld op YouTube deur die woorde “Palm cross tutorial” in die soekfunksie in te vul.

—————————————————————