Wanneer jy bid

Wanneer jy bid… soos Paulus

Koos van der Merwe | Eden Gemeente | 1 Februarie 2026

Vir ’n oomblik, roep in jou verbeelding twee paartjies op…

Die eerste paartjie is, op papier, die perfekte pasmaats. Hulle kinders is suksesvol. Hulle is lief vir hulle twee kleinkinders. Hulle is intellektuele gelykes. Albei het doktorsgrade in die letterkunde, hulle bestuur saam ’n suksesvolle konsultasiefirma, en hulle gesprekke by ’n dinee is legendaries. Hulle kan mekaar se sinne voltooi wanneer hulle oor filosofie debatteer en mekaar se skuiwe in ’n skaakspel vooruitloop. Hulle lewe draai om hulle loopbane, hulle kinders, gedeelde projekte, intellektuele respek, doeltreffende vennootskap… Maar as jy stil saam met hulle sou sit, sou jy dalk ’n sekere koelheid in die lug opmerk. Daar is ’n duidelike gebrek aan warmte, aan spontane teerheid. Hulle praat oor dinge, maar hulle praat selde oor hoe hulle voel. Daar is respek, maar baie min liefkosings. Hulle het ’n verhouding van saamdink, saamstem, maar die saamvoel is afwesig die hart van die verhouding is koel en grys…

Stel jou nou ’n tweede paartjie voor. Hulle het ’n warrelwindromanse gehad. Die chemiese konneksie, die hormonale entoesiasme, was van die eerste oomblik af onmiskenbaar. Hulle is diep, passievol ingestel op mekaar se emosionele toestand. Hulle is liefdevol, lewendig, en vol lag. Hulle voel ’n sterk, warm,, byna mistieke konneksie. Maar soos die jare aanstap, begin krake verskyn. Hulle sukkel om oor finansies te praat, om vir die toekoms te beplan, of om komplekse ouerskapbesluite te navigeer. Wanneer meningsverskille opduik, het hulle geen gedeelde intellektuele raamwerk of kommunikasievermoëns om op terug te val nie, slegs ’n wisselvallige see van gevoelens. Hulle is lief vir mekaar, maar hulle het nie die gereedskap om ’n lewe saam te bou nie. Hulle het soms die ontmoeting van hart en vel, maar die denke is agtergelaat.

Nie een van hierdie verhoudings is werklik gesond of volhoubaar nie. Hoekom nie? Omdat geen mens net ’n ontliggaamde verstand is nie, maar ook is geen mens net bondels emosies nie. Ons is heel mense. ’n Gesonde, gelukkige, blywende, diep menslike konneksie vereis albei —die vonk van intellektuele sinergie én die warmte van emosionele intimiteit. Skei dit van meaar en ’n verhouding kan nie floreer nie.

Hierdie prentjie is baie naby aan die dilemma wat soveel van ons in ons geestelike lewens het. Ons is dikwels produkte van, of reageer teen, een van hierdie twee uiterstes in hoe ons ons geloof individueel en in ’n gemeente uitleef.

Miskien het jy grootgeword in ’n kerk wat soos die eerste paartjie was: die intellektuele klem, dogma en teologie is prominent. Miskien selfs die hoogmoedige oortuiging van onaanvegbaarheid. “Ons is die vesting van die waarheid.” Jy het die belydenisskrifte geleer, katkisasieklasse, onderhoude, morele lesings oor wat reg en verkeerd is. Maar as jy eerlik is, het daardie geloofsomgewing koud en leeg gevoel. Dit het gevoel soos ’n geloof van die kop, maar dit het selde jou hart aangeraak. Jy moes leerstellings oor God verstaan en daarmee

saamstem, maar jy kon God nie ervaar nie—soms is jy selfs gewaarsku teen ervarings. En jy het daardie omgewing verlaat, nie omdat jy dink waarheid, en reg en verkeerd is nie belangrik nie, maar omdat jy gesmag het na warmte, na lewe, na die tasbare teenwoordigheid van God.

Of miskien kom jy uit die teenoorgestelde agtergrond. Jy was deel van 'n geloofsomgewing wat soos die tweede paartjie was: passievol, emosioneel, vol lewendige aanbidding en kragtige getuienisse. Jy het die teenwoordigheid van die Here gevoel. Jy het tye van geestelike ekstase beleef. 'n Godsdiens van die hart. Maar as jy eerlik is, het jy soms gevoel dis gebou op 'n wankelrige fondament. Lering was dun, die klem was altyd op subjektiewe ervaring, en toe die moeilike vrae van die lewe kom, of toe die emosionele hoogtepunt verdwyn, het jy gevoel jou geloof het nie 'n anker nie. Selfs in oomblikke van terapeutiese gesprek was alles net te subjektief—dalk met te eenvoudige oplossings vir komplekse probleme en vrae. En jy het daardie omgewing verlaat, nie omdat jy belewenis wantrou nie, maar omdat jy smag na diepte, na substansie, na 'n geloof wat kan staan wanneer jou gevoelens wankel en belewenisse onbevredigend of afwesig is.

So is baie van ons vlugtelinge van die een of die ander uiterste, op soek na 'n geestelike tuiste waar ons volkome mens kan wees. 'n Plek waar ons nie hoef te kies tussen ons kop en ons hart nie.

Die goeie nuus is dat God ons nie vra om te kies nie. In vandag se teksgedeelte gee Paulus vir ons 'n bloudruk vir 'n geïntegreerde, 'heel' geloof, 'n geloof en spiritualiteit waar...

- Belewenis en Beredenering
- Verwondering en Verstand
- Intuïsie en Intellek
- Mistiek en Metode
- Hart en Hoof

... in 'n lewegewende vennootskap saamwerk."

Kom ons lees dit saam:

1 Korinthiërs 14:12-19

12So moet julle ook, terwyl julle streef na geestelike gawes, probeer om uit te munt tot stigting van die gemeente.

13Daarom moet hy wat in 'n taal spreek, bid dat hy dit kan uitlê.

14Want as ek in 'n taal bid, dan bid my gees, maar my verstand is onvrugbaar.

15Hoe staan die saak dan? Ek sal met die gees bid, maar ek sal ook met die verstand bid. Ek sal met die gees psalmsing, maar ek sal ook met die verstand psalmsing.

16Anders, as jy met die gees dank, hoe sal hy wat die plek van 'n onkundige inneem, amen sê op jou danksegging, aangesien hy nie weet wat jy sê nie?

17Want jy dank wel goed, maar die ander een word nie gestig nie.

18Ek dank my God dat ek meer in tale spreek as julle almal;

19maar in die gemeente wil ek liewer vyf woorde met my verstand spreek om ook ander te onderrig, as tienduisend woorde in ’n taal.

Die Bloudruk vir Heelheid: Wat die Sielkunde en die Skrif Bevestig

Paulus, wat tweeduisend jaar gelede geskryf het, beskryf ’n beginsel van menslike heelheid en geluk wat die moderne sielkunde nou eers ten volle begin definieer. Die behoefte aan die geïntegreerdheid van die logies/intellektuele en die emosioneel/intuïtiewe is is nie net ’n godsdienstige idee nie; dit is in die wese van ons menswees ingeweef.

Dink weer aan die huwelik. Dr. John Gottman, waarskynlik die wêreld se voorste navorser oor huwelikstabiliteit, het dekades lank bestudeer wat verhoudings laat hou. Na waarneming van duisende paartjies is sy bevindinge duidelik.

Two pillars of a healthy marriage (John Gottman—The Science of Trust: Emotional Attunement for Couples)

emotional attunement:

awareness, tolerance, non-defensive listening, understanding, and empathy towards a partner's emotions

shared meaning: the importance of couples creating a shared sense of purpose and meaning through rituals, roles, goals, and symbols

Kom ons dink aan hierdie twee pilare...

Emosionele ingestemdheid is die vermoë om in voeling te wees met jou maat se innerlike wêreld, konneksie, om te voel wat hy of sy voel, en om empatie en warmte te bied. Die kuns van die hart. Paulus sê dat daar in ons gebedslewe ’n ekwivalent is, gebede waar inhoud en verstaan nie die klem is nie, maar belewenis, saamwees. ’n Aanvoelings-element, ’n mistiese konneksie...

Gedeelde betekenis is in die huwelik die tweede pilaar, die kognitiewe komponent—om ’n lewe saam te bou gebaseer op gedeelde waardes, doelwitte, oortuigings, verantwoordelikhede en lojaliteite, rolle, rituele en gewoontes. Ook hier sê Paulus is daar in ons gebedslewe ’n ekwivalent. Gesprek met God rondom definitiewe behoeftes, pligte. Die gebed van die verstand.

Gottman skryf dat ’n verhouding sonder emosionele ingestemdheid bloot ’n pragmatiese vennootskap word. Dalk verloop die praktiese, die finansiële, en selfs gesins-aspekte vlot, maar innerlik is daar eensaamheid. Aan die anderkant, sê hy, as daar net ‘emotional attunement’ is, word die huwelik net ’n reeks genotvolle maar losstaande oomblikke, sonder die stabiliteit van ander nie-romantiese kommunikasie en ooreenstemming in besluite en doelwitte. Om werklik gelukkig en gesond te wees, het ’n huwelik albei pilare nodig. Emosionele konneksie en intellektuele of strategiese saamwees.

Ons sien dieselfde vennootskap in die manier waarop 'n kind ontwikkel. In hulle baanbrekersboek, The Whole-Brain Child, verduidelik dr. Daniel Siegel en dr. Tina Payne Bryson dat 'n kind se brein, eenvoudig gestel, verdeel is in 'n "bo-verdieping brein" en 'n "onder-verdieping brein." Die onder-verdieping brein is die primitiewe deel—dit is verantwoordelik vir groot emosies soos woede en vrees, ons intuïtiewe gevoelens, ons veg-of-vlug-instinkte. Dit is die setel van aanvoeling, intuïtiewe reaksie, en ingesteldheid. Die bo-verdieping brein is die meer gesofistikeerde, logiese deel, verantwoordelik vir beplanning, selfbeheersing, kritiese denke en moraliteit.

Die hele doel van gesonde ouerskap, sê hulle, is om 'n kind te help om 'n trap tussen hierdie twee vlakke te bou. 'n Kind wat net in sy onder-verdieping brein leef, word deur chaotiese emosies regeer. 'n Kind wat gedwing word om net in sy bo-verdieping brein te leef, word 'n rigiede, emosioneel-uitgedaagde persoon. 'n Gesonde, gelukkige, deernisvolle, en sterk persoon is een wie se verstand en emosies 'n kundige konneksie met mekaar het. Wanneer 'n kind in 'n vloermoer is (onder-verdieping brein), begin goeie ouers nie met 'n logiese lesing nie (bo-verdieping brein). Hulle maak eers 'n emosionele konneksie—'n drukkie, 'n sagte stem, die bevestiging van die gevoel. "Connect and redirect" is die wyse manier. Eers erken jy die intuïtiewe gevoelsmens; dan probeer jy kommunikeer met die logiese begripsmens.

Die patroon van ons innerlike wêreld, van menswees. In ons mees intieme romantiese verhoudings en in ons mees fundamentele ontwikkelingsjare kom heelheid uit die gesonde balans tussen die intuïtiewe gevoelswêreld en die logiese begripswêreld in my wese. Om nie die logiese, die kognitiewe, van die intuïtiewe, die emosionele te skei nie. Om 'n gesonde, heel, lewende mens te wees, is om 'n denkende én voelende wese te wees. En as dit waar is vir ons verhoudings met mekaar, hoeveel te meer moet dit nie waar wees vir ons verhouding met die Here nie?

Terug na...

Paulus se Diagnose in Korinte: Wanneer die mistiese en die verstandelike in wanbalans is.

Dit is presies die kwessie wat Paulus in Korinte aanspreek. Die gemeente in Korinte was soos 'n energieke, begaafde, maar ongedissiplineerde kind, wat heeltemal in sy onder-verdieping brein geleef het. Hulle was ywerig, passievol vir geestelike ervarings, veral die dramatiese gawe van tale. Hulle oorbeklemtoning van belewenis het chaoties geword. Hulle aanbidding was verwarrend, selfbehep, en uiteindelik onbehulpsaam.

Paulus wil die mistieke nie demp nie, maar sy raad gaan oor balans en wysheid. Hy gebruik die Griekse woord...

oikodomé: stigting—om 'n huis te bou.

Hy sê, dis goed dat julle so oop is vir ervarings met die Heilige Gees. Maar meet alles in julle geestelike ervarings in julle samekomste aan die vraag of dit die hele gemeente opbou, versterk, en of dit verstaanbaar is.

Die gees en die verstand wat mekaar nie opponeer nie, maar help.

In vers 14 maak hy ’n baie belangrike onderskeid: “Want as ek in ’n taal bid, dan bid my gees, maar my verstand is onvrugbaar.” Gees en verstand...

pneuma en nous

Die pneuma is ons unieke, individuele, God-verbonde kern, die diepste deel van ons wese wat met God kommunikeer, selfs buite die nodigheid van verstaanbare woorde. Paulus bevestig hierdie misterieuse aspek van ons verhouding met God, hy verwerp dit nie. Maar hy sê dat sulke individuele ervarings nie die spasie van gemeentelike spiritualiteit moet inneem nie. Want indien dit sou, dan is die nous—ons intellek, ons gesamentlike begrip, “onvrugbaar” of “bar.” Dit produseer niks vir enigiemand anders nie. My persoonlike ervaring, hoe wonderlik dit ookal vir myself is, help jou nie as jy dit nie kan verstaan nie.

Wat sê Paulus is die gesonde Christelike manier van aanbidding en gebed?

15Hoe staan die saak dan? Ek sal met die gees bid, maar ek sal ook met die verstand bid. Ek sal met die gees psalmsing, maar ek sal ook met die verstand psalmsing.

Paulus weier om te kies tussen ’n opregte, passievolle geloof vol innerlike belewenis, en ’n deurdagte, intelligente geloof, soekend na waarheid, sin en betekenis. Hy verbind hom tot albei. In sy unieke persoonlike toewyding sal hy begeer om ekstatiese gemeenskap met God te beleef en ook sy verstand te betrek in deurdagte, samehangende, verstaanbare gebed en lofprysing. Maar in die gemeentelike spiritualiteit, sê hy, is die persoonlike, unieke belewenisse altyd ondergeskik aan dit wat vir almal teenwoordig verstaanbaar en opbouend is.

Hoekom is dit so belangrik in ’n gemeentelike byeenkoms? In verse 16 en 17 sê hy as jy in die geeente se samekoms jou hart in onverstaanbare tale uitstort, hoe kan die persoon langs jou, die nuweling, die “buitestaander,” deelneem deur “Amen” te sê? “Amen,” wat “waarlik,” of “laat dit so wees” beteken, is die gemeente se manier om aan te sluit, om te sê: “Ja, daardie gebed is ook myne.” Maar jy kan nie opreg en eerlik saamstem met iets wat jy nie verstaan nie. Jou verstand moet betrokke wees. Paulus sê as jy jou persoonlike mistiese belewenis in die gemeente wil beleef, en in ekstase wil bid...

“...jy dank wel goed, maar die ander een word nie gestig nie.”

Die huis word nie gebou nie.

Dan, net sodat niemand hom kan beskuldig dat hy intellektuele hoogmoedig is en bang is vir geestelike ervarings, sê Paulus...

18Ek dank my God dat ek meer in tale spreek as julle almal;

19maar in die gemeente wil ek liewer vyf woorde met my verstand spreek om ook ander te onderrig, as tienduisend woorde in 'n taal.

Hy is meer misties of charismatiese as hulle almal. Maar, sê hy... en die wiskunde is oorweldigend, vyf verstaanbare, leersame woorde is vir die gemeente meer werd as duisende onverstaanbare individuele belewenisse of ekstatiese gebede in vreemde tale. Hoekom? Want vyf woorde wat die verstand betrek, kan *die huis bou*.

En dit bring ons by...

Die Simfonie van Aanbidding: Waar Gees en Verstand Omhels

Nêrens is hierdie integrasie van gees en verstand meer kritiek, of mooier moontlik, as in ons gemeentelike aanbidding nie, veral deur musiek en poësie. 'n Lied is 'n wonderwerk van integrasie. Dit is die perfekte huwelik van pneuma en nous, gees en verstand, die redelike en die mistiese.

Die lirieke van 'n aanbiddingslied is die kognitiewe komponent—die nous. Dit verwoord ons teologie, besing waarhede oor God se karakter, hervertel die verhaal van verlossing. Wanneer ons sing "Groot is u trou, o Heer, my God en Vader," maak ons 'n spesifieke, intellektuele aanspraak oor die aard van God gebaseer op die Skrif. Ons verstand is betrokke.

Maar daardie woorde word gedra op die voertuig van melodie, harmonie en ritme. Musiek is die taal van die siel. Dit omseil ons logika-sentrums en praat direk met ons emosies—die pneuma. Dit kan emosies van vreugde, hartseer, ontsag, verlange, skuld en die behoefte aan belydenis, verwondering en verootmoediging, oproep op maniere wat gesproke woorde alleen nooit kan nie. Melodieë en poëtiese woorde kan 'n teologiese waarheid van my kop na die diep plekke van my gees dra en dit in my emosionele geheue bêre.

Die teoloog Jeremy Begbie sê dat musiek die krag het om ons persepsies te herstem. Hy skryf:

"Music, by engaging us in time, shaping our kinetic and emotional energies, can school us in the specific dynamics of the Christian gospel." (Jeremy Begbie)

Musiek vertel ons nie net van genade nie; dit kan ons die werklikheid van genade laat voel. Dit lig ons nie net in oor hoop nie; dit kan ons harte begelei na plekke van hoopvolheid.

Dink aan die verskil tussen hierdie twee stellings:

Stelling een poog om 'n teologiese konsep so korrek en feitlik as moontlik te verwoord:

"Die leerstelling van Goddelike voorsienigheid bevestig dat God soewereine mag het om in sy groot welwillendheid alle gebeure in die heelal te bestuur vir sy uiteindelike heerlikheid en die welsyn van sy volk."

Dit is waar. Dit is belangrik. Dit betrek die nous.

Stelling twee is die eerste vers van ’n gedig deur die Engelse digter William Cowper:

“God moves in a mysterious way,

His wonders to perform;

He plants His footsteps in the sea,

And rides upon the storm.”

(William Cowper)

Watter een raak jou dieper? Albei dra dieselfde waarheid oor, maar die tweede een omvou die waarheid in poësie en metafoor, en nooi ’n mens nie net om intellektueel saam te stem nie, maar om jou wese in daardie waarheid te laat vertoef, om jou lewe daardeur te inspireer. Dit betrek die mistiese en die intellektuele. Dis hoekom die Psalms, Israel se gebedeboek, nie ’n sistematiese teologiehandboek is nie; dis gedigte wat bedoel is om gesing te word. Rou, emosionele en passievolle gedigte, wat tog ook diep teologiese waarhede verwoord. Die integrasie van pneuma en nous.

Ons eredienste en groepsbyeenkomste het daarom oomblikke van stilte en oordenking nodig, oomblikke van uitbundige lof, en oomblikke van ontsag en verootmoediging. Preke of leringe wat Bybels die wil en intellek uitdaag is (nous), maar ook wat ook iets doen aan my hart. Gebede wat beide deurdag is en spontaan opreg is. Liedere met ryk inhoud maar wat ook musikaal ontroerend is. Ons mik nie na ’n lesingsaal nie, en ons mik nie na ’n rockkonsert nie. Ons mik na die huis van God, waar heel mense hulle hele self—verstand en gees—kan bring om God te aanbid.

Kom ons sluit af. Paulus sou onthou hoe Jesus gepraat het oor ’n mens se verhouding met God. Dat elke deel van jou wese betrokke moet wees…

Om God met alles in jou lief te hê.

’n Skrifgeleerde het vir Jesus gevra wat die groot gebod is. Jesus kombineer twee verse in Levitikus en Deutoronomium. Dit is sy antwoord:

Lukas 10:27

Jy moet die Here jou God liefhê uit jou hele hart en uit jou hele siel en uit jou hele krag en uit jou hele verstand; en jou naaste soos jouself.

Dis hoekom Paulus leer dat ons kan groei om God te leer ken en dien, in beide die intuïtiewe mistiese ervarings van die binneste, én die strewe na groei in die intellektuele, die denkende aspekte van geloof.

As jy hoofsaaklik verstand-gefokus is, nooi die Here jou dalk op ’n meer mistiese reis. Oomblikke van stilte. Tye in die natuur. Dalk moet jy vir ’n paar weke in net een Skrifgedeelte vertoef. Jou hart daarvoor oopmaak totdat jy ervaar God praat met jou persoonlik. Dalk moet jy musiek ’n deel maak van jou stiltetyd.

As jy hoofsaaklik hart-gefokus is, moet jy dalk besluit oor struktuur, ritme en doelwitte. Dalk ’n eerlike gespek met ’n geestelike mentor. Verbind jou tot ’n Bybelleesplan wat jou dwing om met die moeilike dele van die Skrif te worstel, nie net die verse wat jou goed laat voel nie. Om jou verstand belangrik te ag in jou godsdiens sal belewenis nie demp nie, dit sal dit eerder verryk

Ons het begin met die beeld van twee paartjies. Die een het ’n huwelik van die verstand gehad; die ander, ’n huwelik van die hart. Albei was bestem vir teleurstelling omdat hulle huwelik gebou was op ’n gedeeltelike visie van wat dit beteken om mens te wees en wat dit beteken om in ’n verhouding te wees.

Die goeie nuus van die evangelie is dat God ons nooi in ’n verhouding wat heel en volledig is. Die Bybel noem die kerk die Bruid van Christus. Dink aan wat dit beteken. Jesus, ons bruidegom, wil nie ’n bruid hê wat net ’n teologie-eksamen kan slaag, maar wie se hart koud teenoor Hom is nie. Hy wil ook nie ’n bruid hê wat emosioneel verlief is, maar geen werklike belangstelling het om te weet wie Hy werklik is of wat Hy werklik begeer nie.

Hy wil ’n bruid hê wat Hom liefhet met haar hele wese. ’n Gemeente met lidmate wat sal worstel met die dieptes van Romeine en sal huil by die skoonheid van die Psalms. Wat Hom sal dien met toegewyde verantwoordelikheid en ’n diep soeke na intieme teenwordigheid. Wat met die gees en met die verstand sal bid. Wat met die hart en die verstand op sy teenwoordigheid en sy wil sal wag.

Uit Jesus se eie lewe het hierdie volkomenheid gestraal. Diep kennis van die Skrifte. Maar ook kunstige metafore, lesse uit die natuur, kriptiese uitsprake, humor. Ongekende wysheid. Uitbundige blydskap. Intense hartseer. Diep betrokke in die sinagoge en die tempel, maar dikwels op berge, in tuine, woestyne. Rituele, die doop, die nagmaal. Die volmaakte toewyding aan sy Vader met elke deel van sy wese.

En selfs sy liggaam. Sy bloed. Die grootste ritueel en simbool was by Hom op Golgota. nie ritueel of simbool nie. Dit was werklik. Wil jy weet van passie. Kyk na die kruis. Wil jy weet van bid met alles in jou wese, jou liggaam jou siel, die diepste resesse van emosie, luister na Jesus aan die kruis.

Hierdie Here roep jou vandag om met jou hele wese te lewe. In jou verhoudings met die mense in jou lewe. En met Hom.