’n Rasioneel-analitiese pastorale model om pastorante in die vernuwing van denke te begelei

S SWART

orcid.org/0000-0001-9806-9505

Proefskrif voorgelê ter nakoming vir die graad *Philosophiae Doctor in Pastoraal* aan die Noordwes-Universiteit

Promoter: Dr. A.L. du Plessis

Gradeseremonie: Julie 2019

Studentenommer: 24279870

ERKENNING

Met ’n gevoel van byna skok en verlies het ek onlangs die laaste woord van die proefskrif getik. Navorsing verg soveel gebed, ure der ure van nalees, skryf en hersien van wat geskryf is, dat ek glo talle mede-navorsers het al hierdie oomblik van “wat nou?” beleef wanneer die slothoofstuk voltooi is.

Ja, natuurlik was daar baie momente van spanning en vertwyfeling, maar nooit kan dit die onbeskryflike voorreg van studie en toegang tot ander se kundigheid oorskrei nie. Alle dank en eer dus aan Hom uit Wie, deur Wie en tot Wie alles is, vir die voorreg van elke bladsy wat gelees en elke woord wat geskryf kon word.

Onuitspreeklike dank teenoor Dr Amanda du Plessis vir haar kundige en geduldige begeleiding. Amanda, met jou saam sal ek ’n oorlog ook aandurf! Dankie aan die Ferdinand Postma biblioteekpersoneel, Nico Nel vir die taal- en teksversorging en die mense na aan my wat die proses met geduld en deernis meegemaak het.

SONIA SWART

ABSTRAK

OPSOMMING

Onveranderde denke lei tot onveranderde optrede. Die studie het ten doel gehad om ’n rasioneel-analitiese pastorale model daar te stel om pastorante in die vernuwing van denke te begelei en vanuit ’n Christelike raamwerk die invloed van denke op ʼn persoon se gedrag te ondersoek. Die studie is aan die hand van die model van Osmer (2008) gedoen, wat die volgende take behels het. Daar is deur middel van ʼn deskriptiewe empiriese literatuurondersoek bepaal wat die effek van verkeerde denke in die gelowige se lewe is. ʼn Diepgaande interpretatiewe literatuurstudie is aangewend om vas te stel watter metodes multidissiplinêr gebruik word in die begeleiding van die vernuwing van denke. Die normatiewe aspekte is deur die eksegese van relevante Skrifgedeeltes volgens die model van Douglas Stuart (2009) bespreek om te bepaal wat die Bybelse perspektiewe op die vernuwing van denke behels. Die pragmatiese gedeelte is hanteer deur aan te toon hoe die daarsteling van ’n rasioneel-analitiese pastorale model pastorante in die vernuwing van denke kan begelei.

Die deskriptiewe empiriese literatuurondersoek het ondermeer aangetoon dat skadelike denke universeel voorkom en die persoon op alle vlakke van menswees nadelig kan beïnvloed. Terselfdertyd kan gebalanseerde, konstruktiewe denke ‘n teëvoeter vir faktore soos stres wees. Die interpretatiewe literatuurstudie het daarop gedui dat multidissiplinêre wetenskappe soos die neurowetenskap aangewend kan word om misleidende breinboodskappe te hanteer en dat die brein vorm- en beïnvloedbaar is, terwyl die normatiewe aspekte aangetoon het dat om God met die verstand lief te hê, beteken dat Hy nie met blinde toewyding nagevolg moet word nie, maar ook met die intellek en dat oorgawe en vernuwing van denke deel van die heiligingsproses is.

‘n Rasioneel-analitiese model is voorgestel rondom die regulering van limbiese reaksies, aanvaarding (teenoor onderdrukking) van gedagtes en die rol van bewustheid. Die impak van snellergebeure, die belangrikheid van innerlike oortuigings en/of die binnegesprek is bespreek, asook die herkonstruksie van gedagtes en die uitwerking van gebalanseerde denke.

Sleutelwoorde: denke, vernuwing van denke, Bybelse perspektiewe, pastorale berading, rasioneel, analities.

ABSTRACT

Unaltered thoughts lead to unaltered actions. The study aimed to set a rational-analytical pastoral model to guide counsellees in renewing their thoughts and to investigate from a Christian framework how thoughts influence a person’s behaviour. The study is based on the model of Osmer (2008) which encompasses the following tasks. It was determined by means of an empirical literature review what the effects of erroneous thoughts are in a believer’s life. An in depth interpretive literature review was applied to determine which methods were used in related disciplines in the guidance of renewal of thoughts. The normative aspects were addressed by exegesis of the relative Scriptural passages according to the model of Douglas Stuart (2009) to determine what the Biblical perspectives are on the renewal of thoughts. The pragmatic section is addressed by pointing out how the establishment of a rational-analytical pastoral model can guide counsellees in the renewal of their thoughts.

The descriptive empirical literature review showed, amongst others, that harmful thoughts exist universally and can negatively influence a person on all levels of being human. At the same time balanced, constructive thoughts can be a counter to factors such as stress. The interpretive literature review indicated that related sciences such as the neuro-sciences can be used to address misleading brain messages and that the brain is adaptable by form and influences while the normative aspects showed that to love God with the mind does not mean that He must be followed with blind dedication, but also with the intellect and that surrender, and renewal of thought is part of sanctification.

A rational-analytical model is proposed around the regulation of the limbic reactions, acceptance (in contrast to suppression) of thoughts and the role of the consciousness. The impact of triggers, the importance of inner convictions and/or the inner contemplation are discussed, as well as the reconstruction of thoughts and the effects of balanced thoughts.

Key words: thoughts, renewal of thoughts, Biblical perspectives, pastoral counselling, rasional, analytically.

INHOUDSOPGAWE

HOOFSTUK 1 – INLEIDING EN PROBLEEMSTELLING

1.1	**TITEL EN SLEUTELWOORDE**	**13**
1.1.1	Titel	13
1.1.2	Sleutelwoorde	13
1.2	**AGTERGROND EN PROBLEEMSTELLING**	**13**
1.3	**VOORLOPIGE LITERATUURSTUDIE EN KONTEKSTUALISERING**	**16**
1.4	**MOTIVERING**	**18**
1.5	**NAVORSINGSVRAAG EN VERDERE VRAE**	**19**
1.5.1	Navorsingsvraag	20
1.5.2	Verdere vrae	20
1.6	**DOELSTELLING EN DOELWITTE**	**20**
1.6.1	Doelstelling	20
1.6.2	Doelwitte	20
1.7	**SENTRAAL-TEORETIESE ARGUMENT**	**21**
1.8	**NAVORSINGSMETODOLOGIE EN –ONTWERP**	**21**
1.9	**ETIESE IMPLIKASIES**	**22**

1.10 VOORGESTELDE HOOFSTUKINDELING 22

HOOFSTUK 2 - ’N VERGELYKENDE LITERATUURSTUDIE RONDOM DIE VERNUWING VAN DENKE

2.1 INLEIDING 23

2.2 KRITIESE EVALUERING VAN ’n VERGELYKENDE LITERATUURSTUDIE 23

2.3 DIE ONTWIKKELING VAN GESAGHEBBENDE PASTORAAT EN PASTORALE WETENSKAP 23

2.3.1 Praktiese teologie 23

2.3.2 Pastorale sorg 25

2.4 WAT IS DENKE? 28

2.5 DIE INVLOED VAN DENKE 30

2.5.1 Die invloed van denke op die geestesdimensie 30

2.5.2 Die rol van denke binne die gees, siel en liggaam verbintenis 33

2.5.3 Die invloed van denke op emosionele belewenis 36

2.5.4 Die invloed van denke op gedragshandelinge 42

2.6 SAMEVATTING 44

HOOFSTUK 3 – ’n MULTIDISSIPLINêRE BLIK OP DIE BEGELEIDING VAN PASTORANTE IN DIE VERNUWING VAN DENKE

3.1	**AGTERGROND**	**46**
3.2	**’n ONDERSOEKENDE LITERATUURSTUDIE**	**46**
3.3	**INLEIDENDE BESINNING OOR DENKE**	**46**
3.4	**DENKE EN DIE GEES**	**47**
3.4.1	Emosionele verwonding en skadelike godsdiensbeoefening	49
3.4.1.1	Geestelike verslawing	51
3.4.1.2	Ooreenkomste tussen ’n disfunksionele gesin en ’n disfunksionele kerkstelsel	51
3.4.1.3	Parallelle tussen alkoholisme enersyds en disfuksionele Christenskap andersyds	51
3.4.1.4	Ooreenkomste tussen chemiese- en godsdienstige verslawing	52
3.4.1.5	Kenmerke van toenemende godsdienstige verslawing	52
3.4.1.6	Die herstelproses	52
3.4.2	Geestelike mishandeling	53
3.4.3	Die ontwikkeling van sielkundige begrip ten opsigte van godsdiens en geestelikheid	54
3.5	**DENKE EN DIE SIEL**	**55**
3.6	**DENKE EN DIE LIGGAAM**	**68**

3.6.1 Neurowetenskap 68

3.6.2 Herstruktuering van negatiewe gedagtes 70

3.6.3 Misleidende breinboodskappe 71

3.6.4 Neuroplastisiteit 73

3.6.4.1 Selfgerigte neuroplastisiteit 74

3.6.4.2 Hoe gewoontes gevorm word 75

3.6.4.3 Gekonsentreerde fokusaandag 76

3.7 SAMEVATTING 76

HOOFSTUK 4 – SKRIFTUURLIKE PERSPEKTIEWE OP DIE VERNUWING VAN DENKE

4.1 INLEIDING 78

4.2 EKSEGETIESE MODEL VAN DOUGLAS STUART (2009) 80

4.2.1 Faset 1: Die oorsig van die perikoop 80

4.2.2 Faset 2: Kontekstuele aspek 82

4.2.3 Faset 3: Strukturele aspek 86

4.2.4 Faset 4: Taalkundige aspek 88

4.2.5 Faset 5: Openbaring van God 88

4.2.6 Faset 6: Integrasie aspek 89

4.3 EKSEGESE VAN GEKOSE PERIKOPE 89

4.3.1 1 Kronieke 28:1-21 89

4.3.1.1 Faset 1: Die oorsig van die perikoop 89

4.3.1.2 Faset 2: Kontekstuele aspek 91

4.3.1.3 Faset 3: Strukturele aspek 93

4.3.1.4 Faset 4: Taalkundige aspek 94

4.3.1.5 Faset 5: Openbaring van God 100

4.3.1.6 Faset 6: Integrasie aspek 101

4.3.2 Psalm 77:1-21 102

4.3.2.1 Faset 1: Die oorsig van die perikoop 102

4.3.2.2 Faset 2: Kontekstuele aspek 103

4.3.2.3 Faset 3: Strukturele aspek 104

4.3.2.4 Faset 4: Taalkundige aspek 105

4.3.2.5 Faset 5: Openbaring van God 106

4.3.2.6 Faset 6: Integrasie aspek 107

4.3.3 Matteus 22:34-40 108

4.3.3.1 Faset 1: Die oorsig van die perikoop 108

4.3.3.2 Faset 2: Kontekstuele aspek 110

4.3.3.3 Faset 3: Strukturele aspek 114

4.3.3.4 Faset 4: Taalkundige aspek 114

4.3.3.5 Faset 5: Openbaring van God 115

4.3.3.6 Faset 6: Integrasie aspek 116

4.3.4 Romeine 12:1-8 117

4.3.4.1 Faset 1: Die oorsig van die perikoop 117

4.3.4.2 Faset 2: Kontekstuele aspek 119

4.3.4.3 Faset 3: Strukturele aspek 121

4.3.4.4 Faset 4: Taalkundige aspek 123

4.3.4.5 Faset 5: Openbaring van God 125

4.3.4.6 Faset 6: Integrasie aspek 126

4.4 SAMEVATTING 126

HOOFSTUK 5 – ’n RASIONEEL-ANALITIESE PASTORALE MODEL OM PASTORANTE IN DIE VERNUWING VAN DENKE TE BEGELEI

5.1 INLEIDING 127

5.2 RASIONEEL-ANALITIESE MODEL 127

5.3 RASIONEEL-ANALITIESE PASTORALE MODEL VIR DIE VERANDERING VAN DENKE 127

5.3.1 Stap 1: Doelwitte rondom die verandering van gedagtes 127

5.3.2 Stap 2: Die pastorant se verhaal 130

5.3.3 Stap 3: Hanteer moontlike beperkings wat die verandering van denke negatief kan beïnvloed 142

5.3.4 Stap 4: Die ABC van gedagtevernuwing wat aanleiding gee tot gedragsverandering 145

5.3.5 Stap 5: Die D en E van gedagteverandering wat aanleiding gee tot gedragsverandering 149

5.3.6 Stap 6: Herhaling en verfyning van die teorie 152

5.4 EVALUERING VAN DIE MODEL 152

5.5 SAMEVATTING

HOOFSTUK 6 – FINALE GEVOLGTREKKINGS EN VOORGESTELDE AREAS VIR VERDERE NAVORSING

6.1 GEVOLGTREKKINGS VANUIT HOOFSTUK 1 156

6.2 GEVOLGTREKKINGS VANUIT HOOFSTUK 2 157

6.3 GEVOLGTREKKINGS VANUIT HOOFSTUK 3 159

6.4 GEVOLGTREKKINGS VANUIT HOOFSTUK 4 161

6.5 GEVOLGTREKKINGS VANUIT HOOFSTUK 5 162

6.5.1 Stap 1: Doelwitte rondom die verandering van gedagtes 163

6.5.2 Stap 2: Die pastorant se verhaal 163

6.5.3 Stap 3: Hanteer moontlike beperkings wat die verandering van denke negatief kan beïnvloed 164

6.5.4 Stap 4: Die ABC van gedagtevernuwing wat aanleiding gee tot gedragsverandering 165

6.5.5 Stap 5: Gedagteverandering wat aanleiding gee tot gedragsverandering 165

6.5.6 Stap 6: Herhaling en verfyning van die teorie 166

6.6 FINALE GEVOLGTREKKINGS 166

6.7 VOORGESTELDE AREAS VIR VERDERE NAVORSING 167

BRONNELYS 168

BYLAE:

Etiekklaringssertifikaat NWU-00224-18-A6 182

Taalversorgingsertifikaat 183

HOOFSTUK 1

INLEIDING EN PROBLEEMSTELLING

1.1 TITEL EN SLEUTELWOORDE

1.1.1 Titel

’n Rasioneel-analitiese pastorale model om pastorante in die vernuwing van denke te begelei

1.1.2 Sleutelwoorde

Denke, vernuwing van denke, Bybelse perspektiewe, pastorante, rasioneel-analities, pastorale model.

1.2 AGTERGROND EN PROBLEEMSTELLING

Die studie het ten doel om vanuit ’n Christelike raamwerk die invloed van denke op ʼn persoon se gedrag en uiteindelik ook lewensvervulling te ondersoek. Die gelowige word gereeld in preke, leesstof en Bybelstudies gemaan dat hy/sy ʼn verantwoordelikheid ten opsigte van sy/haar denke het (Janse van Rensburg, 2007:1830). Efesiërs 4:22-24 herinner die gelowige daaraan dat hoewel hy/sy in Christus nuutgemaak is, dit nie beteken dat sy/haar manier van dink en optrede summier na God se wil sal wees nie, maar aan ʼn proses van verandering onderhewig is (Janse van Rensburg, 2007:1830). Die voortdurende vernuwing van denke vorm deel van die gelowige se toewyding aan God. Tolmie (2009:1468) sluit aan by Grudem (1994:748) se beskrywing van heiliging van elke faset van die gelowige se lewe in sy/haar verklaring van die opdrag in Markus 12:30 dat die mens die Here met sy/haar hele verstand moet liefhê. Stern (1992:427) verwys na die offer-aspek van Romeine 12:1-2 as ʼn treffende metafoor uit die tyd toe daar tweemaal per dag diere offers gebring is. Hy som dit op met die woorde: “Presenting God your body for right action commences with your mind”. Romeine 12:1-2 prioritiseer die vernuwing van denke met die woorde “*laat God julle verander”.*

In die Christelike geloof word die heilsweg ingelei deur wedergeboorte en heiliging (König, 2006:214). Gelowiges poog toenemend om sondige gedrag af te sterf en hulself in gehoorsaamheid aan God te wy (König, 2006:214). Heiliging is die deelname aan Christus se opstandingslewe, maar die gelowige deel ook in sy dood vir die sonde (Rom 6; König, 2006:216). Galasiërs 5:22-23 verwys na die vrug van die Gees in die gelowige se lewe waarvolgens die deelname aan Christus se lewe, uiting vind. König (2006:216) som heiliging op as die werk van die Heilige Gees in gelowiges se lewe.

Crabb (1987:149) belig die belangrikheid van belydenis van sonde en skuld in die proses van heiliging:

> Repentance, a turning away from sin, should be central to our understanding of how change comes about. Entrance into that relationship requires repentance, a complete turnabout in our thinking.

Vergeer (2009:1765) wys daarop dat vir gelowiges ’n lewe van dankbaarheid, innerlike verandering en groei na geestelike volwassenheid, slegs moontlik is deur die verandering van denke (Rom 12:2). Verandering van denke[1] geskied deur die beoefening van geestelike dissiplines, soos byvoorbeeld die gelowige se omgang met God deur die luister na sy Woord, gebed en die bepeinsing oor sy/haar verhouding met God.

Talle pastorale beraders het al ondervind dat dit vir pastorante moeilik is om hulle gedrag of gewoontes te verander. Die blokkasie tot verandering kan ondermeer in verkeerde denke gesetel wees. Denke het waarskynlik nie net ’n invloed op persepsies en optrede nie (Crane, 2009:7), maar ook op die fisiese funksionering van die mens (Dickens *et al.*, 2008:414-420). Die rol van denke in ’n persoon se welsyn word nog dikwels onderskat. Daar is lank aanvaar dat die brein die mens se liggaam, denke en gedrag beheer (Schwartz *et al.*, 2005:1309). Faktore soos emosies, kennis (“knowing”) en die keuses wat mense maak is dus buite rekening gelaat wanneer welstand oorweeg word. Schwartz *et al.* (2005:1309) toon aan dat die omgekeerde egter waar is en dat hoe mense kies om te reageer en te dink, die brein se neurologiese samestelling as sodanig beïnvloed. Dit staan bekend as neuroplastisiteit[2] en dui op die brein se vermoë om deurentyd nuwe konneksies te vorm tussen die senuselle en neurons. Die boekomslag van “Master your thoughts transform your life” (Tibane, 2012) beklemtoon die invloed van denke op die mens se gedragspatrone:

> You cannot do anything or be anything without having a thought about it first. The thought might not be obvious; it can be subtle, it can be years old or it can be part of someone else's belief system. You also cannot change what you do, say or become without changing your thoughts.

Die aard van die kwessies wat pastorante uiteindelik in die kantoor van die pastorale berader laat beland, is omvangryk. Ehring en Watkins (2008:192-199) verwys byvoorbeeld na *different emotional disorders* wat

[1] In hierdie studie dui die term ‘verkeerde denke’ op denke buite die raamwerk van ’n Geesbeheerde lewe en kan daarom dan ook dui op die teenoorgestelde van die verandering van denke.

[2] “Neuroplasticity: The brain's ability to reorganize itself by forming new neural connections throughout life. Neuroplasticity allows the neurons (nerve cells) in the brain to compensate for injury and disease and to adjust their activities in response to new situations or to changes in their environment. Medical Definition of Neuroplasticity” - Medicine Net.

as gevolg van herhalende negatiewe denke kan ontstaan of in sekere gevalle, reeds bestaande afwykings selfs kan vererger.

In hierdie studie is daar sekere oorvleulings met ander wetenskappe soos die kognitiewe sielkunde en neurologie. Kognitiewe sielkunde is die studie van prosesse betrokke by die verwerking van inligting. Dit sluit ondermeer konsentrasie, die aanwending van taal, problemeemoplossing, kreatiwiteit en denke in. Hunter (2009) gee in die digitale tydskrif *Brain World* ’n historiese oorsig oor die ontwikkeling van kognisie in die sielkunde. Dit kan kortliks saamgevat word deur die volgende: Hippokrates het so vroeg soos 460-379 v.C. al toestande soos epilepsie as versteurings in die brein bestempel en ook bevind het dat die brein betrokke is by intelligensie en verskillende sensasies wat in die liggaam beleef word. Aristoteles (335 v.C.) was egter van mening dat die hart die setel van liggaamsprosesse is. Galen (177 n.C.) het die belangrike bevinding gemaak dat liggaamsprosesse wel deur die brein beheer word. Descartes (1649) was van mening dat die brein wel die liggaam mag beheer, maar dat die geestesprosesse en sielsdimensie van die mens nie uitsluitlik aan die brein gekoppel kan word nie. Willis (1664) het die anatomie van die brein beskryf, asook waarnemings gemaak soos dat reflekse deur die brein beheer word en dat ’n breinbesering tot verlamming van ’n bepaalde liggaamsdeel kan lei. Willis (1664) was die eerste persoon om die term neurologie te gebruik. Daar sal in die opvolgende hoofstukke meer breedvoerig hieroor uitgebrei word.

Die raakvlakke tussen hierdie betrokke wetenskappe (kognitiewe sielkunde en neurlogie) en die pastorale begeleidingsproses ten opsigte van die vernuwing van denke, word deur die volgende geillustreer. Alhoewel gevolgtrekkings rondom sekere gedragspatrone dikwels aanvegbaar is, word die oorsaak daarvan duideliker wanneer die optrede met ’n onderliggende biologiese meganisme verbind kan word. Die neurowetenskap verklaar die biologiese meganisme – die *hoe* – van gedrag met die bydrae van die bevestiging van die omvang van neuroplastisiteit: die brein is meer vormbaar as wat tevore vermoed is (Diamond & Amso, 2008:136-141). Die verandering in neuroplastisiteit word direk gekoppel aan die verandering van denke. Wanneer die pastorale berader pastorante suksesvol kan begelei in die vernuwing/verandering van denke volgens riglyne in die Woord (Fil 4:8-9), sal gedragsverandering en –aanpassing hieruit voortvloei. Die oogmerk is dus om pastorante te begelei tot ’n lewe van meer Godgerigtheid en daarom word daar aansluiting gevind by die rasioneel-analitiese model rondom denkevernuwing. Die Webster-woordeboek omskryf die samestelling van die term soos volg:

- rasioneel: *having reason or understanding, relating to, based on, or agreeable to reason*
- analities: *analysis or analytics; especially**:** separating something into component parts or constituent elements.*

Die rasioneel-analitiese model is ontwikkel ter verduideliking van die funksie, doel en struktuur van bewuste denke deur die aanname dat bewuste denke by die omgewingstruktuur aanpas (Anderson, 1991:471-517). In hierdie sin word pastorante se gedrag dus bepaal deur analitiese rasionalisering van sy/haar persepsies (oordele en oortuigings) ten opsigte van die omgewingstruktuur waarin hulle hul bevind. Die werklikheid is egter dat hierdie denkproses nie in ŉ klinies objektiewe spasie geskied nie, maar wel in koppeling met geheue van vorige ervarings (Spohn, 2002:250). Vorige ervarings wat gebaseer is op pynsituasies wat nooit verwerk en hanteer is nie, lei noodwendig tot wanpersepsies. Hierdie subjektiewe gedagtepatrone, het ŉ invloed op hoe pastorante op die omgewingstruktuur sal reageer. Dit kan beskryf word soos iemand wat deur ŉ stukkende ruit uitkyk op die tuin – die beeld is verwronge.

1.3 VOORLOPIGE LITERATUUROORSIG EN KONTEKSTUALISERING

Volgens Marshall en Rossman (1999:43) dra ŉ literatuurstudie by tot ŉ stewige raamwerk vir ŉ gegewe navorsingstudie en bied dit die geleentheid om die inhoud van verwante studies te ondersoek. ŉ Verdere voordeel is dat die inligting gesif kan word om die mees toepaslike en nuutste inligting te bekom. Verder bied dit geleentheid dat moontlike tekortkominge in bestaande studies oor ŉ onderwerp uitgewys en reggestel kan word, deur byvoorbeeld ŉ ander metode te volg. Die literatuurondersoek dui ook die onderliggende aannames wat die navorsingsvrae onderlê aan, asook die waardes en moontlike bydrae van die voornemende studie. Die navorser se kundigheid ten opsigte van bestaande konsepte en betroubare navorsers word verder belig (Marshall & Rossman, 1999:43). ŉ Voorlopige literatuuroorsig wat op die NWU se databasisse uitgevoer is, word vervolgens verdiskonteer. Vanuit die onderskeie aanverwante wetenskappe is daar verskeie studies geloods waarvan besprekings van denke deel vorm, soos onder andere:

- Sheier *et al.* (1989:1024-1040) se studie toon aan dat ŉ optimistiese ingesteldheid en positiewe gedagtes fisiese herstel na ŉ hartomleiding kan bespoedig.

- “Judgments over time: the interplay of thoughts, feelings, and behaviors” is ŉ studie vanuit die sielkunde en handel oor menslike beoordeling van en gedagtes rondom die verlede (beoordeling), hede (evaluering) en toekoms (voorspellings) (Sanna & Chang, 2006:13).

- Vanuit die geesteswetenskappe word dit duidelik dat denke ook in samekomste van gelowiges ŉ belangrike rol speel. Du Rand (2007a:1779) wys op die vermaning in 1 Korintiërs 14:20 dat ŉ volwasse manier van dink tydens sodanige byeenkomste ontwikkel moet word. Hy vergelyk dit met die spreek in ongewone tale, wat ŉ Godsgawe is, maar wat nie ten koste van verstaanbare Woordverkondiging, wat nadenke tot gevolg het, mag geskied nie. 1 Johannes 5:20 en 21 verklaar

dat die mens verstand gegee is om die ware God te ken en dat enige menslike gedagte wat voorgee om meer gesaghebbend as die Bybel te wees, afgodery is (Du Rand, 2007b:19).

- Die artikel “Die uniekheid van menslike denke” (Strauss, 2010:193-219) verstrek inligting rakende verskillende soorte denke, ondermeer nie-teoretiese en teoretiese denke, waarneming, kennis en begripsvorming, asook rede en geloof. Die artikel belig die feit dat denke kompleks en onlosmaaklik deel vorm van ondermeer begripsvorming, redenering, onderskeiding van wat waar en geldig is en kritiese waarneming. Die rede speel ŉ rol in geloofsuitlewing, asook in die sosiale konstruksie van die wêreld (Strauss, 2010:193-219).

- ŉ Studie vanuit pastorale sorg is dié van Roux (2013) se M.Th-verhandeling “Destructive thinking within religion: a psycho-pastoral approach.” In die studie ontwikkel Roux teologiese begrip vir en perspektief rondom destruktiewe denke in die konteks van pastorale sorg. Roux (2013:v) ondersoek die tipe gedagtes wat as risiko faktore vir geestelike groei en welstand beskou word.

- Vanuit die sielkunde is daar byvoorbeeld die studie van Levine en Warman (2016:207-216) getiteld “Appraisels of and recommendations for managing intrusive thoughts”.

- Ragan *et al.* (2016:102) se artikel “Associations between coping, thought control and psychological distress” is ŉ verdere voorbeeld van navorsing oor denke vanuit die sielkunde.

Bostaande is enkele voorbeelde van studies vanuit verskeie wetenskappe waarin ŉ ondersoek na denke voorkom. Sanna en Chang (2006:3-300) bied ŉ oorsig oor veral die rol van tyd en die tydelikheid van die mens en hoe dit denke oor die verlede, hede en toekoms beïnvloed. Die inhoud van die boek vind egter nie aansluiting by die beoogde studie nie, so ook nie die studie van Strauss (2010:193-219) nie. Die vermelding van hierdie studies toon bloot dat denke ŉ belangrike rol in talle ondersoeke vanuit ŉ verskeidenheid wetenskappe speel. Levine en Warman (2016:207-216) se studie sal in Hoofstuk 2 (die beskrywende) gebruik word. Ragan *et al.* (2016:1) se studie toon aan dat gedagtebeheer bydra tot verbeterde probleemoplossing en verminderde ontsteltenis en sal verder ondersoek word, asook, soos reeds vermeld, Roux (2013) se verhandeling wat op destruktiewe gedagtes fokus. Roux (2013) se verhandeling sal veral ondersoek word ter wille van haar motivering dat ŉ holistiese, geïntegreerde benadering vanuit verskeie wetenskappe ontwikkel moet word om destruktiewe denke aan te spreek. Anders as die rasioneel-analitiese model wat met huidige studie beoog word, het Roux (2013) ’n psigo-pastorale model ontwikkel. Die navorser vertrou dat die interaksie van die verskillende benaderings, tot die “ryk tradisie van ondersoek” aldus Pienaar (2012:243-244), sal meewerk.

1.4 MOTIVERING

Dit wil voorkom asof ŉ ondersoek na die literatuur oor die onderwerp van denke en die vernuwing van denke, aantoon dat daar al baie navorsing oor die rol van denke gedoen is. Soos wat dit later in hierdie studie sal blyk, is die verhouding tussen pastorale begeleiding en transwetenskappe nie teenoor mekaarstaande nie, maar vanuit verskillende perspektiewe gerig op dieselfde tema (Louw, 1998:100). Alhoewel pastorante dikwels weet wat hulle behoort te doen, wil dit voorkom asof die aangepaste handeling in die meeste gevalle nie volhoubaar is nie. Die navorser is van mening dat as die pastorant in die proses van verandering begelei kan word, daar by die hom of haar voldoende begrip gekweek kan word van waarom denke moet verander, sodat gedragspatrone en uiteindelik ook die emosionele toestand, kan vernuwe. Hiertoe kan ’n rasioneel-analitiese pastorale model ’n waardevolle bydra bied.

Die epistemologie van hierdie studie is vanuit die pastorale versorgingsbediening. Pastorale bediening omvat ŉ wye verskeidenheid van benaderings, soos hieronder aangetoon:

- Louw (2005:1-10) benader pastorale versorging eerder hermeneuties as vanuit vooropgesette teorieë oor menswees. Sy oogmerk is om die persoon te help om hom-/haarself binne sy/haar alledaagse konteks en verhoudingsnetwerke te verstaan. Louw (2005:1-10) som die benadering op deur te noem dat wat in die ratwerke van die lewe gebeur, buite die mens se beheer is. Wat wel beheerbaar en waarneembaar is, is dat daar ten spyte van pynlike omstandighede, sin in die lewe kan wees en dít is die mikpunt van sy antropologies-hermeneutiese perspektief tot pastorale sorg.

- Crabb (2005:1-295) het die klem vanaf Adams se noutetiese model na ŉ integrasie-model verskuif en plaas klem op helende verhoudings binne ŉ gemeenskapsmodel.

- Collins (2005: 1-976) volg op die spoor van Crabb ook ŉ integrasie van Bybelse- en sielkundige beginsels. Sy motivering is dat God lewens verander deur die versoening van die mens met God, homself en ander. Verworwe kennis vanuit die onderskeie wetenskappe dra verder tot lewensverandering by.

- Lotter (2001:317-329) benader pastorale versorging vanuit ŉ Bybelse, gereformeerde benadering waarin die Bybel, soos ook in die geval van Adams (1970), streng normatief is.

- Demasure en Müller (2006:410-419) is van mening dat betekenis deur stories geskep word en ondersteun dus ŉ narratiewe benadering tot pastorale versorging, veral ten opsigte van die perspektiewe wat spruit uit hermeneutiek, sosiale konstruksionisme en post-fundamentele praktiese teologie. Die narratief skep ŉ werklikheid. Mense se situasies en verhale bly nie ŉ vae abstrak nie,

maar word volgens die werklikheid van hulle konteks geassimileer. Om die post-fundamentele te verduidelik, beskryf Müller (2011) eerstens fundamentaliteit as die benadering wat absolute waarheid as ŉ universele werklikheid aanvaar. Kennis vanuit ŉ bepaalde dissipline is dus die oorkoepelende verwysingsraamwerk en ŉ enkele teoretiese waarheid word nagestreef. Hierdie uitgangspunt veroorsaak dat die bevindinge van ŉ bepaalde dissipline as absolute waarheid beskou word en bydraes uit ander dissiplines as onvolledig. Dit bemoeilik interdissiplinêre werk sodat integrasie en assimilasie van kennis beperk word. Hierteenoor is die nie-fundamentele benadering oop vir alle uitgangspunte en vandaar die kritiek dat dit pastorale versorging koersloos laat. Müller (2011) se omskrywing van post-fundamentaliteit is:

> The post-foundationalist approach is sensitive for both the danger of relativity and subjectivity in a multiverse rationality and of the rigidity and false claims of the universal rationality. Therefore, it consists of an effort to move beyond both foundationalist and nonfoundationalist claims. For that reason, it is called *post*-foundationalism and not anti-foundationalism or non-foundationalism.

ŉ Post-postfundamentele benadering is dus nie so wyd dat pastorale versorging in ŉ ander dissipline kan versmelt nie, maar terselfdertyd ontvanklik is vir bydraes van aanverwante wetenskappe. Brunsdon (2015:1) stel dat terwyl daar in die Suid-Afrikaanse konteks in pastorale sorg dikwels gefokus word op die oplossing van probleme, het die positiewe sielkunde en die inkorporering van die narratiewe begeleidingsmetode sekere terapeutiese ontwikkelings ondergaan. Hy maak die stelling dat wanneer positiewe sielkunde, narratiewe en pastorale begeleiding metafories soos die drie musketiers kan saamwerk, die vertrekpunt van die pastorale proses sal verskuif van die verstaan van probleme en die ontknoping daarvan, na ŉ meer gebalanseerde fokus op geestelike en emosionele deugde. So ’n benadering verg ’n vernuwing van die bestaande pastorale raamwerk om die Skrif en positiewe sielkunde as bronne van kennis oor wysheid te oorweeg en deur middel van die narratief die pastorant in wysheid te begelei (Brunsdon, 2015:108). ŉ Toepaslike slotopmerking vir hierdie gedeelte met betrekking tot pastorale begeleiding, kom uit die pen van Clinebell en McKeever (2011:1-2) wat die rol van pastorale sorg beskryf as die funksie wat deur helende versorging verhoed dat die kerk net ŉ samekoms-klub word.

1.5 NAVORSINGSVRAAG EN VERDERE VRAE

Volgens De Vos *et al.* (2005:321) het die formulering van die navorsingsvraag en verdere vrae ten doel om die koers wat die studie inslaan in lyn met die doelstelling en doelwitte te hou. Dit baken duidelik af wat die navorser met die studie wil bereik.

1.5.1 Navorsingsvraag

Met inagneming van bogenoemde, word die navorsingsvraag soos volg gestel: Hoe kan die daarstelling van ’n rasioneel-analitiese pastorale model pastorante in die vernuwing van denke begelei?

1.5.2 Verdere vrae

Die navorsingsvraag val uiteen in die volgende verdere vrae:

a) Wat is die effek van verkeerde denke (nie-geesbeheerde denke) in die gelowige se lewe?

b) Watter metodes gebruik aanverwante dissiplines in die begeleiding van die vernuwing van denke?

c) Watter Bybelse perspektiewe kan lig werp op die vernuwing van denke?

d) Hoe moet ’n rasioneel-analitiese pastorale model lyk om pastorante in die vernuwing van denke begelei?

1.6 DOELSTELLING EN DOELWITTE

1.6.1 Doelstelling

Die oorhoofse doelstelling van die navorsing is die daarstelling van ’n rasioneel-analitiese pastorale model om pastorante in die vernuwing van denke te begelei.

1.6.2 Doelwitte

Om bovermelde doelstelling te bereik, word die volgende doelwitte gestel:

a) Eerstens, om deur middel van ’n deskriptiewe empiriese literatuurondersoek te bepaal wat die effek van verkeerde denke in die gelowige se lewe is;

b) Tweedens, om deur ’n diepgaande interpretatiewe literatuurstudie vas te stel watter metodes in aanverwante dissiplines gebruik word in die begeleiding van die vernuwing van denke;

c) Derdens, om die fokus te verskuif na die normatiewe aspekte deur eksegese van relevante Skrifgedeeltes volgens die model van Douglas Stuart (2009) om te bepaal wat Bybelse perspektiewe op die vernuwing van denke is;

d) Vierdens, om die pragmatiese gedeelte aan te spreek deur aan te toon hoe ’n rasioneel-analitiese pastorale model moet lyk waarmee pastorante in die vernuwing van denke begelei kan word.

1.7 SENTRAAL-TEORETIESE ARGUMENT

Die sentraal-teoretiese argument is dat ’n rasioneel-analitiese pastorale model daargestel kan word om pastorante in die vernuwing van hul denke te begelei.

1.8 NAVORSINGSMETODOLOGIE EN -ONTWERP

Alhoewel verskeie navorsingsmodelle beskikbaar is, het die navorser die keuse gemaak om die navorsing te baseer op Osmer (2008) se model wat bestaan uit vier take wat vir die praktiese teologie ontwikkel is. Die navorser is oortuig dat hierdie model die vraagstuk die beste sal kan beantwoord. Die vier take is soos volg:

a) Die eerste taak fokus op die beskrywende deel van die ondersoek en vra die vraag “Hoe lyk die praktyk betreffende verkeerde denke gesien vanuit die paradigma van pastorale begeleiding?” Ter beantwoording van hierdie vraag sal daar eerstens gefokus word op die oorsprong van verkeerde denke, tweedens op die effek wat dit op die gedragspatrone van pastorante het en, derdens, val die fokus op moontlike redes waarom pastorante sukkel om denke te vernuwe/verander.

b) Die tweede taak van die studie is op die interpretatiewe gerig en vra die vraag “Waarom die praktyk betreffend denke so lyk?” Hier sal aansluiting gevind word by aanverwante dissiplines om vas te stel watter metodes hulle gebruik in die begeleiding van vernuwing van denke gebruik. Hierdie deel van die ondersoek vind aansluiting by die verwante wetenskappe, soos sielkunde, psigiatrie en neurowetenskap.

c) Die derde taak van die studie is gerig op die vraag “Hoe behoort die praktyk betreffend die vernuwing/verandering van denke te lyk?” Hierdie vraag beantwoord aan Osmer se normatiewe taak. Eksegese van relevante Skrifgedeeltes sal volgens die model van Douglas Stuart (2009) gedoen word om te bepaal wat die Bybelse perspektiewe op die vernuwing van denke is. Ook die rol van die Heilige Gees hierin, sal ondersoek word. Stuart se eksegetiese model skenk aandag aan ses fasette vir die uitleg van die teks, naamlik die oorsig, historiese konteks, literêre konteks, taalkonteks, openbaringskonteks en toepassingskonteks.

d) Vierdens sal die navorsing fokus op die pragmatiese taak: “Hoe behoort ’n rasioneel-analitiese model te lyk wat deur pastorale beraders gebruik kan word in die praktyk betreffende die vernuwing/verandering van denke?” In hierdie deel van die studie word die bevindinge van die

voorafgaande drie take geinkorporeer en verwerk in die ontwikkeling van ’n rasioneel-analitiese pastorale model wat pastorante kan gebruik in die praktyk betreffende die vernuwing van denke. Volhoubare vernuwing van denke sal veranderde gedragspatrone bewerkstellig.

1.9 ETIESE IMPLIKASIES

Aangesien hierdie studie slegs ŉ literatuurstudie behels, is die etiese risiko geen/laag. Al die navorsers betrokke by die studie het die etiese opleiding voltooi en die studie sal volgens die voorgeskrewe riglyne van die NWU uitgevoer word. Die betrokke navorsers beskik oor die vermoë en is gekwalifiseerd om literatuurnavorsing uit te voer. Die navorser sal sorg dra om plagiaat te vermy en erkenning aan intellektuele kennis te gee deur middel van die Harvard verwysingsmetode. Die navorser onderneem om aan die vereistes van die navorsingskomitee te voldoen soos uiteengesit in die navorsingsetiekvorm.

1.10 HOOFSTUKINDELING

Hoofstuk 1. Inleiding

Hoofstuk 2. ŉ Vergelykende literatuurstudie rondom die vernuwing van denke

Hoofstuk 3. ’n Multidissiplinêre blik op die begeleiding van pastorante in die vernuwing van denke

Hoofstuk 4. Skriftuurlike perspektiewe op die vernuwing van denke

Hoofstuk 5. ŉ Rasioneel-analitiese pastorale model om pastorante in die vernuwing van denke te begelei

Hoofstuk 6. Finale gevolgtrekkings en voorgestelde areas vir verdere studie

Bronnelys

Bylae

HOOFSTUK 2

’N VERGELYKENDE LITERATUURSTUDIE RONDOM DIE VERNUWING VAN DENKE

2.1 INLEIDING

Volgens die model wat Osmer (2008:1-4) vir die praktiese teologie voorgestel het, word daar aan vier take aandag gegee, waarvan die beskrywende – of empiriese deel, die eerste taak is. In hierdie hoofstuk word ’n bespreking van die literatuur gegee in ’n poging om die vraag van die deskriptief-empiriese taak: ‘Wat is die praktyk betreffende denke?’ te beantwoord. Die term ‘verkeerde denke’ word as sinoniem vir denke buite die raamwerk van ’n Geesbeheerde lewe gebruik. Positiewe denke word, in die konteks van ‘n Geesbeheerde lewe, nie as onrealistiese en ooroptimistiese denke beskou nie, maar as denke wat ondanks omstandighede, ten diepste vol van die vrede van God en in hoopsverwagting gesetel is.

2.2 KRITIESE EVALUERING VAN ’N VERGELYKENDE LITERATUURSTUDIE

’n Inligtingsgids van die PennState University Libraries (Cahoy, 2017:1) beskryf die literatuurstudie as ’n inleidende hoofstuk om dit wat reeds oor die onderwerp bekend is, te verken. Die doel van hierdie hoofstuk is om deur middel van ’n literatuurstudie inligting te versamel en te ontleed om sodoende te bepaal wat die stand van navorsing omtrent denke en skadelike denkpatrone is.

2.3 DIE ONTWIKKELING VAN GESAGHEBBENDE PASTORAAT EN PASTORALE WETENSKAPSVORMING

Roux (2013:16) omskryf die term pastoraal as tekenend van God se erbarming en omgee en as deel van praktiese teologie. Louw (1998:20) skryf dat pastorale sorg nie net na die innerlike lewe van die persoon omsien nie, maar ook na die geestelike sorg van die persoon ten opsigte van die psigo-fisiese en psigo-sosiale dimensies. Ook Van Arkel (2000:14) bestempel pastorale sorg as deel van die wetenskap praktiese teologie. Die ontwikkeling het reeds ‘n lang geskiedenis.

2.3.1 Praktiese teologie

So vroeg soos 1830 het Schleiermacher die term praktiese teologie gemunt. Later (1909) het Kuyper na praktiese teologie as diakoniologie verwys (Lotter, 2004:2). In die 1950’s en -60’s het navorsers toenemend die struktuur van teologiese kennis ondersoek en na die aanpassing en vernuwing daarvan gestreef. Die blote toepassing van dogma op pastorale kwessies, was nie meer aanvaarbaar nie en toepassings uit die sosiale, politieke en filosofiese wetenskappe op geloof in daaglikse praktyk is toenemend bepleit (Miller-

McClemore, 2012:2). Reeds in 1959 beskryf Hiltner (1959:47) die noodsaaklikheid van pastorale sorg se wisselwerking met verwante wetenskappe in die pastorale wetenskapsvorming. Hy bevestig dat pastorale sorg se wortels in die evangelie gesetel is, maar bepleit ook die aanwending van kennis en wysheid uit bronne buite die teologiese dissipline. Hiltner (1959:47) skryf dat bronne uit verwante dissiplines gebruik kan word om:

a) die evangelie te bevestig,
b) die aard van menslike nood te begryp en
c) in die proses die herstellende krag van die evangelie in kontak met diè in nood te bring**.**

Hiltner (1959:47-54) argumenteer dat wetenskappe soos onder andere die sielkunde, psigiatrie en natuurwetenskappe vanuit ‘n teologiese perspektief ondersoek moet word. Enersyds om gevolgtrekkings, wanneer nodig, vanuit ‘n geloofsoogpunt te kritiseer en, andersyds, om te bepaal tot watter mate kennis vanuit ander wetenskappe die Christelike geloof kan belig. Hy bepleit voorts die noodsaak om die relevansie van die evangelie met betrekking tot die samelewing en individue se nood te bepaal en te beoefen (Hiltner, 1959:47-54). Alhoewel Hiltner ’n nuwe dimensie na die pastorale versorgingsaspek gebring het, is sy werk uiteindelik gekritiseer dat die balans sterker na die kant van die sielkunde as na die teologie neig.

Navorsers soos Habermas (1971), Geertz (1973), MacIntyre (1985) en Riccoeur (1992) het voortdurend die konvensionele tweesydigheid tussen teorie en praktyk bevraagteken en nuwe verbande vasgelê tussen denke, wese en aksies (Miller-McLemore, 2012:2).

In die 1980’s het die voorste navorsers en studies vanuit verskeie teologiese dissiplines die beperking van praktiese teologie tot ‘n klein onderafdeling van die akademie sterk gekritiseer en nuwe denke oor die rol van praktiese teologie en spesifiek pastorale wetenskapsvorming gestimuleer. Wêreldwyd het daar stemme opgegaan vir die korrelasie tussen dogma en praktyk, soos gesien is in die studies van Mette (1980) in Duitsland, Van der Ven (1993) in Nederland, Browning (1991) en Dykstra (1991) in die Verenigde State van Amerika. Die verhouding tussen tradisionele sienings en die vernuwing in praktiese teologie het toenemend gespanne geraak, maar bogenoemde teoloë het gedurig daarop gewys dat die Christelike teologie en dogma oor die eeue heen direk deur pastorale praktyk en wetenskapsvorming beïnvloed is. In aansluiting by Kuyper, het ook Heyns en Jonker (1977:296-297) praktiese teologie as ‘n diakoniologiese vak binne die breë wetenskapsveld van teologie, afgebaken. Die fokus was op kerklike diens ter wille van die innerlike opbou van die gemeente. In die 1990’s is die benaming diakoniologie deur praktiese teologie vervang, met die insluiting van dissiplines soos preekkunde, kategetiek en liturgiek (Lotter, 2004:2).

Heyns en Pieterse (1990:3) maak dit duidelik dat teologie ‘n wetenskaplike studie van geloof in God en die mens se stellings oor God is. Praktiese teologie bestudeer teologie veral vanaf ‘n bepaalde oogpunt, naamlike die praxis van die kerk en gemeenskap (dus die godsdienstige en geloofsaksies) en die

kommunikatiewe aksie ter wille van die evangelie. Heyns en Pieterse (1990:1-10) plaas klem daarop dat die kwalifikasie “prakties” misleidend is, aangesien dit daartoe lei dat die dissipline dan bloot as “diakoniologies” beskou word. Praktiese teologie vorm egter die kritiese teorie van die praxis. Teorie en praxis is dinamies en verg voortdurende en kritiese vernuwing en verandering (Heyns en Pieterse, 1990:10). Elke praktiese aksie berus op een van ‘n verskeidenheid teorieë. Die praktiese teoloog het die verantwoordelikheid om teorieë te identifiseer, te evalueer en waar nodig te verander of nuwe teorieë te ontwikkel. Hierdie nuwe teorieë moet dan weer in die praktyk ten opsigte van die effektiewe toepassing daarvan getoets word. Op grond van hierdie wisselwerking tussen praktyk en teorie, beskou Heyns en Pieterse (1990:22) praktiese teologie as ‘n wetenskap in eie reg en gegrond op die geloofshandelinge waarop dit gerig is, as ‘n handelingswetenskap. Ook Heyns en Jonker (1977:9) bestempel alle teologie in wese as prakties, met die onderskeid dat praktiese teologie op die geloofshandeling van die gemeente gerig is. Volgens Browning (2010:22-23) is wetenskapsvorming die gevolg van historiese begripsvorming rondom ervarings en rituele wat tot ‘n magdom kennis gelei het en mettertyd getoets en evalueer kon word. Browning (2010:22-23) plaas dus die hedendaagse gesprek tussen wetenskap en teologie binne ‘n diep historiese konteks.

Verskeie modelle en benaderings het binne praktiese teologie ontstaan, byvoorbeeld die noutetiese of Biblistiese benadering van Adams, die versmeltingsmodel waarin Christus en die Woord sentraal staan, maar wat ook die nuutste navorsing en metodes uit die transwetenskappe toepas (soos byvoorbeeld Clinton en Ohlschlager, 2002), of die gemeenskapsmodel waar die geloofsgemeenskap in die helingsproses betrek word (Crabb, 2005).

2.3.2 Pastorale sorg

Evans (2000:1-5) som pastorale sorg op as die uitlewing van die opsomming van die wet (Mat 5:43). Christene staan nie net in verhouding met God nie, maar ook met sy naaste. Pastoraat is dus gemoeid met die sosiale konteks. Sosiale kontekste verander egter gedurig. Die begrip “’n slaaf van die sonde” (Joh 8:34) word hedendaags nie meer met slawerny soos in vorige eeue geassosieer nie; die konteks is dalk eerder om die slaaf te wees van iets wat lewenskwaliteit steel, soos om die slaaf van ‘n verslawing te wees. Pastorale sorg het dus met heling en herstel van die verhouding met God, ander en die self te doen. Evans (2000:3) bestempel die bruid van Christus beide as die siel van die enkeling, sowel as die geloofsgemeenskap – en pastorale sorg is gemoeid met die versorging van beide. Jesus, die Goeie Herder (Joh 10:14), is die model van alle pastorale sorg. Die versorging van die weerlose en die onderrig van die gelowige, is twee elemente wat sterk in Jesus se lewe na vore kom en steeds sterk in pastoraat na vore kom (Evans, 2000:6).

Crabb (1977:10) ondersteun ’n Skrifgebonde benadering tydens pastorale berading, maar maak dit egter ook duidelik dat hy nie van mening is dat pastors die sielkundige se taak moet oorneem nie. Crabb (1977:15) beskou wel die Skrif as die hoogste gesag rakende berading, maar het waardering vir die lig wat psigoterapie op menslike gedrag werp. Sulke kennis wat uit die transwetenskappe geput word, verskil nie noodwendig van die Skrif nie en werp dikwels lig op die Skrif. Die doel van berading is nie net om die persoon gelukkig te laat voel nie, maar om die persoon tot ware vreugde en innerlike vrede (Ef 1:20) te begelei. Die Christen streef daarna om na die beeld van Christus te leef in ‘n verhouding wat sal spreek van gehoorsaamheid aan God. Dit kontrasteer die sekulêre beradingsuitkoms wat op selfverwesenliking gerig is, met pastorale berading wat daarop fokus om die persoon op so ‘n wyse te begelei dat die wil en riglyne van God gehoorsaam word en ware geluk hierin gevind word. Die oogmerk van pastorale berading is ‘n uitkoms wat God sal behaag en vereer (Crabb, 1977:21). Soortgelyke Skriftuurlike oogmerke onderskei pastoraat van ander wetenskappe.

Venter (1988:30) berig oor die ontwikkeling van pastoraat en in besonder die pastorale gesprek. Uit die Amerikaanse vakgebied, word op die kontras tussen Hiltner en Adams se uitgangspunte gewys. Teenoor Adams (1970), wou Hiltner (1970) die psigoterapie van Carl Rogers op die pastoraat van toepassing maak. Adams (1970) word as die vader van noutetiese berading beskou en die Bybel word as die primêre Bron vir *verbal correction* gebruik. Ook Clinebell (1966) het ‘n groot bydrae tot pastoraat gemaak. Sy benadering geskied vanuit ‘n wyer teologiese besinning en nie primêr en alleenlik op die Skrif nie. Vanuit die Duitse pastorale vakgebied, was die werk van Harsch (1976) prominent. Hy het ‘n omvattende kurrikulum en toerustingsprogram met die oog op die pastorale gesprek ontwikkel.

In Suid-Afrika het Smit (1960) ‘n waardevolle bydrae gelewer rondom die toepassing van Rogers se metode in pastorale gesprek. De Klerk (1963) ontleed verskillende modelle en integreer die “waarheidsmomente” van ander dissiplines in die pastoraat. Hierdie ontwikkeling het veral baie tot die berading van persone in rousmart bygedra. Smuts (1969) verken die verhouding tussen praktiese teologie en die transwetenskappe en ontwerp ‘n model wat aansluit by psigologiese perspektiewe. Voorgaande is enkele voorbeelde van die wetenskaplike besinning oor die verhouding tussen pastoraat en die transwetenskape.

Die transdissiplinêre verhouding tussen teologie en die sosiale wetenskappe is nie dualisties en teenoor mekaar staande nie, maar eerder dissiplines wat uit verskillende perspektiewe na dieselfde oogmerk streef, naamlik die welsyn van die persoon. Pastorale sorg benader ‘n kwessie vanuit ‘n geloofsdenkraamwerk. Daarteenoor sal die sosiale wetenskappe dit vanuit ‘n verskynselwaarnemende, gedrags- en empiriese denkraamerk benader (Louw, 1988:100).

Louw (1999:300-499) bestempel pastoraat as ‘n hermeneutiese, teologiese nadenke oor die “leef van geloof” en onderskryf die integrasie van teorie, antropologie en metode ter wille van ontwikkeling van pastorale vaardighede. Louw (1999:400-499) werk vanuit ‘n gereformeerde perspektief met klem op die mens se skuld en God se heilshandeling. Hy beskou pastoraat as kompleks: dit kan nie net vergifnishulp of empatiese lewenshulp verkondig nie. Louw (1999:499) plaas klem op die belangrikheid van die normatiewe dimensie en eskatologiese perspektief. Die normatiewe dimensie dui aan dat die mens ‘n verantwoordelike wese is wat deur norme en waardes aangetrek word en daardeur sin beleef.

Pastorale sorg het van konkrete, substansiële denke tot empiriese en hermeneutiese denke ontwikkel (Louw, 2003:33-58). In samehang hiermee, beskryf Lotter (2004:2-3) die vak Pastoraal as herderlik en ‘n sambreelterm wat pastorale sielkunde, - berading, - sorg, - terapie en psigoterapie insluit. Psalm 23, Esegiël 34 en Johannes 10 bied Bybelse fundering vir die herderlike sorg wat na vore kom. Pastorale sorg is dus Skrifgebonde, met die praktiese toepassing van die Woord gerig op die kerk en geloofsgemeenskappe. Dit is ook betrokke by empiriese navorsing en kennis van die transwetenskappe soos sosiologie en sielkunde (Lotter, 2004:3).

Roux (2013:2) maak die stelling dat teologie en sielkunde geïntegreer kan word, mits dit nie ten koste van die teologiese kennis of onderskeidende professionele identiteit van die pastorale berader geskied nie. Die teologiese perspektief moenie met perspektiewe uit die transwetenskappe vervang word nie, maar insigte vanuit hierdie wetenskappe kan waardevol wees om die persoon te help in sy of haar gelowige lewenswandel.

Uit voorgaande is dit duidelik dat beide praktiese teologie en pastorale sorg volwaardige wetenskappe is. Hierdie studie geskied vanuit die pastorale sorg. Die normatiewe riglyne van die Skrif, sowel as inligting uit die transwetenskappe sal dus bestudeer word om die welsyn van die individu en geloofsgemeenskap met betrekking tot die vernuwing van denke te bevorder. As gevolg van die Christelike raamwerk van die studie, word denke binne die konteks van Geesbeheerde denke verstaan. Heiliging geskied onder die beheer van die Gees (König, 2006:216), want in die gelowige se strewe na Christus gelykvormigheid, is hy of sy daarvoor verantwoordelik om sy denke en optrede aan ‘n proses van verandering te onderwerp (Janse van Rensburg, 2007:1830). ‘n Toegewyde dankbaarheidslewe verg innerlike verandering en groei na geestelike volwassenheid, wat deur die verandering van denke geskied (Vergeer, 2009:1765).

Janse van Rensburg (2007:1830) het die stelling gemaak dat voortdurende vernuwing van denke deel van die gelowige se toewyding aan God is. Die keuse van reaksies en denke het ‘n invloed op die mens se brein (Schwartz *et al.*, 2005:1309). Siegel (2010:483) verwys na die *triange of well-being: mind, brain and relationships*. Hiervolgens reguleer denke die vloei van energie en inligting en die brein is die meganisme waardeur energie en inligting na die res van die liggaam vloei. Deur interpersoonlike verhoudings waar die

energie en inligting met ander gekommunikeer word. Navorsing rondom die wisselwerking tussen die menslike brein, denke en verhoudings toon aan dat verhoudings as empaties ervaar word in die teenwoordigheid van veerkragtige en samehangende denke en ‘n goed geïntegreerde brein (Siegel, 2010:483). Hierdie en soortgelykke inligting uit die transwetenskappe toon aan dat ‘n studie oor die vernuwing van denke ook ‘n blik op multidissiplinêre wetenskappe moet insluit.

2.4 WAT IS DENKE?

Die oogmerk van die beskrywende hoofstuk – volgens die model van Osmer (2008:4) – is om vas te stel “hoe die praktyk betreffende denke daar uitsien.” In die lig van steeds ontwikkellende rekenaars, vra Law (2007:132) die vraag of rekenaars uiteindelik soos die mens sal kan dink? Of kan die mens eerder as ‘n denkende masjien met organiese selle in stede van silikoonselle, beskryf word? Die transwetenskap filosofie tref die volgende onderskeid:

> ’n Rekenaarnabootsing van ‘n bosbrand kan die brand tot by die beweging van die kleinste atoom weergee. ‘n Persoon kan egter sy hand in die rekenaarkas insteek sonder om gebrand te word, want dit bly net ‘n nabootsing. Terselfdertyd, kan ‘n rekenaarprogram wiskundige berekenings tot in die fynste detail en met groot akkuraatheid uitvoer. Dit is nie ‘n nabootsing nie, dit is ‘n werklike berekening. Dit lei tot die verdere vraag of – as die rekenaarprogram gesofistikeerd genoeg is, dit tot selfstandige denke en emosie by die rekenaar kan lei? Reeds in die 1970’s is eksperimente uitgevoer ten opsigte van rekenaarprogramme wat begrip en denke nageboots het, maar die gevolgtrekking was dat denke en begrip by die rekenaar ontbreek het, omdat die rekenaar nie uit die organiese materiaal waaruit die brein bestaan, vervaardig is nie (Law, 2007:135, vertaal deur navorser).

Die brein funksioneer soos ’n sentrale kontrolekamer waar komplekse patrone van elektriese energie ontvang en oorgedra word. Tog is vasgestel dat selfs as die presiese soortgelykke senuselle as wat in die brein aangetref word, met kunsmatige senuselle vervang sou word, so ‘n brein steeds nie sou kon dink, begryp of voel nie (Law, 2007:136.) Die vraag ontstaan dan wat denke is? Die Webster woordeboek definieer denke as:

- die aksie om die brein te gebruik om ‘n gedagte voort te bring (*1* ***:****the ACTION of using one's mind to produce thoughts)*
- ‘n mening of oordeel (*2* ***a :****OPINION, JUDGMENT I'd like to know your thinking on this)*
- ‘n eienskap van ‘n tydperk, groep of persoon **(*****b :****thought that is characteristic (as of a period, group, or person) the current student thinking on fraternities)*

Die filosofie bied ‘n oorsig oor die historiese ontwikkeling van denke. Plato (427-347 v.C.) was die eerste filosoof van wie ‘n aantal werke rondom denke behoue gebly het. Tesame met sy student, Aristoteles (384-322 v.C.) het Plato die grootste invloed op Westerse denke gehad. Die meerderheid van Plato se werk was in dialoogvorm en verdeel in die vroeë, middel en latere dialoë. Sokrates (469-399 v.C.) se uitsprake oor morele kwessies word in die vroeë dialoë as verteenwoordigend van ook Plato se persoonlike oortuigings beskou. In die middel dialoë kom die ontwikkeling van Plato se positivisme na vore, naamlik ‘n bepaalde (positiewe) kennis gebaseer op natuurverskynsels soos sonlig of water en spesifieke eienskappe van sodanige elemente. Die inligting word van sensoriese ervaring afgelei, daarna deur rede en logika interpreteer en as empiriese data bevestig (Robinson, 1975:219-224). Plato (427-347 v.C.) se verdere aansprake was ondermeer dat geen fisiese voorwerp sonder ‘n bepaalde kwalifikasie of voorwaarde kan wees nie. ‘n Persoon word byvoorbeeld as dapper beskou, maar hy of sy kan net in bepaalde opsigte dapper wees en nie in alle opsigte nie. Plato het bekend geword vir die die konsepte “Idee” en “Vorm” deur byvoorbeeld te vra hoe dapperheid omskryf word (“Idee”) en wat alle vorme van dapperheid in gemeen het (“Vorm”). In ooreenstemming met Heraklitus (500 v.C.), het Plato die stelling gemaak dat kennis uitsluitlik waarneming oor “Vorm” kan wees, naamlik konkrete, onveranderlike voorwerpe met bepaalde funksies (Law, 2007:246-247).

Aristoteles (384-322 v.C.) se behoue werke dek verdere boustene rondom die ontwikkeling van denke ten opsigte van ‘n wye spektrum onderwerpe, soos die etiek, logika, metafisika, ekonomie en sielkunde (Ackrill, 1975: 28-34). Hoewel Aristoteles sterk deur Plato beïnvloed was, het hy verskil van Plato se stelling dat kennis nie deur sintuie verwerf kon word nie. Plato het wiskunde as die denkraamwerk van kennis beskou, terwyl Aristoteles die waarneming van verskynsels as die raamwerk waarbinne kennis verwerf en evalueer word, beskou het. Sy beskouing was dat kennis in die belewenis van die verskynsel én in die sintuiglike waarneming daarvan gegrond is. Aristoteles was geinteresseerd in watter voorwerpe bestaan en hoe dit tot stand gekom het. Sy opvatting was dat die mens hoofsaaklik ʼn sosiale wese is wat na welsyn streef deur die goeie na te kom en by intellektuele nadenke betrokke is (Law, 2007:248-249).

Ander prominente rolspelers in die ontwikkeling van denkraamwerke, was Plotinus (205-270 n.C.), ‘n sterk navolger van Plato en bekend vir sy denke oor die onsterflike siel en die liggaam as deel van die natuur, asook Aquinas (1225-1274 n.C.) wat weer by Aristoteles aansluit met die beskouing dat die eienskappe van ‘n voorwerp belangrik is (die essensie) teenoor of die voorwerp werklik bestaan (eksistensie). Hy het ook geredeneer dat menslike taal tekortkom om God te beskryf, maar dat dit nogtans nie die uitsprake oor God betekenisloos maak nie. Spinoza (1633-1677 n.C.) was een van die mees radikale vroeë moderne denkers. Hy het wiskundige metodes op filosofie toegepas en ‘n uitgebreide metafisiese stelsel volgens rasionele beginsels toegepas. Hume (1711-1776 n.C.) het groot bydraes gemaak ten opsigte van die epistemologiese

benadering en Kant (1724-1804) se werk was beskou as ‘n brug tussen rasionele en empiriese tradisies en hy het die filosofie van teologie en etiek sterk beïnvloed. Heidegger (1889-1976) was verantwoordelik vir die eksistensiële beweging en dekonstruksionisme en Gadamer (1900-2002) vir die interpretasie teorie, ook bekend as filosofiese hermeneutiek wat die gedagte teëgestaan het dat die interpretasie van ‘n teks objektiewe begrip van die skrywer se bedoeling daarmee, geverg het (Law, 2007:254 -339).

Met in agneming van die voorgaande waardevolle denke rondom denkvorming, is Hogue (2010:25-55) en Roux (2013:2) van mening dat die pastorale sorg deur bevindinge soos hierdie verryk kan word, sonder dat dit ten koste van die pastorale perspektief hoef te wees. Hulle beskryf dit as ‘n interdissiplinêre gesprek waartydens die integriteit van onderskeie navorsingsdissiplines behou en verskille erken moet word, terwyl daar terselfdertyd na kruissnitte van belang gesoek word. Op hierdie manier word die neurowetenskap dan een van vele gespreksgenote wat lig op pastorale kwessies kan werp (Hogue, 2010:28). Hogue (2010: 25) ondersoek die wisselwerking tussen die neurowetenskap, empatie en pastorale sorg. Empatie speel in pastorale sorg, sowel as in psigoterapie ‘n belangrike rol. Daarom vind Hogue (2010:25,26) dit nie verrassend dat daar vanuit die perspektief van die neurowetenskappe bydraes rondom empatie gemaak word nie.

2.5 DIE INVLOED VAN DENKE

‘n Persoon is soos wat hy of sy dink (Spr 23:7, AOV). Positiewe denke verskil van die omskrywing van positiewe sielkunde wat bestempel word as ‘n “wetenskaplike ondersoek van wat die lewe die moeite werd maak” of die “wetenskaplike ondersoek van positiewe menslike funksionering en om op veelvuldige vlakke te floreer, insluitend die biologiese, persoonlike, verhoudings, institutionele, kulturele en globale dimensies van die lewe” (Seligman & Csikszentmihaly, 2000:5-14). Sover dit hierdie studie betref, sluit dit bogenoemde positiewe funksionering van genoemde dimensies in, nie vanuit ‘n mensgerigte, hedonistiese perspektief nie, maar wel vanuit ‘n Woordgerigte perspektief wat nie op die self fokus nie en deur die Gees beheer word. Vervolgens word aangetoon wat sowel die positiewe, as negatiewe invloed van denke op die mens se gees, siel en liggaam is.

2.5.1 Die invloed van denke op die geestesdimensie

Crabb (1993:1-215) verskaf vanuit ‘n pastorale raamwerk insig ten opsigte van die uitwerking van ‘n verkeerde begrip ten opsigte van God en hoe dit uiteindelik tot bepaalde gedrag lei. Verkeerde begrippe oor God en die verhouding met God, mag verkeerde optrede om die “probleem” reg te stel, tot gevolg hê. Die fokus op selfverwesenliking en geluk, het toenemend nie net dié van die individu geword nie, maar het boonop ‘n groot deel van die kerk se taak geword. In die proses word vergeet dat persoonlike welsyn nie

die fokuspunt moet wees nie, maar wel die intimiteit en verhouding met God – waaruit daar wel geluk en welsyn mag voortvloei (Crabb, 1993:1-40). Hierdie wanindruk en oortuiging dat God in diens van die mens is, lei tot verwarring en frustrasie as God dan nie reageer soos wat die gelowige verwag het dat Hy sou nie. Verdraaide denke oor God lei dan uiteindelik tot verdraaide benaderings tot die lewe wat uiting vind in ‘n lewe wat om die eie welsyn draai, of ‘n lewe van onpersoonlike gehoorsaamheid aan God om sodoende sy goedkeuring te probeer bekom (Crabb, 1993:30). Die mens se vertwyfeling en wantroue in God se goedheid, is volgens Crabb (1993:55) die hoofoorsaak van talle denk- en gedragsfoute. Voorbeelde hiervan is vertroue in selfbeskikking, eerder as om God ten volle te vertrou (Crabb, 1993:71). Die verdraaide denke oor God se goedheid en almag, sneller die ingesteldheid om vir God se “onvermoë” te kompenseer deur selfvoorsienend te wil wees. Crabb (1993:215) maak dit duidelik dat die gelowige nie algeheel of alleenlik vanuit hierdie verdraaide perspektiewe reageer nie, maar totdat hy of sy nie oortuig van God se goedheid is nie, sal hy of sy ook nie die volheid van God se krag beleef nie.

Crabb (1993:1-215) illustreer hiermee hoe innerlike oortuigings die benadering tot die lewe beïnvloed en voortspruitend daaruit dan ook skeefgetrekte optrede tot gevolg het, deur ‘n verdere voorbeeld, naamlik selfpogings tot regstelling: ‘n Persoon gebruik ‘n swak selfbeeld as ‘n bron van energie om hom- of haarself te verbeter, sodat ander hom of haar met meer agting sal behandel. Hieruit kan prestasiedruk ontstaan, wat ‘n persoon dan weer verkeerdelik aan selfhaat toeskryf. Crabb (1993:109) beskou die ‘denkfout’ hier as die poging tot selfredding deur selfverbetering sonder dat die persoon sy eie swakheid erken en God se genade in die situasie ontvang het. Die mens sien hom- of haarself as verwond, eerder as sondig (Crabb, 1993:110). Volgens die skrywer gebruik Satan dan verkeerde denke om ‘n rimpeleffek van optrede te ontketen. ‘n Persoon sal byvoorbeeld ‘n ander se afbrekende optrede teenoor hom of haar as geregverdig beskou. Die persoon sien hom- of haarself nie as ‘n sondige wese wat God betwyfel en ander tegelykertyd nodig het en haat nie. Hy of sy sien hom- of haarself net as ‘n persoon met ‘n swakselfbeeld waaraan gewerk moet word en presteer soveel moontlik in ‘n poging om die probleem reg te stel. In die geval van ‘n gelowige, is daar die verdere risiko dat die kruis van Christus van sy versoeningsmeriete gestroop word tot ‘n selfdienende objek tot selfaanvaarding. Die lydende Christus word ‘n simbool van selfwaarde deur die misleidende gedagte dat Jesus nie deur die lyding vir ‘n waardelose siel sou gaan nie. God en die waarheid dat die persoon ‘n sondige wese is, word op die agtergrond geskuif en selfverbetering tree in die kalklig en geniet die fokus (Crabb, 1993:109-112). Die kern van die innerlike oortuiging probleem is dat persoonlike swaarkry vir die mens swaarder as sy sonde weeg (Crabb, 1993:205).

Louw (2008:140) sluit by die voorgaande aan met sy bevinding dat rigiditeit en oormatige moraliteit skadelike en verdraaide geestesbeskouing tot gevolg het, asook pogings om God ter wille van eie belang te manipuleer. Dit dui op ‘n verkeerde Godsbeeld, foutiewe denke en faktore soos vrees, asook ‘n oormatige

soeke na sekuriteit. Uiteindelik kan sodanige verkeerde denke en Godsbeeld daartoe lei dat die persoon God “veroordeel” en ‘n onvermoë om te glo ontstaan (Louw, 2008:141).

Nie net verkeerde denke oor God nie, maar ook verkeerde begrip rakende God se werke, kan ‘n persoon se geestelike lewe sterk beïnvloed. Hoewel talle gelowiges van bonatuurlike genesing kan getuig, vra Pretorius (2009:1-7) die vraag of bonatuurlike genesing ‘n geval van positiewe denke is en of genesing daarteenoor op Bybelse beginsels gebaseer is? Voorspoedgodsdiens maak daarop aanspraak dat gelowiges welvarend en gesond sal wees. In die geval van teenspoed of siekte, word die slagoffer dus met die bykomende skuldlas dat sy of haar geloof nie sterk genoeg is nie, belas. Dit laat ook vrae soos of Goddelike genesing ‘n werklikheid is en of God Self besluit wie genees word en wie nie, ontstaan. Genesing op sigself is kompleks. Sommige siektetoestande as gevolg van virusse kan steeds nie genees word nie, terwyl sommige behandelings suksesvol op sommige persone is en op ander nie. Die woord “genesing” word in die mediese wetenskap gebruik met betrekking tot wond- of beenbreukgenesing, andersins kom die woord selde in die mediese wetenskap voor. Terselfdertyd word die woord “gesondheid” gewoonlik in die mediese wetenskap met betrekking tot geestes- of sielkundige gesondheid gebruik, maar dit kan ook dui op die afwesigheid van wanfunksionering in die liggaam. In die geval van bonatuurlike genesing, dui dit egter op die herstel van ‘n siek persoon, ongeag die aard van die toestand (Pretorius, 2009:2).

Genesing kan op twee betekenisse dui, naamlik genesing sonder enige intervensie (byvoorbeeld ‘n persoon wat na ‘n tydperk gesond word as gevolg van die dinamiese funksionering van die immuniteitstelsel), of as iets gedoen word of iemand tree toe om die genesing te bewerkstellig. Siekte word in laasgenoemde geval beskou as ‘n bose element wat in ‘n persoon voorkom en waarvan hy of sy bevry moet word. Die woord heling vind sy wortels in die Teotoniese wortel “*hal*” wat dui op heelheid en heiligheid (Pretorius, 2009:2). In die geval van geloofsgenesing word daar gedui op genesing wat voorkom as die gevolg van Goddelike ingrype na aanleiding van gebed, geestelike insig of ander gebruike. Die genesing is die gevolg van geloof in God of selfs in die krag van die geloofsgeneser wat soms daarop aanspraak maak om namens die siek persoon op te tree. Dis ook belangrik om daarop te let dat geloofsgenesing nie net tot die Christelike tradisie beperk is nie, maar ook ondermeer in spiritualisme, Islam en *Christian Science* voorkom (Pretorius, 2009:2).

In die Christelike konteks, dui geloofsgenesing daarop dat God persone deur die werking van sy Gees en dikwels deur middel van wonderwerke genees. Talle voorbeelde van genesing kom in sowel die Ou as die Nuwe Testament voor. Gewoonlik met ‘n spesifieke doel, soos om aan te toon dat Jesus die Seun van God is of om die vergifnis van sonde aan te dui. Genesings het egter ook in die tydperk van die apostels voorgekom (Pretorius, 2009:3). Die hedendaagse voorspoedsgeloofsbeweging berus dikwels op ‘n viervoudige formule, naamlik “sê dit, doen dit, ontvang dit en gaan vertel dit” en word op die

versoeningswerk van Jesus gebaseer. Hoofsaaklik drie Skrifgedeeltes word deur die beweging gebruik, naamlik Jesaja 53:5, Matt 8:16-17 en 1 Petrus 2:24 om aan te toon dat siekte nie die wil van God is nie of aan ‘n vloek toe te skryf is (Pretorius, 2009:4). As genesing nie dadelik geskied nie, word geduld en toewyding aangemoedig, asook gereelde sondebelydenis en opbou van geloof sodat die beloofde genesing kan plaasvind. Verdere simptome van die siektetoestand moet ontken word. Hier is dus twee botsings met logika, naamlik eerstens belydenis van wat is (werklike simptome moet ontken word), die belydenis van wat nie is nie (danksegging vir genesing wat nog gaan plaasvind) (Pretorius, 2009:4).

Pretorius (2009:5-7) wys op probleme met bostaande aanwending van die tekste:

- Dikwels word historiese, semantiese, kulturele en linguistiese konteks nie in die vertolking van tekste toegepas nie.
- Dikwels word die Skrif as die geopenbaarde Waarheid voorgehou, maar berus dit op subjektiewe vertolking of inspirasie wyer as die Skrif.
- Gebrekkige vertolking van God se wil kom voor. God het nooit verklaar dat alle gelowiges ten alle tye gesond en welvarend sal wees nie.
- God se soewereiniteit kan deur sodanige lering aangetas word en Hy as ‘n God wat aan menslike eise en begeertes toegee, beskou word.
- Die Skrif self word deur herhaaldelike belydenis van ‘n Skrif aangewend. Volgens Pretorius (2009:5) is daar geen Bybelse gronde vir hierdie gebruik nie, maar dui dit op positiewe denke, of “Nuwe Gedagtes” en self-realisasie soos dit ook dikwels na vore kom.

Dit blyk dus dat die “krag van die denke” bloot met die “die krag van geloof” vervang word en dat dit die hefboom word waarmee die genesing en voorspoed tot verweseliking moet kom. Die pastorale berader het ‘n belangrike rol in die begeleiding van ‘n persoon se denke deur te verseker dat die begrippe rondom God en sy werke, eksegeties korrek uitgelê word.

2.5.2 Die rol van denke binne die gees, siel en liggaam verbintenis

Die verweefdheid tussen gees, siel en liggaam is so sterk dat dit dikwels moeilik is om die rol van denke op ‘n bepaalde dimensie van die ander los te maak. Verskeie aspekte met betrekking tot veral die siels- en liggaamsdimensie word hier belig.

Ten spyte van sy siening dat geloof ‘n geestesafwyking is en as sodanig behandel moet word, is dit belangrik om Ellis (2001:14-19) se redenasies rondom denke, emosie en optrede in ag te neem. Hy toon die verwantskap daartussen soos volg aan: denke beïnvloed emosies, wat weer gedrag beïnvloed. Gedrag beïnvloed dan weer hoe die persoon voel en dink.

Coetzer (2006:775-793) fokus op die pastorale implikasies ten opsigte van die verweefdheid van gees, siel en liggaam. Die epistemologiese vertrekpunt van gees, siel en liggaam as eenheid word beklemtoon en daarop gewys dat Jesus persone telkens nie net in een dimensie nie, maar in totaliteit *(sõzõ*) genees het (Luk 7:50, 8:48 en 18:42). Hiervolgens kan in een term, *sõzõ*, onderskei word tussen drie semantiese velde:

- om uit gevaar gered en na veiligheid en welsyn herstel te word (*to rescue)*
- om na die geestesdimensie gered te word (*to save)* (Luk 7:50)
- fisiese herstel na siekte *(to heal)* (Luk 8:48)

Lukas 18:42 bied ‘n voorbeeld van die verbintenis tussen die liggaamlike en geestesdimensies. Die blinde se sig is herstel deur sy geloof wat hom gered het. Dit blyk dat God se genesing telkens wedersyde beïnvloeding en wisselwerking tussen die dimensies gehad het. Coetzer (2006:776-778) sluit aan by die historiese aanloop van denke deur daarop te wys dat die eenheidsbegrip van die mens al by Plato en Sokrates (500v.C.) gevestig was en dat Galen in 140 n.C. ‘n moontlike verwantskap tussen depressie en borskanker uitgewys het. Cartesiaanse dualisme (afgelei van die grondlegger van die mediese wetenskap, Descartes (1596-1650), het daartoe bydra dat die skeiding tussen konkrete, meetbare materie en die geestelike plaasgevind het. Dit het die fokus op die organies-fisiese oorsake van siektes en die skeiding tussen die mediese wetenskap en verwante wetenskappe tot gevolg gehad (Coetzer, 2006:779).

Van die meer onlangse paradigmaskuiwe, is die ontwikkeling van die biopsigososiale model waarvolgens daar met betrekking tot siekte, die wisselwerking tussen psigologiese, sosiale en kulturele, asook die biochemiese en fisiologiese faktore in aanmerking geneem word. Hierdie paradigmaskuif, sluit veral aan by die positiewe invloed van denke wat ook van groot belang is. Van belang vir hierdie studie was dat daar hieruitvoortvloeiend, ook betekenisvolle bevindinge rondom die liggaam-denke verbintenis gemaak is. Daar is byvoorbeeld aangedui dat waar pastorale berading saam met medikasie aangewend is om siektetoestande aan te spreek, daar 20% verhoogde herstel plaasgevind het (Coetzer, 2006:779).

Die verbintenis tussen liggaam en denke word illustreer in ‘n geval waar ‘n pasiënt hartversaking beleef het en die dokters gevra het dat sy haar hart opdrag gee om weer te klop, waarna die toestand onmiddellik normaliseer het (Coertzer, 2006:785). Dit blyk dat veral innerlike oortuiging en wilskeuses van belang is vir gesondheid en herstel. Wilskeuse het ‘n positiewe invloed op die wisselwerking tussen liggaam en siel. Spreuke 17:22 en Spreuke 18:14 verklaar die uitwerking van ‘n vrolike ingesteldheid op die liggaam. Denke speel ook ‘n rol in die verwerking van emosies tot skriftelike of verbale verwoording. Hierdie proses het positiewe terapeutiese waarde op fisiese gesondheid en sosiale gedrag (Coetzer, 2006:787).

Coetzer (2006:787) vermeld ook die waarde van ‘n holistiese en multi-dissiplinêre benadering waarin volle erkenning gegee word aan die interaksie tussen die liggaamlike (medies), geestelike (pastoraat) en siels

(emosies, wil en denke of psigologiese) dimensies. Besonderse vermelding word gemaak van die belangrikheid van vernuwing van denke rondom die proses van kognitiewe herstrukturering waarin die Woord ‘n kragtige rol speel. Ps 130: 14, Rom 8:37; 12:2 en Ef 1:6; 2:9 is van die voorbeelde van Skrifgedeeltes wat bestudeer kan word om ‘n persoon daarin by te staan om onverwerkte emosies (dikwels uit die kinderjare) te verwerk en vanuit ‘n ander hoek te belig (Coetzer, 2006:789).

Vanuit die mediese wetenskap word optimistiese denke belig. Optimisme word beskou as ‘n geneigdheid om die goeie te verwag, “a mental attitude that heavily influences physical and mental health” (Conversano *et al.*, 2010:25-29). Die skrywers bied ‘n oorsigtelike aanduiding van die impak van optimisme as geestesingesteldheid waarin die bevinding was dat optimistiese denke en ingesteldheid ’n positiewe impak het op geestesgesondheid, fisiese en emosionele welsyn, beter hanteringsmeganismes ten opsigte van stres, lewensdoelwitte en die kwaliteit van lewe en selfs ten opsigte van die ingesteldheid rondom gesonde leefstylkeuses. Koronêre siektes beïnvloed die liggaam, maar veroorsaak ook depressie, angs en gevoelens van hopeloosheid. Daar is bevind dat as die denke na die positiewe herstel word, die vlak van spiritualiteit verhoogen dit weer bydra tot ‘n afname in depressiwiteit (Ghodsbin *et al.*, 2015).

Roux (2013:1-166) se studie oor destruktiewe denke is in die konteks van pastorale berading geplaas. Hy (2013:v) omskryf destruktiewe denke as “teen-produktief, skadelik, wanaanpassings of denke wat ’n vernietigende en negatiewe uitwerking op die persoon se identiteit, verhoudings, sosiale konteks en wêreldbeskouing het. Volgens Roux (2013:v) lei destruktiewe denke dikwels tot “emosionele lyding, geestesstoornisse en geloofsafwykings”. Hierteenoor plaas Roux (2013:23) konstruktiewe denke as alternatiewe strategieë om negatiewe gebeure te kanaliseer. Konstruktiewe denke is nie blote positiewe denke nie, maar meer buigsame en realisties optimistiese denke (Roux, 2013:23).

Die belang van gemotiveerdheid, prestasie en denke is ook in die sportwêreld van groot belang. Hardy en Oliver (2014:659-667) bestempel binnegesprek as die outomatiese of doelbewuste verwoording van denke wat hardop of in die gedagtes kan plaasvind. Die aard van selfgesprek kan ook positief of negatief wees. Die skrywers noem die waarde van die binnegesprek as ‘n onderwerp wat nog min nagevors is teenoor ander wyses waarop denke in die sportwêreld ingespan word, hoewel navorsing bevestig dat daar deurlopende getuienis van die suksesvolle gebruik van die gedagtes in die binnegesprek is. Dit blyk dat die binnegesprek suksesvol is, ongeag of die gedagte net “ek kan dit doen” of instruktief “slaan reguit” is. Alhoewel negatiewe selfkritiek by sommige atlete goeie reaksie tot gevolg gehad het, hou dit egter die moontlikheid van verminderde taak betrokkenheid (task engagement) en verhoogde negatiewe emosionele uitwerking in. In ooreenstemming met sosiale leer gebaseerde modelle, toon getuienis ook aan dat atlete dikwels hul binnegesprek op grond van hul afrigters se opmerkings en terugvoer baseer (Hardy en Oliver, 2014:659:667).

2.5.3 Die invloed van denke op emosionele belewenis

Hoewel emosies deel van die voorafgaande eenheid tussen gees, siel en ligaam vorm, is die verband tussen denke en emosies so omvattend dat dit ‘n afsonderlike punt in die studie regverdig. Denke speel ‘n belangrike rol in die terapeutiese waarde van skryf of verbale uitdrukking van belewenisse. Pennebaker (1995:3) het bevind dat daar ‘n verband is tussen gesondheidsprobleme wat as gevolg van traumatiese gebeure ontstaan het en die subjektiewe manier waarop die persoon die gebeure beskou. Waar aan emosies skriftelike of verbale uitdrukking gegee word, verbeter die kanse om emosionele en fisiese herstel. Die rol van denke in die welsyn ten opsigte van al die menslike dimensies, is opvallend, soos wat dit ook uit die volgende bevindings blyk.

Williams *et al.* (2007:2) vra teen die agtergrond van kliniese sielkunde en psigiatrie, die vraag of persone wat herhaaldelik aan depressie ly, nie ondermeer die slagoffer van hul eie pogings om die depressie te ontkom, word nie. Die skrywers redeneer dat in die vroegste stadiums van depressie, is dit die probleem nie dat die gemoed afwaarts spiraal nie, maar hoe die lyer op die afwaartse spiraal reageer. Die gewone en vrugtelose pogings van depressielyers om hulself uit die afwaartse spiraal los te maak, hou hulle eintlik meer in die pyn wat hulle probeer ontkom, vasgekluister.

Williams *et al.* (2007:2-4) het bevindinge vanuit die kliniese sielkunde, psigiatrie, psigoterapie en meditasie gekombineer om ’n bewustheidsgebaseerde kognitiewe terapie (*mindfulness-based cognitive therapy, MBCT)* te onwikkel. Bewustheid is die gewaarwordinge na aanleiding van doelbewuste, nie-beoordelende fokus op die huidge, net soos dit nou is (Williams *et al.,* 2007:47). Die eerste oogmerk van MBCT was om te bepaal waarom depressie telkens weer voorkom, waarop bevind is dat elke keer wat ‘n persoon depressief raak, die konneksies in die brein tussen emosie, gedagtes, liggaam en gedrag sterker word en depressie telkens makliker gesneller word. Williams *et al.* (2007:4) voer aan dat kognitiewe terapie effektief in die behandeling van akute depressie is en baie lyers teen terugvalepisodes beskerm het. Depressielyers word gewoonlik op ‘n kombinasie van antidepressant medikasie en kognitiewe terapie geplaas, eers wanneer hulle reeds ‘n episode van depressie beleef het.

‘n Tweede oogmerk was om te bepaal hoe kognitiewe terapie aangewend kon word om, wanneer persone gesond was, hulle teen terugvalepisodes te beskerm. Ten einde hierdie oogmerk te bereik, is ‘n kombinasie van Oosterse meditasie en Westerse kognitiewe wetenskap ontwikkel (Williams *et al.,* 2007:5). Daar is ondermeer bevind dat persone baie min aandag aan fisiese sensasies skenk, hoewel fisiese sensasies terugvoer gee van wat in die emosies en denke gebeur. Daar is reeds in die sewentiger jare aangetoon dat negatiewe gedagtes ‘n bepalende rol in depressie speel: ‘n bepaalde gemoedstoestand word hoofsaaklik deur denke gevorm. Dit is nie noodwendig gebeure wat emosies ontlok het nie, maar hoe oor gebeure gedink word. Hedendaags weet wetenskaplikes dat dit nie net gedagtes is wat die gemoedstoestand

beïnvloed nie, maar in die geval van depressie, kan gemoedstoestand gedagtes in so ‘n mate beïnvloed dat die gedagtes weer die reeds negatiewe gemoedstoestand nog meer negatief kan beïnvloed.

Emosie, gedagtes, fisiese sensasies en gedrag vorm alles deel van depressie. Soos wat in 2.5.2 gesien is, is daar ‘n sterk verweefdheid tussen die invloed van denke op die gees, siel en liggaam. Hartseer is byvoorbeeld, hoewel ongemaklik en seer om te beleef, nie op sigself negatief nie. Hartseer en soortgelyke emosies kan egter tot depressie aanleiding gee as dit met negatiewe gedagtes en emosies gepaardgaan. Negatiewe denke veroorsaak dan spanning, fisiese pyn, moegheid en emosionele wanorde. Hierdie toestand lei tot nog meer negatiewe denke wat die afwaartse spiraal van pyn, moegheid en negatiewe emosies nog meer bevorder (Williams *et al.*, 2007:17-18).

Die verband tussen emosie en gedagtes word grootliks deur die binne- of selfgesprek van die persoon bepaal en is bepalend van die gedrag wat daarop gaan volg, byvoorbeeld: ‘n persoon reageer nie op ‘n ander se groet nie. Die reaksie hierop kan positief en verbygaande wees (“Hy het nie sy bril op nie en het my nie gesien nie”) of negatief en selfkrities (“Ek wonder wat ek verkeerd gedoen het. Hy wil nie my vriend wees nie.”). Verskeie interpretasies van ‘n situasie kan gegee word.

- A: feite soos wanneer dit op kamera vasgelê sou word
- B: persoonlike weergawe met interpretasie wat net onder die bewuste vlak gebeur
- C: reaksie (emosies, fisiese sensasies en gedrag), maar ŉ onbewustheid van A en B kan tot verdere negatiewe gedagtes en selfgesprek aanleiding gee

ŉ Negatiewe gedagtegang en selfkritiek versterk telkens die verband tussen A en C (Williams *et al.*, 2007:22,-26) en hou ook verband met die vroeëre bevindinge van Hollon en Kendall (1980:383-395) wat gedagtes rondom waardeloosheid en selfblaam gelys het, byvoorbeeld “ek kan nie die eise wat die wêreld stel, hanteer nie/ek is in myself teleurgesteld/my lewe verloop nie soos wat ek dit wou gehad het nie”). As sulke gedagtes die persoon eers eenmaal beïnvloed het, gebeur dit telkens in die toekoms ook.

Weer eens kan gesien word dat negatiewe gedagtes ‘n besliste invloed op die liggaam het. 80% van depressielyers kla van pyn wat nie verklaar kan word nie, die pyn beïnvloed dan ook weer die gedagtegang sodat ‘n denke-liggaam terugvoer voortdurend voorkom. Denke gepaardgaande met depressie, waarvan die kerntemas onvermoë en onwaardigheid is, is onbewustelik na alle ander situasies oordragbaar sodat, ondermeer, “nie-belangrike” elemente soos ontspanning en sosiale interaksie, nagelaat word. Die gedagtegang is “wat maak dit saak? Niks gaan verander hoe ek voel nie, ek gaan liefs net op die bank lê”, wat dan net weer eens die depressie spiraal laat verdiep (Willams *et al.*, 2007:26-28). Die doel van bewustheidsbeoefening is nie om denkpatroon-verandering te forseer nie, meer eerder om tussen gesonde

en skadelike patrone te onderskei. Die aanwending van bewustheid ter regstelling van negatiewe gedagtepatrone, sal in ‘n latere hoofstuk bespreek word.

In aansluiting by voorgaande, het Ehring en Watkins (2008:192) bevind dat herhalende negatiewe denke emosionele siektes tot gevolg kan hê. Die reikwydte van herhalende negatiewe denke raak verskeie toestande, ondermeer angs, depressie, slaaploosheid en psigose. Hierdie soort denkpatroon kom byvoorbeeld dikwels in eetstoornisse, hipokondriese-, verslawings- en bipolêre toestande voor (Ehring en Watkins, 2008:194). Volgens Ehring en Watkins (2008:193) is die volgende kenmerkend in diesulke denkprosesse:

- herhalend
- passief en/of ongekontroleerd
- gevul met negatiewe inhoud

Ter verdere illustrasie van bostaande, het Rood *et al.* (2010:333) drie vorme van negatiewe, herhalende denke in kinders en adolessente tussen die ouderdomme 10 tot 18 ondersoek en die volgende bevind:

- Herhalende denke wat op emosie gefokus is, maar nie opbouend is nie, ‘n kognitiewe kwesbaarheidsfaktor verteenwoordig met betrekking tot toestande soos angs en depressie. Herhalende denke wat gekenmerk word deur negatiewe gedagtes dra waarskynlik tot negatiewe gemoedstoestande by en verleng die tydperk van die depressiewe episode. Dit sluit in herhalende denke oor depressiewe of angstige gemoedstoestande, negatiewe oortuiginge wat die persoon oor hom- of haarself koester en denke oor abstrakte konsepte soos betekenisloosheid.
- Herhalende stres-reaktiewe denke is ‘n vorm van nie-konstruktiewe denke. Hierdie soort denke herkou gebeure. Dit toon ook die geneigdheid om op negatiewe afleidings wat na aanleiding van stresvolle gebeure gemaak is, te fokus. Die inhoud van sulke gedagtes dui dikwels op hopeloosheid en dat geluk net moontlik is as die persoon perfek kan wees en volkome deur ander aanvaar word. Stres-reaktiewe herhalende denke, gekoppel met ‘n negatiewe kognitiewe styl, lei dikwels tot depressie. Die skrywers is egter nie bewus van pogings om stres-reaktiewe nadenke in verhouding tot simptome van psigopatologie by hierdie ouderdomsgroep te ondersoek nie (Rood *et al.*, 2010:334).
- Herhalende kommer is ‘n verdere vorm van herhalende negatiewe denke. Dit kan beskryf word as ‘n feitlik onbeheerbare ketting van negatiewe gedagtes en beelde (Rood *et al*., 2010: 334). Kommer kan ook tot probleemoplossing lei, maar oormatige kommer word as ‘n sleutel element van angstoestande beskou en dra by tot obsessief kompulsiewe toestande, sosiale vrese en paniektoestande.

Die literatuur toon interessante feite rondom empatie aan: empatie is die mate waartoe ‘n persoon met ‘n ander se belewenis kan identifiseer. Dit kom egter nie in eweredige mate oor die hele spektrum van ‘n bevolking voor nie (Hogue, 2010:31). Vrae ontstaan dus soos waarom dit die geval is, of empatie aangeleer kan word en of een geslag se brein ‘n groter kapasiteit vir empatie as die ander geslag s’n het? Hogue (2010:32) verwys na Filippense 2:5 wat die gelowige aanspoor om soos Jesus te dink. Die hoofstuk begin met ‘n verwysings na liefde, erbarming en simpatie, waarop Hogue (2010:32) noem dat dit empatie impliseer. Die skrywer maak twee verdere opmerkings, naamlik dat wetenskaplike bevindings altyd aan nuwe teorieë onderwerpe is en dat wetenskaplike beskrywings nie noodwendig tot teologiese afleidings lei nie (Hogue, 2010:32). Met betrekking tot empatie, het spieëlneurone[3] in die prefrontale korteks van die brein belangrike funksies. ’n Neuron is ’n gespesialiseerde breinsel betrokke by die oordrag van inligting na ander senu-, spier- of klierselle. As gevolg van die waarneming deur die onderbewuste, word die optrede van persoon A dus onbewustelik deur persoon B nageboots en gevolglik word die innerlike toestand van persoon A ook deur persoon B beleef. Dit blyk dat aksies meer akkuraat as die bedoelings weerspieël word. Selfs ’n geluid wat aksie impliseer (soos die skeur van papier) of verbale beskrywings kan die spieëlneurone by persoon B aktiveer. Pastorale versorgers kan sodanige kennis goed aanwend om empaties met ’n pastorant te identifiseer. Beter begrip van ’n persoon se besluite of optrede kan gevorm word as ’n vertelling deur die aktivering van spieëlneurone binnegedring kan word (Hogue, 2010:32-35). Die brein is sensitief vir die bedoelinge en emosies van ander en kan die emosies wat ander beleef, naboots en vertolk. Onbewustelik word persoon A se gesigsuitdrukking byvoorbeeld nageboots en beleef persoon B hoe persoon A voel.

Empatie betrek die kognitiewe, gevoels en gedragsdomeine in die brein. Dit verg ondermeer kennis van die ander persoon se innerlike toestand en waarneming van die liggaamshouding om soos die ander persoon te voel en met sy situasie te identifiseer. Navorsing dui aan dat empatie ‘n samestelling van verskeie breinfunksies is, soos om sensitief te wees vir subtiele aanduidings van ‘n ander persoon se belewenis, met aandag daarop te fokus en perspektief te vorm, introspeksie en terselfdertyd apart van die ander persoon te staan (Hogue, 2010:39). Met betrekking tot pastorale sorg is die kennis dat dieselfde brein prosesse wat die mens met God verbind, ook een persoon tot ‘n ander kan verbind, ‘n bevestiging daarvan dat die liefde vir God en ander diep in die gelowige gesetel is. Dit omvat die grootsheid van aanbidding, maar ook die heiligheid van menslike intimiteit en herinner aan Jesus se woorde in Matteus 18:20 “Waar twee of meer in my naam saam is, is Ek.” (Hogue, 2010:49).

---

[3] Spieëlneurone word geaktiveer as ’n persoon ’n aksie uitvoer of as ‘n aksie by ’n ander persoon waargeneem word en gedupliseer word asof dit self beleef word.

Die bevindinge van ‘n verdere studie (Lopes, 2011:1-25) het ondermeer daarop gedui dat wanindrukke op ‘n vroeë ouderdom tot ‘n verdraaide wêreldbeskouing en verwerking van sosiale indrukke en inligting bydra. Stimuli word deur die brein in kodes vasgelê en daarvolgens georganiseer. Negatiewe indrukke en belewenisse kan daartoe lei dat die enkodering en organisering van inligting herhaaldelik verkeerdelik verwerk en gestoor word wat uiteindelik ‘n aggressiewe denkraamwerk en verwerking van inligting vorm. As verdedingsreaksie op die verdraaide inligting volg reaktiewe aggressie. Hoe meer negatiewe belewenisse aanvanklik indrukke gelaat het, hoe meer onbuigbaar sal die verdraaide vertolking van inligting wees. Crick en Dodge (1994:81) som die proses van vaslegging van aggressiewe brein skemas met die analogie van ‘n rollende albaster op. Die eerste paar keer wat die albaster teen ‘n afdraande rol, sal dit verskillende roetes volg. Naderhand sal dit paadjies vorm en die paadjies gevolg word. Telkens sal die paadjie dieper en gladder wees en die albaster vinniger rol. Op dieselfde manier sal die herhaaldelik gebruikte neurale konneksies gevolg word en die kanse verminder dat ander neurale konneksies sal ontwikkel.

Daar blyk ook volgens die opsomming van Lopes se studie (2011:1-25) oorvleueling tussen die rol van verdraaide denke en toestande soos depressie te wees. In aansluiting by Ellis (2001:23), is dit volgens Lopes (2011:1-25) nie soseer die bepaalde stimuli rakende persepsies en oortuigings wat emosies beïnvloed nie, maar die gedagtes oor die betrokke wanpersepsies. Sodanige gedagtes is dikwels onrealisties, irrasioneel, onlogies en outomaties, sodat die individu nie eens bewus is van hierdie irrasionele gedagtes nie. Lopes (2011:1-25) maak die verdere opmerking dat hoewel baie teorieë en navorsingskonsepte al oor depressiewe en angstige gedagtes gevorm is, navorsing oor die verband tussen denke en aggressie nog tekort skiet en noem as voorbeeld dat die volgende vyf vlakke van aggressie in denke gewoonlik aangehaal word, maar toenemend uit meer onlangse navorsing as verkeerd bewys word:

- Paranoïese en agterdogtige gedagtes
- Selfbejammeringsdenke en oordrewe gedagtes dat die individu onregverdig behandel word
- Selfminagting
- Openlike aggressie
- Selfvergroting

Lopes (2011:1-25) wys daarop dat disfunksionele impulsiewe gedrag verkeerdelik aan ‘n gebrek om aan gevolge te dink toegeskryf word, maar eerder ontstaan as gevolg van ‘n verdraaide en verhoogde verwagting van beloning op aggressiewe gedrag. Dit blyk dat selfs denke oor wraak die prefrontale korteks van die brein (wat met beloning geassosieer word), aktiveer. Ook die idee dat woede met lae selfagting gepaardgaan, blyk verkeerd te wees. Dis eerder ‘n narsistiese selfdunk en verminderde empatiese denke wat ‘n rol in aggressie speel.

Hierteenoor blyk dit dat emosies egter ook denke en gedrag beïnvloed. Jacob *et al.* (2014:1-6) noem ‘n voorbeeld van hoe emosies die denke en daaruit voortspruitende gedrag beïnvloed: Verwaarloosde emosionele behoeftes gedurende die kinderjare, lei ondermeer daartoe dat persone negatiewe denke oor hulself ontwikkel, soos om hulself nie na waarde te ag nie. Dit kan lei tot hanteringstegnieke soos uitermatige druk om te presteer, sosiale onttrekking of substansmisbruik.

Mottamed-Jahromi *et al.* (2017) het ‘n studie onderneem om te bepaal of sosiale media insette denke en gedrag sou beïnvloed. Werksverwante stres kom algemeen by verpleegpersoneel voor. Mottamed-Jahromi *et al.* (2017) se aanlyn publikasie toon die impak van positiewe denke stimulasie deur middel van die selfoontoepassings. Positiewe boodskappe is herhaaldelik deur middel van die toepassings aan die verpleegsters wat aan die studie deelgeneem het, gestuur. Hoewel die studie ten doel gehad het om die aanwending van sosiale media teenoor konvensionele terapeutiese metodes te toets, is ondermeer ook bevind dat, teenoor die kontrolegroep, die toetsgroep na drie maande meer positief gedink het en dat dit ‘n verdere positiewe impak op hulle werk en persoonlike lewens tot gevolg gehad het. Veral die verpleegsters wat tevore kalmeermiddels moes gebruik om die stres te hanteer, het beduidend goed op die stimulasie en onderrig in positiewe denke reageer.

‘n Verdere voorbeeld van die positiewe rol van denke op emosies, word in ‘n joernaal, die *Clinical Practice Guideline for the Treatment of Posttraumatic Stress Disorder (PTSD) in Adults* (2017) op die webblad van die *American Psychological Association* gevind. In die feiteblad van die joernaal word weergegee dat die gebruik van kognitiewe gedragsterapie baie geslaagd in die behandeling van posttrauma stres was. Die terapeute het hulle daarop toegespits om die pasiënte uit te daag om hul denke en aannames te herevalueer. Skadelike denke, soos om slegte uitkomste van gebeure te veralgemeen, negatiewe denke wat positiewe denkpatrone verminder en katastrofiese verwagtinge, word met meer effektiewe denke gebalanseer. Die doel van die balansering van denke is herkonseptualisering, dit wil sê, om die persoon te help om die traumatiese gebeure beter te verstaan, sowel as om ‘n beter begrip van hulself en hul vermoë om die herinneringe rondom die gebeure te hanteer. Die joernaal gebruik ‘n publikasie van Monson en Shnaider (2014:1-132) ter illustrasie van ‘n gevallestudie waarin ‘n voorbeeld verhaal word van ‘n 32-jare oorlogsveteraan van Afghanistan wat op daardie stadium vyf jaar lank aan simptome van posttraumatiese stresversteuring gely het. Die veteraan was betrokke in ‘n voorval waar sy en haar kollegas in ‘n voertuig was wat ontplof het. Sy het voortdurend gedagtes en beelde van die insident probeer vermy, tog is bevind dat haar denke bygedra het tot skuldgevoel en woede. ‘n Voorbeeld van hierdie veteraan se gedagtes was dat sy moes gesien het dat die ontploffing gaan plaasvind en meer moes gedoen het om haar vriende te red. Hieruit het skuldgevoellens en selfgerigte woede ontstaan. Die terapeut het hierdie gedagte as inleiding tot die kognitiewe intervensie gebruik. Eerstens het die terapeut die kliënt omtrent verkeerde denke onderrig,

soos gewoonte gedagtes, alles-of-niks-denke, oorberaamde moontlikhede en emosionele redenering. Daarnaas is getuienis vir en teen 'n gedagte versamel: wat is die bron van die gedagte en watter nie-tersaaklike faktore sou die gedagte verder kon beïnvloed. Die kliënt het die skadelike denke leer identifiseer, soos dat die plofstof versteek was en sy dus nie kon weet dat die voertuig gaan ontplof nie, dat sy die bron van die gedagtes was, aangesien niemand anders haar verantwoordelik gehou het nie en dat haar gedagtes op emosie gebaseer was – soos dat sy skuldig gevoel het, dus het sy aanvaar dat sy skuldig was. Na afloop van die terapie, het die skuldgevoel 100 persent verminder en haar selfgerigte woede met 75 persent. Dit is aanduidend van die positiewe uitwerking van vernuwing van denke.

2.5.4 Invloede van denke op gedragshandelinge

Ten einde tussen gewoonte optrede en verslawingsoptrede te onderskei is die Merriam-Webster aanlynwoordeboek geraadpleeg.

Gewoonte gedrag word omskryf as: "regularly or repeatedly doing or practising something or acting in some manner; having the nature of a habit; customary; habitual candor; habitual behavior; habitual drug use; regularly or repeatedly doing, practicing, or acting in some manner; doing something by force of habit; habitual drunkards; a habitual liar; resorted to on a regular basis; our habitual diet; inherent in an individual; habitual grace."

Verslawing word omskryf as: "the quality or state of being addicted *as in addiction* to reading; compulsive need for and use of a habit-forming substance (such as heroin, nicotine, or alcohol) characterized by tolerance and by well-defined physiological symptoms upon withdrawal; *broadly*: persistent compulsive use of a substance known by the user to be harmful".

Dit blyk dus dat gewoonte gedrag 'n gereelde handeling is, soos byvoorbeeld die gewoonte om elke aand 'n glas wyn te drink. 'n Verslawing, daarteenoor is gebore uit 'n onbeheerbare drang na en gebruik van 'n gewoontevormende middel en daar is ook toenemend meer van die substans nodig om die drang te stil. Wood *et al.* (2002:1281-1297) se navorsing toon verskillende gedagtes en emosies aan wat tydens gewoonte- en nie-gewoonte optrede betrokke is. Gewoonte-optrede, dit wil sê, aksies wat gewoontlik daagliks en in stabiele omstandighede plaasvind, het gelei tot gedagtes wat nie met die deelnemers se aksies verband gehou het nie. Dit kan waarskynlik daaraan toegeskryf word dat die deelnemers nie doelbewus hul aksies deur gedagtes hoef te gerig het nie. Daarteenoor het nie-gewoonte optrede – dit wil sê optrede wat nie gereeld plaasvind nie of in ander konteks plaasvind - egter gedagtes tot gevolg gehad wat op die aksie gerig was. Daar is bevind dat gewoonte-optrede selfregulerende voordele gehad het, deurdat gewoonte-optrede minder stresvol was. Wood *et al.* (2002:1281-1297) maak die opmerking dat gewoontegedrag persone toelaat om tydens die optrede aan gebeure uit die verlede terug te dink of te beplan

aan toekomstige gebeure, maar die gevaar inhou dat outomatisering plaasvind wat nie met die konteks en stimuli verband hou nie. Gewoonte-optrede het ook die moontlikheid van verlaagde self-evaluering, waarskynlik weens die gebrek aan gedagtes wat op doelwitte en strategieë gerig is (Wood *et al.*, 2002:1281-1297). Denke speel dus ‘n rol speel selfs wanneer die persoon nie van sy gedagtes bewus is nie.

Nog ‘n element wat gedrag kan beïnvloed, is onlogiese denke. Hamidi en Hosseini (2010:1631) verwys aansluitend na onlogiese denke as denke wat ondermeer uitermatige beklemtoning van kompulsie of verpligting toon, byvoorbeeld “Ek BEHOORT ten alle tye suksesvol te wees” en “Almal MOET van my hou.” Onlogiese denke is dikwels ’n aanduiding van emosionele onaanpasbaarheid (Hamidi en Hosseini, 2010:1632). Hamidi en Hosseini (2010:1631-1636) se studie het ondersoek tot watter mate 210 vroulike adolesente logiese of onlogiese denke op emosionele, opvoedkundige en sosiale vlakke gehad het; en of, op watter wyse dit emosionele, opvoedkundige en sosiale aanpasbaarheid sou beïnvloed. Die studie het ondermeer aangetoon dat buitengewone hoë selfverwagting en angstigheid een van die tien faktore was wat die deelnemers se sosiale aanpassing beïnvloed het. ‘n Sterk gevoel van hulpeloosheid het emosionele aanpasbaarheid beïnvloed en ‘n geneigdheid tot oorafhanklikheid en blamering het opvoedkundige aanpasbaarheid beïnvloed.

Uit bostaande kan telkens gesien word hoe ‘n skadelike denkwyse op talle manier ‘n persoon se welsyn negatief kan beïnvloed. In die woorde van Banks (1988:41): “Mental health lies within the consciousness of all human beings, but it is shrouded and held prisoner by our own erroneous thoughts.”

Net so belangrik is die feit dat denke ook bydra tot geestesgesondheid en algemene welsyn. Banks (1998:1-49) maak die stelling: die brein is die bron van intelligensie, bewussyn van die bestaan word deur die bewuste geskep en gedagtes lei die persoon as vrydenkende wese deur sy leefwêreld. Gedagtes is nie ‘n konkrete werklikheid nie, maar dit is deur gedagtes dat werklikhede geskep word.

In aansluiting by Banks se siening dat die mens reeds die intrinsieke vermoë het om deur reg te dink sy welsyn te verbeter, wys Pransky (2003:1-13) op twee belangrike punte, naamlik dat verandering slegs volhoubaar kan wees as denke ‘n verandering na die positiewe ondergaan en dat individue oor ‘n ingebore staat van gesondheid en welsyn beskik en nie uit die staanspoor beskou moet word as onvoltooid en in nood vir regstelling nie.

Die verhandeling van Rees-Evans (2012:1-152) is daarop gefokus om vas te stel of blootstelling aan die Drie Beginsel-gebaseerde Model (Gedagte, Bewyssyn en Denke) ‘n positiewe bydrae tot die sielkundige welsyn van sowel personeel en leerders kan hê. Rees-Evans (2012:1) wys daarop dat in die kontemporêre Westerse akademiese bestel, personeel dikwels uitbranding ervaar, leerders ‘n gebrek aan dissipline toon en dat beide groepe toenemende ongelukkigheid en ontevredenheid ervaar. Nadat die drie beginsel-

gebaseerde model oor ‘n tydperk van sestien weke met die personeel en leerders toegepas is, het Rees-Evans (2012:110-122) veral op twee positiewe veranderinge gedui, naamlik op persoonlike vlak en verminderde stres. Meer oor die drie beginsel-gebaseerde model sal in Hoofstuk 5 bespreek word.

Greenberger en Padesky (2016:292-296) gebruik ter illustrasie van die wisselwerking tussen denke, gedrag en emosie die eenvoudige metafoor van ‘n pêrel om aan te dui hoe ‘n irritasie in ‘n skulp in ‘n pêrel verander: So kan ‘n persoon se irritasies in pêrels ontwikkel as hy of sy leer om sy of haar gedagtes te identifiseer, te verstaan en die vaardighede aanleer om die gedagtes te verander. Die skrywers gebruik die voorbeeld van ‘n haastige persoon in ‘n kruidenierswinkel wat dan besef dat hy of sy haastig is en gespanne raak, maar dat dit ‘n ruk gaan neem om deur die gedrang te beweeg en dat hy of sy net sowel kan ontspan en die inkopies kan geniet. Volgens Greenberger en Padesky (2016:292-296) lei die verandering in denke in hierdie geval tot fisiese en emosionele kalmte.

2.6 SAMEVATTING

Hierdie hoofstuk het ten doel gehad om volgens Osmer se model (2008) te beskryf hoe navorsing rakende denke daar uitsien en die volgende gevolgtrekkings word gemaak:

Gesaghebbende pastoraat en pastorale wetenskapsvorming het sedert die Tweede Wêreldoorlog ontwikkel en die gebruik van literatuur uit ander wetenskappe is wenslik. Die volgende bevindinge rakende die invloed van denke is aan die hand van die volgende onderafdelings gemaak:

- Die invloed op die geestesdimensie kan gesien word uit hoe verkeerde begrip van en denke oor God ‘n persoon se gedrag kan beïnvloed en hoe voorspoedsgodsdiens denke tot manipulasie en verkeerde verwagtinge kan lei.
- Die invloed van denke op die gees, siel en liggaam dui ‘n sterk verweefdheid tussen die aspekte aan en dat denke emosies beïnvloed, wat weer gedrag beïnvloed. Gedrag beïnvloed dan weer hoe die persoon voel en dink.
- Onder die invloed van denke op die emosionele is ondermeer bevind dat skriftelike of verbale uitdrukking aan emosies terapeutiese waarde het, dat daar ‘n verband tussen depressie en denke is en dat denke tydens die selfgesprek ‘n bepalende rol ten opsigte van prestasie speel. Die rol van ‘n verdraaide wêreldbeskouing kan ook ‘n bepalende rol in emosies en optrede hê.
- Die invloed van denke op gedragshandelinge, het aangetoon dat gewoonte-optrede die voordeel het dat dit selfregulerende, lae spanningsoptrede tot gevolge het, maar die gevaar van outomatisering inhou. Onlogiese denke, soos buitengewone verwagtinge van die persoon self of van ander, kan sosiale en emosionele onaanpasbaarheid tot gevolg hê.
- Denke kan ‘n positiewe, sowel as ‘n negatiewe, invloed op ‘n persoon se welsyn kan hê.

Voorgaande toon aan dat skadelike denke universeel en onder alle ouderdomsgroepe voorkom en die persoon op alle vlakke van menswees nadelig kan beïnvloed. Terselfdertyd kan die ingebore vermoë om gedagtes positief aan te wend, ‘n kragtige teëvoeter vir faktore soos stres en nadelige reaksies op situasies word.

HOOFSTUK 3

’N MULTIDISSIPLINÊRE BLIK OP DIE BEGELEIDING VAN PASTORANTE IN DIE VERNUWING VAN DENKE

3.1 AGTERGROND

Die oorhoofse doelstelling van die navorsing is om ‘n rasioneel-analitiese pastorale model daar te stel om pastorante in die vernuwing van denke te begelei. In hoofstuk twee is reeds daarop gefokus om vas te stel wat die uitwerking van nie-geesbeheerde denke in die gelowige se lewe is. Volgens die die model van Osmer (2008), is die tweede taak van die studie op die interpretatiewe gerig en vra die vraag “Watter metodes word deur multidissiplinêre dissiplines in die begeleiding van die vernuwing van denke gebruik?”

Die noue verbintenis van die menslike dimensies (gees, siel en liggaam) is in Hoofstuk 2 aangetoon, asook die feit dat hierdie verweefdheid dit nie altyd moontlik maak om inligting tussen die verskillende dimensies te kan onderskei nie. Nogtans sal die wisselwerking tussen denke en al drie dimensies voorts ondersoek word en dit sover moontlik onder die temas gees, siel en liggaam geplaas word.

3.2 ’n ONDERSOEKENDE LITERATUURSTUDIE

‘n Interpretatiewe literatuurstudie laat die navorser toe om vanuit navorsingsbevindinge en –redenasies inligting te identifiseer, oorweeg, ontleed en te verwerk tot ‘n samestelling van toepaslike afleidings wat rondom die onderwerp gemaak kan word (Adams *et al.,* 2007:48-70). Die literatuurstudie bied ook ‘n raamwerk vir die navorsing.

3.3 INLEIDENDE BESINNING OOR DENKE

In die vorige hoofstuk is ‘n voëlvlug oor die historiese ontwikkeling van denke gebied. Die woord denke is egter ‘n woord met verskeie betekenisse of nuanses, soos byvoorbeeld neiging, insig en verstand. Ter illustrasie, word gekyk na die omskrywing in die *New Strong’s exhaustive condordance of the Bible* (2010) van die woord “thoughts”:

- *3563 vous nŏus* ...the *intellect*, i.e., mind (divine or human; in thought, feeling or will) by implication *meaning:*-mind, understanding (Strong, 2010:61)
- Die konkordansie verwys hiervandaan ook na inskrywing *5590 psuchē* (Strong, 2010:100) wat van *breath* afgelei is en *spirit (the rational and immortal soul)* insluit, maar ook *heart, life, mind* en *soul*.

- Inskrywing 3563 *nŏus* verwys ook na inskrywing *1097* (Strong, 2010:19) *ginōskō* – afgelei van *to know in a great variety of applications and with many implications* ... not clearly expressed (nuanse), be aware of, feel, aware, perceive, be resolved, can speak, be sure, understand.

Die Afrikaanse Verklarende Woordeboek (1993:128) brei verder op die woord denke uit:

- Denkarbeid. Alle geestesaktiwiteit wat veral deur die denkvermoë verrig word, alle resultate van die denke, dinkwerk.
- Denkbaar. Wat gedink kan word, moontlikheid.
- Denkbeeld. Wat deur die denke voortgebring word, begrip, voorstelling, gedagte, idee.
- Denkbeeldig. Wat net in die verbeelding bestaan, uitgedink.
- Denke. Proses, aktiwiteit van dink.
- Denkend. Nadinkend.
- Denkwyse. Manier van dink/sienswyse, mening/gesamentlike menings of gevoelens van ‘n groep.

Denke is dus ‘n omvattende woord met verskeie betekenisse en gevoelswaardes soos begrip, die rasionele, psige, bewussyn en die innerlike wese (hart). Vervolgens ‘n blik op watter metodes die verwante dissiplines gebruikmaak in die begeleiding van die vernuwing van denke.

3.4 DENKE EN DIE GEES

Vanuit die pastorale sorg dissipline, maak Louw (2000:165-166) die stelling dat die konsepte siel (*psuchè*), hart (*kardia*) en denke (*nous*), verstaan word as dat die menslike respons teenoor God bewustelik is, dat bewuste besluite gemaak kan word en met verantwoordelikheid voor God geleef word. Die term denke (*nous*) staan in noue verhouding tot die Bybelse term “hart” en word afwisselend gebruik – die kern van persoonlike oriëntasie en reaksies (1 Tess 2:4; 1 Kor 4:5 en Rom 8:27). Die denke (*nous*) verteenwoording gedagtes, beredenering, ‘n wilskeuse en besluite en is die kern van kennis van God en om God te ken. Die intellek is sowel deel van die fisiese as ‘n aanduiding van, dat die mens met begrip op die Godsopenbaring kan reageer. Louw (2000: 166) verwys na Paulus wat dit van belang ag dat die menslike denke (*nous*) met diè van God ooreenstem (1 Kor 2:16), deur die Heilige Gees geheilig word en dat die mens tussen reg en verkeerd kan onderskei (Rom 12:2). Menslike denke is egter meer as om God te ken en te kan redeneer, dit beskryf ook, as die sentrum van alle menslike aksies en keuses, die selfregulerende krag binne ‘n persoon. Dit is dus die denke (*nous)* wat bekeer moet word, wat volgens Louw (2000:166) ‘n transformasie, of ‘n algehele verandering, beteken. Louw (2000:166) wys op ‘n belangrike implikasie vir pastorale sorg: “denke (*nous*) is enersyds die sentrum wat verantwoordelike menslike reaksies ten opsigte van God bepaal en andersyds bepaal denke ‘n persoon se handeling.”

Dit beteken dat dit ‘n persoon se denke (*nous*) is waardeur die pastorale berader hoop om die persoon tot verandering te begelei. Die denke moet prominent in die terapeutiese benadering staan. ‘n Nuwe identiteit word bekom deur vernuwing van denke. Louw (2000:166) verwys na ‘n eskatologiese identiteit, omdat die persoon eerstens deur God in genade aanvaar word en tweedens ontvang die persoon dan geestelike insig, dit is denke wat vernuwe is, waarvolgens keuses uitgeoefen kan word. ‘n Christelike identiteit ontwikkel deur ego en bestaans-angs te konfronteer, dus deur die hantering van “wie-en-waarom-is-kwessies” in ‘n persoon se lewe. As hierdie vrae na die sin van die lewe beantwoord word, word die eskatologiese identiteit, deur genade, herstel na wat dit in en deur Christus behoort te wees (Louw, 2012:70). Die kognitiewe vermoë speel ‘n sleutelrol in hoe daar op genade reageer word:

i. Semantiese integrasie maak dit moontlik om genade beter te begryp. Genade word in terme van bestaande begrippe en deur rasionele denke verstaan.
ii. Internalisasie: identifikasie met Christus se lewe word die norm vir persoonlike keuses.
iii. Sintese: die proses om eie vermoëns en die gevolg van genade betekenisvol te laat ineenskakel.

Die afleiding word gemaak dat die vermoë om te kan dink, ‘n belangrike komponent in die vorming van geestelike identiteit is.

Alexander *et al*. (2006:243) belig vanuit die agtergrond van psigiatrie die impak wat die geestesdimensie en denke op mekaar het. Nieteenstaande die verwagting dat daar ‘n afname in geestelikheid en godsdienstigheid teen die 20ste eeu sou wees, blyk die teenoorgestelde waar te wees. Ondanks die belangrikheid van en toename in geestelikheid (spiritualiteit) en godsdienstigheid, is hierdie aspekte eers teen 2000 in die kurrikulum van professionele geestesgesondheidswerkers ingesluit. Die definisie van godsdienstigheid en geestelikheid, is kontroversieël en Alexander *et al*. (2006:243) volstaan by die volgende:

- Godsdiens is ‘n georganiseerde stelsel van oortuigings, praktyke, rituele en simbole, ontwerp om ‘n nabyheid aan die heilige of transendente (God, ‘n hoër mag of waarheid/werklikheid) te fasiliteer.
- Geestelikheid of spiritualiteit is ‘n persoonlike soeke na begrip en antwoorde na vrae oor die lewe, lewenssin, verhoudings met die heilige en transendente, wat mag (of nie mag nie) lei tot, of voortkom uit die ontwikkeling van godsdienstige rituele en die vorming van ‘n gemeenskap.

Hoewel die belangrikheid van die geestesdimensie op geestesgesondheid en denke erken word, is baie van die professionele geestesgesondheidslui vanuit die verwante dissiplines nie daarmee gemaklik om ‘n pasiënt op geestelike gebied te begelei nie, wat beteken dat pastorale berading ‘n belangrike plek in die multi-dissiplinêre aanspreek van geesteskwessies beklee. Hieruit voortspruitend, is die verskynsel dat

godsdiens en geestelikheid nie noodwendig ‘n positiewe bydrae tot ‘n persoon se denke lewer nie. ‘n Skadelike of negatiewe godsdiensbelewing sal uiteraard die denke ook negatief beïnvloed en word hierdie aspek vervolgens ondersoek.

Volgens Alexander *et al.* (2006:248) is dit belangrik dat die pastorale berader reeds tydens die aanvangsgesprekke vasstel wat die pastorant se geestelike oortuiging en belewenis is, hoe aktief hy of sy dit beoefen, wat die waardes is wat uit sy of haar geloof voortspruit, of die persoon van persoonlike groei getuig, gesonde selfwaarde ontwikkel en of interpersoonlike verhoudings bevorder word. Vier verdere belangrike kwessies om in gedagte te hou is:

- Of die persoon se geloofsbeoefening hom of haar help om lewenskwessies beter te hanteer en of dit ‘n bron van stres is?
- Of die persoon deel van ‘n ondersteunende geloofsgemeenskap is?
- Of die persoon met geestelike probleme worstel?
- Of daar geestelike oortuigings is wat met die mediese sorg of diè vanuit ‘n ander dissipline mag bots? (Alexander *et al.*, 2006:248).

As ‘n vertrekpunt rondom die persoon se geestelike oortuigings en stand gevestig is, is ‘n volgende oorweging rondom denke en geestelike belewening, wat die invloed van die emosionele belewing van geestelike kwessies op denke sou wees.

3.4.1 Emosionele verwonding en skadelike godsdiensbeoefening

Die geloofsbelewenis kan sowel ‘n positiewe, as negatiewe, impak op denke hê. Alexander *et al.* (2006:247) wys die volgende voorbeelde van die impak uit:

- ‘n Interne lokus van beheer gaan gewoonlik met ‘n gevoel van welsyn gepaard, waarteenoor ‘n eksterne lokus van beheer geassosieer word met depressie en angstigheid. Godsdienstige oortuigings kan ‘n interne lokus van beheer bevorder en sodoende denke en welsyn deur geestesgesondheid bevorder.
- Gelowiges neig meer tot positiewe hanteringsmeganismes as ongelowiges. Dit sluit in om te probeer vasstel wat uit ‘n situasie geleer kan word, om te doen wat gedoen kan word en die res in God se hande te laat, ondersteuning van geestelike leiers te vra en geestelike sinvolheid in situasies te beleef.
- Negatiewe godsdienstige hanteringsmeganismes, soos om passief op God se ingryping te wag, gebeure as God se straf of as ‘n aksie van die duiwel te beleef en om God se liefde te bevraagteken het ‘n negatiewe invloed op ‘n persoon se denke en geestesgesondheid.

- Ander fakore wat tot geesteswelsyn kan bydra, is ‘n bewustheid van God se teenwoordigheid, aanvaarding van God se genade en liefde, sondebelydenis en aanvaarding van sosiale verantwoordelikhede, geloof en vertroue, betrokkenheid by georganiseerde godsdiens en die gemeenskap met ander, asook ‘n gewilligheid om ander se sieninge te respekteer.

As praktiese teoloog wys Coetzer (2010) daarop dat gebalanseerde godsdiensbeoefening, wat op gesonde wyse plaasvind, vir die gelowige heling en bevryding inhou. In die geval van onverwerkte emosionele pyn, mag ‘n persoon, in ‘n poging tot ontvlugting, tot oordrewe godsdienste aktiwiteite oorgaan. Die werklike pyn bly egter onaangespreek, maar word verbloem deur die nakom van vele geestelike reëls en aktiwiteite. Die persoon kom uiterlik gelukkig voor, maar ly innerlik aan onverwerkte pyn. Die volgende voorbeeld illustreer die impak van emosionele verwonding op ‘n persoon se denke rakende godsdiens, wanneer iemand godsdiens as plaasvervanger vir sy of haar vroeë ervaring van angs en verwerping gebruik. Dit wys ook uit hoe die persoon se denke sy of haar emosionele belewenis rondom godsdiens skeefgetrek het en hoe dit het later meer oor aanvaarding en om-te-behoort gegaan het, as oor God. Die persoon het in ‘n huis vol angs en verwerping grootgeword, later ‘n geestelike oorgawe gemaak het en in die kerk vir die eerste keer onvoorwaardelike liefde en aanvaarding beleef. Die persoon raak op so ‘n oormatige wyse by godsbeoefening en –aktiwiteite betrokke, dat dit tot vervreeming in sy gesin en ‘n egskeiding lei. Sy vrou het hom daarvan beskuldig dat godsdiens vir hom soos ‘n dwelm geword het. Tydens pastorale begeleiding, het die man agtergekom dat daar ooreenkomste tussen sy denke oor en obsessiewe beheptheid met godsdiens en sy broer se dwelmverslawing was en kon hy tot insig kom dat godsdiens het sy dwelm geword.

Aansluitend by bostaande het Keller (2016:9) bevind dat huishoudelike en gesinsgeweld dikwels, benewens fisiese en emosionele, ook geestelike gevolge het. Keller (2016) se proefskrif is vanuit die sielkunde, waarvolgens hy bevind het dat Goddelike status dikwels op ‘n persoon in ‘n geestelike gesagsposisie geprojekteer word. As so ‘n geestelike leierfiguur byvoorbeeld iemand seksueel molesteer, is die gevolge van die seksuele geweld, selfs meer ingrypend as andersins, omdat die slagoffer onbewustelik die geweld ervaar asof deur God gepleeg. Die slagoffer word sodoende van geestelike heling en ontwikkeling ontneem. Sy of haar denke en emosies kan deur skuld, wanhoop en ‘n verlies van ‘n heiligheidsbegrip gekortwiek word. Voorts kan ‘n voortdurende drang na goedkeuring ontstaan (aansluitend by Coetzer, 2010), wat die sirkelgang van invloede rondom denke en emosionele verwonding versterk (Keller, 2016:9).

Godsdiens word gewoonlik met die positiewe en opbouende geassosieer, maar die gevaar bestaan ook dat dit kan ontwikkel in oppervlakkige optimisme en ‘n stel irrasionele gedagtes wat die ontwikkeling van denke aan bande lê. Grubbs en Hook (2016:155) en Coetzer (2010) beskryf godsdiens as gevaarlik wanneer ‘n destruktiewe verhouding met godsdiens, eerder as die verhouding met die Vader, die persoon se lewe beheer en beskryf in die verband die volgende met betrekking tot verslawende godsdiens.

3.4.1.1 Geestelike verslawing

Geestelike verslawing ontwikkel wanneer ‘n persoon tot so ‘n mate afhanklik raak van, ondermeer, sy of haar geestelikheid en die gevoel van regverdigheid dat hy of sy die verhouding met geliefdes en soms selfs finansiële sekuriteit ter wille van sy of haar geestelikheid en godsdienstige oortuigings sal prysgee. Ander voorbeelde van verslawende godsdiens is die eensydige perspektief oor wat reg is met betrekking tot ‘n saak (hy of sy alleenlik is reg), die emosionele hoogtepunt van lofpysing en aanbidding en die gevoel om deel te wees van iets groots. ‘n Gevoel van binding kan opbouend wees, maar raak verslawend as die samehorigheid of emosionele hoogtepunt die doelwit eerder as ‘n byproduk van aanbidding word. Die klem lê dus telkens op die gevoel, eerder as op ingesteldheid op God (Grubbs & Hook, 2016: 156; Coetzer, 2010).

3.4.1.2 Ooreenkomste tussen ’n disfunksionele gesin en ’n disfuksionele kerk stelsel

Die rol van die pa is hier deurslaggewend. Dikwels sal die kind van ‘n outoritêre pa ‘n soortelyke tipe kerk verkies waar die senior pastor die outoritêre figuur verteenwoordig (Taylor, 2002:291; Coetzer, 2010). Waar daar onverwerkte gevoelens van woede teenoor die pa is, sal die persoon die woede rig op die leiersfiguur wat as plaasvervanger vir die pa dien. Dit lei verder daartoe dat die emosioneel verwonde persoon dikwels van kerk na kerk sal verwissel in sy soeke na die perfekte kerkfamilie, eerder as om die emosionele wonde aan te spreek.

3.4.1.3 Parallelle tussen alkoholisme enersyds en disfunksionele Christenskap andersyds

Taylor (2002:291) wys op navorsing wat dui op ooreenkomste tussen gesinne waar alkoholverslawing voorgekom het en gesinne waar die ouers streng, onbuigbaar en outoritêr is. Die navorsing was spesifiek gerig op gesinne wat hulself possisioneer as evangelikaals en het aangetoon dat daar in baie van hierdie gesinne dieselfde atmosfeer geheers het, as wat in gesinne waar een of meer ouers aan alkohol verslaaf is, heers. Die voorbeeld word verstrek van ’n gesin waar daar voortdurende onsekerheid van optrede as gevolg van die alkoholmisbruik was. Die kind het byvoorbeeld nooit geweet wanneer ’n verbale of fisiese geveg sou ontstaan nie. Hierdie voorbeeld hou ooreenkomste in met ’n kind wat in ’n streng godsdienstige gesin opgegroei het. Die ouers was intens by die kerk betrokke, maar fisies en emosioneel afwesig. In die geval van die godsdienstig onbuigbare gesin, is God telkens as *Paaiboelie* gebruik om die kind oor bepaalde gedrag bang of skuldig te laat voel (“Wat sal Jesus sê as jy...”).

By beide die genoemde voorbeelde, kom emosionele gebrokenheid voor en het emosionele en geestelike konflik, depressie, selfmoordgedagtes en angs tot gevolg gehad. Hierdie kinders leer om nie te praat nie, nie te vertrou nie en nie te voel nie en weerspieël die gedrag nie net in volwassse verhoudings nie. Dit skep ook die teelaarde vir geestelike verslawing.

3.4.1.4 Ooreenkomste tussen chemiese en godsdienstige verslawing

Chemiese verslawing is ondermeer gemoedsveranderend. Die goedkeuring van God en mense kan eweneens aangewend word om gemoedsverandering te bewerkstellig (Zilberman *et al.*, 2018:175). Afhanklikheid aan die gevoel van goedkeuring kan tot godsdienstige verslawing lei sodat die persoon nie foute sal erken wat hy of sy in ‘n stelsel raaksien nie, nie sal erken dat hy of sy oorbetrokke is of self probleme ervaar nie. Uiteindelik kan sulke persone die slagoffer van destruktiewe godsdiens, wat uit pligsbesef en ter wille van die goeie belewenis gedryf word, word.

3.4.1.5 Kenmerke van toenemende godsdienstige verslawing

Bostaande toon aan dat godsdienstige verslawing in verskeie gedaantes voorkom en sal, ooreenstemmend met ander soorte verslawing, toeneem. Opsommend is van die kenmerke van godsdienstige verslawing:

- kompulsiewe Skrifgedeelte aanhaling ter oplossing van enige onverwerkte pyn of ander probleme
- ‘n obsessie met eie oortuigings
- isolasie van ander
- finansiële tekorte as gevolg van uitermatige skenkings aan die verdienstelike instansies soos die kerk
- tevergeefse pogings om die beheptheid met die kerk, godsdienstige simbole en die kerkfamilie te verbreek

Uiteindelik neem die verslawing toe en kan van die volgende eienskappe bespeur word:

- wanhoop en teleurstelling in die godsdienstige stelsel of kerk
- onlogiese denke dat God alle probleme uit die weg sal ruim sonder pogings van die persoon self
- absolute denke oor eie oortuigings wat ander moontlikhede uitsluit
- verdraaide denke oor seks as “vuil” of beheptheid met seks
- depressie en psigomatiese siektes
- fisiese, verstandelike en emosionele ineenstorting (Coetzer, 2010).

3.4.1.6 Die herstelproses

Betreffend denke, is dit belangrik om in ag te neem dat vernuwing van denke ‘n groot rol in die herstelproses van ‘n geestelik verslaafde persoon speel, aangesien daar dikwels breinspoeling betrokke was. Die persoon mag verward wees en in sy of haar onderskeidingsvermoë twyfel en moet gehelp word om weer selfstandig te dink, vrae te vra en stellings te betwyfel. Die persoon mag ook ‘n magiese denkpatroon ontwikkel het en alles vergeestelik en moet tot realistiese denke begelei word. Waar rigiede swart/wit denke voorkom, moet die persoon daarin begelei word om self keuses uit te oefen en ook die ruimte van keuse aan ander te gun (Zilberman *et al.*, 2018:175).

Snellers wat ‘n terugval ten opsigte van godsdienstige verslawing kan veroorsaak, moet geïdentitiseer word. Dit kan byvoorbeeld die beheptheid met rigiede navolging van reëls of rituele wees, outoriteitsfigure wat nie bevraagteken word nie, kritiese ingesteldheid teenoor diegene wat anders dink of ‘n denkwyse dat die persoon geen keuse het nie en dat God alleen rigting en oplossings sal voorsien.

Die persoon kan saam met die pastorale berader sodanige aspekte belig en nuwe, bevestigende gedagtes in die plek daarvan aangemoedig word, byvoorbeeld:

- met God se hulp kan ek gesonde keuses maak
- ek kan geestelik gesond en gebalanseerd wees
- God skenk aan my kreatiwiteit, ook in my uitdrukking van geloof soos dat ek my gebede en lofliedere kan neerskryf (Coetzer, 2010).

3.4.2 Geestelike mishandeling

Vanuit ‘n sielkundige agtergrond, bied die studie van Keller (2016:1-147) ‘n blik op geestelike mishandeling. Die term geestelike mishandeling is in die 1990’s deur twee persone geskep wat in hul onderskeie hoedanighede as pastor en berader, die verskynsel waargeneem en omskryf het as die misbruik (*mistreatment)* van diegene in nood vir hulp, ondersteuning en groter geestelike bemagtiging, maar wat dan eerder geestelike ondermyning en ‘n afname in geestelike bemagtiging tot gevolg het.

Bemagtiging word beskou as ‘n komplekse proses wat ‘n persoon daarin ondersteun dat hy of sy ‘n gevoel van beheer oor sy of haar omgewing beleef. Bemagtiging kan verskeie aspekte raak, soos bemagtiging ten opsigte van persoonlike ontwikkeling, vorming van eie oortuigings en motiveringsgroei. Mishandeling word beskryf as die verskynsel wanneer ‘n geestelike leier, byvoorbeeld ‘n pastor, die persoon in geestelike nood probeer domineer of beheer of die situasie wangebruik om sy eie dominante posisie te versterk. Akademiese literatuur toon verskeie temas van geestelike mishandeling aan. Dit kom byvoorbeeld in kultusse of deur huishoudelike en seksuele geweld voor. Dit blyk verder dat geestelike mishandeling voorkom ongeag deelnemers se denominale identifikasie. Van die oorsake kan dinge soos vrees, die

behoefte om aan die godsdienstige gemeenskap se verwagtinge te voldoen en die nastreef van goedkeuring van die geestelike leierskap, insluit. Soms bevind persone hulle kwesbaar binne ‘n geestelike gemeenskap saam met wie hulle na die sin van die lewe gesoek het, moraliteit ondersoek en verbondenheid (om te behoort) nagestreef het (Keller, 2016:2). ‘n Kultus word beskryf as groepe wat dikwels lede sielkundig en of finansieël deur manipulering (sielkundige gedagtebeheer) uitbuit. ‘n Sterk afhanklikheid van verbondenheid met die groep ontwikkel, sodat ‘n lid angstig raak om nie deur die groep aanvaar te word of tot die groep te behoort nie. Selfstandige denke en vrae oor die kultus se filosofie, word selde toegelaat (Keller, 2016:29). Sielkundige mishandeling is dus die aanhoudende oordrag van manipulerende en afbrekende boodskappe met negatiewe sielkundige, sowel as geestelike, gevolge. Simptome ooreenstemmend met fisiese en emosionele trauma, soos nagmerries, depressie en emosionele onttrekking, kan voorkom (Keller, 2016:1-10).

3.4.3 Die ontwikkeling van sielkundige begrip ten opsigte van godsdiens en geestelikheid

In teenstelling met die vooraafgaande fokus op oorwegend negatiewe invloede van godsdiens en geestelikheid, bied Keller (2016:1-147) ‘n blik op die positiewe invloede. Sy omskryf (2016:12) in ooreenstemming met Alexander *et al.* (2006:243), godsdiens as ‘n sosiale verskynsel of organisasie wat spesifieke oortuigings, praktyke en vereistes vir lidmaatskap insluit. Godsdienstigheid hou verband met godsdiens; hierteenoor mag ook geestelikheid daarmee verband hou, maar nie noodwendig nie.

Keller (2016:15-23) verstrek ‘n oorsig oor die ontwikkeling van sielkundige insigte ten opsigte van godsdiens en geestelikheid: vanaf die negatiewe ingesteldheid jeens die geestelike van Freud (1856-1939), tot die meer positiewe, maar ook dikwels humanistiese ingesteldheid van Jung (1875-1961) tot by die uiteindelike stigting van die *Society for the Psychology of Religion and Spirituality* in 1936. Teenswoordig vorm ‘n kulturele perspektief ‘n belangrike lens in die sielkundige blik op godsdiens en spiritualitiet. Geestelike – en geestesgesondheid, sosiale ondersteuning en die inspeel van hierdie elemente op mekaar, het ‘n sterk basis in die sielkunde geword. Alexander *et al.* (2006:244-248) berig dat persoonlike en openbare godsdienstige praktyke tot gesonde denke en geestesgesondheid bydra deur angstigheid, vrees, frustrasie, woede en isolasie te beperk. Van die geestelike praktyke soos onder andere meditatiewe gebed verminder spanning, selfblaam en emosionele skommeling, terwyl persoonlike gebed, vergifnis en die uitspreek van seën verdere gebruike is wat geestesgesondheid bevorder. Keller (2016:24) maak die stelling dat ‘n geestelik gesonde persoon konstruktiewe bydraes lewer in die sosiale en geestelike gemeenskap, ook deur antwoorde op vrae oor die sin van die lewe, die skepping, onreg, die dood en die ewige lewe te verstrek. Voorts bied godsdiens en geestelikheid ‘n geestelike kompas in ‘n persoon se lewe en dra dit by tot fisiese gesondheid en ‘n langer lewe (Keller, 2016:24).

Godsdiens het ‘n positiewe impak op die subjektiewe welsyn, geluk en lewenstevredenheid. Geestelikheid, met of sonder godsdienstige assosiasie, hou verband met hoër vlakke van self-aktualisering, lewenssin en pogings tot persoonlike groei (Keller, 2016:25). Praktyke soos vergifnis blyk positief bydraend tot huweliks- en gesinstabiliteit te wees. Veral van belang vir ‘n studie oor pastorale begeleiding van vernuwing in denke, is Keller (2016:26) se verwysing na die invloed van godsdiens en geestelikheid op ‘n persoon se denke en beskouing van die wêreld, asook op die vraag na lewenssin (verwys ook na Louw, 2014:12-89 hieronder). ‘n Positiewe godsdienstige en geestelike belewing, het ‘n positiewe uitwerking op ‘n persoon se perspektief van die wêreld en sy of haar sin van die lewe.

Keller (2016:138-147) skryf egter ook oor die negatiewe invloed van godsdiens en geestelikheid (spiritualiteit) op denke. Dit blyk dat teologiese dogma, vrees vir en gebruik van kritiek en vernedering deur geestelike leiers, onafhanklike en kritiese denke kan verhoed en dat geestelike mishandeling nie net in kultusse nie, maar ook in Bybelgebaseerde gemeenskappe voorkom. Geestelike misbruik verhoed enige indruising teen die groep se oortuigings en gebruike (Keller, 2016:68). Slagoffers van geestelike mishandeling ontwikkel ‘n diep sin van wantroue, isolasie en magteloosheid (Koenig *et al.*, 2001:60; Keller, 2016:138).

Uit bostaande blyk dit dat die godsdienstige en geestelike welsyn van ‘n persoon sy of haar denke positief beïnvloed, net soos wat denke ook weer ‘n negatiewe rol in ‘n persoon se godsdienstige, geestelike en geestesgesondheid speel. Dit sal dus vir die pastorale begeleier van groot belang wees om prominente, maar selfs ook subtiele vorme van geestelike mishandeling by die pastorant te identifiseer en so ‘n persoon daartoe te begelei om onafhanklike en kritiese denke oor geestelike dogmas en praktyke te ontwikkel.

3.5 DENKE EN DIE SIEL

Thurman (1999:1-46) bied ‘n oorsig oor leuens wat ‘n persoon aan homself of haarself vertel, soos dat hy of sy altyd reg moet wees, dit makliker is om probleme te vermy as om dit te aan te spreek, dat ander vir ‘n persoon se geluk of ongeluk verantwoordelik is en dat hy of sy geestelik sterk moet wees om deur God gebruik te word. Verdere voorbeelde van leuens is dat die persoon alles moet hê: voorkoms, sukses en geluk of dat die persoon se waarde aan sy of haar prestasie gekoppel is (Thurman, 1999:40) Thurman (1999:25) bied modelle aan om destruktiewe oortuigings aan te bied. Een daarvan is die A, B C model en word soos volg verduidelik:

A verteenwoordig die gebeure in denkbeeldige monetêre waarde. Sommige gebeure is so nietig soos ‘n R1 muntstuk, ander sal met ‘n R200 vergelyk kan word en ander met ‘n R10 000 tjek. ‘n Gebeurtenis soos om die motorsleutels te verlê, voel op daardie oomblik asof dit die grootste frustrasie moontlik is, maar, as die sleutels oomblikke later gevind word, het die gebeurtenis slegs ‘n R2 waarde. Hierteenoor vind huisbraak

met ernstige skade plaas, waarvan die gesnellerde waarde dalk R50 000 kan wees. Die doel van die opdrag is om die persoon bewus te maak van:

- emosionele snellers in sy of haar lewe,
- die relatiewe waarde van die snellergebeure en
- wie die persoon is wat verantwoordelik is vir die “skade” of vir die oplossing van die probleem.

Thurman (1999:45) spring van die A van die ABC model na die C. Die C verteenwoordig die reaksie op gebeure. Reaksies kom in drie vorme voor.

- ‘n fisiese veg-of-vlug reaksie met verhoogde polsslag, spierspanning ensovoorts
- ‘n emosionele reaksie met gevoelens soos woede, hartseer of vreugde
- ‘n gedragsreaksie soos ‘n uitroep, onttrekking of versnelling van aksie

Thurman (1999:59) waarsku daarteen om nie by A (die gebeure) en C (die reaksie) te volstaan nie, aangesien dit veroorsaak dat gevoelens en aksies dan blameer word, byvoorbeeld “Die man het my motor gestamp (A), dit het my woedend gemaak (C).” Die gevaar lê daarin dat eksterne gebeure dan die gedrag veroorsaak en die persoon ‘n slagoffer van gebeure raak.

B van die ABC model verteenwoordig die binnegesprek van die persoon, byvoorbeeld:

- A - ‘n kind stort sy koeldrank op die sitkamermat
- B - ek het al so baie gesê hy moenie met sy vol glas loop nie
- C - verhoogde polsslag en vinnige asemhaling en woedeuitbarsting**.**

B sou egter ook kon wees “die glas was te vol, gelukkig is die mat wasbaar”, gevolglik ook met ‘n ander reaksie (C). ‘n Persoon reageer nie op gebeure nie, maar op die binnegesprek wat rondom die gebeure plaasvind (Thurman, 1999:75).

Thurman (1999:174) illustreer verdere leuens wat graag geglo word, met die reël dat negatiewe saad, negatiewe gevolge as oes sal oplewer. Oormatige spandering (negatiewe saad) kan nie ‘n stygende bankbalans tot gevolg hê nie. Spaarsamigheid (positiewe saad) het egter die gewenste positiewe gevolg. Hoewel die voorafgaande logies op papier lyk, is dit maklik om die leuen te glo dat ‘n bakkie roomys elke aand (negatiewe saad), die skaal nie sal laat klim nie (negatiewe oes). Die mens wil graag glo dat negatiewe saad nie ‘n negatiewe oes sal lewer nie, maar die resultaat wys ongelukkig gou die leuen uit.

Thurman (1999:231) noem dat die leuengedagtes wat die mens glo, hom geestelik, emosioneel en verhoudingsgewys skaad. Dit kan egter reggestel word deur ‘n aantal beginsels in gedagte te hou:

- dis menslik om te fouteer en nie nodig dat foute met woede teenoor die self of ander gepaard te gaan nie

- almal kan nie tevrede gestel word nie en die verslawing aan goedkeuring van ander kan genees word deur doelbewus iets vernederend te doen (soos om in die middel van ‘n besige winkel kliphard uit te roep hoe laat dit is of van die res van jou kollegas te verskil)
- om leuenagtige denke reg te stel, verg harde werk. Daar is nie ‘n pil of ander blitskuur om patroonmatige denkfoute reg te stel nie
- “Ek kies om te...” het beter resultate as “ek moet/behoort te...”

Die deurlopende tema in Thurman (1999) se boek, is die uitdaging om leuens te identifiseer en bewustelik, keer op keer, reg te stel. Alle mense is blootgestel aan subtiele en goed verskuilde leuens wat hy of sy aan homself of haarself vertel en al so lank glo, dat die persoon glad nie besef dat dit ‘n leuen is nie. Die regstelling daarvan verg harde werk en inoefening, soveel so, dat sommige pastorante moedeloos met die stadige resultate kan raak, maar die beloning lê volgens Thurman (1999:154) juis in die herhaalde inoefeningsproses. Thurman (1999:232) maak die leser daarop attent dat daar ‘n gedurige stryd om sy of haar denke is. God is Waarheid en wil hê sy kinders moet die waarheid ken, omdat dit vir hulle na gees, siel en liggaam die beste inhou. Die vader van leuens (Joh. 8:44), Satan wil egter gelowiges met leuens vernietig en in slawerny plaas. Alle mense, gelowig of ongelowig, is oomblik-vir-oomblik midde in hierdie stryd, want elke gedagte en keuse het as kern, God se waarheid of Satan se leuen. Die Waarheid moet elke oomblik van die dag seëvier, want vryheid en volwassenheid in alle menslike dimensies hang hiervan af. Die mens word voortdurend met leuens gekonfronteer: adverteerders maak dikwels ongeldige beloftes, professionele persone bied hul kundigheid aan, hoewel dit dikwels op misleiding gebaseer is en, soos hierbo aangetoon, is selfs geestelike leuens en misleiding dikwels aan die orde. Thurman (1999:233) maak die stelling dat daar maar net een Kundige is wat weet hoe die mens behoort te leef, naamlik Jesus wie se aardse lewe daarvan getuig. Thurman (1999:233 – 272) sluit met ‘n twaalf weke program af waartydens denke gerig op waarheid, ingeoefen kan word. Hierdie program word kortliks bespreek:

- **Week 1: Selfleuens**

Thurman (1999:234) gebruik ‘n glyskaal om die antwoorde op ’n vraelys aan te dui, byvoorbeeld:

Stem glad nie saam

Neutraal

Stem volledig saam

<u>Vraag/stelling</u>

1. Ek moet perfek wees.
2. Ek moet almal se liefde en goedkeuring geniet, ensomeer.

Dit word gevolg deur soortgelyke afdelings vir leuens in die huwelik (byvoorbeeld, my huweliksprobleme is as gevolg van my huweliksmaat se foute), leuens as gevolg van verwronge gedagtes (soos dat die persoon dikwels berge van molshope maak of toe laat dat die verlede die toekoms bepaal), godsdienstige leuens soos dat God se liefde verdien moet word en dat God die persoon net kan gebruik as hy of sy geestelik sterk is.

Hiernaas idenitifiseer die persoon die drie leuens wat hy of sy die mees dikwelse aan hom- of haarself vertel en glo. Dit word dan neergeskryf, gevolg deur ‘n kort verklaring waarom dit ‘n leuen is en ŉ gedeelte vanuit die Bybel wat die teendeel verkondig, byvoorbeeld:

Ten laaste moet die persoon bostaande drie leuens, met ‘n persoon wat hy of sy vertrou (of die pastorale berader) deel en eenmaal per week met sodanige persoon vergader om vordering na te gaan.

- **Week twee: Die ABC model**

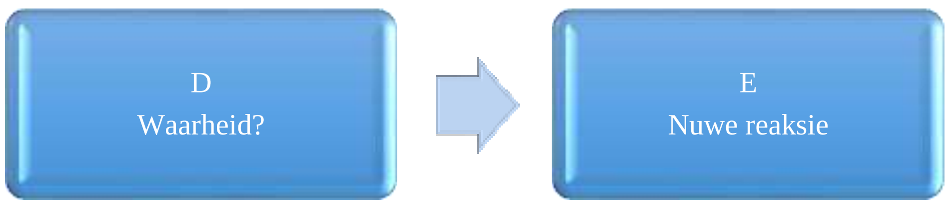
Elke leuen wat die persoon aan hom- of haarself vertel, word vir sewe dae neergeskryf (Thurman, 1999:237). Die sneller (A) word neergeskryf en hoe fel die reaksie (C) daarop was. 50c verteenwoordig byvoorbeeld ‘n klein reaksie en R500 ‘n baie groot reaksie. Die selfgesprek (B) word ook aangedui.

Bv. Ek moes baie lank in ’n ry wag.

Bv. Waarom moet dinge altyd verkeerd loop?

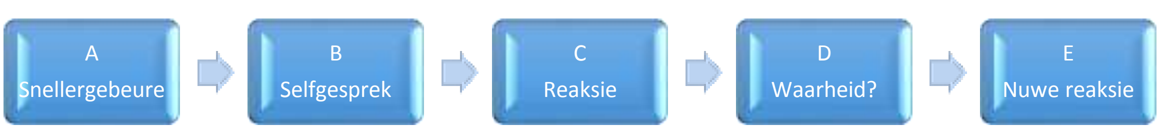
Bv. Spierspasma R50
Ongeduld R100

- **Week drie: Die nuwe selfgesprek van waarheid**



Die fokus van hierdie week is op nuwe selfgesprek van die waarheid (D) en ’n nuwe reaksie (E) (Thurman, 1999:242-244). Gevalle waar die persoon sy of haar denke en reaksie outomaties gekorrigeer het (van C na E), word met ‘n * gemerk. Die oorhoofse beeld van sewe dae se leuens, bied ook die geleentheid om herhalende temas te ïdentifiseer en aan te spreek.

- **Week vier: gebeure uit die verlede**



Gebeure uit die verlede (byvoorbeeld ‘n leuen wat deur gebeure in die kinderjare ontstaan het), word ook deur die A – E model aangespreek (Thurman, 1999:249-250). Die vyf gebeure wat die meeste verwonding veroorsaak het, word geïdentifiseer (A). Hiernaas word leuens aan die self en emosies ten tye van die gebeure geïdentifiseer (B), asook die persoon se reaksie daarop (C). Vervolgens geniet die nuwe waarheid en selfgesprek aandag (D), asook die nuwe reaksie op die nuwe waarheid en/of selfgesprek (E).

- **Week vyf: perfeksionisme (Thurman, 1999:250-251):**

Die opdrag van week 5 is om perfeksionistiese gedrag te herken.

Ek is perfeksionisties as ek:

- ....

As ek **nie** so so perfeksionisties was nie, sou ek die situasie soos volg aangepak het:

- ....

Vervolgens kies die pastorant uit die lys voorbeelde, ‘n spesifieke geval van perfeksionistiese gedrag wat hy of sy wil verander en pas die “teen-perfeksionistiese” gedrag vir die res van die week op die voorbeeld toe, asook sy of haar reaksie of emosie beleef op die “teen-perfeksionistiese” optrede. Christene verval soms in wettiese gedrag. Thurman (1999:254) beveel aan dat die pastorant Fillipense 3:12, 1 Johannes 1:8 en Psalm 18:30 bestudeer om vas te stel wat God se verwagtinge van gelowiges is.

- **Week ses: aanvaarding**

Gedurende hierdie week word die ongesonde behoefte aan aanvaarding aangespreek (Thurman, 1999:254-257). Alle mense het ‘n behoefte aan aanvaarding. Dit is alleenlik verkeerd as die drang na aanvaarding oordrewe raak of daartoe lei dat die persoon ongesonde gedrag ter wille van aanvaarding ontwikkel,

byvoorbeeld om ‘n valse masker van die ware self voor te hou of om morele beginsels ter wille van aanvaarding te laat vaar. Die vraelys sien soos volg daar uit:

0 = aanvaarding is glad nie belangrik nie, **10 = aanvaarding is lewensbelangrik**	**Persoon wie se aanvaarding nodig is**
0	Bv. winkelier
10	Bv. skoonma

Vervolgens word ontoepaslike optrede ter wille van aanvaarding gelys, asook die persoon wie se aanvaarding op die oomblik die meeste nagestreef word en hoe die pastorant sy of haar ongesonde optrede gaan verander.

- **Week sewe: probleemvermyding**

Indien die pastorant geneig is om probleemhantering te vermy, beveel Thurman (1999:257-260) aan dat die persoon drie voorbeelde van probleemvermyding in sy of haar lewe neerstip, asook watter emosionele, geestelike, verhoudings- of finansiële gevolge hierdeur veroorsaak word. Hierna word huidige probleme in die persoon se lewe en die gevolge daarvan neergeskryf. Die pastorant word aangemoedig om binne 48 uur een van die probleme aan te spreek en daarna telkens ‘n ander probleem op dieselfde wyse te hanteer. Jakobus 1:2-4 word aangedui as ‘n Skrifgedeelte om die pastorant in die verandering van sy denke oor probleemhantering te ondersteun.

- **Week agt: ontdekking en waarde van eie identiteit**

Die fokus van denkverandering in hierdie week is om vas te stel waarin die persoon se waarde volgens hom of haar lê (Thurman, 1999:261-263). Waarde is nie in die funksies wat die persoon verrig nie, maar in sy of haar identiteit in Christus (Kol 2:10; Joh 1:12; 1 Kor 3:16; Rom 8:17). Die pastorant word aangemoedig om telkens ‘n rol of funksie waaraan hy of sy ‘n lae selfwaarde toegeken het, met ‘n toepaslike waarde volgens Skrifgedeelte wat sy of haar identiteit in Christus belig, te vervang.

- **Week nege: “moets”**

Handeling wat uit “moet” en “behoort” denke spruit, veroorsaak woede en bitterheid (Thurman, 1999:265-268). Die pastorant lys sodanige optrede en vervang dit met “ek kies om te......, want.......” denke en optrede. Deutoronium 30:19 word bestudeer om die denkverandering te steun.

- **Week tien: doodsvrese**

Die dood is onvermydelik, maar veroorsaak dikwels vreesgedagtes (Thurman, 1999:268-271). Die pastorant spreek doodsvrees aan deur vrae te beantwoord soos of en wanneer hy of sy al ‘n persoon na aan hom of haar aan die dood afgestaan het, hoe oud die persoon was, of die persoon op die dood voorbereid was en indien wel, hoe die persoon voorbereiding vir die dood getref het. Vervolgens lys die pastorant:

- vyf punte waaraan hy of sy meer aandag sou gee of meer dikwels sou doen as hy of sy geweet het dat hy of sy binne vyf jaar te sterwe sou kom
- ‘n huldeblyk wat die pastorant graag oor hom- of haarself sou wou skryf
- wat die pastorant sou wou hê spesifieke persone na sy of haar dood by sy of haar begrafnis moet sê
- wat die mees vernederende waarheid sal wees wat ander van die pastorant sal onthou
- en watter frase die pastorant op sy eie grafsteen sou wou laat aanbring

Die pastorant word geleentheid gebied om te besin oor watter geleenthede tot ‘n betekenisvolle lewe hy of sy graag wil aangryp.

- **Week elf: emosionele behoeftigheid**

Emosionele behoeftes is inherent aan die mens en moenie ontken word nie, hoewel elke emosionele behoefte nie te alle tye aangespreek hoef te word nie. Thurman (1999:271-276) beveel aan dat die pastorant emosionele behoeftes (byvoorbeeld, aanvaarding, aandag, bemoediging) en sy of haar se omskrywing van elk, neerstip. As emosionele behoeftes onvervuld bly, word gevoelens soos woede en innerlike pyn beleef en die pastorant word versoek om die gebeure en die onvervulde emosionele behoefte daartydens, aan te dui. Hiernaas word die pastorant gevra om die persoon wat hom of haar al die seerste gemaak het, neer te skryf en watter emosionele behoeftes onaangespreek gebly het, asook die persoon by wie hy of sy die meeste geliefd voel en watter emosionele behoeftes deur so ‘n persoon aangespreek word. Vervolgens vra die pastorant persone na aan hom of haar watter emosionele behoeftes nie deur die pastorant aangespreek word nie en hoe die pastorant beplan om wel aan hierdie persone se behoeftes te voldoen. Die Bybelstudie vir die week behels verse soos Matteus 6:7-8, Fillipense 4:19 en 1 Johannes 3:17 en 18.

- **Week 12: denke soos diè van Christus**

Om denke soos die van Christus te ontwikkel, lees die pastorant een van die vier evangelies en dui telkens aan wat gebeur het (A), Christus se selfgesprek (B), (byvoorbeeld “Ek het die dissipels se ondersteuning nodig gehad terwyl Ek in gebedsworsteling was, maar hulle het aan die slaap geraak) en wat sy reaksie (C) daarop was (Hy het sy teleurstelling met hulle gedeel en daarna weer gaan bid) (Thurman, 1999: 277-279). Vervolgens word aangedui wat uit Jesus se voorbeeld geleer kan word en om sy ingesteldheid (Fil 2:5-7) te bestudeer. Laastens word Christus se ingesteldheid in elke voorbeeld (byvoorbeeld diensbaarheid) aangedui en hoe die pastorant dit in die komende week kan toepas.

Ten slotte beklemtoon Thurman (1999:280) die belangrikheid daarvan dat die pastorant daagliks die tersaaklike Bybelgedeeltes oordink en deur gereelde herhaling mettertyd memoriseer. Die ontbloting van leuens wat ‘n persoon aan hom- of haarself vertel en die vestiging van nuwe waarhede en selfgesprekke, lei tot denkevernuwing wat innerlike heling tot gevolg kan hê.

Louw (2012:73-74) maak melding van “geloofspatologie” wanneer die fokus op God en geloof ongebalanseerd en nie meer in kontak met die werklikheid is nie. Kunsmatige of obsessiewe identifikasie met God en die geloof, is die gevolg van ‘n versteurde interaksie tussen die inhoud van geloof en geloofshandeling. Louw (2012:73) verwys na die invloed van geestestoestande soos narsisme en toestande wat die denke aantas op ‘n persoon se geloofslewe. Narsistiese toestande mag lei tot oormatige identifikasie met bonatuurlike magte, beide heilig en demonies. Toestande waarin die denke kontak met die werklikheid verloor, kan byvoorbeeld daartoe lei dat ‘n persoon glo dat hy deur bonatuurlike bevrugting ontstaan het of bestem is vir buitengewone bonatuurlike guns en buitensporig begaan is oor simboliese kosmiese begrippe. Geestestoestande wat die denke beïnvloed kan ook bydra tot kompulsiewe geestelike rituele gedrag, geestelike twyfel en die nastreef van perfeksionisme in die geestelike lewe (Louw, 2012:73-75). Hierteenoor, kan hoop, vreugde en dankbaarheid vir God se genade (1 Kor 15:10) in ‘n gesonde, gebalanseerde konteks bevorder word. Die verweefdheid van gees en siel dra by tot ‘n persoon se sin dat daar betekenis in sy lewe is en daarom ook tot geestelike heling in en deur God (Louw, 2012:82).

‘n Span sielkundiges uit Amerika en Israel het ‘n gesamentlike studie geloods om vas te stel wat die rol van denke ten opsigte van lewenstevredenheid is. Daar is bevind dat denke verteenwoordigend van ‘n persoon se bewuste belewenis van sy of haar omstandighede is. Die navorsers Miron-Shatz *et al.* (2013:603) maak die stelling dat ondersoeke na denke ‘n toenemend belangrike rol in die welsyn van persone speel. Hulle beweer dat hoe persone voel terwyl hulle oor aspekte in hulle lewe nadink, ‘n nog relatief onbekende veld ten opsigte van lewenstevredenheid is. Die emosies van meer as 800 vroue is waargeneem, terwyl hulle

oor aspekte in hul lewens nagedink het. Die ondersoek het onderwerpe soos die vroue se gewig, hul kinders en toekomsmoontlikhede behels en het aangetoon dat die emosionele valensie (die inherente aantrekking of wegdeins van ‘n objek, omstandighede of gebeure, die sielkundige waarde van iets), met huidige en vorige lewenstevredenheid betreffend die spesifieke onderwerp, saamhang. Hoe groter die emosionele valensie, hoe meer dikwels is oor die onderwerp gedink. Die moontlikheid bestaan dat lewenstevredenheid verbeter kan word deur die emosionele valensie en frekwensie van gedagtes oor lewensonderwerpe, te verander. Die navorsers het bevind dat dit voorkom asof denke ‘n stabiele en belangrike aspek van welsyn is. In die verlede is bevind dat faktore soos lewensomstandighede, tyd en persoonlikheid, belangrike bydraers tot lewenstevredenheid is, tog speel lewensomstandighede en die persoonlikheidstipe ‘n kleiner rol in lewenstevredenheid as wat aanvanklik vermoed is. Die navorsers het tydens hulle studie die klem van aktiwiteite na gedagtes verskuif en bevind dat hoe mense voel terwyl hulle oor ‘n onderwerp dink, ‘n beter aanduiding van die deelnemers se lewenstevredenheid is, as emosies wat met bepaalde aktiwiteite of demografiese omstandighede geassosieer word. Miron-Shatz *et al.* (2013:603) beveel aan dat denke en die emosies rondom spesifieke gedagtes verder nagevors word. Die navorsers maak die verdere aanspraak dat hulle bevindinge nie net implikasies vir die meting van welsyn het nie, maar ook vir die verbetering daarvan. Net soos aktiwiteite, kan gedagtes omtrent belangrike lewenskwessies aangepas word om tot lewenswelsyn by te dra. Miron-Schatz *et al.* (2013:603-610) verwys na intervensie binne die paradigma van positiewe sielkunde wat bygedra het tot ‘n verhoogde voorkoms van positiewe emosies, lewenssin en –betekenis en terselfdertyd die verlaging in simptome van depressie vir so lank as ses maande.

Ook Louw (2014:12) het bevind dat die manier waarop ‘n persoon dink, nou saamhang met die betekenisvolheid van sy of haar lewe. Louw (2014:13) vertolk betekenis as ‘n web van konneksies, begrip en vertolking wat ‘n persoon in staat stel om sy of haar ervaring te verstaan en sinvolle maniere te beplan waarop sy of haar energie ten opsigte van die toekoms aangewend kan word. ’n Betekenisvolle lewe hang van die sin van doel, bekwaamheid en waarde af. ‘n Persoon se geloofsoortuiging en lewensuitkyk – hoe hy of sy oor lewensgebeure dink – hou direkte verband met sy of haar lewensdoel, waardes en selfwaarde. Louw (2014:12) noem vier faktore wat betekenis definieer, naamlik lewensdoel, begrip, verantwoordelike handeling en genot - of wyse nadenke en evaluasie van die pynlike. Betekenis word deur lyding en dood afgebaken en word in beide lyding en vreugde gevind, mits daar op konstruktiewe manier en met wysheid daaroor gedink word. ‘n Lewensmoment verkry betekenis as dit omhul word in buigbaarheid en verdraagsaamheid, empatie en ‘n nie-veroordelende ingesteldheid ten opsigte van ander.

Louw (2014:16-17) vra die vraag of, in die lig van die “bose van die lewe”, die soeke na betekenis ‘n luuksheid is? Hy beskryf voorts belewenisse wat moraliteit, teologie en ‘n wêreldbeskouing tot niet kan verklaar. ‘n Voorbeeld hiervan is die lewensomstandighede in uiterste armoede sodat die risiko van vigs

wat deur jong meisies meer aanvaarbaar bestempel word as die hongerdood wat hulle in die gesig staar. Hierteenoor ook die belewenis van ‘n nedersetting op die Afrika kontinent wat ‘n geskenkte watertenk ingewy het en hoe die eerste oopmaak van die kraan en lopende water, die rituele dans en blydskap oor hierdie geskenk, die ervaring “geheilig” het. In die hart van armoede en lyding kan daar ook betekenis gevind word as God in gebeure gesien word. Prediker 2:17 beskryf die lewe as ‘n betekenislose gejaag na wind. Vanuit ‘n perspektief wat die vrees vir en vertroue in God as basis het, kan die mooie en betekenisvolle in alle omstandighede egter gesien word. Die mens se uitdaging lê nie daarin om dood te beveg nie, maar om betekenisvol te lewe. Hiervoor is wysheid nodig om met onderskeiding keuses te maak en tussen goed en boos te onderskei (Louw, 2014:35-37).

Rossouw (2015:1-8) bring vanuit die hoek van psigoterapie ‘n interessante perspektief na die navorsingstafel met sy stelling dat die manier waarop daar oor gedagtes gedink word, die sielkundige benadering bepaal. Die kliënt se gedagtes kan as getuienis van ‘n bepaalde kliniese sindroom (*items of evidence)* beskou word, of as ‘n manier om aan die stand van welsyn uitdrukking te gee (*expression of well-being).* Indien gedagtes as getuienis van kliniese toestande beskou word, word gedagtes soos ‘n verbruikersitem waarvan die gehalte en lewensduur veranderlik is. Die gedagte kan dan veranderinge in gedrag en lewensvaardighede teweeg bring. Indien gedagtes as ‘n uitdrukking van welsyn beskou word, bied dit terapie wat meer standhoudende verandering kan meebring. Gedagtes is die uitdrukking van wie ‘n persoon is, hoewel daar baie maniere is om daardie persoon te wees (Rossouw, 2015:1).

Ter illustrasie verwys Rossouw (2015:1-8) na ‘n kliënt, in haar laat tienerjare, wat gedragsterapie ondergaan, maar dit ongelukig voortydig laat vaar het. Rossouw (2015:7-8) beweer dat as hy eerder ‘n eksistensiële fenomenologiese benadering gevolg het, dit hom sou toelaat om haar gedagtes as uitdrukking van haar welsyn te benader en hy meer effektiewe en blywende resultate sou bekom het. Eksistensiële fenomenologie is Heidegger (1954-1968) se filosofie dat die mens hom in ‘n gegewe situasie in die wêreld bevind, maar terselfdertyd ook onderweg na die toekoms is wat op sy beurt weer nuwe positiewe, sowel as negatiewe moontlikhede inhou (Farina, 2014:62).

As denke, soos in die gedragsielkunde, as ‘n verbruikersitem beskou word, kan denke en gedagtes deur die eienaar gebruik word om ‘n bepaalde doelwit te bereik of feite vas te te stel, soos dat die kliënt angstig of depressief is. Die sielkunde verander die feit dat die persoon depressief voel, deur “depresiewe gedagtes” te verander en gevolglik ook die emosies en gedrag wat daarop volg. Die kliënt kan geleer word om sy gedagtes aan te wend om ‘n verlangde emosionele status te bereik (Rossouw; 2015:2).

Die vraag is egter of wat gevoel en beleef word, werklik net op gedagtes berus en of dit bloot ‘n “touch-screen-friendly way of thinking about thoughts” is? Sielkundiges ondervind dat toenemend meer kliënte vra om net, in stede van terapie, die vaardigheid te leer en gereedskap te bekom om emosionele probleme

te hanteer. Rossouw (2015:2) vergelyk die standhoudendheid van sogenaamde kitsoplossings as soortgelyk aan die sielkundige raad wat in sommige tydskrifte gebied word. Hy keer terug na die geval van die tienerjarige kliënt wat kroniese gevoelens van hartseer beleef het, sosiaal onttrek het en haarself gereeld as waardeloos en verward beskryf het – terme wat ‘n redelike afleiding van depressie tot gevolg het. Volgens gedragsterapie lei die negatiewe gedagtes tot negatiewe emosies wat weer tot verdere negatiewe gedagtes lei, dus ‘n sirkelgang wat met gedagtes begin. Hiervolgens begelei Rossouw (2015:3) dus sy kliënt om die geldigheid van haar gedagtes te toets en ontoepaslike gedagtes (byvoorbeeld gedagtes wat bepaalde feite oor- of onderbeklemtoon) te identifiseer en reg te stel. Volgens hierdie benadering, word depressiewe gedagtes as onlogies en onredelik beskou en op die agtergrond geskuif.

Rossouw (2015:2) bepleit egter ‘n benadering waarvolgens hierdie tienermeisie se gedagtes hanteer word vir wat dit is: uitdrukkings van die ongeliefde, waardelose en verwarde persoon wat die kliënt haarself beleef om te wees. Dit is nie ‘n persoon se denke wat hom of haar laat beleef nie, dit is wat hy of sy beleef, wat hom of haar laat dink.

In teenstelling met die “I think, therefore I am” denkskool, beweer Rossouw (2015:3) dat die mens nie in sy denke woon nie, maar in sy of haar konkrete omgewing en met wat daarin beleef word. Die kliënt kan dus begelei word om meer heilsame gedagtes te dink, maar die vraag ontstaan of die persoon werklik gelukkiger is, want hy of sy leef steeds in bepaalde omstandighede wat die ontstaansplek vir die persoon se belewenisse is – nie die denkbeeldig beter wêreld wat deur beter denke geskep word nie. Die heilsame gedagtes wat volgens gedragsterapie geskep word, is dus nie in kontak met die persoon se leefwêreld nie en daarom vir hom/haar betekenisloos. Die kunsmatige skep van heilsame gedagtes kan ‘n meganiese, abstrakte aktiwiteit word, onversoenbaar met die feit dat die persoon nie weet hoe om binne sy of haar omstandighede te leef nie. Die gevoelens van verlorenheid, isolasie, depressie en waardeloosheid sal dus voortduur (Rossouw, 2015:8).

Rossouw (2015:3) bestempel denke as ’n “versameling van verskeie stringe in die persoon se lewe” as verteenwoordigend van die betekenis en belangrikheid daarvan, vir ’n persoon. Die lewe is nie ’n rasionele gebeurtenis nie, maar om ondermeer vreugde, hartseer, onsekerheid en spontane skoonheid te beleef. As hy dus eerder vasgestel het wat die betekenis van die kliënt se gedagtes was en waaraan sy uitdrukking gegee het, sou hy en die kliënt die lewe ondersoek het wat in haar gedagtes uitdrukking gevind het. Die kliënt se uitgesproke negatiwiteite was verteenwoordigend van die groter, onuitgesproke belewing van pynlike emosies wat beter begryp moes word. Gevoel en denke kan nie altyd geskei word nie. Dikwels gee dit wat beleef word, stof tot nadenke, byvoorbeeld die verwondering oor ‘n mooi toneel wat beide denke en gevoel insluit.

Rossouw (2015:4) maak dus die afleiding dat meer aandag aan die gevoel agter denke gegee moet word om sodoende na die werklikheid agter die gedagtes deur te dring. Sodoende sou hy ook die kliënt tot beter begrip kon begelei om te verstaan hoe sy, deur haar subjektiewe belewing, ander moontlike vorme van belewing, uitsluit. Rossouw (2015:4) verstrek die voorbeeld van ‘n oorlogsprisonier wat, ten spyte van die haglike omstandighede, telkens onbeskryflike vreugde beleef het wanneer hy pos ontvang het. Na die gevangene se terugkeer, het hy vreugdevolle gebeurtenisse vanuit ‘n melankoliese vorm van belewing beleef. Sy subjektiewe belewing was nie in kontak met die werklikheid nie. Plek en belewing van emosie hou dus nie verband nie. Sy tienerjarige kliënt se dominante disposisie was melankolies en ander moontlikhede van belewing was hieraan ondergeskik. Die somtotaal van belewenisse uit ‘n persoon se verlede, hede en selfs toekoms, beheer die dominante manier waarop belewe en gedink word. Sy kliënt se verwronge denke is aan die verlede geketting en werp ‘n skadu oor huidige en toekomstige belewing. Hierdie verwringing in die kontinuïteit van ‘n persoon se verhouding met tyd, het ‘n verwronge lewensin (“meaning”) tot gevolg (Rossouw, 2015:4).

Sy kliënt het haarself as sonder waarde of betekenis beleef en was verward. Gegrond op hierdie gedagtes, sou vaardighede om haarself te laat geld en probleemoplossing – volgens Rossouw (2015:4) −van die standaard intervensietegnieke in gedragsterapie ten opsigte van depressie haar daarin kon ondersteun om haar teruggetrokkenheid te fnuik en selfvertroue te verbeter. Probleemoplossingvaardighede het weer die voordeel dat dit die persoon daartoe begelei om die logika en rasionaal van depressiewe gedagtes te daag. Die persoon sou egter, met verloop van tyd, die egtheid van die nuwe belewenis van selfvertroue en selfgelding kon bevraagteken. Sy het nuwe vaardighede ontwikkel, maar die vraag oor wie sy regtig is, is steeds blywend en sal waarskynlik die depressiewe gedagtes mettertyd weer na vore laat kom, want sy dink steeds aan haarself as waardeloos en verward. Dis slegs in die hoort tot die gesamentlike “hulle” van die menigte om ‘n persoon, wat Rossouw se kliënt haarself kan wees, in die gevoelde sin van sekuriteit en gemak wat deur die aanvaarding van ander kom (Rossouw, 2015:5). Die kliënt het haar ook tevore beskryf as ‘n skaap sonder enige oorspronklikheid wat maar net die trop volg. Indien daar verstaan is wat die kliënt se gedagtes oor haarself oorgedra het, sou die uitdaging van haar begeleiding daarin lê om haar te laat begryp wat haar gedagtes oor haar lewe spreek (dat sy net een van ‘n trop of massa is). Haar ongelukkigheid en angstigheid spreek van haar begeerte om in haarself – buite die anonimiteit van die trop – waarde te hê. ‘n Dieper begrip van haar gedagtewêreld sou dus vir beide die begeleier en die pastorant van waarde gewees het deurdat dit aantoon dat haar ongemaklikheid met haar belewenis van die “trop”, die pastorant se binnestem is wat haar daarvan probeer oortuig dat sy genoegsame oorspronklikheid en waarde het om dit ook buite die “trop” te waag. Haar ongemaklikheid, selfs depressie en gevoel van waardeloosheid, was haar binnestem wat haar van haar waarde buite die menigte wou oortuig, maar nie hy of sy pastorant het dieper begrip van haar gedagtes na waarde geag nie, maar dit eerder probeer ignoreer. Rossouw (2015:6) beskryf

die pastorant se opgee van haar terapie, as die aanduiding van mislukte terapie en dat haar nuwe gedagtes so van haar leefwêreld gedistansieer is, dat dit betekenisloos is en nie standhoudend nie. Hoe daar oor gedagtes besin word, het implikasies vir terapie: As gedagtes as produkte van die denke (“mind”) beskou word, word dit as ‘n verbruikersitem (“utility”) benader. Hiervolgens kan gedagtes logies en rasioneel “bestel” word om die verlangde effek te bekom. Rossouw (2015:6) bestempel hierdie benadering as ‘n wanvoorstelling van gedagtes en bestaan, want daar is volgens hom, geen rede of logika daarin om gedagtes te bedink of bereken en met ander gedagtes te vervang nie. Dit is nie gedagtes wat ‘n lewe vorm nie, dis eerder die leefwêreld van ‘n persoon, wat sy of haar gedagtes vorm. Rossouw (2015:6) is van mening dat as hy die begrip dat die kliënt se leefwêreld haar gedagtes vorm, as vertrekpunt gebruik het, sy haar gemoedstoestand beter sou kon aanspreek en dalk ook tot insig kon kom dat haar lewe betekenisvol is en sy daarom ook ander ingesteldhede kan ontwikkel.

3.6 DENKE EN LIGGAAM

3.6.1 Neurowetenskap

Neurowetenskap behels enige wetenskap wat met die struktuur of funksie van die senustelsel en die brein te doen het. Dit is die studie van die ontwikkeling, struktuur en funksie van die senustelsel. Neurowetenskap het nie net met die normale funksionering van die senustelsel te doen nie, maar ook wat met die seunustelsel in die geval van neurologiese, psigiatriese en neuro-ontwikkelings siektetoestande gebeur (Nordqvist, 2017). Neurowetenskap word as ‘n onderverdeling van biologie beskou, maar dit skakel nou met dissiplines soos wiskunde, taalkunde, ingenieurskunde, sielkunde en medies. Neurowetenskap behels verskeie onderafdelings, ondermeer:

- Neurobiologie het met die biologie, die fisiologiese samestelling, van die senustelsel te doen.
- Gedragsneurowetenskap bestudeer senuselle en die fisiologiese aard daarvan op sellulêre vlak.
- Kognitiewe neurowetenskap is die studie van die kognitiewe funksies ten opsigte van die onderliggende senuselle en sluit dissiplines soos die taalwetenskappe, gedrags- en eksperimentele modellering in met die doel om kognisie vanaf ‘n neurale hoek te verstaan.
- Ontwikkelingsneurowetenskap ondersoek die ontwikkeling van die senustelsel op sellulêre vlak om onderliggende meganismes in bestaande neurale ontwikkeling te verstaan.
- Sosiale neurowetenskap is ‘n dissipline wat ondersoek hoe biologiese stelsels sosiale prosesse en – gedrag beïnvloed (Nordqvist, 2017).

Hogue (2010:25), professor in pastorale teologie en berading, wys, in die lig van neurowetenskap, op die volgende implikasies vir pastorale sorg:

- Baie toestande wat voorheen aan die sielsdimensie toegeskryf was, word deur die neurowetenskap aangedui as van fisiese oorsprong. Eendersyds, waar die mening gehuldig is dat ‘n persoon se biologiese samesteling onveranderlik is, het neurowetenskaplikes bevind dat biologie nie noodwendig ‘n persoon se welsyn bepaal nie, maar eerder die ontwikkeling van die kringgange van senuselle in die brein. Andersyds het die neurowetenskap ook die waarde van die liggaam herbeklemtoon (Hogue, 2010:44).

- Sosiale neurowetenskap (in aansluiting met Clinton en Sibcy, 2012:141-145) beklemtoon die belangrikheid van interpersoonlike verhoudinge. Waar vroeër op ‘n individuele brein in ‘n enkele kopbeen en ‘n enkele genetiese kode gefokus is, toon sosiale neurowetenskap aan dat – voor die ontwikkeling van taal – sosiale omstandighede interaktief met genetiese kodes was. Sosiale neurowetenskap ontdek toenemend die belangrikheid van liefde, ‘n onderwerp waartoe pastorale beraders ‘n belangrike bydrae kan maak.

- Die liggaam, gees en sielverbintenis kom sterk in neurowetenskaplike studies na vore.

Clinton en Sibcy (2012:141-145) het ondersoek hoe interpersoonlike neurobiologie pastorale berading beïnvloed. Clinton is die president van die Amerikaanse Christelike beradersvereniging en Sibcy is ‘n kliniese sielkundige aan die Liberty Universiteit verbonde. Hulle wys op die komplekse verhouding tussen die denke, liggaam, brein, omgewing en die rol van persoonlike verhoudings. In Hoofstuk 2 is na Clinton en Sibcy (2012:141-145) verwys wat aangedui het dat pastorale berading ‘n toenemend belangrike rol tussen die verwante dissiplines bekleë, aangesien gelowiges die behoefte het dat hul begeleiding by hul geloofsoortuigings aansluiting moet vind en dikwels die proses om hulp te bekom, by hul geestelike leier begin. Sodanige geestelike leier moet dus deeglik toegerus en op hoogte van nuwe ontwikkeling op interdissiplinêre gebiede wees. Daar is ook verwys na die internasionaal erkende psigiater, Siegel (2010:483-485), se bevinding dat gebalanseerde wisselwerking tussen die denke, brein en verhoudings ‘n belangrike driehoek vorm wat ‘n persoon se welsyn betref. Neuroplastisiteit verwys na die vermoë van die brein om verander te word. Deur herhalende ervaring, kan die brein afgerig (“*by training the brain”)* word en ontwikkel die brein sodoende nuwe senuweeselroetes of kringgange. Dieselfde kan deur interaktiewe verhoudingservarings gebeur. Belewenisse soos geborgenheid, gemeenskaplikheid, die boodskappe wat deur liggaamstaal heen-en-weer gestuur word en komplekse kommunikasie en beredenering, is voorbeelde van interakties wat neuroplastisiteit beïnvloed (Clinton en Sibcy, 2012:141-145).

Verbintenisverhoudings (*attachment relationships)* soos die ouer-kind verhouding, is ‘n voorbeeld van ‘n verhouding wat ‘n sterk positiewe of negatiewe invloed van die interaksie tussen denke, brein en verhouding en die wyse waarop dit kringgange in die brein by beide ouer en kind vorm. Die denke van een

persoon kan die vloei van energie en inligting na ‘n ander persoon vorm en word *mindsight* genoem (Siegel, 2010:483).

Die proses van *mindsight* sluit vanuit die begrip van ‘n Drie-enige God met onderskeie rolle, volgens Clinton en Sibcy (2012:141) nou by die Christelike denkraamwerk aan. Terapie behels meer as die oordrag van inligting. Die skrywers gebruik die Engelse akroniem *SECURE – safety, education, containment, understanding, restructuring* en *engaging* om begeleiding wat neurobiologie inagneem, te omskryf:

- *Safety* verwys na ‘n gesonde verhouding tusssen kliënt en berader. Die berader word ‘n veilige bron van waaruit die pastorant nuwe vaardighede aanleer om emosies te beheer en verhoudings te verbeter.
- *Education* behels nuwe vaardighede soos neurogebaseerde empatie wat die pastorant leer om sy of haar simptome in die lig van neurowetenskap te verstaan.
- *Containment* verwys na die berader se vermoë om moontlike negatiewe emosies wat vanuit die beradingsverhouding voortspruit, te bestuur.
- *Understanding* beskryf die interpersoonlike leerproses wat bestaan uit insig in die denkpatrone, emosies en verband met vorige belewenisse, as basis vir nuwe vaardighede.
- *Restructuring* is die proses waartydens die pastorant leer om verkeerde denk- en gedragspatrone en gepaardgaande gevolge te identifiseer en konstruktief te verander, byvoorbeeld ‘n kronies depressiewe persoon wat gewoonlik tydens konflik in ‘n passief-agressiewe stilte terugtrek, leer om die vrees-kringgang in die brein te desentiseer en op gedrag te fokus wat verhoudings, ten spyte van die konflik, kan verbeter.
- *Engaging* behels die balansering van ondersteuning en uitdaging. Die pastorant voel enersyds veilig in die beradingsverhouding met die pastorale berader, andersins beoefen hy of sy nuwe denk- en gedragspatrone.

Clinton en Sibcy (2012:141-145) beklemtoon die vordering betreffende integrasie tussen dissiplines soos sielkunde en teologie, maar noem ook dat die toekomstige ontwikkeling hiervan, grootliks van pastorale beraders gaan afhang wat sal sorg dra dat hulle tegelykertyd geestelik groei en op hoogte van ontwikkeling in die verwante dissiplines bly.

3.6.2 Herstrukturering van negatiewe gedagtes

Kognitiewe modelle van psigopatologie maak daarop aanspraak dat disfunksionele kognisie direk tot negatiewe emosies bydra. Diensooreenkomstig word gedragsterapie aangewend om die irrasionele of

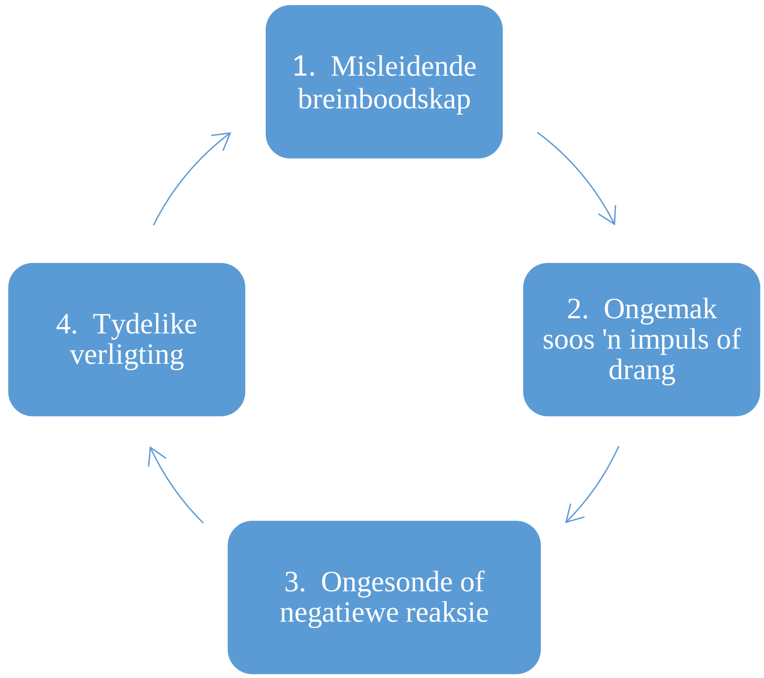
wanaangepaste denke te verander met die doel om pasiënte aan te moedig om meer rasioneel en gebalanseerd te dink en sodoende meer lewenstevredenheid te beleef.

Deacon *et al.* (2011:219-220, 230-234) is aan die universiteite van Wyoming en Texas-Austin verbonde. Hulle bevinding was dat aanvaarding en verbintenis (*acceptance and commitment therapy (ACT)*) as ontlonting van negatiewe gedagtes, ‘n beter opsie is as die tradisionele kognitiewe herstrukturering van gedagteterapie sover dit aanhoudende disfunksionele negatiewe en destruktiewe denke raak. ACT gebruik kognitiewe ontlontingstegnieke om die funksie van negatiewe gedagtes te verander, eerder as om die inhoud van die gedagte te verander. Die ACT ontlontingstegniek behels ondermeer die vinnige herhaling van ‘n selfverwysende, een-woord-gedagte soos “vet” en het beter resultate as die tradisionele kognitiewe herstrukturering van disfunksionele denke om sodoende negatiewe emosies as gevolg van die negatiewe denke te verminder. In teenstelling met metodes soos die van Schwartz en Gladding (2012) hieronder, wat die aandag op sogenaamde misleidende boodskappe probeer herlei en herstruktureer na konstruktiewe denke en handeling, probeer die ACT metode nie ongewenste gedagtes beheer of onderdruk nie. Die vinnige herhaling van ‘n woord vir ongeveer 30 sekondes laat dit voorkom of die woord sy letterlike betekenis tydelik verloor, is slegs een van die baie kognitiewe ontlontingsstegnieke wat in ACT gebruik word. Dit word die *milk exercise* of woordversadiging genoem en is reeds so vroeg as in 1907 eksperimenteel gebruik. Die herhalende, hardop gebruik van ‘n selfverwysende woord, bring meer verligting van die ongemak en spanning rondom die gedagte as ‘n metode om gedagtes te onderdruk. Dit blyk dat die mate van emosionele ongemak aanmerklik na 3 – 10 sekondes van woordherhaling verminder, maar dat 20-30 sekondes van herhaling effektief was om die geloofwaardigheid van ‘n gedagte te verminder. Die herhalings het bygedra tot aanvaarding en ontlonting van die negatiewe gedagte en langtermyn verbetering ten opsigte van die emosionele ongemak en spanning rondom die gedagte, byvoorbeeld die van ‘n negatiewe liggaamsbeeld. Daar is egter ‘n moontlikheid dat die ACT metode nie so suksesvol met realistiese, gesonde denke (soos “ek is vet” by ‘n oorgewig persoon) sal wees nie.

3.6.3 Misleidende breinboodskappe

Vanuit die mediese wetenskap, sluit Schwartz en Gladding (2012:xi) aan by Thurman (1999) se siening dat leuens soos slawerny, of te wel verslawing kan wees. Dit hou die persoon in die slawerny van ongesonde gewoontes en hoe meer dikwels die ongesonde gewoonte gepleeg word, hoe meer raak die brein daarvan oortuig dat dit wat eintlik net ‘n slegte gewoonte is, vir oorlewing noodsaaklik is. Die brein kan nie onderskei of ‘n aksie voordelig of skadelik is nie, dit reageer slegs op hoe ‘n persoon op impulse, gedagtes, begeertes en drange reageer. Die brein kan ‘n houvas op ‘n persoon se lewe hê, maar slegs as dit toegelaat word om gedagtes negatief te beheer. ‘n Voorbeeld word gegee van ‘n dame wat probleme met agstigheid ondervind en gedurig soos ‘n mislukking gevoel het, omdat haar brein vir haar destruktiewe en misleidende

boodskappe gestuur het dat om aanvaarding en liefde te beleef, sy foutloos moes wees en almal om haar moes versorg. Misleidende boodskappe vanaf die brein is valse of misleidende inligting vanaf die brein - deur impulse of begeertes - wat ‘n persoon se positiewe doelwitte of menswees kan skaad (Schwartz en Gladding, 2012:4,5). Misleidende breinboodskappe funksioneer in ‘n siklus:



Figuur 1: Misleidende breinboodskappe Bron: Schwartz en Gladding (2012:4)

’n Verdere voorbeeld word verstrek van ‘n jong dame wat ‘n baie negatiewe liggaamsbeeld gehad het as gevolg van misleidende breinboodskappe (1) wat haar daarvan oortuig het dat sy ongeliefd en waardeloos was omdat haar lyf nie perfek was nie. Sy het toenemend fisies en emosioneel uitermatig lelik gevoel en wou net van hierdie sensasie (2) van lelikwees wegkom. Die sensasie sou toeneem tot op die punt dat sy dit nie langer kon verduur nie, waarna sy haar aan vergryping aan kos of kosonthouding sou oorgee (3). Dit is deur ‘n gevoel van kalmte en tydelike verligting (4) gevolg, (vergelyk Deacon *et al.*, 2011:219-220, 230-231) net om weer deur valse breinboodskappe geteister te word. ‘n Onderskeid moet tussen ‘n emosionele sensasie en ware emosie getref word. Emosie word deur werklike gebeure ontketen, emosionele sensasie word deur misleidende breinboodskappe (sonder werklike gebeure of feite) gesneller. Emosionele sensasies kan ook aanleiding gee tot herhalende denke (Hoofstuk 2) en oorontleding van ‘n situasie in ‘n poging om die ongemaklike sensasie te ontkom (Scwartz en Gladding, 2012:12-14).

Schwartz en Gladding (2012:xvi) beskryf ‘n metode om misleidende breinboodskappe te hanteer. Dit behels kortliks vier stappe waarin geleer word om misleidende boodskappe vanaf die brein te identifiseer en reg te vertolk:

i. Identifiseer misleidende boodskappe (Ek is nie regtig honger nie, ek het ‘n uur gelede geëet.).
ii. Vertolk van die boodskap. Waarom skep die boodskap drange soos honger of ander ongemaklikhede? (Vertolking: as ek honger voel, mag ek iets eet).
iii. Fokus op ‘n positiewe aktiwiteit of denkproses. Herlei die aandag en aktiwiteit, selfs te midde van ‘n drang of impuls wat die misleidende boodskap veroorsaak (Ek gaan gou ‘n paar strekke doen en ‘n glas water drink).
iv. Herevalueer breinboodskappe. Leer om ‘n misleidende boodskap te vertolk as bloot net ‘n waardelose misleiding (Ek was nie regtig honger nie, die sensasie het verdwyn toe ek iets anders gedoen het).

3.6.4 Neuroplastisiteit

Plastisiteit kom van die Griekse woord *plastikos* voor en beteken om gevorm te word. Neuroplastisiteit sluit alle prosesse in wat ‘n verandering in die brein se struktuur, sirkelgange, chemiese samestelling of funksie tot gevolg het, asook die vermoë van breingedeeltes om na nuwe funksies oor te skakel (Schwartz en Gladding, 2012:36).

Schwartz en Gladding (2012:30-33) verstrek die voorbeeld van ‘n beroerte slagoffer wat die nuus ontvang het dat sy nooit weer sal loop nie. Die pasiënt se rehabilitasie het oor ses intense weke gestrek waartydens sy meer as een keer uit moedeloosheid wou tou opgooi. Misleidende breinboodskappe het haar laat glo dat sy nie hard genoeg probeer nie of ‘n taak beter behoort te bemeester. Te midde van die emosionele misleidende boodskappe wat sy vanaf haar brein ontvang het (soos dat sy te stadig vorder), het die pasiënt baie fisiese ongemak verduur. Mettertyd het sy geleer om die fisiese ongemak te ignoreer en op haar doelwitte te fokus. ‘n Vaardigheid wat haar gehelp het om bewus te word van misleidende boodskappe wat sy eerder moes vermy om sodoende konstruktief op haar rehabilitasiedoelwitte te fokus, was om gereeld vir haarself gedagteboodskappe (“mental notes”) te stuur. Sy sou, wanneer die oefeninge pynlik en die frustrasievlakke hoog was, doelbewus haarself daaraan herinner dat sy weer wou loop, self winkel toe wou bestuur of met haar kleinkinders wou gaan stap. Hierdie vaardigheid het haar gehelp om op doelwitte, ongeag die fisiese ongemak, te fokus.

Schwartz en Gladding (2012:33) noem dat gedagtenotas egter ook meer as bostaande verg. Dit is belangrik om lank genoeg by so ‘n gedagteboodskap stil te staan, dat daar deeglik van die ervaring kennisgeneem word. Dit skep ruimte dat misleidende boodskappe ontleed kan word, denkpatrone raakgesien word en nadelige reaksies bewustelik waargeneem kan word. Die volgende stap vir die pasiënt was om die inhoud

van haar misleidende breinboodskappe onskadelik te stel. Schwartz en Gladding (2012:34, 35) gee ‘n voorbeeld van ‘n keer toe die beroertepasiënt geval het en nie iemand se aandag kon trek of alleen kon orentkom nie. Sy onthou hoe sy gesukkel het om by haar rolstoel te kom en op ‘n stadium gedink het: “Ek kan nie.” Na ‘n paar minute het sy besef dat dit ‘n misleidende breinboodskap was (Stap 1: identifiseer die boodskap as vals en misleidend) en sy het na herevaluasie, besef dat die boodskap eintlik was “ek wil nie, want ek sukkel”, (stap 2: vertolk en herevalueer) waarop sy in haar gedagtes reageer het met “dit is belaglik, natuurlik wil ek!” (Stap 3: veto die boodskap deur te herfokus) die herevaluasie van die breinboodskap het haar gehelp om te kalmeer en rustig ‘n plan te bedink wat haar uit haar penarie kon red.

Dieselfde pasiënt het ook geleer om nie net fisiese nie, maar ook emosionele struikelblokke op dieselfde manier te bowe te kom. Die sielkundige het aanbeveel dat sy ‘n antidepressant gebruik omdat sy telkens as daar besoekers opgedaag het, in trane uitgebars het en die sielkundige bang was dat sy haar vriende sou vervreem. Die pasiënt het verkies om haar gedagtenotas te gebruik om haar te help om die probleem te oorbrug. Telkens as sy oor-emosioneel geraak het, het sy ‘n oomblik geneem en diep gesluk (Stap 3 – herfokus) en rustig voortgekuier. Die pasiënt se fisiese- en emosionele herstel was gesetel in haar vermoë om misleidende boodskappe te identifiseer en telkens nuwe reaksies te kies (Schwartz en Gladding, 2012:35-36).

3.6.4.1 Selfgerigte neuroplastisiteit

In die geval van beroerte, word bloedvloei na ‘n spesifieke deel van die brein belemmer, met skadelike gevolge in daardie deel sodat spesifieke liggaamsfunksies gekortwiek word. As ‘n spesifieke liggaamsaksie herhaaldelik nodig is, kan ‘n onbeskadigde deel van die brein, aan dieselfde kant as en aangrensend aan die beskadigde deel, “leer” om die funksie oor te neem. Die breingedeelte aan die teenoorgestelde kant van die liggaamsdeel, beheer die funksies van die liggaamsdeel. ‘n Regshandige persoon sou byvoorbeeld kon leer om links te skryf as die linkerkant van die brein beseer word, deurdat die breingedeelte wat handbewegings reguleer, aan die regterkant van die brein, die funksie aanleer en oorneem en die linkerhand later gebruik kan word om mee te skryf. In die geval van die pasiënt hierbo beskryf, het die neuroloog bevind dat mettertyd nie net die betrokke deel haar aan regterkant van haar brein reageer het in opdrag dat sy haar verlamde linkerhant moes probeer roer nie, maar dat ook die beskadigde linkerkant van die brein reageer het. Dit was ‘n buitengewone reaksie, aangesien die linkerkant van die brein deur die beroerte beskadig is. Aanvanklik was die brein verward en het beide die regter- en linkerduime reageer, totdat die pasiënt se brein geleer het om weer tussen regs en links te onderskei. Van belang is dat die mediese span, uit die aard van die beroerte beserings nie gedink het dat die pasiënt ooit weer enige nut van die linkerkant van haar brein sou hê nie, sy sou dus nooit weer loop of haar regterhand sou kon gebruik nie. Op hierdie manier het ‘n onderskeid tussen neuroplastisiteit en selfgerigte neuroplastisiteit (“self-directed neuroplasticity”)

ontstaan. Selfgerigte neuroplastisiteit maak gebruik van gefokusde aandag en die vermoë om met groot toewyding en harde werk keuses en aksies te reguleer totdat die brein die nuwe boodskappe leer gehoorsaam (Schwartz en Gladding, 2012:37).

Neuroplastisiteit kan ‘n las of ‘n bate wees, want die brein leer om outomaties op positiewe of negatiewe breinboodskappe te reageer. Dit hang van die keuse van handeling en gefokusde aandag (positief of negatief) af of selfgerigte neuroplastisiteit ‘n bate of las gaan wees. Ook waardegedrewe doelwitte speel ‘n groot rol in neuroplastisiteit. In die geval van die beroertepasiënt, kon sy nie haar beskadigde brein soos in die geval van ‘n gesonde brein, leer om anders te reageer nie. Sy het haar fokus vanaf die fisiese oefeninge wat sy nie kon doen nie, na haar doelwitte en waardes verskuif (“ek wil weer loop” – die doelwit, “want ek wil onafhanklik wees” – die intrinsieke waarde wat die doelwit motiveer). Die doelwit was die fokus van haar aandag. Van belang, is om kennis te neem dat neuroplastisiteit voortdurend plaasvind, ongeag positiewe of negatiewe keuses uitgeoefen word. Fokus-aandag skep die brein waarmee uiteindelik geleef word: positief of negatief, afhangend van die soort boodskap wat van die fokus-aandag afkomstig is (Schwartz en Gladding, 2012:38).

Die invloed van denke rondom die sin van die lewe, word ook ten opsigte van die fisiese dimensie gesien. Die betrokke pasiënt se beroep en sport was grootliks van die gebruik van haar arms afhanklik. Hoewel sy baie goed na die beroerte herstel het, moes sy aanpassings ten opsigte van beide haar beroep en sportdeelname maak. Die werk wat sy na haar beroerte kon doen, was weliswaar nie haar eerste keuse van beroep nie, maar sy kon steeds ander van hulp wees en ‘n betekenisvolle bydrae lewer sodat haar lewe steeds ‘n doel en betekenis gehad het. Die waardes wat vir die pasiënt belangrik was, was om onafhanklik te wees, ander te kon liefhê, sowel as haar geloofs- en etiese waardes. Hierdie waardes was ‘n groot dryfkrag om haar doelwitte daar te stel en na te jaag. Sy het die doelwitte spesifiek afgebaken volgens kleiner kategorië: beroep, verhoudings en ontspanning. Binne elke kategorie het sy volledig gespesifiseer watter doelwitte in die bepaalde kategorie vir haar belangrik was. Aangesien sy presies geweet het waarheen sy mik en aktief daaraan gewerk het, kon sy negatiewe breinboodskappe wat haar wou lamlê, fnuik deur haar doelwitte (wat waarde gedrewe was), in herinnering te roep (Schwartz en Gladding, 2012:41).

3.6.4.2 Hoe gewoontes gevorm word

Indien ‘n misleidende breinboodskap nie reg vertolk en onskadelik gestel word nie, leer die brein om op die boodskap te reageer. As daar elke keer aan die breinboodskap “ek het ‘n glas wyn nodig” gehoor gegee word, word die sirkelgang van die boodskap versterk sodat die persoon toenemend meer drink. Indien senuselle gereeld in dieselfde patroon geaktiveer word, word hulle later saamgebondel en ‘n sirkelgang in die brein gevorm. Hoe meer dikwels senuselle gelyktydig geaktivieer word, hoe meer waarskynlik is dit dat hulle ‘n gesamentlike sirkelgang sal vorm. Dit staan bekend as ‘Hebb se wet’. Hebb se wet vereis dat

brein gedeeltes tegelykertyd geaktiveer word en geaktiveer bly. As “wyn en ontspanning” dikwels saam geaktiveer word, word dit ‘n sirkelgang en hoe meer dikwels die aktivering plaasvind, hoe sterker word die breinboodskap. Die versterking van sirkelgange is nie net ten opsigte van misleidende breinboodskappe van toepassing nie, maar op enige ander handeling. Die metafoor van ‘n veldpaadjie wat mettertyd al hoe duideliker word en al hoe dieper uitgetrap word, word gebruik om die versterking van die sirkelgange in die brein te illustreer (Schwartz en Gladding, 2012:62).

Die voorbeeld word gebruik van X wat toenemend saans ‘n glas wyn gedrink het om na die dag se stres te ontspan. Sy fokusaandag was op die stres. Deur herhaaldelik sy aandag op die stres te fokus en daarmee saam op sy drang na ‘n glas wyn, het X sy brein geleer dat die voorkeurreaksie op stres was om alkohol te drink. Hebb se wet werk uitsluitlik wanneer die breingedeeltes betrokke, geaktiveer is en lank genoeg geagtiveer bly sodat ‘n sirkelgang gevorm kan word. Dit word die kwantum zeno effek genoem - ‘n onderbreking tussen elektrone sodat breingedeeltes gestablіliseer word en lank genoeg in plek gehou word sodat ‘n sirkelgang gevorm kan word. Die proses geskied deur fokusaandag. Fokusaandag word as die sleutel beskou waarmee denke die brein beïnvloed (Schwartz en Gladding, 2012:63).

3.6.4.3 Gekonsentreerde fokusaandag

Gekonsentreerde fokusaandag (“attention density”) word verkry deur herhaaldelik fokusaandag op ‘n gedagte, sensasie of handeling te plaas. Hoe meer dikwels die fokusaandag daarop gerig word, hoe meer waarskynlik is dit dat ‘n gewoonte in die brein gevestig word. Herhaaldelike fokusaandag is die manier waarop sterk, positiewe sirkelgange in die brein gevorm word. Die omgekeerde is ook van toepassing: herhaaldelike, passiewe fokusaandag op misleidende breinboodskappe en die impulse daardeur gewek, laat die misleidende boodskappe toe om die brein te beheer.

Die persoon het deur sy denke ‘n keuse of hy of sy op ‘n misleidende breinboodskap gaan reageer of op iets anders gaan fokus. Gekonsentreerde fokusaandag kan dus positief of negatief aangewend word. Die aktiewe, herhaaldelike keuse om die fokusaandag op ‘n konstruktiewe aktiwiteit te rig, vorm positiewe sirkelgange wat noodsaaklik vir selfgerigte neuroplastisiteit is.

Die veto krag ten opsigte van ‘n aanvanklike misleidende breinboodskap, lê dus in die persoon se denke waar besluit word om tot aksie oor te gaan al dan nie. Drie faktore gesamentlik (Hebb se wet, kwantum zeno effek en neuroplastisiteit) bepaal hoe sterk die sirkelgange (en dus ‘n gewoonte) is (Schwartz en Gladding, 2012:66).

3.7 SAMEVATTING

In hierdie hoofstuk is daar gesien hoe daar teen verwagting in, die belangrikheid van godsdienstigheid en geestelikheid onder mense in wetenskapsoefening toegeneem het. Daar is egter min

geestesgesondheidwerkers wat toegerus voel om ‘n geestelike gesprek met ‘n pasiënt te voer, wat weereens die belangrikheid van pastorale berading onderstreep. Geestelike mishandeling en/of afhanklikheid en denke kan mekaar wedersyds beïnvloed. Die verweefdheid van gees en siel dra by tot ‘n persoon se sin dat daar betekenis in sy lewe is en daarom ook tot geestelike heling in en deur God.

‘n Persoon kan onbewustelik verskeie leuens glo wat sy handeling sowel as lewenskwaliteit negatief kan beïnvloed. Gedagtes is ook die uitdrukking van ‘n persoon se leefwêreld. Die lig waarin gedagtes beskou word, kan die sielkundige benadering bepaal.

Baie toestande is voorheen aan sielsdimensie toegeskryf, word deur die neurowetenskap aangedui as van fisiese oorsprong. Emosie word deur werklike gebeure ontketen, terwyl emosionele sensasie deur misleidende breinboodskappe gesneller word. Misleidende breinboodskappe kan deur die regte vertolking van die boodskap as bloot ‘n sensasie en fokusaandag ontlont word. Neuroplastisiteit sluit alle prosesse in wat ‘n verandering in die brein se struktuur, sirkelgange, chemiese samestelling of funksie tot gevolg het, asook die vermoë van breingedeeltes om na nuwe funksies oor te skakel.

Die oogmerk van die hoofstuk was op die interpretatiewe taak van Osmer (2008) gerig. Deur middel van ‘n literatuurstudie is bepaal dat die verwante dissiplines in die begeleiding van die vernuwing van denke, ondermeer metodes gebruik om geestelike mishandeling en –afhanklikheid aan te spreek, leuens wat geglo word te herken en in konstruktiewe denke te verander, misleidende breinboodskappe van ware emosies te onderskei en dat die neurowetenskap aangewend word om breinwerking te verander. Denke speel ‘n bepalende rol in ‘n persoon se welsyn na gees, siel en liggaam en is daarom ook van belang in die toerusting van die pastorale berader.

HOOFSTUK 4

SKRIFTUURLIKE PERSPEKTIEWE OP DIE VERNUWING VAN DENKE

4.1 INLEIDING

’n Wêreldbeskouing is wat ’n persoon oor werklikhede glo en dit vorm sy of haar gedagtes, oortuigings en gedrag (Roux, 2013:113-120). ‘n Persoon se wêreldbeskouing mag sy of haar hele lewe beïnvloed, sonder dat hulle besef dat hul oortuiginge of manier van dink nie by die werklikheid inpas nie, of dat hulle verkeerde gewoontes rondom die manier van dink aangeleer het en gevolglik daarvolgens optree. Gelowiges beskou die Bybel as gesaghebbend, normatief en vormend. Die persoonlike aard van geloof spreek van ‘n lewe wat geleef word in verhouding met God, met die strewe na geestelike en persoonlike groei. Geloof is nie uitsluitelik ’n geestelike reis nie, maar een wat ook die intellek en elke ander dimensie van die gelowige se lewe raak. Om reg te dink is ’n sentrale beginsel van die Christelike lewe (Roux, 2013:113). Roux (2013:113) omskryf die persoonlike groei van gelowiges se gedagtewêreld met die volgende: *A pastoral theology of thought must recognize our responsibility for choosing when and what we think, and how we express these in actions....it means thinking with the mind of Christ.*

Hollinger (2005:39-42) skryf dat die Griekse woord vir bekering *metanoia*, letterlik beteken om die denke te verander. Hoewel bekering meer as verandering van denke behels, speel denke ’n baie belangrike rol daarin. In die vorige hoofstukke is aandag geskenk aan die oorsake van verkeerde denke en watter metodes multidissiplinêr in die begeleiding van die vernuwing van denke gebruik word. In hierdie hoofstuk word die normatiewe aspekte deur grammaties-historiese eksegese volgens die Reformatoriese teologie en die model van Douglas Stuart (2009) verdiskonteer. Normatiewe aspekte van die ondersoek vra die volgende vrae: “Hoe behoort die situasie te lyk?” Watter Bybelse perspektiewe kan lig op die vernuwing van denke werp? Eksegese beteken om “uit te lê; uit te lei”. Dit is ‘n kritiese interpretasie van veral ‘n godsdienstige teks. Tradisioneel is die term eksegese slegs in verband met die Bybel gebruik, maar hedendaags word die term “Bybelse eksegese” gebruik om dit van ‘n wyer begrip te onderskei. Die woord hermeneutika word dikwels in stede van eksegese gebruik (Soulen & Soulen, 2001:78). Die doel van grammaties-historiese eksegese is om die oorspronklike betekenis van ‘n Skrifgedeelte sover moontlik vas te stel soos wat die skrywer dit bedoel het (Milton, 1974:205).

Vir die doeleindes van hierdie studie rondom die vernuwing van denke, sal die volgende perikope eksegeties ondersoek word. ‘n Perikoop is ‘n samehangende Skrifgedeelte, afgelei van die Griekse woord wat afgebaken beteken (Krüger, 2014:19).

- 1 Kronieke 28:11-21 met die fokusvers gestel op vers 9. In hierdie betrokke perikoop dra Dawid die planne vir die bou van die tempel soos wat hy dit van God ontvang het, aan Salomo oor. Te midde van hierdie belangrike oordrag, staan Dawid ‘n oomblik stil by die belangrikheid van toegewydheid aan God, ook ten opsigte van gesindheid en denke. Utley (2017) wys daarop dat God die gedagtes van ‘n persoon beoordeel en nie deur valsheid bedrieg word nie, Hy sien die bedoeling van die hart en ook die gedagtes moet tot sy eer wees en Hom dien.

- Psalm 77:1-21 met die fokusvers gestel op verse 12 en 13. Die psalmskrywer raak verstrengel in wanhoopsgedagtes, maar kies dan doelbewus om God se “wonderlike dade en werke” te bedink. Constable (2017) skryf dat die psalmdigter doelbewus kies om God onverwaardelik te vertrou en dat daar vanuit hierdie denke vir hom hoop en antwoorde deurbreek.

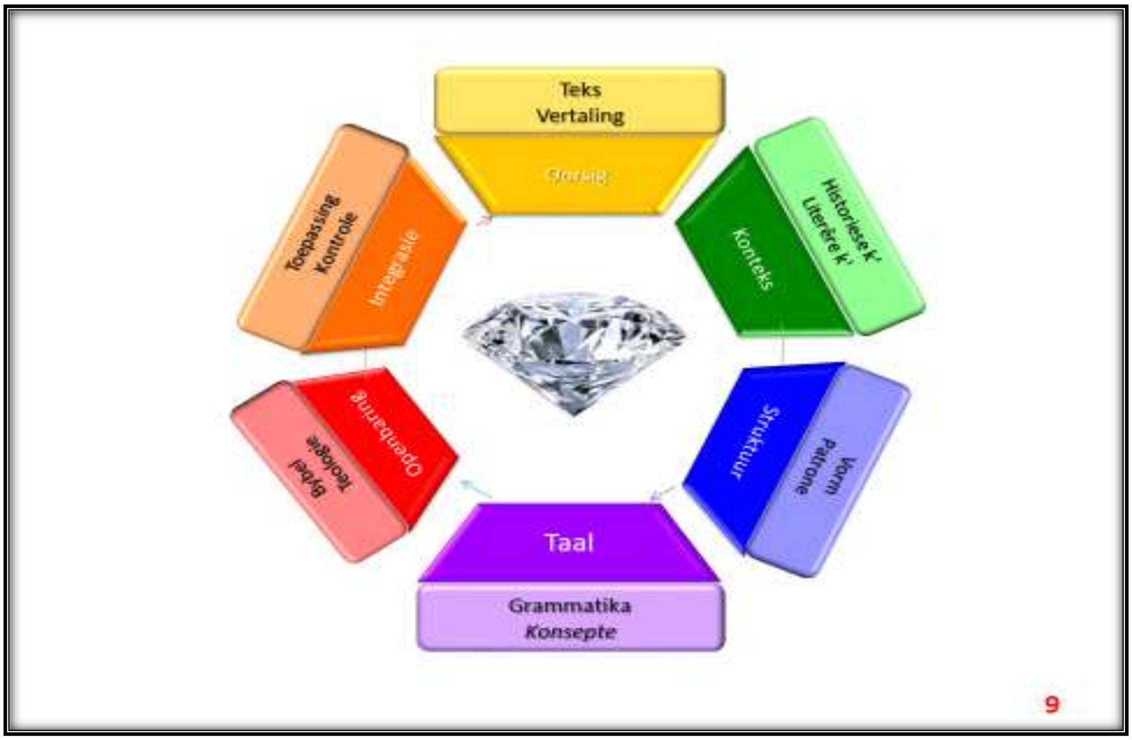
- Matteus 22:34-40 met die fokusvers gestel op vers 37. Die gedeelte word gekies omrede Jesus self aan die woord is en dit die kernagtige opsomming van die Wet van God is. Die belangrikheid van holistiese liefde vir God (met hart, siel en verstand) word hier beklemtoon. Dit wil voorkom asof die gelowige ook in sy of haar denke sy of haar liefde vir God moet openbaar. Wilkins en Warren (2016) wys daarop dat Jesus in hierdie vers ‘n positiewe benadering tot die Wet beklemtoon. Die klem is nie op wat nie gedoen mag word nie, maar wel op wat wel gedoen moet word. Waar daar ware liefde vir God en medemens is, sal dit ook die emosies, denke en optrede van die gelowige vul.

- Romeine 12:1-8 met die fokusvers gestel op verse 1-2. Die gedeelte is relevant, omrede die apostel Paulus hier die gelowige se toewyding aan God as ‘n lewende offer wat anders as die res van die wêreld moet lyk en reageer, belig. Hierdie staat van toewyding en om die wil van God te kan onderskei, verg ‘n vernuwing van denke. Stern (1992:427) maak die stelling dat om die liggaam as lewende offer toe te wy, by onderskeidende denke begin; denke wat nie volgens die wêreldse standaarde beoordeel nie, maar kan onderskei wat die wil van God is.

4.2 EKSEGETIESE MODEL VAN DOUGLAS STUART (2009)

Die eksegese geskied aan die hand van die model wat deur Douglas Stuart (2009) ontwikkel is. Die Griekse en Latynse betekenis van die woorde onderskeidelik *to lead out* en *exposition,* beklemtoon die belangrikheid daarvan dat die betekenis van die teks noukeurig volgens die betekenis van die oorspronklike woord uitgelê moet word. Die eksegeet moet waak teen die inlees van betekenis (*eisegesis)* wat nie deur die oorpsronklike outeur bedoel is nie. Stuart (2009) beklemtoon die belangrikheid dat ‘n teksvers nie in isolasie uitgelê kan word nie, maar dat dit in konteks uitgelê moet word. Dit is om hierdie rede dat die navorser ʼn wyer blik op die gekose perikope deurgee.

Die model van Douglas Stuart (2009) behels ses fasette met uiteindelik twaalf sub-fasette. Skematies kan die model soos volg voorgestel word:



Figuur 2: Die “Diamant model” van Stuart (2009), soos voorgestel deur Krüger (2014:3).

Om die bepaalde vertrekpunt by elke afsonderlike perikoop onder bespreking duideliker te verstaan, gee die navorser vervolgens eers ʼn omskrywing van die verskillende fasette.

4.2.1 Faset 1: Die oorsig van die perikoop (Teks en vertaling)

Die doel van die oorsig is om ‘n geheelbeeld van die teks te verkry. Die take wat onder die aspek “oorsig” verrig word, is voorlopige voorbereiding vir die eksegese proses en word aan die hand van die handleiding tot Stuart (2009) se grammaties-historiese model gedoen (Krüger, 2014:14-16) gedoen. In die oorsig van die perikoop, word die volgende in ag geneem:

Keuse van perikoop:

Die eksegeet moet bepaal of die oorspronklike teks, of ‘n goeie vertaling daarvan, samehangend is, tot die hart spreek en ‘n bepaalde behoefte of kwessie sal aanspreek. ‘n Perikoop kan tussen 15 – 40 verse strek en mag van een hoofstuk na ‘n volgende oorloop, ‘n paragraaf is ‘n onderverdeling binne die perikoop. Dit is belangrik om in ag te neem dat die oorspronklike teks nie in hoofstukke, verse en perikope verdeel was nie, maar dat ‘n Bybelboek in sy geheel ‘n eenheid was. Hedendaagse Bybelvertalings se hoofstuk- en perikoopverdelings geskied volgens die ingeligte meningskeuses van Bybelvertalers wat van die oorspronklike verdelings mag verskil. Om ‘n geskikte vertaling te kies, word verskeie vertalings vergelyk en een gekies wat met die meeste ander vertalings ooreenstem. Stuart (2009) beklemtoon dat die afbakening van ‘n perikoop geskied deurdat ‘n eenheidsgedagte geïdentifiseer word. Verdere kriteria vir die afbakening is taalkundige merkers, ‘n verskuiwing ten opsigte van die tyd, plek of karakters in die teks, ‘n verandering van genre (die styl van die teks) of woorde en begrippe wat die gedeelte kenmerk.

Vertalings:

‘n Riglyn vir die primêre vertalings wat gebruik word, is dat dit op die bronteks gerig moet wees. Die verkillende Bybelvertalings kan op ‘n kontinuum met woord-vir-woord-vertalings aan die een kant van die kontinuum en parafrase-vertalings aan die anderkant. Die *New King James Version (NKJV)* is ‘n voorbeeld van ‘n woord-vir-woord-vertaling. Parafrase-vertalings dui op enkele vryer vertalings soos byvoorbeeld die *New International Version* of die *Good News Bible*. Vertalings wat die oorspronklike teks uitsonderlik parafraseer of spesifieke teikenvertalings moet verkieslik saam met Bybelkommentare gebruik word (Krüger, 2014:17).

Fokusteks:

Vervolgens word die fokus van die perikoop, waar moontlik, vanaf die perikoop in geheel na ‘n bepaalde vers of gedagte binne die perikoop verskuif**.** Die fokusgedagte moet trefkrag ten opsigte van die toepassing daarvan toon, maar sorg moet gedra word dat dit deur die res van die perikoop gerugsteun word. Die

fokusvers kan ‘n gedeelte van ‘n vers of meer as een vers wees, solank dit ‘n betekenisvolle eenheid vorm. Hoe korter die fokusgedagte, hoe groter is die trefkrag.

Tekskritiek:

Tekskritiek is belangrik om die mees betroubare weergawe van die teks vas te stel. Dit geskied deur die voetnote in hedendaagse Bybelkommentare se verwysings na die bronteks te vergelyk. Die *Biblia Hebraica Stuttgartensia (BHS)* se lys van Latynse afkortings wat in die voetnotas gebruik word, kan hierin behulpsaam wees. Krüger (2014:18-19) verstrek die volgende riglyne:

- Ignoreer voetnotas wat bloot verduidelikend is of kruisverwysings noem.
- Op hierdie stadium kan voetnotas wat na die vertaling van brontaal woorde verwys, ook ignoreer word, maar is wel later in die proses nuttig.
- Die eksegeet moet kennisneem van voetnotas wat na die bronteks vertaling verwys, ook na die weergawe van teksgetuienis. Teksgetuienis is antieke vertalings soos die Septuagint of Vulgaat. In ‘n hedendaagse vertaling mag dit verskyn as ‘n voetnoot wat verwys na die BHS (*Biblia Hebraica Stuttgartensia*) wat die Hebreeus en Aramees vertalings insluit.

Wat wel tydens eksegese uitgewys moet word, is die teks waarvan die eksegeet onseker is. Die woorde of frase moet vertaal en aangedui word en vir verdere bespreking gemerk word. Alternatiewe moontlikhede moet ook aangedui word, byvoorbeeld voetnotas wat afkortings in Latyn bevat, kan in Engels vertaal word en die ondersteunende materiaal soos teksgetuienis aan dui. Die implikasie of relevansie van ‘n voetnoot moet aangedui word (Krüger, 2014:20).

4.2.2 Faset 2: Kontekstuele aspek (Literêre en historiese konteks)

Die Woord kan nie in ‘n geïsoleerde lugleegte vertolk (Biblisisme) word nie, maar moet binne die historiese en literêre (of kultuur-historiese/sosio-historiese) konteks bestudeer word (Krüger, 2014:29-30). Diakroniese vertolking gebeur wanneer historiese aspekte opvolgend of deurlopend bestudeer word. Sinchroniese vertolking geskied wanneer die fokus op die teks, ongeag die historiese konteks is. Historiese inligting kan verkry word van inligting wat uit die teks bekom word, inligting wat van die res van die Bybel afgelei word, bybelkommentare, boeke en ensiklopedieë oor Bybelse geskiedenis en die argeologie.

Stuart (2009) beskou die historiese konteks as noodsaaklik om die betekenisvolheid van die perikoop te verstaan. Krüger (2014:30) noem dat die historiese aspekte soms met die kulturele oorvleuel en dus kultuur-

historiese inligting insluit. God het Homself deur die verloop van historiese gebeure bekend gemaak. Die historiese konteks is egter nie vir die interpretasie van alle Skrifgedeeltes noodsaaklik nie en sommige Bybelgedeeltes, soos in die geval van wysheidsgeskrifte, kan wel sonder historiese konteks verstaan word. Wanneer inligting oor die historiese konteks spekulatief is, kan dit vertolking van ‘n perikoop negatief beïnvloed. Belangrike historiese aspekte wat oorweeg moet word, is onder andere gebeure volgens die verlede, hede en toekoms – vorige gebeure (historiese agtergrond), gebeure wat tydens die perikoopgedeelte afspeel, latere gebeure (historiese voorgrond); geskiedenis ten tye van die teksgedeelte (veral diè wat in die teks verhaal word), gebeure wat voor die teksgedeelte plaasgevind het en die rekonstruksie van gebeure – as ‘n eie raamwerk van historiese gebeure verstrek word teenoor die aanvaarding dat die Woord betroubaar en korrek is, ook wat historiese inligting betref (Krüger, 2014:31).

Die sosiale agtergrond van die perikoop is verduidelikend, soos die gebruike in Israel ten tye van die perikoop, heidense gebruike, hoofstroom ontwikkelings en gebeure in die destydse wêreld, verwagtings wat gekoester is, magstrukture, sosiale groeperinge en wetlike beperkings. ‘n Belangrike hermeneutiese vraag is hoe belangrik die sosiale omstandighede vir die vertolking van die perikoop is? Is dit blote agtergrondsinligting of ‘n universele opdrag? In die geval van agtergrondsinligting, is die sosiale gebruike tydsgerig, maar nie tydsgebonde nie en bevrydend vir God se kinders, ongeag tyd en plek. In normatiewe of universele opdrag vorm die sosiale agtergrond deel van die kern van die perikoop. Dit gee opdragte vir God se kinders oor tyd en geografiese grense heen en dra teologiese beginsels oor, byvoorbeeld aspekte van die skeppingsorde, God se karakter en die verbond. Geografiese inligting wat van wesenlike belang vir die verstaan van die teks is, kan ingesluit word, byvoorbeeld die landskap, klimaat, bevolkinsgroepverspreiding, plant- en dierelewe en die ekonomie (Krüger, 2014:31-33).

Die oorsprong van die perikoop, hou gewoonlik verband met die oorsprong van die spesifieke Bybelboek, maar het soms ‘n vroeëre oorsprong, soos in die geval van die versameling Psalms. Ou Testamentiese boeke verstrek dikwels nie die besonderhede van die skrywer, aan wie dit gerig is en wanneer dit geskryf is nie, maar die inligting kan soms uit die boek of ander bronne afgelei word. Histories-kritiese navorsers beywer hulle veral daarvoor om die oorsprong van boeke te bevestig, maar meermale bly die oorsprong van veral Ou Testamentiese boeke onseker. Agtergrondinligting is slegs verduidelikend en moenie die hooffokus van die eksegetiese proses wees nie (Krüger, 2014:34-35).

Historiese kritiek is die studie van historiese aspekte rondom die teks, veral wanneer faktore buite die teks in oorweging geneem word met die oogmerk om die gebeure en geskiedenis rondom die teks te rekonstrueer. Volgens Krüger (2014:37) beteken historiese kritiek ‘n studie van die historiese inligting, maar het dit veral betrekking op inligting wat twyfelagtig is en verdere studie en bespreking verg. Die

grammaties-historiese benadering is ‘n sintakties-teologiese studie, wat die historiese, sowel as die sosio-historiese konteks in aanmerking neem. Hierteenoor beskou die histories-kritiese benadering die Bybel soortgelyk aan enige ander boek, sonder inagneming van God se openbaring en Geesgeïnspireerde skrywers of die feit dat die Bybel die getuienis van mense oor God is. Verskillende vorme van kritiek kom voor, soos ondermeer:

- **Godsdienstige kritiek** het veral in die 19e eeu voorgekom en reflekteer op die ontwikkeling van begrippe rondom God wat die antieke volke en Israel gehandhaaf het (Krüger, 2014:37). Volgens hierdie vorm van kritiek is die mens se Godsbeeld evolusionêr en strek dit vanaf politeïsme tot uiteindelik by monoteïsme (evolusionêre hipotese genoem). Dit aanvaar nie die beginsel dat God Homself progressief deur die geskiedenis aan die mens geopenbaar het nie, maar eerder dat die mens ‘n god na sy eie beeld en volgens menlike verbeeldig geskep het of stelselmatig God ontdek het.

- **Bronkritiek** staan ook as literêre of literêr-historiese kritiek bekend. Daar is aanduidings dat van die Ou Testamentiese boeke uit verskillende bronne saamgestel is. Psalms is byvoorbeeld ‘n versameling gedigte deur verskeie digters en oor verskillende tydperke heen. Hiervolgens is die Pentateug ‘n samestelling van vier bronne, vernoem na die eerste letter van die Duitse name: J vir Jahweïsme, E vir Elohisme, D vir Deuteronomiste en P vir priesterlike studies. Bronkritiek bly hipoteties, want die oorsprong van sekere dokumente kan nie bewys word nie. Selfs die outeur(s) van die Pentateug kon bronne gebruik het (Krüger, 2014:40).

- **Vormkritiek** (ook vorm historiese kritiek) rekonstrueer historiese gebeure. Dit is ook ‘n literêre en sinchromatiese studie en onderskei tussen tekssoorte en teksvorms. ‘n Tekssoort het te doen met die doel van die teks, die funksie daarvan is byvoorbeeld lering of om te bemoedig. Teksvorm het met die taalkonstruksie van die teks te doen. Vormkritiek gaan van die vertrekpunt uit dat elke tekssoort oorspronklik binne bepaalde lewensomstandighede plaasgevind het (*sitz im Leben).* Vormkritiek aanvaar dat die Bybel oorwegend deur mondelikse tradisie daargestel is (Krüger, 2014;42).

- **Tradisiekritiek** (ook tradisie historiese kritiek) bou voort op vormkritiek. Dit beklemtoon bepaalde groepe as oordraers van tradisie, byvoorbeeld die wysgere, priesters, profete en stamme as oordraers. God en sy werke word dus deur die lens van menslike tradisie beskou en herskryf bybelgeskiedenis op spekulatiewe wyse.

- **Redaksionele kritiek** (ook redaksioneel historiese kritiek) bou op tradisionele kritiek. Dit fokus op die teks in sy finale staat en word ter wille van redaksionele verandering bestudeer. Die oorspronklik bedoelde motivering van die skrywer word in retoriese kritiek bestudeer, sowel as die huidige of finale vorm van die teks.

- **Kanonieke kritiek** fokus op die finale vorm van die Bybel as die outoritatiewe (kanonieke) teks van bepaalde geloofsgemeenskappe. Die finale vorm kan tussen die onderskeie geloofsgemeenskappe verskil. Die Hebreeuse Bybel word deur die Joodse en Protestante gelowiges gedeel, maar word verskillend deur die twee groepe gerangskik. Die Rooms Katolieke en Oostelik Ortodokse kerke het bykomende boeke, genaamd die Deuterokanonieke boeke. Kanonieke kritiek beskou die Bybel as heilig en gesaghebbend deur alle ontwikkelingsfases daarvan en dat dit sy finale status in die geloofsgemeenskap gekry het. Dit is belangrik dat die eksegeet in ag neem dat die teks deur verskillende ontwikkelingstadiums gegaan het en uiteindelik binne die geloofsgemeenskap deur die leiding van die Heilige Gees as outoritatief aanvaar is (Krüger, 2014:46).

Stuart (2009) beklemtoon weer eens dat ‘n Bybelgedeelte nie in isolasie vertolk moet word nie (genaamd Biblisisme), maar in konteks. Konteks verwys na die wêreld wat rondom die teks bestaan het, naamlik historiese en literêre konteks. Die verskeie tekstipes en strukturele aspekte moet binne die literêre konteks in ag geneem word. Profetiese boeke se styl verskil van historiese boeke, maar ook binne een boek kan verskillende style opgemerk word, soos wat gesien word in Rigters 4 (narratief) en Rigters 5 (digkunds). Die tipe materiaal kan dieselfde skrywer noodsaak om in verskillende vorme te skryf.

Siende dat die Bybel uit betekenisvolle eenhede bestaan wat as geheel die *Kanon* vorm, word die spesifieke plasing van ‘n perikoop in ag geneem, deur die omliggende perikope tydens eksegese te verreken. Krüger (2014:51) wys dat die styl of genre verwys na die bepaalde manier waarvolgens die teks uitgedruk word. Dit verleen die spesifieke tekstuur en karakter aan die aanbieding van die gedeelte. Styl is nie noodwendig aan die logiese struktuur gekoppel nie, maar behels die artistieke keuse van taalgebruik en woordorde van die teks.

Daar moet gepoog word om die teks so na as moontlik aan of vanaf die uitgangspunt van die outeur aan te bied (Krüger, 2014:53). So byvoorbeeld versterk ʼn narratiewe teks nie net feite nie, maar ook die outeur se vertolking – onder leiding van die Heilige Gees − van die gebeure. Om die doel en boodskap van die perikoop vas te stel, is dit belangrik om eers van die outeur se perspektief kennis te neem. Die outeursperspektief kan gesien word deur die teksdetail wat inligting verskaf oor wie die outeur was, van

waar en aan wie hy geskryf het, terwyl sommige inligting nie spesifiek genoem word nie, en ander weer baie sterk beklemtoon word, waarvan afleidings gemaak kan word. Die historiese konteks kan soms vanuit die omstandighede wat beskryf word, afgelei word, of soms word dit afgelei van die outeur en plek van waar geskryf is. Die eksegeet moet daarteen waak om nie te aanvaar dat ‘n bepaalde perspektief die korrekte een is as dit van onsekere historiese afleidings gemaak is nie.

Die retoriek: Retoriek is die metodes wat die outeur aanwend om ‘n bepaalde boodskap aan sy gehoor oor te dra. As die doel van die outeur vasgestel is, kan die retoriek wat hy gebruik, nagespeur word (Krüger, 2014:54,55).

Intertekstualiteit: Dit is die verskynsel van parallele literatuur wat met mekaar ineenskakel, soos wanneer twee tekste feitlik dieselfde lees (Ps 14 en 53, Ps 18 en 2 Sam 22) of wanneer twee Skrifgedeeltes baie ooreenstem, byvoorbeeld Kronieke en Konings. In sommige gevalle bestaan daar onsekerheid oor watter een van die tekste eerste dateer, en of albei dalk uit ‘n derde, onbekende bron ontstaan het. Intertekstualiteit kom ook voor wanneer ‘n gedeelte van ‘n perikoop in ‘n ander perikoop ook aangehaal word, byvoorbeeld 1 Samuel 29:5 en 1 Samuel 18:7, of wanneer ‘n perikoop vaagweg herinner aan ‘n deel uit ‘n ander perikoop, soos wat gesien word in Hosea 2:14 en Josua 7:26. In die laaste twee voorbeelde is daar duidelikheid dat perikoop A voor B ontstaan het. Die aard van ‘n oorredende gesprek kan ook intertekstueel wees, byvoorbeeld die stilistiese wyses waarop die spreker sy punt stel of gesigpunt oordra. Retoriek ondersoek die skrywer se logika, doel en veral styl (Krüger, 2014:56).

4.2.3 Faset 3: Struktuele aspek (Vorm en patroon van die perikoop)

Die Latynse woord vir teks beteken om te weef. Die teks is woorde wat met ‘n bepaalde struktuur inmekaar verweef word. Sonder struktuur is teks egter net woorde sonder betekenis. Die struktuur van ‘n teks word beskryf wanneer die eksegeet die dele waaruit die teks bestaan en hoe hulle met mekaar verbind is, identifiseer. Die doel van struktuurontleding is om uiteindelik die teks te kan opsom (Krüger, 2014:58).

Die eksegeet se verdeling van die teks is nie die volledige struktuur van die teks nie, want die teksstruktuur sal altyd meer omvattend wees as wat die eksegeet kan identifiseer. Taalkundig word daar onderskei tussen die eksterne eienskappe van die teks, ook genoem die oppervlakstruktuur en die interne eienskappe, die dieper struktuur van die teks. Die dieper struktuur word op makro- en mikrovlak ontleed. Makro-eksegese geskied wanneer die strukturele eienskappe van die perikoop as geheel ondersoek word, terwyl mikro-eksegese die morfologie van woorde (hoe woorde in taal gevorm word) en sinsamestelings (mikrostruktuur) van die teks, bestudeer.

Die strukturele feite kan nie altyd onderskei word van die historiese, literêre en konseptuele aspekte nie en dit is belangrik om uiteindelik die verskillende aspekte van eksegese te integreer. Die uitlê van ‘n teksplan geskied volgens die eksegeet se verstaan van die teksstruktuur. Die teksplan bestaan uit die literêre aspekte, asook die vorm en patrone wat bespeur word. Die uitleg dwing die eksegeet om die hooftrekke van die perikoop te identifiseer en nie net op die fynere besonderhede te fokus nie. Die teksplanuitleg vorm die raamwerk vir die eksegese, wat dan later met die fyner besonderhede ingekleur word. Die teksplanuitleg dra ook tot die vasstelling van ‘n geskikte fokusvers by (Krüger, 2014:59).

Die kriteria vir ‘n planuitleg: In ‘n groot mate gebeur instinktiewe teksverdeling by die leser of luisteraar spontaan, wat ‘n bydraende faktor tot onafhanklike teksuitleg is. Die eksegeet moet egter ook kan motiveer waarom hy of sy die teks in bepaalde dele verdeel. Dit is egter belangrik om ook die teksverdeling van Bybelvertalers en –kommentators in ag te neem. Teksverdeling geskied volgens die tekssoort of -vorm. Elke tekssoort het ‘n unieke tekspatroon, naamlik die narratiewe het gewoonlik ‘n inleiding, gevolg deur episodes of tonele, met ‘n slot aan die einde van die laaste episode of ‘n klimaks van die verhaal, gevolg deur ‘n ontknoping van die verhaal. In die Psalms word ‘n spesifieke patroon volgens die subtipe van die teks opgemerk. Klaagliedpsalms begin en eindig gewoonlik met ‘n lofrede. Poëtiese psalms het dikwels volgens reëlmaat versreëls as verdeling. In die profetiese literatuur word regsake gekenmerk deur ‘n beskuldiging, skuldigbevinding en vonnis. In die Nuwe Testament word redenasietekste gekenmerk deur ‘n opskrif (die redenasie) en ‘n gevolgtrekking. Partroonherkenning dra by tot goeie teksplanuitleg. Die teks is egter meer omvattend as wat geldige teksuitleg en patroonherkenning behels (Krüger, 2014:59). Die inhoud (die onderwerp) kan aanduidend in die teksuitleg wees. Verskillende paragrawe dui gewoonlik op verskillende onderwerpe.

Opsommend hou die teksvorm dus verband met die literêre en interne aspekte, soos byvoorbeeld die kommunikatiewe doel van die skrywer, die funksie van die teks, die doelwit wat die teks wil bereik, die gesprekvoering, asook met die historiese- en lewensagtergrond (*sitz im Leben*) aspekte.

Verder moet daarop gelet word dat die tekssoort deur die funksie van die teks bepaal word. Die leser weet dadelik dat die teks ‘n loflied of ‘n vermaning is. Die eksegeet mag ondervind dat die terminologie en soorte tekstipologie in kommentare verskil, daarom kan die teksvorm nie altyd aanduidend van die betekenis van die perikoop wees nie. Die doel van tekssoorte en teksvorme, is egter nie soseer klassifikasie volgens ‘n bepaalde kategorie nie, maar volgens Krüger (2014:65-66) om die perikoopbetekenis te verhelder.

Teksvorme kan moeilik identifiseerbaar wees, want soms het die skrywers verskillende vorme in ‘n perikoop gebruik of ‘n perikoop vorm deel van ‘n groter geheel soos ‘n gedig of ‘n verhaal. Soms is daar

elemente van ‘n bepaalde teksvorm of -soort wat net gedeeltelik in die perikoop voorkom, soos wanneer ‘n profesie sonder die tiperende vermaning voorkom. Die perikoop kan ook deur verskillende teksvorms verdeel word, soos in die verhalende teks van 2 Samuel 11 en 12 (Natan berispe Dawid) wat binne ‘n profetiese teks voorkom, tesame met ‘n verdere gelykenis (die ryk en arm man).

Logiese vloei is noodsaaklik vir sinvolheid en samehang van die teks. Dit gebeur deurdat begrippe of teksseenhede saamgevoeg word. Tydens die beplannng van die teksplanuitleg, is dit belangrik om die natuurlike vloei en logiese stadiums van die gebeure aan te dui **(**Stuart, 2009). Kenmerkend is patrone wat herhalend in die teks voorkom, naamlik tekseenhede (*units)* wat verbandhoudend, sowel as opeenvolgend kan wees. Die eksegeet moet oplet na byvoorbeeld tekseenhede, want dit volg waarskynlik ‘n logiese patroon met merkers soos “maar, want, en” wat aanduidend van ‘n patroon kan wees, ‘n merker is egter nie noodsaaklik vir die logiese vloei van inligting nie. ‘n Reeks van tekseenhede wat op dieselfde vlak bymekaar aansluit, kan ‘n aanduiding wees van opeenvolgende, gelykstaande of alternatiewe inligting. In die geval van twee eenhede wat blyk opmekaar te volg, kan die patroon een van oorsaak-en-gevolg wees, of van opeenvolging (*sequence*), of beide. As die twee eenhede omgeruil kan word en steeds sin maak, is die patroon een van opeenvolging, opeenvolging kom egter nie dikwels voor nie. As die omgeruilde eenhede nie meer sin maak nie, is die patroon een van oorsaak-en-gevolg of opeenvolging-met-gevolge.

4.2.4 Faset 4: Taalkundige aspek (Grammatika en konsepte)

Taal speel ‘n belangrike rol in die meeste van die aspekte van eksegese. Taalaspekte het met die mikro-eksegese van kleiner dele soos woorde, frases en sinne te doen. Woorde is die basiese boublokke van ‘n taal en kan ondersoek word ter wille van die vorm en betekenis daarvan. Stuart (2009) waarsku eksegete dat woordstudies nie net op grond van die sprekertaal gemaak kan word nie en dat die betekenis van ‘n woord en die betekenis van die woord in die oorspronklike taal nie noodwendig dieselfde is nie. ‘n Woord se betekenis het nie altyd deur eeue heen onveranderd gebly nie en die vorm waarin die woord die meeste gebruik word, weerspieël nie noodwendig die regte betekenis nie.

Die bestudering van sinkonstruksies staan as sintaksis bekend. Die eksegeet moet vasstel op watter maniere woordverbindings sinne, frases en selfstandige sinne vorm (Krüger, 2014:90). Verder kan idiomatiese uitdrukkings en spreekwyses lei tot hermeneutiese foute tydens eksegese. Dit sluit fatore in van woorde wat in buitengewone vorme kan voorkom, woorde wat omgeruil of bloot uitgelaat word, of daar kan moontlik ‘n verskuilde betekenis anders as die letterlike woordgebruik, wees. Taal- en kulturele begrippe is deel van die mikroteks en vorm ‘n belangrike faset van eksegese. Konsepte kan nie in isolasie bestudeer word nie, maar konsepte in die perikoop moet in die breëre konsep geplaas word soos regdeur die Kanon die gebruik

is. ‘n Vergelykende woordstudie vergelyk woorde en begrippe binne dieselfde betekenis- of semantiese veld. In die praktyk behels dit die gebruik van konkordansies, elektroniese platforms en bybelwoordeboeke. Teologiese woordeboeke vergelyk die resultate van verwante woordstudies (Krüger, 2014:94-95).

4.2.5 Faset 5: Openbaring van God (Bybelse en teologiese openbaringsaspekte)

Die openbaring van God in die perikoop word binne twee kontekste vasgestel en dra daartoe by dat die afgeleide beginsels nie eensydig en sonder oorweging van uitsonderlike omstandighede gevorm word nie. Die eerste konteks is die Godsopenbaring in die res van die Kanon en/of soortgelyke openbaringe wat in ander Skrifgedeeltes voorkom. Die tweede konteks is die geformuleerde waarheid van die Kanon volgens belydenisse en die Sistematiese Teologie. Soos hierbo (vgl. 4.2.1) met betrekking tot die oorsig van die perikoop, is dit belangrik om ter aanvang van die eksegese, ‘n algemene verkenning ten opsigte van die perikoop te doen om vas te stel of daar soortelyke openbaringe elders in die Skrif voorkom. Die res van die eksegese geskied nie noodwendig in ‘n bepaalde volgorde nie en word deur ‘n opsommende gevolgtrekking (sintese) van die eksegese afgesluit. Stuart (2009) beskryf die sintese as die fokus op die boodskap van die eksegese met betrekking tot die spesifieke perikoop, maar ook die wyer boodskap volgens ooreenstemmende gedeeltes. Die sintese geskied nie volgens enkele konsepte nie, maar konsepte uit die Skrif as geheel afgelei, die hoofgedagte van die perikoop en veral die boodskap van die perikoop. Met betrekking tot die boodskap van die perikoop word gefokus op die perikoop se sentrale waarheid, eienskappe van belang en spesifieke gevolge vanuit die perikoop.

4.2.6 Faset 6: Integrasie aspek (Toepassing en kontrolering)

Toepassing is die belewenis en uitlewing van Skrifbeginsels. Die woord raak ook die eksegeet sodat hy of sy nie net die Woord kognitief verstaan nie, maar met sy of haar lewe uiteindelik ook predik. Die eksegeet het wysheid en ervaring nodig om goeie toepassings te maak. Die toepassing is meer van ‘n kuns as ‘n wetenskap en moet versigtig oorweeg word aan die hand van die eksegeseproses se uitkomste en berus dus op goeie hermeneutiese beginsels.

In een perikoop kan twee funksies van toepassings voorkom, naamlik om in te lig of om instruksie vir optrede te gee. Inligting (byvoorbeeld van God se genade) kan stilweg die gehoor tot geloof lei. ‘n Narratiewe teks, byvoorbeeld lig die lesers in en lei hulle op ‘n indirekte manier na gewensde optrede. Die eksegeet moet bepaal of die toepassing op geloof of op optrede gerig moet wees. Hoewel geloof en belydenis soms in die Bybel as instruksies voorkom, is die algemene reël dat geloof fokus op wat God gee of onderneem om te gee, terwyl optrede vloei uit God se opdragte. Die eksegeet moet die toepassing op ‘n

sinvolle manier weergee en moet waak teen vergesogte toepassings deur dit werklik te hou. Uiteindelik stem die toepassing en die boodskap van die fokusvers ooreen.

4.3 EKSEGESE VAN GEKOSE PERIKOPE

Die navorser sal nou die verskillende perikope aan die hand van hierdie eksegetiese model bespreek.

4.3.1 1 Kronieke 28: 1-21

4.3.1.1 Faset 1: Die oorsig van die perikoop (Teks en vertaling)

Die keuse het op hierdie perikoop geval, omdat Dawid in hierdie gedeelte aan Salomo die planne vir die bou van die tempel oordra. In vers 9 is dit asof Dawid ‘n sprong vanaf die uiterlike tempel na die innerlike tempel maak en moedig hy Salomo aan om die Here met sy hele hart en ‘n gewillige siel te dien, want God deursoek die hart en gedagtes. Vanuit die perikoop word 1 Kronieke 28:9 as die fokusvers geidentifiseer.

In die fokusvers rig Dawid ‘n kragtige woord (oorredende rede) aan Salomo, wanneer hy by Salomo pleit om God te leer ken en met sy hele hart en ‘n gewillige verstand te dien, want uiteindelik ken en deursoek die Here elke gedagte van die mens. Ook in soverre dit sy denke betref, moet Salomo leer om God te dien. Dit wil voorkom of Dawid Salomo tot oorgawe aan God en heiliging aanspoor. Die ernstige manier waarop Dawid Salomo vermaan, laat by die eksegeet die indruk van ‘n vaderhart wat hierdie saak as dwingende ernstig beleef en ook so wil oordra.

Met betrekking tot hierdie studie, is veral heiliging van die denke van toepassing. Grudem (2000:746) beskryf heiligmaking of heiliging as ‘n innerlike toestand, ‘n deurlopende proses in ‘n gelowige se lewe nadat regverdigmaking plaasgevind het, ‘n proses waarin die gelowige meedoen, nie ‘n proses wat in hierdie lewe vervolmaak of afgehandel kan word nie en ‘n proses waarin sommige beter vorder as ander. Die tema in 1 Kronieke 28:9 is om God met gees, siel en liggaam te dien, soos dit ook voorkom in Deutoronomium 6:5, Levitikus 19:18 en Matteus 22:37. Volgens die Gill’s commentary (Bible Hub) behoort die gelowige se diens aan God ‘n egte vreugdestaak te wees en nie bloot ‘n verpligting wat met uiterlike skyn uitgevoer word nie.

4.3.1.2 Faset 2: Konteks (Historiese en literêre konteks)

‘n Voëlvlug ten opsigte van die historiese konteks van die perikoop in geheel bied die volgende insigte:

Contsable (2017) wys daarop dat Dawid se rede (1 Kronieke 28:1-21) spesifiek aan Salomo gerig was, maar in die teenwoordigheid van invloedryke amptenare geskied het, sodoende is hulle ook vermaan. In vers 2 word verwys na God se verhewenheid, die tempel sal slegs ‘n voetbank vir God wees. God het na Dawid verwys as ‘n “man na sy hart” (Hand 13:22), maar Dawid se sonde (vers 3) maak hom vir die bou van die tempel onbevoeg (1 Kron 28:3). In vers 7 word bevestig dat Salomo se koningskap ewig sal wees, in die sin dat soos in vers 4 blyk, God Juda en Dawid se familie en uiteindelik ook Salomo, vir die koningskap gekies het. Hierdie belofte word ook in 2 Samuel 7:13 herhaal. Hierdie verbondsluiting tussen God en Dawid is egter nie onvoorwaardelik nie en in vers 8 word Salomo vermaan om God se gebooie te gehoorsaaam vir die vervulling van die verbond. Vers 9 onderstreep die voorwaarde aspek van die belofte, naamlik as Salomo die Here met oorgawe dien, sal hy geseënd wees, maar as hy God verwerp, sal Salomo vir ewig deur God verlaat word. In verse 10 en 20 word Salomo bemoedig dat God met hom sal wees om die groot taak uit te voer.

Utley (2017) noem dat Dawid sy betoog teenoor Salomo afsluit met ‘n direkte opdrag (verse 9 en 10). Dawid benadruk die feit dat Salomo in die koningshuis gebore en verkies is as die een na wie die ewige koningskap oorgedra word. Volgens Utley (2017) het Salomo daarom ryke stof tot dankbaarheid. Salomo moet God egter leer ken om Hom te kan dien. Die persoon wat God ten diepste ken, dien hom met ‘n opregte hart en gewillige verstand. Dawid versterk sy betoog met drie argumente:

i. Die geheime van die siel is voor God blootgelê, Hy deursoek selfs die harte van konings (Spr 25:3). Die gelowige moet opreg wees en sy of haar gedagtes aan God toewy. Wanneer God in opregtheid gesoek word, laat Hy hom vind en dit lei tot lewensgeluk (Heb 11:6).

ii. Die tweede argument het veral op Salomo betrekking (vers 10), naamlik die opdrag dat hy die tempel moet bou en juis daarom moet hy God soek, ken en dien. Dit sal verseker dat hy vanuit die regte beginsels optree en sy werk aanvaar sal word.

iii. Dawid se slotargument val onder twee hoofde. Utley (2017) noem dat hierdie twee punte op elke gelowige betrekking het. Dit is naamlik ‘n waarskuwing om op die bose bedag te wees en om sterk en moedig te wees om die taak te kan deur voer.

Opsommend wys die fokusvers (1 Kron 28:9) daarop dat die gedagtes van gelowiges vir God so belangrik is, dat Hy dit vir verskuilde valsheid en boosheid deursoek.

Die outeur en datum van ontstaan word soos volg beredeneer:

Hill en Walton (2000:253) plaas die dokumentering van die Kroniekeboeke teen die agtergrond van die na-ballingskap geskiedenis van Israel. Die outeur word die kronis genoem (Roddy, 1976:581). Beers (2005:596) identifiseer vir Esra as die outeur en verdedig sy keuse aan hand van die Joodse tradisies en dateer die dokumentering ongeveer 430 v.C. In teenstelling hiermee, is Venter (2007:562) van mening dat die skrywer ‘n onbekende persoon of selfs ’n groep persone was. Waltke en Yu (2007:754) plaas die dokumentering eerder rondom 520 v.C. en motiveer dit as gevolg van die fokus op die tempel en die Huis van Dawid, soortgelyk as diè van Esra en Nehemia. Hierdie dokumenteringsdatum kan moontlik reg wees wanneer die einde van die Kroniekeboek (die edik wat bepaal dat die Jode na Jerusalem mag terugkeer) in ag geneem word.

Beentjes (2008:4-6) vestig die aandag daarop dat die vertalers van die Septuagint die Kroniekeboek “Dinge wat uitgelaat is” genoem het, omdat hulle geglo het dat dit ’n bylae tot die Genesis-Konings werk is, dus ‘n geskiedkundige narratief. Die moontlikheid bestaan ook dat dit ‘n Joodse kommentaar (*midrash*) tot Genesis-Konings was.

Die genre van die Kroniekeboek is oorheersend historiese narratiewe, die perikoop is bevelende teks en die fokusvers ’n sub-genre van oorredende teks.

Hill en Walton (2000:253) wys op die kronis se selektiewe keuse, herrangskikking en wysiging van die bronmateriaal wat daartoe gelei het dat die integriteit en korrektheid van die Kroniekeboek dikwels in twyfel getrek is. Die twee Kroniekeboeke was aanvanklik een boek en weergee ‘n opsomming van die volk Israel se geskiedenis. In aansluiting by Hill en Walton (2000:253), wys Beers (2005:596) daarop dat die kronis selektief in die geskiedenisvertelling is met die doel om narratiewe in die verhaal te weef, geestelike lesse en morele waarhede oor te dra. Die kronis ïgnoreer die geskiedenis van die Noordelike Ryk feitlik heeltemal en hy fokus op Dawid se hoogtepunte, eerder as op sy oortredinge (Beers, 2005:596). Anders as Esra en Nehemia, noem die kronis nie die vermenging met ander nasies nie, nie eens Salomo se huwelike met heidense vroue nie (Waltke en Yu, 2007: 754).

Die skrywe is gerig aan die Israeliete, ongeveer 430 v.C., wat hulle na die ballingskap weer in Jerusalem gevestig het en hulself weer moes beskou as ‘n voortsetting van die volk wat God vir Homself uitverkies het. Beers (2005:596) vergelyk daarom die Kroniekeboek met ‘n familie-reünie wat ten doel het om die familiegeskiedenis en tradisies tot herinnering te roep en ‘n sin van herkoms, toekoms en identiteit te skep. Waar die Koningsboeke eindig met Israel en Juda se ballingskap, poog die kronis om weer ‘n eenheidsgevoel by die volk te skep deur die beklemtoning van hul geestelike erfenis (Beers, 2005:596). Die

kronis het gefokus op die biografieë van Israel se konings met die doel om die pas teruggekeerde volk te help om weer ’n doel en identitiet te ontwikkel en om hul kwelvraag oor of die verbondsbeloftes nog geldig sou wees, te beantwoord. Die volk is toegelaat om na die beloofde land terug te keer, maar het deur die ballingskap baie verliese gely, naamlik die val van Jerusalem, die vernietiging van die tempel, die verlies van hul grondgebied en die onderwerping aan die Persiese heerskappy. In die lig hiervan, het die vraag ontstaan of God nog met hulle was, en of hulle kan verhoed dat die treurige geskiedenis herhaal (Waltke en Yu, 2007:754-755). Die Suidelike Ryk, die priesters en Leviete, en koning Dawid is prominente karakters in die boek. God self word gesien as die ewige Koning van Israel, daarom moet die konings van Israel slegs as God se verteenwoordigers gesien word (Roddy, 1976:585). Die geslagsregisters (veral van die konings), maar ook die priesterlike rol van Dawid, die ander priesters en Leviete speel ‘n groot rol in die verhaal. Uiteindelik skryf die kronis met die outoriteit van ‘n profeet en die Jode sou dit as God se woord herken, daarom ook dat die Kroniekeboek in die kanon ingesluit is (Waltke en Yu, 2007:754-755). Volgens Waltke en Yu (2007:754) het Jerome, die vertaler van die Vulgaat in 4 n.C. die Kroniekeboek in twee dele verdeel en ‘n ‘Kroniek van heilige geskiedenis’ genoem.

4.3.1.3 Faset 3: Struktueel (Vorm en patrone)

Die makrostruktuur van die Kroniekeboeke belig met die aanvang van die eerste boek, die hoop in die vertelling van die bou van die eerste tempel, en die tweede boek sluit weer met hernude hoop wanneer Kores van Persië die edik (2 Kron 36:22-23) om die tweede tempel te herbou, uitreik. ‘n Uitgebreide weergawe van die geskiedenis van 2 Kronieke word in Esra 1:1-3 gevind as ‘n oorbrugging tussen die Kroniekeboeke en Esra en Nehemia. Die Esra en Nehemia geestelike herlewings versterk die kronis se teokratiese ideaal, dit wil sê ‘n staat waarin God die Opperheerser sal wees. Daar word aanvaar dat die historiese materiaal van die Kroniekeboeke in twee dele verdeel kan word, naamlik

- 1 Kronieke 10 tot 2 Kronieke 34 wat waarskynlik saamval met Haggai en Sagaria se profetiese bedieninge ongeveer 500 v.C.
- 1 Kronieke 1–9 en 2 Kronieke 35-36 val saam met die herlewings van Esra en Nehemia (ngeveer 450 - 400 v.C.

Die geslagsregisters van 1 Kronieke 1 – 9 skep ‘n voorwoord vir die weergee van Dawid en Salomo se monargië. Hill en Walton (2000:259) maak die opmerking dat die geslagsregisters ongelukkig min literêre waarde het, maar tog ‘n belangrike bydrae lewer in die oorhoofse Godsplan in en met die Kroniekeboek. Die kollig val dikwels op Juda en Levi, die stamme wat die koning- en priesterskap van Israel uitlig.

1 Kronieke 10 – 29 kontrasteer Saul se ongehoorsaamheid, verwaarlosing van die ark en val, met Dawid se gehoorsaamheid, hervestiging van die ark en sy oorwinnings en triomf. In die lig van die kronis se teokratiese ideaal (God as regeerder), is die terugbring van die ark na Jerusalem, Dawid se voorbereidings vir die bou van die tempel en die aandag aan die tempeldiens, sentraal tot die narratief (hoofstukke 13-17, 21–29). Die geskiedenis van die volk en van Dawid se troonopvolger, word in die narratief van 2 Kronieke 10-36 vervolg.

Die Kroniekeboeke het ‘n noue band met die Koningsboeke. Roddy (1976:582) bestempel Kronieke as ‘n herinterpretasie van Konings. Die inligting oor Salomo, die verskillende konings en die Suidryk se val (586 v.C.) blyk uit die Koningsboek te kom. Tog het die kronis sy eie stempel op die Kroniekeboeke afgedruk en ook ‘n eie verhaal vertel. Hy verhaal hoe Israel die ballingskap (586-538 v.C.) oorleef het en hoe die tweede tempel herbou is (520-515 v.C.). Met die tempel in plek, was daar ook weer priesters en Leviete wat hul taak kon verrig en, tot die kronis se vreugde, het Israel se geestelike lewe weer rondom die tempel gewentel (Roddy, 1976:582).

4.3.1.4 Faset 4: Taal (Grammatika en konsepte)

Die kronis se herhaling van uitdrukkings met betrekking tot die gesteldheid en ingesteldheid van die individu en die volk se hart(e), dui daarop dat dit nie net blote oorsaak-en-gevolg retoriek was nie. Die skrywer toon diepe begrip vir die feit dat daar Goddelike seën of oordeel op gehoorsaamheid en ongehoorsaamheid wag (Hill en Walton, 2000:263).

McConville (1986:105) noem dat om die Kronis se teologie te ontgin, dit belangrik is om van retoriek, byvoegings, weglatings en wysigings kennis te neem. ‘n Voorbeeld is sy byvoeging dat God gekies het om oor die tempel, tempel amptenare en rituele te heers, soos wat in 1 Konings 8:16 teenoor 2 Kronieke 6:5-6 gesien kan word. Deur hierdie byvoeging plaas die kronis die kollig op God se verkiesing van Jerusalem as sy woning en uitsluitlike stad waar aanbidding mag plaasvind, asook op Dawid as God se uitverkorne.

Die *Blue Letter Bible* se aanlyn leksikon gee die kernwoorde uit 1 Kronieke 28:9-10 soos volg weer:

Bybel in Afrikaans (1953 vertaling)	**Die Hebreeus volgens Strong**
	מִצְוָה mitsvâh, mits-vaw'; from H6680; a command, whether human or divine (collectively,

Wet	*the Law):—(which was) commanded(-ment), law, ordinance, precept* Buite Bybelse gebruik: om wette te maak, opdrag te gee
ken	*H3045* *יָדַע yâdaʻ, yaw-dah'; a primitive root; to know (properly, to ascertain by seeing); used in a great variety of senses, figuratively, literally, euphemistically and inferentially (including observation, care, recognition; and causatively, instruction, designation, punishment, etc.):—acknowledge, acquaintance(-ted with), advise, answer, appoint, assuredly, be aware, (un-) awares, can(-not), certainly, comprehend, consider, × could they, cunning, declare, be diligent, (can, cause to) discern, discover, endued* *with, familiar friend, famous, feel, can have, be (ig-) norant, instruct, kinsfolk, kinsman, (cause to let, make) know, (come to give, have, take) knowledge, have (knowledge), (be, make, make to be, make self) known, be learned, lie by man, mark, perceive, privy to, × prognosticator, regard, have respect, skilful, shew, can (man of) skill, be sure, of a surety, teach, (can) tell, understand, have (understanding), × will be, wist, wit, wot.* Buite Bybelse gebruik: openbaar, erken
	אֱלֹהִים ʼĕlôhîym, el-o-heem'; plural of H433; gods in the ordinary sense; but specifically used (in the

God	*plural thus, especially with the article) of the supreme God; occasionally applied by way of deference to magistrates; and sometimes as a superlative:—angels, × exceeding, God (gods) (-dess, -ly), × (very) great, judges, × mighty.* Buite Bybelse gebruik: heiliges, engele
volkome (hart)	*שָׁלֵם shâlêm, shaw-lame'; from H7999; complete (literally or figuratively); especially friendly:—full, just, made ready, peaceable, perfect (-ed), quiet, Shalem (by mistake for a name), whole.* Buite Bybelse gebruik: volkome, onbeskadigd
hart	*לֵב lêb, labe; a form of H3824; the heart; also used (figuratively) very widely for the feelings, the will and even the intellect; likewise for the centre of anything:—care for, comfortably, consent, × considered, courag(-eous), friend(-ly), ((broken-), (hard-), (merry-), (stiff-), (stout-), double) heart(-ed), × heed, × I, kindly, midst, mind(-ed), × regard(-ed), × themselves, × unawares, understanding, × well, willingly, wisdom* Buite Bybelse gebruik: setel van moed, gedagte, gewete, siel.
gewillige	*חָפֵץ châphêts, khaw-fates'; from H2654; pleased with:—delight in, desire, favour, please, have pleasure, whosoever would, willing, wish.* Buite Bybelse gebruik: vreugde vind in

Verstand	*נֶפֶשׁ nephesh, neh'-fesh; from H5314; properly, a breathing creature, i.e. animal of (abstractly) vitality; used very widely in a literal, accommodated or figurative sense (bodily or mental):—any, appetite, beast, body, breath, creature, × dead(-ly), desire, × (dis-) contented, × fish, ghost, greedy, he, heart(-y), (hath, × jeopardy of) life (× in jeopardy), lust, man, me, mind, mortally, one, own, person, pleasure, (her-, him-, my-, thy-) self, them (your) -selves, slay, soul, tablet, they, thing, (× she) will, × would have it.* Buite Bybelse gebruik: persoon, asem, setel van aptyt, wil, karakter, passie
ondersoek	*H1875* *דָּרַשׁ dârash, daw-rash'; a primitive root; properly, to tread or frequent; usually to follow (for pursuit or search); by implication, to seek or ask; specifically to worship:—ask, × at all, care for, × diligently, inquire, make inquisition, (necro-) mancer, question, require, search, seek (for, out), × surely.* Buite Bybelse gebruik: vereis, deursoek, navraag doen
Gedagte	*H4284 מַחֲשָׁבָה machăshâbâh, makh-ash-aw-baw'; or מַחֲשֶׁבֶת machăshebeth; from H2803; a contrivance, i.e. (concretely) a texture, machine, or (abstractly) intention, plan (whether bad, a plot; or good, advice):—cunning (work), curious*

	work, device(-sed), imagination, invented, means, purpose, thought Buite Bybelse gebruik: ontwerp, plan
na Hom vra	*H1875* *דָּרַשׁ dârash, daw-rash'; a primitive root; properly, to tread or frequent; usually to follow (for pursuit or search); by implication, to seek or ask; specifically to worship:—ask, at all, care for, diligently, inquire, make inquisition, (necro-) mancer, question, require, search, seek (for, out), surely* Buite Bybelse gebruik: om te volg, konsulteer
Hom laat vind	*H4672 מָצָא mâtsâ’, maw-tsaw'; a primitive root; properly, to come forth to, i.e. appear or exist; transitively, to attain, i.e. find or acquire; figuratively, to occur, meet or be present:— be able, befall, being, catch, × certainly, (cause to) come (on, to, to hand), deliver, be enough (cause to) find(-ing, occasion, out), get (hold upon), × have (here), be here, hit, be left, light (up-) on, meet (with), × occasion serve, (be) present, ready, speed, suffice, take hold on.* Buite Bybelse gebruik: bekom, ervaar
Verlaat	*H5800* *עָזַב ‘âzab, aw-zab'; a primitive root; to loosen, i.e. relinquish, permit, etc.:—commit self, fail,*

	forsake, fortify, help, leave (destitute, off), refuse, × surely Buite Bybelse gebruik: agterlaat, verwaarloos
verwerp	*H2186 זָנַח zânach, zaw-nakh'; a primitive root meaning to push aside, i.e. reject, forsake, fail:—cast away (off), remove far away (off).* Buite Bybelse gebruik: om sleg te ruik, uit te werp

Uit bogenoemde word afgelei dat *soul, intent (of the heart)* en *thoughts,* afwisselend gebruik word en nie noodwendig in betekenis verskil nie – al drie verwys spesifiek na wat in die mens se gedagtes plaasvind.

4.3.1.5 Faset 5: Openbaring (Bybel en Teologiese openbaring)

Waltke en Yu (2007:756-758) dui onderstaande as van die hooftemas rakende die openbaring van God in die perikoop aan:

A. Israel bevestig God se Koninkryk en Koningskap

Die teruggekeerde bannelinge is die wettige erfgename van Israel se verbondsbeloftes. Die geslagsregisters bevestig die geldigheid van hul aanspraak om afstammelinge van die volksvaders en verbond met God te wees. Op dieselfde manier word hulle wat Jesus as hul Saligmaker bely, erfgename van die hemelse Koningkryk (Joh 1:12-13). Die kronis verwys na die hele Israel en herhaal hierdie term vanuit parallele gedeeltes soos Esra (Esra 10:5) en Samuel (1 Sam 12:1). Hierdie ‘volkome Israel’ word deur genade ‘n werklikheid in en deur Christus deurdat gelowiges tot God toegang het.

B. Transedente God

Vanuit die perikoop kan gesien word dat God aktief in Israel se geskiedenis betrokke was. God se karakter en plan is onveranderlik en Sy verhewe eienskappe, sy verkiesing van Israel en verbond met Israel en die wet, is ewig en moes koersaanduidend vir die teruggekeerdes wees. Op dieselfde wyse leer Paulus die kerk dat God se gawes en roeping onherroeplik is. Die kronis ontwikkel die tema dat God se Naam aan die tempel gekoppel is (1 Kron 16:35), die teenwoordigheid van God se Naam het beteken dat Hy self ook teenwoordig is (2 Kron 7:16) en toegang tot God was moontlik vir diegene wat hul op sy Naam beroep het.

Teenswoordig plaas God sy Naam op almal wat Jesus as Messias bely en in wie sy Gees woon (Matt 28:19). God is by sy mense teenwoordig (1 Kron 4:10, 2 Kron 13:12, 2 Kron 32:8). Op dieselfde manier het Christus sy kerk belowe om met hulle te wees (Matt 28:20) (Walte en Yu, 2007:758).

C. Uitverkorenes en die verbond

God bewerkstellig sy doel deur Israel, soos gesien kan word in die verkiesing van die stam van Levi (1 Kron 15:2) en Dawid en Salomo se koningskap oor Israel (1 Kron 28:4-6). Soortgelyk was Petrus se versekering aan die kerk dat God ‘se heerlikheid en mag’ deur hulle bewerkstellig word (2 Pet 1:1-3).

D. God as ewige Koning

God se belofte omtrent die ewige koningskap deur Dawid se familie, bly onveranderd (1 Kron 2:10-17) en word weerspieël deur die geslagsregister wat in Matteus 1:1-17 opgeteken is. God heers deur die huis van Dawid. Die kronis verander die taalgebruik van die tweede persoon in 2 Samuel 7:16, na my God se huis en koninkryk (1 Kron 17:14). Die klem van die kronis se geskiedskrywing wentel om Dawid en Salomo en is ‘n tipering van die Messias en sy koningskap wat volkome in Christus vervul is (Hand 2:22-36 en 7:45-50) (Waltke en Yu, 2007:759-70).

E. Priesters en die tempel

Dawid en Salomo was vir die bou van die tempel verantwoordelik (1 Kron 13-29; 2 Kron 2:8). Vandag is die kerk gebou op die fondasies gelê deur die apostels en profete (Ef 2:20, 1 Pet 2:4-8) (Waltke en Yu, 2007:761-762).

F. Seën en oordeel

Met betrekking tot die wet, fokus die kronis op die tempelaanbidding (1 Kron 15:15) en hartsgesinde toegewydheid aan God (2 Kron 15:17). Spesifieke seëninge en oordele neem ook die vorm aan van oorwinnings en terugslae (1 Kron 18:7-8; 29:23 en 2 Kron 14:8-14; 16:1-6) en ook genesing en lewe (2 Kron 32:24-26) teenoor siekte en dood (2 Kron 15:13; 23:7) (Waltke en Yu, 2007:764). Die geskiedenis is dus belangrik omdat dit ‘n teken van God se trou en liefde is.

4.3.1.6 Faset 6: Integrasie (Toepassing en kontrole)

König (2006:208) verwys na die “heiliging” (van gedagtes) as aan God toegewy in die sin van ‘af sonder, opsy gesit’. Hy verwys ook (2006:313) na 1 Konings 3:7-12 waar Salomo die Here letterlik vir ‘n ‘opmerksame hart’ vra – ’n bewuste waaksaamheid betreffende sy gedagtes. Die bewuste toewyding aan

God van die denke is op elke gelowige van toepassing. Die verskillende fases van groei na bekering, word die heilsorde of heilsweg genoem. König (2006:223-224) verkies om te praat van die heilsweg en nie van ‘n heilsorde nie, omdat hy nie ‘n vaste volgorde aan die stappe wil koppel nie. Die groei op die pad na heiliging (of voortgaande bekering), is op alle aspekte van ‘n gelowige se lewe van toepassing, ook sy denke. Die ‘eerste bekering’ (1 Tess 1:9) van die denke, sal wees wanneer ‘n gelowige ‘n bewustelike besluit maak om sy of haar denke aan God toe te wy. Teregwysings tot voortgaande bekering kom veral in die Ou Testament voor waar die profete die volk deurlopend vermaan het om hulle van spesifieke sondes te bekeer (König, 2006:225). Op dieselfde wyse sal die gelowige toenemend agterkom dat daar aspekte in sy of haar denke is wat nie volkome aan God toegewy is nie. In die bestudering van die taalfaset (Vgl. 4.3.1.4) is die woord ‘vrywillig’ ook bespreek. Vrywillige toegewyding van die denke aan God volg op die bekering (omkeer) van ŉ verkeerde manier van dink, ‘n groei in geloof en vertroue in God en regverdiging of vryspraak op verdienste van Christus (Rom 3:21-31, Gal 2:15 en verder).

Regverdiging in Christus beteken egter nie dat daar nie verdere groei moet wees nie. Hoeveel kere die gedagtes, wat die setel vir handeling is, ookal God se deursoeking (1 Kron 28: 9) faal, kan dit weer en weer aan God toegewy word, totdat dit nie meer soos diè van ‘n ongelowige lyk nie (Ef 4:17) (König, 2006:229). Venter (2007:595) skryf dat Dawid die leiers en Salomo in 1 Kronieke 28:9 en 10 dringend vermaan om in hart en siel aan God gehoorsaam te wees. Hulle moet die Woord van God noukeurig ondersoek en so die wil van God vir hulle lewe bepaal. Salomo moet met ‘n rein en gewillige hart aan die Here gehoorsaam wees. Dit beteken openhartigheid met God, daar is nie gedagtes en dade wat vir God weggesteek kan word nie. Volgens Ellicot (Bible Hub) dui die “gewillige hart” op ‘n vrywillige, volkome toegewyde heiliging van denke. Die Deursoeker van harte weet as daar onopregtheid of halfhartige gehoorsaamheid in ‘n gelowige se hart is (Ps 139:1-4 en 23, Hand 1:24, Heb 4:13). Om God met ernstige toewyding te soek, het tot gevolg dat Hy gevind kan word (Jes 55:6).

Uit voorgaande blyk dit dat die bewuste toewyding van die gelowige se denke ‘n belangrike element in die heiligingsproses is. Hierdie perikoop vestig die gelowige se aandag dat hy of sy hul gedagtes totaal op God en sy handelinge moet vestig in ŉ vaste vertroue dat Hy in beheer van die geskiedenis is.

4.3.2. Psalm 77:1 - 21

4.3.2.1 Faset 1: Die oorsig van die perikoop (Teks en vertaling)

Die versameling Psalms word in vyf dele onderskei en die perikoop (Ps 77) kom in die derde deel voor. Die tema van die derde deel handel oor die Assiriese krisis in die agtste eeu v.C. Psalm 78 word gesien as

die sleutel Psalm in die deel. Die tema van Psalm 77 is dat die mens deur kwellinge oorweldig kan word, maar dat nuwe krag geput moet word vanuit denke oor God se wonderdade (Burden, 2007:822-823).

Die hulpgeroep van Asaf is sigbaar in verse 2-11 en kan gesien word deur die herhaaldelike gebruik van eerstepersoon smeking (Burden, 2007:822). Asaf het persoonlike nood beleef en het, as gevolg van sy vertwyfeling (verse 8-10), al hoe verder in die put van nood en angstigheid geval. In verse 12–21 word daar egter ‘n ommekeer waargeneem en wys dat Asaf se fokus in sy gedagtes vanaf homself na God verskuif het. Gevolglik dat ook die uitroep in vers 15: “*U is die God wat wonderdade doen*”. Eers as Asaf alle twyfel oor God se heiligheid, trou en sorg (verse 8–10) in sy eie denke uit die weggeruim het (verse 12 13), raak sy gemoed weer rustig (vers 21).

Volgens Constable (2017) sal gelowiges se omstandighede – net soos Asaf s’n in hierdie psalm – soms so wanhopig voorkom, dat dit voel of God hulle die rug gekeer het. In die eerste 11 verse wissel Asaf se gedagtes tussen toevlug tot die Here tot kwelgedagtes en vrae waarom God nie sy pleitrede beantwoord nie. Dan maak hy in verse 12 en 13 ‘n bewustelike keuse om homself nie meer in sy wanhoopsgedagtes en vrae oor sy situasie te verstrengel nie, maar om doelbewus op die wonderdade van God te fokus. Die positiewe gevolge van hierdie koersaanpassing in sy denke, word in Ps 77:14-21 uiteengesit (Constable, 2017).

Verse 12 en 13 vorm die fokusverse van hierdie perikoop.

4.3.2.2 Faset 2: Konteks (Sosiaal en literere konteks)

Gedurende die Ou Testamentiese tyd, was daar veral twee maniere waarop inligting vir die nageslag bewaar is, naamlik deur vertellings en gedigte (Burden, 2007:793). Die gebeure van die Ou Testament wentel hoofsaaklik rondom God se handelinge met die volk Israel. In die geskiedenispsalms, word beide die wyses van oorlewering gevind, daar is sowel vertellings as gedigte en hoewel die psalmdigters nie volwaardige geskiedskrywers was nie, is die temas dikwels histories. Die historiese psalms is nie geskryf soseer ter wille van die geskiedkundige feite nie, maar ter wille van die emosionele herbelewing van momente uit Israel se geskiedenis met die doel om Israel te onderrig in God se handelinge, in die hoop dat die nageslag dit sal onthou en deur te onthou, moed sal kry om aanslae te kan verduur.

Psalm 77 handel spesifiek oor die vraag of God die psalmskrywer verwerp het. Asaf besef egter dat hy geen ander plek het om hom na te wend nie en draai dan met sy hulpkrete na God toe. Nogtans vind hy geen troos nie en worstel hy met die gedagte waarom God hom nie antwoord nie, totdat hy uiteindelik daarop fokus om sy gedagtes van sy ellende na God toe te verskuif. Hy herroep bewustelik die grootheid van God se dade en dit gee hom moed om God te vertrou (Constable, 2017).

Wat die literere konteks betref, kan gesien word dat Israel blootgestel was aan ‘n ryk literêre tradisie van die antieke nabye Ooste. Van die vroegste Hebreeuse poësie dateer tot 13 eeue voor Christus (Hill en Walton, 2000:308). Anders as die klassieke en moderne digkuns, het antieke Hebreeuse digkuns nie altyd ‘n spesifieke skema of ritme nie. Wat wel opmerklik is, is dat parallelisme dikwels voorkom, dit wil sê ‘n teenoorgestelde gedagte as wat in die frase genoem word. Die Hebreeuse digkuns beslaan ongeveer ‘n derde van die Ou Testament en wissel van kort frases tot langer nie-poëtiese teks (Gen 4:23-24, Num 21:18) of tot volledige gedigte soos in Genesis 49:2-27 en 1 Samuel 2:1-10. Psalms, Spreuke, Hooglied en Klaagliedere is uitsluitlik poëties van genre. Groot dele van Job en Prediker word ook deur poësie beslaan, onderbreek deur prosa. Die Psalms bevat nie slegs poëtiese materiaal nie, maar ook wysheidsliteratuur. Vir die volk Israel was wysheid gelyk aan lewensvaardigheid. Wysheid omvat elemente soos die intellek, die toepassing van kennis en die daaglikse lewenservaringe, soos wat in die perikoop duidelik na vore kom.

Wysheidsliteratuur kan instruksies gee, feite beredeneer, reflekteer op die verlede of spekuleer oor die toekoms. Dikwels is daar ‘n rasionele appèl op die leser ten opsigte van hoe om morele beginsels toe te pas of om oor die lewe na te dink – altyd vanuit die vertrekpunt gewortel in die vrees van die Here, soos wat ook in die dieper struktuur van Psalm 77 waargeneem word (Hill en Walton, 2000:308).

Twee aspekte moet rondom die ontstaan van die Psalmboek oorweeg word, naamlik die skryf van individuele psalms en die boek in geheel (Hill en Walton, 2000:341). Sommige van die psalms blyk in die middel-tweede millenium voor Christus te ontstaan het, ander het uit die na-ballingskap ontstaan, ongeveer 539 v.C. Dit word egter aanvaar dat die samestelling van die boek as geheel nie, eers na die balllingskap plaasgevind het nie. ‘n Verdere onderskeid wat getref moet word, is tussen die redakteur (die persoon wat die psalms versamel en georganiseer het) en die oorspronklike skrywers (Hill en Walton, 2000:341). Constable (2017) noem dat die ontstaanstydperk van die Psalms is nie altyd duidelik nie, sommige mag selfs vanuit die voor-koninklike tydperk kom, maar dit is wel bekend dat die psalms oor baie eeue heen ‘n belangrike plek in die lewe en aanbidding van Israel bekleë het. Dit blyk dat Asaf (die outeur van Ps 77) een van die koorleiers was wat deur Dawid aangestel is, wat Psalm 77 in die koninklike tydperk plaas. Asaf was een van Dawid se koorleiers afkomstig uit die stam van Levi, ‘n nakomeling van Gerson (1 Kron 6:39). Die Asafversameling psalms (12 psalms) pleit dikwels voor God om in te gryp en redding in wanhopige omstandighede te bring, maar sluit dan af waar God se reddingsdade uit die verlede in herinnering geroep word. God word dikwels as Herder uitgebeeld (Constable, 2017).

4.3.2.3 Faset 3: Struktueel (Vorm en patrone)

Die vergelykende bestudering van gesange en gedigte van Mesopotamië en Egipte dra daartoe by dat die psalms beter verstaan kan word. In so ‘n vergelyking word die materiaal se ooreenkomste en verskille aangeteken om ‘n gebalanseerde indruk te bekom en beide vorm en inhoud word ontleed (Hill en Walton, 2000:343-344). Die psalms kan, volgens Hill en Walton (2000:344), in drie algemene kategorieë verdeel word, naamlik lofliedere, klaagliedere en wysheidsliteratuur. ‘n Uitsondering op hierdie verdeling is Psalm 22, waarin gesien word dat verse 1 – 21 ‘n klaaglied is (gekenmerk deur die inleidende “O Here!), terwyl verse 22 – 31 ‘n loflied is (gekenmerk deur die “Sing tot die Heer...”). In die psalms word elemente soos klagtes, lofredes, pleitredes en belydenisse dikwels gevind.

Hill en Walton (2000:344) bespreek die ooreenkomste wat tussen die Bybelse en die Babiloniese psalms en gebede gesien word rondom die inhoud van die klaagliedere, pleitredes en lofredes. Van die verskille wat voorkom, is dat in die Babiloniese beskrywende lofsang, die eienskappe en titels van die gode vermeld word. Hierteenoor nooi of versoek die Bybelse pryslied die aanbidder om by die lofsang tot God aan te sluit. Verskille kom ook ten opsigte van die klaagliedere voor. Die Mesopotamiese gaan gepaard met toorkuns, inkantasies en rituele in aandrang om die god te oortuig om die gebed te beantwoord. Die Mesopotamiese aanbidder se vertrekpunt is kultiese skuld, hoewel die persoon self geen benul het wat die oortreding is nie – nogtans moet die god met soenoffers gepaai word. Die Bybelse belydenis is hierteenoor vanuit ‘n morele vertrekpunt of die persoon beskou hom- of haarself, soos in die geval van Psalm 51, nie as onskuldig voor God nie (Hill en Walton, 2000:344).

4.3.2.4 Faset 4: Taal (Grammatika en konsepte)

In die vegelyking van die *King James Version* en die *New Living Translation* ten opsigte van die taalgebruik, word ‘n aantal verskille in die fokusvelde opgemerk.

KING JAMES VERSION	**NEW LIVING TRANSLATION**
Ps 77:11 **-** I will remember the works of the LORD: surely I will remember thy wonders of old.	**11** But then I recall all you have done, O Lord; I remember your wonderful deeds of long ago.

Ps 77:12 - I will meditate also of all thy work, and talk of thy doings.	**12** They are constantly in my thoughts. I cannot stop thinking about your mighty works.

Die kernwoord *meditate* of *constantly in my thoughts* word in vers 12 gesien (Bible Hub). Die Strong’s Concordance dui die volgende betekenis aan: hagah 1897: to meditate, moan, growl, utter, speak, muse. Original Word: הָגָה Part of Speech: Verb Transliteration: *hagah* Phonetic Spelling: (daw-gaw') Short Definition: meditate

Die *New American Standard Exhaustive Concordance* gee die volgende betekenis: constantly in my thoughts. Word Origin a prim. Root. Definition: to moan, growl, utter, speak, muse, declare, devise, devising, growls, make a sound, meditate, meditates, moan, moan sadly, mutter, mutters, ponders, utter, uttering, utters.

En die *Merriam-Webster Online Thesaurus*: constantly, adverb. Synonyms of constantly: again and again, continually, frequently, hourly, much, oft, often, over and over again. Words Related to constantly: always, consistently, continuingly, continuously, night and day, perpetually, unceasingly, uninterruptedly, afres, again, anew.

Uit die voorgaande woordstudie word afgelei dat *mediteer* beteken om ‘n gedagte gedurig te koester. Kaiser en Silva (2007:218) maak die opmerking dat die kuns en toepassing van meditasie oor die Woord, ‘n belangrike rol in die gelowige se lewe speel. Meditasie, of oordenking / bepeinsing, word in die Skrif as ‘n aanbiddingshandeling voorgehou, hoewel dit dikwels verstaan word as ‘n vae omskryfde, mistiese aksie waardeur die praktisyn die werklikheid ontvlug of ‘n toestand van euforie bereik. Hierteenoor is meditasie van die Skrif duidelik afgebaken ten opsigte van metode en resultate.

In Psalm 77 word die woord “meditasie” of sinonieme daarvan, in drie verse (3, 5 en 12) gebruik. Verse 1-10 beskryf die wanhoop, slaaploosheid, onrus en angstigheid waarmee Asaf oor die situasie bepeins het. Verse 11 – 20 beskryf hoe Asaf bo die omvang van die probleme en wanhoop uitgestyg het. Dit het gebeur toe hy in vers 11 God se wonderdade onthou het en gekies het om dit die onderwerp van sy bepeinsing te maak. God se goedheid en grootheid het sy gedagtes gevul en hierdeur is Asaf se diepe wanhoop verplaas deur vertroue op die uitkoms wat God telkens in die verlede gegee het (Kaiser en Silva, 2007:218).

4.3.2.5 Faset 5: Openbaring (Bybel en Teologiese openbaring)

Utley (2017) wys die volgende teologiese openbaringe in Psalm 77 uit. Eerstens daar is geen god wat met die God van Israel vergelyk kan word nie (vers 13) en daarom moet Hy vereer word vir die wonderdade wat Hy vir sy volk verrig het en steeds verrig. Tweedens is God almagtig (vers 14) en Sy handelinge met die volk, is ‘n standhoudende verklaring van sy ewigdurende almag. Asaf beskryf die begin van God se genadebetoning teenoor Israel by die uittog uit Egipte, die oopgaan van die Rietsee en die vernietiging van die Egiptiese weermag in die see (vers 16). Derdens het God vir Israel onder sy beskerming en leiding geneem (vers 20) toe Israel in die woestyn so weerloos soos ‘n trop skape, was. God het letterlik voor hulle uitgetrek in ‘n wolkkolom en hulle beskerm met ‘n vuurkolom. Die psalm eindig skielik, amper stomp en maak nie God se almag op die kerk verder van toepassing nie, behalwe vir die voorbeeld van die gevolge vir die gelowige wat sy denke op God se grootheid en goedheid kan plaas. Die verandering van denke is die gelowige se deurgang na lig en vreugde (Ps 119:130), sonder vreesagtigheid en hopeloosheid (Henry, 1996).

4.3.2.6 Faset 6: Integrasie (Toepassing en kontrole)

Die *Expositiors Bible* maak die opmerking dat dieselfde inligting en herinneringe, afhangend van die gelowige se vertrekpunt, hom of haar negatief of positief kan stem. Die gelowige het die keuse of ‘n gedagte wanhoop of vreugde sal voed. Alleenlik die wat God se trou en werke ken, kan die positiewe aspekte van ‘n gedagte ontgin en op hierdie manier kan die persoon na ‘redding uitgelei word’ soos die slotvers van die psalm die uitkoms uit die wanhoop beskryf.

Utley (2017) noem dat Asaf herstel het vanaf uiterste spanning en worsteling oor God se verwerping na ‘n plek waar hy beleef het hoe God hom na ‘n beter situasie gelei het. Deur sy gedagtes te skoei op wat God in die verlede gedoen het, het hy die kalmte bekom wat hom in verse 5 en 6 ontbreek het toe hy homself wou kalmeer. Wat volgens Utley (2017) hier uitstaan is dat God se werke wonderbaarlik is en vir die hedendaagse lewe opgeteken is, sodat dit steeds onthou mag word. Die gelowige moet onthou wat God vir hom en haar gedoen het deur daaroor te praat, daaroor te dink en gedurig sy of haar gedagtes op sodanige werke van God te vestig. Die herinnering aan wat Hy gedoen het en die eer wat Hom toekom, is ‘n kragtige teenmiddel vir wantroue in God se beloftes en goedheid.

Die gelowige kan daarop let dat twee dinge in besonder vir die psalmis van groot waarde was: Eerstens, dat God se weë heilig is (vers 20). Selfs al kan die gelowige nie ‘n probleem oplos nie en is sy of haar omstandighede oorweldigend, bly die sekerheid dat God heilig is, selfs sy planne vir die gelowige is heilig en goed (Henry, 1996). Tweedens dat God se weë ‘in die see’ is (vers 20, 21). Die mens kan God en sy

planne dikwels nie verstaan of deurgrond nie, maar God se weë hoef egter nie beoordeel te word nie, sy handelinge is seker en regverdig (vers 19), al is dit vir die mens soos water waarvan die diepte nie bepaal kan word nie (Ps 36:6) (Henry, 1996).

Burden (2007:822) skryf dat Psalm 77:11 Asaf se persoonlike nood uitwys deur die herhaalde gebruik van die eerste persoon. Sy ontsteltenis (vers 5) het deur sy vertwyfeling ontstaan. In verse 11 en 12 word die verskuiwing van gedagtes na die wonderdade van God gesien en hoe dit ‘n verandering in gemoed tot gevolg het. Die gelowige beleef vandag ook telkens beproewinge en krisisomstandighede en die herinnering aan God se almag, goedheid en betroubaarheid, versterk steeds die hedendaagse gelowige se geloof en bring ‘n gemoedsverligting te weeg.

Hierdie gedagte bevestig Louw (2014:12) se bevinding dat die manier waarop ‘n persoon dink, nou saamhang met die kwaliteit en betekenisvolheid van die persoon se lewe. Rood *et al*. (2010:333) het aangetoon dat herhalende negatiewe denke wat op emosies gefokus is, nie opbouend is nie en ‘n kognitiewe kwesbaarheidsfaktor verteenwoordig met betrekking tot toestande soos angs en depressie. Die pastorant het ‘n goeie voorbeeld in Asaf wie se klaaglied in ‘n lofsang kon verander na sy besluit om die fokus van sy denke te verander.

4.3.3 Matteus 22:34-40

4.3.3.1 Faset 1: Die oorsig van die perikoop (Teks en vertaling)

Die Afrikaanse Bybel (1953 vertaling) en die Nuwe Lewende Vertaling (2011) is vir die bestudering van die perikoop gebruik.

Carson en Moo (2012:77) beskryf dat veral ten opsigte van die Jesus se aardse bediening, die eerste drie evangelies groot ooreenkomste toon. Al drie evangelies struktureer Jesus se bediening volgens ‘n algemene geografiese volgorde. Eerstens word Sy bediening in Galilea beskryf, gevolg deur ‘n noordwaartse beweging, dan deur Sy bediening in Judea en omliggende gebiede, terwyl Jesus op pad na Jerusalem was. Ander eienskappe eie aan die drie Evangelies, maar ontbrekend by Johannes, is ondermeer die uitstuur van die apostels en die Laaste Avondmaal (*Pesach*). Die manier waarop Jesus se bewegings gedokumenteer is en die vertelling van wonderwerke met kort leringe afgewissel, verleen aan die sinoptiese Evangelies ‘n gevoel van vinnig vloeiende intensitieit.

Vanuit die perikoop word vers 37 as die fokusvers geidentifiseer.

4.3.3.2 Faset 2: Konteks (Sosiaal en literere konteks)

Die Nuwe Testament begin met die verwagting op die Messias. Die outeur Matteus het klem op Jesus as koning en afstammeling van koning Dawid geplaas (Wilkins & Warren, 2016), hoewel Jesus nie gekom het om oor ‘n politieke aardse koninkryk te heers nie, maar eerder in die harte en lewens van sy volgelinge. In Jesus se leringe, gee Hy baie duidelike riglyne (Matt 5:1-7:29) van hoe sy volgelinge moet leef en leer deur middel van gelykenisse wat die verskil tussen ‘n aardse koninkryk en hemelse koninkryk uitwys. Jesus is aan die volk Israel as Messias voorgestel, maar word deur die Jode verwerp en later gekruisig. Hy is egter na sy kruisiging uit die dood opgewek, waardeur God self bevestig dat Hy die ware Messias is (Wilkins & Warren, 2016).

Vanaf hoofstuk 21 bou die klimaks op na die kruisiging deur die se laaste week voor die kruisiging te beskryf. Die narratief begin met Jesus se intog op die donkievul na Jerusalem (1-11). Hierdie was een van die min kere waar Jesus se Koningskap op aarde bevestig is. Hierna volg die reiniging van die tempel (vers 12 – 17) wat daarop aandui dat alles wat aanbidding teëwerk, Jesus teen die bors stuit. Die spanning bou verder op met die vervloeking van die vyeboom (vers 18 – 22), simbolies van God se oordeel oor Israel. Dit word gevolg deur ʼn dag waar Jesus se gesag uitgedaag (vers 23-27), die gelykenis oor die twee seuns (verse 28-32) en die gelykenis van die boere en die wingerd (verse 33 -45). Die seun wat nie sy pa se opdrag wou uitvoer nie (verse 28-32), was ook simbolies van ‘n skynheilige, ongehoorsame Israel en ook die laaste perikoop (verse 33-34) was daarop gerig om Israel se skynheiligheid te ontmasker (Wilkins & Warren, 2016).

In hoofstuk 22 word die tema van die mens se verwerping van God voortgesit. In verse 1- 14 word gaste na ‘n bruilof genooi, ‘n belangrike geleentheid in die Joodse kultuur. Die perikoop is weer eens tekenend van Israel se verwerping van die Bruidegom. In verse 15-22 word die baie relevante kwessie oor die betaling van belasting bespreek. Die Jode moes aan die Romeinse regering belasting betaal en dikwels was hierdie geld gebruik om die adel en diegene in magsposisies te onderhou. Jesus wys egter met ‘n teenvraag (verse 18-19) op die Jode se dubbele burgerskap. Wilkins en Warren (2016) wys op die gelowige se burgerskap van die hemel wat ook verantwoordelikhede meebring, naamlik ‘n lewe van gehoorsaamheid aan God.

Die spanning word deur elke interaksie meer en meer opgebou. Jesus Christus weerlê elke argument of vraag. Dit is in hierdie gelaaide omstandighede waar die vraag rakende die grootste wet gevra word, wat dan aanleiding gee tot Jesus se antwoord – wat ook as perikoop vir hierdie ondersoek dien. Wanneer die Fariseërs vra wat die grootste gebod is, raak Jesus nie verstrengel in die vraag watter gebod die meeste gewig dra nie, maar Hy wend Hom na die wet van Moses en haal die allerbelangrikste Deuteronomium 6:5

aan: die grootste gebod is dat die mens hart, siel en liggaam tot God gerig sal lewe (Van Zyl, 2009:1401). Jesus verwys in Matteus 22:37 na die “*Sh’ma*” (Deut 6:4), die sentrale as waarom Judaïsme wentel, as die riglyn hoe om God met elke aspek van ‘n persoon se lewe lief te hê (Stern, 1992:66). Hiermee saam word ‘n ander bekende opdrag, naamlik die liefde vir die medemens, uit Levitikus 19:18 met die grootste gebod gelykgestel (Matt 22:39). Hierdie twee gebooie, saam met die wet en die profete (Matt 5:17 en 11:13) word as die totale wil van God gestel (Matt 22:40) (Van Zyl, 2009:1401).

Volgens Van Zyl (2009:1339) is daar aanduidings dat die Matteus evangelie deur ‘n Joodse Christen vir Joodse Christene geskryf is, vermoedelik vanuit Antiogië in die destydse Sirië. Ignasius van Antiogië se verwysings na die Matteus evangelie (100 n.C.) versterk hierdie vermoede. Die boek het ‘n sterk Joodse karakter met baie klem op wetsonderhouding sonder enige afwyking daarvan (Matt 5:17-20). Die gelowiges was egter ook in stryd met hul volksgenote. Matteus 23 is ‘n aanval op die huigelary van die Fariseërs en verwysings na “hul sinagoges” en “hulle skrifgeleerdes” kom voor (Matt 4:23; 7:29; 10:17). Dit kan selfs wees dat die verwydering so vergroot het, dat die Joodse Christene deur ander Jode vervolg is (Van Zyl, 2009:1340).

Die literêre ontwikkeling van die sinoptiese Evangelies het waarskynlik die volgende ontwikkelings deurloop (Carson en Moo, 2012:89-91):

- Gemeenskaplike afhanklikheid van die oorspronklike Hebreeuse of Aramese bron of selfs evangelies wat intussen verlore geraak het.
- Gemeenskaplike afhanklikheid van mondelinge oorlewering, soos die sogenaame “Ur-evangelie”.
- Gemeenskaplike afhanklikheid van geskrewe fragmente van Jesus se woorde wat geleidelik in die sinoptiese Evangelies ontwikkel het.
- Interafhanklikheid van mekaar as bronne. Die literêre ooreenstemming tussen die sinoptiese Evangelies dui daarop dat hulle mekaar as bron gebruik het (Carson en Moo, 2012:91-95). Matteus 24:15 en Markus 13:14 verwys byvoorbeeld albei na die “leser” en Lukas 1:1-4 maak dit duidelik dat hy skriftelike bronne gebruik het.

Dit wil dus aanvanklik voorkom asof die Markus evangelie ‘n gemeenskaplike bron vir beide die Matteus- en Lukas evangelies kon wees, hoewel daar tot en met die negentiende eeu vermoed is dat die Matteus evangelie die bron vir die Markus- en Lukas evangelies kon wees, hoewel daar ‘n latere hipotese ontstaan het dat die Markus evangelie van die Matteus- en Lukas evangelies afhanklik was (die twee bron hipotese).

Die vier bron hipotese wat in 1924 ontstaan het, bring twee verdere bronne in gedrang, naamlik “M” as die materiaal kenmerkend aan die Matteus evangelie en “L” as die materiaal eie aan die Lukas evangelie. Dit blyk egter dat die meerderheid navorsers telkens terugkeer na Markus as primêre bron (Carson en Moo, 2012:95-97) op grond van die volgende gronde:

- Die bondigheid van Markus wat aansienlik korter as Matteus en Lukas is, 97% van die woorde in Markus het paralelle in Matteus, teenppr die 88% in Lukas. Hierdie verskynsel dui daarop dat Matteus en Lukas onderskeidelik in hulle vertellings uitgebrei het.

- Die verbale ooreenstemming tussen die evangelies. Soos hierbo aangetoon, stem Matteus en Markus dikwels ooreen, asook Markus en Lukas, maar daar is selde ooreenstemming tussen Matteus en Lukas.

- In die volgorde van gebeure stem Matteus en Lukas nie ooreen nie, wat die gedagte laat ontstaan dat Markus die primêre bron was.

- Markus het ‘n lomp en minder ontwikkelde styl as die ander twee evangelies en bevat baie grammatikale onreëlmatighede en Aramese uitdrukkings. Die redenasie is dat Matteus en Lukas grammatikale regstellings sou maak en Aramese uitdrukkings vir hul Griekse lesers sou uitskakel.

- Markus se teologie word ook as meer primitief bestempel. ‘n Voorbeeld is Markus 6:5 waar Markus die stelling maak dat Jesus as gevolg van die ongeloof van die mense van Nasaret nie wonderwerke ‘kon doen’ nie, teenoor Matteus 13:58 se ‘het Hy nie wonderwerke gedoen nie’ (Carson en Moo, 2012:95-97).

DeSilva (2004:241-243) se uiteensetting van die bronmateriaal stem grootliks met diè van Carson en Moo (2012:95-97) ooreen, maar hy wys egter ook op die redaksionele bedoeling van Matteus deur die weglating van bepaalde dele van die bronmateriaal (Mark 1:23-28,35-38 en 8:22-26 ensomeer). Drie van die weglatings is wonderwerkverhale, vermoedelik was Matteus van mening dat die betrokke aspek reeds volledig gedek is. Dit is moeiliker om die ander weglatings te verklaar, behalwe dat dit moontlik nie in die weergawe van Markus vervat was waaaruit Matteus navorsing gedoen het nie.

DeSilva (2004:238) noem dat verkeie navorsers die dokumentering van Matteus aan Sirïe koppel, omdat die administrasie van die kerk in daardie streek ooreenstem met vraagstukke wat deur Matteus aangespreek word. DeSilva (2004:238) is van mening dat Markus se skrywe teen die einde van 60 n.C. geplaas word en

Matteus dus daarna sou ontstaan het. Carson en Moo (2012:152-156) verwys na die vele redenasies rondom die ontstaanstydperk van Matteus wat wissel vanaf 63 – 100 n.C.

DeSilva (2004:236) is van mening dat die evangelie op Joodse Christene se praktiese vraagstukke fokus. ‘n Voorbeeld van so ‘n probleemsituasie is dat die Joodse Christene in sekere areas nouer kontak met sowel die sinagoge en nie-Joodse Christene gehad het as wat in Klein-Asië, Masedonië en Griekeland die geval was. Dit blyk dat Joodse Christene Matteus se teikenlesers was, daarom die noem van Joodse gebruike soos die dra van die fraiings van die gebedsklede (Matt 23:5) en gebruike soos die was van hande (Matt 7:1-5) sonder enige verduideliking. Hierteenoor bestempel Carson en Moo (2012:156) die evangelie volgens Matteus as geskryf vir gelowiges in Israel (op grond van die gebruik van Aramees) en selfs Sirië (indien die ontstaansdatum as na 70 n.C. aanvaar word), hoewel daar ook ‘n denkskool is wat van mening is dat Matteus eerder vir alle gelowiges bedoel was, as bloot net vir lesers van ‘n spesifieke geografiese area (Carson en Moo, 2012:157).

Matteus verstrek nie self ‘n spesifieke rede vir sy skrywe nie, maar DeSilva (2004:234) wys daarop dat die outeur vir Jesus Christus belig vanuit die perspektief van die vertolker van die wet, sodat gelowiges dit kon toepassing in hulle daaglikse wandel. Matteus brei meer as Markus daarop uit oor *hoe* om die wet in die daaglikse praktyk uit te leef, *hoe* om in ooreenstemming met die Woord van God te leef. Enersyds word spesifiek na die “huis van Israel” verwys (Matt 10:5-6, 23, 15:24), andersyds ook na die insluiting van die nie-Joodse gelowiges (Matt 1:5, 2:1-12, 8:5-13, 28:19-20). Die spanning tussen “hulle” sinagoge en “ons” kerk word gesien in verse soos byvoorbeeld Matteus 4:23, 10:17 en 23:24. Carson en Moo (2012:112-113) wys daarop dat daar voor die Bybelse Evangelies, nooit enige vermelding van “evangelie” as ‘n genre was nie. Teen die einde van die eerse eeu na Christus, het die verhaling van Jesus se bediening opskrifte bygekry en het ‘evangelie’ as literatuursoort vir die eerste keer beslag gekry. Die benaming was aanvanklik nie gekoppel aan die outeur nie, maar die klem was op ‘n enkele evangelie wat van die verlossingswerk van die Seun van God vertel. Kowalczyk (1998:1) wys daarop dat toe die evangelies, die ‘goeie nuus’ van redding deur die Seun van God, geskryf is, ’n nuwe vorm van literatuur ontstaan het. Die evangelies bevat elk ‘n bietjie van verskeie literatuursoorte om sodoende ten beste uitdrukking gee aan die boodskap van redding te gee. Met die uitsondering van die Lukas evangelie, is die inhoud van die evangelies nie streng kronologies nie. In die evangelies kom die woorde van Jesus in narratiewe vorm voor, asook in instruksies vir die lewe in die vorm van gelykenisse. Kowalczyk (1998:1) skryf dat Matteus se oogmerk nie was om ‘n biografie van Jesus te skryf nie, maar om die nuwe Christelike geloofsgemeenskap in die uitleef van die wet te begelei. Kowalczyk (1998:1) beskryf die genre van Matteus as tipologiese geskiedenis, byvoorbeeld soos Moses as tipe van Christus. Die historiese openbaringsgeskiedenis toon dat koning Farao vir Moses as baba wou doodmaak (Eks1:22), net soos koning Herodus vir Jesus as baba wou doodmaak (Matt 2:16);

Moses moes voor Farao vlug (Eks 2:2); net soos Jesus se ouers voor Herodus moes vlug (Matt 2:13), ensomeer. Hoewel daar baie redenasies vir en teen die outeurskap van Matteus is, wys DeSilva (2004:235-236) daarop dat die vroeë kerk aanvaar het dat Matteus tog op ‘n manier by die samestelling van die evangelie betrokke was, asook by ‘n verdere Aramese bundel van Jesus se woorde. Hierdie bundel het die eiendom geword van die geloofsgemeenskappe wat deur Matteus versorg is. Selfs al sou ‘n dissipel van Matteus dalk die werklike skrywer van die evangelie was, word Matteus as die outeur beskou.

4.3.3.3 Faset 3: Struktueel (Vorm en patrone)

Soos hieronder gesien sal word, is die noukeurige redigering en strukturering op sowel ‘n makro- as ‘n mikrovlak, aanduidend van Matteus se redaksionele bevoegdheid en sy outeurskap (DeSilva, 2004:240).

Die Matteus evanglie se struktuur verskil van diè van die Markus evangelie en sentreer rondom vyf diskoerse (DeSilva, 2004:240-241). Elk van die diskoerse word ingelui deur ‘n kort narratief en Jesus se eie lering wat daarna volg. Matteus se redaksionele styl en verkorting van Markus se inhoud, was waarskynlik so gedoen sodat meer van Jesus se eie leringe ingesluit kon word. Sommige navorers het die vyf diskoerse al met die vyf boeke van die Pentateug vergelyk, wat aansluit by die feit dat Matteus se skrywe klem daarop plaas dat Jesus nie die Pentateug vervang het nie, maar in sy handel vervolmaak het (DeSilva, 2004:240).

Twee boodskappe van Matteus wat vermelding verdien, is die gelowiges se verhouding met Joodse tradisies en die etos binne die Christelike gemeenskappe wat deur Jesus se lering rondom hoe die wet en profete in praktyk geleef moet word, onderstreep (DeSilva, 2004:244, 245). Matteus trek deurgaans ‘n verband tussen die ou testament en die betrokke evangelie, soos byvoorbeeld Matteus 4:4 se verwysing na Deuteronomium 8:3, asook Jesus se verskuiwing van Nasaret na Kapernaum (Matt 4:13-14 en Jes 8:23-9:1, DeSilva, 2004:248-250).

4.3.3.4 Faset 4: Taal (Grammatika en konsepte)

Carson en Moo (2012:57) wys ook op die gevaar van ‘n histories-kritiese studie wat toenemend op kleiner en kleiner dele van die teks fokus, sodat die teks nie meer in geheel en as blote teks (sonder kategorieë soos metafore en tekstipes) gelees word nie, nogtans is die voortdurende vordering in woordstudies – veral ten opsigte van die oorspronklike tale – voordelig. Veral woorde wat in konkrete konteks gebruik en ontleed kan word, dra by tot die pragmatiese verstaan van die teks (Carson en Moo, 2012:71). Danksy die ontwikkeling in leksikons, word die verstaan van woorde in die oorspronklike tale bevorder, deurdat

woorde nie net meer volgens tydsbegrippe (*tenses)* verstaan word nie, maar toenemend volgens die soort aksie wat die outeur in gedagte gehad het (Carson en Moo, 2012:71).

Die kernwoorde in die perikoop wat vir hierdie studie van belang is, is die volgende:

Die KJV Lexicon (http://biblehub.com/lexicon/matthew/22-36-40.htm) omskryf die onderstaande woorde soos volg: **grootste gebod** εντολη noun - nominative singular feminine *entole en-tol-ay':* injunction, i.e. an authoritative prescription -- commandment, precept. μεγαλη adjective - nominative singular feminine. megas meg'-as: big (literally or figuratively, in a very wide application) -- (+ fear) exceedingly, great(-est), high, large, loud, mighty, + (be) sore (afraid), strong, to years

Uit die leksikonverwysings, asook uit die genoemde twee vertalings, word aangedui dat hier na ‘n gebod verwys word wat belangrik en bepalend is.

Fokusvers 37 liefhê: αγαπησεις verb - future active indicative - second person singular, *agapao ag-ap-ah'-o*: to love (in a social or moral sense) -- (be-)love(-ed).

met jou hele: λη adjective - dative singular feminine, *holos hol'-os*: whole or all, i.e. complete (in extent, amount, time or degree), especially (neuter) as noun or adverb -- all, altogether, every whit, + throughout, whole

verstand: ψυχη noun - dative singular feminine, *psuche psoo-khay'*: breath, i.e. (by implication) spirit, abstractly or concretely -- heart (+ -ily), life, mind, soul, + us, + you

Uit bostaande blyk dit dat die belangrikheid of grootheid van die gebod of opdrag waarna verwys word, in oortreffende terme soos *mega* en *exceedingly* beskryf word. Die term “gebod” word as ‘n outoritatiewe instruksie omskryf, dus ook ‘n begrip wat dui op die morele gewig wat die woord dra. ‘Liefhê’ wys in hierdie gedeelte na die vertikale, Goddelike liefde tussen God en mens: *agapē*. Die ‘hele’ (hele hart, siel en verstand) dui op ‘n allesomvattende manier, niks mag daarvan uitgesluit word nie. ‘Verstand’ word vervat in *psuche* wat gees, hart, siel en denke insluit (verwys Hoofstuk 3, vgl. 3.3). Die liefde vir God raak elke aspek van die gelowige op ‘n alles insluitende manier.

4.3.3.5 Faset 5: Openbaring (Bybel en Teologiese openbaring)

Jesus se antwoord aan die Fariseërs maak dit duidelik dat die gebod om die Vader lief te hê, nie ander gebooie uitsluit nie, maar dat die liefde vir God en medemens juis hierin omsluit en insluit word (Henry,

1996). Dit onderstreep ook die feit dat nie die gebooie met betrekking tot die reg, seremoniële of morele wette so belangrik en omvattend as die liefdesgebod is nie. Die hele wet word deur die liefde vervul (Rom 3:10) en die liefde is die ontstaanpunt vir elke ander gebod. God is liefde (1 Joh 4:8) en daarom eis Hy in die eerste plek liefde tot Hom. Dit is die opsomming van die eerste kliptafel. Hy wil in ‘n persoonlike verbondsverhouding van *jou God* liefgehê word (Matt 22:37). God wil liefgehê word met sensitiwiteit en emosies (hart en siel), maar ook met die intellek en verstand, met alles waaroor die persoon beskik (Ps 103:1) (Henry, 1996). In aansluiting by voorgaande, skryf Van Zyl (2009:340-341) dat in die Matteus 5:17-20 en 7:21 baie klem op die uitlewing van die wet geplaas word. Die ander Jode het die Joodse Christene waarskynlik gekritiseer dat hulle nie meer erns met God se wet maak nie. Matteus onderskei egter tussen blote rituele nakoming van voorskrifte sonder dat die liefdesgebod uitgeleef word (Matt 22:34-40 en 23:23).

4.3.3.6 Faset 6: Integrasie (Toepassing en kontrole)

Met betrekking tot hierdie perikoop, skryf Wilkins en Warren (2016) dat as die grootste gebooie onderhou word, al die ander ook onderhou sal word. Die fokusvers (vers 37) beklemtoon veral nie dit wat nie gedoen mag word nie, maar die positiewe wat wel nagekom behoort te word, namens om God met die hele hart, siel en verstand lief te hê. Brown (2000) lig egter die bevelsvorm van vers 37 uit: “Jy moet...” Taal, inderwaarheid ‘n enkele woord, gee uitrukking aan God se eis om liefde en toegeneëntheid (*affection of the soul*). Liefdeseienskappe soos eerbied, geloof en hoop kom ten diepste tot gestalte deur persoonlike nood, ‘n “selfsugtige liefde” al is dit steeds ‘n positiewe uitvloeisel van menslike liefde. Daarenteen is liefde, volgens Brown (2000), ‘n allesomvattende toewyding wat nie net ‘n emosie is nie, maar wat ook dade insluit en spontaan daarna streef om die ander party te behaag. In die geval van die mens se liefde teenoor God, is vrywillige gehoorsaamheid aan God so ‘n liefdesdaad. Boonop is die liefde teenoor God nie soos geloof en hoop gerig op ‘n gebeurtenis nie, maar op ‘n Persoon. Hierdie *Persoon* moet liefgehê word met die hele hart en siel, wat volgens Brown (2000) dui op suiwerheid of reinheid van die emosies en gedagtes - egtheid en heelhartigheid teenoor skynheiligheid en vrees.

Brown (2000) verwys voorts na ‘liefhê met jou hele verstand’ (vers 37) wat beteken dat, teenoor blinde toewyding, doelbewuste nadenke oor die wat en waarom van geloofstoewyding, belangrik is. Gelykstaande aan die liefde vir God, word ook die liefde vir die medemens gestel (vers 39), maar die medemens moet nie met die hele hart, siel en verstand liefgehê word nie - so ‘n liefde vir ‘n skepsel van God sal neerkom op afgodery; die oortreffende liefde en algehele toegewydheid is slegs vir God gereserveer. Die liefde vir die medemens omvat egter ook die egtheid van liefde wat die mens vir hom- of haarself koester en gewilligheid om vir ‘n medemens op te offer, selfs te ly, na die selfde mate as wat die persoon dit vir hom- of haarself sou wou hê (Matt 7:12, Brown, 2000).

‘Aan hierdie gebod hang die hele wet en die profete’ (vers 40) – volgens Brown (2000) is dit die sakboekweergawe van die wet, alles in ‘n neutedop saamgevat en so eenvoudig dat selfs ‘n kind dit kan verstaan, so kort dat dit onthou kan word en terselfdertyd so omvattended dat dit alle moontlike gevalle insluit. Die aard van die gebod is onveranderlik en die vertrekpunt of minimum standaard wat God vir ‘n goddelike lewenswyse daarstel (Brown, 2000).

4.3.4 Romeine 12:1-8

4.3.4.1 Faset 1: Die oorsig van die perikoop (Teks en vertaling)

Die briewe van Paulus (Morgan, 2018:563) kan in vyf hoofdele verdeel word, naamlik ‘n groet en opsommende inligting, ‘n deel waarin doktrine bespreek word, ‘n deel vir die bespreking van praktiese beginsels wat uit die doktrine voortspruit, ‘n deel met persoonlike opmerkings en groete boodskappe, en laastens ‘n slot wat gewoonlik ‘n seënbede en of ‘n bevestiging van outeurskap insluit.

Morgan (2018:564) gee die volgende oorsigtelike perspektief oor die Romeinebrief: Paulus se begeerte was om na Rome te gaan (Han 19:21, Rom 15:24-33), aangesien dit blyk dat hy nog nooit daar was nie (Rom 1:11,13,15). Hy wou graag sy lering bekendmaak voor sy besoek, veral ingeval die gelowiges van Romeine, na Paulus se skrywe aan die Galasiërs, verward sou wees. In die geval van die Romeinebrief was Paulus se klem op die Goddelike werking ten opsigte van regverdigmaking, teenoor die klem op die gelowige se rol ten opsigte van regverdigmaking in die Galasiërsbrief. Die oënskynlike teenstelling kon dus vir die Romeinse inwoners verwarrend wees. Paulus het die geleentheid aangegryp om die brief saam met Febe na Rome te stuur (Rom 16:1-2) om daardeur enige moontlike verwarring so gou moontlik aan te spreek.

Volgens Morgan (2018:564), het dit met die kerk in Romeine ten tye van Paulus se skrywe, voorspoedig gegaan. Die kerk is waarskynlik deur Joodse gelowiges begin en georganiseer, maar die lidmaatskap het uit beide Joodse en nie-Joodse gelowiges bestaan (Rom 1:13 en 7:1), alhoewel dit blyk dat Paulus dit as ‘n nie-Joodse kerk benader het (Rom 1:7,13-15).

Vanuit die perikoop, is verse 1 en 2 as fokusverse geïdentifiseer en word vervolgens van nader beskou. Paulus verduidlik aan gelowiges dat die grondslag vir diens aan God, ‘n totale oorgawe aan God vereis. Die gelowige moet alle aspekte van sy of haar lewe, as ‘n offer aan God gee (2 Kor 8:5). Paulus spreek die leser hier as *broeders* aan, soortgelyk aan die liefdevolle vermaning in Filemon 1:8, al voer hy namens God ‘n ernstige pleitrede (2 Kor 5:20) vir die onderwerping van alle aspekte van die gelowige se lewe aan God. Utley (2017) wys daarop dat die trant van Paulus se vermaning baie nederig is (Spr 18:23) en doelbewus

versag word. Dit is asof Paulus van oortuiging is dat ‘n liefdevolle vermaning beter reaksie as driftigheid tot gevolg sou hê.

Die verantwoordelikheid van die gelowige om sy of haar liggaam as ‘n *lewende heilige Godwelgevallige offer* te gee, verwys na die diere offerandes van die vroeëre aanbiddingsrituele (ondermeer in Lev 1, 3 en 4) en God met sy of haar liggaam te verheerlik (1 Kor 6:20). Utley (2017) bestempel die liggaam en innerlike van die gelowige as offers wat vrywilliglik in diens van God gestel moet word. In die nuwe verbond, word die gelowige self ‘n lewende offer (1 Pet 2:5) en word, soos Christus, tegelyk die offer, priester en Godstempel. Utley (2017) wys daarop dat Christus die enigste Soenoffer was, maar dat die vrywillige neerlegging van die gelowige van hom- of haarself as lewende offer, uit eerbied vir en toewyding aan God geskied. Die offer van die liggaam aan God, dui op die begeerte om nie net sonde wat met of teen die liggaam gepleeg word te vermy nie, maar om ook die liggaam as dienskneg van die siel in diens van God te gebruik. God word vereer (1 Kor 6:20) as die gelowige in totaliteit Hom aanbid, deur die pligsgetroue uitvoering van die gelowige se roeping en ‘n gewilligheid om te ly vir God wanneer dit nodig sou wees. Die gelowige word ‘n instrument van geregtigheid (Rom 6:13). Romeine 12:1 verwys, anders as die offers onder die ou testamentiese wet, na ‘n lewende offer – ‘n gelowige wat vir die sonde dood is en leef omdat Christus in die gelowige leef (Gal 2:20).

Paulus wil met die fokusverse verduidelik dat die vernuwing van denke nie net by dra tot groei ten opsigte van die kwaliteit van die denke nie, maar ook die ten opsigte van die gelowige se optrede, soortgelyk aan die ‘nuwe hart’ wat op bekering volg: vernuwing van denke bring nuwe ingesteldheid, vereenselwiging met nuwe sake, ‘n meer sensitiewe gewete, gedagtes wat reggestel word en ‘n eie wil wat aan God onderwerp word. Wanneer die denke vernuwe, vernuwe die hele persoon (Spr 4:23, Henry, 1996). Die proses van heiliging behels die volhouding van die vernuwing totdat dit volmaak en tot Christus se beeld verander is (Matt 17:2, 2 Kor 3:18). Utley (2017) verwys na twee verdere Skrifgedeeltes wat hiermee verband hou, naamlik die vernuwing van denke geskied deur God se werk in die persoon (Eseg 11:19), maar die begeerte tot vernuwing is die keuse van die gelowige self (Hos 5:4, Ef 4:24). Volgens Utley (2017) is ‘n blokkasie ten opsigte van denkvernuwing, die gelykvormigheid aan en navolging van die wêreld (Ef 2:2, Eks 23:2). Die positiewe is egter dat vernuwing van denke die wil van God is en daartoe bydra dat sy wil toenemend verstaan word.

Vers 2 noem die wil (die wet van God) van God goed, aanvaarbaar en volmaak. Sy wil is ewiglik goed (Mig 6:8) en sy seën rus op diegene wat hul onderwerp aan wat Hy voorskryf, want die voorskrif is volmaak en niks kan daartoe bygevoeg word nie en rus die gelowige vir elke goeie werk toe (2 Tim 3:16, 17). Die persoon wat se denke vernuwe kan dus onderskei wat die wil van God is en daarvolgens handel (Fil 1:10,

Jes 11:3, Sumers, 2017:47). Die Griekse woord *Μεταμορφουσθε*, “*Be ye metamorphosed, transfigured*” impliseer meer as net ‘n regstellende verbetering, maar ‘n radikale, allesomvattende verandering van die uiterlike en innerlike. Veranderde denke bring ook ‘n veranderde uiterlike tot stand (Ef 4:23). Die bewys van veranderde denke is uiteindelik praktiese kennis rondom wat die wil van God is. So ‘n veranderde denkwyse is vir God aanvaarbaar en ‘volmaak’ in die sin dat dit ‘n totale veranderde lewe, volgens God se oorspronklike goeie beplanning vir die mens, tot gevolg het.

4.3.4.2 Faset 2: Konteks (Sosiaal en literere konteks)

Alhoewel Paulus nog nie self in Rome was nie, wys sy breedvoerige groetes (Rom 16:1-6) daarop dat hy baie gelowiges in die stad geken het. Daar was waarskynlike eerder klein huisgemeentes as ‘n groot gemeente en hoewel nog geen apostel Rome self besoek het nie, het die Christelike geloof daar gevestig geraak – moontlik omdat baie mense vanuit ander dele van die Romeinse Ryk hulle in Rome gevestig het (Morgan, 2018:565). Vergeer (2009:1730) noem dat Rome ‘n bedrywige wêreldstad met ‘n kosmopolitiese bevolkingsamestelling, waarvan sowat 60 000 Jode, was. Teen 56 n.C. is daar voorlopig besluit om nie die Romeinse Ryk verder uit te brei nie. Keiser Nero het hom op kulturele en vermaaklikheidsontwikkeling toegespits en die bestuur van die ryk aan sy onderdane Seneca, Burris en sy ma, Agrippina oorgelaat. Dit was ‘n voorspoedige tydperk met genoeg werksgeleenthede, kos en geld, maar teen 64 n.C. het Nero die Christene verantwoordelik gehou vir ‘n brand wat Rome grootliks verwoes het en so het die vervolging van die gelowiges begin.

Vergeer (2009:1730) verwys wel na ‘n gemeente met ‘n naamlys (Rom 16), maar noem wel ook dat die gemeente nie deur een van die apostels gestig is nie, maar dat dit waarskynlik uit die 3 000 bekeerlinge na die uitstorting van die Gees (Hand 2:10) ontstaan het. Die ontstaanstyd van die gemeente was voor 49 n.C., want in sy skrywe oor die lewe van keiser Claudius, skryf Suetonius alreeds dat die Jode uit Rome verban is omdat die gekruisigde en sogenaamde onrusstoker Jesus Christus se volgelinge oproer veroorsaak het (Hand 18:2).

Dit blyk dat die gelowiges volwasse in die geloof was. Priscilla en Akwila het Apollos onderrig (Hand 18:26). Die handels- en kulturele lewe in die Romeinse Ryk het meegebring dat mense dikwels van plek tot plek beweeg het. Nege van die name in Paulus se groetelys kom ook in sy briewe aan ander plekke voor (Morgan, 2018:564). Hierdie praktyk het bygedra tot die oordra van die evangelie. Die gelowiges in Rome was klaarblyklik hoofsaaklik nie-Joodse gelowiges wat eers die Joodse- en later die Christen geloof aangeneem het. Dit verduidelik waarom Paulus breedvoerig uitwei oor die Jode (Rom 9:1-11:32) en die verwarring oor die voorskrifte oor kos en feesdae (Rom 14:10; 15:13, Morgan, 2018:566).

Volgens Scott (2018:500) het die boek sy beslag ongeveer 58 n.C. gevind. Cranfield (2004:1-2) skryf dat hoewel die presiese tyd van skrywe nie aangedui word nie, dit pas na Paulus se tweede besoek aan Griekeland geskryf is, kort voor sy besoek aan Jerusalem (Rom 15:25) om en by vroeg 55 tot 58 n.C.

Met betrekking tot die ontkenning van Paulus se outeurskap, skryf Cranfield (2004:1-2) dat Paulus se outeurskap volgens die getuienis van die Apostoliese Vaders nie meer betwis kan word nie en dat Paulus reeds dikwels voor die einde van die tweede eeu as skrywer aangehaal is. Boonop is die taalkundige, stilistiese, literêre en teologiese styl volgens Cranfield (2004:1-2) onomwonde diè van Paulus. Die brief is waarskynlik in Korinte geskryf, moontlik terwyl Paulus by Gaius aan huis was, met Tertius as waarskynlike oorskrywer (Rom 16:22-23). Ook Vergeer (2009:1726) bestempel Paulus se outeurskap as ‘feitlik onbestrede‘ deur navorsers. Paulus het reeds baie jare van sendingwerk agter die blad gehad en het die Christelike leer baie goed uiteengesit. Die brief is tydens Paulus se oorwintering in Korinte geskryf (1 Kor 16:5-6) en kort voor sy gevangenisskap (Hand 21:7-28:31) voltooi.

Morgan (2018:568) wys daarop dat hoewel die brief teologies baie diepte het, die styl lig en dinamies is, asof Paulus se spontaneïteit, entoesasme en sy sterk oortuiging oor wat hy skryf, aangevoel kan word. Die verskillende onderwerpe word met gesag hanteer, hoewel hy van ‘n gesprekstyl gebruik maak wat die *diatribe* genoem word. Die diatribe het ten doel om die leerling of teenstander deur middel van teenvrae en logiese afleidings van ‘n standpunt te oortuig of te leer, ‘n styl wat dikwels deur die Griekse filosowe soos Sokrates gebruik is. Die gesprekstyl herinner baie aan die hedendaagse lewensafrigtingstyl, deurdat die gesprekvoerder deur die regte vrae en afleidings die hoorder na ‘n waarheid lei. Paulus wissel, wanneer nodig, die gesprekstyl met ‘n direkte verkondigingstyl af. Constable (2017) skryf dat om Romeine te verstaan, die genre van die boek verstaan moet word. Hy beskou die diatribe eerder as ‘n stylvorm as ‘n genre, hoewel dit ook soms as die genre van die boek bestempel word. Volgens Constable (2017) herinner die diatribe aan ‘n hofsaak waarin Paulus met ‘n teenstander redeneer. Dit wil selfs voorkom asof Paulus sy eie gedugte teenstander in die hof is en hy al die redenasies uit sy jeug onthou en in die hofsaak blootlê.

Een van die redes waarom die Nuwe Testamentiese briewe as sendbriewe (*epistles*) bekendstaan, is vanweë die feit dat die aard daarvan meer formeel as ‘n persoonlike brief is en dikwels met die hulp van ‘n sekretaris (Rom 16:22) geskryf is. Paulus se briewe word gewoonlik aan die hand van ‘n raamwerk gelees, aangesien die briewe ook langer as die normale persoonlike brief is.

4.3.4.3 Faset 3: Struktureel (Vorm en patrone)

Carson en Moo (2012:398-400) wys op vrae wat Paulus se outeurskap van die hele boek betwyfel, aangesien onreëlmatighede in die styl en struktuur voorkom wat die teorie skep dat Romeine ‘n samestelling

van een of meer ander oorspronklike briewe is wat redaksioneel saamgevoeg is, maar dat hierdie teorie stawende tekstuele getuienis ontbreek. Nogtans is daar geldige teorieë omtrent die oorspronklike vorm en literêre geskiedenis van Romeine wat in ag geneem moet word. Een daarvan is die slotgroet wat in sommige van die nuwer vertalings voorkom (Rom 16:25-27), maar in ander manuskripte weggelaat is. Aangesien daar ‘n slotgroet aan die einde van Romeine 14 en 15 ook voorkom, wil dit voorkom asof die brief vroëer by hierdie hoofstukke geeindig het. Hierdie teorie word egter deur ander manuskripte weerspreek, soos byvoorbeeld die Vulgaat waar Romeine 15:1-16:23 heeltemal uit gelaat is. ‘n Amiatinus Vulgaat bevat egter weer Romeine 15:1-16:24, terwyl skrywers soos Irenaeus glad nie na hoofstukke 15 en 16 verwys nie.

Die vermoede bestaan dus dat daar ‘n Romeine 1–14 manuskrip moes wees. Daar is ook manuskripte wat Romeine 1:7 en 1:15 uitlaat wat die redenasie laat ontstaan dat hoofstukke 1-14 as ‘n teologiese eenheid geskryf is en dat hoofstukke 15 en 16 deur Paulus bygevoeg is, toe die brief aan Rome gestuur is. Die noue verband tussen hoofstukke 14 en 15 maak dit egter volgens Caron en Moo (2012:400) ‘n onwaarskynlikheid. Die navorsers volstaan egter by die siening dat die eertydse kerkvader, Marcion (c85-160) was van Sinope in die omgewing van Rome, verantwoordelik was vir ‘n dualistiese lering. Marcion het naamlik geglo dat Jesus die Verlosser was, maar hy het die Hebreeuse Skrifte en die God van Israel verwerp. Dit het gelei tot die Marcionisme waarvolgens geglo is dat die Ou Testamentiese God ‘n wraakgerigte heerser van ‘n laer orde as die vergewende God van die Nuwe Testament was. Dit is dus heeltemal moontlik dat Marcion verantwoordelik kon wees vir die weglaat van die Ou Testamentiese verwysings in Romeine 15:3 en 15:9-12.

Vier soorte briewe het in die antieke wêreld voorgekom wat wissel van briewe tussen ouers en kinders tot briewe aan ‘n wye gehoor. Carson en Moo (2012:402-403) bestempel Romeine as êrens op hierdie spektrum, maar nader aan die “wye gehoor” kant van die spektrum. Binne die raamwerk van die spesifieke omstandighede van gelowiges wat onseker is oor hoe om die nie-Joodse en Joodse-gelowiges se gebruike te hanteer en wie se bestaan oor hul geloof bedreig word, dra Paulus ‘n beredeneerde boodskap volgens die logiese vloei van die evangelie oor. In teenstelling met 1 Korintiërs waar Paulus spesifieke behoeftes en vraagstukke aanspreek, is die vrae wat in Romeine voorkom (soos 3:1; 5; 27; 4:1; en 15) Paulus se eie stylinstrumente om sy redenasie te bevorder en spreek hy glad nie in hoofstukke 1–13 die omstandighede van die Romeinse Christengelowiges aan nie. Die Romeinebrief is dus ‘n samestelling van teologiese redenasies en volgens Carson en Moo (2012:402) moeilik om as ‘n spesifieke genre te identifiseer, wat hulle uitgangspunt onderskei van Vergeer (2009:1727) en andere wat die diatribe styl onderskryf.

Daar word algemeen aanvaar dat Romeine 12:1 die skeidingspunt tussen Paulus se teologiese uiteensetting en die etiese gevolge wat daaruit voortspruitend, is. Horrell (2013:1-2) noem dit die duidelikste voorbeeld van die patroon van teologie, gevolg deur etiek, in die Paulus briewe is. Daar is egter onsekerheid hoe presies hierdie morele instruksies met die voorgaande teologiese riglyne verbandhou – is dit algemene vermaning of hou dit spesifiek verband met die Romeinse gelowiges? Dit is ook onseker of hierdie vermanings ‘n interne logika en struktuur het en of daar nie in die geheel ‘n volgorde van gedagte en spesifieke struktuur is nie. Horrell (2013:2) wys daarop dat hoewel Paulus se briewe nie as ‘n sistematiese teologie beskou moet word nie, die gedagte wel bevat dat dit van Paulus se sleuteltemas en -oortuigings betreffende etiek insluit. Romeine 12-15 is wel situasie georiënteerd, maar toon ook die invloed van en samehang met ander hoofstukke. Romeine 12:1 dien as ‘n opskrif vir wat volg en Romeine 15:7-13 as ‘n geskikte slot vir die gedeelte. Die ou testamentiese aanhalings in Romeine 14:1-15:6, maar ook elders in die brief, versterk die boodskap dat God se doel was om Jood en nie-Jood in ‘n aanbiddingsgemeenskap te verenig (Rom 1:16, 2:9-11, 10:12). Volgens Horrell (2013:3) begin Romeine 14:1 ‘n nuwe deel wat op spesifieke situasies binne die kerk in Rome fokus, eerder as wat dit ten doel het om Romeine 12:1-15:13 te balanseer. Horrell (2013:3-5), stel die volgende skema vir Romeine 12 voor: Verse 1 en 2 dien as ‘n rasionele, progammatiese stelling wat as raamwerk vir die etiese bespreking wat volg, dien. Dit is sterk gegrond in vorige hoofstukke met betrekking tot God se genade (Rom 1-11); die lofrede wat daaruit voortspruit (Rom11:33-36) en die liggaam as offergawe (Rom 7:24 en 8:23), die rasionele, logiese reaksie in antwoord op wat God gedoen het, naamlik ‘n totale breuk met die huidige denkpatrone en die aksies wat daaruit voortvloei (Horrell, 2013:4).

Soos wat die opdragte meer spesifiek raak (Rom 12:3-21), herhaal Paulus temas vanuit vroeëre briewe, soos Romeine 12:9-21: die oproep tot liefde vir God (1 Kor 8:1; Gal 5:6, 13,22; Joh 13:35 ensomeer), veral die verwysing na broers en susters is bekend (1 Tess 4:9; Heb 13:1; 1 Pet 1.22 en 2 Pet 1:7). Romeine 12:14-17 beweeg weg van die omgee van die gemeenskap vir mekaar met die fokus wat na die gemeenskap buite die geloofsgemeenskap verskuif. Horrell (2013:4) bestempel dit as ‘n ego van Matteus 5:44 en Lukas 6:28. In verse 15 en 16 skuif die fokus dan weer hoofsaaklik na die verhoudinge binne die gemeenskap, net om in vers 17 weer eens na eksterne verhoudings te verwys, ‘n tematiese parallel met Matteus 5:39 (Horrell, 2013:5). Ook die tema om teen wraak te vermaan, blyk ‘n gevestigde instruksie in die vroeë Christelike tradisie te wees (1 Tess 5:15; 1 Pet 3:19) en ook in Romeine 12:17 en 18 en die vermaning in Romeine 12 om eerder die goeie en vrede na te jaag as om wraak in eie hande te neem, herinner ook aan Matteus 5:38-48 en 1 Petrus 2:12; 3:13-17 (Horrell, 2013:5).

4.3.4.4 Faset 4: Taal (Grammatika en konsepte)

‘n Woordstudie van Romeine 12:1 en 2 volgens Louw en Nida se aanlyn Griekse woordeboek, asook volgens Strong se aanlyn Griekse woordeboek, het die volgende opgelewer:

Lewende: ζάω záō, dzah'-o; a primary verb; to live (literally or figuratively):—life(-time), (a-live/-ly), quick.

Buite Bybelse gebruik: om te leef, asem te haal, tussen die lewendes te wees; om die ware lewe te geniet en aktief, geseënd en ewig in die Koninkryk te wees; om te leef en op te tree (*living and acting*); lewende water, vitaliteit; om sterk en effektief te wees.

Heilige: ἅγιος hágios, hag'-ee-os; from ἅγος hágos (an awful thing) (compare G53, G2282); sacred (physically, pure, morally blameless or religious, ceremonially, consecrated):—(most) holy (one, thing), saint.

Buite Bybelse gebruik: baie heilig, ‘n heilige.

Offer: θυσία thysía, thoo-see'-ah; from G2380; sacrifice (the act or the victim, literally or figuratively):—sacrifice.

Buite Bybelse gebruik: Opoffering, slagoffer.

Redelike godsdiens: λατρεία latreía, lat-ri'-ah; from G3000; ministration of God, i.e. worship: (divine) service.

Buite Bybelse gebruik: binne die konteks van godsdienstige diens (ook binne die Levitikus aanbidding) of bediening en aanbidding; ook ‘n diens wat te huur is (“*service rendered for hire*”).

Gelykvormig: συσχηματίζω syschēmatízō, soos-khay-mat-id'-zo; from G4862 and a derivative of G4976; to fashion alike, i.e. conform to the same pattern (figuratively):—conform to, fashion self according to

Buite Bybelse gebruik: Om eie denke en karakter volgens ‘n ander se patroon te vorm.

Word verander: μεταμορφόω metamorphóō, met-am-or-fo'-o; from G3326 and G3445; to transform (literally or figuratively, "metamorphose"):—change, transfigure, transform.

Buite Bybelse gebruik: verander in ‘n ander vorm; transformeer.

Vernuwing van denke: μεταμορφόω metamorphóō, met-am-or-fo'-o; from G3326 and G3445; to transform (literally or figuratively, "metamorphose"):—change, transfigure, transform.

Buite Bybelse gebruik: renovasie, transformeer, vernuwing.

Van denke (gemoed, volgens die 1953 vertaling): νοῦς noûs, nooce; probably from the base of G1097; the intellect, i.e. mind (divine or human; in thought, feeling, or will); by implication, meaning:—mind, understanding. Compare G5590.

Buite Bybelse gebruik volgens die lexikon Strong's G3563 - nous: the mind, comprising alike the faculties of perceiving and understanding and those of feeling, judging, determining; the intellectual faculty, the understanding; reason in the narrower sense, as the capacity for spiritual truth, the higher powers of the soul, the faculty of perceiving divine things, of recognising goodness and of hating evil; the power of considering and judging soberly, calmly and impartially; a particular mode of thinking and judging, i.e thoughts, feelings, purposes, desires

Beproef: †δοκιμάζω dokimázō, dok-im-ad'-zo; from G1384; to test (literally or figuratively); by implication, to approve: allow, discern, examine, like, (ap-) prove, try.

Buite Bybelse gebruik: toets, ondersoek, deursoek, navors; vas te stel of dit die ware of egte produk is.

4.3.4.5 Faset 5: Openbaring van God

Morgan (2018:563) toon verskeie ooreenkomste met temas in ander Nuwe Testamentiese boeke aan waardeur God openbaar word, naamlik die versoening (vergelyk Rom 5:10-11 met 2 Kor 5:18-20, Ef 2:14-18 en Kol 1:20-23), Adam as tipe van Christus (vergelyk Rom 12:4-8 met 1 Kor 15:21), die kerk as liggaaam van Christus (vergelyk Rom 12:4-8 met 1 Kor 12:4-31; Ef 4:15-16), verdeeldheid tussen gelowiges (1 Kor 10:23-11:1) en vrede (1 Kor 7:15; Ef 2:14-17, 2 Tess 3:16). Constable (2017) toon ook aan hoe Paulus met verskillende teruggrepe na die Ou Testament, belangrike waarhede oordra, byvoorbeeld Isak en Ismael (Gen 21:12) word in Romeine 9:7-8 aangehaal om aan te toon dat seën nie aan etnisiteit gekoppel is nie, die verhaal van die versteuring van voorspelde orde rondom Jakob en Esau (Gen 25:23) word in Romeine 9:1—12 aangehaal, en in Romeine 9:15 word Eksodus 33:19 aangehaal om met betrekking tot Moses aan te toon dat God genade betoon aan wie Hy goeddink.

Sccott (2018:501) noem die volgende openbaringe, naamlik die gelowiges het ‘n onweerlegbare erfenis in die Koninkryk (Rom 1-3), hierdie erfenis is gelykstaande aan Abraham se reg op die seëninge in die verbond vervat (Rom 6), vanuit hierdie erfenis het alle gelowiges toegang tot die voorregte en seëninge van die

verbond (Rom 5:1-12), die genade is in Jesus Christus aan die mensdom betoon om hulle van die straf op sondeval te red (Rom 5:12-21), en beide Joodse- en nie-Joodse gelowiges is vanweë die evangelie verplig tot heiligheid en gehoorsaamheid, selfs ten tye van beproewing en vervolging (Rom 9-11).

4.3.4.6 Faset 6: Integrasie (Toepassing en kontrole)

Romeine 12 handel oor Christenskap in die praktyk (Scott, 2018:502). Vers 3 – 8 getuig van die gelowige se roeping teenoor sy of haar medegelowiges. Die gawes wat van God ontvang word, moet ook in die diens van ander staan (Scott, 2018:502). Reeds in die Ou Testament word die boodskap gegee dat ‘n offergawe simbolies van die aanbidder se selfoorgawe is, maar toenemend het die offer die selfoorgawe vervang (Ps 40:7). In Romeine 12:1 en 2 word dit duidelik gestel dat die gelowige self as lewende offergawe tot beskikking van God moet leef, deur nie langer deur die ou natuur beheer te word nie, maar deur die Gees van God. Die gelowige moet anders as die sondige, gebroke wêreldsemens wees, nie net in gebruike en gedrag nie, maar ook innerlik. Dit is net moontlik as die gelowige sy of haar denke vernuwe en die rasionele ook in diens van God stel. Utley (2017) het aangedui dat dit belangrik is dat die mens se rasionele denke ook in sy aanbidding betrokke is, anders word aanbidding blinde navolging wat net geskik is vir die aanbidding van afgode wat nie kan sien nie.

4.4 SAMEVATTING

Die vier perikope wat eksegeties ondersoek is toon die belangrikheid van die vernuwing van denke aan. Wanneer ʼn persoon Jesus Christus as sy of haar Saligmaker en Verlosser aanneem, moet die proses van heiliging in sy of haar lewe begin. Heiliging is wanneer die gelowige monoteïsties leef en die Skepper God as enigste God aanbid. Geestelike groei behels dat gelowiges in kennis van die Waarheid sal toeneem (1 Tim 2:3-4). Die toeneem van kennis veronderstel die verandering of vernuwing van denke deurdat ou gesindhede en waardes vervang word met Woordgebasseerde gesindhede en waardes. Alle verandering of groei in mense se lewens begin op kognitiewe vlak. Die pastorale berader kan die bespreekte perikope aan pastorante voorhou om hul te lei in die vernuwing van denke, asook om die noodsaaklikheid daarvan te kan verstaan. Selfinsig maak verandering of vernuwing moontlik. In 1 Kronike 28:9 beklemtoon Dawid dat die heiliging van gedagtes beteken om dit vir God as’t war ‘opsy te sit’ en dit is belangrik om met doelbewuste bewustheid te waak waaroor gedink word. Vrywillige toegewyding van die denke aan God, volg op die bekering (omkeer) van verkeerde maniere van dink, ‘n groei in geloof en vertroue in God en regverdiging of vryspraak op verdienste van Christus. Vanuit Psalm 77 kan die voorbeeld gesien word van iemand wat in groot persoonlike nood verkeer het en die negatiewe uitwerking daarvan op sy hele lewe. Toe die psalmdigter egter doelbewus besluit het om aan God se wonderdade van die verlede te dink, het daar ʼn

totale gemoedsverandering gekom. Dit beteken egter nie dat die persoon sy of haar moeilike omstandighede of emosionele pyn moet ontken of onderdruk nie, dit bevat juis die erkenning daarvan tesame met die wete dat God in beheer is. Om op die probleme te fokus, lei tot wanhopigheid. As daar egter op God se heiligheid, trou en goedheid gefokus word, kom hoop en geloof weer tot stand en sien die gelowige kans om die omstandighede te kan hanteer in die wete dat God altyd by hom of haar is.

Wanneer ŉ persoon die dood in die oë staar, verdwyn alle onbenullighede en die allerbelangrikste waarheid word bevestig. Dit was dieselfde met Jesus toe Hy, drie dae voor Sy kruisiging, gevra word na wat die grootste gebod is. In Matteus 22:34-40 beskryf Jesus die belangrikheid daarvan om God met die hele hart, siel en verstand lief te hê en die medemens, soos jouself. Jesus hou die liefdesgebod as die fondament voor waarop alle gedrag gebou moet word. Dit impliseer dus weereens die vernuwing van denke, sodat die gelowige kan verstaan wat die raadsplan van God is en sodoende daarvolgens te lewe. Om God met die verstand lief te hê, beteken dat Hy nie met blinde toewyding nagevolg word nie, maar ook met die intellek en doelbewuste nadenke. In Romeine 12:1-2 som Paulus die praktyk van die liefdesgebod op. Gelowiges word aangemoedig om God in totaliteit te dien en te aanbid. Die gelowige gee hom- of haarself aan God oor as ŉ vrywillige offer. Die gelowige se lewenswyse moet anders wees as die van ongelowiges, nie net in gebruike en optrede nie, maar ook deur innerlike vernuwing. ŉ Verandering of vernuwing van denke sal uitloop op veranderde gedrag en sodoende kan die gelowige na innerlike genesing en vryheid gelei word.

HOOFSTUK 5

’n RASIONEEL-ANALITIESE PASTORALE MODEL OM PASTORANTE IN DIE VERNUWING VAN DENKE TE BEGELEI

5.1 INLEIDING

Hierdie hoofstuk word, aan die hand van Osmer (2008) se model, aan die pragmatiese deel van die ondersoek gewy. Met verwysing na Hoofstuk 1, is die navorsingsvraag gestel: “Hoe kan pastorale beraders bemagtig word om pastorante in die vernuwing van denke te begelei?” Die hoofstuk het dus ten doel om pastorale beraders te bemagtig om persone in die vernuwing van denke te kan begelei. Aanvullend tot die Bybelse perspektief van die studie, sal die pastorale model hermeneutiese en transdissiplinêre bevindings insluit.

5.2 RASIONEEL-ANALITIESE MODEL

Hierdie navorsing wil aansluiting vind by die rasioneel-analitiese model wat deur Anderson (1991:471-517) ontwikkel is. Die rasioneel-analititese model berus op die effek wat die kognitiewe proses op gedragshandelinge het, asook hoe kognitiewe veranderinge gedragshandeling veranderinge te weeg kan bring. ’n Kernagtige opsomming van die model dui op ses stappe:

a) Spesifiseer die doelwitte van die verandering in die kognitiewe proses wat verlang word.
b) Neem alle aspekte van die konteks waarin die kognitiewe proses aangepas moet word, in ag.
c) Bepaal moontlike beperkings wat die kognitiewe proses negatief kan beïnvloed.
d) Bepaal moontlike gedragsverandering wat behoort te gebeur na die implementering van items a tot c.
e) Ondersoek die empiriese bewyse vir gedragsveranderinge om vas te stel of die doelwitte van die kognitiewe proses (soos uiteengesit in item a) bereik is.
f) Herhaal en verfyn die teorie.

Anderson (1991:471-517) wys daarop dat die rasioneel-analitiese model op twee aannames rus, naamlik eerstens is die afleidings van stappe b-d op waarskynlikheidsteorie gebaseer, nie op logika nie en dit (waarskynlikheidsteorie) vorm die basislynteorie waarteen gedragsverandering gemeet word. Tweedens, word die verband tussen die voorspellings (stap d) en die waargenome gedrag (stap e) gevorm deur 'n aanname oor die optimaliteit van die waargenome gedrag.

Navorser het op die inkorporering en uitbreiding van hierdie model besluit omrede dit ‘n teoretiese raamwerk of metodologie is, wat in navorsingsprogramme gebruik word om die funksie en doel van die verandering in kognitiewe prosesse te verduidelik ten einde die struktuur van gedagteontwikkeling betreffend ‘n onderwerp vas te stel. Vervolgens sal daar voort gegaan word in die bespreking van ‘n rasioneel-analitiese pastorale model om pastorante in die vernuwing van hul denke te begelei.

5.3 RASIONEEL-ANALITIESE PASTORALE MODEL VIR DIE VERANDERING VAN DENKE

Voordat die voorgestelde rasioneel-analitiese pastorale model vir kognitiewe verandering volledig bespreek word, word ‘n skematiese uiteensetting weergegee wat die inkorporering en uitbouing van Andersen (1991) se model uiteensit.

Ses stappe van Andersen se rasioneel-analitiese model	**Voorgestelde rasioneel-analitiese pastorale model vir kognitiewe verandering**
Spesifiseer die doelwitte van die verandering in die kognitiewe proses wat verlang word	Doelwitte rondom verandering van gedagtes: a. Wat behels gebalanseerde denke b. Die invloed van denke op gees, siel en liggaam c. Limbiese reaksie
Neem alle aspekte van die konteks waarin die kognitiewe proses aangepas moet word, in ag	Die pastorant se verhaal: a. Agtergrondskonteks b. Innerlike genesing c. Aanvaarding van gedagte en bewustheid d. Die Skrif en verandering van denke
Bepaal moontlike beperkings wat die kognitiewe proses negatief kan beïnvloed	Hanteer moontlike beperkings wat die verandering van denke negatief kan beïnvloed: a. Snellergebeure b. Innerlike oortuigings

Bepaal moontlike gedragsverandering wat behoort te gebeur na die implementering van items a tot c	A, B, C van gedagtevernuwing wat aanleiding gee tot gedragsverandering a. Heiliging van denke b. Emosionele gevolge c. Gedrags gevolge d. Kognitiewe gevolge
Ondersoek die empiriese bewyse vir gedragsveranderinge om vas te stel of die doelwitte van die kognitiewe proses (soos uiteengesit in item a) bereik is	D, E van gedagtevernuwing wat aanleiding gee tot gedragsverandering a. Herstruktuering van denke b. Uitwerking van Geesbeheerde denke
Herhaal en verfyn die teorie	Evaluering

5.3.1 Stap 1: Doelwitte rondom die verandering van gedagtes

Die eerste stap in die rasioneel-analitiese model is om sekere doelwitte rondom die verandering van gedagtes te bepaal. Wanneer ‘n pastorant aanmeld vir pastorale begeleiding is dit noodsaaklik dat sekere doelwitte vir die proses gestel word, uiteindelik met ‘n tweeledige doel. Eerstens moet die pastorant bewus wees van wat die einddoel is – hy of sy werk dus na ‘n bepaalde verlangde verandering; en tweedens, dien die doelwitte as ‘n motivering om te volhard in tye wanneer die konfrontasie van innerlike seer te veel en moeilik word. Hierdie stap behels dat die berader aan die pastorant inligting verskaf rondom wat gebalanseerde (of pastoraal: geesbeheerde denke) is, wat die invloed van (verkeerde en gesonde) denke op hul gedragshandelinge is en die limbiese reaksie wat plaasvind. Hoe meer insig die pastorant het, hoe meer verstaanbaar sal die begeleidingsproses wees.

a. Wat behels gebalanseerde denke?

Die rol van denke in ‘n persoon se welsyn word onderskat, veral omdat daar lank aanvaar is dat die brein die liggaam, denke en optrede beheer. Navorsing (Hoofstuk 1, vgl. 1.2), het egter aangetoon dat hoe daar gekies word om te reageer en te dink, eerder die brein se neurologiese samestelling beïnvloed en selfs kan verander (bekend as neuroplastisiteit). Onveranderde denke maak dit vir persone moeilik om optrede te verander (Hoofstuk 1, vgl. 1.2.1). Gebalanseerde, konstruktiewe denke lei tot alternatiewe strategieë om negatiewe gebeure te kanaliseer. Konstruktiewe denke is buigsaam en realisties-positief (Hoofstuk 2, vgl. 2.5.2).

Die mens het ‘n behoefte om te oorleef en redelik gelukkig te wees, om goed met ander lede van sy of haar sosiale omgewing oor die weg te kom en nouer verhoudings met enkele verkose lede uit die sosiale omgewing te sluit. Dit wat tot hierdie basiese behoeftes bydra, kan as rasioneel en toepaslike reaksies beskou word. ‘n Bondige samevatting van die begrip rasioneel-analities is: rasioneel beteken nie slegs voortspruitend uit die rede nie, maar ook gedagtes wat op ‘n doeltreffende manier tot geluk bydra. Gebalanseerde, rasionele denke behels verder die doelbewuste besinning oor waardes en ideale wat deur effektiewe, buigbare, wetenskaplike en logies-empiriese maniere gevorm word (Roux, 2013:45-47). Rasionele denke word voorts beskryf as betekenisvolle kognitiewe voorkeure, maar wat nie absoluut en onveranderlik van aard is nie. Sulke denke vind uitdrukking in terme soos “begeerte, voorkeure en wense” (Roux, 2013:45-47). Positiewe denke (in terme van hierdie studie gebalanseerde denke genoem) is ‘n belangrike beginsel uniek aan die mens wat die vryheid van die mens as ‘n individuele en sosiale wese bevestig (Frunza, 2017:261). Vanuit ‘n persoonlike ontwikkelingsperspektief, is gebalanseerde denke ‘n kwaliteit wat as ‘n morele en eksistensiële bate ontwikkel kan word. Die individu beskik oor die keuse om gebalanseerd te dink en sodoende ‘n sinvolle, outentieke lewe te hê.

b. Die invloed van denke op gees, siel en liggaam

Die invloed van denke op elke vlak van menswees is kragtig, daarom behoort die pastorale berader telkens te verseker dat die pastorant van hierdie aspek bewus is. Van die voorbeelde wat die berader kan gebruik, word gevind in Hoofstuk 2 (vgl. 2.5.1) waar die invloed van denke op die geestesdimensie, emosionele dimensie en op die liggaam bespreek is (Hoofstuk 2, vgl. 2.5.2), asook toestande soos depressie en slaaploosheid (Hoofstuk 2, vgl. 2.5.3). Genoegsame begrip van hoe sterk die invloed van denke op die onderskeie dimensies is, dien as ‘n sterk motivering om die belangrikheid van denkvernuwing te verstaan.

c. Limbiese reaksies

Die term amigdala kaping (*amygdala hijack*) is deur Goleman (2006:14-17, 25) gemunt om die emosionele proses te beskryf wanneer die onmiddellike, buite verhouding tot die stimuli oorweldigend raak en irrasionele optrede tot gevolg het. Die amigdala word nie net as die emosionele breinsentrum beskou nie, maar het ook die vermoë om die rasionele funksies van brein te “kaap” of tydelik te oorskadu. Volgens neurowetenskaplikes ontvang die amigdala die boodskap vanaf sintuiglike stimuli ‘n millisekonde voor die neokorteks (verantwoordelik vir rasionele denke) en kan binne ‘n twaalfduisendste van ‘n sekonde op die stimuli reageer.

Nadler (2009:1) noem verskeie voorbeelde van bekendes uit ondermeer die sport- en politieke sfeer wat die wêreld met hul impulsiewe reaksies verstom gelaat het en dikwels hul loopbane binne sekondes verwoes het. Dieselfde reaksie gebeur ook met besadigde Jan Alleman wat na ‘n moeilike vergadering vir ‘n taxi

moet rem en onverwags en buite sy aard, op die bestuurder skel. Die bloed- en suurstoftoevoer na die amigdala was na die emosioneel uitdagende vergadering nog soveel meer as na die prefrontale korteks, dat Jan Alleman nie logies kon dink nie. Emosies is nie slegs net so belangrik soos gedagtes nie, dit kan, wanneer dit toegelaat word, logiese denke heeltemal oorheers (Nadler, 2009:3-4).

Die verlies aan logiese denke is egter net tydelik en kan deur ‘n ander stel inligting vervang word as emosies aanvaar, beheer en aangepas word. Die aanlyn blad *Harvard Business Review* (2003) maak die volgende stelling:

> Executives who fail to develop self-awareness risk falling into an emotionally deadening routine that threatens their true selves. Indeed a reluctance to explore your inner landscape not only weakens your own motivation but can also corrode your ability to inspire others.

Die identifikasie en benoeming van die emosie verskuif die aktiwiteit na die korteks en dus kognitiewe beheer (Nadler, 2009:4). Uit voorgaande blyk dit dat ‘n belangrike aspek betreffend gedagtevernuwing is om die emosie betrokke te identifiseer en sodoende toe te laat dat die korteksfunksie (eerder as amigdala reaksie) geaktiveer word.

In punt 5.3.7 hieronder, word gesien hoe ‘n geldwaarde aan snellergebeure geheg kan word om sodoende die gebeure in perspektief te stel. Dieselfde aksie het ook waarde ten opsigte van amigdala kaping, byvoorbeeld *“Ek kan nie glo wat die bestuurshoof nou net kwytgeraak het nie. Dis so onregverdig en vernederend. In hierdie vergadering bly ek nie langer nie! Of wag! Sy opmerkings regverdig nie regtig die R10 000 wat ek aan my ontsteltenis koppel nie, ek kan vra vir ‘n geleentheid om die ander feite ook deur te gee. Dalk was hy nie van die nuwe inligting bewus nie, dit maak sy opmerkings eintlik net ‘n R50 sneller werd”.* Selfs indien die persoon in die hitte van die oomblik nie oor die geldwaarde kan dink nie, bly dit waardevol as hy of sy besef dat hulle ontsteld is, maar oor hul reaksie ‘n keuse kan uitoefen – al is dit net om ‘n paar keer diep asem te haal of om op die sensasies in die liggaam, soos spierspanning, te fokus. Hierdie vaardigheid verg egter baie inoefening.

Die pastorale berader kan aanvanklik situasies skets en die pastorant vra wat sy of haar instinktiewe reaksie binne so ‘n situasie sal wees, byvoorbeeld ‘n persoon wat ‘n belangrike eteafspraak met sy werkgewer het, maar in ‘n verkeersknoop vasgevang word. Die berader deel eers sy eie moontlike reaksies met die pastorant: “My skouers is hoog opgetrek van spanning en ek is besig om ‘n skeelhoofpyn te ontwikkel. Ek sien ‘n gaping in die baan regs van my en sny blindelings voor die volgende motor in...”, teenoor byvoorbeeld “Ek besef dat ek baie gespanne is en dat ek in ‘n poging om vinniger te vorder, onbesonne dinge wil aanvang. Terwyl ek op die verkeer fokus, gaan ek bewustelik dieper asemhaal en my kaakspiere ontspan”. Die berader en pastorant kan oor ‘n tydperk van ‘n paar sessies telkens oefen om limbiese reaksies te identifiseer en hoe

om dit te beheer. Die pastorale berader behoort ook tydens elke sessie terugvoer van die pastorant te vra met betrekking tot hoe hy of sy sedert die vorige sessie ten opsigte van limbiese beheer gevorder het en die pastorant gereeld aan te moedig om ‘n sterk bewussyn ten opsigte van limbiese regulering aan te kweek.

5.3.2 Stap 2: Die pastorant se verhaal

Die doel van pastorale begeleiding is om pastorante te begelei na vergifnis, vernuwing en heelheid in Jesus Christus. In pastorale kringe word dit dikwels vergelyk met die pastorant se eie kruispad wat hy of sy moet stap. Elke pastorale begeleidingsproses begin met die pastorant se verhaal. Hierdie stap behels dus inligting rondom die agtergrondskonteks van die pastorant, die begeleiding na innerlike genesing, ‘n gefokusde bewustheid op gedagtegange en die rol van Skrif/Woord op die vernuwing van gedagtes.

a. Agtergrondskonteks

Die agtergrondskonteks van die pastorant is belangrik, dus moet die pastorale berader soveel moontlike agtergrondsinligting verkry deur na die pastorant se verhaal te luister. McDowell en Hostetler (1996:10-14) wys op die belangrikheid van die berader se warmte, egtheid, empatie en vaardighede, soos byvoorbeeld om aktief te luister en om die pastorant onvoorwaardelik te aanvaar ten spyte van persoonlike waardes en oortuigings wat met diè van die pastorant mag bots. Die narratiewe benadering is een van vele benaderings wat vir die pastorale gesprek aangewend kan word. Miller (2016:26-33) vergelyk die narratief van die pastorale gesprek met ‘n spiraaltrap en wys daarop dat so ‘n gesprek helend kan wees, maar nie noodwendig volkome genesing bring of innerlike pyn en lyding volkome verwyder nie. Nogtans kan die pastorale gesprek die vermoë om die innerlike pyn te verduur en ‘n gevoel van heelheid en betekenis in die aangesig van lyding, versterk. Miller (2016:26-33) beskryf vyf stappe van die pastorale gesprek (hieronder bespreek), maar noem ook dat die narratief nie ‘n georganiseerde struktuur het nie, maar afhang van hoe die pastorant sy belewenis en wêreld orden en aanbied. In soverre dit denkvernuwing betref, sal die pastorale berader hier veral let op inligting met betrekking tot agtergrondkonteks.

- **Sentrering**

Miller (2016:27-28) beskryf hierdie stap as gefokusde gebed, vooraf, sowel as met betrekking tot elke aspek van wat die pastorant deel. Dit gebeur deur meditatiewe luister (wanneer die berader met al die sintuie na die influistering van die Heilige Gees luister); geestelike solidariteit (wanneer twee of meer persone geestelike belewenisse saam beleef) en interpatiese luister (wanneer die pastorale berader, in geestelike eensgesindheid met die pastorant, só luister dat die realiteit van die pastorant, ook diè van die berader word).

- **Aanhoor van die narratief**

Hierdie stap gebeur wanneer die pastorale berader die wêreld van die pastorant betree deur die persoon te nooi om sy of haar verhaal te vertel deur breë en/of gefokusde uitnodigings tot die gesprek maak (Miller, 2016:28). Breë narratief laat gesprek toe wat meer as net “ja” of “nee” reaksies ontlok en waar die pastorant die gesprek lei, terwyl gefokusde uitnodigings “ja” of “nee” reaksies toe ontlok, of vaaghede soos “ek is nie seker nie”.

- **Leer die taal van die narratief**

Hierdie faset het betrekking op die nasionale taal wat in die gesprek gebruik word en of ‘n tolk betrokke is, maar ook op die streek- of kultuurafwykings wat in taal kan voorkom. Die pastorant se taal is nie noodwendig die nasionale taal wat hy of sy praat nie, maar hoe die pastorant dit verstaan en gebruik. Die pastorale berader moet sorg dra dat hy of sy die pastorant se taalgebruik reg vertolk en verstaan, maar taalgebruik en lyftaal dra ook by tot die agtergrondsinligting. Die berader behoort ook bedag te wees op snellergebeure wat reaksies en gedagtes ontketen en innerlike oortuigings van die pastorant (vgl. 5.3.3 hieronder), wat beide in die verbale- of nie-verbale oordrag van die pastorant se verhaal, sal voorkom.

- **Bewerkstellig verbintenisse**

Interpatiese luister beteken dat die pastorale berader die pastorant se taal en verhaal vanaf die binnekern van die verhaal hoor en verstaan (Miller, 2016:30). Aspekte van die pastorant se verhaal kan met ander verhale of simbole verbind word en tot ‘n helende ervaring bydra. ‘n Eksterne verbintenis geskied wanneer ‘n deel van die pastorant se verhaal met ‘n deel van die berader se wêreld (enigiets buite die pastorant se verhaal) ooreenstem – selfs al het dit geen betekenis vir die pastorale berader self nie, ontwikkel die berader ‘n logiese verstaansbegrip of ‘n gevoelsbegrip vir die pastorant se verhaal. Interne verbintenisse ontstaan wanneer die pastorale berader twee of meer dele van die pastorant se verhaal met mekaar verbind, sonder dat dit enige aansluiting by die berader se eie leefwêreld vind (Miller, 2016:31).

- **Bespreek insigte**

Die afloop van hierdie vyf stappe, beteken nie noodwendige voltrekking van die gesprek nie, want uit die insigte wat tussen berader en pastorant gedeel word, kom weer nuwe verhale en dieper vlakke van kommunikasie na vore. Insig is die nuwe betekenis wat die berader vir die pastorant ten opsigte sy (pastorant) verhaal uitwys; dit is soortgelyk aan ‘n eksterne verbintenis, maar anders in die opsig dat insig dikwels uit ‘n interne verbintenis met die pastorant se verhaal ontstaan het.

Die rede waarom Miller (2016:32) na ‘n spiraaltrap verwys, is omdat daar momente in die verhaal mag ontstaan, waar daar na ‘n vorige ‘trappie’ teruggegaan en weer stilgestaan word. Hierdie voorbeeld van die narratiewe pastorale gesprek is ‘n enkele voorbeeld van beradings gesprekbenaderings wat gebruik word om die agtergrondkennis en omstandighede van die pastorant te begryp, sodat die pastorant begelei kan word na innerlike genesing.

b. Innerlike genesing

Geestelike en emosionele verwonding dra by tot die verdraaide selfgesprek en innerlike oortuigings (vlg. 5.3.3b), wat uiteindelik die denke beïnvloed. Om denke te verander, mag dus ook innerlike genesing verg. Du Plessis (2007:iii) wys op die belangrikheid van gebed in die innerlike genesingsproses. God is teenwoordig in die gelowige se lewe en begeleiding na genesing. Die mens is ook na die volmaakte beeld van God geskape en Jesus, die Bevryder en Geneesheer, verleen die transformerende krag na innerlike genesing en vernuwing. Innerlike genesing vind plaas wanneer die persoon die herinneringe aan geestelike en emosionele wonde in gebed na Jesus Christus bring, sodat Hy die innerlike wonde kan genees en die persoon met sy onvoorwaardelike liefde vul. Genesing geskied deur die erkenning van en insig met betrekking tot die innerlike pyn en die gevolglike transformering van die herinneringe. In die teenwoordigheid van en gesprek met God, kan God innerlike verwonding heel en die pastorant voortdurend meer en meer na sy beeld omskep (Du Plessis, 2007:6). Hierdie transformering verg ook die aankweek van nuwe lewensvaardighede[4] (Du Plessis, 2007:3). Du Plessis (2007:192-196) verstrek die volgende riglyne vir die gebruik van gebed in die aanspreek van innerlike verwonding:

- Om die persoon daarin te begelei om te bid oor die aspekte wat betrekking het tot die grondliggende oorsaak van die innerlike pyn, om Jesus dus toe te laat om saam in die herinning ‘terug te loop’ tot by die oorsaak en beginmoment van die pyn.

- Begelei die persoon daarin om sy of haar verhaal – soos wat dit tydens die pastorale gesprek oorgedra is – aan God te vertel deur stil te staan by die verwondingsmomente en die presiese belewenis van die oomblik aan Hom te vertel. Die berader kan ‘n openingsgebed doen waarin aan God genoem word dat hy of sy die pastorant (byvoorbeeld as ses-jarige seuntjie – verwondingsmoment) voor God bring en Hom vertrou om hierdie seuntjie se trauma en pyn te genees.

[4] Die ABC model wat ook deel uitmaak van die rasioneel-analitiese model is ‘n voorbeeld van nuwe vaardighede, soos ‘n al groter bewustheid ontstaan rondom denkpatrone en beheer oor die reaksie op snellergebeure.

- Die berader moet deurgaans die persoon bemoedig en aanmoedig om sy of haar emosies en pynlike herinneringe voor God bloot te lê (byvoorbeeld ‘Waarom vertel jy nie ook vir God hoe jy gevoel het toe...’).

- Soms vind die pastorant dit makliker om eerlik met God te kommunikeer as die berader saam bid en na “ons” verwys (byvoorbeeld ‘Ons was regtig bitter teenoor U toe ... gebeur het’). Die berader kan ook, as die pastorant se gebed vassteek, vrae vra soos ‘wat presies het jou so ontstel? Vertel ook dit vir God.’

In ooreenstemming met Du Plessis (2007: i-230), beskryf Ferreira (2014:259-261) die belangrikheid van die verhouding met Jesus Christus en gebed as deurslaggewend vir innerlike genesing. In gebed beleef die innerlik verwonde persoon dit asof hulle letterlik vir Jesus Christus ‘ontmoet’ op sy of haar diepste vlak van onverwerkte emosionele verwonding. Hierdie diep genesende belewenis bring genesing en vryheid teenoor gebondenheid en verwonding mee. Deur geduldige, empatiese begeleiding word die pastorant dus deur middel van gebed begelei tot innerlike genesing en die gepaardgaande verandering van denke. Hierdie gebedsmodel sluit baie nou aan by die ACT en RFT modelle wat in die psigologiese wetenskap gebruik word – dit is die volgende punt van bespreking.

c. Aanvaarding van gedagte en bewustheid

In Hoofstukke 2 (vgl. 2.5.3) en 3 (vgl. 3.6.2) is verwys na aanvaarding- en bewustheid as terapie (*acceptance and commitment therapy (ACT))*. Dit is ‘n strategie wat in die kliniese sielkunde gebruik word om deur aanvaarding (van byvoorbeeld ‘n emosie) en bewustheid van sensasies in die liggaam, om die gedrag te verander. ACT word in beide gedrags- en kognitiewe sielkunde gebruik en is sterk kontekstueel en verhoudingsgerig (*relational frame theory (RFT)*) (Hayes, 2004:639). Die oogmerk van ACT is om emosionele soepelheid te versterk, eerder as om negatiewe emosies te vermy. Dit moedig die bewustheid van ‘n negatiewe emosie aan, eerder as dit te vermy of daarop te oorreageer (Shpancer, 2010). Harris (2006:2-8) verstrek ‘n aantal kernbeginsels waarvolgens ACT toegepas word en wat deur die pastorale berader aangewend kan word om hierdie aspek van denkvernuwing te bevorder:

- Kognitiewe defusie is ‘n metode om die neiging om gedagtes, emosies en dit wat die geheue verkeerdelik konkretiseer te voorkom, byvoorbeeld om gebeure uit die kinderjare wat in oorheersende gestalte in die volwasse lewe voorkom, in perspektief te stel.
- Aanvaarding van ‘ongewenste’ gedagtes, gevoelens en drange deur toe te laat dat sodanige ongewensdhede kom en dit te laat gaan sonder om dit te beveg.
- Bewuste en ontvanklike kontak met die huidige oomblik (vgl. 5.3.6).

- Besinning oor en definiëring van eie waardes, byvoorbeeld ‘Ek het nou net ‘n baie kritiese gedagte oor haar gehad, maar omdat dit met my waarde om mense onvoorwaardelik lief te hê bots, gaan ek nie op dit wat my krities maak, broei nie.’
- Ondernemingsaksie, naamlik die daarstel van doelwitte volgens waardes en die uitoefening daarvan, byvoorbeeld ‘Ek is geneig om liefdeloos oor A te dink, maar omdat dit met Y bots en Y ‘n sterk waarde by my is, sal ek die Heilige Gees vra om my van sulke gedagtes bewus te maak en dit elke keer bely en met ‘n positiewe gedagte oor A vervang’.

‘n Verdere aspek ten opsigte waarvan die kognitiewe proses aangepas moet word, is bewustheid.

Bewustheid word beskryf as ‘n spesifieke manier om doelbewus op gedagtes of belewenisse te fokus, sonder om dit wat waargeneem word te beoordeel. Hoewel bewustheid as ‘n psigiese proses sy oorsprong in die Boedistiese tradisie het, word dit sedert 1970 in kliniese sielkunde en psigiatrie gebruik (Harrington en Dunne, 2015:621-631). Die RSG program, *Uit ‘n ander hoek* (29 April 2018) het daarop gewys dat bewustheid ‘n universele menslike vaardigheid is, wat ondermeer in die Joodse tradisie beoefen word en reeds sedert die vroeë Christelike kerkvaders van die woestynera toegepas is.

Die psigiese proses om ‘n persoon op die belewenis van die oomblik te laat fokus, kan ondermeer simptome van angs en depressie verminder (Khoury *et al.,* 2015:519-528). Deur gefokusde bewustheid word die persoon van sy gedagtes bewus sonder om daarop te reageer (Hofmann *et al.,* 2010:701). ’n Primêre doelwit van bewustheidsgebaseerde kognitiewe terapie is om die kringloop tussen gedagtes en moontlike negatiewe reaksies, soos herhalende depressiewe episodes te verbreek (Hofmann *et al.,* 2010:701).

Navorsing op die neurale perspektief van bewustheidsgebaseerde programme, toon aan dat beelde van breinaktiwiteit, fisiese– en gedragstoetse daarop dui dat bewustheid bydra tot aandag- en emosionele beheer, asook ‘n groter liggaamsbewustheid en dat dit selfs funksionele en strukturele verandering in die brein tot gevolg het (Gotink *et al.,* 2016: 32-41). Die neurologie het ondervind dat die beoefening van gefokusde bewustheid lei tot sigbare verandering in die brein, soos byvoorbeeld die ontstaan van nuwe kringgange en breinverjonging. Ten spyte van aanvanklike kritiek en skeptisisme, blyk dit dat bewustheidsterapie met groot sukses in talle vertakkings van onderskeie wetenskappe toegepas word (Hofmann *et al.,* 2010:701-210). Die belangrikheid hiervan vir die tema van hierdie studie is ten opsigte van die feit dat dit doelbewuste sensitiwiteit vir die aard van die mens se gedagtes skep. Psalm 77:12 en 13 is ‘n voorbeeld van ‘n persoon wat bewus geword het van sy denke en ‘n keuse gemaak het om dit na die positiewe, naamlik God se weldade, te verskuif.

Vanuit die kliniese sielkunde word die hantering van selfmoordneigings onder tieners deur bewustheidsgebaseerde kognitiewe terapie met groot sukses beoefen (Williams *et al.*, 2006:201-210).

Deelnemers word daarin begelei om oomblik-tot-oomblik bewustheid (*mindfulness*) aan te kweek om die reaktivering van selfmoordgedagtes te beheer en toenemend te leer om hul gedagtes as denkgebeurtenisse (*mental events*) eerder as feite te beskou. Volgens Williams *et al.* (2006:202-204) het twee gekontroleerde kliniese toetse aangedui dat bewustheidgebaseerde kognitiewe terapie die waarskynlikheid van herhaaldelike selfmoordneigings met 40% tot 50% kan verminder in persone wat meer as drie vorige episodes van depressie beleef het.

Die bewustheidsgebaseerde terapie dra daartoe by dat bewustheid oor innerlike belewenisse (gedagtes, emosies en liggaamsensasies) verbeter. Hierdie bewustheid fasiliteer ‘n wegbeweeg van outomatiese reaksies na bewustelike waarneming wat die persoon laat vra: ‘Wat gebeur hier? Is hierdie ‘n ou bekende sensasie? Hoef ek hierop te reageer of kan ek net bewus wees hiervan en wag tot hierdie sensasie verbygaan?’ Die pastorant ontwikkel sodoenende ‘n veranderde verhouding met gedagtes, emosies en liggaamsensasies, asook ‘n manier om denke en gedrag wat uit gewoontes spruit, te verander (Williams *et al.,* 2006:206).

Williams *et al.* (2006:201-210) stel voor dat pastorante begelei moet word om eerstens gedagtes en emosies bewustelik waar te neem en negatiewe patrone hieromtrent te identifiseer**;** tweedens om nie op die inhoud van die gedagtes te fokus nie, maar om gedagtes bloot as gedagtes te leer herken, eerder as om dit as ‘n refleksie van realiteite te beskou (metakognitiewe bewustheid); en derdens om die uitwerking van negatiewe denkraamwerke (*mind states*) op die liggaam waar te neem en op die liggaamlike sensasies, eerder as op die denkraamwerk, te fokus (Hoofstuk 3, vgl. 3.5).

d. Die Skrif en verandering van denke

Vir gelowiges is die Bybel normatief en vormend. Die impak van ‘n persoon se geloof is nie tot die geestesdimensie beperk nie, maar beïnvloed sy of haar hele lewe. Om gebalanseerd en konstruktief te dink is ‘n sentrale beginsel van die Christelike lewe en op die Woord gegrond (Hoofstuk 4, vgl. 4.1). ‘n Bybelstudie soos byvoorbeeld die onderstaande word vir die pastorant aanbeveel om die Skriftuurlike motiverings rondom denkvernuwing vas te lê. Die pastorale berader moet verduidelik dat denkvernuwing nie alleenlik volgens die Griekse woord vir bekering, *metanoia*, die denke te verander, beteken nie (Hoofstuk 4, vgl. 4.1), maar dat dit die gelowige se verantwoordelikheid is en as ‘n dankoffer vir reddende genade geskied (Hoofstuk 4, vgl. 4.3.41).

Die pastorale berader begelei die pastorant daarin aan die hand van die uiteensetting van eksegese (Hoofstuk 4, vgl. 4.2) om telkens punte soos uiteengesit in die raampies hier onder, die volgende Skrifgedeeltes te ondersoek. Die aanbeveling sou wees dat een Skrifgedeelte per week bestudeer en bespreek word en dat die pastorant ‘n gefokusde bewustheid toepas om die waarhede sy of haar eie te maak. Op hierdie manier

word nuwe kringgange in die brein gevorm, met ander woorde daar vind ‘n verandering van denke plaas wat (soos bespreek) uiteindelik ook tot ‘n veranderde gedragshandeling lei. Die pastorant moet begelei word om ‘n eie sentrale waarheid te formuleer (wat uiteindelik ook dan aansluit by punt a-c van die rasionaal-analitiese model), daarna moet hy of sy ‘n persoonlike toepassing maak (wat aansluit by punt d van die rasionaal-analietse model) en dan moet die vordering vir ongeveer vier weke geëvalueer word (wat aansluit by punt e-f van die rasionaal-analitiese model).

Week 1: 1 Kronieke 28

Agtergrond

- Wie is die skrywer?
- Aan wie is dit gerig?
- Wanneer en waar is dit geskryf?
- Wat is die kulturele en godsdienstige agtergrond van die hoofstuk?
- Is daar ‘n rede vir die skrywe? Wat is die doel van die skrywe?
- Kan die tekssoort (genre, Hoofstuk 4, vgl. 4.2.3) onderskei word?

Fokusverse

Die fokusvers van die perikoop (verse 9) is ‘n ernstige pleitrede om God met gees, siel en liggaam te dien, soos wat dit ook in die Wet (Deut 6:5 en Lev 19:18) en later weer in Matteus 22:37 verskyn. Die vers plaas ook klem op die feit dat God die hart en gedagte deursoek; Hy is bekend met die mees intieme en bedekte van wat in die mens omgaan.

- Wie is aan die woord?
- Wie is die gehoor?
- Wat word gesê?
- Waarom word dit gesê

Wat is die sentrale waarheid of fokus van hierdie verse?

Die pastorale berader begelei die pastorant daarin om die volgende raak te sien: Dawid doen ‘n ernstige beroep op Salomo om God met hart, siel en gees te dien op grond daarvan dat die geheime van elke siel voor God blootgelê is. Salomo het ook die belangrike opdrag ontvang om die tempel te bou. Daarom is dit belangrik dat hy God ken en dien, sodoende sal hy vanuit die regte beginsels leef.

Toepassing

Die pastorant lig een of twee sentrale waarhede uit bogenoemde uit wat op sy of haar lewe van toepassing is. Sodanige toepassings word tydens elke sessie met die pastorale berader hersien en gereeld weer in die lig van die betrokke Skrifgedeelte geörienteer.

Sentrale waarheid:
....
....
Persoonlike toepassing:
....
....
Vordering:
Week 1
....
....
Week 2
....
....
Week 3
....
....
Week 4
....
....

<u>Week 2: Psalm 77</u>

Agtergrond

- Wie is die skrywer?
- Aan wie is dit gerig?
- Wanneer en waar is dit geskryf?
- Wat is die kulturele en godsdienstige agtergrond van die hoofstuk?
- Is daar ‘n rede vir die skrywe? Wat is die doel van die skrywe?
- Kan die tekssoort (genre, Hoofstuk 4, vgl. 4.2.3) onderskei word?

Fokusverse 12 en 13

Soms raak die aanslae in die gelowige se lewensomstandighede oorweldigend negatief en voel dit asof God hom of haar verlaat het. In die eerste 11 verse van Psalm 77 kom die leser daarvan onder die indruk van die psalmdigter se wanhopigheid. Vers 12 en 13 bring egter ‘n verskuiwing in die fokus van die gedagtes mee deurdat die skrywer kies om eerder op God se weldade en wonderwerke van die verlede te fokus en daarna Psalm 77:14-21 word ‘n lofsang van God se betrokkenheid by sy kinders.

Selfs as die gelowige in desperaatheid verkeer en nie God se weë verstaan nie, kan hy of sy weet dat God se weë heilig en regverdig is (vers 20-21).

- Wie is aan die woord?
- Wie is die gehoor?
- Wat word gesê?

- Waarom word dit gesê

Wat is die sentrale waarheid of fokus van hierdie verse?

Beïnvloed hierdie waarheid die pastorant se denke? Die pastorale berader begelei die pastorant daarin om, soos van toepassing, God se weldade in sy of haar lewe (en/of die persoon se groter gesins- of sosiale kring) te herroep.

Toepassing

Die pastorant lig een of twee sentrale waarhede uit bogenoemde uit wat op sy of haar lewe van toepassing is. Sodanige toepassings word tydens elke sessie met die pastorale berader hersien en gereeld weer in die lig van die betrokke Skrifgedeelte geörienteer.

Sentrale waarheid:

....

....

Persoonlike toepassing:

....

....

Vordering:

Week 1

....

....

Week 2

....

....

Week 3

....

....

Week 4

....

....

<u>Week 3: Matteus 22 :34-40</u>

Agtergrond

- Wie is die skrywer?
- Aan wie is dit gerig?
- Wanneer en waar is dit geskryf?
- Wat is die kulturele en godsdienstige agtergrond van die hoofstuk?
- Is daar ‘n rede vir die skrywe? Wat is die doel van die skrywe?
- Kan die tekssoort (genre, Hoofstuk 4, vgl. 4.2.3) onderskei word?

Fokusvers 37

In antwoord op die Fariseërs se vraag na die belangrikste gebod, verwys Jesus na die Deuteronomium 6:4, die sentrale as waarom die Joodse godsdiens wentel. Soos hierbo gesien, verwys ook 1 Kronieke 28:9-10 na Deuteronomium 6:4 na hierdie beginsel.

Wie is aan die woord?

- Wie is die gehoor?
- Wat word gesê?
- Waarom word dit gesê

Wat is die sentrale waarheid of fokus van hierdie verse?

Om God met “die hele verstand lief te hê” sluit heiliging van gedagtes (gedagtes en denkpatrone wat God eer) en doelbewuste nadenke oor geloofstoewyding in, dus rasionele, gebalanseerde nadenke oor die manier waarop God, die self en ander gedien en liefgehê word, eerder as blinde navolging.

Toepassing

Die pastorant lig een of twee sentrale waarhede uit bogenoemde uit wat op sy of haar lewe van toepassing is en bedink byvoorbeeld op watter maniere sy of haar denke nie in ooreenstemming met die riglyne van die vers is nie. Sodanige toepassings word tydens elke sessie met die pastorale berader hersien en gereeld weer in die lig van die betrokke Skrifgedeelte geörienteer om groei en verandering ten opsigte van denke te fasiliteer.

Sentrale waarheid:

....

....

Persoonlike toepassing:

....

....

Vordering:

Week 1

....

....

Week 2

....

....

Week 3

....

....

Week 4
....
....

<u>Week 4: Romeine 12:1-8</u>

Agtergrond

- Wie is die skrywer?
- Aan wie is dit gerig?
- Wanneer en waar is dit geskryf?
- Wat is die kulturele en godsdienstige agtergrond van die hoofstuk?
- Is daar ‘n rede vir die skrywe? Wat is die doel van die skrywe?
- Kan die tekssoort (genre, Hoofstuk 4, vgl. 4.2.3) onderskei word?

Fokusverse 1 en 2

Die verandering en vernuwing waarna in hierdie verse verwys word, verwys na meer as net ‘n verbetering, maar ‘n totale verandering van die uiterlike gedrag en innerlike wese. (Vgl. Ef 4:23 en 4.3.4.1)

- Wie is aan die woord?
- Wie is die gehoor?
- Wat word gesê?
- Waarom word dit gesê

Wat is die sentrale waarheid of fokus van hierdie verse?

Die pastorale berader begelei die pastorant daarin om te ontdek dat die gelowige self as lewende offergawe tot beskikking van God en sy Gees leef. Daarom moet sy of haar lewe anders as die van die gebroke wêreld lyk, nie net in gebruike en gedrag nie, maar ook innerlik - wat net moontlik is as God die persoon se denke vernuwe en die rasionele ook in diens van God staan (Hoofstuk 4, vgl. 4.3.4.6).

Toepassing

Watter waarhede identifiseer die pastorant uit hierdie perikoop en fokusvers? Hoe gaan hy of sy dit prakties toepas? Weereens word aanbeveel dat die pastorale berader hierdie toepassings met elke sessie weer bespreek. Dit bied die geleentheid om foutiewe denkpatrone of oortuigings te identifiseer en uit te wys, denke te daag en groei aan te moedig.

Sentrale waarheid:

………

………

Persoonlike toepassing:

………

………

Vordering:

Week 1

………

………

Week 2

………

………

Week 3

………

………

Week 4

………

………

Aan die hand van hierdie Skrifgedeeltes kan ondermeer foutiewe oortuigings en selfleuens (Hoofstuk 3, vgl 3.5) geïdentifiseer en reggestel word. Die pastorant identifiseer die leuens wat hy of sy die meeste aan hom- of haarself ‘vertel’. Dit word dan neergeskryf en volgens die Skrif herstruktureer byvoorbeeld:

…………………………………………………………………

…………………………………………………………………

…………………………………………………………………

…………………………………………………………………

…………………………………………………………………

…………………………………………………………………

…………………………………………………………………

…………………………………………………………………

…………………………………………………………………

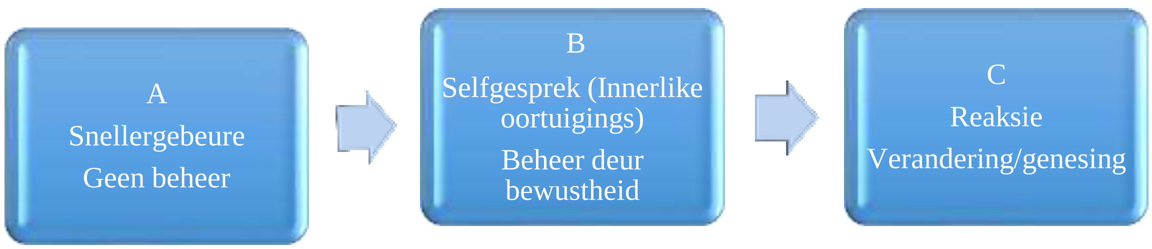
…………………………………………………………………

Die proses kan met elke verkeerde opvatting en selfleuen herhaal word en gereeld met die berader bespreek word, sodat die herhaling van die Bybelse waarheid geïnternaliseer en verandering van denke kan plaasvind.

5.3.3 Stap 3: Hanteer moontlike beperkings wat die verandering van denke negatief kan beïnvloed

In hoofstuk 3 (vgl. 3.5) is Thurman (1999) se verwysing na die “ABC” van denkvernuwing bespreek. Die pastorale berader kan hierdie riglyne met groot vrug inkorporeer in die vastelling van moontlike beperkings wat daar op die verandering van die pastorant se denke kan wees. Snellergebeure en innerlike oortuigings is twee moontlikhede wat die verandering negatief kan beïnvloed.

a. Snellergebeure



Snellers (*triggers*) in pastorante se lewe dui op sekere persone, plekke, voorwerpe of gebeure wat ongebalanseerde of negatiewe pynvolle denke ontketen (Roux, 2013:58). Daar word onderskei tussen eksterne snellers (werklike gebeure, persone of plekke) en interne snellers (soos ‘n herinnering uit die verlede of ‘n droom). Die verwagting van toekomsgebeure en selfs fisiese sensasies, soos byvoorbeeld ‘n verhoogde polsslag kan tot gedagte snellers lei. In Thurman se model dui die A op hierdie snellergebeure en moet die pastorant aangemoedig word om ‘n monetêre waarde aan negatiewe snellergebeure te koppel, sommige het slegs die waarde van ‘n 50c en ander van duisende Rande. Die doel hiervoor is dat die pastorant die werklike impak van die snellergebeure in perspektief sal beskou en sodoende bewus word van die emosionele snellers in sy of haar lewe, die relatiewe waarde of impak van die snellergebeure en wie die persoon is wat verantwoordelik is vir die ‘skade’ of vir die oplossing van die probleem. Die volgende voorbeeld gee meer duidelikheid op hierdie begrip: “Ek is baie ontsteld, want die vrou met die inkopiewaentjie het my motor gekrap. Ek is so ontsteld dat sy so agterlosing was, ek kan dit ‘n geldwaarde van R10 000 gee... maar, wag, ek het mos haar besonderhede, sy gaan die verantwoordelikheid vir die herstelwerk dra en daarom maak dit die ontsteltenis eerder R100.”

Snellers wat baie algemeen voorkom, is leuens wat die persoon aan hom- of haarself vertel en vir die waarheid glo (Thurman, 1999:174), byvoorbeeld “ek het nie ‘n probleem met drank nie Dis net vandag ‘n

uitsonderlike moeilike dag en daarom verdien ek die tyd van die oggend al ‘n drankie” of “Ag bog! Een bakkie nagereg na elke dag se hoofmaal is beslis nie die rede vir my gewigsprobleem nie.” Die pastorale berader kan die pastorant help om die leuen te identifiseer en dit dan met ‘n realistiese, gebalanseerde waarheid te vervang. Hoofstuk 3 (vgl. 3.5) beskryf ondermeer ‘n 12-weke program waartydens Thurman (1999:233–272) pastorante help om denkfoute soos leuens aan die self, te identifiseer en reg te stel. Ook in Hoofstuk 3 (vgl. 3.5), is aangetoon hoe foutiewe denkpatrone as snellers dien, byvoorbeeld “ek is nou regtig moeg en voel opstandig daaroor, maar ek moet nog eers by tannie Sus aanry”. Gebalanseerde denke sou waarskynlik iets wees soos “ek is nou regtig moeg, maar ek kies om by tannie Sus aan te ry. Sy waardeer dit altyd baie en die draaitjie gaan nie regtig ‘n verskil aan my moegheid maak nie.”

Die pastorale berader kan die pastorant daarin begelei om te besef dat leuengedagtes en denkfoute wat snellers vir reaksies word, deur ‘n aantal beginsels reggestel kan word soos om te onthou dat:

- Dit menslik is om te fouteer en nie nodig is dat foute wat begaan is, met woede teenoor die self of ander benader hoef te word nie.
- Almal nie tevrede gestel kan of hoef te word nie en die verslawing aan die goedkeuring van ander genees kan word deur doelbewus iets vernederend te doen soos om kliphard in ‘n hyser te begin lag (of watter voorbeeld ookal vir die pastorant van toepassing sou wees).
- Dat misleidende breinboodskappe van ware sensasie onderskei moet word (“ek is nie regtig te vaak om te fokus nie, ek is eintlik doodbang dat ek die werk nie gaan begryp nie”)
- Die pastorant moet onderskei tussen snellers uit die verlede en die werklike gebeure (“Al het die direkteur se geskree op my tydens die vergadering my ontsenu, het ek geglo dit is geregverdig en dat ek dit verdien het. Nou dat ek rustig en sonder die snellerreaksie daaroor besin, besef ek dat ek so gevoel het omdat dit my herinner het aan Mnr X wat in Gr 6 op my geskree het toe ek die boeke omgestamp het. Ek gaan more met die direkteur oor die insident gesels, want sy reaksie was onnodig en buite verhouding tot my vraag oor die prysaanpassing”.
- Onrealistiese denke en verwagtinge soos perfeksionisme as snellers vir reaksies kan dien. “Ek hoef nie die muur ‘n derde keer oor te verf nie. Die muur lyk eintlik goed genoeg.”
- Die pastorant moet daarin groei om probleme te konfronteer, eerder as om dit te vermy. (“Dit maak my rasend as sy....maar ek is te bang vir haar reaksie om dit aan te spreek.”)

Uit bogenoemde voorbeelde blyk dit dat denkfoute dikwels innerlike oortuigings tot gevolg het. Leuens wat foutiewe innerlike oortuigings tot gevolg het, is ondermeer selfleuens (“ek kan nie gelukkig wees as dinge nie volgens my sin verloop nie”), huweliksleuens (“my maat moet my emosioneel vervul”), wêreldleuens (“die verlede bepaal die toekoms”), geestelike leuens (“God se liefde moet verdien word”).

Sulke leuens ontstaan as gevolg van innerlike pyn en veroorsaak verdere innerlike pyn, maar word dikwels geglo en daarvolgens reageer wanneer bepaalde of soortgelyke gebeure gesneller word. Die aanspreek van innerlike oortuigings in die begeleiding van die pastorant is dus van groot belang.

b. Selfgesprek of innerlike oortuigings

“B” in die ABC van denkvernuwing dui op die innerlike oortuigings wat die pastorant huldig. Die pastorale berader moet die pastorant daartoe beglei om te leer wat die verband tussen emosies en gedagtes is (Hoofstuk 2, vgl. 2.5.3). Die aard van die innerlike oortuigings as gevolg van die snellergebeure, bepaal die emosionele, gedrags- en rasionele gevolge, daarom is duidelikheid omtrent die impak van hierdie aspek van groot belang in die herstrukturering van gedagtes. Innerlike oortuigings word ook beskryf as die ‘binnegesprek’ van die pastorant en beklemtoon weer die aanleer van nuwe vaardighede soos byvoorbeeld om meer bewus van eie denke te wees en nie die stroom van negatiewe denke toe te laat nie. Die begrip kan met die volgende voorbeeld geïllustreer word: A (snellergebeure) – my motor is gekrap; omdat B (innerlike oortuiging / binnegesprek) sy ongeërg en agterlosig was en nou sit ek met die skade; en dit gee aanleiding tot C (reaksie op gebeure) - verhoogde polsslag en vinnige asemhaling as gevolg van die ontsteltenis.

B (innerlike reaksie / binnegesprek) sou egter ook kon wees: ‘gelukkig aanvaar sy verantwoordelikheid’, wat gevolglik ‘n ander reaksie (C) teweeg gebring het. Die pastorant moet dus verstaan dat hy of sy nie soseer op die gebeure reageer nie, maar op die binnegesprek wat plaasvind (Hoofstuk 3, vgl. 3.5).

Die innerlike oortuigings of binnegesprek verwys na die pastorant se persoonlike reëls of verwagtinge wat hy of sy van hom- of haarself, ander mense en die wêreld het, asook na betekeniswaarde wat aan die eksterne en interne snellers geheg word (Roux, 2013:58-59). Die aard van die innerlike oortuigings (B) oor sekere gebeure (A), bepaal die emosionele, gedrags- en rasionele gevolge (C) by die pastorant.

Roux (2013:59) bestempel verkeerde en irrasionele maniere van dink as die wortel van die meeste probleme. Sulke denke raak mettertyd geoutomatiseerd (genormaliseer) met ‘n direkte invloed op gedragshandelinge. Met betrekking tot innerlike oortuigings, maak Roux (2013:58-59) die stelling dat die fynere besonderhede omtrent die aktiverende gebeure, van minder belang is as die pastorant se evaluasie omtrent die gebeure. Dit is gevolglik belangrik dat die pastorale berader met groot sensitiwiteit en respek, die pastorant sal begelei tot insig in die prosesse en daarna sal streef dat die pastorant sy/haar godsdienstige waardes en oortuigings sal verstaan en sy/haar denke daarvolgens sal verander.

5.3.4 Stap 4: Die ABC van gedagtevernuwing wat aanleiding gee tot gedragsverandering

Stap vier korroleer met stap d van Anderson se rasioneel-analitiese model. In hierdie stap moet daar moontlike gedragsverandering bepaal word, wat behoort te gebeur na die hantering van die vorige drie stappe. In hierdie stap moet die berader die pastorant spesifiek begelei in die vernuwing van sy of haar denke in ooreenstemming met die Woord. Die fokus val dan nou op die heiliging van die gelowige se denke en die verandering wat dit tot gevolg het op die emosionele-, gedrags- en kognitiewe dimensies.

a. Heiliging van denke

Vir gelowiges beteken die heiliging van gedagtes dat denke onder die beheer van die Heilige Gees geplaas word. Grudem (1994:746) verwys na heiliging of heiligmaking as diè deel van weergeboorte wat ‘n voortgaande proses is wat regdeur die aardse lewe van die gelowige duur en waartydens die persoon toenemend van sonde vrygemaak word en meer soos Jesus Christus word. Grudem (1994:746) som die verskil tussen regverdigmaking en heiligmaking soos volg op:

REGVERDIGMAKING	HEILIGMAKING
Wettige stand voor God	Innerlike gesteldheid
Eenmalig	‘n Voortgesette proses
Alleenlik God se werk	Samewerking tussen God en mens
Volkome in hierdie lewe	Nie volkome en afgehandel in hierdie lewe nie
Dieselfde in alle Christene	Meer in sommige Christene as in ander

Volgense Grudem (1994: 747-758) het heiliging of heiligmaking ‘n defnitiewe begin wanneer die gelowige tot redding kom of weer gebore word (Joh 3:3). ‘n Morele verandering tree by weergeboorte in (Tit 3:5) en die krag van die Heilige Gees in die gelowige, maak dit vir hom of haar onmoontlik om soos voor weergeborte bewustelik aan te hou sondig (1 Joh 3:9). Die aanvanklike morele verandering is die eerste fase van heiliging. Paulus gee ‘n blik op die ‘voltooide’ prentjie as hy verwys na “julle is heilig gemaak” (1 Kor 6:11 en Hand 20:32). Hierdie stap verg ‘n besliste besef en breek met die heersende mag van en liefde vir sonde (Rom 6:8,11,14). Grudem (1994:747) verwys na die innerlike krag om vrygemaak te word van sondige handelinge en gedragspatrone, wat in die geval van hierdie studie ook betrekking het op gedagtes en denkpatrone. Die gelowige moet twee belangrike kwessies deeglik begryp, naamlik dat hy of sy in hierdie lewe nooit volkome vry van sonde sal wees nie en terselfdertyd ook dat sonde nie meer oor

hom or haar heers of ‘n vashou het nie. Al het die pastorant dus as gevolg van watter sneller ookal in ‘n bepaalde denkwyse vasgeval, is dit geen rede of verskoning om nie bewustelik die aankweek van positief-realistiese, gebalanseerde denke te ontwikkel nie.

Alhoewel heiliging ‘n bepaalde beginpunt het, groei die gelowige regdeur die lewe na heiliging. Romeine 6:12-13 is ‘n oproep om nie aan sonde toe te gee of daardeur oorheers te word nie. Net soos wat die persoon, voor weergeboorte, toenemend in sonde vasgeval en al dieper verval het, is dit die taak van die weergebore persoon om in heiligheid toe te neem (Rom 6:19; 2 Kor 3:18). Die gelowige moet daarna streef om toenemend aan die beeld van Christus gelyk te word (Kol 3:10; 1 Pet 1:15). Die gelowige sal hom of haar dus ook gedurig meer en meer met die gedagtes van Christus beklee en meer soos Hy begin dink, byvoorbeeld “Dis hartseer, sy het waarskynlik nog nooit iemand gehad wat haar gewys het hoe om ... te doen nie. Dalk kan ek haar op ‘n liefdevolle manier hierin begelei” teenoor “Sy is regtig pateties as sy nie eens weet hoe om ... te doen nie.”

Hebreërs 12:23 verwys na die volmaaktheid van die siel in die teenwoordigheid van God, want niks onrein mag in sy teenwoordigheid wees nie (Op 21:27), ook nie sondige gedagtes nie. Heiliging behels egter die hele persoon, ook die liggaamlike (2 Kor 7:1, 1 Tess 5:23), dus sal die heiliging van die liggaam eers met die wederkoms volkome kan gebeur (Fil 3:21; 1 Kor 15:23,49). Skrifgedeeltes soos Matteus 5:48 en 2 Korintiërs 7:1 dui daarop dat die mens nooit ‘n staat van volkome heiligheid in hierdie lewe kan bekleë nie. Volgens Grudem (1994:750,751) is Skrifgedeeltes soos byvoorbeeld 1 Johannes 3:6 ‘n herinnering dat gelowiges op aarde nie in volmaakte staat sonder sonde kan wees nie, maar dat God, wanneer Hy ‘n gebod gee, ook aan die gelowige die vermoë gee om dit te gehoorsaam. Matteus 5:48 wys eerder op die rein en heilige staat van God as dat die mens in hierdie lewe so ‘n volmaakte staat van heiligheid sal verwerf. 2 Korintiërs 7:1 en derglike oproepe tot heiligheid verwys na die doel en mate van heiligheid wat nagestreef moet word (Grudem, 1994:752). Die gelowige het dus ook oor die aard van sy gedagtes beheer, al faal hy of sy in die strewe na volmaak heilige denke, kan die pastorant voortdurend toeneem in geheiligde gedagtes wat God tot eer sal wees.

Voorts is heiliging ‘n samewerkingsproses tussen God en die mens, omdat dit hoofsaaklik die werk van God is (1 Tess 5:23, Fil 2:13, Heb 13:20-21). Jesus Christus het die heiliging namens die mens verdien (1 Kor 1:30) en is ook die voorbeeld van heiligheid (Heb 12:2, 1 Pet 2:21). Heiliging is egter veral die werk van die Heilige Gees (1 Pet 1:2 en 2 Tess 2:13) (Grudem, 1994:753-754). Die Geesbeheerde lewe (Gal 5:16-23) bring mee dat die pastorant toenemend ontvanklik is vir en reageer op die vermanings deur die Heilige Gees, ook betreffend die denke. Terselfdertyd speel die mens egter ook ‘n rol in sy of haar heiliging, enersyds ‘n passiewe rol (in afhanklike oorgawe aan God om hom of haar te heilig), maar ook ‘n aktiewe rol waarin die mens streef na gehoorsaamheid en handelinge.

Die aktiewe rol van die gelowige ten opsigte van heiliging mag egter nie onderspeel word nie. Romeine 8:13 spreek van die samewerking van beide die Gees en die mens om oorwinning oor sonde te bewerkstellig. Ook Filippense 2:12-13 moedig die gelowige aan om die goeie te wil en te doen: om hul heiligheid met vrees en bewing te bewerkstellig. Die Gees bekragtig die pogings en strewe van die mens tot heiligheid (Grudem, 1994:755). Die beradane moet besef dat daar nie kortpaaie na heiliging is nie, die Bybelse manier hiertoe is voortdurende Bybelstudie en bepeinsing oor die Skrif (Ps 1:2, Matt 4:4, Joh 17:17), gebed (Ef 6:18; Fil 4:6), aanbidding (Ef 5:18-20), getuienis (Matt 28:19-20), gemeenskap met gelowiges (Heb 10:24-25) en selfdissipline en selfbeheer (Gal 5:23, Tit 1:8). Groei, beide in die vertroue in God om te heilig, maar ook aktiewe deelname en gehoorsaamheid aan God, geld ook vir die heiliging van denke.

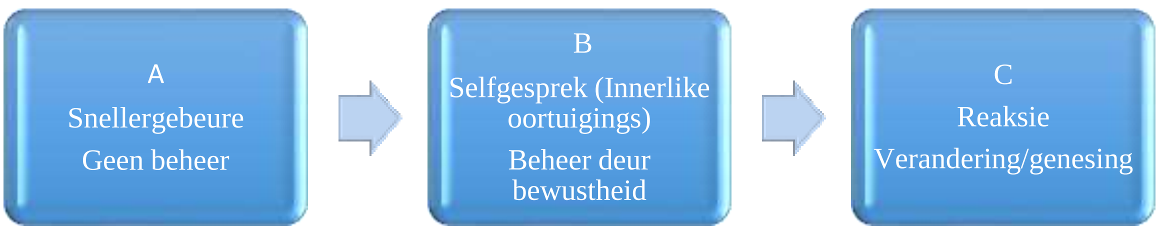
Heiliging word deur Phillips en Kitchens (2016:80) beskryf as ‘n sielkundige proses waartydens aspekte van ‘n persoon se lewe met God geassosieer word (teïstiese heiliging) of as heilige kwaliteite beskou word (nie-teïstiese heiliging). Heiliging geskied wanneer lewensaspekte as goddelik van aard of van goddelike betekenis beskou word. Heiliging beïnvloed verskeie aspekte van ‘n pastorant se alledaagse lewe, soos gesinsbetrekkinge en sy of haar verhouding met en ingesteldheid ten opsigte van hul omgewing en werk. In Phillips en Kitchens (2016) se studie oor die heiliging van opvoedkundige- en leer geleenthede, het die navorsers positiewe uitkomste soos verbeterde ingesteldheid teenoor die opvoedingsgeleentheid, studie resultate en sielkundige groei aangedui. Dit is deels toe geskryf aan verbeterde studiemetodes, soos byvoorbeeld kritiese denke en selfregulering. Persone belê meer toegespitste aandag aan en moeite met lewensaspekte wat as heilig beskou word. ‘n Persoon wat sy liggaam as heilig beskou, sal byvoorbeeld gesonde eet- en oefengewoontes aanweek en iemand wat sy of haar lewenstaak of menseverhoudings as heilig beskou, sal met nougesette toewyding en aandag hierdie aspekte so goed moontlik hanteer en voortdurend probeer verbeter.

Wat denke en die intellek betref, was persone soos onder andere Augustinus van mening dat dit geheiligde maniere was om met God kontak te maak. Heiliging word ook beskou as pogings om dit wat as heilig beskou word, te beskerm. Persone wat heiliging georiënteerd is, wend positiewe, gebalanseerde strategieë aan om dit wat as heilig beskou word, te beskerm en te verbeter. So sal ‘n egpaar wat die huwelik as heilig beskou, positiewe kommunikasie- en konflikhantering strategieë ontwikkel en kan ‘n pastorant wat denke as heilig beskou, die voortdurende heiliging van sy of haar denke as ‘n positiewe groeibelewenis ervaar (Phillips en Kitchens, 2016:80-82).

Heiliging as ‘n psigiese konstruk word toenemend ‘n navorsingsonderwerp. Heiliging van ‘n aspek hou die moontlikheid van positiewe uitkomste en prosesse in ‘n persoon se lewe in, maar het ook die moontlikheid om geestelike groei en meer intimiteit met God te bevorder (Phillips en Kitchens, 2016:92).

Die pastorant moet dus sodanig begelei word in die vernuwing van denke, dat hy of sy sal besef dat denkvernuwing ‘n belangrike onderdeel van heiliging vorm en die keuse sal maak om dit aktief na te streef.

Die pastorale berader begelei die pastorant om na die deurwerk van stappe 1 tot 3 te bepaal watter veranderinge daar in sy of haar gedragshandelinge behoort te wees. Die pastorant moet dus besef dat hul geen beheer het of gehad het oor die gebeure (A) nie, die emosionele wonde wat hul toegedien is in die verlede het gebeur en kan nie ongedaan maak word nie. Waaroor hulle wel beheer het, is hul innerlike oortuiging of binnegesprek (B) rondom die gebeure. Dit is veral op hierdie punt wat die pastorant ‘n keuse moet uitoefen om Geesbeheerde denke te beoefen. Wanneer pastorante begelei kan word om die selfgesprek of innerlike oortuigings te verander deur innerlike genesing wat verkry word en die vernuwing van denke, sal dit outomaties tot veranderde gedragshandelinge (C) lei.



Die pastorant moet begelei word tot insig rondom die emosionele-, gedrags- en kognitiewe gevolge wat denke op sy of haar lewe het.

b. Emosionele gevolge

Grudem (1994:756) skryf dat heiliging ook die mens se emosies beïnvloed en soos daar al meer innerlike genesing toetree, sal emosies soos liefde, vreugde en geduld (Gal 5:22) toenemend na vore kom. Dit gebeur al meer en meer soos wat die pastorant sy of haar negatiewe gedagtes oor en emosies soos woede en bitterheid onder die beheer van die Gees plaas (Ef 4:31). Gesonde negatiewe emosies moet van ongesonde negatiewe emosies onderskei word. ’n Negatiewe emosie op ‘n beproewende gebeurtenis mag negatief van aard wees, maar die uitwerking daarvan kan gesond en konstruktief vir die pastorant wees. Gesonde negatiewe emosies kan byvoorbeeld besorgdheid teenoor angstigheid, hartseer teenoor depressie, berou teenoor skuld en teleurstelling teenoor skaamte, wees. Laasgenoemde opsies is telkens onkonstruktiewe emosies en nie-bydraend tot positiewe gedrag nie. Gesonde negatiewe emosies (soos byvoorbeeld besorgdheid) het die potensiaal om te lei na veranderde gedragshandelinge, terwyl ongesonde negatiewe emosies (soos byvoorbeeld angstigheid) rasionele denke en konstruktiewe gedrag ondermyn. Roux (2013:59) wys daarop dat die meting van negatiewe emosies in kognitiewe benaderings nie kwantitatief

onderskei of bepaal kan word nie, maar dat ongesonde negatiewe emosies gewoonlik baie intens is en daarom rasionele denke en lewenskwaliteit negatief beïnvloed.

c. Gedragsgevolge

Die pastorant moet voorts begelei word om te onderskei tussen (a) openlike gedrag en (b) impulse om op ‘n bepaalde manier op te tree, maar wat nie tot werklike gedrag oorgaan nie. Dit is van belang omdat die pastorant se openlike gedrag dui op gebalanseerde rasionele denke, met ander woorde dit is ŉ aanduiding dat die pastorant bewustheid ten opsigte van sy of haar denke bemeester het. Onderdrukte gedrag verskuil egter irrasionele oortuigings en die pastorant moet bewus gemaak word daarvan deur stap 3 weer te herhaal. Grudem (1994:757) noem dat Geesbeheerde denke ook die wil – waar besluite geneem word – heilig (Fil 2:13) en die keuse hoe opgetree word, word dan aan God se wil onderwerp.

d. Kognitiewe gevolge

Die versteuring of outomatisering van denke spruit gewoonlik uit rigiede en ekstreme denkpatrone, soos katastrofiese denke en alles-of-niks denke (Hoofstuk 2, vgl. 2.5.3 en 2.5.4). As die pastorant se innerlike oortuigings disfunksioneel is, is die optrede waarskynlik ook disfunksioneel. Dit blyk dus dat begrip van die uitwerking van innerlike oortuigings sentraal staan in die begeleiding van denkvernuwing deur eerstens destruktiewe oortuigings vas te stel en daarnaas ook spesifieke situasies waarin hierdie oortuigings gesneller word. Stap 3 kan weereens deurgewerk word vir die vasstelling van destruktiewe oortuigings.

5.3.5 Stap 5: Die D en E van gedagteverandering wat aanleiding gee tot gedragsverandering

In hierdie stap word die pastorant begelei in die herstruktuering van denke en tot insig van wat die uitwerking van Geesbeheerde denke in sy of haar lewe sal wees. Geesbeheerde denke motiveer gehoorsaamheid aan God om Hom te behaag (Joh 14:15,21), die behoefte om ‘n rein gewete voor God te hê (Rom 13:5), om getrou jou gawe en bediening uit te leef (2 Tim 2:20-21) en om ander na Christus te lei deur die getuienis van ‘n Geesbeheerde lewe (1 Pet 3:1-2,15-16) is van die enkele motiewe wat uit Geesbeheerde lewens en -denke spruit. Om toe te neem in die gelykenis van Christus, ook met die manier waarop gedink word, bring egter ook op sigself groter vrede en vreugde (Gal 5:22) mee, maar indirek ook omdat die denke dan gesond, positief en gebalanseerd is (Grudem, 1994:758). Hierdie stap sluit aan by stap 5 van Anderson se model waarin die empiriese bewyse ondersoek moet word vir gedragsveranderinge om vas te stel of die doelwitte van die kognitiewe proses (soos uiteengesit in item a) bereik is.

a. Herstrukturering van denke (D)

Tydens die herstrukturering van versteurde of ongesonde denke en innerlike oortuigings, leer die pastorant om ‘n bewussyn ten opsigte van irrasionele denke (byvoorbeeld katastrofiese denke of die glo van ‘n leuen) aan te kweek en om irrasionele oortuigings te beredeneer en op te weeg teen die Skrifoortuigings wat uit die bybelstudies in stap 2 verkry is; asook om tussen irrasionele destruktiewe denke en Geesbeheerde rasionele denke te onderskei. Dit geskied wanneer die pastorant hom- of haarself afvra of daar werklike getuienis vir ‘n gedagte of oortuiging is en of die gedagte of oortuiging weer net gebasseer is op aannames en leuens as gevolg van innerlike wonde.

Soos wat die proses vorder om die pastorant deur een of meer irrasionele denkpartrone te begelei, word nuwe Geesbeheerde denkpatrone gevestig. Soos wat die pastorant innerlik groei en genesing ontvang, word die ou oortuigings en wanvoorstellings hersien en logies beredeneer.

ŉ Praktiese illustrasie van hoe gelowiges se denke vernuwe kan word, kan gesien word in ‘n Facebook videogreep (Muller, 2018, 12 Junie 2018) waarin die leraar van die N.G. Gemeente Prieska vertel van ‘n onlangse insident wat in die gemeente gebeur het. Ter illlustrasie van heiligheid is allerhande rommel voor die erediens in die kerkgebou gestrooi met die boodskap dat dit “wat nie by Christene teenwoordig behoort te wees nie, nie by Christene te vinde moet wees nie ” (Muller, 2018). Die video het binne 7 dae 60 000 mense bereik. ‘n Opvolgvideo is kort daarna uitgestuur, ‘n positiewe boodskap met ‘n oproep tot heiligheid - hierdie boodskap het 28 000 mense binne 7 dae bereik. Die positiewe oproep tot heiligheid in die opvolg videogreep, het dus veel minder trefkrag gehad, as wat die ooglopende skokkende uitbeelding gehad het. Muller (2018) meld dat in reaksie op die oproep het “baie mense hulle tot ‘n lewe van heiligheid verbind”, maar vra tog die vraag waarom die positiewe soveel minder reaksie geniet het en waar heiligheid dan eintlik in gelowiges se lewe begin? In sy self antwoord, verwys Muller (2018) na Spreuke 4:23 se wekroep om veral versigtig te wees met wat in die hart omgaan – dit bepaal die persoon se lewenskoers en die hart is waar heiligheid begin. God begin heiliging in gelowiges se lewe by die denke, nie by die “hande, voete en wat gesê en gehoor word nie, maar by die denke – by dit wat diep binne die persoon aangaan. Heiligheid begin nie soseer by die *doing* nie, maar by die *being,* by wie ek is as ek alleen is” (Muller, 2018). Die negatiewe “rommel” moet in die pastorant se lewe deur Geesbeheerde, Godsvrugtige gedagtes en handelinge vervang word (Muller, 2018).

b. Uitwerking van Geesbeheerde denke (E)

Dit is egter belangrik dat die pastorant moet besef, dat sonder die werking van die Heilige Gees in sy of haar lewe, God en sy Woord slegs maar ‘n teorie sal bly. Hantla (2014:1-4) verwys na die vernuwing of heiliging van denke deur die toepassing van kritiese denke, want denke is betrokke by die ingesteldheid teenoor en benadering van die lewe, die ontwikkeling van intellektuele prosesse en ‘n self bewussyn ten opsigte van vooroordele, motiewe en aannames in ‘n gelowige se lewe. Na die sondeval, was elke faset van die mens se lewe deur die besoedelende uitwerking van sonde geraak, ook die denke. Sonde-besoedelde denke veroorsaak geestelike blindheid, sodat die kennis van God onderdruk word. Lukas 24:38-43 dui daarop dat die dissipels se denke nog nie deur Jesus en die Gees verhelder was nie, sodat hulle gedrag van empiriese getuienis afhanklik was, maar in vers 45 word gesien dat die Gees hulle denke verhelder het sodat hulle die Waarheid kon sien en begryp. Na die werking van die Heilige Gees, kon Jesus sy getuienis sonder die hulp van ‘n gelykenis aan hulle vertel. Die dissipels was nou, danksy die verstandsverheldering deur die Gees, vir die eerste keer in staat om te begryp wat Hy wou oordra. Regdeur die evangelies, het Jesus verklaar dat die Farisieërs baie kennis oor die Skrifte gehad het, maar, omdat hulle Jesus verwerp het, het die Gees nie die Skrifte vir hulle verhelder nie, sodat die Fariseërs nie Jesus as God kon herken nie. Denke wat nie onder beheer van die Heilige Gees staan nie, is dus denke wat nie regverdiging in en deur Jesus Christus kan aanvaar nie (Hantla, 2014:7-8).

Wanneer daar na die uitwerking van Geesbeheerde denke in die pastorant se lewe gekyk word, moet die berader die pastorant begelei tot die volle verstaan van wat Geesbeheerde denke behels. Hiervoor kan ‘n Bybelse raamwerk met die sleutelwoorde soos die volgende gebruik word:

- Toets/ondersoek/bewys (Gal 6:1-4) - dui op die toetsing of goedkeuring van die bevinding. Om die gedagtes aan die Gees te onderwerp, beteken dat die pastorant self-krities moet wees, sy of haar gedagtes moet deursoek en nie onder ‘n vals indruk moet verkeer dat sy of haar gedagtes minder onrein as enige ander persoon is nie. Geesvervulde denke is onderskeidend en kan die goeie behou (Ef 5:10; 1 Tess 5:21) (Hantla, 2014:10).

- Vernuwe (Rom 12:2) - beteken ook om die gedagtes gedurig te ondersoek en dag vir dag (2 Kor 4:16) vernuwe te word. Sodanige getoetse, hersiene gedagtes lei tot deurlopende vernuwing van die persoon as geheel (Kol 3:9-10). Hantla (2014:11) wys op die aktiewe deel van Kolossense 3:9-10, naamlik eerlike selfondersoek (waarin God se wil en waarheid aanduidend is), wat lei tot die passiewe deel, naamlik om dan volgens die resultaat van die selfondersoek deur God vernuwe te word. Efesiërs 4:23 beskryf die vernuwing van denke as om regverdige en heilige gedagtes soos diè van God te hê.

- Heiliging - Filippense 2:1-5 beskryf die lewe wat kan volg as die denke na die beeld van Christus herskep word, naamlik ‘n lewe waarin nederigheid, die belang van ander, liefde en harmonie heers (Hantla, 2014:13).

Die pastorant word volgens die A, B C model daarin bemagtig meer beheer oor sy of haar gedagtes uit te oefen deur nugter na opsies te kyk hoe om die impak van die snellergebeure te beperk of te verander en, indien dit nie moontlik is nie, die situasie op ‘n konstruktiewe en Geesbeheerde wyse te hanteer. Van die positiewe gevolge wat die vernuwing van denke ten doel het, is onder andere meer beheer oor die denke, die vermoë om bewustelik innerlike oortuigings te hersien en meer soepelheid ten opsigte van realistiese verwagtinge dat daar uitdagende snellergebeure gewoon deel van die lewe is, maar dat deur gebalanseerde reaksies, beheer oor sy of haar gedagtes en die invloed daarvan ontwikkel kan word. Opsommend kan die proses nou soos volg weergegee word:

Ten slotte moet ook in ag geneem word dat die vernuwing van denke nie ‘n dissipline is wat die individuele Christen in en deur hom- of haarself onderneem nie. Vernuwing van die denke verg nederigheid en afhanklikheid van God om vir die pastorant sy of haar verskuilde denkfoute en tekortkominge uit te wys en sodanig te vernuwe en te heilig om aan die verstand van Christus gelykvormig te word (Hantla, 2014:17).

5.3.6 Stap 6: Herhaling en verfyning van die teorie

Hierdie stap behels die evaluering van die teorie deur tydens elke sessie noukeurig die vordering ten opsigte van die Skriftuurlike begronding en die pastorant se denke, snellergebeure, innerlike oortuigings en/of selfgesprek en die reaksie op die snellergebeure, te monitor en die vorige stappe waar nodig te herhaal.

5.4 EVALUERING VAN DIE VOORGESTELDE MODEL

- **Verwagte gevolge van die model**

Pastoraat is nie net met die individu nie, maar ook met die groter sosiale konteks gemoeid (Hoofstuk 2, vgl. 2.3.2). Die bewustheid en regstelling van negatiewe denkpatrone, het die potensiaal om alle vlakke van die gemeenskap positief te beïnvloed, daar die individu, verhoudings met ander en die algemene ingesteldheid

teenoor die samelewing deur denke geraak word (Hoofstuk 2, vgl. 2.3.2). ‘n Politieke kommentator, het byvoorbeeld in die gespreksprogram “Praat saam” (Radio Sonder Grense, 4 Julie 2018) die opmerking gemaak dat Suid-Afrikaners aan ‘n slagoffersindroom ly: die een groep glo hulle is die slagoffers van benadeling deur apartheid, die ander groep beskou hulself as die verontregtes van politieke regstelling. In albei gevalle – ongeag van tot watter mate die betrokkenes se belewenis en denke realisties en korrek mag wees – lei die slagofferdenke tot verlamming, onwilligheid en die onvermoë om oplossings vir die situasie te vind. Hierteenoor, beweer die kommentator, kan gedagtes soos “ongeag die onreg, wil ons ter wille van almal in Suid-Afrika oplossings vind” tot konstruktiewe denke en optrede lei. Soos in punt 5.3.1 hierbo aangetoon is, bemoeilik onveranderde denke veranderde optrede. Daarenteen lei gebalanseerde, konstruktiewe denke tot strategieë om negatiewe gebeure meer oplossingsgerig te kanaliseer en sodoende kan denke ‘n positiewe rol in die samelewing speel.

Doelwitte wat ten opsigte van die verandering van die kognitiewe proses gestel is, is aangespreek deur te ondersoek wat gebalanseerde denke behels en wat die invloed van denke op die gees, siel en liggaam is. Aspekte van die pastorant se konteks is in ag geneem ten opsigte van kwessies soos sy of haar agtergrond, innerlike genesing en aanvaarding van gedagtes, eerder as blote onderdrukking daarvan (vgl. 5.3.2 (a) en (b)). Struikelblokke wat die kognitiewe verandering kan beïnvloed, soos innerlike oortuigings en snellergebeure (vgl. 5.3.3 (a) en (b) is ook bespreek.

- **Verwagte voordele van die model vir die pastorale berader**

Talle beraders het waarskynlik al die benouende gevoel beleef as ‘n pastorant se verhaal en probleme so kompleks is, dat dit oorweldigend is; hoe en waar begin die pastorale berader? Voeg hierby die feit dat pastorante se gedrag soms ten spyte van die begeleiding weinig verander (5.3.1 hierbo). Selfs al sou die pastorale berader besef dat ‘n spesifieke probleem in die pastorant se denkwyse gesetel is, is dit van min waarde om bloot ‘n verkeerde denkwyse vir ‘n persoon uit te wys, want sonder begeleiding gaan diepgesetelde negatiewe denkpatrone moeilik verander. Die daarstel van ’n model bied vir die berader struktuur en riglyne vir sodanige begeleiding tot denkvandering. Die aanpassing van die ses stappe van Anderson (1991) se rasioneel-analitiese model (vgl. 5.3 hierbo) tot ’n pastorale rasioneel-analietiese model, bied in een oogopslag ‘n raamwerk waarvolgens begeleiding kan geskied, met meer agtergrondsinligting wat in elke onderafdeling meer volledig bespreek word, maar ook benaderings waarop uitgebrei kan word, soos die narratiewe benadering wat in punt 5.3.2 (a) bespreek is. Die raamwerk van die model bied dus ‘n veilige struktuur vir begeleiding, maar is ook buigsaam om die individu se behoeftes en omstandighede in ag te neem.

- **Verwagte voordele van die model vir die pastorant**

Soos in punt 5.3.1 genoem, bevorder die pastorant se insig in die kragtige uitwerking van denke op sy of haar geestelike, fisiese en emosionele welsyn die denkvernuwingsproses. Die pastorant word toegelig oor aspekte soos die limbiese reaksie, aanvaarding van ‘n gedagte en vaardighede soos om bewustheid toe te pas. Ook die wete dat vernuwing van denke ‘n geestelike verantwoordelikheid is, kan die Christen pastorant daartoe inspireer om toenemend Bybelse perspektiewe betreffend denke te ondersoek. Die pastorant kan wegspring met die voorgestelde Bybelstudie (vgl. 5.3.2 (d)) en moontlik later self daarop voortbou. Die persoon word ook daartoe bemagtig om denkfoute en selfleuens (Hoofstuk 3, vgl. 3.5) te identifiseer en reg te stel en om die impak van die selfgesprek en innerlike oortuigings (5.3.3 hierbo) met insig en onder begeleiding van die pastorale berader positief te verander. Die model bied dus die geleentheid dat die pastorant nie meer die slafoffer van negatiewe denkpatrone hoef te wees nie, maar dit deur gebalanseerde, konstruktiewe denke te kan vervang.

- **Verwagte gevolge van die model**

Die pragmatiese taak van Osmer se model (2008) veronderstel dat aanpassings gemaak word. Met inagneming van die aanverwante dissiplines en die ontwikkeling in byvoorbeeld positiewe en kognitiewe sielkunde en die neurowetenskap, maar sonder die prysgee van die pastorale identiteit, kan kennis van die impak van denke op die brein en handeling, pastorante op fisiese en psigiese gebied bevoordeel. Geesbeheerde denke onderskei en toets gedagte, woord en handeling deur eerlike selfondersoek wat tot ‘n lewe na die beeld van Christus lei (Fil 2:105, vgl. 5.3.5 (b)).

- **Moontlike tekortkominge van die model**

Die inligtingsontploffing in die aanverwante dissiplines, soos die neurowetenskap, groei daagliks en ’n uitgebreide bespreking daarvan kan die pastorale berader, sowel as die pastorant, oorweldig, daarom is daar slegs enkele voorbeelde uit hierdie velde bespreek met die doel om ’n bewustheid van die beskikbaarheid van sodanige inligting by die berader te skep. Dit mag tegelykertyd as ’n tekortkoming, of ’n pluspunt van die model beskou word: ’n tekortkoming aangesien dit nie meer volledig bespreek is nie; ’n pluspunt omdat dit wel die nodige stimulasie vir verdere ondersoek van die aanverwante dissiplines ten opsigte van ’n spesifieke pastorant se situasie by die berader kan skep.

5.5 SAMEVATTING

Hierdie hoofstuk het ten doel gehad om aan die hand van Osmer (2008) se model, die pragmatiese deel van die ondersoek deur ’n rasioneel-analitiese model ter begeleiding van pastorante in die vernuwing van denke

voor te stel. Vir die gelowige sal die Skrif sentraal in sy of haar motivering vir gedagtevernuwing staan, daarom is Skrifgedeeltes wat op denke betrekking het, aan die hand van ’n Bybelstudie ondersoek. Die heiliging van gedagtes vorm ook ’n belangrike deel van die Christen se heiligmaking en geniet ook aandag in die hoofstuk. Moontlike beperkings, soos snellergebeure en innerlike oortuigings is bespreek, asook die ABC model van gedagtevernuwing en –herstrukturering. Laastens is die uiteindelike uitwerking van gebalanseerde, Geesbeheerde denke bespreek. Die navorser vertrou dat die pastorale berader deur die voorgestelde model daartoe bemagtig word om die pastorant in vernuwing van denke te begelei.

HOOFSTUK 6

FINALE GEVOLGTREKKINGS EN VOORGESTELDE AREAS VIR VERDERE NAVORSING

In hierdie hoofstuk word die gevolgtrekkings vanuit elke individuele hoofstuk van die studie gedoen en voorstelle vir verdere navorsing rondom verwante temas word gemaak.

6.1 GEVOLGTREKKINGS VANUIT HOOFSTUK 1

Hoofstuk 1 bied inleidende gedagtes rondom die vernuwing van denke, die motivering, doelstelling en die sentrale teoretiese argument van die studie. Die gelowige moet sy of haar denke uit dankbaarheid vir die geskenk van Verlossing, vernuwe en heilig. Dit is ook die verantwoordelikheid van die gelowige om die denke – as sentrum vir emosies, woorde en dade, binne die raamwerk van die Woord te vernuwe.

Beraders ondervind gereeld dat pastorante hul ingesteldheid, emosies en gedrag moeilik verander - ‘n neiging dikwels voortspruitend uit wanopvattings en negatiewe denkpatrone. Navorsing toon aan dat hoe die mens kies om te dink, sy of haar neurologiese samestelling en funksionering beïnvloed word. Die probleemstelling is dus dat denke die geestes-, siels- en fisiese dimensies van die mens beïnvloed en dat gesonde, gebalanseerde denke voortdurende vernuwing verg, maar sonder die geestelike motivering moeilik volhoubaar is. Hoewel Brunsdon (2015:108) ’n vernuwing van die bestaande pastorale raamwerk rondom veral die gebruik van die narratief beklemtoon, stel hy ook die Skrif en positiewe sielkunde as bronne van kennis oor wysheid in die begeleiding van die pastorant voor – ‘n benadering waarby hierdie studie nou aansluit.

Die motivering vir die studie is dat die literatuurstudie daarop dui dat daar al baie navorsing oor denke in die aanverwante dissiplines, asook vanuit ander godsdienstige tradisies gedoen is, maar dat denkvernuwing en –heiliging vanuit die pastorale teologie en Skriftuurlike benadering, verder onderdersoek kan word. ’n Studie waarin pastorale beraders bemagtig word om pastorante in die vernuwing van denke te begelei, bied die Bybel as norm en bewustheid van Bybelse perspektiewe oor denke en denkvernuwing. So ‘n geestelik-gefundeerde vertrekpunt, aangevul deur inligting uit die verwante dissiplines, mag vir die gelowige as ‘n kragtige motivering vir denkvernuwing wees.

Aan die hand van Osmer se model (2008) is die navorsingsvraag as: Hoe kan die daarstelling van ’n rasioneel-analitiese pastorale model pastorante in die vernuwing van denke begelei? gestel, met verdere vrae om vas te stel wat verkeerde denke veroorsaak: ter beantwoording van die beskrywende aspek, is daar

gefokus op die oorsprong van verkeerde denke, die effek wat dit op die gedragspatrone van pastorante het en op moontlike redes waarom pastorante sukkel om denke te vernuwe of te verander.

Die interpretatiewe aspek van die studie het, deur middel van ‘n diepgaande literatuurstudie, ondersoek watter metodes die aanverwante dissiplines (soos die sielkunde, psigiatrie en neurowetenskap) in die beleiding van denkvernuwing gebruik.

Die normatiewe aspek het, deur middel van die eksegetiese model van Douglas Stuart (2009), ondersoek watter Bybelse perspektiewe op die vernuwing van denke lig kan werp en hoe die gelowige, in die heiligmakingsproses, sy of haar denke volgens hierdie perspektiewe behoort te vernuwe.

Ten slotte het die pragmatiese aspek ondersoek hoe pastorale beraders pastorante in die vernuwing van denke kan begelei. Laasgenoemde is dan ook die doelstelling van die studie deurdat ‘n model ter bemagtiging van pastorale pastorante daargestel is om pastorante in die vernuwing van denke te begelei.

6.2 GEVOLGTREKKINGS VANUIT HOOFSTUK TWEE

’n Literatuurstudie is omskryf as ’n inleidende hoofstuk om dit wat reeds oor die onderwerp bekend is, te verken. Die literatuurstudie in Hoofstuk 2 is gewy aan die beskrywend-empiriese taak om die vraag, ‘Wat is die effek van verkeerde denke (nie-geesbeheerde denke) in die gelowige se lewe?’ te beantwoord. Die term ‘verkeerde denke’ word in die studie as sinoniem vir denke buite die raamwerk van ’n Geesbeheerde lewe gebruik. Positiewe denke daarenteen word, binne die konteks van ‘n Geesbeheerde lewe, beskou as konstruktief en vol van God se vrede, ten spyte van negatiewe omstandighede, eerder as ooroptimistiese, onrealistiese denke.

Eerstens is die ontwikkelling van pastoraat en pastorale wetenskapsvorming bespreek. Praktiese teologie is die term wat in 1830 deur Schleiermacher gemunt is en sedertdien tot ‘n volwaardige wetenskap ontwikkel het met verskeie benaderings (bv. Biblisties) en modelle (bv. die gemeenskapsmodel) wat daaruit voortgespruit het. Die ontwikkeling van pastorale wetenskap het ’n inherente spanning tussen die vertikale verhouding met God en die horisontale verhouding gebasseer op menslike aspekte. Sodoende het Pastorale sorg ook ontwikkel vanuit verskillende perspektiewe, soos byvoorbeeld Adams se streng noutetiese benadering, teenoor Hiltner se benadering wat hoofsaaklik op psigoterapie gebaseer was. Thurneysen het hierna die fokus weer laat skuif na ’n groter beklemtoning van die Woord. Tacke en Louw het uiteindelik pastorale sorg voorgestel as lewenssorg met ’n fokus op die eskatologiese beloftes. Tans word pastorale modelle gebruik in die poging om ’n balans te vind tussen teologiese besinning gebasseer op die Skrif aan die eenkant en, aan die ander kant, die inagneming van teorië vanuit aanverwante dissiplines. Praktiese teologie is gemoeid met die heling en herstel van die verhouding met God, die self, ander mense en die

natuur. Die versorging van die weerlose en die onderrig van die gelowige is twee elemente wat sterk in pastorale sorg na vore kom.

Tweedens is ondersoek hoe denke omskryf kan word en hoe perspektiewe oor denke deur die eeue ontwikkel het. Wat denke en die geestelike dimensie betref, is ondermeer bevind dat wanbegrippe oor God ongesonde verwagtings kan skep. Die individu fokus dikwels op selfverwesenliking en persoonlike geluk, terwyl die fokus inderwaarheid eerder op ‘n intieme verhouding met God moet wees (waaruit daar wel geluk en welsyn mag voortvloei). Op dieselfde manier kan oormatige rigiditeit en moraliteit tot ‘n skeefgetrekte beeld van en verhouding met God lei. Dieselfde geld vir ‘n verdraaide beskouing van God se werke, veral betreffend genesing. Dikwels word die sieke byvoorbeeld blameer dat hy of sy nie “genoeg geloof” het of al hul sondes bely het nie en daarom nie genees word nie. Verkeerde denke oor God veroorsaak dat die “krag van positiewe denke” bloot met die “die krag van geloof” vervang word, dikwels sonder om God se soewereiniteit te erken.

Die verweefdheid van liggaam, siel en gees, maak dit soms moeilik om die invloed van denke op ‘n enkele dimensie te isoleer, maar duidelike voorbeelde van byvoorbeeld die invloed van optimistiese denke uit die mediese wetenskap en die invloed van die selfgesprek, is bespreek. Voortspruitend uit hierdie verweefdheid van die menslike dimensies het, as voorbeeld, die biopsigososiale model ontwikkel. Hiervolgens word die wisselwerking tussen psigologiese, sosiale en kulturele, asook die biochemiese en fisiologiese faktore met betrekking tot siekte in aanmerking geneem. Betekenisvolle bevindinge is hieruit voortvloeiend oor die liggaam-denke verbintenis gemaak. ’n Voorbeeld is dat waar berading saam met medikasie ingespan word, ‘n 20% verhoogde herstel plaasvind as wanneer net medikasie gebruik word. ’n Persoon sou dus kon baat by ’n multi-dissiplinêre benadering waarin die interaksie tussen die liggaamlike (medies), geestelike (pastoraat) en siels- (emosies, wil en denke of psigologiese) dimensies erkenning geniet en aangespreek word. Die verband tussen denke en emosies is baie sterk. So is daar bevind dat daar ’n verband is tussen gesondheidsprobleme wat as gevolg van traumatiese gebeure ontstaan het en die subjektiewe manier waarop die persoon oor die gebeure dink.

Voorts is voorbeelde vanuit ondermeer die kognitiewe terapie rondom die herkonseptualisering van gedagtes om destruktiewe denke soos onlogiese, herhalende of alles-of-niks denke reg te stel, ondersoek. Dit het duidelik geblyk dat denke emosies beïnvloed, wat dan weer gedrag beïnvloed. Denke kan ‘n positiewe, sowel as ‘n negatiewe invloed, op ‘n persoon se welsyn hê. ‘n Voorbeeld is dat emosies, gedagtes, fisiese sensasies en gedrag alles deel van byvoorbeeld depressie vorm. Hartseer is byvoorbeeld, op sigself nie negatief nie. Hartseer kan egter tot depressie aanleiding gee as dit met negatiewe gedagtes gepaardgaan wat spanning, fisiese pyn, moegheid en emosionele wanorde veroorsaak, wat aanleiding kan gee tot ‘n afwaartse, depressiewe spiraal. ‘n Verdere voorbeeld van die verband tussen liggaam, siel en gees

is die verband tussen emosies en gedagtes wat baie bepalend van ‘n persoon se binnegesprek op gebeure is en die binnegesprek wat weer gedrag beïnvloed.

Bostaande is enkele voorbeelde uit die hoofstuk om aan te toon dat daar ‘n belangrike verband tussen denke en al die menslike dimensies is waarvan die pastorale berader moet kennis neem. Geestesgesondheid is in die bewussyn van die mens gesetel, maar word dikwels deur afbrekende denkpatrone gekelder.

6.3 GEVOLGTREKKINGS VANUIT HOOFSTUK 3

Hoofstuk 3 het deur middel van ‘n interpretatiewe literatuurstudie ‘n ondersoek na die verwante dissiplines ten opsigte van die vernuwing van denke gedoen.

Met betrekking tot denke en die gees, is vanuit die pastorale dissipline bevind dat die begrippe siel (*psuchè*), hart (*kardia*) en denke (*nous*) afwisselend in die Woord gebruik word as die kern van persoonlike orïentasie en reaksies. Die menslike respons teenoor God is bewustelik: daar word rasioneel op God se genade reageer en bewustelike besluite gemaak om verantwoordelik voor God te leef. Die implikasie vir pastorale sorg is dat denke sentraal in die terapeutiese benadering staan, om verandering teweeg te bring, dit die denke is wat tot ‘bekering’ moet kom.

Dit plaas ook op die pastorale berader die verantwoordelikheid om met sensitiwiteit vas te stel wat die pastorant se geestelike oortuigings en sienings is en of daar verdraaide perspektiewe aanwesig is. Verdraaide geestelike beskouings en ongesonde verhoudinge in en met die kerk, kan tot emosionele verwonding lei en wat byvoorbeeld mag manifesteer in gedrag soos geestelike verslawing. So ‘n verslawing toon selfs ooreenkomste met chemiese verslawings. Geestelike mishandeling kom egter ook in organisasies voor wanneer gelowiges verneder word, of wanneer die leiersfigure se reaksies vrees ontlok, wat toenemende isolasie en magteloosheid tot gevolg het. Die berader sal dus ook hiervoor moet sensitief wees en die persoon tot kritiese, onafhanklike denke moet begelei.

’n Positiewe uitwerking van geloof, is die bevinding dat ’n geestesgesonde persoon konstruktiewe bydraes kan lewer in die sosiale en geestelike gemeenskap. Die bydrae van ’n persoon wat geestelik gesond is, se antwoorde op vrae oor lewenssin en kwessies soos onreg en sy of haar positiewe lewensbeskouing is waardevol.

Betreffend denke en die siel is emosionele reaksies op snellergebeure en die belangrikheid van die binnegesprek rondom die snellergebeure, ondersoek, asook hoe selfleuens die denke beïnvloed. Ook die rol van lewenssin is onder die loep geneem. Leuens wat ‘n persoon aan hom- of haarself kan vertel wat die denke beïnvloed. Voorbeelde van selfleuens is dat hy of sy altyd suksesvol moet wees of gedurig die verontregte slagoffer van omstandighede is.

In soverre dit denke en die liggaam betref, speel veral die neurowetenskap ’n belangrike rol. Neurowetenskap behels enige wetenskap wat met die struktuur of funksie van die senustelsel en die brein te doen het en verwys na die brein se vermoë om deur herhalende breinafrigting te verander deur mettertyd nuwe senuselroetes te ontwikkel. ’n Aantal voorbeelde wat vanuit die aanverwante dissiplines na vore gekom het, is byvoorbeeld:

Vanuit die psigiatrie is bevind dat gebalanseerde wisselwerking tussen die denke, brein en verhoudings ’n belangrike driehoek vorm wat ’n persoon se welsyn betref.

Om negatiewe gedagtes te herstruktureer tot meer rasionele en gebalanseerde denke, word aanvaarding en verbintenis (*acceptance and commitment therapy (ACT)*) as ontlonting van negatiewe gedagtes in gedragsterapie gebruik.

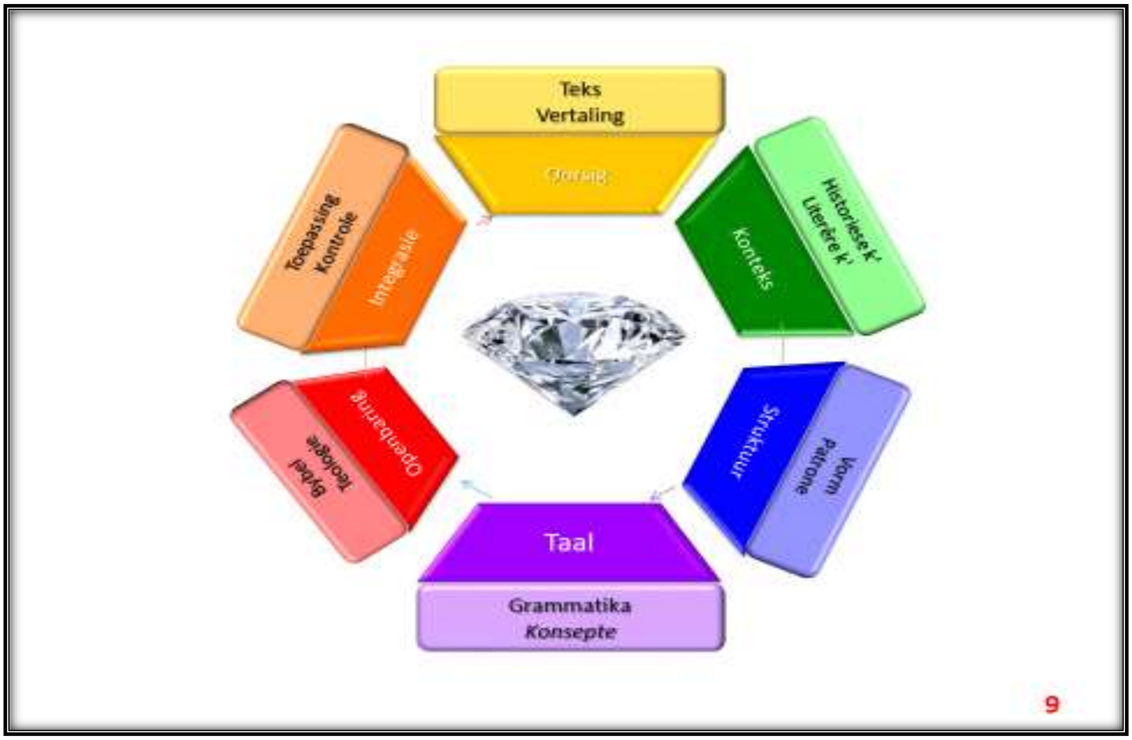
Vanuit die mediese en sielkunde wetenskappe is aangetoon dat misleidende breinboodskappe verslawend kan wees. Hoe meer die persoon die ongesonde gedagte bedink, hoe meer raak die brein daarvan oortuig en reageer op die impuls met ‘n ongesonde of negatiewe reaksie wat tydelike verligting bied en opnuut weer die siklus van misleidende boodskappe, ongemak (impuls of drang), negatiewe reaksie en tydelike verligting tot gevolg het.

Bevindinge rondom neuroplastisiteit het in hierdie hoofstuk duidelik aangetoon hoe denke die brein en dus uiteindelik die welsyn van die persoon, positief of negatief kan beïnvloed. Vir persoonlike welsyn is gebalanseerde wisselwerking tussen die denke, brein en ook verhoudinge met ander persone veral belangrik.

Dit is van groot belang dat die pastorale berader hom of haar vergewis van bevindings uit die aanverwante dissiplines, nie slegs is dit goeie motivering vir pastorante om daarvan kennis te neem nie, maar dit blyk ook dat gelowiges toenemend hulle lewenskwessies op maniere wil oplos wat met hul geloofsoortuigings ooreenstem en hulle dus na pastorale hulp wend wat ingeligheid in hierdie verband verg.

6.4 GEVOLGTREKKINGS VANUIT HOOFSTUK VIER

’n Persoon se lewe word deur sy of haar wêreldbeskouing beïnvloed. Vir Christen gelowiges is die Bybel normatief en vormend en geloof nie uitsluitelik ’n geestelike belewenis nie, maar een wat ook die intellek raak. Na aanleiding van die normatiewe taak van Osmer (2008) se model is vier Bybelgedeeltes aan die hand van die Douglas Stuart model (2009) eksegeties ondersoek met die doel om vas te stel wat die Bybelskrywers oorspronklik in ’n gedeelte bedoel het en hoe die situsie betreffend denke volgens Bybelse perspektiewe daar behoort uit te sien. Stuart (2009) beskryf die model as ‘n diamant met verskillende fasette wat geslyp moet word en sien soos volg daar uit:



Figuur 2: Die “Diamant model” van Stuart (2009), soos voorgestel deur Krüger (2014:3).

Ter wille van bondigheid, sal gevolgtrekkings uit veral die faset “Toepassing en Kontrole” en die integrasie met die gelowige se hedendaagse lewe van die volgende perikope vervolgens weergegee word:

1 Kronieke 28:11-21

Die gedagtes – soos die res van die persoon – vorm deel van die heiligingsproses na bekering. Die bewuste verandering van gedagtes is dus op elke gelowige van toepassing. Volgens 1 Kronieke 28:9 en 10 word gedagtes voor God blootgelê. Die denke is vir God so belangrik dat Hy dit vir valsheid en boosheid, hoe subtiel ookal, deursoek. In hierdie perikoop dra Dawid die voorskrifte vir die bou van die tempel, soos hy dit van God ontvang het, aan Salomo oor. Van die vele sake wat ‘n vader in ‘n slotrede aan sy seun kan noem, staan Dawid by die belangrikheid van gedagtes stil, want ook die gedagtes moet God eer en heilig. Die heiligingsproses van die denke behels aspekte soos die “eerste bekering” wanneer die persoon besluit om sy of haar denke aan God te wy. Voortgaande bekering geskied wanneer die gelowige besef dat daar gedagtes is wat nie volkome aan God gewy en volgens sy wil is nie. Toewyding aan God van die denke is ’n vrywillige offer en herhalend van aard.

Psalm 77

Die integrasie van toepassing en kontrole (vgl. 4.3.2.6) van Psalm 77 het aangetoon dat die skrywer in groot wanhopigheid verkeer het, tot hy die keuse gemaak het om op God se weldade uit die verlede, eerder as op

die negatiewe van die huidige situasie, te fokus. Hierdie bewuste verskuiwing van gedagtefokus het die psalmis in staat gestel om te begryp dat God se weë heilig en dikwels onverstaanbaar is, maar dat God sy volk in die verlede uit baie desperate omstandighede gelei het. Die gelowige beleef ook dikwels beproewinge en uitdagings. Deur gedurig op God se almag en betroubaarheid te fokus, word die geloof egter versterk en die gemoed verlig. Die manier waarop ’n persoon dink, hang saam met die kwaliteit en betekenisvolheid van die persoon se lewe. Die digter van Psalm 77 se denke was op die katastrofe en ellende van sy bepaalde omstandighede gerig, die omvang van sy onsteltenis word in die eerste 10 verse van die psalm aangetoon, wat ’n voorbeeld van nie-konstruktiewe, herhalende negatiewe denke is. Na die psalmdigter se bewuste keuse om op die werklikheid van God se goedheid te fokus, verander sy klaaglied in ’n lofrede.

Matteus 22:34-40

Die fokusvers van Matteus 22:34-40 is vers 37. Om God ook met die “hele verstand lief te hê”, word as die “grootste van die gebooie” beskou – die gebod waaruit liefde vir God en die naaste vloei. Liefde is ‘n allesomvattende toewyding wat aksies insluit en daarna streef om die ander party te behaag. Vrywillige gehoorsaamheid aan God spreek van so ’n liefdestoewyding aan Hom. Anders as geloof en hoop wat op ’n gebeurtenis gerig is, is die liefde gerig op ’n Persoon. Toewyding aan God is nie ’n blinde navolging sonder rasionele besinning nie.

Romeine 12:1-8

Romeine 12:1-8 met verse 1-2 as fokus, het dit duidelik gestel dat die vernuwing van denke deel is van die gelowige se toewyding aan God as ’n “lewende offer”. Die gelowige moet anders as die sondige, gebroke wêreld wees, nie net in gebruike en gedrag nie, maar ook innerlik - wat net moontlik is as God die persoon se denke vernuwe en die rasionele ook in diens van God staan. Die vernuwing van denke is dus ’n belangrike element in die heiligingsproses van die gelowige.

6.5 GEVOLGTREKKINGS VANUIT HOOFSTUK VYF

Hierdie hoofstuk het ten doel gehad om aan die hand van Osmer (2008) se model, die pragmatiese deel van die ondersoek deur ’n rasioneel-analitiese model ter begeleiding van pastorante in die vernuwing van denke voor te stel. Vanuit die Bybelse perspektief van die studie, is hermeneutiese en transdissiplinêre bevindings in die model vervat. Die model van Anderson (1991) is gebruik aangesien dit ’n teoretiese raamwerk daarstel en die funksie en doel van die verandering in kognitiewe prosesse – in hierdie geval betreffend gedagteontwikkeling – omskryf. Volgens die rasioneel-analitiese model van Anderson (1991), word die volgende doelwitte gestel:

- Die doelwitte van die verandering wat in die kognitiewe proses verlang word, is gespesifiseer as die bereiking van gebalanseerde denke, om die negatiewe invloed van denke op die liggaam, siel en gees te beperk en limbiese reaksies te beheer.

- Aspekte van die konteks waarin die kognitiewe proses aangepas moet word, is bepaal as die pastorant se agtergrondskonteks en innerlike genesing, aanvaarding van gedagtes en die toepassing van bewustheid en bestudering van die Bybel ten opsigte van denke.

- Moontlike beperkings wat die kognitiewe proses negatief kan beïnvloed, is die reaksie op snellergebeure en volgens innerlike oortuigings.

- Moontlike gedragsverandering wat behoort plaas te vind na die implementering van die vorige drie punte, is die heiliging van denke en positiewe emosionele -, gedrags- en kognitiewe gevolge.
- Die empiriese bewyse vir gedragsveranderinge om vas te stel of die doelwitte van die kognitiewe proses (soos in die eerste punt uiteengesit) bereik is, is die herstruktuering van denke en groter belewing van Geesbeheerde denke.
- Hierna word die teorie evalueer, herhaal en verfyn.

Volgens bostaande doelwitte is ses stappe daargestel:

6.5.1 Stap 1: Doelwitte rondom die verandering van gedagtes

Die doelwitte word met die pastorant bespreek en dien as motivering vir die aanspreek van verkeerde denkpatrone en innerlike pyn. Die pastorant weet dus dat Geesbeheerde denke tot gebalanseerde denke lei wat konstruktief, realisties-positief en buigsaam is, op watter maniere denke die gees, siel en liggaam positief of negatief kan beïnvloed (bv. om depressie te vererger) en hoe limbiese reaksies logiese denke kan kaap.

6.5.2 Stap 2: Die pastorant se verhaal

Die empatiese luister na die agtergrond en binnekern van die verhaal, verhoog die pastorale berader se begrip van die pastorant se konteks en lei tot voortdurende bespreking van nuwe insigte soos wat die verhaal en belewenisse tydens die beraderingsproses op dieper vlakke ontvou, sodat die pastorant na innerlike heling begelei kan word. Innerlike genesing geskied wanneer ‘n persoon herinneringe aan emosionele en geestelike wonde in gebed voor God kom lê en met sy onvoorwaardelike liefde vervul word sodat die pynlike herinneringe genees en tot verbeterde lewensvaardighede (soos beheer oor snellergebeure) omskep kan word.

‘n Volgende stap is die aanvaarding en bewustheid van emosies en liggaamsensasies. Die aanvaarding, eerder as vermyding, van byvoorbeeld ‘n negatiewe emosie, lei tot emosionele soepelheid. Kognitiewe defusie word ondermeer in die proses gebruik om gedagtes en emosies wat verkeerdelik uit vroeëre gebeure ontstaan het, in die lig van die huidige te beskou en volgens nuwe perspektiewe en waardes te beleef. Die aanleer van bewuste waarneming van gedagtes sonder om daarop te reageer, verbreek die kringloop tussen gedagtes en negatiewe reaksies daarop. Bevindinge dui daarop dat bewustheid bydra tot aandag- en emosionele beheer en dat strukturele verandering in die brein met bewustheid teweeg gebring kan word, wat tot nuwe kringgange in die brein lei. Aanvaarding en bewustheid bevorder ‘n veranderde verhouding met gedagtes, emosies en liggaamsensasie en die gedrag wat daaruit spruit.

Die Griekse woord vir bekering, *metanoia,* beteken letterlik om die denke te verander en die normatiewe waarde van die Skrif is die gelowige se motivering vir verandering. Die model sluit ’n Bybelstudie (sien 6.4 hierbo) in wat deurlopend tydens die beradingsproses bestudeer en bespreek kan word. Hiervolgens kan die pastorant telkens ’n sentrale waarheid uit die Bybelstudie formuleer en op sy of haar lewe van toepassing maak. Aan die hand van die Skrif kan verkeerde oortuigings en selfleuens reggestel word. Die herhaling en vaslegging van Bybelse waarhede word sodoende geïnternaliseer en bring verandering van denke teweeg.

6.5.3 Stap 3: Hanteer moontlike beperkings wat die verandering van denke negatief kan beïnvloed

Beperkings wat denk- en gedragsverandering kan beïnvloed wat aangespreek is, is:

- **Snellergebeure**

  Snellergebeure verteenwoordig persone, plekke, voorwerpe of gebeure wat verwronge denke tot gevolg het. Die snellers is as gevolg van innerlike pyn en veroorsaak verdere innerlike pyn. Die snellerreaksies kan verdere leuens of verdraaide gedagtes rondom die self laat ontstaan en die pastorant reageer daarvolgens wanneer soortgelyke omstandighede voorkom. Bewustheid van snellergebeure help die pastorant om ’n realistiese perspektief daarop te ontwikkel deur vaardighede soos om die relatiewe waarde van die sneller te hersien.

- **Selfgesprek of innerlike oortuigings**

  Die aard van die innerlike oortuigings as gevolg van die snellergebeure, bepaal die emosionele, gedrags- en rasionele gevolge. Bewustheid van hierdie faset gee daartoe aanleiding dat die pastorant daartoe bemagtig word om persoonlike reëls of verwagtinge wat hy of sy van hom- of haarself, ander mense en die wêreld het, reg te stel.

6.5.4 Stap 4: Die ABC van gedagtevernuwing wat aanleiding gee tot gedragsverandering

Hierdie stap is eerstens gemoeid met Bybelse perspektiewe op denke en die heiliging van die denke (Sien ook 6.4 hierbo). Die gelowige sal in hierdie lewe nooit volkome vry van sonde wees nie en terselfdertyd hoef sonde ook nie meer oor hom of haar te heers nie, ook nie ten opsigte van die persoon se denke nie, daarom verg sy of haar denke voortdurende heiliging. Heiliging geskied wanneer lewensaspekte soos gewoontes, verhoudings en denke as goddelik van aard of van goddelike betekenis beskou word en deur die werk van die Heilige Gees, met deelname en verantwoordelikheid van die gelowige, onder beheer van die Gees geplaas word. Die pastorant kom tot die besef dat hy of sy byvoorbeeld nie beheer oor snellergebeure gehad het nie, maar wel ’n keuse van binnegesprek en reaksie daarop het.

Tweedens sal heiliging van denke ook die mens se emosies beïnvloed en sal emosies soos liefde, vreugde en geduld (Gal 5:22) toenemend na vore kom soos wat die pastorant sy of haar negatiewe gedagtes en emosies onder beheer van die Gees plaas. Daar moet onderskei word tussen gesonde en ongesonde negatiewe emosies. Eersgenoemde is byvoorbeeld besorgdheid oor X en lei tot konstruktiewe oplossings. Hierteenoor is angstigheid ’n ongesonde negatiewe emosie wat rasionele denke aan bande kan lê.

Gedragsveranderinge volg op denkvernuwing. Daar moet egter onderskei word tussen openlike gedrag en impulse om op ’n bepaalde manier op te tree, hoewel dit nie tot werklike gedrag oorgaan nie. Laasgenoemde kan ’n aanduiding van verskuilde irrasionele denke wees wat ’n hersiening van 6.5.3 (hierbo) verg.

Die kognitiewe gevolge van denke sluit die versteuring of outomatisering van denke in, byvoorbeeld rigiede en ekstreme denkpatrone, soos katastrofiese denke en alles-of-niks denke. As die pastorant se innerlike oortuigings disfunksioneel is, is die optrede waarskynlik ook disfunksioneel. Destruktiewe innerlike oortuigings en situasies waarin dit gesneller word, moet dus vasgestel en reggestel word.

Stap 6.5.5 Stap 5: Gedagteverandering wat aanleiding gee tot gedragsverandering

Die pastorant word tot insig gebring van hoe Geesbeheerde denke lyk en wat die uitwerking daarvan op sy of haar lewe sal hê.

- **Herstrukturering van gedagtes**

  Die pastorant word daartoe begelei om irrasionele oortuigings te identifiseer, te beredeneer en met die Skrif en Geesbeheerde, rasionele denke te vergelyk deur byvoorbeeld te vra of die gedagte op grond van werklike getuienis ontstaan het, of op ’n aanname, of ’n selfleuen wat as gevolg van innerlike pyn ontstaan het. Soos wat innerlike groei en heling toeneem, word die ou oortuigings en wanvoorstellings reggestel en logies beredeneer.

- **Uitwerking van Geesbeheerde gedagtes**

  Om soos Christus te dink, bring op sigself groter vrede en vreugde, maar bring ook mee dat denke dan verander in gesonde, positiewe en gebalanseerde denke. Geesbeheerde denke beïnvloed die ingesteldheid teenoor die lewe, die ontwikkeling van intellektuele prosesse, ’n sensitiwiteit ten opsigte van vooroordele, motiewe en aannames en verg die volgende:

  - toets/ondersoek/bewys (Gal 6:1-4) - eerlike selfkritiek, want die gelowige se gedagtes is ook onrein,
  - vernuwe (Rom 12:2) - die resultaat van getoetsde gedagtes lei tot gedagtes soos die van God (Ef 4:23). Hersiene, reggestelde denke en deurlopende vernuwing van die persoon as geheel (Kol 3:9-10),
  - heiliging - as die denke na die beeld van Christus herskep word en ‘n lewe wat Godsvrug openbaar (Fil 2:1-5) en geskied as gevolg van die werk van die Gees, sowel as die keuses van die gelowige ten opsigte van sy of haar denke.

Geesbeheerde denke lei tot nuwe innerlike oortuigings en dus tot nuwe reaksies en optrede.

6.5.6 Stap 6: Herhaling en verfyning van die teorie

Die teorie word ge-evalueer deur, tydens elke sessie, die pastorant se denke te monitor ten opsigte van die Skrif waarhede en beheer oor snellergebeure, innerlike oortuigings en die gevolglike reaksies daarop. Waar nodig, word stappe herhaal en weer getoets.

6.6 FINALE GEVOLGTREKKINGS

Die navorsingsvraag “Hoe kan die daarstelling van ’n rasioneel-analitiese pastorale model pastorante in die vernuwing van denke begelei?” is met hierdie studie beantwoord. Pastoraat is nie net met die individu nie, maar ook met die groter sosiale konteks gemoeid. Denke raak die individu, maar ook sy of haar verhoudings met ander, sowel as die persoon se wêreldbeskouing en ingesteldheid teenoor die gemeenskap. Optrede kan nie verander as denke nie verander nie. Suid-Afrikaners – ongeag van waar hulle hulle op die sosiale en politieke spektrum bevind – ly dikwels aan verlammende slagoffer sindroom, wat hulle onmagtig laat om konstruktiewe oplossings vir die land of hul eie probleme te bedink. Daarenteen lei gebalanseerde, konstruktiewe denke tot strategieë om negatiewe gebeure meer oplossingsgerig te benader. Veranderde denke kan dus ’n positiewe rol in die samelewing, maar ook op individuele vlak speel.

Beraders word dikwels gekonfronteer met beradingsgevalle waar dit voorkom of weinig verandering plaavind**,** ten spyte van die begeleiding en of die pastorant se probleme s**o** omvattend is**,** dat die pastorale berader oorweldig voel en nie weet watter roete om in die begeleiding te volg nie. Dit blyk dat denke ten opsigte van al die menslike dimensies **’**n kritiese rol in die welsyn van alle mense speel. Die model bied goeie struktuur en toegang tot die bevindinge van die aanverwante dissiplines, maar is ook deeglik in die Woord gegrond, is prakties en buigbaar om by die onderskeie pastorante se situasie**s** aangepas te word.

Die onweerlegbare Bybelse waarhede rakende die denke en inagneming van die daarby aansluitende ontwikkeling in dissiplines soos die kognitiewe sielkunde en neurowetenskap, bied – sonder die prysgee van pastorale identiteit – inligting rakend die kognitiewe proses van denke, die brein en handeling wat tot voordeel van pastorante op talle lewensgebiede toegepas kan word.

Konstruktiewe, positiewe denke word nie as onrealistiese en ooroptimistiese denke beskou nie, maar as denke wat ondanks omstandighede, ten diepste vol van die vrede van God en in hoopsverwagting gesetel is en dit is tot die begeleiding hiertoe wat pastorale beraders deur middel van die model bemagtig word.

6.7 VOORGESTELDE AREAS VIR VERDERE NAVORSING

Pastorale beraders kan baat by verdere navorsing rondom die volgende areas:

- Meer inligting rondom die limbiese reaksie wat ‘n tydelike staking (amigdala kaping) van logiese denke tot gevolg kan hê en hoe om dit te beheer deur die aktivering van die korteksfunksie word aanbeveel. Navorser het na aanleiding van ‘n gesprek met ‘n sielkundige van hierdie aspek (en aanvaarding van die gedagte, sien die volgende punt) bewus geraak en dit daarom ondersoek, maar dit is nie inligting wat in die algemene navors van inligting betreffend denke na vore gekom het nie. ’n Pastorale fokus op die aanknopingspunt hiervan sal waarde toevoeg.

- Ook die invloed van die aanvaarding van ‘n gedagte (*acceptance and commitment therapy*), speel ‘n belangrike rol in denkvernuwing, wat huidig onderspeel word. In gesprek met ‘n persoon wat onlangs vir ‘n angs- en depressie toestand gehospitaliseer is en tans psigiatriese en sielkundige begeleiding ondergaan, het die navorser daarvan bewus geraak dat die persoon voortdurend sy negatiewe gedagtes probeer onderdruk en beveg wat tot sporadiese oorreaksie ten opsigte sy belewenisse en gedrag gelei het. Bewustheid, aanvaarding van negatiewe gedagtes en die “laat gaan” daarvan, sou baie van die innerlike spanning en negatiewe reaksie by die persoon kon verlig. Die pastorale berader kan ’n groot rol speel om persone wat aan angs- en depressiewe versteurings ly, te begelei om innerlike vrede en vertroue in God te vind en innerlike wonde te genees.

- Ten opsigte van die geloofslewe, sal verdere navorsing ten opsigte van die “geloofs-irrasionaliteit” wat soms by gelowiges voorkom, gelowiges help om onderskeidend en gebalanseerd te kan dink rondom aspekte soos genesing en geestelike manipulasie of mishandeling wat soms in kerke voorkom. Positiewe denke word byvoorbeeld dikwels met irrasionele, onrealistiese gedagtes verwar. Verdere navorsing ten opsigte van hierdie aspek kan die pastorale berader bemagtig.

- Inligting op die gebied van die neurowetenskap groei teen ‘n vinnige tempo en groter insig ten opsigte van die fisiese komponent, byvoorbeeld neuroplasitisiteit, is van groot belang vir die pastorale begeleidingsproses.

BRONNELYS

Ackrill, J.L.A. 1975. The concise encyclopedia of Western philosophy and philosophers. Cape Town: Cape & Transvaal Limited.

Adams, J.E. 1970. Competent to counsel. Nutley, N.Y.: Presbyterian and Reformed Publishers.

Adams, J., Khan, H.T.A. & Raeside, R. 2007. Research methods for graduate business and social science students. Thousand Oaks, California: Sage Publications.

Alexander, M., Francisco, L.N. & Koenig, H.G. 2006. Religiousness and mental health: a review. *Revista Brasileira de Psiquiatra*, 28(3):242-249.

Anderson, J.R. 1991. Is human cognition adaptive? *Behavioral and Brain Sciences*, 14(1):471–517.

Banks, S. 1998. The missing link. Canada: Salt Spring Island, International Human Relations Consultants.

Beentjes, P.C. 2008. Tradition and transformation in the book of Chronicles. Leiden and Boston: Brill.

Beers, R.A. 2005. 1 Chronicles. (*In* Barton, B.B., Beers, R.A., Galvin, J.C., Neff, L., Taylor, L.C. and Veerman, D.R. Life Application Study Bible. Grand Rapids, MI. & Carol Stream, IL: Zondervan. p. 595 – 645).

Brown, T. 2000. Commentary on Matthew 22. [Web:] https://www.blueletterbible.org/Comm/jfb/Mat/Mat_022.cfm. Datum van gebruik: 26 March 2018.

Browning, D. 2010. Reviving Christian humanism: the new conversation on spirituality, theology and psychology. Minnesota: Fortress Press.

Brunsdon, A.R. 2015. Wisdom as outcome of the pastoral process: reflections on a positive pastoral narative approach. *In die Skriflig,* 49(3):1-8.

Burden, J. 2007. Psalms. (*In* Vosloo, W. & Janse van Rensburg, F.J. reds. Die Bybel in Praktyk. 4e uitg. Vereeniging: Christelike Uitgewersmaatskappy. p. 1908-1932.)

Cahoy, E. 2017. Empirical research in education and the behavioral/social sciences. [Web:] http://guides.libraries.psu.edu/emp Datum van gebruik: 04 April 2018.

Carson, D.A. & Moo, D.J. 2012. An introduction to the New Testament (2nd ed.). Nottingham: Apollos Ian imprint of Inter-Varsity Press.

Clinebell, H.J. 1966. Basic types of pastoral counseling: new resources for ministering to the troubled. Nashville: Abingdon.

Clinebell, H.J. & McKeever, B.C. 2011. Basic types of pastoral care and counseling: resources for the ministry of healing and growth. Nashville, TN: Abingdon Press.

Clinton, T. & Sibcy, G. 2012. Christian counseling, interpersonal neurobiology and the future. *Journal of Psychology and Theology*, 40(20):141-145.

Clinton, T. & Ohlschlager, G. 2002. Competent Christian counseling. Foundations and practice of compassionate soul care. Vol. 1. Colorado Springs: WaterBrook Press.

Coetzer, W.C. 2006. Pastorale implikasies van die liggaam/denke verbintenis. *Verbum et Ecclesia*, 6(3): 775-793.

Coetzer, W.C. 2010. Toksiese godsdiens. [Web:] http://www.wentzelcoetzer.org/index.php/af/13-afr/akademiese-artikels/34-godsdiens-middel-tot-verslawing-of-tot-heling. Datum van toegang: 17 Januarie 2018.

Collins, G.R. 2005. Die A tot Z van berading. 1e uitg. Kaapstad: Struik Christelike Boekhandelaars.

Constable, T. 2017. Notes on Psalms. [Web:] https://www.planobiblechapel.org/tcon/notes/html/ot/psalms/psalms.htm Datum van toegang: 06 Mei 2019.

Conversano, C., Rotondo, A., Lensi, E., Della Vista, O., Arpone, F. & Reda, M.A. 2010. Optimism and its impact on mental and physical well-being. *Clinical Practice and Epidemiology in Mental Health*, 6(1):25-29.

Crabb, L.J. 1977. Effective Biblical counselling. Grand Rapids, MI: Zondervan.

Crabb, L.J. 1987. Understanding people: why we long for relationships. Grand Rapids, MI: Zondervan Publishing.

Crabb, L.J. 1993. Finding God. Grand Rapids, MI: Zondervan.

Crabb, L.J. 1997. Effective Biblical counseling: a model for helping caring Christians become capable counselors. Grand Rapids, MI: Zondervan Publishing House.

Crabb, L.J. 2005. Connecting. Nashville,TN: W Publishing Group.

Crane, A.M. 2009. Right and wrong thinking and their results. [Web:] https://books.google.co.za. Datum van gebruik: 15 January 2018.

Cranfield, C. E. B. 2004. The epistle to the Romans 1–8 (Vol. 1), (*In* C. Tukett & G.I. Davies, International critical commentary series. King's Lynn: T&T Clark Ltd. p. 1–2).

Crick, N.R. & Dodge, K.A. 1994. A review and reformulation of social information-processing mechanisms in children's social adjustment. *Psychological Bulletin*, 115(1):74-101.

Deacon, B.J., Fawzy, T.I., Lickel, J.J. & Wolitzky-Taylor, K.B. 2011. Cognitive defusion versus cognitive restructing in the treatment of negative self-referential thoughts: an investigation of process and outcome. *Journal of cognitive psychotherapy: an international quarterly,* 25(3):219-234.

De Klerk, W.J. 1963. Die pastorale gespreksontmoeting: ŉ prinsipiële studie. Potchefstroom: Pu vir CHO. (Skripsie – ThM).

DeSilva, D.A. 2004. An introduction to the New Testament contexts, methods and ministry formation. Illinois: Inter-Varsity Press.

De Vos, A.S., Strydom, H., Fouché, C.B. & Delport, C.S.L. 2005. Research at grass roots: for the social sciences and human service professions. 3rd ed. Pretoria: Van Schaik Publishers.

Demasure, K. & Muller, J. 2006. Perspectives in support of the narrative turn in pastoral care. *Dutch Reformed Theological Journal*, 47(3):410-419.

Diamond, A. & Amso, D. 2008. Contributions of neuroscience to our understanding of cognitive development. *Current Directions in Psychological Sciences,* 17(2):136–141.

Dickens, C., McGowwan, L., Percival, C., Tomeson, B., Cotter, L., Heagerty, A. & Creed, F. 2008. Negative illness perceptions are associated with new-onset depression following mycoardial infarcation. *General Hospital Psychiatry,* 30(5):414-420.

Du Plessis, A.L. 2007. Die rol van gebed by die proses van innerlike genesing – ‘n pastorale studie. Potchefstroom: Noordwes-Universiteit. (Proefskrif – D.Th. Pastoraal).

Du Rand, J.A. 2007a. 1 Korintiërs. (In Vosloo, W. & Janse van Rensburg, F.J. *reds*. Die Bybel in Praktyk. 4e uitg. Vereeniging: Christelike Uitgewersmaatskappy. p. 1755-1783).

Du Rand, J.A. 2007b. 1 Johannes. (In Vosloo, W. & Janse van Rensburg, F.J. *reds.* Die Bybel in Praktyk. 4e uitg. Vereeniging: Christelike Uitgewersmaatskappy. p. 1960-1963).

Ehring, T. & Watkins, E.R. 2008. Repetitive negative thinking as a transdiagnostic process. *International Breaking Journal of Cognitive Therapy,* 1(3):102-205.

Elander, J., Robinson, G. & Mitchell, K. 2000. An assessment of the relative influence of pain coping, negative thoughts about pain, and pain acceptance on health-related quality of life among people with hemophilia. *Pain,* 145(1-2):169-170.

Ellis, A. 2001. Feeling better, getting better, staying better: profound self help therapy for your emotions. Oakland, CA: Impact Publishers, Inc.

Evans, G.R. 2000. A history of pastoral care. London and NY: Cassell.

Farina, G. 2014. Some reflections on the phenomenological method. *Dialogues in Philosophy, Mental and Neuro Sciences*, 7(2):50–62.

Ferreira, A.M. 2014. ʼn Pastorale ondersoek na die inrigting van geestelike en emosionele herstel in kontemporêre modelle vir innerlike genesing. Potchefstroom: Noordwes-Universiteit. (Proefskrif – D.Th. Pastoraal).

Frunza, S. 2017. Positive thinking as a moral and existential virtue. *Revista de Cercetare si Interventie Sociala*, 1(59): 261-276.

Ghodsbin, F., Safaei, M., Jahanbin, I., Ostovan, M.A. & Keshvarzi, S. 2015. The effect of positive thinking training on the level of spiritual well-being among the patients with coronary artery diseases referred to Imam Reza specialty and subspecialty clinic in Shiraz, Iran: A randomized controlled clinical trial. *Arya Atheroschlerosis*, 11(6): 2015>PMC4738044. Datum van gebruik: 5 Julie 2017.

Gills exposition of 1 Chronicles 28. Bible Hub online commentaries. http://biblehub.com/commentaries/gill/1_chronicles/28.htmible Datum van gebruik: 22 February 2018.

Goleman, D. 2006. Emotional intelligence: why it can matter more than IQ. NY: Bantam Books.

Gotink, R.A, Meijboom, R., Vernooij, M.W., Smits, M. & Hunink, M.G.M. 2016. 8-week mindfulness based stress reduction induces brain changes similar to traditional long-term meditation practice – A systematic review. *Brain and Cognition*, 108:32–41.

Greenberger, D. & Padesky, A. 2016. Mind over mood (2nd ed). NY: Guillford Press, Inc.

Grubbs, J.B. & Hook, J.N. 2016. Religion, spirituality and sexual addiction: A critical evaluation of converging fields. *Sexual addiction and compulsivity*, 23(2/3):155-166.

Grudem, W. 1994. Systematic theology: an introduction to Biblical doctrine. Leicester: Inter-Varsity Press.

Grudem, W. 2000. Systematic theology: an introduction to Biblical doctrine. 2nd ed. Leicester: Inter-Varsity Press.

Hamidi, F. & Hosseine, Z.M. 2010. The relationship between irrational beliefs and social, emotional and educational adjustment among junior students. *Procedia Social Behavioral Sciences*, 5:1631-1636.

Hantla, B.F. 2014. Noetic sanctification: Using critical thinking to facilitate sanctification of the mind. *Christian perspectives in education,* 7(1):1-22.

Hardy, J. & Oliver, E.J. 2014. Self-talk, positive thinking, and thought stopping. Encyclopedia of sport and exercixe psychology. California: Sage.

Harrington, A. & Dunne, J.D. 2015. When mindfulness is therapy: ethical qualms, historical perspectives. *American Psychologist,* 70(7): 621–631.

Harris, R. 2006. Embracing your demons: an overview of acceptance and commitment therapy. [Web:] https://actmindfully.com.au/upimages/Dr Russ Harris - A Non-technical Overview of ACT.pdf Datum van gebruik: 17 September 2017.

Harsch, H. 1976. Theorie und praxis des beratenden Gesprächs. Munchen: Kaiser.

Harvard Business Review. 2003. Breakthrough ideas for tomorrow's business agenda. [Web:] https://hbr.org/2003/04/breakthrough-ideas-for-tomorrows-business-agenda Datum van gebruik: 25 November 2017.

Hayes, S. 2004. Acceptance and commitment therapy, relational frame theory, and the third wave of behavioral and cognitive therapies. *Behavior Therapy,* 35(4):639–665.

Heyns, J.A. & Jonker, W.D. 1977. Op weg met die teologie. Pretoria: N.G. Kerkboekhandel.

Heyns, L.M. & Pieterse, H.J.C. 1990. A primer in practical theology. Pretoria: Gnosis.

Heyns, L.M. & Pieterse, H.J.C. 1998. Eerste treë in die praktiese teologie: Pretoria: Gnosis Standaardboekhandel.

Hill, A.E. & Walton, J.H. 2000. A survey of the Old Testament (2nd ed.) Grand Rapids, MI: Zondervan.

Hiltner, S. 1959. The Christian shepherd. *Pastoral Psychology,* 10(2):47-54.

Hiltner, S. 1970. Pastoral counseling. Nashville: Abingdon.

Hofmann, S.G, Sawyer, A.T. & Fang, A. 2010. The empirical status of the "new wave" of cognitive behavioral therapy. *Psychiatric Clinics of North America,* 33(3):701–710.

Hogue, D.H. 2010. Brain matters: neuroscience, empathy and pastoral theology. *The Journal of Pastoral Theology,* 20(2):25-55.

Hollinger, D.P. 2005. Head, heart and hands: bringing together Christian thought, passion and action. Illinois: InterVarsity Press.

Hollon, S.D. & Kendall, P. 1980. Cognitive self-statements in depression: development of an automatic thoughts quistionnare. *Cognitive Therapy and Research*, 4(1):383-395.

Horrell, D.G. 2013. The peaceable, tolerant community and the legitimate role of the State: ethics and ethical dilemmas in Romans 12.1–15.13. [Web:] https://ore.exeter.ac.uk/repository/bitstream/handle/10036/48034/Rom%20125.pdf?sequence=1&isAllowed=y Datum van gebruik: 18 Maart 2018.

Hunter, A. 2009. A (very) brief history of neuroscience. Brain World. [Web:] http://brainworldmagazine.comBrain /a-very-brief-history-of-neuroscience/ Datum van gebruik: 20 Julie 2017.

Jacob, G., Van Genderen, H. & Seebauer, L. 2014. Thinking patterns: a schema negative therapy self-help and support book. ProQuest E-book. http://bookcentral.ProQuest.com/lib.northnwu-ebooks. Datum van gebruik: 30 Januarie 2018.

Janse van Rensburg, F. J. 2007. Romeine. (In Vosloo, W. & Janse van Rensburg, F.J., *reds.* Die Bybel in praktyk. Vereeniging: Christelike Uitgewersmaatskappy. p. 1723 – 1752).

Kaiser, W.C. & Silva, M. 2007. Introduction to Biblical hermeunics: the search for meaning. Grand Rapids, MI: Zondervan.

Keller, K.H. 2016. Development of a spiritual abuse questionnaire. Dissertation. Texas Woman/s University, College of Arts and Sciences.

Khoury, B., Sharma, M., Rush, S.E. & Fournier, C. 2015. Mindfulness-based stress reduction for healthy individuals: A meta-analysis. *Journal of Psychosomatic Research.* 78(6):519–528.

Koenig, H.G., McCullough, M.E. & Larson, D.B. 2001. Handbook of religion and health. New York, NY US: Oxford University Press.

König, A. 2006. Die groot geloofswoordeboek. Vereeniging: Christelike Uitgewersmaatskappy.

Kowalczyk, A. 1998. The genre of the gospel of Matthew. *Folia Orientalia,* 34(1):45-52.

Krüger, P.P. 2014. Exegesis: a companion to Douglas Stuart’s Old Testament exegesis. Potchefstroom: Faculty of Theology, North-West University.

Labuschagne, F.J. & Eksteen. L.C. 1993. Verklarende Afrikaanse woordeboek. Pretoria: J.L. van Schaik (Edms) Beperk.

Law, S. 2007. Philosophy: history, ideas, theories, who’s who, how to think. London: Dorling Kindersley.

Levine, A.Z. & Warman, D.M. 2016. Intrusive thoughts in non-clinical subjects: the role of frequency and unpleasantness on appraisal ratings and control strategies. *Psychiatric Research*, 245(1):207-216.

Lickerman, A. 2011. Blog entry 28 Dec 2011: 5 steps to changing any behavior. https://www.psychologytoday.com/blog/happiness-in-world/200910/5-steps-changing-any-behavior. Datum van gebruik: 12 Februarie 2017.

Lopes, V.M. 2011. The relationship of emotions, motives and thoughts to reactive aggression. NY: St. John’s University.

Lockman Foundation. 1998. NAS Exhaustive Concordance of the Bible with Hebrew-Aramaic and Greek Dictionaries www. Lockman.org http://biblehub.com/hebrew/1897.htm Datum van gebruik: 9 Maart 2018.

Lotter, G.A. 2001. The “reformation” of counseling. *In die Skriflig,* 35(2):317-329.

Lotter, G.A. 2004. Pastorale teologie: voëlvlug en (voorlopige) landing. Intreerede no. 185. Noordwes-Universiteit. http://dspace.nwu.ac.za/handle/10394/6352. Datum van gebruik: 30 Januarie 2017.

Louw, J.P. & Nida, E.A. Online dictionary of Greek translation. [Web:] http://www.laparola.net/greco/louwnida.php. Datum van gebruik: 6 Mei 2019.

Louw, D.J. 1988. Waarom? Daarom!: gedagtes oor lyding. Kaapstad: Lux Verbi.

Louw, D.J. 1998. A pastoral hermeneutics of care and encounter: a theological design for a basic theory, anthropology, method, and therapy. Kaapstad: Lux Verbi.

Louw, D.J. 1999. Pastoraat as vertolking en ontmoeting: teologiese ontwerp vir ŉ basisteorie, antropologie, metode en terapie. Kaapstad: Lux Verbi.

Louw, D.J. 2000. A pastoral hermeneutics of care and encounter: a theological design for a basic theory, anthropology, method and therapy. Kaapstad: Lux Verbi.

Louw, D .J. 2003. The paradigmatic revolution in practical and pastoral theology: from metaphysics (substantial thinking) to empirism (experiental thinking), from theism to theopaschitism (hermeneutical thinking). *Practical Theology in South Africa,* 18(2):33-58.

Louw, D.J. 2005. Ratwerke van die menslike siel. Stellenbosch: Sun Press.

Louw, D.J. 2008. Cura Vitae: illness and the healing of life. Kaapstad: Lux Verbi.

Louw, D.J. 2012. Network of the Human Soul: on identity, dignity, maturity and life skills. Stellenbosch: Sun Press.

Louw, D.J. 2014. Icons imaging the unseen: on beauty and healing of life, body and soul. Stellenbosch: Sun Press.

MacIntyre, A. After virtue: A study in moral theory. 2nd ed. London: Duckworth.

Marshall, C. & Rossman, G.B. 1999. Designing qualitative research. 3rd ed. London: Sage.

McConville, J.G. 1986. 1 Chronicles 28:9: Yahweh ‘seeks out’ Solomon. *The journal of theological studies*, 37(1):105-108.

McDowell, J. & Hostetler, B. 1996. Handbook on counseling youth: a comprehensive guide for equipping youth workers, pastors, teachers, parents. Nashville, Tennesee: W Publishing Group, a division of Thomas Nelson, Inc.

Merriam-Webster. 2017. “Thinking”. https://www.merriam-webster.com/dictionary/thinking

Merriam-Webster. 2018. “Constantly”. https://www.merriam-webster.com/thesaurus/constantlyJ(https://www.merriam-webster.com/dictionary).

Miller, A.J. 2016. The spiral staircase: a narrative approach to pastoral conversation. *Journal of Pastoral Care & Counseling,* 70(1):26-33.

Miller-McLemore, B.J. 2012. The Wiley-Blackwell companion to practical theology. 1st ed. New Jersey: Blackwell Publishing.

Milton, S.T. 1974. Biblical hermeneutics: a treatise on the interpretation of the Old and New Testaments. Grand Rapids, MI: Zondervan Publising House.

Miron-Shatz, T.D., Diener, E., Doniger, G.M., Moore, T. & Saphire-Bernstein, S. 2013. Charting the internal landscape: affect assosicated with thoughts about major life domains explains life satisfaction. *Judgment and decision making,* 8(5):603-616.

Monson, C.M. & Shnaider, P. 2014. Treating PTSD with cognitive-behavioral therapies: interventions that work. Washington, DC: American Psychological Association.

Morgan, T.J. 2018. Introduction to ‘Roman faith and Christian faith’. *Religious studies: An internaltional journal for the philosophy of religion,* 54(4):563-568.

Mottamed-Jahromi, M., Fereidoni, Z. & Dehqhan, A. 2017. Effectiveness of positive thinking training program on nurses' quality of work life through smartphone applications. *International Sholarly Research,* May 2017: 4965816. https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5446857/ Datum van gebruik: 19 September 2018.

Muller, D. J. 2018. Heiligheid. Facebook videogreep, N.G. Gemeente Prieska. 12 Junie 2018.

Müller, J.C. 2011. Postfoundational practical theology for a time of transition. *Hervormende Teologiese Studies,* 67(1):1-10.

Nadler, R. 2009. “What was I thinking?” Handling the hijack. https://www.psychologytoday.com/files/attachments/51483/handling-the-hijack.pdf Datum van gebruik: 7 April 2018.

Nordqvist, C. 2017. What is neuroscience? Departement of Neuroscience, Medical Centre, Georgetown University. https://neuro.georgetown.edu/about-neuroscience. Datum van gebruik: 7 April 2018.

Osmer, R.R. 2008. Practical theology – an introduction. Grand Rapids: Eerdmans

Pennebakker, J.W. 1995. Writing about emotional experiences as a therapeutic process. http://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1111/j.1467-9280.1997.tb00403.x?journalCode=pssa. Datum van gebruik: 2 Oktober 2017.

Pienaar, H.E. 2012. Overture to practical theological facilitation. *Nederduits Gereformeerde Teologiese Tydskrif,* 53(3-4):241-255.

Phillips, R. E. & Kitchens, M.B. 2016. Augustine or Philistine? College students sanctification of learning and its implications. *The International Journal for the Psychology of Religion,* 26:80-94.

Pransky, J. 2003. Prevention from the inside-out. Bloomington, Illionios: First Books Library.

Pretorius, S.P. 2009. Is “divine healing” in the “faith movement” founded on the principles of healing in the Bible or based on the power of the mind? *HTS: Theological Studies,* 65(1): 1-7.

Rees-Evans, D.A.K. 2012. Exploring the three pinciples-based model in a school environment: does exposure of the principles of mind, consiousness and thought lead to an increase in psychological well-being for staff and pupils? University of Essex, Essex.   (Dissertation –M.Sc. School of Health and Human Sciences). http://serenitytrust.com.au/downloads/Dissertation2. Datum van gebruik: 19 Februarie 2017.

Ragan, K., Pugh, L., Degnan, A. & Berry, K. 2016. Associations between coping, thought control and psychological distress. *The Cognitive Behaviour Therapist, 9,* E16. https://www.cambridge.org/core/journals/the-cognitive-behaviour-therapist/article/associations-between-coping-thought-control-and-psychological-distress/F69F61AD9DBB614BD92CB427C0EDA28A. Datum van gebruik: 25 November 2017.

Robinson, R. 1975. The concise encyclopedia of Western philosophy and philosophers. Cape Town: Cape & Transvaal Printers Limited.

Roddy, B. 1976. Solomon, the chosen temple builder: The significance of 1 Chronicles 22, 28 and 29 for the theology of Chronicles. *Journal of Biblical literature*, 95(4):581-590.

Rood, L., Roelofs, J., Bögels, S.M. & Alloy, L.B. 2010. Dimensions of negative thinking and the relations with symptoms of depression and anxiety in Children and adolescents. *Cognitive Therapy and Research,* 34:333-342.

Rossouw, G. 2015. Thinking about thoughts in practising psychotherapy. *Indo-Pacific Journal of Phenomenology*, 15(2):1-8.

Roux, L. 2013. Destructive thinking within religion: a psycho-pastoral approach. Stellenbosch: Stellenbosch University. (Mini-dissertation – M.Th Pastoral Care and Counseling).

RSG. (Radio Sonder Grense). 29 April 2018. Uit ‘n ander hoek. http://www.rsg.co.za/potgooi-soek.asp Datum van gebruik: 1 Mei 2018. [Webaflaai]

Sanna, L.J. & Chang, C.E. 2006. Judgments over time: the interplay of thoughts, feelings, and behaviour. Oxford: Oxford University Press.

Schwartz, J.M., Stapp, H.P. & Beauregard, M. 2005. Quantum physics in neuroscience and psychology: a neurophysical model of mind–brain interaction. *Philosophical Transactions of the Royal Society London: Biological Science,* 360(1458):1309-1327.

Schwartz, J.M. & Gladding, R. 2012. You are not your brain: the 4-step solution for changing bad habits, ending unhealthy thinking, and taking control of your life. New York: Penguin Group (USA), Inc.

Scott, I.W. 2018. ‘Your reasoning worship’: Λογικος in Romans 12:1 and Paul’s ethics of rational deliberation. *Journal of theological studies,* 69(2):500-532.

Seligman, M.E.P. & Csikszentmihalyi, M. 2000. Positive psychology: an introduction. *American Psychologist,* 55(1), 5-14.

Scheier, M.F., Matthews, K.A., Owens, J.F., Magovern, G.J., Lefebvre, R.C., Abbott, R.A. & Carver, C.S. 1989. Dispositional optimism and recovery from coronary artery bypass surgery: the beneficial effects on physical and psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6):1024-1040.

Shpancer, N. 2010. Emotional acceptance: Why feeling bad is good. [Web:] https://www.psychologytoday.com/us/blog/insight-therapy/201009/emotional-acceptance-why-feeling-bad-is-good. Datum van gebruik: 23 Maart 2018.

Siegel, D.J. 2010. Integrating interpersonal neurobiology with group psychoterapy: reflections on mind, brain and relationships in group psychotherapy. *International Journal of Group Psychotherapy*, 60(4): 483-485.

Smit, W.A. 1960. Pastoraal psigologiese verkenning van die client-centered terapie van Carl R. Rogers. Kampen: Kok.

Smuts, A.J., 1969. Die pastorale gesprekvoering. Pretoria: UP. (Proefskrif – DD).

Spohn, W. 2002. The Many facets of the theory of rationality. *Croatian Journal of Philosophy*, 2(6):249-264.

Spurgeon, C.H. 2011. The treasury of David: Ps 77. Digital edition.

Stern, D. 1992. Jewish New Testament commentary. A companion volume to the Jewish New Testament. Clarksville, MD: Jewish New Testament Publications, Inc.

Strauss, D. 2010. Die uniekheid van die menslike denke. *Litnet Akademies*, 7(2):193-219.

Stuart, D. 2009. Old Testament exegesis: a handbook for students and pastors. 4th ed. Louisville, KY: Westminister John Knox Press.

Strong. J. 2010. The new Strong’s exhaustive concordance of the Bible. Nashville, TN: Thomas Nelson Publishers.

Soulen, R.N. & Soulen, R.K. 2001. Handbook of biblical criticism. Louisville, KY.: Westminster John Knox Press.

Sumers, K.M. 2017. The logikE latreia of Romans 12:1 and its interpretation among Christian humanists. *Perichoresis*, 15(1):47-66.

Taylor, C.Z. 2002. Religious addiction: Obsession with spirituality. *Pastoral Psychology*, 50(1):291-315.

Thayer’s Greek online lexicon. [Web:] http://www.freebiblecommentary.org/Greek Lexicon and http://biblehub.com/greek/1785.htm. Datum van gebruik: 4 April 2018.

Thurman, C. 1999. The lies we believe. USA: Thomas Nelson, Inc.

Tibane, J.M. 2012. Master your thoughts ... transform your life: thinking styles and practices to achieve ultimate success. Cape Town: Struik Christian Books.

Tolmie, F. 2009. Markus. (In Janse van Rensburg, F. & Nel, M. *reds.* Die Bybellennium, ʼn eenvolume-kommentaar. Die Bybel uitgelê vir eietydse toepassing. Vereeniging: Christelike Uitgewersmaatskappy. p. 1425-1486).

Utley, B. 2017. Study guide commentary series. Old Testament. [Web:] http://www.freebiblecommentary.org/old_testament_studies/VOL07OT/VOL07OT.html Datum van gebruik: 6 Mei 2019.

Utley, B. 2017. The frist Christian primer: Matthew. [Web:] http://www.freebiblecommentary.org/new_testament_studies/VOL01/VOL01.html Datum van gebruik: 6 Mei 2019.

Van Arkel, J.T. de J. 2000. Recent movements in pastoral theology. *Religion and Theology*, 7(2):142-166.

Van Zyl, H. 2009. Matteus. (In Janse van Rensburg, F.J. en Nel, M., *reds*. Die Bybellenium, ‘n eenvolume-kommentaar: Die Bybel uitgelê vir eietydse toepassing. Vereeniging: Christelike Uitgewersmaatskappy. p. 1337-1424).

Venter, C.J.H. 1988. Praktiese riglyne uit die Nuwe Testament vir die pastorale gesprekvoering. (In Smuts. A.J., red. Praktiese Teologie in Suid-Afrika. Volume 5: perspektiewe op die pastoraat. Pretoria: NG Kerkboekhandel. p. 29-38).

Venter, P. 2007. 1 Kronieke. (In Vosloo, W. & Janse van Rensburg, F.J., *reds.* Die Bybel in Praktyk. 4e uitg. Vereeniging: Christelike Uitgewersmaatskappy. p. 561-597).

Vergeer, W. 2009. Romeine. (In Janse van Rensburg, F. & Nel, M., *reds.* Die Bybellennium, ‘n eenvolume-kommentaar. Die Bybel uitgelê vir eietydse beplanning. Vereeniging: Christelike Uitgewersmaatskappy. p. 1725 – 1775).

Verklarende Afrikaanse Woordeboek. 1993. 8e uitgawe. Goodwood: Nasionale Boekdrukkery.

Waltke, B.K. & Yu, C. 2007. An Old Testament theology: an exegetical, anonical, and thematic approach. Grand Rapids, MI: Zondervan.

Wilkins, M.J. & Warren, R. 2016. Matthew. E Book. Grand Rapids, Zondervan.

Williams, J.M., Duggan, D.S., Crane, C. & Fennell, M.J.V. 2006. Mindfulness-based cognitive therapy for prevention of recurrence of suicidal behavior. *Journal of clinical psychology,* 62(2):201–210.

Williams, M., Teasdale, J., Segal, Z. & Kabat- Zinn, J. 2007 The mindful way through depression: freeing yourself from chronic unhappiness. London: Guilford Press.

Wood, W., Quinn, J.M. & Kashy, D.A. 2002. Habits in everyday life: thought, emotion, and action. *Journal of Personality and Social Psychology*, 83(6): 1281-1297.

Zilberman, N., Yadid, G., Efrati, Y., Neumark, Y. & Rassovsky, Y. 2018. Personality profiles of substance and behavioural addictions. *Addictive behaviours*, 82(1):174-181.

Etiekklaringsertifikaat

NWU®
NORTH-WEST UNIVERSITY
NOORDWES-UNIVERSITEIT
YUNIBESITI YA BOKONE-BOPHIRIMA

Private Bag X6001, Potchefstroom,
South Africa, 2520

Tel: (018) 299-4900
Faks: (018) 299-4910
Web: http://www.nwu.ac.za

Research Ethics Regulatory Committee
Tel: +27 18 299 4849
Email : Ethics@nwu.ac.za

ETHICS APPROVAL CERTIFICATE OF PROJECT

Based on approval by **Research Ethics Committee of Theology (TREC)** on **14/02/2018** after being reviewed at the meeting held on **07/12/2017**, the North-West University Research Ethics Regulatory Committee (NWU-RERC) hereby **approves** your project as indicated below. This implies that the NWU-RERC grants its permission that, provided the special conditions specified below are met and pending any other authorisation that may be necessary, the project may be initiated, using the ethics number below.

Project title: 'n Rasioneel-analitiese pastorale model om beradenes in die vernuwing van denke te begelei.

Project Leader/Supervisor: **Dr AL Du Plessis**
Student: **S Swart**

Ethics number:	N	W	U	-	0	0	2	2	4	-	1	8	-	A	6

Application Type: Full Single Application
Commencement date: 2017-11-01 **Expiry date**: 2018-10-30 **Risk:** **Minimal**

Special conditions of the approval (if applicable):

- Translation of the informed consent document to the languages applicable to the study participants should be submitted to the TREC (if applicable).
- Any research at governmental or private institutions, permission must still be obtained from relevant authorities and provided to the TREC. Ethics approval is required BEFORE approval can be obtained from these authorities.

General conditions:

While this ethics approval is subject to all declarations, undertakings and agreements incorporated and signed in the application form, please note the following:

- *The project leader (principle investigator) must report in the prescribed format to the NWU-RERC via TREC:*
  - *annually (or as otherwise requested) on the progress of the project, and upon completion of the project*
  - *without any delay in case of any adverse event (or any matter that interrupts sound ethical principles) during the course of the project.*
  - *Annually a number of projects may be randomly selected for an external audit.*
- *The approval applies strictly to the protocol as stipulated in the application form. Would any changes to the protocol be deemed necessary during the course of the project, the project leader must apply for approval of these changes at the TREC. Would there be deviated from the project protocol without the necessary approval of such changes, the ethics approval is immediately and automatically forfeited.*
- *The date of approval indicates the first date that the project may be started. Would the project have to continue after the expiry date, a new application must be made to the NWU-RERC via TREC and new approval received before or on the expiry date.*
- *In the interest of ethical responsibility the NWU-RERC and TREC retains the right to:*
  - *request access to any information or data at any time during the course or after completion of the project;*
  - *to ask further questions, seek additional information, require further modification or monitor the conduct of your research or the informed consent process.*
  - *withdraw or postpone approval if:*
    - *any unethical principles or practices of the project are revealed or suspected,*
    - *it becomes apparent that any relevant information was withheld from the TREC or that information has been false or misrepresented,*
    - *the required annual report and reporting of adverse events was not done timely and accurately,*
    - *new institutional rules, national legislation or international conventions deem it necessary.*
- *TREC can be contacted for further assistance via Rudy.Denton@nwu.ac.za or 018 299 1600.*

The RERC would like to remain at your service as scientist and researcher, and wishes you well with your project. Please do not hesitate to contact the RERC or TREC for any further enquiries or requests for assistance.

Yours sincerely

Prof Refilwe Phaswana-Mafuya
Chair NWU Research Ethics Regulatory Committee (RERC)

Taalversorgingsertifikaat

N J Nel

Posbus 365, BENDOR PARK 0713

Tel: 0741849600

SERTIFIKAAT

Hiermee sertifiseer ek dat ek die Doktorale Proefskrif soos hieronder aangedui, taalkundig versorg het:

Student: **Me Sonia Swart**

orcid.org/0000-0001-9806-9505

Titel:

’n Rasioneel-analitiese pastorale model om pastorante in die vernuwing van denke te begelei.

N J Nel

Lektor, Departement Toegepaste Tale

Tshwane Universiteit van Tegnologie

(Afgetree)

20 Aug 2018