



Bijbelstudie

Bidden: een manier van Leven

Een leven dicht bij God kan niet zonder gebed. Daarover gaat deze Bijbelstudie.

Wat is bidden?

Bidden is:

**In contact komen met de levende God,
de Schepper van Hemel en Aarde**

In het Oude Testament bad de gelovige Israëliet structureel drie maal per dag. Dat was voorgeschreven in de Wet.

Offergaven werden gebracht door tussenkomst van de priesters. Ook de voorbede bij de offers gebeurde door de priesters. **Zij** baden voor het volk. Dat kon ook niet anders. Door de zondeval was de weg naar God afgesloten. Alleen priesters die speciaal daarvoor geheiligd ("apart gezet") waren, konden voor God verschijnen met de offers.

Door Jezus is daar verandering in gekomen. Door zijn lijden en sterven is de weg naar God weer vrij voor hen die Jezus hebben aangenomen. In [1 Johannes 5 vers 14 en 15](#) lezen we dat onze gebeden worden verhoord.

Bidden is ook:

Zeker weten dat God onze gebeden verhoort

Paulus schrijft:

Filippenzen 4 vers 6 en 7

Wees over niets bezorgd, maar vraag God wat u nodig hebt en dank hem in al uw gebeden.

Dan zal de vrede van God, die alle verstand te boven gaat, uw hart en gedachten in Christus Jezus bewaren.

Bidden is een manier van leven

Hoe kun je bidden

Bidden kun je altijd en overal, maar het is een goede gewoonte om dat elke dag te doen op een vaste tijd. Niet als een ritueel, als een soort "christelijke plicht", maar om vrijmoedig Gods aangezicht te zoeken.

Laat het volgende citaat eens tot je doordringen:

*Het gebed is er dikwijls op gericht God te bewegen zijn goedheid,
gunst, erbarmen en genade tot de bidder neer te zenden*

F.J. Pop

In je gebeden kun je God prijzen en eren, dat wil zeggen: over zijn grote daden spreken ([Handelingen 2 vers 11](#)). Lees bijvoorbeeld [Psalm 95 vers 1 t.m. 5](#) of [Psalm 100](#). Je kunt bij God ook je hele hart uitstorten ([Psalm 62 vers 9](#)) en je zorgen uitspreken ([Psalm 142 vers 3](#)). Lees ook [1 Johannes 3 vers 18 t.m. 24](#).

Als je bidt dan doe je dat:

- Met een oprecht hart, zie [Psalm 66 vers 18 en 19](#).
- In geloof, zie [Jacobus 1 vers 6 en 7](#).
- In geloof in Zijn naam, zie [1 Johannes 5 vers 13 t.m. 15](#).
- Rechtvaardig, zie [Psalm 34 vers 16 en 17](#).

Een gebed dat goed is voor God is een gebed waar Jezus (bij wijze van spreken) zijn handtekening onder kan zetten.

De -in het westen- meest gebruikte gebedshouding is met gevouwen handen en gesloten ogen. Op deze manier kun je je eenvoudig richten op God, zonder te worden afgeleid. Een goede gebedshouding is door te knielen ([Psalm 95 vers 6](#)), maar ook staand met geheven handen ([1 Timoteüs 2 vers 8](#), [Psalm 134 vers 2](#)).

Wanneer je bidt, spreek dan met eerbied en respect zoals je dat ook tegen een meerdere of tegen je ouders zou doen. Gebruik het woord "Heer" niet als een punt of komma in je gebed. Vermijd vaste routine en formulegebeden.

Beperk jezelf niet door alleen tegen God te praten, *luister* ook naar Hem. Luisterend bidden doe je het beste op een plaats waar het stil is, waar je jezelf op je gemak voelt, zodat je jezelf kunt open stellen voor wat God tegen je te zeggen heeft.

Veel christenen nemen elke dag de tijd om te bidden en te luisteren. Dat wordt "stille tijd" genoemd.

Wat mag je bidden

Je mag je hele leven voor Hem neerleggen, dat wil zeggen: alles wat je bezig houdt. God wil dat wij Hem betrekken in alle facetten van ons leven.

Dat is niet altijd gemakkelijk. De omstandigheden in je leven maken je het bidden soms bijna onmogelijk. Maar laat dat je er niet van weerhouden om het tóch te doen. Bid ondanks alles, want de Heilige Geest wéét dit.

De apostel Paulus schrijft hierover:

Romeinen 8 vers 26

De Geest helpt ons in onze zwakheid; wij weten immers niet wat we in ons gebed tegen God moeten zeggen, maar de Geest zelf pleit voor ons met woordloze zuchten.

De NBG-vertaling uit 1951 zegt zit nog veel sterker:

Romeinen 8 vers 26 (NBG)

En evenzo komt de Geest onze zwakheid te hulp; want wij weten niet wat wij bidden zullen naar behoren, maar de Geest zelf pleit voor ons met onuitsprekelijke verzuchtingen.

Nogmaals: Laat niets je er van weerhouden je hele leven voor God open te stellen en Hem overal in te betrekken. De Heilige Geest pleit voor ons!

Hieronder staat een paar dingen genoemd waarvoor je kunt bidden:

- Om mee te beginnen: Je mag **God danken**. Dat wil zeggen: Je waardering uiten voor wat je hebt ontvangen, zoals:
 - Levensonderhoud ([1 Timoteus 4 vers 3](#)).
 - Genezing ([Lucas 17 vers 15 en 16a](#)).Je mag God danken voor ALLES, zie [1 Tessalonicenzen 5 vers 16 t.m 18](#).

Door God te danken bevestig je je afhankelijkheid van God.

- **Lofprijs en aanbidding.**
 - Lofprijzen is het eren van Gods daden.
Zie bijvoorbeeld [Lucas 19 vers 37 en 38](#) en [Handelingen 2 vers 11](#).
 - Aanbidden is het uiten van je liefde tot de Heer. Hij is de enige Die aanbidding toekomt.
Zie bijvoorbeeld [Openbaring 4 vers 8 t.m. 10](#).

Opmerking: De duivel is er op uit om ons zover te krijgen dat wij hem aanbidden in plaats van God, zie bijvoorbeeld [Lucas 4 vers 5 t.m. 8](#) en [Openbaring 13 vers 3 en 4](#).
- Je mag je **zonden belijden**. Dat wil zeggen: erkennen dat je zondigt en vragen om vergeving.
 - Zie [1 Johannes 1 vers 8 t.m. 10](#).Daar staat dat geen mens zonder zonde is. Als wij beweren zonder zonde te zijn, dan bedriegen wij onszelf en doen we de waarheid geweld aan. Als wij onze zonden bekennen zal God ons die vergeven
- **Voorbede doen**. Dat doe je vooral voor anderen, maar ook voor jezelf. Je vraagt hier om Gods zegen over mensen.
Uit diverse uitspraken van Paulus blijkt dat het doen van voorbede niet altijd even gemakkelijk is. Zie bijvoorbeeld [Romeinen 15 vers 30 t.m. 32](#) of [Kolossenzen 4 vers 12 en 13](#).
Een paar voorbeelden:
 - Ons dagelijks leven: onszelf, ons gezin, ons werk, ...
 - Zieken.
 - Iedereen die in het werk van de Heer staat.

De bijbel noemt ook de **Smeekbede**. Dat wil zeggen: bidden met ernst en ontzag voor God. Het heeft te maken met de *intensiteit* van het gebed, met de *bezieling* en het *beseft van diepe afhankelijkheid van God*. Dit kan jezelf of anderen betreffen. Bijvoorbeeld Abraham die God smeekt om de steden Sodom en Gomorra niet te verwoesten als er toch nog 50..., 45..., 40..., 30..., 20..., 10 rechtvaardige mensen gevonden zouden worden (Dit staat in [Genesis 18 vers 16 t.m. 33](#)). Lees ook [Efeziërs 6 vers 18 t.m. 20](#), waar Paulus vraagt om voor hem te bidden zodat hij weet wat hij moet zeggen als het er op aankomt.

Als je al deze punten samen zou nemen, luidt de conclusie:



Wij mogen bidden en danken voor alles wat ons bezighoudt, zolang Jezus er zijn handtekening onder kan zetten. Als wij een geheiligd leven leiden zal dat niet gauw een probleem zijn.



De opbouw van een gebed

Je hoort wel eens zeggen: "Ik kan niet goed bidden, want ik kan het niet goed zeggen". Realiseer je dat God niet van ons vraagt om "mooi" te bidden.

Integendeel. God vraagt van ons eerlijk te zijn. Tegen God, tegen jezelf en tegen je medemensen. Jezus zelf is daar heel duidelijk over, zie [Matteüs 6 vers 5 t.m. 8](#).

Ook heeft Jezus daarover eens een gelijkenis verteld. Die gaat over een Farizeeër (kenner van de Joodse wet) en een tollenaar (belastingontvanger in dienst van de Romeinen). Het "mooie" gebed van de Farizeeër wordt verworpen; het gestamel van de tollenaar wordt verhoord. Dat verhaal staat in [Lucas 18 vers 9 t.m. 14](#).

Het is goed om structuur in je gebeden aan te brengen. Jezus zelf deed dat ook:

Matteüs 6 vers 9 t.m. 13

9 Bid daarom als volgt:

Onze Vader in de hemel,
laat uw naam geheiligd worden,



10 laat uw koninkrijk komen
en uw wil gedaan worden
op aarde zoals in de hemel.




11 Geef ons vandaag het brood
dat wij nodig hebben.

12 Vergeef ons onze schulden,
zoals ook wij hebben vergeven
wie ons iets schuldig was.

13 En breng ons niet in beproeving,
maar red ons van het kwaad.
Want aan u behoort het koningschap,
de macht en de majesteit tot in eeuwigheid.
Amen.

Dit gebed bevat een duidelijke structuur. We vinden hier achtereenvolgens:

 Aanhef	vers 9 ^a	Onze Vader in de hemel,
 Aanbedding	vers 9 ^b en 10	laat uw naam geheiligd worden, laat uw koninkrijk komen en uw wil gedaan worden op aarde zoals in de hemel.

 Voorbede	vers 11 t.m. 13 ^a	Geef ons vandaag het brood dat wij nodig hebben. Vergeef ons onze schulden, zoals ook wij hebben vergeven wie ons iets schuldig was. En breng ons niet in beproeving, maar red ons van het kwaad.
 Lofprijs	Vers 13 ^b	Want aan u behoort het koningschap, de macht en de majesteit tot in eeuwigheid.
 Bevestiging	Vers 13 ^b	Amen.

Samenvatting

Bidden kan altijd.

Een Christen wordt aangespoord tot een biddende levenshouding, zie [Filippenzen 4 vers 6 en 7](#).

Een gebed kan vragend of smekend zijn:

- Zondebelijdenis
- Voorbede

Een gebed kan dankend zijn:

- Lofprijs en aanbidding

Het is niet altijd gemakkelijk om te bidden. Maar bidt ondanks alles, want de Heilige Geest weet dit. Daarom nogmaals het citaat uit de brief van Paulus:

Romeinen 8 vers 26 (NBG)

En evenzo komt de Geest onze zwakheid te hulp; want wij weten niet wat wij bidden zullen naar behoren, maar de Geest zelf pleit voor ons met **onuitsprekelijke verzuchtingen**.

Wanneer wij een geheiligd leven is er niets wat wij niet in gebed kunnen brengen. De Heilige Geest pleit voor ons. Daarom worden onze gebeden verhoord.

Gebaseerd op de Fundamentencursus van de VEG Vaste Burcht,
Versie maart 2014

De Bijbelteksten in deze studie zijn ontleend aan de Nieuwe Bijbelvertaling,
© Nederlands Bijbelgenootschap 2004/2007.

De groen en onderstreept geprinte tekstverwijzingen kunt u nalezen op www.debijbel.nl.