

SONDAG 16 Febr 2003
NG KERK POTCHEFSTROOM-SUID
AANDDIENS

LITURGIE

<u>WIE</u>	<u>WAT</u>	<u>DETAIL</u>	<u>BORD/MUSIEK</u>
MG	Lof-en-aanbidding	Ek weet, ek weet verseker (2x) Blye versekring (1-2) Ou woorde I keep falling in love (2x) Praise Anthem (1-2) Ons aanvaar jou (Afr & Eng) Lord make me an instrument (1-4) Eer aan God die Vader (2x)	
	Gebed		
Liturg	Skriflesing	Mekaar-tekste	Skrif
Liturg	Preek	Trauma: 'n gemeente wat 'n verskil maak... (wenke vir omgee...)	Skrif
Almal	Gebede		
Diakens	Offergawe		
Liturg	Afkondigings		Afkondig
MG	Liedere	Dienslied	
MG	Seën	Seenbede	

Sondag 16 Febr 2003

Aanddiens: Aktueel - Trauma

Na aanleiding van trauma-beradingskursus (UP) dr Wentzel Coetzer

Trauma: defenisie

'n Emosionele staat van ongemak en Stres wat voortspruit uit herinneringe aan 'n Buitengewone Katastrofiese ervaring.

Geskiedenis

- Vietnam-oorlog: 56 000 & 60 000
- PTSD (Post Traumatic Stress Disorder)
- Slag van Verdun: 1 miljoen
- 1 Jul 1916 Engeland: 184 000
- 2e WO: Pole: 15-60miljoen

Stel julleself voor hoeveel mense leef met trauma.

Invloed van hierdie trauma op die wêreld?

KOERANT (BEELD 13 FEBR) HIERDIE WEEK:

Motorkapings: 30000 in afgelope 2 jaar (Vrystaat die veiligste)

Motor-ongelukke feesseisoen: meer as 1300 mense oorlede

Duisende mense tussen ons wat werk verloor het of werkloos is.

Misdaadsyfers: Soveel verkrag, soveel beroof, soveel aangerand, soveel bankrowe...

Agter elkeen van daardie syfers is daar een of meer persone wat intende trauma beleef.

Hierdie trauma moet of ander manier ons lewens beïnvloed.

Hulle het gesê:

Plato & Socrates (500vC): Beklemtoon gees-liggaam verhouding

Hippocrates: "What sort of person has a disease than what sort of disease the person has.."

Galen (140nC): Skryf oor verwantskap tussen depressie en borskanker.

Sir William Osler "Tuberkulose het meer te doen met dit wat in pasiënt aangaan as dit wat in sy longe aangaan.."

Bybel sê dieselfde: Noue verband tussen liggaam en gees

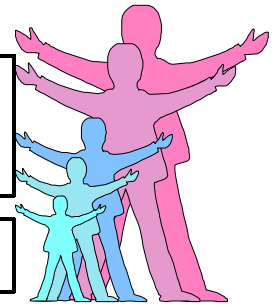
- Spr 17:22
- Spr 18:14
- Psalm 32:3-4
- Psal 102:3

Opsomming 1:



Traumatiese ervarings
Onverwerkte emosies: skok,
onvergewensgesindheid...

Ex-plode of im-plode



Voorbeelde van intense emosies wat 'n negatiewe invloed op die liggaam kan hê:

- Skok en afgryse

James Lynch: 27jarige vrou wat skielik gesterf het nadat sy vertel het hoe een van haar broers probeer het om haar te verkrag.

- Onvergewensgesindheid, bitterheid, wrok en haat

Jak 5:16 “Bely julle sonder eerlik teenoor mekaar en bid vir mekaar sodat julle gesond kan word.”

- Alleenheid

1969 Brittanje: Wewenaars in eerste 6 maande na vrou se dood baie meer siektes as ander. 40% hoër sterftesyfer. 3x meer hipertensie.

Selfmoord: Iemand wat in loop van week met minder as 3 mense goeie kontak het, het 80% kans vir selfmoord.

- Woede en frustrasies

Maandstondes baie vertraag a.g.v woede.

Spr 24:7 “Iemand wat kwaad is, ontsien niks nie. Sy woede is ‘n onkeerbare vloed.”

- Angs, vrees en bekommernis

Meeste abnormale vrese het begin by ‘n traumatiese geleentheid.

Ly tot siektes soos diabetes, hartprobleme, diarree, asthma, epilepsie.

- Wanhoop, hopeloosheid en hulpeloosheid

LL Le Schan - Navorsing: 31/40 gevalle van siekte is akkuraat voorspel.

Vooraf gegaan deur ...

1. Groot siekte in familie
2. Sterfgeval
3. Verlies van belangrike verhouding.

- Skuldgevoelens
- Smart, pyn, verlies en skeiding
- Emosionele stres.

Voorbeelde van siektes

Koronêre hartprobleme

Artritis Dr James Lynch (“The Broken heart”):

Hospitaal in Cincinnati in VSA

24/25 hartaanvalle

Kanker

Jacob & Charles: 72% verhuis, 60% siekte in familie

Maagsere / dikdermontsteking

Tuberkulose

Floreer in oorlogtye

Uitsondering: Jode

Familie van immigrante

Asthma

Asthma wanneer kerkklok lui..

Bybelse genesings terminologie

- “sozo” (Luk 7:50, 8:48, 17:19, 18:42)
 1. To heal, to cure, to make well, healing (_____)
 2. To cause someone to experience divine salvation (_____)
- “therapeuo” (Mat 4:23, 8:16, Mark 1:34, 6:13)
 1. To heal, to cure, to take care of... (_____)
 2. To render assistance or help by performing certain duties...(_____)
 3. To attend to the sick...(_____)

Die Here wil nie net ons fisiese siektes genees nie.

Hy wil ook die emosies/trauma wat aanleiding gee tot die siekte genees.

- En ons as gemeente het 'n reuse rol om hierin te speel.

MEER OOR TRAUMA

Baiese veronderstellinge verpletter

- onkwesbaarheid: “Dit sal nie met my gebeur nie.”
- rasionaliteit: Uitgangspunt dat alles rasioneel en verstaanbaar is. (Hoekom-vraag)
- sin vir moraliteit: Verwag lewe moet regverdig wees (geloofskrisis)
- selfidentiteit: Prentjie van self verander

Verskillende fases

- Pre-impak fase (Voorbeeld: Israel)(Voorbeeld: kapelaan)(Voorbeeld: bankroef)
- Impakfase: Hulpeloosheid/angs/verwarring/vrees/geheueverlies
- Terugslagfase: Snikke/giggel/woede/vyandigheid/aanvaar opdragte
- **Post-Impak fase (Post traumatiese fase)**
 - gevoelloosheid
 - herhaalde en skielike ontstellende herinneringe (beelde, gedagtes, persepsies)
 - Drome (by kinders: sonder herkenbare inhoud)
 - Intense innerlike ontsteltenis wanneer dinge ervaar word wat geassosieer word met trauma. (Deodorant/lughawe/drankreuk)
 - Voortdurende vermyding van stimuli. (Persone/plekke)-ontkenning-vervreemding
 - Volgehoue simptome van gespannenheid.
 - sukkel om te slaap
 - Kinders: konsentrasieprobleme
 - **SKULDGEVOELEN**
- herstelfase (konsentriese sirkels) - hersteltyd 6-9 weke - 1 jaar - 6 jaar

Voorbeeld: Vrou met vrees vir wind deur bome, moddervoete

Holmes & Rahe skaal

- 150-299 50% kans om siek te word
- 300+ 80% kans om binne een jaar siek te word

Hoe kan ons as gemeente mekaar help?

1. Immunitestelsel?

Dr William Backus

- Dr Fountain (Vanga Hospital, Zaïre)
- Werk met mense met Vigs/Aids
- Sommige sterf baie gou, ander eers na baie jare.
- Verbind dit aan geestelike immunititeit.
 - Regte eetgewoontes
 - Regte leefwyse
 - Positiewe ingesteldheid. (Hoop)

Spr 17:22 “‘n Vrolike hart bevorder die genesing, maar ‘n verslae gees laat die gebeente uitdroog.”

Spr 18:14 “Your will to live can sustain you when you are sick, but if you lose it, your last hope is gone.”

Ons moet mekaar help om aan te hou hoop.

- Ons kan nie lidmate met kanker genees nie.
- Maar ons kan bemoedig en aanmoedig - sodat hulle aanhou hoop.

Voorbeeld: Dr Bruno Klopfer (p32)

- Behandel kanker pasient met Krebiozen
- Albei baie positief/opgewonde.
- Kankergewasse verdwyn - word gesond
- Paar maande later: koerantberigte - Krebiozen nie effektief teen kanker.
- Pasiënd word skielik weer siek.- kankergewasse kom terug
- Dokter maak ‘n plan: sterker Krebiozen
- Intussen: gedistillerte water
- Pasiënt se kanker verdwyn.
- Paar maande later: lees volledige artikel oor krebiozen - sterf.

Backus (p38)

- Man met kanker
- Dokter kondig slegte nuus aan: “It doesn’t look like you’re going to make it.”
- Vrou staan op - gee kamerjas: “Let’s get out of here: this man is a risk to your health.”
- Gaan na ‘n dokter wat hoop gee.
- Vind genesing.

2. TLC (Tender Loving Care/Community)

Gemeente:

- Omgee
- Liefhê
- Sorg

Bybel:

- Mekaar-tekste
 - Dra mekaar se laste
 - Bely julle sondes eerlik teenoor mekaar
 - Bid vir mekaar
 - Vergewe mekaar

- Was mekaar se voete

Onderhoude met mense wat konsentrasiekampe oorleef het: ondersteuning van mense om hulle.

3. God se lewenswette

Spr 4:20,22

Spr 3:7-8

Woestyn

4. 'N Ligter lewe

Andrè van Niekerk

Barbara Johnson

Eredienste

Gemeente-engel

5. Innerlike genesing

Storie vertel

Gebed

Gedenktekens

Ten slotte: iets om voor te leef (Nazi kampe)