

**Jan Steyn Preek 25 Junie 2017**

**Teks: Josua 7, 1 Timoteus 6:6-8**

**Tema: FOMO**

### **Wat is FOMO?**

Ek wil graag vanoggend met julle praat oor die afkorting FOMO - fear of missing out. Ek het so bietjie gaan lees oor wat FOMO beteken en waar dit vandaan kom. As ek dit reg verstaan, het die begrip FOMO eers na vore gekom met die opkoms van sosiale media wat sosiale platforms soos Facebook op ons pad gebring het. **Ek dink die hele gedagte van FOMO is 'n sentrale deel van ons tydsgees. Die tydsgees dat wie ek is en wat ek het nooit goed genoeg is nie. Dis 'n tydsgees van onbehae en ontevredenheid. Daar moet altyd meer wees om die draai.** Natuurlik speel die advertensiewese en sosiale media met al sy aanlyn winkels so mooi in op hierdie tydsgees van onbehae en ontevredenheid. Op sosiale platforms soos Facebook en Instagram sien ons baie keer die interessante dinge wat mense doen en daar stal hulle ook hulle nuutste aankope uit. Aanlyn winkels adverteer klere en goed en gadgets wat ek nog nie het nie. Dit skep by ons angstigheid en afguns- hoekom het ek nie wat jy het nie, hoekom is my lewe nie so interessant soos joune nie? Hoekom is my lewe so boring? **Jy vergelyk jou lewe dus in terme van wat ander doen en wat hulle ervaar en wat hulle besit. Dit skep by ons die angstige en negatiewe ervaring- ek mis dit- I am missing out!** Navorsing het bewys FOMO het beslis 'n reuse effek op mense se algemene gees of bui (overall mood) en op hulle lewenstevredenheid (life satisfaction).

Hoekom praat almal die laaste paar jaar al hoe meer oor bucket lists? Wat is dit in Afrikaans- my voor-die-emmer-skop-lysie? Selfs my graad viertjie het al so iets! Bucket lists is daardie dinge wat ons dink ons moet doen sodat mense eendag na my lewe sal kyk en dink dit was buitengewoon of interessant of die moeite werd. Hierdie is 'n lys van goed waarop ek tog nie moet uitmis nie!

**FOMO skep ook baie keer die vrees by mense dat hulle nie connected sal wees nie.** Jy kan nie sonder jou slimfoon of I pad wees nie- netnou mis jy iets wat iemand gepost het wat jy moes weet. Netnou het iemand jou foto gelike en jy het dit nie gesien nie. Tegnologie en die internet en sosiale media is eenvoudig deel van ons bestaan. Dit het voordele- jy kan maklik met baie mense kontak maak. Inligting is maklik toeganklik met die druk van 'n knoppie en inligting kan net so maklik versprei word. Jy kan vandag iets aanlyn bestel en more lewe hulle dit by jou huis af. Die akteur Neels van Jaarsveld vertel die week op TV dat hy sy vrou deur sosiale media ontmoet het.

**Die derde aspek van FOMO is dat ons die vrees het om keuses of vaste verbintenisse te maak.** Ons sukkel om te commit en committed te bly in terme van verhoudings- as ek jou ten volle kies of my ten volle aan jou toewy, skakel ek al die ander opsies uit. Sê nou maar net ek ontmoet iemand wat slimmer of mooier of meer interessant as jy is? Dan is ek klaar aan jou verbind. FOMO maak dit dus vir mense al moeiliker om keuses te maak- net eenvoudig omdat keuses so oorweldigend is. Dink hoeveel fone is daar om van te kies, hoeveel verskillende soorte laptops, hoeveel lego stelle, hoeveel soorte sportskoene. As ek een kies of koop, skakel ek onmiddellik al die ander opsies uit!

#### **Die gevare van sosiale media:**

Sosiale media het verseker sy voordele, maar dit het ook nadele. Ek is nie teen tegnologie nie en die kerk beslis ook nie, maar ons moet weet hoe iets soos sosiale media op ons lewens en ons kinders se lewens inspeel en invloed daarop uitoefen.

#### **Dit skep by ons behoeftes wat ons nie normaalweg sou hê nie. Dit prop by die behoeftes in ons in wat nog onvervuld is of wat ons glo onvervuld is.**

Ons swerf rond op aanlyn winkels en dan hoor ouers die volgende: Mamma, ek moet daardie trui he! Die sale op Superbalist is nog net een week aan. Ons gaan dit nooit weer vir daardie prys kry nie! Ek moet pro shop toe om daardie putter te gaan koop- my beste vriend het so een en kyk hoe het sy gholf verbeter! Ons dink verkeerdelik hier dat geluk in uiterlike goed te vind is. Hoe meer ek daarvan het, hoe gelukkiger sal ek wees. Ons koop so maklik in by hierdie leuen van die adverrtensiewese. Uiterlike goed het nog nooit die gate aan jou binnekant toegemaak nie. Ons glo ons diepste behoefte is om meer dinge te hê en dan sal ons in die tel wees en mense ons raaksien en van ons kennis neem. Andy Stanley verduidelik dit baie mooi. As jou lewe gebou is op dinge, op goed, op what om jou gelukkig te maak, gaan jy altyd vra, what else? Wat moet ek nog kry of koop om meer gelukkig te wees? Sosiale platforms en aanlyn winkels laat ons die hele saak van needs en wants met mekaar verwar. Needs is die goed wat jy regtig nodig het en waarsonder jy nie kan klaarkom nie. Kos, skoon water, toilette, skoon lug om in te asem. Wants is die goed wat jy wil hê soos om te gaan uiteet of fliék of om die nuutste sportklere te kan koop. Jy kan daarsonder klaarkom ook. Aanlynwinkels en internet advertensies laat ons glo dat ons wants ons needs is- jy het daardie nuwe gadget net so nodig soos kos of skoon water! Nie jy kan dit koop nie, jy moet dit koop!

#### **Dit laat ons met hierdie vals beeld van onself en ander mense:**

Kom ons wees baie eerlik. Wat post mense van hulself op sosiale platforms soos facebook? Net die hoogtepunte! Net die naweek wat ons as gesin by die wildplaas was, toe ek gaan bungie jump het, toe

ek daardie nuwe rok of gholfstokke gaan koop het. Daar is nie baie selfies van mense sonder grimering nie! Jy neem net jouself af as jy op jou beste lyk gewoonlik. Die lewe is te kort om na lelike fotos te moet kyk. Ons sal nie op facebook sommer vertel ek lyk eintlik sleg in die oggende en ek is 'n binge eter wat sukkel met my gewig of ek sukkel met depressie en neerslagtigheid nie. Die lewe is depressing genoeg- ek wil regtig nie van jou probleme ook hoor nie. Ons dink die mooi en glamorous dele van mense se lewens wat ons op facebook en sosiale media sien is hulle hele lewe en hulle dink weer die mooi en glamorous en exciting dele van ons lewe wat ons op sosiale media plaas, is ons hele lewe. En nou vergelyk ons ons vals lewens met mekaar en raak afgunstig en neerslagtig.

**Dit maak van ons voyeurs en toeskouers by ander mense se lewens en skep oppervlakkige verhoudings tussen mense:**

Al die tyd wat ons op sosiale media spandeer om te sien wat ander mense doen of om hulle te probeer oortuig van wat ek doen, kon soveel beter spandeer word. Om saam met jou kinders te speel, om te lees, om by iets betrokke te raak wat ander mense help. Al die tyd wat jy spandeer om ander mense te volg op sosiale media is tyd wat jy kon spandeer om die regte lewe te leef en met mense van gesig tot gesig in verhouding te wees. Sosiale media het oppervlakkige verhoudings geskep waar ons maar kennis neem wat wat ek nou weer gedoen het of gekoop het of watter prestasies my kinders weer bereik het.

**Miskien is die grootste gevaar van sosiale media dat ons ons identiteit nie meer vind in God se seining van ons of van wie ons weet ons self ten diepste is nie. My identiteit word nou bepaal deur ander mense se terugvoer van wie hulle dink ek is en van hoe hulle dink my lewe is!**

**FOMO in die Bybel: Josua 7**

Ons het vandag gelees dat die hele gedagte van FOMO al in die Bybelse tyd en in die Ou Testament al bestaan het. Akan steel goed wat volgens die Here se opdrag in die banvloek vernietig moes word. Maar hoor nou die Here se vreemde woord aan Josua in vers 11: Israel het gesondig en die verbond wat ek hulle opgelê het verbreek. Hulle het van die goed wat aan My gewy is, gevat, hulle het gesteel, hulle het gelieg, hulle gelieg en van die die goed by hulle s'n gesit. Een man het gesteel, maar die hele volk is skuldig voor die Here. Ons het hier die beginsel van korporatiewe of kollektiewe verantwoordelikheid. Een ou se sonde maak almal skuldig. Ons het die omgekeerde aan die kruis van Jesus gesien- een man sterf, net Hy, nie ons nie, maar deur SY sterwe word ons almal vrygespreek, asof ons self aan daardie kruis gehang het en self SY lydenspad gestap het.

Wat gebeur as Akan uitgevang word? Wat is sy belydenis dan? Ek het onder die buit pragtige klere uit Sinar gesien en ook sowat twee kilogram silwer en 'n staaf goud van meer as 'n halwe kilogram; ek wou dit bitter graag hê en ek het dit gevat. Die engels in die Message: I coveted it and I took it. Ek het gedink ek sou nooit weer sulke goed sien of raakloop nie. Ek wou dit bitter graag hê kan seker vertaal word met Ek moes dit hê!

Wat is agter mense se FOMO vandag- vrees-ek gaan iets mis (missing out) en begeerte- as ek dit nie het of kry nie, gaan iets in my lewe nie reg wees nie!

### **Wat is die Bybelse kuur of geneesmiddels vir FOMO?**

#### **Die eerste een is tevredenheid (1 Timoteus 6:6 en 7):**

Die godsdiens is 'n groot wins as iemand tevrede is met wat hy het, want ons het niks in die wêreld ingebring nie, ons kan niks daaruit wegneem nie. As ons dan kos en klere het, moet ons daarmee tevrede wees. Waar begin tevredenheid? Jy skuif die fokus van wat jy nie het nie na wat jy wel het. Jy waardeer meer en geniet meer wat jy het as om te bly obsessee oor die dinge wat jy nog nie het nie. Ek het as seun in die hoërskool al hierdie woord by die Here gekry: Leef uit wat jy is en het en nie uit wat jy nie is en het nie. Op te fokus op nie nog nie is nie en nog nie het nie put jou emosioneel en geestelik uit en dit verander niks aan enigiets nie.

#### **Die tweede is dankbaarheid:**

Dit sluit aan by die eerste- iemand wat dankbaar is, fokus op dit wat hulle reeds is en wat reeds van hulle waar is. Ek gesels eendag met hierdie predikant in sy middeljare wat by hierdie nuwe gemeente begin werk. Hierdie ou is half angstig oor die jong kollegas met hul baie meer energie as syne, wat modern en with it is (oppit soos die kinders sê) en meer van tegnologie verstaan as hy. Ek kom hom verseker; jy het baie meer op hierdie gemeente nou te bied op vyftig as wat jy sou op dertig. Jy het lewenservaring en lewenskennis en bedieningskennis opgedoen wat jou jonger kollegas nog nie het nie. Wees dankbaar oor wat jy klaar het en kon leer.

As jy dankbaar en tevrede wil wees moet jy een ding doen- hou op om jou met ander te vergelyk. Dis die kuns om jouself telkens in die voet te skat en in die gate van depressie in te werk.

#### **Die derde is meer gesig tot gesig verhoudings:**

Iemand skryf sosiale media is nuttig as dit jou help om meer gesig tot gesig ontmoetings met mense te organiseer. Ek skakel met my maats op sosiale media en reël dat ons saam touchies kan gaan speel. Dan word dit positief aangewend. Die probleem kom as my tyd op sosiale media in die plek van my

tyd saam met vriende of familie kom. Mense vertel my hoe ongemaklik hulle is as vriende of hulle kinders by hulle kuier, maar nie met hulle praat nie. Hulle is net heelyd op hulle fone! Dis ook onstellend hoe al meer mense hierdie vals persona of persoonlikheid of sosiale media skep en mans en vrouens daarby emosioneel ingetrek word en so 'n virtuele buite-egtelike verhouding begin. Dis natuurlik net so erg soos een in die werklike lewe, want jy vorm hierdie emosionele verhouding met iemand buite om jou huweliksmaat. Die enigste manier om diep en blywende verhoudings met mense te skep is om gesig-tot-gesig met hulle te wees. Ek dink sosiale media het ons beroof van baie gesig-tot-gesig verhoudings- dit het die klem geskuif van ons na ek.

Ons het so begin fokus op goed en ervarings, dat ons vergeet het net gesonde verhoudings kan jou werklik gelukkig maak. Ek het dit by Andy Stanley geleer: You will never be happier than your relationships.

### **Die vierde is kry jou identiteit op die regte plek:**

Jesus sê oor Homself in Johannes 6: 35: Ek is die brood wat lewe gee. Wie na My toe kom, sal nooit weer honger kry nie en wie in My glo, sal nooit weer dors kry nie. Ek kan jou nie baie dinge waarborg nie, maar as jy jou identiteit vind in wat ander mense van jou sê of oor hulle terugvoer oor jou lewe of in wat jy besit of koop, gaan jy altyd dors en honger na meer. Bou jou identiteit op wat die Here van jou sê en wat in Hom van jou nou waar is. Dan kom die identiteit van binne af na buite toe en nie van buite of van uiterlike goed na binne toe nie. As jou anker nie in jou hart en jou gees in Christus is nie, dryf jy voor die wind van meer en meer en meer en ek mis nog die ware lewe. In Hom het ons die lewe. Dit word deur wat Hy vir jou gedoen het aan die kruis en die opstanding aan jou toegeken. Jy hoef nie jou plek by Hom te gaan verdien soos ons dit baie keer voel ons dit in die wêreld moet gaan verdien nie. In Hom is ek genoeg. Ek voel as ek goed genoeg vir God is, is ek goed genoeg vir alle mense. As jy my nie wil aanvaar nie, laat die las op jou wees!

Iemand skryf dat as die Here jou lewe begin verander, jy al meer skuif van FOMO na JOMO. JOMO is die joy of missing out. Ek is bly ek het nie meer nodig om alles te hê wat ek sien of wat die advertensiewese my vertel ek moet hê nie. Ek is nie meer slaaf van my eie begeertes of die begeertes wat ander by my skep nie. Ek kry balans- glamorous mense kan verskriklik boring wees- wie is meer dof en boring as die Kardashians? Mense wat baie gewoon voorkom kan van die mees interessante en inspirerende mense wees. Mense wat min het is nie altyd ongelukkig nie en mense wat baie het is nie altyd gelukkig nie.

My kollega het my gehelp met Psalm 16. Dit het iets aan my oorgedra van die regte of gesonde lewenshouding. Ek sluit daarmee af. Ek het vir die Here gesê: Ek behoort aan U, daar is vir my niks goeds nie, behalwe by U. Here, U is my lewe, U sorg vir my. Wat ek ontvang, kom alles van U af. 'n Pragtige deel is vir afgemeet, ja, wat ek ontvang het, is vir my mooi.

Amen