

# 23

## LIEFDESLEWE

### *Vyf liefdestale*

#### **PRAKTYKLES**

#### **ALGEMENE DOELSTELLING**

Die kinders moet verstaan dat mense liefde op verskillende maniere ervaar.

#### **SPEKIFIEKE DOELSTELLING**

##### **Kennis**

Die kinders moet weet –

- op watter wyses die Bybel van liefde praat.
- hoe mense liefde op verskillende maniere ervaar.
- wat hulleself as liefde ervaar.

##### **Gesindheid**

Die kinders moet bereid wees om uit geloof liefde aan ander te betoon.

##### **Vaardigheid**

Die kinders moet in staat wees om ander se behoeftes te identifiseer en aan hulle hulp te verleen.

#### **MEER INLIGTING**

Tieners is individue wat op soek is na 'n mate van onafhanklikheid. Die hedendaagse tiener leef werklik in 'n globale leefwêreld (*global village*) of wêrelddorp. Die honderde televisiekanale, die internet, slimfone en die sosiale netwerke (soos Facebook) gee aan kinders vandag ontelbare keuses om uit te oefen in hierdie soeke na identiteit. Die plekke waar en die aparate waardeur tieners aan hul onafhanklikheid en identiteit uitdrukking gee, het wel verander, maar musiek, dans, modegiere, taal en verhoudings bly steeds die inhoud daarvan.

Tieners beleef 'n klomp dinge wat verander noudat hulle puberteit begin verbygaan. Hulle begin vrae vrae wat hulle tot nou toe nog nie gevra het nie.

- Hulle ervaar fisieke en gemoedsversteurings. Hulle beleef veranderinge aan hul liggame, en dit lei tot 'n nuwe soeke om hulself te vind: Hoe gaan ek eendag lyk as ek

- klaar gegroei het, watter tipe mens gaan ek wees?
- Saam met die fisieke groei van tieners, vind daar ook intellektuele groei plaas. Hulle begin nou in terme van abstrakte konsepte dink: eerlikheid, lojaliteit en geregtigheid begin saak maak.
- Die adolessensie is ook 'n tyd van die rede: Tieners is nou in staat om logies te dink en sluit gewoonlik by die groep aan wat min of meer dieselfde as hulle dink.
- Tieners ondersoek die geloof en waardestelsel waarmee hulle grootgeword het. Hulle vra vrae soos: *Was my ouers reg oor die God wat ons aanbid, en wat is reg en verkeerd?*
- Hulle begin vrae vra oor die huwelik en die verhouding met die teenoorgestelde geslag.
- Tieners begin dink oor hoe hulle hul eie toekoms sou wou hê.

Die volgende speel 'n rol in die vorming van kinders se onafhanklikheid en identiteit:

- Tegnologie bring kinders in aanraking met 'n wêreld wat hulle tot dusver nie geken het nie.
- Hulle maak al meer kennis met gewelddadige menslike gedrag. Televisieprogramme en films maak geweld vir hulle aanvaarbaar soos nog nooit tevore in die mens se geskiedenis nie.
- Baie kinders kom nou uit verbrokkelde gesinne as gevolg van die talle egskeidings en enkelouergesinne, hersaamgestelde en alternatiewe gesinne.
- In die verlede kon tieners op familie, gesonde woonbuurte, kerke en groepe in die gemeenskap staatmaak om veilig te voel en aan te behoort.
- Kinders is seksueel baie meer aktief as voorheen, en ander lewenswyses as die huwelik is vandag aanvaarbaar.
- Morele en waardestelsels het verander en ons leef vandag in 'n wêreld waar reg en verkeerd relatief is. Elke mens kan self daarvoor besluit.
- Ouers kan egter wel nog 'n rol in hul kinders se lewens speel. Al lyk dit nie so nie, is kinders steeds op soek na 'n veilige plek, dissipline, ondersteuning en LIEFDE. By die meeste tieners is daar nog die honger na 'n verhouding met 'n *liefdevolle* God.

Alle mense het 'n behoefte aan liefde. Ons kan hier selfs praat van 'n liefdestenk wat byna elke dag weer volgemaak moet word. Liefde vir God, vir ander mense, vir jouself en vir die natuur is 'n Bybelse opdrag. Ek moet leer om die liefde wat ek van God ontvang aan ander mense te gee.

Om liefde vir ander mense aan te gee, moet ek die behoefte verstaan wat elkeen van ons aan liefde het. Ons moet meer weet van die sogenaamde *vyf tale van die liefde*. Elkeen van ons het 'n primêre liefdestaal of manier waarop ons liefgekry wil word, maar daar is vyf maniere of tale wat ons kan gebruik om vir ander mense te wys ons is lief vir hulle. Wat belangrik is, is dat ek moet weet wat die ander mens se liefdestaal is, maar ek moet veral ook my eie leer ken. Die meeste van ons kan meer as een van die liefdestale *praat*.

### **LIEFDESTAAL # 1 – OPBOUENDE WOORDE**

Party van ons het opbouende *woorde* nodig om ons *liefdestenk* weer vol te maak. Sommige mense kan negatiewe kritiek glad nie hanteer nie juis omdat hul primêre liefdestaal *woorde* is. Veroordelende woorde is vir alle mense nadelig, maar vir die mens wie se liefdestaal woorde is, is dit vernietigend. In Spreuke 18: 21 lees ons: *Die tong het mag oor dood en lewe*. In Spreuke 12: 25 staan: *Bekommernis druk 'n mens neer; 'n vriendelike woord vrolik hom op*. Tree so op teenoor iemand wie se liefdestaal woorde is:

- Erken met lofwoorde wanneer iemand iets reg en goed doen.

- Twee dinge is belangrik wanneer ons iemand in woorde prys:
  - Bedoel dit opreg.
  - Prys iemand oor 'n spesifieke ding. Moet byvoorbeeld nie vir iemand net sê dat hy 'n goeie rugbyspeler is nie, jy moet ook presies sê waarom jy so dink. Eers dan gaan daardie persoon weet jy gee regtig om en jou woorde van lof is nie net leë woorde nie.
- Indien jy nie resultate kan prys nie, prys dan die poging. As jou ma byvoorbeeld baie moeite gedoen het met aandete en almal proe dat dit nou nie 'n groot sukses was nie, prys haar vir die moeite wat sy gedoen het.
- Woorde wat iets sê oor ons gevoel vir ander mense moet ook bedoel word. Dit is woorde soos *Ek is lief vir jou* of *Dis vir my lekker om by jou te wees* of *Ek voel so trots as ek aan jou dink*.
- Iemand wie se primêre liefdestaal opbouende woorde is, moet voor ander mense met woorde geprys word. Wanneer ons van iemand anders iets opbouend voor hul maats of ouers sê, het dit soveel meer betekenis.
- Erken met woorde die goeie bedoelings wat iemand anders gehad het, al is die resultaat nie 'n reusesukses nie.
- Soms het mense woorde nodig om hulle weer moed te gee om met die lewe voort te gaan.
- Met woorde kan ons om vergifnis vra – vergifnis is deel van liefde.

## **LIEFDESTAAL # 2 – FISIESE AANRAKING**

Ons is gewoond daaraan om klein kindertjies drukkie en soentjies te gee, maar hoe ouer mense word, hoe minder raak ons hulle aan. Ons weet nie altyd wanneer en waar om dit te doen nie. Dit kan byvoorbeeld katastrofies wees om tieners drukkie te gee voor hul maats. Die liefdestaal van aanraking moet op die gepaste tyd, op die gepaste plek en op die gepaste wyse plaasvind. Onthou ook dat baie mense se liefdestaal nie fisiese aanraking is nie, en dan gaan jy net die teenoorgestelde uitwerking kry. 'n Gepaste tyd om byvoorbeeld 'n tiener fisies aan te raak, is op die sportveld of na 'n konsert. Die mees gepaste plek en tyd om deur fisiese aanraking met iemand te praat, is tuis en in privaatheid.

Drukkie, soene, rug krap, 'n klop op die skouer, tere aanrakings, massering en self armdruk is maniere van fisiese aanraking. Mans en seuns sal byvoorbeeld kommunikeer deur mekaar te stamp of met die elmboog te druk of selfs te pootjie. Tienerseuns hou weer daarvan om met hul pa's te stoei. Ons moet onthou dat ons juis die ander persoon se taal moet praat en nie ons eie taal op iemand afdwing nie – dit sal eerder lei tot verwydering in plaas van liefdevolle aantrekking. Sommige mense se enigste taal is fisiese aanraking.

Onvanpaste fisiese aanraking:

- Fisiese aanranding in woede.
- Seksuele misbruik.

'n Klop op die skouer sê soms baie meer as woorde! Seuns moet dit probeer met hul pa's. Dogters hou weer daarvan as hul pa's hulle so nou en dan 'n drukkie gee.

## **LIEFDESTAAL # 3 – KWALITEITTYD**

Om vir iemand kwaliteittyd te gee, is om vir hom of haar 'n stukkie van jou lewe te gee. Kwaliteittyd beteken dat jy aan iemand anders jou onverdeelde aandag moet gee. Twee mense kan soms vir ure saam in een vertrek wees, maar dit beteken nie dat daar enige kwaliteittyd deurgebring is nie. Hierdie is die moeilikste liefdestaal om te praat, want dit vra van jou baie

meer tyd as opbouende woorde of 'n fisieke aanraking. In die Bybel leer ons ook baie oor kwaliteittyd. Jesus het baie tyd gemaak vir sy dissipels. Hy het soms met groot geduld na hulle geluister en selfs saam met hulle geëet. Hy het tyd gemaak om langs die pad by 'n siek man of vrou of kind te stop. Jesus het tyd gemaak vir sondaarmense. Dink maar aan sy besoek aan die tollenaar Saggeus.

Kwaliteittyd is eerstens saamwees. 'n Pa en seun wat saam sport op die televisie kyk, bestee nie regtig kwaliteittyd saam as die sport belangriker as die seun of die pa se teenwoordigheid is nie. Al wat gebeur, is dat die tiener waarskynlik gaan dink: Sport is vir my pa belangriker as ek. Kwaliteittyd is kwaliteitgesprekke. Hier moet ons leer om meer te vra en te luister as om te praat.

Die volgende is riglyne vir 'n kwaliteitgesprek:

- Behou oogkontak terwyl julle praat.
- Moenie na iemand luister terwyl jy iets anders doen nie. As jou ma byvoorbeeld met jou wil gesels, help dit niks as jy besig is om rekenarspeletjies te speel of die hond op jou skoot te vryf terwyl sy met jou praat nie.
- Probeer altyd agterkom hoe die ander persoon op daardie tydstip voel.
- Let op die ander persoon se lyftaal. Gebalde vuiste, trane of bewende hande kan jou iets vertel van hoe die mens voel.
- Moenie die ander persoon in die rede val nie.
- Vra reflektiewe vrae, om seker te maak jy hoor reg. Begin jou vraag met *Wat ek jou hoor sê... of Jy sê dat...*
- Maak dit duidelik dat jy verstaan wat die ander persoon vir jou sê.
- Vra toestemming om jou siening met daardie persoon te deel deur woorde te gebruik soos *Sou jy my mening hieroor wou hoor?*
- Kwaliteittyd is nie die tyd om vir iemand anders 'n sedepreek te gee nie.
- Gebruik altyd *Ek*-sinne in plaas van sinne soos *Jy is verkeerd* of *Jy hoor my nie*.
- Moenie jou stem verhef nie.
- Wanneer jy byvoorbeeld vir iemand sê dat jy nie saamstem nie, moet jy altyd 'n rede gee.
- Kwaliteittyd vra soms dat ons die regte aktiwiteit en omgewing kies om kwaliteittyd saam met iemand deur te bring. Dink mooi oor waarvan die ander persoon sou hou om te doen.
- Veral tieners wil graag praat oor die dinge wat hulle raak, maar dikwels nie op die tyd wanneer hulle ouers wil nie. Tieners hou daarvan om laat in die aand te praat of in hul kamer of in die kombuis as al die ander mense al gaan slaap het.

#### **LIEFDESTAAL # 4 – DIENSBARHEID**

Om 'n gelowige te wees, is om diensbaar te wees. Die mooiste voorbeeld is toe Jesus sy dissipels se voete gewas het. Gewoonlik het slawe die gaste se voete gewas. Jesus was bereid om ons soos 'n slaaf te kom dien.

Diensbaarheid is nie manipulasie nie. Manipulasie is om iets vir iemand te doen in ruil vir die een of ander guns of geldjie: Ek sal vir jou 'n selfoon koop as jy net elke Vrydag my kar was. Dit is nie wat diensbaarheid is nie. As ek iets vir iemand anders doen sonder dat ek gevra is en juis niks terugverwag nie, praat ek die liefdestaal van diensbaarheid. In die kerk en die gemeente is daar soveel geleenthede om vir ander mense te wys dat ek vir hulle omgee en lief is. Dink maar aan al die bejaardes wat sukkel om hul gras te sny of hul inkopies te gaan doen. Om vir jou ouers te wys dat jy vir hulle lief is en omgee, help by die huis sonder om gevra te

word. Dade spreek soveel meer as woorde.

### **LIEFDESTAAL # 5 – GESKENKE**

Hedendaags is materialisme aan die orde van die dag. Baie van die goed wat ons koop, het ons nie regtig nodig om gelukkig en sinvol te leef nie. Niks wat jy koop, kan jou vir altyd gelukkig maak nie. Baie van die goed wat ons koop, word vir ons afgode. Daardie nuwe en duur motor word later die ding wat ek *aanbid*. Ek word daardie motor se slaaf, want ek moet soveel harder werk om dit te betaal. Niks wat ons kan koop, kan ons byvoorbeeld troos as ons geliefde stadig maar seker besig is om te sterf nie.

Om vir iemand 'n geskenk te koop of te gee omdat hulle iets vir jou gedoen het, is 'n vorm van betaling en nie 'n geskenk nie. 'n Geskenk wat op 'n verjaardag uit gewoonte gegee word, is nie 'n bewys dat iemand jou liefhet nie. 'n Geskenk is iets wat ek nie verdien het nie en iets waarvoor ek nie gewerk het nie en iets wat ek nie verwag het nie.

'n Geskenk om vir iemand te sê dat jy vir hom of haar lief is, is 'n tasbare en sigbare bewys van emosionele liefde. 'n Geskenk wat die taal van liefde praat, is die volgende:

- Dis iets wat die ander persoon nie verdien het nie.
- Dis iets waarmee moeite gedoen is voor jy dit oorhandig. Wanneer ek die geskenk oorhandig, moet die ander persoon weet ek sê eintlik: *Ek gee vir jou om, jy is vir my baie belangrik en spesiaal.*
- Om geld blindelings te gee, praat nie die taal van liefde nie, behalwe as dit gegee word vir die koop van iets wat die ander persoon dolgraag wou hê.
- Gee 'n geskenk waarvan die ander persoon sal hou en nie waarvan jy hou nie. Die geldwaarde van 'n geskenk is ook nie belangrik nie.
- Die belangstellings van die persoon vir wie jy die geskenk koop, moet in ag geneem word.
- Ons moet waak daarteen om vir iemand valse geskenke te gee. 'n Omkoopgeskenk is 'n valse geskenk, dit is 'n geskenk wat ons gee omdat ons skuldig voel omdat ons daardie persoon afgeskeep het. Ouers doen dit baie maal as hulle nooit vir hul kinders beskikbaar is nie.

Om vas te stel watter liefdestaal die ander persoon se primêre liefdestaal is, neem tyd en moeite. Die volgende kan jou help om vas te stel watter een van die vyf dit sou wees:

- Vra vrae.
- Wees oplettend.
- Eksperimenteer met verskeie van die liefdestale en kyk watter een die beste vir die ander persoon werk.

Ons moet ook altyd onthou dat ons soms meer as een van die liefdestale kan gebruik om vir iemand te wys dat ons hulle werklik liefhet.

### **AANBIEDING**

Jy het nodig:

- Die Bybel.

## KOM ONS BEGIN

Open met Gesang 200: 1 en 3 as gebed.

*U goedheid Heer kan ons nie peil nie – wie word daardeur nie diep getref!*

*Niks anders bring vir ons die heil nie – ons wil ons hart tot U verhef.*

*Aan U alleen ons dank en ere – U wat ons in u liefde lei.*

*U sal ons nooit vergeet nie, Here – U wil ons in u waarheid lei.*

*Sou ek, o Heer, U nie vereer nie, sou ek u goedheid nie verstaan?*

*Sou U my raad gee, ek nie leer nie, die weg wat U my wys nie gaan?*

*Nee, Heer, U rig my wil en strew; u Woord bly my gedurig by.*

*Vul met u liefde ook my lewe om my in alles U te wy. Amen.*

## HET HULLE GEDOEN EN KAN HULLE ONTHOU?

Laat die kinders terugvoer gee oor die beginsel wat hulle in die dagboek in hul boeke aangeteken het. Gesels oor die beginsels.

LEWENS DAGBOEK		
Dag 1	Beginsel	My gedagtes
Dag 2	Beginsel	My gedagtes
Dag 3	Beginsel	My gedagtes
Dag 4	Beginsel	My gedagtes
Dag 5	Beginsel	My gedagtes
Dag 6	Beginsel	My gedagtes

Kontroleer of hulle Matteus 5: 9 ken: *Geseënd is die vredemakers, want hulle sal kinders van God genoem word.*

## VANDAG LEER ONS

### BEGIN SO

- Lees die volgende gevallestudies een vir een aandagtig aan die kinders voor. Vra na elkeen daarvan wat hulle hier gehoor het – iets positief of iets negatief en watter liefdestaal betrokke is.

Gerhard, 'n 17-jarige seun in graad 11 en lid van die skool se atletiekspan: *As ek wen, is dit vir my belangrik om my pa te hoor sê “Goed gedoen my seun!” en as ek verloor, help dit baie as hy sê: “Jy het die ander seun die beste wedloop gegee wat hy in 'n lang tyd gehad het”.* (Positief – opbouwende woorde)

Marzelle, 16 jaar oud: *Ek weet my ma is lief vir my. Sy sê dit gedurig vir my. Ek dink my pa is ook, maar hy sê dit nie.* (Positief – opbouwende woorde. Die pa bekommer 'n mens – ons weet nie wat haar laat dink haar pa is lief vir haar nie.)

Riaan: *Ek het nie 'n pa nie, maar ek weet my ma is lief vir my. Sy sê vir my hoe trots sy op my is en moedig my aan om sukses in die lewe te behaal.* (Positief – opbouwende woorde)

Yolanda, 18 jaar oud: *Oor 'n paar maande gaan ek universiteit toe. Ek dink ek is die gelukkigste meisie op aarde. My pa en ma is albei lief vir my. Selfs deur my moeilike tienerjare het hulle my altyd aangemoedig. My pa sê “Jy is die beste” en my ma sê “Jy kan wees net wat jy wil wees”. Ek hoop ek kan ander mense help soos hulle my gehelp het.* (Positief – opbouwende woorde)

Emma: *My ma is weg toe ek vier jaar oud was. Ek onthou niks van haar nie. Later is my pa met my stiefma getroud. Ek beskou haar as my eie ma. Partykeer as ek myself afkraak, sê sy vir my hoe lief sy vir my is en vertel my goeie dinge van myself wat ek partykeer vergeet. Sonder haar sou ek nie kon regkom nie.* (Positief – opbouwende woorde)

- Bespreek die waarde van opbouwende woorde in 'n mens se lewe.
- Laat elke kind iets opbouwend sê van 'n ander klasmaat wat jy aangewys het.

### IETS INTERESSANT

Bestudeer MEER INLIGTING noukeurig vir eie agtergrond. Maak 'n opsomming daarvan om die vyf *liefdestale* te verduidelik.

### IETS BELANGRIK

Skerp die volgende in:

- Alle mense het 'n behoefte aan liefde. Daar is vyf maniere of tale wat ons kan gebruik om vir ander mense te wys ons is lief vir hulle. Die meeste mense het 'n primêre liefdestaal of manier waarop hulle die beste reageer, of wat hulle goed laat voel as ander so met hulle kommunikeer.
- OPBOUENDE WOORDE
  - Party mense het opbouwende woorde nodig om goed te voel.

- Negatiewe kritiek kan hulle glad nie hanteer nie.
- Veroordelende woorde is vir hulle vernietigend.
- **FISIESE AANRAKING**
  - Aanraking moet op die gepaste tyd, op die gepaste plek en op die gepaste wyse plaasvind.
  - Party mense reageer negatief op aanraking.
  - Drukkies, soene, rug krap, 'n klop op die skouer, tere aanrakings, massering en self armdruk is maniere van fisiese aanraking.
  - Mans en seuns sal byvoorbeeld kommunikeer deur aan mekaar te stamp.
- **KWALITEITTYD**
  - Dit is om 'n stukkie van jou lewe te gee.
  - Dit is om aan iemand anders jou onverdeelde aandag te gee.
- **DIENSBAARHEID**
  - Deur naasteliefde is kinders van die Here diensbaar.
  - Diensbaarheid is om iets te doen sonder om gevra te word of iets terug te verwag.
- **GESKENKE**
  - Dit is iets wat nie verdien is nie.
  - iets waarvoor nie gewerk is nie.
  - iets wat nie verwag is nie.
  - iets waarmee moeite gedoen is.
  - Geld wat nie blindelings gegee is nie maar vir iets wat die ander persoon dolgraag wou hê.
  - iets waarvan die persoon sal hou en nie waarvan jy hou nie. Die geldwaarde is nie belangrik nie.
  - iets wat die persoon graag wil hê.
  - Dit is nie 'n omkoopgeskenk omdat ons skuldig voel omdat ons daardie persoon afgeskeep het nie.

Maak tyd en doen moeite om vas te stel watter liefdestale iemand praat.

### **IETS OM TE DOEN**

Om mekaar waarlik lief te hê, is vier praktiese beginsels nodig vir 'n sterk saamgestelde gesin.

- Onvoorwaardelike liefde.
- Regverdigheid.
- Belangstelling.
- Dissipline.

Besprek die toepassing van hierdie beginsels binne die kinders se huisgesinne. Die kinders moet sê hoe dit prakties uitgeleef kan word.

Laat hulle hierdie praktiese voorbeelde in hul boeke neerskryf sodat hulle dit kan gaan toepas in hul eie gesinne.



## **BY DIE HUIS**

### **DOEN**

- Laat hulle na die vyf liefdestale gaan kyk en besluit watter liefdestaal hom of haar die beste definieer.
- Laat hulle in die vorm van 'n gesinsdagboek (joernaal) gaan skryf hoe hulle die liefdestaal teenoor elke lid van hul gesin gaan uitleef.

### **LEER**

Laat hulle die vyf liefdestale gaan leer.

### **BELANGRIK:**

Vra die predikant of hy tyd kan inruim om Les 24 te kom aanbied, aangesien hy op die hoogte behoort te wees van die fyner besonderhede van veral die inrigting van 'n erediens.

### **AFSLUITING**

Sluit af met gebed.