

WOMEN OF HOPE 101

Jen – Joyce – Nomathemba

Tammy – Zoe – Nomusa

Paulette – Thandiwe

Marli – Busisiwe

Umculo:

Nomathemba: Ngiyakubingelela mlaleli egameni likaJesu iNkosi yethu. Ngiyakwamukela ohlelweni lwabesifazane ulubizwa ngokuthi, “ Abesifazane Abanethemba”.

Ngiyakwethembisa mlaleli ukuthi yonke imibuzo ohlala uzibuza yona izophenduleka namhlanje. Hlala phansi ulalele. Angihambi ngedwa-ke ngihamba nodadewethu uNomusa. Ngizomdedela-ke akubingelele akwaqziseko ngohlelo lwanamhlanje. Woza-ke sisi.

Nomusa: Ngiyabonga dadewethu Nomusa. Ngiyakubingelela mlaleli egameni likaJesu iNkosi. Siyathokoza ukuthi usukhona ukuzohlanganyela nathi namhlanje.

Ngiyakwethembisa uzohamba uthokozile. Mlaleli, ezifundweni zempilo yakho ukhona udadewethu uThandiwe kuthi ezifundweni zomphefumulo wakho ukhona udadewethu uBusisiwe. Uthini dadewethu Nomathemba?

Nomathemba: Njengomama dadewethu Nomusa, ngiyethemba uhlala umatasatasa kodwa nakhu sinawe namhlanje. Kuyenzeka-ke ukuthi sibe nezinto eziningi esizenzayo sigcine sesiphathwa ukukhathazeka (Stress), kodwa iqiniso lithi, uhlelo olungcwele olungangisiniki isikhathi sokuphumula alusiyona indlela yokuphila.

Nomusa: Dadewethu, ukusebenza kanzima akukhona-nje kuphela okusibangela iStress, ukukhathala, kuqeda ubumnandi uma unabanye abantu.

Nomathemba: Iqiniso leli olishoyo dadewethu. Sengike ngezwa ukuthi ukukhathazeka (Stress) kuqala ngaphakathi kumuntu. Noma ngabe isimo obhekene naso sinjani empilweni yakho esingakwenza uphathwe ukukhathazeka, kukhona izinyathelo esingazithatha ukuze sisizakale esizinikwe uNkulunkulu. Sengizodedela udadewethu uThandiwe asifundise okungasisiza uma sibhekana nalesisimo. Woza-ke dadewethu.

Thandiwe: Ngiyabonga dadewethu Nomathemba. Ngiyakubingelela mlaleli egameni likaJesu iNkosi yethu. Isihloko engizokhuluma ngaso sithi:

UMTHELELA WOKUKHATHAZEKA (STRESS) EMZIMBENI NEZINDLELA

ZOKUKHULULEKA KUWO.

Kwake kwenzeka ukuthi omunye womndeni wakho athi kuwe, “Yehlisimoya! Khululeka manje!” ezikhathini eziningi kulula ukukusho lokhu kunokukwenza. Iningi lethu alikwazi ukubezezelela ukukhathazeka ngendlela okoyiyo. Ukukhathazeka nokuxakeka, kungaba nemithelela emibi engqondweni yethu, ebudlelwaneni esikubo, kubangani, nasemndenini, kanti kungasilethela nokugula. Uma siqhubeka siphila impilo yokukhathazeka, ekuhambenni kwesikhathi sizozithola sesigula kakhulu.

Kwesinye isikhathi, ukukhathazeka akubonakali masinya. Kwesinye isikhathi, ukukhathazeka kufika singanakile, singaboni ukuthi sikhathazekile. Izinto esingabona ngazo ukuthi sesikhathazekile,

1. Indlela esihamba ngayo.
2. Indlela esidla ngayo.
3. Indlela esenza ngayo imisebenzi yethu yansuku zonke.
4. Ukukhathazeka ngezinto esezadlula, esazenza.
5. Ukuzizwela sengathi uthwele umthwalo omkhulu ngasosonke isikhathi.
6. Ukuzizwa ukhathele usuku lonke.
7. Ukuzizwa unobuhlungu ngemuva kwentamo, ebusweni, emahlombe, emhlane, esifubeni nasesiswini kubesengathi ungaphumela phandle ukuze ushaywe ubengcono.

Njengoba singakwazi ukuzivikela ekukhathazekeni kwezimo zalokhu kuphila uma ziza kithi, zikhona-ke izinyathelo esingazithatha ukuze simelane nokukhathazeka. Nazi.

1. Qaphela indalo kaNkulunkulu enhle. Kwesinye isikhathi kuhle ukuthi uke ubuke ubuhle bokuphuma kwelanga, ubuke ubukhazikhazi bezinkanyezi ebusuku, noma sijabulele ubumnandi besimo sezulu.
2. Zama ukuhamba, usebenze ungasheshi.
3. Ngemuva kokudla, phumula kancane uyekele umzimba wakho wetshise.
4. Phakathi nosuku, zama ukuthi ulalele ukuthi uyakuzwa yini ukuthi ukukhathazeka emhlathini, entanyeni, emahlombe, emhlane nasesifubeni. Phefumula kakhulu bese uyazelula, ngokwenza njalo uzozwa ukuthi ukukhathazeka kukuphi.
5. Zinike isikhathi sokuphumula zonke izinsuku emsebenzini owenzayo.
6. Uma ubona ukuthi umqondo wakho uyagijima noma ukhathazeka ngezinto esezadlula, zinike umzuzu wokuphefumula kakhulu, ubuke noma ngabe yini enye.
7. Gqoka izingubo ezikukhululayo. Kwesinye isikhathi sikhathazeka ngoba izingubo zethu zisimpintsha singakwazi ukuphefumula kahle! Kuyasiza ukugqoka izingubo ezikukhululayo.
8. Funa umuntu othembekile, umngani noma umuntu wasemndenini umxoxele ngesimo sakho. Uma ungaxoxeli muntu, uzozilimaza umphefumulo, ingqondo Kanye nempilo yakho.

9. Ungakhohlwa ukukhuleka. Kubalulekile ukuthi umazise uNkulunkulu ukuthi uzizwa kanjani. Mcele ukuthi akakuphe ukuphumula, ukuqondiswa nokuhlakanipha.

Khumbula lokhu, ungasikuvumela ukukhathazeka kubuse impilo yakho, asikho isidingo sokukuvumela! Uma ungase uzinike isikhathi ucabange okuhlukile ngokwenzeka empilweni yakho, ungakwehlisa ukukhathazeka, ungaphila implo egcwele ukuphila, ukujabulele lokhu uNkulunkulu akunike khona. Uma kwenzeka kubuya ukukhathazeka, ungazihluphi. Lokho kungakuqhubela phambili ukukhathazeka. Qala ukwenza lokhu engikufundise khona.

Ngiyabonga.

Nomathemba: Siyabonga kakhulu dadewethu Thandiwe ngesifundo esibaluleke kangaka. Mlaleli ngiyakhola ukuthi ufunde okuningi futhi uzosiza nabanye omama. Mina-ke mlaleli ngithi ukulahlela kuNkulunkulu zonke izinkinga zakho ikhona okubaluleke kakhulu, ungumngani oseduze kunomngani nelunga lomndeni. Phonsa-nje izinkinga zakho kuye, uzokuzwa. Uthini dadewethu Nomusa?

Nomusa: Mina ngithi dadewethu Nomathemba, ukukhathazeka siza kithi ngoba sisuke sibone sengathi ngeke sikwazi ukumelana nezinkinga esibhekene nazo, kanti-ke ngempela siyahluleka. Kodwa kuyisibusiso ukwazi ukuthi, sinoNkulunkulu osithandayo futhi ozazi zonke izimo esibhekana nazo.

Nomathemba: Uyazi dadewethu Nomusa okwethu-nje ukuthi siphonse kuye zonke izinkathazo zethu ngoba yena uzosiduduza. Mlaleli akukho okwahlula uNkulunkulu onesandla esisindisayo. Izwi likaNkulunkulu lisitshela ukuthi uphethe zonke izinto. UNkulunkulu uyena owadala iZulu noMhlaba kanye nakKanyenke okukuwo. Ake ngidedele udadewethu uBusisiwe asilethele isifundo sakhe. Woza-ke sisi.

Busisiwe: Ngiyabonga dadewethu Nomathemba. Ngiyakubingelela mlaleli egameni likaJesu iNkosi yethu. Isihloko-ke engizokhuluma ngaso sithi.

IZIMO EZINZIMA EZISEHLELAYO ESINGENAKUZIVIKA

Mlaleli, kunezimo ezinzima esingakwazi ukumelana noma ukuzishintsha. Igama elithi, “Okungenakwenzeka” lisho ukuthini? Kimina liletha izinto eziningi emqondweni wami, lingikhumbuza izimo ezike zenzeka empilweni yami, lapho ngabona ukuthi akukho okungenzisiza, akukho nokungenziwa ukuze ngisizakale.

Uma izinto zenzeka empilweni yami ngivele ngiphele amandla, ngingakwazi nokunyakaza. Mlaleli, kwake kwakwenza wena lokhu? Isimo esesabekayo ongafisi ukuba kuso? Kodwa uma ngibuka emuva, ngibona indlela lezizimo ezaxazululeka ngayo, impilo yami yaqhubekela

phambili. ake ucabange ngalezozikhathi zempilo yakho. Awusho mlaleli ngabe kudingeka sibhekane kanjani nalezozimo?

1. Siyaziphathela lezozimo, sizame ukuzixazululela ngokwethu.

Thina bantu besifazane sidlulile kulezizimo, sihlelekile, siyakwazi ukuthi izimo singazibuyisela kanjani esimweni esihle futhi. Kuyenzeka-ke ukuthi, isimo sibenzima kakhulu bese siphatheka kabi sizame ukusivika. Kwesinye isikhathi senza lokhu abantu besifazane abakwenza kahle, “Siyakhala noma sikhulume nabanye abantu ngaso”. Kungani singathi izimo zethu zizinike uNkulunkulu ongehlulwa lutho? Ngaso sonke isikhathi kufanele sinike uNkulunkulu konke okusikhathazayo, noma ngabe kunzima kangakanani.

Namhlanje ngicabanga ngabantwana bakwa Israyeli ngosuku abaphuma ngalo eGibhithe. BabeseGibhithe iminyaka engu 400, isizathu sabo ukuthi babeseGibhithe, kwafika indlala enkulu ezweni labo, base bebalekela khona, beyofuna ukudla. Baphoqwa ukuba babe izigqila, baphila kanzima phansi kwabaholi bakhona. Njengezigqila kwakufanele basebenze kanzima, bezondwa, behlukunyezwa amaGibhithe, kodwa uNkulunkulu wababusisa kakhulu, inzalo yabo yanda kakhulu. Banda ngalendlela eyenza ukuthi amaGibhithe abasaba. INkosi yabo yabeka umthetho wokuthi, kubulawe bonke abafana bamalsrayeli ukuze bangandi. Amalsrayeli azithola esesimweni esibuhlungu kakhulu. Kusona lesosikhathi, uNkulunkulu wayesemlungisile ezobakhipha kulokhu khlukunyezwa. Njengomfana wakwa Israyeli, uMoses waba nendlela emangalisayo yokuphunyuka ekufeni, umama wakhe wamfihla kubhasikidi wambeka ngasemfuleni phakathi kwezitshalo. Okumangalisayo kakhulu ukuthi, watholwa indodakazi kaFaro iNkosi, yamthatha yamenza umntwana wayo. Kwaba nesimo esamenza ukuthi ahambe eGibhithe abesezweni eliwugwadule lapho ahlala khona iminyaka engu 40. UNkulunkulu wayemlungiselela umsebenzi omkhulu wokukhulula abantu bakhe, abantwana bakwa Israyel, abaholele ngaphandle kwalesisimo ababephila phansi kwaso.

Akesime kancane kesicabange. Kufanele sikhumbule ukuthi uma siphalelwa ithemba, uNkulunkulu uyasilungisela indlela yokuphuma. IBhayibheli lithi, “ Amalsrayeli akhala ecela usizo, uNkulunkulu wezwa ukukhala kwawo, akasilibalanga isethembiso sakhe, ngoba wayekwazi okwenzekayo kubantu bakhe, wabadabukela. (Eksodusi2:3)

Mlaleli, uyakuzwa lokhu? “ Ngoba wayekwazi okwakwenzeka kubantu bakhe, wabadabukela.” Kuyamangalisa angithi mlaleli? Ngeke wazi nawe, kodwa uNkulunkulu umndali weZulu noMhlaba, owadala nawe nami, uyasazi! Wazi nokuthi kwenzekani ezimpilweni zethu. Ngakho-ke kufanele wazi ukuthi, noma ngabe ubhekene nesimo esinjani, uNkulunkulu owadala iZulu noMhlaba, uyazwelana nawe!

Kungenzeka ukuthi ngikhuluma nje ubhekene nesimo esinzima njengamanje. Ngabe uzizwela ungenawo amandla okubhekana nalesosimo? Ngiyathanda ukukutshela ukuthi noma ngabe isimo sakho sinzima kangakanani, uNkulunkulu owadala umhlaba wonke uyakwazi futhi uyakwazi okwenzeka empilweni yakho, uyakudabukela! Wayazi uNkulunkulu ngesikhathi edala umuntu wesilisa nowesifazane ukuthi, asizukumlalela, sizoguqukela ezindleleni zethu kodwa wasilungisela indlela yokubuyela kuyena. UNkulunkulu wasilungisela iNdodana yakhe, uJesu Kristu ukuthi, azosikhulula ezonweni zethu zonke nasekumhlubukeni.

UNkulunkulu walungisa uMoses iminyaka eminingi ukuze akhulule abantwana bakwa Israyeli ebugqilini baseGibhithe. Ngayo leyondlela, nathi azi ukuthi sizomhlubuka, wasilungiselela imhlaba ungakabibikho, ukusikhulula ezonweni zethu. IBhayibheli liyasicacisela ukuthi ku (Johane 1:1) uJesu wayekhona ekuqaleni, wayenoNkulunkulu, weza kulomhlaba, kodwa abantu abamamukelanga. Okunye wabulawa ngabantu abadala, abantu bakhe. Kodwa uNkulunkulu wayenohlelo, ngokufa kukaJesu esiphambanweni, wathwala izono zethu, wasenzela indlela yokuphunyuka ezimweni esizibona zinzima ukuthi sizithwale.

Mlaleli, uma ubona ukuthi, ukuphila kufake ezimweni okunzima ukuphuma kuzo, buyela kuNkulunkulu, umdali wakho. Mbize yena okwaziyo, okuzwayo uma ukhala akudabukele ukuthi abuse impilo yakho. Mcele ukuthi enze okungenzeki empilweni yakho. Uma ungazani noJesu, mcele aziveze kuwe ukuze athwale zonke izono zakho athwale yonke imithwalo yakho. Wezela lokho emhlabeni. Uma wazana noJesu, kodwa kade uzama ukuxazulula izimo zakho ngokwakho. Ngiyakucela, ungabe usazizamela manje vumela uNkulunkulu akusize. Ezwini likaNkulunkulu kubhalwe ukuthi, “ Kubantu konke akwenzeki kodwa kuNkulunkulu kuyenzeka.”

Mlaleli, uma ufisa ukuthi uNkulunkulu angene empilweni yakho, akusize ezimweni ezikwehlulayo, thandaza Kanye name.

Asikhuleke.

“Baba oNgcwele. Ngiyabonga ukuzwa ukuthi uyangizwa uma ngikhala nokuthi uyanginakekela. Ngiyabonga ngoJesu indodana yakho, eyangifela esiphambanweni, yathwala izono zami. Ngicela ubuse impilo yami. Ngifundise ukukwethemba noma ngabe ngibhekana nesimo esinjani. Ngifundise ukunikela konke kuwe okungehlulayo. Konke lokhu ngikucela egameni likaJesu iNkosi yethu”.

Amen.

Nomusa: Siyabonga kakhulu dadewethu Busisiwe, isifundo esibaluleke kangaka, sokuphonsela kuJehova zonke izimo esihlangabezana nazo, futhi simethembe. Mlaleli ngiyethemba nawe kuningi okufundile. Okiunye engikufundile ukuthi okunye uNkulunkulu uyakuvumela ukuthi kusehlele ukuze sikhule futhi kuletha udumo kuye. Sengizodedela

udadewethu uNomathemba asifundele inkondlo yakhe ayikhipha ebhoksini lobucwebe.
Woza-ke sisi.

Umculo:

Nomathemba: Ngiyabonga dadewethu Nomusa. Isihloko senkondlo yethu sithi.

KUKHONA OKUMEHLULAYO UNKULUNKULU?

Kukhona okumehlulayo uNkulunkulu na? ayi uma sibeka konke ezandleni zakhe, nakhu uBaba wethu oseZulwini afuna sikwenze. Uthi:

Uma umthwalo wakho unzima ukuthi uwuthwale

Ngiyakucela ubeke ezandleni zami

Uzofumana ukuthula nokwenama

Uma-nje uzokwazi.

Uzofumana ukuphumula komphefumulo wakho

Uma uza kimi

Yiba nokukholwa okuzokubusa

Noma kanjani uzobona ukukusiza kwami.

Ngizovuselela amaphupho akho abeseshabalele

Ngiphilise inhliziyi yakho ebisiphukile

Ngifisa ukuhamba nawe impilo yakho yonke

Ngiyakucela ngivumele ngenze ingxenye yami empilweni yakho.

Kukhona yini okungehlulayo mina?

Mtanami, ngizwisise!

Amandla nenduduzo kuyatholakala kimi

Uma ukubeka ezandleni zami

Phonsa zonke izinkathazo zakho kimi ngoba ngiyakukhathalela!

Umculo:

Nomathemba: Mlaleli, ngabe sisalindeni? Asiphonse zonke izinkathazo zethu kuNkulunkulu, simethembe, uzohlangabezana nazo zonke izidingo, ukukhathazeka nazo zonke izimo esihlulekayo ukuzixazulula. Kwesinye isikhathi sizixazulela thina izimo esisuke sibhekene nazo noma ngabe sesizinikele ku Nkulunkulu. Uthini dadewethu Nomusa?

Nomusa: Ngivumelana nawe dadewethu Nomathemba. Name ngikwenzile izikhathi eziningi lokhu okushoyo. Ngangasizakala. Uma iNkosi ithi, asiphonse kuyo konke ukukhathazeka kwethu kuyo ngoba iyasinakekela, isho ukuthini? Mlaleli ukuphonsa ngamanye amazwi, ukujikijela uthwalo usuke kuwe. UNkulunkulu ufisa ukuwenza ubelula endleleni yakho, uwuthwalelani umthwalo onzima kanje uma uNkulunkulu uqobo lwakhe ethi ufuna ukukuthwalela?

Nomathemba: Dadewethu Nomusa, umbuzo omuhle kakhulu lona. mlaleli kufanele sicangisise ngawo uma sizwa imithwalo yethu isisinda. Siyabonga kakhulu ngawe mlaleli ozinike isikhathi sokubanathi uzolalela esikholwa ukuthi kukhona okuzuzile. Sibonga kakhulu nakodadewethu abasilethele izifundo zanamuhla, nibuye futhi.

Sihlangane ngokuzayo!