MONTANAPARK SELGROEP, WOENSDAG, 16 SEPTEMBER 2026

PSALM 38: HOE VOEL JY OOR JOU SONDE?

Wat dink jy van die verkeerde goed wat jy elke dag doen? Beskou jy dit as 'n ernstige saak, of is dit vir jou iets wat bloot van verbygaande aard is "want Jesus het mos vir al my sonde, verlede, hede, en toekomstig, gesterf" (Kol 2:13-14; Heb 10:10)?

Die gevaar van sonde vir 'n gelowige is wanneer dit jou nie meer bekommer nie. Dit is dan dat jy juis bekommerd moet raak.

Dawid spreek dit aan in Psalm 38. Hy vra eerstens die Here om hom nie te straf terwyl Hy toornig is nie. Vir Dawid is dit wat hy ervaar soos pyle wat hom raakskiet sodat daar geen heel plek meer oor is nie. Dan noem hy die volgende:

> *...daar is niks gesond in my gebeente vanweë my sonde nie.* – **Psalm 38:4b**

Dit is dit asof sonde sy liggaam baie diep affekteer, selfs sy skelet. Dit is waar dat die gevolge van sonde dikwels siekte kan wees, maar is alle siekte toestande werklik die gevolg van sonde in jou lewe? Wat dink jy? Hier is 'n paar verwysings wat jou kan help:

1. Romeine 3:9-12; 5:12-15; 6:23; 6:12-14 (Die sonde van die mens is te groot.)
2. 2 Korinthiërs 5:21 (Jesus was sonde vir ons gemaak sodat ons vergifnis kan kry.)
3. Galasiërs 5:19-22 (As jy wonder wat jou sondes is, merk hulle op hierdie lys af.)
4. Kolossense 3:5-6 (Maak dood die sondes wat hier genoem word.)
5. Jakobus 1:14-15 (Jy laat sonde self toe.); en 5:14-16 (Gebed genees van sonde.)
6. 1 Johannes 1:8-10 (As ons onsself mislei, en wat ons daaraan moet doen.)

Dawid sien sy sonde as 'n las wat vir hom te swaar geword het en dit affekteer sy hele liggaam. Of dit letterlik of figuurlik bedoel word sal ons nie weet nie, maar dit het beslis 'n negatiewe uitwerking op hom gehad, soveel so dat hy siek geword het. Nie net affekteer dit hom nie, maar hy ervaar dat sy vriende (vers 12) sien wat gebeur en staan hom nie emosioneel by nie, terwyl sy vyande die geleentheid uitbuit (vers 13).

Hy besef egter dat dit nou die tyd is om stil te bly (vers 14) want hy besef dat in die situasie God die een is wie vir hom uitkoms sal gee. Daarna maak hy hierdie belangrike stelling:

> *Ja, my ongeregtigheid bely ek, ek is bekommerd oor my sonde.* – **Psalm 38:19**

Die vraag is dit waarmee ons begin het: Hoe bekommerd is jy oor sonde? Meer nog: Wat gaan jy daaraan doen?