

HET GEBED



GOD IN BEWEGING BRENGEN!

Samenstelling: L. H. Iengibe

HET GEBED

I SOORTEN VAN GEBED

1 WAAROM BIDDEN

Moeten we bidden?

Bidden is praten met God. Voor mensen die van elkaar houden is praten met elkaar de meest natuurlijke zaak van de wereld en ook heel plezierig. Aan de andere kant is het een straf om te moeten praten met iemand waar je niks mee hebt. Daarom is bidden tot God voor sommigen een vreugde en voor anderen een saaie verplichting. De manier waarop je het bidden ervaart zegt boekdelen over je relatie met God. Hoe is het bij jou?

Opdracht of uitnodiging

De opdracht of aansporing tot volhardend en voortdurend gebed vinden we op veel plaatsen in de Bijbel:

"Vraagt naar de Here en zijn sterkte, zoekt zijn aangezicht bestendig." (1 Kronieken 16:11)

"Bidt zonder ophouden." (1 Tessalonicenzen 5:17)

Wie de Bijbel aandachtig leest, komt tot de ontdekking dat bidden een van de allerbelangrijkste uitdagingen is voor gelovigen van alle tijden. Ook zien we dat veel van de meest opzienbare en gewichtige gebeurtenissen plaatsvonden na gelovig gebed. En heb je er wel eens over nagedacht dat bidden het enige gemeenschappelijke is tussen alle godsdiensten? Ook dat onderstreept het grote belang ervan.

Vanuit de relatie met God

Bidden is communiceren met God en daarom moeten we het gebed altijd benaderen vanuit de relatie. Je bidt niet tot een onpersoonlijke hemelse helpdesk, waar je opmerkingen worden geregistreerd en waar je verder nooit meer iets van hoort. Nee je bidt tot God, die je Vader is geworden doordat Jezus aan het kruis de weg tot de Vader heeft opengesteld. Vanuit die relatie en "in Jezus' naam" (Joh.16:26) kun je vrijuit bij de Vader binnenkomen, want als kind van God bent wedergeboren ben je in de hemel "kind aan huis".

De hemelse Vader luistert persoonlijk naar je, heeft alle tijd en alle aandacht voor je. Omdat God oneindig is en niet aan tijd gebonden, kan Hij tegelijk de volle aandacht hebben voor duizenden individuele bidders. Ook heeft God in zijn Woord ongekend grote beloften gekoppeld aan gelovig gebed. Als er iets is wat we als gelovigen onvoldoende begrijpen, dan is het de waarde en de kracht van gelovig gebed.

Gebeden van Jezus

De Bijbel geeft ons enig inzicht in de gebedsgewoonten van de Here Jezus. We weten dat Hij zich op bepaalde momenten terugtrok om langdurig tot zijn Vader te bidden

(Luc.5:16; Luc.6:12). Waarschijnlijk deed Jezus dat heel vaak. Soms waren de discipelen erbij (Luc.9:18). Jezus heeft ook verschillende gebeden in het openbaar gebeden, zoals het "onze Vader" (Mat.6:9-13) en het "hogepriesterlijk gebed" (Joh.17). Verder vermeldt de Bijbel enkele gebeden van Jezus, zoals zijn gebed in Getsemane (Luc.22:42).

2 BIDDEN OM HULP

Je hart uitstorten voor God

In de Bijbel komen we veel psalmen tegen, waarbij de dichter begint met zijn zorgen en probleemsituaties uitgebreid aan God te vertellen. Daarbij wordt een beroep gedaan op Gods bereidheid om te helpen wie Hem aanroepen. Vaak is er dan ook een gebed of God de omstandigheden wil veranderen en de eventuele vijanden wil vernietigen. Als we dit soort psalmen nieuwtestamentisch willen lezen, kunnen we voor "vijanden" bijna altijd satan en zijn rijk invullen, waardoor ze beter bij onze geloofswerkelijkheid aansluiten.

Roepen naar God

In diezelfde Psalmen komen we veel uitspraken tegen van "roepen tot God" onder allerlei omstandigheden, zoals:

- verdriet, moeite en pijn
- teleurstelling omdat God niet ingrijpt of antwoordt
- boosheid.

Vaak zijn het vooral uitingen van emoties. Bedenk dat er verschillende manieren van roepen zijn:

1. Ruwe verwijten aan Gods adres, zo van: God wat heb ik aan U? Ik kan niet op U aan, want ik zit in de narigheid en U doet niks. Dan kan ik net zo goed stoppen met geloven.
2. Boosheid of pijn uiten met een ondertoon van vertrouwen en verwachting. God blijven vertrouwen ook al begrijp je Hem niet, maar wel met zorg en pijn in het hart.

Ik denk dat de eerste manier niet kan, omdat elk geloofselement eraan ontbreekt. De tweede manier is wel goed, en die komen dan ook in heel veel psalmen tegen. Zie ook "Overvallen door beproevingen" in studiedeel "Groeiend vertrouwen".

Voor jezelf bidden?

Het klinkt misschien vreemd, maar voor jezelf bidden wordt in het Nieuwe Testament nauwelijks aangemoedigd. Veel van wat we voor onszelf bidden is in feite overbodig en vaak niet veel meer dan een uiting van ongelof. Misschien komt dit een beetje cru over, maar ik zal uitleggen wat ik bedoel.

Niet bidden om wat je al hebt ontvangen

Kijk eens naar elk van de volgende veelgehoorde gebeden en wat de Bijbel er over zegt.

veelgehoorde gebeden	terwijl Gods Woord zegt:
Heer, Wilt U deze dag bij mij zijn?	<i>"En Ik (Jezus) zal de Vader bidden en Hij zal u een andere Trooster geven om tot in eeuwigheid bij u te zijn, de Geest der waarheid..." (Joh.14:16)</i>
Heer, wilt U met hen meegaan op de weg naar huis.	<i>"Zijn zij (engelen) niet allen dienende geesten, die uitgezonden worden ten dienste van hen, die het heil zullen beërven?" (Heb.1:14) "Rondom Jeruzalem zijn bergen; zo is Here rondom zijn volk van nu aan tot in eeuwigheid." (Ps.125:2)</i>
Here houd ook deze nacht over mij getrouw de wacht.	<i>"Met zijn vlerken beschermt Hij u, en onder zijn vleugelen vindt gij een toevlucht; zijn trouw is schild en pantser." (Ps.91:4)</i>
Heer, wilt U mij vandaag helpen met mijn werk?	<i>"Want David zegt van Hem: Ik zag de Here te allen tijde voor mij; want Hij is aan mijn rechterhand, opdat ik niet wankelen zou." (Hand.2:25)</i>
Heer, wilt U mij kracht geven om tegenover mijn collega's te getuigen.	<i>"Maar gij zult kracht ontvangen, wanneer de Heilige Geest over u komt, en gij zult mijn getuigen zijn..." (Hand.1:8)</i>
Heer, geef mij liefde voor die vervelende medestudent.	<i>"...omdat de liefde Gods in onze harten uitgestort is door de Heilige Geest, die ons gegeven is..." (Rom.5:5)</i>

Iedere gelovige heeft bij zijn wedergeboorte de inwoning van de Heilige Geest ontvangen, zodat hij een regelrechte aansluiting heeft op de bron van alle geestelijke zegeningen en geestelijke kracht. Uit die bronnen mag hij dagelijks putten door het geloof. Als je bijvoorbeeld bidt: "Heer, wilt u vandaag bij me zijn" dan geef je daarmee eigenlijk te kennen dat je niet gelooft dat Hij al bij je IS. En dat duidt óf op ongeloof óf op een gebrek aan inzicht in Gods Woord en beloften.

Als je in de Bijbel kunt lezen dat God je bepaalde dingen GEGEVEN HEEFT, moet je Hem daar niet om vragen. Bedank God er maar voor en ga ermee aan de slag. Dat is een daad van geloof!

Gebed om het ervaren van God

Veel van onze gebeden voor onszelf zijn in feite verzoeken om bepaalde geloofservaringen. Daar is niets op tegen, maar het is de vraag of die ervaringen altijd nuttig en nodig zijn. Als iemand bijvoorbeeld bidt: "Heer wilt U vandaag bij me zijn" dan kan hij daarmee BEDOELLEN: "Heer ik zou uw aanwezigheid vandaag zo graag willen voelen." In zo'n geval zou ik zeggen: zeg dan ook wat je bedoelt, dat maakt alles veel

helderder. Hoe bemoedigend geestelijke ervaringen ook kunnen zijn, we moeten toch ons vertrouwen niet stellen op ervaringen, maar leren te leven uit geloof. Als je behoefte hebt aan Gods bemoedigende aanwezigheid, zou je ook het volgende kunnen bidden: "Heer, ik weet dat U elk moment van de dag bij me bent. Toch zou ik het fijn vinden als ik U heel persoonlijk zou ervaren als ik dat moeilijke moet ondergaan. Maar zelfs als ik uw aanwezigheid niet zo duidelijk voel, dan toch nog ben ik blij en dankbaar dat U er bent." Kijk, dat is eerlijke taal en bovendien geloofstaal. Natuurlijk wil ik het zoeken van geestelijke ervaringen niet ontmoedigen, maar een en ander wel in het juiste perspectief zetten.

Verkeerde hulpvragen

We moeten God nooit vragen om te doen wat Hij ons heeft opgedragen, want daarvoor zijn we immers zelf verantwoordelijk. Toch zijn we vaak geneigd om onze verantwoordelijkheden te ontvluchten. We deinzen er zelfs niet voor terug om ons te verschuilen achter vroom klinkende gebeden! Kijk eens naar de volgende voorbeelden van veel gehoorde gebeden:

veelgehoorde gebeden	terwijl Gods Woord zegt:
Heer, maak mij dankbaar.	<i>"...weest dankbaar" (Kol.3:15)</i>
Heer, geef dat wij mogen luisteren naar uw Woord.	<i>"Wie een oor heeft, die hore naar wat de Geest tot de Gemeente zegt." (Op.3:6)</i>
Heer, maak mij blij.	<i>"Verblijdt u in de Here te allen tijde" (Fil.4:4)</i>
Heer, maak mijn uren en mijn tijd tot uw lof en dienst bereid.	<i>"...dat gij uw lichamen stelt tot een levend, heilig en Gode welgevallig offer; dit is uw redelijke eredienst." (Rom. 12:1)</i>
Heer, maak dat ik u meer liefheb.	<i>"...Gij zult de Here, uw God, liefhebben uit geheel uw hart..." (Mar. 12:30)</i>

En zo kunnen we nog wel even doorgaan. Als we zulke gebeden uitspreken, dan BEDOELEN we misschien iets anders, bijvoorbeeld: "Heer, help me om u te gehoorzamen." Natuurlijk wil God je helpen om zijn wil uit te voeren, maar de keuzen om het te WILLEN doen, moet uit jezelf komen. Dan staat de Heilige Geest ogenblikkelijk klaar om je te ondersteunen. Kortom, gebeden van het bovenstaande soort zijn overbodig en zelfs schadelijk, want we leggen in feite de verantwoordelijkheid voor ONZE gehoorzaamheid bij God neer. En als God dat gebed niet verhoort, is God verantwoordelijk voor je zonde of nalatigheid? Kom nou! Nee, laten we asjeblieft dit soort "gebeden" achterwege laten! En als we om Gods HULP bidden omdat we bepaalde bijbelse opdrachten erg moeilijk vinden, laten we dan andere woorden kiezen, maar niet nadat we onze eigen verantwoordelijkheid daartoe hebben aanvaard. Nogmaals, laten we in het gebed vooral tegen God zeggen wat we bedoelen en vroom klinkende clichés achterwege laten, want die hebben zo weinig echte inhoud.

Vertrouw op Gods hulp

God heeft ons zijn onvoorwaardelijke hulp beloofd en in geloof kunnen we dan bijvoorbeeld uitspreken:

"Mijn hulp komt van de Heer, die hemel en aarde gemaakt heeft." (naar Psalm 121:2)

Toch komt iedereen wel eens in situaties van strijd, waarin je sterke behoefte hebt aan een doorbraak van Gods hulp en kracht. In de Psalmen lezen we hoe dikwijls David de Heer om hulp vroeg (Ps.22:25). Maar we lezen ook dat hij onder moeilijke omstandigheden er in geloof voor koos om te schuilen bij God, die zijn "toevlucht" was (Ps.46:2). Ook Paulus bad om hulp toen hij naar Jeruzalem ging, terwijl hij wist dat hij daar in de problemen zou komen. Hij vroeg zelfs aan de gelovigen in Rome om in gebed voor hem te strijden (Rom.15:20-21). Hij was zich bewust van weerstanden, die door de hel werden gevoed, en bij zulke gelegenheden is gebedsstrijd op zijn plaats. Dat zijn dus heel specifieke hulpvragen, en elk kind van God kent die in zijn leven. Als we daarbij maar steeds beseffen dat God onder alle omstandigheden heel dichtbij is en klaarstaat om die bijzondere hulp te geven. Misschien wacht Hij soms wel op ons hulpgebed voordat Hij ingrijpt, om ons te leren onze problemen niet in eigen kracht te lijf te gaan!

Conclusie: laten we God vertrouwen voor onze bescherming in het algemeen, en voor specifieke noden vrijmoedig bij Hem aankloppen om hulp.

3 BIDDEN OM ZEGENINGEN

Bidden en ontvangen

God nodigt elke gelovige uit om zijn wensen aan Hem bekend te maken:

"Bidt en u zal gegeven worden; zoekt en gij zult vinden; klopt en u zal worden opengedaan. Want een ieder die bidt, ontvangt, en wie zoekt, vindt, en wie klopt, hem zal opengedaan worden. Of welk mens onder u zal, als zijn zoon hem om brood vraagt, hem een steen geven? Of als hij een vis vraagt, zal hij hem toch geen slang geven? Indien dan gij, hoewel gij slecht zijt, goede gaven weet te geven aan uw kinderen, hoeveel te meer zal uw Vader in de hemelen het goede geven aan hen, die Hem daarom bidden." (Matteüs 7:7-11)

Iedere gelovige, die met redelijke verzoeken bij de Vader komt om in zijn persoonlijke noden te voorzien, zal ontvangen wat naar Gods wijze inzichten het allerbeste voor hem is. Let op: Jezus belooft niet dat we precies krijgen waar we om vragen, maar wel dat we het BESTE krijgen. Het aangehaalde bijbelgedeelte klinkt uitnodigend en warm en ook heel relatiegericht. God beantwoordt gebeden op een liefdevolle, bedachtzame en vaderlijke manier. Jezus geeft ook duidelijk aan dat wij God vragen om wat we nodig hebben:

"Geef ons heden ons dagelijks brood..." (Matteüs 6:11)

Wensen aan God bekend maken

Nog een bijbelgedeelte over het bidden om wat we nodig menen te hebben:

"Weest in geen ding bezorgd, maar laten bij alles uw wensen door gebed en smeking bekend worden bij God. En de vrede Gods, die alle verstand te boven gaat, zal uw harten en uw gedachten behoeden in Christus Jezus." (Filippenzen 4:6)

Let wel dat deze uitnodiging staat beschreven in de context van "omgaan met bezorgdheid". Er staat dan ook niet dat God alle wensen inwilligt, maar wel dat Hij vrede

geeft. We kunnen soms bidden of God de oorzaken van onze bezorgdheid wegneemt, maar doet God iets beters. In plaats van een aardse zegen geeft Hij dan een geestelijke zegen: vrede ONDANKS de zorgwekkende toestand, in plaats van het WEGNEMEN van de beknellende omstandigheden. Dat lijkt op het eerste gezicht misschien op een zoethoudertje, maar is in feite veel waardevoller, omdat het geestelijke resultaten oplevert, die we mee kunnen nemen naar de hemel. God geeft echt het beste, geloof Hem!

Waarde voor Gods Koninkrijk

We mogen bidden of God ons bepaalde dingen geeft, maar dat dient altijd te gebeuren binnen het kader van Gods Koninkrijk, anders is het al gauw een zelfzuchtig gebed, dat geen enkele kans op verhoring heeft. Als we bijvoorbeeld bidden om mooi weer tijdens onze vakantie, is dat puur een zaak van eigenbelang en niet van het Koninkrijk van God. Als we dan mooi weer krijgen, hebben we het dan in antwoord op gebed hebben gekregen! Denk je echt dat God iedereen het soort weer geeft waar hij om bidt? Als we verzoeken tot God richten dienen we het belang van Gods Koninkrijk in acht te nemen. Alles wat daar binnen past komt in aanmerking voor verhoring, waarbij het natuurlijk God is die vaststelt wat wel en niet in belang van het Koninkrijk is. In veel gevallen worden gebeden voor onszelf niet verhoord omdat we niet weten wat goed voor ons is. Daarom kunnen we beter volstaan met het vertrouwen op God, namelijk dat Hij naar zijn belofte alles zal geven wel goed voor ons is, en Hem er voor bedanken. Dat is beter dan aan God allerlei ideeën aan te reiken over de manier waarop Hij ons het beste zou kunnen zegenen!

Gods beloften incasseren

Als God ons bepaalde dingen TOEGEZEGD HEEFT, mogen we Hem daar in geloof om bidden. Dan hebben we het om gebeden, die altijd verhoord worden, omdat ze naar Gods wil zijn. Zomaar een voorbeeld:

"Indien echter iemand in wijsheid tekort schiet, dan bidde hij God daarom, die aan allen geeft, eenvoudigweg en zonder verwijt; en zij zal hem gegeven worden." (Jakobus 1:5)

De Bijbel staat barstensvol met dergelijke beloften. Het zou de moeite lonen om een paar bijbelboeken door te bladeren en alle beloften die je er in vindt op te schrijven. Je zou er verbaasd van staan.

Geheim

Hoe meer we vertrouwen op Gods beloften en uit zijn hand aannemen wat Hij ons in Christus gegeven heeft door de Heilige Geest, hoe meer reden we hebben om God te bedanken en hoe minder we voor onszelf hoeven te bidden. Dat kan een hoop tijd besparen, die we beter kunnen besteden door God te prijzen en voorbede te doen voor onze medemensen! Dit is een van de minst ontdekte geheimen van het leven met God.

4 VOORBEDE

Priestertaak

Wellicht het belangrijkste aspect van het gebed is het bidden voor andere mensen. Het is een priestertaak die iedere gelovige heeft gekregen. De Gemeente is immers geroepen tot "koninklijk priesterschap" (1 Petrus 2:9). Dat betekent: tussenpersoon zijn tussen God en

je medemensen, in navolging van Jezus. Het woord "koninklijk" duidt op het feit dat we door onze verbondenheid met Christus kunnen bidden op grond van de macht en het gezag van Koning Jezus, de allerhoogste Koning en Priester (Heb.7:1-3). Paulus zegt over voorbede in het algemeen:

"Ik vermaan u dan allereerst smekingen, gebeden, voorbeden en dankzeggingen te doen voor alle mensen..." (1 Timoteüs 2:1)

Dat is geen oproep voor vage gebeden als: "Heer wilt U alle zieke mensen beter maken, en alle mensen helpen die problemen hebben, Amen", maar geeft wel aan hoe breed de opdracht tot voorbede is. De Bijbel geeft veel voorbeelden van gebeden. Meestal gaat het om heel specifieke gebeden, zoals het volgende verzoek van Paulus om voorbede voor hemzelf en zijn bediening:

"(Bid) ook voor mij, dat mij bij het openen van mijn mond het woord geschonken worde, om vrijmoedig het geheimenis van het evangelie bekend te maken..." (Efeziërs 6:19)

Door je voorbede voor de mensen om je heen kun je een kanaal van Gods zegen voor hen zijn.

Voorbede

Je voorbede is onder meer nodig voor:

- mensen waarvoor je verantwoordelijkheid draagt (huwelijkspartner, kinderen, vrienden, enzovoorts)
- mensen die een zware taak hebben, die het moeilijk hebben of die extra hulp of bescherming nodig hebben. (1Tim.2:1; Kol.1:9).
- uitbreiding van Gods Koninkrijk (zending, evangelisatie) (2Tess.3:1)
- lijdende christenen wereldwijd (Heb.13:3)
- overheid en invloedrijke mensen (1Tim.2:1-3)

Bid vooral zo specifiek mogelijk en zo min mogelijk in algemene termen. Hoe duidelijke je gebed, hoe beter je kunt nagaan of je gebed is verhoord. Bidden voor iemand is als het ware Gods arm op iemands schouder leggen. Voorbede voor mensen die Gods hulp zo hard nodig hebben is een van de belangrijkste liefdedaden die we kunnen bedenken.

Hulpmiddelen

Veel mensen gebruiken een gebedslijst om zichzelf eraan te herinneren voor wie zij regelmatig willen bidden. Zoiets brengt orde in je voorbede, want anders ben je geneigd alleen voor een onderwerp te bidden wanneer het je te binnen schiet of wanneer je zojuist iets nieuws hebt gehoord.

Veel christelijke organisaties geven een maandelijkse gebedskalender uit, met een gebedsonderwerp voor elke dag. Ook dat is een prima hulpmiddel om gericht te kunnen bidden. Zelfs de krant zou je als gebedslijst kunnen gebruiken, maar het nadeel daarvan is dat je dan vooral op nieuwsimpulsen reageert. Als aanvulling is het lang zo gek nog niet.

Leiding van de Heilige Geest

Leer bovenal te vertrouwen op de leiding van Gods Geest, ook als je gebedslijsten en gebedskalenders gebruikt. Probeer een gevoeligheid te ontwikkelen voor de mensen die Hij je te binnen brengt. Zodoende kun je een instrument in Gods hand zijn om op de juiste momenten voor de juiste personen te bidden. Veel gelovigen hebben meegemaakt dat God hen 's nachts wakker maakte om voor een bepaald persoon te bidden. Later kwamen ze er dan achter dat die persoon op dat moment een voorbidder nodig had!

Voorbeeld van Paulus

Let eens op hoe Paulus bad voor de gemeenten, waarvoor hij zich verantwoordelijk voelde (1Kor.1:4-7; Ef.1:15-20; Kol.1:3-13; Fil.1:3-11; 1Tess.1:2-3). Daarbij valt het volgende op:

- Hij begon de meeste van zijn brieven met het noemen van zijn gebed voor de gemeenten. Hij hechtte meer waarde aan de uitwerking van zijn gebed dan aan zijn brieven.
- Hij begon NIET met het noemen van alles wat nog moest verbeteren, maar WEL met God te bedanken voor wat Hij al in die gemeenten tot stand had gebracht.
- Hij bad NIET om de verbetering van hun levensomstandigheden, maar WEL dat God hun ogen zou gaan openen voor wie Hij is en voor wat ze in Christus ontvangen hebben (Ef.1:15-20; Kol.1:9-12).
- Hij kon de zorg voor de gemeenten van zich afzetten en vertrouwde dat God zijn werk in de gemeenten zou voortzetten en afmaken (Fil.1:6).

5 BIDDEN VOOR ZENDELINGEN

Als voorbeeld voor gerichte voorbede volgen hier enkele tips voor het bidden voor zendelingen, ontwikkelingswerkers en dergelijke, die naar het buitenland zijn uitgezonden. Zij kunnen niet zonder extra gebedsondersteuning. Uiteraard zijn er ook in eigen land veel mensen die evenzeer je gebed nodig hebben.

Relatie met God

Waarschijnlijk hebben we een te hoog denkbeeld van deze mensen. We hebben ze op een voetstuk gezet, waarop staat: "buitengewoon geestelijke heilige." Het komt niet bij ons op dat er iets kan mankeren aan hun omgang met God. Toch is dit vaak het gebied van de grootste nood. Bid daarom vooral voor:

- geregeld bijbellezen
- gebedsleven
- vervulling met de Heilige Geest
- volwassenheid in groei en genade
- overwinning over tegenstand van satan
- overwinning over verlangens van het eigen "vlees"

Gezondheid en gevoelsleven

Veel zendingswerkers of ontwikkelingswerkers leven in een klimaat, waar tal van ziekten heersen. Bid voor een goede gezondheid. Vaak zijn het actieve mensen, die veel onderweg zijn. Bid voor hun veiligheid tijdens het reizen. Preventief gebed is erg belangrijk. Als we horen dat de persoon ziek is, bidden we vaak dat de stukken eraf vliegen. Het is beter om voor deze zaken van tevoren te bidden. Bid ook voor bevrijding van ontmoediging, eenzaamheid en depressie.

Gezinnen en alleenstaanden

Voor gezinnen is het van belang dat we bidden voor de verhouding tussen man en vrouw. Bid voor de kinderen, dat ze opgroeien "in de Heer". Bid dat hun kinderen het goed hebben op school (vaak een internationale school) en ook voor eventuele kinderen die in

Nederland zijn achtergebleven. Bid ook dat het gezinsleven van de werkers een voorbeeld zal zijn voor de lokale christenen en een getuigenis voor degenen, die nog niet gered zijn.

Alleenstaande werkers hebben ook hun specifieke noden. Bid om goede vriendschapsrelaties, en een evenwichtige ontwikkeling van hun persoonlijkheid, om voldoende rust en ontspanning

Taken en bedieningen

Bid dat de werkers in het buitenland de plaatselijke taal voldoende leren beheersen. Bedenk dat het leren van een totaal vreemde taal erg inspannend en tijdrovend is. Bid dat zij een goed inzicht krijgen in de lokale cultuur. Ook dat ze de boodschap van het evangelie in woord en daad op een verstaanbare wijze zullen communiceren naar de lokale bevolking. Door een tekort aan medewerkers kan de werkdruk vaak hoog zijn, omdat dikwijls van hen verwacht wordt dat ze taken uitvoeren, waarvoor ze nooit zijn opgeleid. Dit kan allerlei spanningen veroorzaken.

Relaties

Bid voor goede relaties van buitenlandse werkers met de plaatselijke bevolking, de overheid, de lokale kerken en andere organisaties. Bedenk dat ze uit verschillende landen komen met allemaal hun eigen ideeën over hoe het werk het beste kan worden uitgevoerd. Bid dat er warme en oprechte vriendschapsbanden met andere medewerkers worden opgebouwd.

Land

Laat je gebed zich ook uitbreiden tot het land van de zendings- en ontwikkelingswerkers. De politieke toestand, de regering, de kwestie van de visa, vrijheid om in het hele land te blijven werken, het zijn allemaal belangrijke gebedsonderwerpen. En bid dat er steeds meer mensen de boodschap van het Evangelie zullen aannemen en tot geloof in Christus worden gebracht.

6 VOOR ZIEKEN BIDDEN

Bidden voor zieken is voor veel bidders een belangrijk onderwerp en daarom wil ik daar apart op ingaan. De Bijbel geeft beloften van goddelijke genezing en toch is de praktijk dat genezing op gebed lang niet altijd plaatsvindt...

Zalving

In het Nieuwe Testament lezen we niet zo veel over het bidden voor zieken. Wel worden zieken opgeroepen om de leiders van de plaatselijke gemeente te roepen om hem met olie te zalven en dan voor zijn genezing te bidden:

"Is er iemand bij u ziek? Laat hij dan de oudsten der gemeente tot zich roepen, opdat zij over hem een gebed uitspreken en hem met olie zalven in de naam des Heren. En het gelovige gebed zal de lijder gezond maken, en de Here zal hem oprichten. En als hij zonden heeft gedaan, zal hem vergiffenis geschonken worden." (Jakobus 5:14-16)

Deze bijbelse praktijk wordt nog veel te weinig toegepast in protestantse kerken. Schort het aan GELOVIG gebed? Zijn we bang dat we zullen afgaan als de lijder NIET gezond

wordt? Of past het domweg niet binnen onze kerkelijke tradities? Wat kunnen we toch selectief omgaan met wat het Woord ons aanreikt!

Wat wil God met de zieke?

De moeilijkheid bij het bidden voor zieken is dat er niet altijd inzicht bestaat over Gods bedoelingen met de zieke. Wil God de zieke op een bovennatuurlijke manier genezen of wil God de ziekte gebruiken om hem bepaalde kostbare levenslessen te leren? Of misschien wil God een dodelijk ziek persoon gauw bij Zich hebben in de hemel omdat zijn taak op aarde afgelopen is. Wie zal het zeggen? Natuurlijk willen we graag dat de zieke zo gauw mogelijk geneest en die wens mogen we bij God neerleggen (Fil.4:6).

Verder kunnen we vaak niet gaan. We hebben geen bijbelse belofte van onvoorwaardelijke genezing op gebed voor alle zieken, dus kunnen we niet zomaar "in geloof" de genezing claimen, zoals sommigen doen. Behalve natuurlijk als God nadrukkelijk heeft laten weten dat Hij een bepaalde zieke wil genezen.

Laten we ook de geestesgave van genezing (zie "Wonderen verrichten" in studiedeel "Vol van Jezus") niet veronachtzamen. Gelovigen met een dergelijke gave hebben meer inzicht in de situaties waarin God genezing wil bewerken.

Geen "horizontale" voorbede

We moeten goed oppassen voor "horizontale" gebeden, waarbij we God vooral vragen om zijn levensomstandigheden te veranderen. Het is beter te vragen of God zijn licht wil laten doordringen in het hart van de zieke, zodat zijn zicht op God voortdurend helder is. Juist door overweldigende pijn en bezorgdheid kan het zicht op God immers zo gemakkelijk vertroebeld worden en dan is het zo belangrijk dat zieken daarin door gebeden van (mede)gelovigen worden ondersteund (Ef.1:17-19). Ook kunnen we bidden dat Gods bedoelingen met de zieke worden gerealiseerd, dwars door de ziekte heen.

Als gebeden voor zieke mensen niet meer zijn dan uitingen van onze sympathie voor de zieken en van onze verslagenheid vanwege hun situatie, dan kunnen we die gebeden evengoed nalaten. Gebeden moeten altijd een element hebben van geloof in God, die iets bovennatuurlijks zal uitwerken in antwoord op gebed, hetzij in het hart, hetzij in het lichaam van de zieke. Andere gebeden hebben geen waarde, omdat God alleen GELOVIG gebed verhoort.

7 VOOR OMBEKEERDEN BIDDEN

Geduld

Velen van ons bidden om de bekering van mensen die ons dierbaar zijn of met wie we contact hebben. Het uitblijven van gebedsverhoring kan ons moedeloos of ongeduldig maken. Bedenk dat het voorbereidende werk van de Heilige Geest in iemands hart eersteklas vakwerk is, dat zorgvuldig wordt uitgevoerd. Die voorbereiding kost vaak veel tijd, soms bijna een heel mensenleven! God bepaalt nadrukkelijk Zelf het moment waarop Hij zijn licht extra duidelijk laat schijnen in iemands hart. Daarvóór moet Hij vaak eerst allerlei barrières weghalen, invloeden die iemand ervan weerhouden zich open te stellen voor het licht. God kan ook omstandigheden creëren, waardoor iemand ontvankelijker wordt voor het evangelie.

God dwingt niemand

Bedenk dat God niemand tot een keuze forceert, zelfs niet als we er nog zo nadrukkelijk om bidden. God heeft ieder mens een eigen verantwoordelijkheid gegeven om te kiezen en respecteert ieders keuze. Wel zien we dat God (vaak in antwoord op gebed) iemands levensomstandigheden zodanig beïnvloedt, dat zo iemand beter zicht krijgt op God en Zijn bedoelingen. God geeft mensen de nodige tijd om hun innerlijke houding rijp te maken om het "zaad van God" te ontvangen. Daarom moeten we gebed om bekering van ongelovigen blijven volhouden.

George Müller

George Müller was een bekende godsmann, die in de negentiende eeuw onder meer de stichter was van een weeshuis in Engeland. Vlak voor het einde van zijn leven sprak hij met een vriend over gebedsverhoringen. George vertelde dat hij vooral om de bekering van drie vrienden had gebeden, maar dat er nog maar twee tot geloof waren gekomen. Zijn vriend zei dat hij dat geweldig vond: twee van de drie was geen slechte score, vond hij. George reageerde verontwaardigd: "Denk je dat we een God hebben die gebeden maar half verhoort? Ook de derde zal tot geloof komen!" Kort na de dood van George Müller ontving de derde vriend inderdaad nieuw leven. Dit ter aansporing van ieder, die aan het bidden is voor onbekeerde familieleden en vrienden...

8 GEBEDSSTRIJD

Voorbede als taak

Gebed biedt iedere gelovige ongekende mogelijkheden om betrokken te zijn bij de belangrijke ontwikkelingen in Gods Koninkrijk. Niet iedereen is in staat om de wereld in te trekken (ver weg of dichtbij) en als een "gezondene" het evangelie te verspreiden in woord en daad. Maar in het gebed kun je overal komen, in gesloten landen, achter gesloten deuren en op andere plaatsen waar geen mens kan komen. Geen plek is verborgen voor Gods Geest en Gods invloed strekt zich uit over het hele heelal. "In Christus" kun je overal zegen verspreiden door het gebed. Zo kun je bijvoorbeeld door God gebruikt worden in voorbede:

- voor zendelingen en hulpverleners, hun gezinnen, hun werk en verantwoordelijkheden
- voor landen, regeringen, overheidsinstellingen
- tegen misstanden in de wereld
- tegen overheden die zich keren tegen God en zijn volk, en tegen hun plannen
- voor vervolgte gelovigen en hun gezinsleden

Ik heb wel eens gelezen over bekende godsmannen, die tegen het einde van hun leven gevraagd werd wat ze anders zouden doen als ze een deel van hun leven over mochten doen. Wat me opviel is dat de meesten van hen zeiden: "Dat ik meer tijd had besteed aan gebed, want dan had God veel meer door me heen kunnen doen dan door mijn activiteiten."

Bidden van boven naar beneden

Vaak bidden gelovigen van beneden naar boven als het gaat om voorbede. Vanaf de aarde roepen ze als het ware naar boven tot God of Hij hulp wil bieden. Het is bidden

vanuit de probleemsituatie op aarde tot God in de hemel. Dat zou ik een oudtestamentische manier van bidden willen noemen.

Een nieuwtestamentisch gelovige heeft een plaats gekregen in de geestelijke wereld (Ef.2:6). Gelovig gebed speelt zich dan ook af in de geestelijke wereld, want de bidder verkeert in Gods tegenwoordigheid. Als je dat beseft, bid je dus vanuit de hemel en probeer je de aardse probleemsituatie vanuit de hemel te bekijken. Hoe kijkt God ernaar? Welke bedoelingen zou God ermee kunnen hebben? Je gaat dan met geestelijke ogen naar de probleemsituatie kijken en komt losser van de emoties, die het probleem bij je oproept. Voorbede doen wordt dan bidden vanuit je positie "in Christus" waarbij we in de eerste plaats bidden om geestelijke resultaten. Voorbeelden daarvan zijn:

- dat Gods bedoelingen op aarde worden gerealiseerd ("uw wil geschiede op aarde, zoals ook in de hemel", naar Matteüs 6:10)
- dat de personen, voor wie je bidt, zicht op God hebben zodat hun aansluiting op de hemelse krachtbron goed functioneert (Ef.1:15-19)

Dergelijke gebeden zijn ongetwijfeld naar Gods wil en daarvoor mogen we zeker verhooring verwachten.

Tegen iets bidden

Omdat geestelijke strijd niet alleen te maken heeft met de uitbreiding van Gods Koninkrijk, maar ook met het schade toebrengen aan het rijk van satan, is er ook een ander soort gebedsstrijd dan we tot dusver hebben besproken. Ik bedoel: het bidden tégen het demonische machtsgebied. Veel gelovigen kijken daar vreemd van op. We zijn meer gewend aan het positief bidden om hulp voor mensen die veel strijd te verduren hebben, om bescherming van vervolgte gelovigen, enzovoort. Maar we mogen ook tégen het werk van satan bidden. In de Heidelbergse Catechismus (zondag 48) vinden we een interessante uitleg van de woorden "Uw koninkrijk kome" van het "Onze Vader" gebed. Vrij weergegeven staat er: "vernietig het werk van de duivel en alle heerschappij die zich tegen U verheft en alle acties die ingaan tegen Uw Woord".

Zoals op veel plaatsen gebeurt, heb ik ook wel eens deelgenomen aan een gebedsactie rondom een schouwburg dichtbij onze woonplaats toen er een occulte show werd gegeven. Van bezoekers hoorden we achteraf dat er die avond nauwelijks iets te zien was. Het is een van de vele voorbeelden van wat we kunnen doen. Onze gebeden hebben meer invloed dan we denken. Zo kunnen we bijvoorbeeld ook

- bidden tegen tirannieke overheden die christenen onderdrukken,
- bidden dat God de plannen van zulke overheden zal vrijdelen,
- bidden dat misdadige organisaties worden opgerold,
- enzovoorts

Uw koninkrijk kome, uw wil geschiede

Toen Jezus zijn discipelen leerde bidden, legde Hij ook een duidelijke nadruk op de strijd met betrekking tot het hemelse Koninkrijk: "...Uw koninkrijk kome, Uw wil geschiede" (Mat.6:20). De eerste zin duidt er op dat het definitieve koninkrijk van God nog niet is gekomen en dat we als gelovigen in een strijdsituatie zitten. De tweede zin betekent een instelling van de gelovige dat het ons diepste verlangen is dat Gods wil op aarde wordt uitgevoerd, zoals dat in de hemel gebeurt. Het gaat er om dat Gods heerschappij vanuit de hemel op aarde wordt gerealiseerd. Dat is tegelijk het doel van de gebedsstrijd: niet dat de

bidder God overhaalt om te doen wat de bidder vraagt, maar dat Gods wil wordt uitgevoerd in weerwil van de tegenhoudende inspanning van het rijk van satan.

Zie ook "Geestelijke strijd" in studiedeel "Strijden voor Jezus".

9 VOLHOUDEN MET BIDDEN

"Bidt zonder ophouden" schreef Paulus aan de gemeente in Tessalonica (1 Tess.5:17) en hij bedoelde natuurlijk: het gebed niet opgeven.

Volhardend bidden

Gods uitstel van verhoring is nooit afstel. Wij begrijpen niet altijd waarom Hij ons de ene keer op verhoring laat wachten en dan weer antwoordt "eer wij roepen" (Jes.65:24). De bekende godsmann George Müller, die in de negentiende eeuw onder meer een weeshuis heeft gesticht in Engeland, was een van de grootste bidders van alle tijden. Hij moest bijna 64 jaar bidden voor de bekering van een vriend. "Het belangrijkste is dat we het nooit opgeven tot de verhoring komt", zei hij kort voordat hij stierf. "Hij is nog niet gered, maar het zal gebeuren! Ik heb de onveranderlijke belofte van Jehova en daar steun ik op." Hij was nog maar net gestorven of zijn vriend kwam tot Jezus, nog vóór zijn begrafenis.

Lees Lucas 18:1-8 eens, waarin Jezus ons aanspoort om het bidden niet op te geven. Soms is gebedsverhoring afhankelijk van het feit of we doorgaan of het na korte tijd laten afweten.

Weg banen

Maar er is meer te zeggen over dit onderwerp. Vergeet niet dat satan vaak weerstand biedt tegen gebedsverhoringen en dat doorbidden noodzakelijk is om de gebedsstrijd te winnen. Lees bijvoorbeeld de volgende tekst eens aandachtig:

"...biddende of mij eindelijk door de wil van God eens een weg gebaad moge worden om tot u te komen." (Romeinen 1:10)

Paulus was zich heel goed bewust van Gods roeping en plan met zijn leven, maar hij wist zich bij de uitvoering van dat plan ook gehinderd door Gods tegenstander. Daarom bidt hij met kracht de woorden uit het "onze Vader": UW WIL GESCHIEDE! Dit is geen gebed van lijdelijke onderwerping van Gods wil, die tóch moet geschieden omdat God nu eenmaal God is. Het zijn de woorden van een gebedsstrijder op aarde, die zijn autoriteit in Jezus' naam kent en tegen de wil van satan in bidt, zodat Gods wil kan worden uitgevoerd. Dit is een groot geheim. God is bij machte oneindig veel te doen in de strijd tegen het kwade, maar Hij gebruikt gebeden van zijn kinderen op zijn arm in beweging te brengen. Zo hebben we bijvoorbeeld de belofte van de komst van Gods koninkrijk op aarde (denkend aan de terugkeer van Jezus). Toch spoort Jezus ons persoonlijk aan om te bidden: "Uw Koninkrijk kome" (Mat.6:10).

Meer over dit onderwerp in "Geestelijke strijd" in studiedeel "Strijden voor Jezus".

10 GEBEDSVERHORING

Belofte

Jezus heeft nadrukkelijk de verhoring van gebeden beloofd en dat is een van de meest kostbare beloften die we zwart op wit in het Woord kunnen vinden in niet mis te verstanen bewoordingen:

"Bidt en u zal gegeven worden ... Indien dan gij, hoewel gij slecht zijt, goede gaven weet te geven aan uw kinderen, hoeveel te meer zal uw Vader in de hemelen het goede geven aan hen, die Hem daarom bidden." (Matteüs 7:7-11)

"... Voorwaar, voorwaar, Ik zeg u, als gij de Vader om iets bidt, zal Hij het u geven in mijn naam." (Johannes 16:24)

"En wat gij ook vraagt in mijn naam, Ik zal het doen, opdat de Vader in de Zoon verheerlijkt worde." (Johannes 14:13)

De bedoeling is overduidelijk: God wil je van harte het allerbeste geven in antwoord op je gebeden, tenzij er dringende redenen zijn om het niet te doen. Gebedsverhoring is de norm. Het niet verhoren van gebeden is de uitzondering. Gods uitnodiging tot gebed is hartelijk en royaal. Bovendien zijn er geen lange wachtrijen voor bidders. Integendeel. Je kunt op elk moment je verzoeken tot God richten en je verzoeken komen niet in een la terecht, maar komen onmiddellijk in behandeling.

We doen onszelf en anderen te kort als we weinig gebedsverzoeken tot God richten.

Jakobus zegt het kort maar krachtig:

"... Gij hebt niets, omdat gij niet bidt." (Jakobus 4:2)

Het zal je maar gezegd worden!

Rechtsbijstand

We krijgen zelfs "rechtsbijstand" bij onze gebeden. De Heilige Geest bidt voor ons (Rom.8:26) en God kan tegen Hem geen "nee" zeggen. Ook de Here Jezus pleit voor ons (Heb.7:25) en ook Hem wordt niets geweigerd. En toch, hoewel deze gebeden veel meer waard zijn dan de onze, draagt Hij ons op om te bidden. God wil gewoon weten wat in ons hart is en doet letterlijk al het mogelijke en het onmogelijke om zijn belofte van gebedsverhoring te vervullen. Maar ons gelovig gebed is de sleutel om Gods machtige hand in beweging te brengen.

Antwoord op gebeden

In antwoord op onze gebeden kan God het volgende doen:

1. Direct verhoren (raketverhoring)
2. Langzaam of later verhoren (schildpadverhoring)
3. Niet verhoren (omdat God iets anders beter vindt)

Gebeden die altijd verhoord worden

De apostel Johannes schreef het volgende over gebedsverhoring:

"En dit is de vrijmoedigheid, die wij tegenover Hem hebben, dat Hij, indien wij iets bidden NAAR ZIJN WIL, ons verhoort. En indien wij weten, dat Hij ons verhoort, wat wij ook bidden, weten wij, dat wij de beden verkregen hebben, die wij van Hem hebben gebeden." (1 Johannes 5:14-15)

Dus als we om iets bidden, waarvan we zeker weten dat God er achter staat, kunnen we rekenen op verhoring en Hem er al voor bedanken voordat we het daadwerkelijk

ontvangen hebben. Gebeden, die eer opleveren voor Gods naam en passen binnen het beleid van Gods Koninkrijk, zullen zeker verhoord worden:

"... en wat gij ook vraagt in mijn naam, Ik zal het doen, opdat de Vader in de Zoon verheerlijkt worde. Indien gij iets vraagt in mijn naam, Ik zal het doen." (Johannes 14:13-14).

De Bijbel vertelt veel over wat God wel en niet wil. Dus kunnen we in Gods Woord veel duidelijke beloften tegenkomen op grond waarvan we op 100% gebedsverhoring kunnen rekenen, maar wel op Gods manier en op Gods tijd natuurlijk.

Soms mag je van tevoren danken

Toen ik met mijn gezin in Papoea Nieuw Guinea werkte met de Wycliffe Bijbelvertalers, bleek dat het erg moeilijk was voor ons thuisfrontcomité om een verlofhuis te vinden. Toen de verloftijd dichterbij kwam, maakten ons daar zorgen over, want we hadden een huis nodig. Op een avond stelde ik iets ongebruikelijks voor aan het gezin: "Laten we God maar gaan bedanken voor ons verlofhuis, want Hij wil ons dat vást wel geven." Dat deden we met het hele gezin en daarna gingen de kinderen naar bed. Een half uur later werd er gebeld uit Nederland: "Hallo met Wim. Heb je papier bij de hand, dan kun je het adres van jullie verlofhuis opschrijven..." Raketverhoring! Na het telefoontje maakten we meteen de oudere kinderen wakker om het ze te vertellen. Ze zullen het hun leven lang niet vergeten!

11 ONVERHOORD GEBED

In de hemel staat geen gebedsautomaat, waar je gebed instopt en de verhoring uitkrijgt. Niet alle gebeden worden verhoord, en dat is maar goed ook. Als God alle gebeden van bidders zou verhoren, zouden de bidders de wereld regeren en niet God. De soevereine God zelf bepaalt dus of een gebed wordt verhoord of niet.

Gebeden die niet passen in Gods plan

Soms bid je om iets dat op zichzelf genomen heel goed is, maar beslist niet past in Gods volmaakt plan. Dan beantwoordt God je gebed wel, maar niet helemaal (of helemaal niet) zoals jij het gevraagd hebt. In dat geval wil Hij iets beters geven. Bijvoorbeeld: soms verhoort God een gebed om genezing niet omdat Hij je door die ziekte dichter bij Zich wil trekken, en dat is op dat moment meer waard dan genezing.

Ook Paulus maakte zoiets mee en daar worstelde hij enorm mee. Lees maar na in 2 Korintiërs 12:7-10. God beantwoordde zijn verzoek met "Nee, Paulus, het is beter als Ik je niet genees." Paulus begreep het geheim van het onverhoorde gebed: Gods kracht zou in zijn zwakheid beter uit de verf komen dan als hij zou worden genezen. Hij beschouwde Gods antwoord niet als een flauwe troostprijs, waar je niks aan hebt, maar hij accepteerde Gods antwoord volledig: "Als ik zwak ben, ben ik machtig." Dat is geloofstaal!

Onverstandige gebeden

Als je om iets vraagt dat niet goed voor je is, dan geeft God het natuurlijk ook niet. Hij is een royale, maar ook een verstandige Vader. Daarom bid ik vaak aan het einde van mijn gebed: "Dank U, Heer, voor de verhoring van mijn gebeden. Ik heb geprobeerd te bidden naar uw wil en ik vertrouw dat u de gebeden, die niet passen in uw plan, zult ombuigen

zodat uw wil zal worden uitgevoerd." Hoe beter we God leren kennen, hoe minder onzinnige verzoeken we tot Hem zullen richten en hoe meer we "in de geest van Jezus" zullen bidden.

Het kan aan jezelf liggen

Redenen voor onverhoorde gebeden kunnen ook bij de bidder liggen. We kunnen dan bijvoorbeeld denken aan:

- verkeerde gebeden, niet gericht op Gods Koninkrijk, maar op eigen belang (Jak.4:3)
- zonde in het hart, waardoor het gebed wordt geblokkeerd (Ps.66:18; Ps.109:7; Spr.28:29; Jes.29:13; 1Petr.3:7)
- twijfel aan de verhoring oftewel ongeloof (Jak.1:6-7)
- omhaal van woorden (Mat.6:7) alsof God Zich door menselijke retoriek laat manipuleren!
- ongehoorzaamheid (Spr.28:9)
- onzuivere relaties (1Petr.3:7)

Soms kom je er niet uit

Iedere gelovige heeft of krijgt te maken met onverhoorde gebeden die hem voor een raadsel plaatsen. Ik heb het zelf ook wel eens gehad dat ik 100% zeker meende te weten dat mijn gebed verhoord zou worden. Het leek volledig te passen binnen Gods plan, voorzover ik dat kon bekijken, en bovendien kreeg een bijbelwoord van God dat mijn verwachting ondersteunde. Maar het gebeurde niet. En wat doe je dan? Ik geloof niet dat ik later God zal kunnen verwijten dat Hij onjuist gehandeld heeft in dit geval. Ik geloof dat onze Vader 100% betrouwbaar is. Als er iets niet lijkt te kloppen is dat niet aan Gods kant, dus dan moet dat aan mijn kant zijn. Ons geloof mag nooit rusten op ervaringen, maar op het Woord, waarin overtuigend staat dat God het beste voor ons zoekt (Rom.8:32). Dan komt het aan op geloofsvertrouwen.

Onverhoorde gebeden roepen veel vragen op die niet te beantwoorden zijn, want daarbij komen we bij de kern van het leven met God. De precieze rollen en werkgebieden van God, satan en de mens zijn niet zo scherp afgebakend. Het ontbreekt ons eenvoudigweg aan voldoende inzicht om hier altijd tot het juiste antwoord te komen. Wel is het zeker dat God volkomen betrouwbaar is als verhoorder van gebeden. Laten we Hem dus maar blijven vertrouwen, ook als we Hem niet kunnen begrijpen.

II HOUDING TIJDENS HET GEBED

1 GEBEDS HOUDING

Lichaamshouding

"Handen samen, ogen dicht" is de gebedshouding die de meesten van ons van jongs af aan thuis of op de christelijke basisschool hebben geleerd. Gesloten ogen zijn een teken van onderworpen eerbied. Ze helpen bovendien om je op God te concentreren, terwijl je niet wordt afgeleid door wat er om je heen te zien is. De gevouwen handen zijn het teken van smeking. Kennelijk gold de smeekbede in de afgelopen eeuwen als het meest kenmerkende aspect van het gebed. Deze gedachte wordt nog eens bevestigd als we bedenken dat het woord "gebed" eigenlijk "smekend verzoek" betekent, terwijl de omgang met God veel meer kan omvatten.

Toch vinden we helemaal niets van deze gebedshouding terug in de Bijbel. Wel lezen we over de volgende gebedshoudingen:

- knielen (Ps.59:6; 1Kon.8:54; Dan.6:11)
- staan (Ps.135:1-2)
- handen opheffen (Ps.135:2)
- neervallen met het gezicht op de grond (Num.14:5; Op.5:14)

Daarnaast lezen we hoe David huppelt en danst "voor Gods aangezicht" bij het binnenhalen van de Ark (2Sam.6:14,21). In Psalm 100:1 wordt gesproken over "juichen voor de Heer" terwijl in vers 4 wordt een oproep gedaan om zingend het tempelplein binnen te wandelen. Ook in reidansen wordt God geprezen (Ps.149:3). Al met al zien we in de Bijbel een behoorlijke variatie aan uitingsmogelijkheden en lichaamshoudingen, waarmee we God mogen benaderen. Wat wel opvalt is dat veel gebedshoudingen, die in de Bijbel voorkomen, een **ACTIEVE** houding laten zien.

Ik geloof dat het gaat om de innerlijke gebedshouding en dat die kan worden ondersteund door een passende lichaamshouding en dat we niet kunnen spreken over de enige juiste lichaamshouding bij gebed. Zo kun je knielend, zittend, staand, wandelend, fietsend of autorijdend bidden, tenminste als je je daarbij goed op God en het gebed kunt concentreren. Het sluiten van de ogen kan nuttig zijn als je door je omgeving wordt afgeleid. Maar nodig is het niet en het is ook sterk af te raden bij fietsen of autorijden.

Innerlijke houding

De innerlijke houding die bij gebed past is naar mijn mening een houding van

- eerbied vanwege Gods heiligheid
- intimiteit vanwege diepe verbondenheid met een liefdevolle Vader
- overgave en afhankelijkheid
- dankbaarheid en blijdschap
- eerlijkheid en oprechtheid
- geloofsvertrouwen en geborgenheid
- liefdevolle toewijding en aanbidding
- bereidheid tot gehoorzamen en dienen

Eerbied en vrijmoedigheid

Wees er steeds van bewust met wie je spreekt als je bidt. God is namelijk:

1. heilig - God is oneindig boven je verheven. Daarom is het gepast om veel grote eerbied en diep ontzag naar Hem op te zien.
2. liefdevol - God is oneindig dicht bij je gekomen doordat Hij met zijn Heilige Geest in ons woont en doordat je door wedergeboorte zijn geliefd kind bent geworden. Daarom is het gepast om vrijmoedig, vanuit een diepe, intieme relatie te spreken.

Zie voor meer details over dit onderwerp "Gods heiligheid en liefde" in studiedeel "Schepper".

Jezus heeft nooit de indruk gewekt dat gebed een soort audiëntie is, waarbij een speciaal plechtig woordgebruik vereist is. Integendeel. Keer op keer legt Hij uit dat gebed is bedoeld als een persoonlijke ontmoeting van een kind van God met zijn hemelse Vader. Jezus spreekt daarbij vaak over het intieme karakter van het gebed.

In de Bijbel lezen we dat Mozes op een buitengewoon gemeenzame manier met God sprak, hoewel met diep respect. En dat is nou net het geheim van intimiteit met God. Vanuit het diepe besef van zijn heiligheid mogen we diepgaande intimiteit met God beleven. Veel mensen proberen kameraadschappelijk met God om te gaan zonder eerst besef te hebben van zijn heiligheid. Zo hoort het dus NIET. Jezus spreekt zijn discipelen aan met vrienden, maar zegt daar wel iets wezenlijks bij: "Jullie zijn mijn vrienden indien jullie doen wat ik zeg." (Joh.15:14). Kortom: we dienen de juiste balans te behouden als we tot God spreken, én met diep ontzag, én met intimiteit.

Wees vooral echt

Bidden is spreken met je hemelse Vader, van hart tot hart. Ik geloof niet dat God erg gesteld is op mooi klinkende gebeden (Mat.6:7), maar wel op gebeden die echt zijn en rechtstreeks uit je hart komen (bijvoorbeeld Luc.18:13). Er zijn gelovigen die bij het bidden een andere taal gaan spreken met allerlei plechtige, ouderwetse termen en clichézinnen. Anderen gaan op een heel andere toon spreken, of heel langzaam of zuchtend praten om daarmee hun eerbied, zondebesef en afhankelijkheid van God uit te drukken. Laten we asjeblieft ophouden met al die poppenkast en op een zo natuurlijk mogelijke manier tot Hem spreken, en zonder omwegen gewoon zeggen wat we bedoelen. Ik geloof dat God het liefst eenvoudige, oprechte gebeden hoort, waarbij we eerlijk tegen God zeggen wat in ons is, en niet wat in ons zou moeten zijn.

2 PERSOONLIJK GEBED

Dagelijkse gewoonte

Maak er een gewoonte van om dagelijks "stille tijd" te houden oftewel een persoonlijke ontmoeting met God te hebben, voor bijbellezing (zie "Persoonlijk bijbellezen" in studiedeel "Verlicht verstand") en gebed. Dit is van het grootste belang om een groeiende relatie met God te hebben. Om goede menselijke relaties te ontwikkelen moet je vaak veel tijd en aandacht investeren. Voor de relatie met God geldt hetzelfde.

Op welk tijdstip?

Het is de ervaring van de meeste mensen dat het belangrijk is om daarvoor een vaste tijd te reserveren. Kies daarvoor de beste tijd van de dag uit oftewel de tijd waarop je je het beste kunt concentreren op zijn aanwezigheid. Je zou God ook de restjes van je dagprogramma kunnen geven en als er geen restjes zijn: jammer dan! Door de keuze die je hierin maakt laat je zien hoeveel het leven met God je waard is....

Voor veel mensen is het begin van de dag de beste tijd, omdat ze dan kunnen afstemmen op God. Er is een bevolkingsgroep in Afrika, waar de uitdrukking "met de baas praten" wordt gebruikt voor het gebed. Men is daar gewoon om aan het begin van de dag met het dorpshoofd door te nemen wat er die dag gedaan moet worden. Dit is een veel mooiere term dan ons woord "gebed" dat alleen de betekenis "afsmeken van gunsten".

Praktische tips

- Kies zo mogelijk een rustige afgesloten plek om je af te zonderen van je omgeving, liefst een vaste plaats.
- Oefen jezelf om stil te worden voor God, je gedachten over dagelijkse bezigheden los te laten en je te richten op God.
- Begin niet met "vragen" voordat je besef hebt van een wezenlijke ontmoeting met God (zie hoofdstuk "[Ontmoeting met God](#)").
- Gebruik bij voorbede eens een gebedslijst met onderwerpen waarvoor je regelmatig wilt bidden, maar ga er niet te strak mee om.
- Zorg voor wat afwisseling in je gebed, anders kan het gauw een sleur worden.
- Maak er geen godsdienstige verplichting van, een programma dat nou eenmaal moet worden afgewerkt.
- Houd het hoofddoel in de gaten: ontmoeting met God en afstemming op God.

Niet altijd even inspirerend?

Verwacht veel van God, maar reken er niet op dat je stille tijd elke dag even inspirerend zal zijn. We gaan allemaal door perioden van groei en dorheid in ons gebedsleven. Vooral als het even niet zo goed wil, is het van belang om door te gaan. De goede gewoonte trekt ons er dan doorheen.

Soms gaat het gewoon niet

Er kunnen tijden zijn waarop het gewoon niet lukt. Aan die gedachte moeten we natuurlijk niet te gauw toegeven, want anders wordt ons gebedsleven een speelbal van gevoelens en omstandigheden. Maar soms kun je zo van je stuk zijn, dat bijbellezen en gebed eenvoudigweg niet mogelijk is. Toen jaren geleden mijn vrouw plotseling overleed, kon ik wekenlang geen stille tijd houden. Ik kon me absoluut niet concentreren, want mijn leven was ineens totaal ondersteboven gekeerd. Verdriet, verwarring en boosheid wisselden elkaar af en het was moeilijk om God daarin de juiste plaats te geven. Het gekke was dat me absoluut niet schuldig voelde omdat de omgang met God zo verstoord was: ik hoefde alleen maar te schuilen bij God en Hij begreep het. Later kwam het allemaal weer goed...

Is stille tijd wel nodig?

Er zijn mensen die schamper de schouders ophalen over het houden van stille tijd. Ze vinden het overdreven of beschrijven het als wettisch gedoe, iets wat je jezelf krampachtig oplegt. Over het algemeen zijn dit niet de mensen die een rijk gebedsleven

kennen. Bij elke gewoonte bestaat het gevaar van sleur en wetticisme, maar goede gewoonten hebben altijd meer voor- dan nadelen.

Doorbreek de routine

Soms is het goed om buiten de dagelijkse routine van persoonlijk bijbellezen en gebed zo nu en dan iets anders te doen om de gebedsomgang met God levendig te houden. Je zou bijvoorbeeld eens een extra avond of middag kunnen besteden aan omgang met God. Ook als je met bepaalde dingen worstelt, zou je een aparte tijd van gebed kunnen houden. Maak eens een lange wandeling om al lopend met God te praten. Als je dat nooit eerder gedaan hebt, zul je verrast zijn dat zo iets kan en nog heel goed werkt ook. Voor sommige mensen is een zittende gebedshouding een beetje slaapverwekkend, vooral met de ogen dicht. De actieve lichaamsbeweging bij het wandelen kan dan een prettige afwisseling zijn. Wees vooral creatief in die dingen. Door zulke extra ontmoetingen met God voorkom je dat je onbewust de omgang met God gaat zien als een godsdienstige verplichting.

3 GROEPSGEBED

Geestelijke autoriteit

Naast persoonlijk gebed is het goed om REGELMATIG samen met anderen te bidden. Jezus belooft een speciale betrokkenheid waar gelovigen bij elkaar zijn om gemeenschappelijk te bidden:

"... Ik zeg u, dat, als twee van u op aarde iets eenparig zullen begeren, het hun zal ten deel vallen van mijn Vader, die in de hemelen is. Want waar twee of drie vergaderd zijn in mijn naam, daar ben Ik in hun midden." (Matteüs 18:19-20).

Deze tekst wordt vaak aangehaald als een soort troostprijs voor samenkomsten met te weinig opkomst. Daar is hij niet voor bedoeld. Het getal twee of drie heeft te maken met het aantal getuigen bij een rechtsgeding of het sluiten van een contract. Bidden is geen kwestie van aantallen, want God verhoort ook het gebed van één enkele persoon (Jak.5:17!). De aangehaalde tekst is naar mijn mening eerder bedoeld om ons als gelovigen te doordringen van onze rechtspositie in de hemel. Op grond daarvan kunnen we rekenen op gebedsverhoring naar Gods belofte.

Gemeenschappelijk gebed

Voorbeelden van gemeenschappelijk gebed:

- samen bidden in gezinsverband (samen leren omgaan met God)
- samen bidden met je huwelijkspartner (samen groeien in geloof en wandel met Jezus)
- samen bidden met een vriend of vriendin (uitwisseling van levenservaringen en onderlinge voorbede)
- bezoek een bidstond in de plaatselijke gemeente (voor gezamenlijke lofprijzing en voorbede)

In al deze voorbeelden is het van belang om dit niet zo nu en dan te doen, maar om afspraken te maken voor regelmatig gemeenschappelijk gebed. God zal dit op een bijzondere manier zegenen!

Bidstond

Enkele praktische tips bij bidstonden en kringgebeden, waarbij de deelnemers om beurten deelnemen aan het gebed:

- Informatie over gebedsonderwerpen vóór het gebed aanreiken, maar wel beknopt en zonder daardoor tijd verloren te laten gaan voor gebed.
- De gebedstijd verdelen in afzonderlijke gedeelten, bijvoorbeeld verootmoediging, lofprijzing en dankzegging, aanbidding, voorbede. Vooral niet beginnen met voorbede zonder een tijd van aanbidding. Zo kun je eerst je aandacht richten op God en vervolgens vanuit het besef van zijn grootheid de gebedsonderwerpen bij Hem brengen.
- Waar nodig het gebed onderbreken met een lied, eventueel spontaan ingezet. Dat kan het gebed levendiger houden. Bidders zijn ook maar mensen!
- Per gebedsbeurt maar voor één onderwerp bidden, omdat anders voor anderen het gras voor de voeten wordt weggemaaid.
- De gelegenheid geven aan anderen om over hetzelfde onderwerp door te bidden voordat van onderwerp veranderd wordt. Daarom een wachttijd in acht nemen voordat er van onderwerp wordt veranderd.

Hoe het niet moet

Laten we oppassen voor storende elementen in het groepsgebed, zoals:

- Ellenlange bespreking van gebedsonderwerpen.
- Te lang aan één stuk bidden.
- Stopwoorden en overmatig gebruik van woorden als "Heer", "Halleluja". Je medebidders kunnen hierdoor afgeleid of geïrriteerd raken.
- Preken of bijbeluitleg geven tijdens het bidden, vermaningen of kritiek uiten.
- Per gebedsbeurt voor allerlei verschillende onderwerpen bidden, waardoor het moeilijker is voor anderen om op een van de onderwerpen terug te komen.

Een bidstond hoeft niet saai te zijn

Laten we er maar niet omheen draaien: sommige bidstonden zijn uitgesproken saai. Hoe komt dat? Zelf denk ik aan de volgende mogelijke oorzaken:

- Zuchtend mompelen in plaats van duidelijk spreken als gelovigen die bewust zijn van de kracht van het gebed en in verbinding staan met de levende God.
- Vormelijk gebed in plaats van gelovig gebed; bidden als een soort verplichting in plaats van een passie voor gebed en krachtige gebedsstrijd.
- Gebrek aan balans in gebedsonderwerpen, bijvoorbeeld een gemeentebidstond waar bijna alleen voor zieke mensen wordt gebeden.
- Nadruk op probleemgericht bidden in plaats van op God gericht of gericht op de voortgang van Gods Koninkrijk.

Levendige bidstond

We hoeven een bidstond niet levendig te maken door kunstgrepen. Hoewel, wat afwisseling en zo nu en dan een lied kan natuurlijk heel goed zijn om de aandacht goed gericht te blijven houden. Het allerbelangrijkste ingrediënt voor een verkwikkend en vooral effectief groepsgebed is levend geloof in een machtig God die grote en kleine wonderen wil doen in antwoord op eenparig gebed en het oprecht willen zoeken van zijn wil.

Gebedsonderwerpen

Bij voorbede moeten we niet te veel onderwerpen de revue laten passeren. We hoeven niet het hele lijstje van genoemde gebedsonderwerpen af te werken uit een soort verplichting. Dat is niet alleen heel erg saai, maar ook minder effectief. Het is beter om enkele onderwerpen "door te bidden" dan alles een keer noemen. Voorbede is niet onze gebedsonderwerpen "bij God brengen" en God op de hoogte stellen van onze wensen, want die kent Hij al lang.

Het gaat er om dat we pleitend op Gods almacht en in onderworpenheid aan zijn wil ons aandeel leveren in de geestelijke strijd (zie "Geestelijke strijd" in studiedeel "Strijden voor Jezus"). Bij oorlogvoering moeten vijandelijke stellingen worden veroverd. Bij een aanval worden allerlei wapens en tactieken ingezet: bijvoorbeeld artilleriebeschietingen op lange afstand om de vijand te verzwakken, vervolgens een stormloop om de stellingen stuk voor stuk in te nemen. Het veroveren van stellingen is typisch iets voor gebedsgroepen, die geestelijke strijd voeren. Je gaat dan niet alle stellingen tegelijk beschieten, want dan verover je zelfs niet één stelling. Nee, je valt telkens één stelling met zijn allen aan. Als de stelling genomen is ga je naar de volgende. Zo kunnen we ook in een gebedsgroep het beste omgaan met de gebedsonderwerpen die we op ons hart hebben gekregen. Strijdende voorbede is geen doel op zich, het gaat om de resultaten!