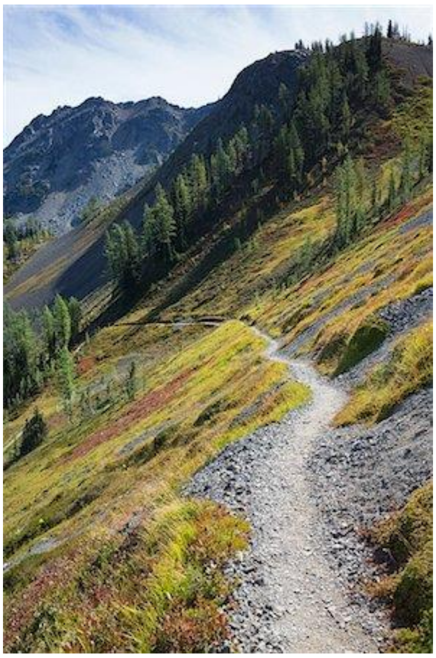
Going back – Week 2: "Ek kyk op na die berge. Waar sal my hulp vandaan kom?"



With time we learn that we are preserved by God – that with each step we take, no matter how right of wrong, no matter how wise or foolish – no matter what doubts we entertain or endure – no matter accidents we experience – we are preserved by God; we are accompanied by God... With experience we do learn that the Lord is with us – that even though our feet may stumble and falter, the Lord will preserve us from evil and He will keep us.

Eugene Peterson

Daar is 15 Psalms (120-134) wat die Jode gebid en gesing het oppad na die tempel toe. Hulle het probeer om 3 x per jaar by die groot feesdae saam in Jerusalem by die tempel te wees. **Ons noem dit *Pelgrimsliedere.*** Oppad tempel toe is hierdie Psalms gesing/gebid, maw op hierdie manier **het hulle hulleself voorberei om in die tempel te kom of om weer in die teenwoordigheid van die Here te kom.**
Hieruit kan ons leer vir ons eie lewe: Hierdie Psalms is gesing deur en bedoel vir mense oppad terug na die Here toe… mense wat nog nie by die eindbestemming is nie… daar is meer om na uit te sien, die begin van 'n nuwe journey… waarin ons ons harte kan voorberei vir 'n ontmoeting met die Here.

Ek wil jou uitdaag om vir 2 maande hierdie Psalms/gebede saam met my te bid…

CONNECT met mekaar: Watter uitdagings is voor jou in hierdie week? Dit kan enige iets wees – 'n challenge by die werk, of in 'n verhouding, of iemand wat jy ken wat siek is, of finansiële probleme, maak nie saak nie.

CONNECT met die Here:

- **Raak eers net stil**
- **Maak jou hande oop asof jy iets gaan ontvang** – *dalk wil jy vir die Here iets weggee…*
- **Gee nog kans vir stilgebed en wag 'n paar oomblikke**
- **Laat een persoon Psalm 121 as gebed lees, herhaal vers 1 hardop:** *"Ek kyk op na die berge. Waar sal my hulp vandaan kom?"*
- **Bly nog stil vir 'n minuut of wat voor julle "amen" sê.**

CONNECT met die Here se Woord - **Lees nou Psalm 121 weer.**

Onthou: Hierdie psalms is gesing en gebid oppad tempel toe. **Dit wil ons dus voorberei om voor God te verskyn.** Die tweede gebed wat ons moet bid as ons hierdie journey aanpak, is die gebed: ***"Ek kyk op na die berge. Waar sal my hulp vandaan kom? My hulp kom van die Here wat hemel en aarde gemaak het.***

Daar is 3 moontlike verklarings vir die "opkyk na die berge..."

1. **Die skrywer kyk rondom hom, hy sien die berge waaroor hy moet reis en is bang vir wat voorlê, want hy ken die gevare en weet dat dit nie maklik gaan weees nie.**
   Watter uitdagings is voor jou?
   Waarvoor is jy bang?

2. **Op die bergtoppe en hoogste heuwels is die altare en simbole van allerhande gode aangebring. Die skrywer kyk rondom hom en sien die opsies wat hy het – watter een gaan hy kies? Waar gaan sy hulp vandaan kom?**
   Hoekom het jy die Here gekies as die een waarvandaan jou hulp sal kom?

3. **Hy kyk na die berge en staan verstom en verwonderd oor die grootheid daarvan en is hierdie verklaring eerder 'n bevestiging van sy geloof: "Ek weet waar my hulp vandaan kom!"**
   As jy na die skepping kyk, wat sien jy daarin raak van die Skeppergod?

Die res van die Psalm vertel dan hoe hierdie Skeppergod die skrywer (*en elke reisiger oppad na 'n ontmoeting met God)* **beskerm. Wat beteken elkeen van hierdie stellings vir jou?**

- **V 3:** Hy sal nie toelaat dat jy struikel nie...
- **V 3b-4:** Hy slaap en sluimer nie...
- **V 5:** Hy bewaar jou van alle gevaar – Ou Vertaling sê: Hy is jou skaduwee aan jou regterhand.
- **V 6:** Nie die son of maan sal jou bedreig nie... (*sonsteek en maansteek?)*
- **V 7:** Hy sal jou lewe beskerm...
- **V 8:** Hy sal jou beskerm waar jy ook al gaan...

CONNECT met die Here:

Ons gaan vir die volgende 10 weke by hierdie 15 Psalms leer hoe om te bid as ons wil terug-gaan na die Here toe (*en ook sommer om ons harte voor te berei vir ons teruggaan kerk toe*).

Elke week gaan ons 'n nuwe gebed aanleer. Die challenge is om die Psalm elke dag van die week 'n paar keer te lees en elke keer die gebed van die Psalm te bid:

Gebed vir week 2: "Ek kyk op na die berge. Waar sal my hul vandaan kom. My hulp kom van die Here... Hy beskerm my."

Lees weer Psalm 121 as stilgebed

Gee vir elkeen kans om op sy eie te bid

Lees dan hardop Psam 134 (*Ons gaan elke week met hierdie Psalm afsluit***)**