



## **Je hebt WEL een gebed!**

Ontdek de principes van het bouwen van een krachtig en effectief gebedsleven.

Gebed – communiceren met God op persoonlijk niveau – is de sleutel voor het zien van positieve veranderingen in onze levens en omgeving. Afkomstig uit het boek: “Out of This World: A Christian’s Guide to Growth and Purpose” van David J. Swandt.

Copyright © 2013 David J. Swandt. All Rights Reserved.

Published under license agreement by Twenty20 Faith, Inc. (USA). Not intended for resale. For more information visit:

[www.twenty20faith.org](http://www.twenty20faith.org)

## **“Wij hebben WEL een gebed!”**

In de hedendaagse samenleving zien veel mensen gebed als een ineffectieve manier om de uitdagingen van het leven aan te pakken. Sterker nog, velen bidden helemaal niet. Anderen bidden misschien alleen nadat ze alles al hebben geprobeerd.

Maar God heeft ons gebedsleven nooit bedoeld als een laatste redmiddel voor moeilijke omstandigheden, nadat we alle andere opties en middelen al hebben ingezet. In werkelijkheid wil God dat gebed het centrum van elk christelijk leven is: de eerste plek waar we naartoe gaan als we in nood zijn, niet de laatste. Hij wil de hele dag door van ons horen, elke dag, zowel wanneer we iets nodig hebben als wanneer we leven in overvloed en voldoening hebben. God wil ons ook Zijn liefde laten zien op tig manieren, door voortdurend met ons te communiceren terwijl we bidden.

Gebed is de sleutel tot het zien van positieve verandering in ons leven en onze omgeving en het is van fundamenteel belang voor het groeien in onze wandel met God.

“Een krachtig gebed van een rechtvaardige brengt veel tot stand.” **Jakobus 5:16b**

## **“God wil van jou horen”**

Een van de vele redenen waarom gebed wordt gezien als laatste redmiddel bij moeilijkheden in het leven is dat wij een verkeerde perceptie van God hebben. We denken soms ten onrechte dat God enkel van een afstand, op onpersoonlijk niveau geïnteresseerd is in onze levens. De waarheid is echter dat God zeer intiem geïnteresseerd is in jouw leven. Hij schiep jou voor Zijn plezier en wil werken in jou en door jou heen!

Gebed betekent simpelweg communicatie met God. Denk eens aan een goede vriend. Die persoon is er voor je als je hem of haar nodig hebt, maar je spreekt voortdurend met die persoon, of niet? Je deelt je leven met elkaar, of niet? Nou, God wil op zo'n manier je beste vriend zijn. Je kunt Hem alles vertellen, wat het ook is. Je kunt met Hem lachen, je kunt Hem over je dag vertellen, je kunt eerlijk met Hem zijn, je kunt de verlangens van je hart bij Hem neerleggen. Waar het op neerkomt is dat Hij het allemaal graag wil horen! God

verlangt er sterk naar dat jij een intieme, persoonlijke communicatie met Hem hebt.

“Zie, Ik sta aan de deur en Ik klop. Als iemand Mijn stem hoort en de deur opent, zal Ik bij hem binnenkomen en de maaltijd met hem gebruiken, en hij met Mij.”

### **Openbaring 3:20**

Jezus klopt aan de deuren van onze harten, verlangend naar kostbare tijd van gemeenschap op een persoonlijk niveau. Die deur simpelweg openen voor Jezus' vriendelijke verzoek voor gemeenschap is het begin van een succesvol, effectief en voldoende gebedsleven, vol van Gods zegeningen.

God is de ware bron waar we naartoe kunnen vluchten en Hij wil ons Zijn trouw en liefde laten zien – er is geen uitdaging te groot voor Hem – Hij wil gewoon van je horen.

“Vertrouw op Hem te allen tijde, volk; stort uw hart uit voor Zijn aangezicht.” **Psalm**

**62:9**

## “Persoonlijk gebed”

Samen bidden met vrienden, familie of zelfs even bidden voor een maaltijd zijn uitstekende manieren om met God te communiceren in een meer openbare setting. Maar naast gezamenlijk bidden, wil God dat we op een persoonlijke manier tot Hem bidden. Privé bidden – enkel tussen jou en God. Jezus zegt het volgende over privacy in onze gebeden:

“Maar u, wanneer u bidt, ga in uw binnenkamer, sluit uw deur en bid tot uw Vader, Die in het verborgene is; en uw Vader, Die in het verborgene ziet, zal het u in het openbaar vergelden.” **Mattheüs 6:6**

Jezus' instructies aan ons voor het bidden achter gesloten deuren geeft aan dat God intiem en persoonlijk geïnteresseerd is in onze levens. Zijn verlangen is om onze persoonlijk relatie met Hem door middel van één-op-één contact te verbeteren. God ziet jouw toewijding aan privé

gemeenschap met Hem en belooft je daarvoor te belonen en te zegenen.

God wil ook dat we oprecht en open zijn in onze communicatie naar Hem toe, evenals we dat zouden zijn naar een dierbare toe. Hoewel het woord voor woord memoriseren van gebeden een gezonde gewoonte kan zijn, verlangt God naar een authentieke uiting van onszelf naar Hem toe, in plaats van enkel een reeks woorden die we hebben onthouden. Jezus zegt het volgende over oprechtheid in onze gebeden:

“Als u bidt, gebruik dan geen omhaal van woorden zoals de heidenen, want zij denken dat zij door de veelheid van hun woorden verhoord zullen worden. Word dan aan hen niet gelijk, want uw Vader weet wat u nodig hebt, voordat u tot Hem bidt.” **Mattheüs 6:7-8**

Hoewel God al weet wat we nodig hebben voordat we het Hem vragen, wil Hij evengoed dat we die verzoeken naar Hem uiten in oprechtheid en de verwachting dat Hij het beste met ons voorheeft. Hij

verlangt te antwoorden op elk gebed in liefde en trouw.

Een ander belangrijk element van persoonlijk gebed is aanhoudendheid en consistentie. God wordt nooit moe van het horen van onze verzoeken, zelfs al zijn het dezelfde verzoeken die we al eerder bij Hem hebben geuit. Jezus zegt het volgende over volharding in onze gebeden:

“Bid, en u zal gegeven worden; zoek, en u zult vinden; klop, en er zal voor u opengedaan worden. Want ieder die bidt, die ontvangt; wie zoekt, die vindt; en voor wie klopt zal opengedaan worden.”

### **Mattheüs 7:7-8**

Dagelijks tijd opzijzetten voor persoonlijke communicatie met God is belangrijk om te groeien in onze christelijke wandel.

Probeer elke dag wat tijd apart te zetten waarop je niet zal worden afgeleid en denk vooral niet dat God met een stopwatch zit te kijken hoeveel tijd je aan Hem toewijdt; dat doet Hij niet. Hij wil jou gewoon.

Privacy, oprechtheid en aanhoudendheid zijn drie zeer belangrijke eigenschappen van jouw één-op-één gebedstijd met God



en deze zullen je helpen aan een intieme relatie met Hem te bouwen. Je zult van deze kostbare tijd gaan genieten en je zult van Hem afhankelijk worden op een manier die je nog nooit hebt gehad.

## “Gods model voor effectief persoonlijk gebed”

Het Onze Vader is één van de meest herkenbare verzen in de Bijbel. De meeste mensen hebben het Onze Vader uit hun hoofd geleerd of zullen het tenminste herkennen wanneer ze het horen. Jezus gaf de volgende instructie aan zijn discipelen:

“Bidt u dan zo: Onze Vader, Die in de hemelen zijt. Uw Naam worde geheiligd.

10. Uw Koninkrijk kome. Uw wil geschiede, zoals in de hemel zo ook op de aarde.

11. Geef ons heden ons dagelijks brood.

12. En vergeef ons onze schulden, zoals ook wij onze schuldenaren vergeven.

13. En leid ons niet in verzoeking, maar verlos ons van de boze. Want van U is het Koninkrijk en de kracht en de heerlijkheid, tot in eeuwigheid. Amen.” **Mattheüs 6:9-13**

Het Onze Vader is een van de meest geciteerde gebeden vandaag de dag. Maar toen Jezus deze kostbare woorden tot Zijn discipelen sprak, waren Zijn intenties veel meer dan dat het een effectief gebed zou zijn om te memoriseren. Hij gaf ons een belangrijk raamwerk om al onze gebeden op te baseren.

Bedenk eens even wat jou vaak belemmert in het bidden, of welke barrières je ervaart om te bidden. Misschien richt jij je te veel op jezelf. Misschien ben je snel afgeleid tijdens het bidden of dwalen je gedachten af. Dit zijn veelvoorkomende problemen waar we allemaal wel eens last van hebben.

Het Onze Vader biedt ons een basis om deze neigingen en barrières te weerstaan. Daarvoor ontleden we het in een aantal onderdelen, wat je kunt lezen in de volgende secties.

## **“Zes sleutels voor een gezond en gebalanceerd gebed – deel één”**

1. Weet tegen wie je het hebt. “Onze Vader in de hemel...”

Toen Jezus Zijn discipelen instrueerde om de Vader direct aan te spreken, werd dat waarschijnlijk ontvangen met een enigszins verbaasde blik. In het Oude Testament was de enige manier waarop een persoon zijn vraag aan God kon stellen via een priester. Gelukkig kwam Jezus om dat allemaal te veranderen.

Door het perfecte offer van Jezus aan het kruis om onze zonde te bedekken, hebben gelovigen nu een directe lijn met de Vader. Dat is waarom we bidden tot onze Hemelse Vader “in de naam van Jezus.” Er zijn echter geen vaste formules voor gebed en een gebed richting Jezus is net zo betekenisvol als een gebed richting de Vader Zelf. Het is vooral belangrijk dat je onthoudt dat er nu geen enkele barrière tussen God en jou is.

2. Reflecteer op en uit je bewondering en dankbaarheid voor alles wat Hij voor je heeft gedaan. “...Uw Naam worde geheiligd...”

Door een deel van je gebed apart te zetten om je specifiek te richten op lofprijs en bewondering, zal je de focus van jezelf afwenden. God wil onze noden en verlangens horen, maar Hij wil ook onze dankbaarheid horen voor alles wat Hij heeft gedaan en dat we ons realiseren dat het “niet allemaal om ons gaat.” Het gaat in werkelijkheid allemaal om Hem. Hij is een God van overvloed en liefde. Lofprijzen en eer komen Hem toe. Wanneer je reflecteert op de zegeningen die God je heeft gegeven en het ongelooflijke voorrecht dat het is om een relatie te hebben met Hem, zal je ontdekken dat het makkelijk is om je dankbaarheid, bewondering en dankzegging aan Hem te uiten. Je zult ook zien dat het moeilijker zal zijn om de focus op jezelf te richten.

3. Bid dat Gods bedoeling met Zijn Kerk en voor jouw leven volledig zullen worden volbracht. “...Uw Koninkrijk kome. Uw wil

geschiede, zoals in de hemel zo ook op de aarde.”

Levendig en effectief gebed ontstaat wanneer we onze gedachten van de problemen uit het verleden kunnen verleggen naar de geweldige mogelijkheden van de toekomst.

Voortdurend blijven malen over je verleden zal enkel je toekomst inperken. Kijk vanuit Gods perspectief en laat niet toe dat je uitdagingen of falen je gedachten in beslag nemen en je denken beperken. Uit je verlangen om je volledige potentieel in Christus te volbrengen naar God en vraag Hem om je te helpen je visie en dromen te verbreden. Hij wil dat jij Zijn volledige doel met jouw leven behaalt en ook dat van Zijn Kerk.

## **“Zes sleutels voor een gezond en gebalanceerd gebed – deel twee”**

4. Uit je persoonlijke noden en verlangens naar God en vraag Hem om ze te vervullen. “Geef ons heden ons dagelijks brood...”

Gods liefde voor jou is diepgaand en volmaakt, zij is onvoorwaardelijk en kent geen eind. De Bijbel vergelijkt die liefde vaak met de barmhartigheid van een vader voor zijn kind. Hij wil horen van Zijn kind (dat ben jij); Hij wil horen over je leven, je noden en verlangens en Hij wil dat je bij Hem komt voor die noden. Zijn liefde voor jou zorgt ervoor dat Hij je zo veel meer zegent dan je ooit zou kunnen hopen.

5. Vraag God om je te vergeven voor je zonden, terwijl je bedenkt dat jij anderen moet vergeven die jou iets misdaan hebben. “En vergeef ons onze schulden, zoals ook wij onze schuldenaren vergeven.”

Als we God vragen om ons te vergeven voor onze zonden, begint dat met dat we eerst zelf deze zonden erkennen en ze vervolgens aan God belijden.

“Als wij onze zonden belijden: Hij is getrouw en rechtvaardig om ons de zonden te vergeven en ons te reinigen van alle ongerechtigheid.” **1 Johannes 1:9**

Je kunt er zeker van zijn dat God je heeft vergeven en je schoon heeft gewassen van je zonden. Met die vergeving komt ook bevrijding van schuld, schaamte en verdoemenis.

Maar God vraagt dat wij, zoals wij zelf door Hem vergeven zijn, ook anderen vergeven die ons iets hebben misdaan. Net zoals vergeving ontvangen van God vrijheid brengt, zo brengt vergeving aan anderen – vrijheid van bitterheid, van wrokgevoelens en van het toestaan dat pijn in het verleden ons pijn blijft doen.

Vergeving, zowel het ontvangen als het geven, is een fundamenteel aspect van een leven van vrijheid in Christus.



6. Bid voor Gods leiding om verleidingen en verkeerde situaties in Zijn ogen te helpen vermijden. "...En leid ons niet in verzoeking, maar verlos ons van de boze."

God heeft ons vergeven voor onze zonden en ons schoongewassen van alle ongerechtigheid zoals Hij belooft in 1 Johannes 1:9, maar verleiding zal niet verdwijnen, zolang we in deze gebroken wereld leven. Dit deel van het Onze Vader legt de nadruk op het belang van niet simpelweg achteroverleunen en afwachtend blijven voor de vergeving die God ons geeft, zonder bewust te zijn van hoe belangrijk het is om zonde in de toekomst te vermijden. Hoewel God de spirituele straf van zonde wegneemt door ons te vergeven, neemt Hij niet per se de schadelijke gevolgen van zonde weg. Hierom is het zo belangrijk dat je om Gods hulp bidt om verleiding te vermijden.

Begin op dagelijkse basis God een deel van je tijd te geven in gebed dat je Hem met blijdschap kunt geven. God stelt geen ondergrens van wat je Hem elke dag moet geven. Daarnaast zal het soms moeilijk zijn

alert te blijven en niet in gedachten af te dwalen. Wees niet ontmoedigd; je kunt er zeker van zijn dat God je zegent als je tijd aan Hem toewijdt in gebed!