

Bidden met de Bijbel

HGJB

les 2 paars

Lied: Aan U voeten Heer (opwekking 462)

Binnenkomer:

De Tekenaar

Duur: 5-10 minuten

Benodigheden: Papier en stiften/pennen

Voorbereiding:

Maak vooraf een eenvoudige tekening op papier (huis, boom, zon, fiets, enz.).

Spel

- Verdeel de groep in tweetallen.
- Eén persoon krijgt de tekening te zien.
- De ander krijgt een leeg vel papier.
- Ze mogen niet naast elkaar staan.

De persoon met de tekening mag alleen beschrijven wat hij ziet, de ander probeert te tekenen wat de ander ziet. Je mag niet zeggen wat iets is, alleen zeggen wat je ziet.

Bv: bij een huis, ik zie een vierkant met kleine vierkantjes erin. En een driehoek en het is rood en het vierkant is bruin.

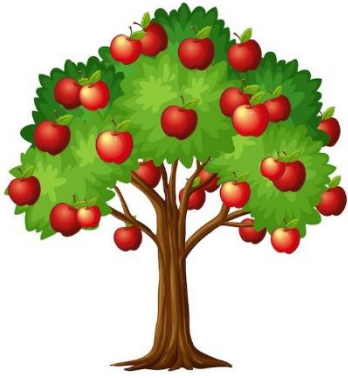
De tekenaar mag niet kijken naar het voorbeeld.

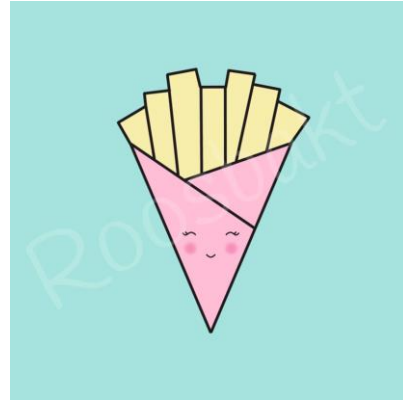
Na 1 minuut kijk je wat de tekenaar getekend heeft. Daarna ga je verder en mag de tekenaar vragen gaan stellen aan de ander.

- Hoe groot is het huis?
- Waar staat de boom?
- Hoeveel ramen zijn er?

Meestal wordt de tekening direct veel beter.

(6 voorbeeld tekeningen zijn erbij geleverd, maar zoek gerust zelf ook plaatjes)





Uitleg binnenkomer

Welke ronde ging beter?

Waarom?

Conclusie:

- In de eerste ronde sprak één persoon alleen maar.
- In de tweede ronde werd er eerst geluisterd en doorgevraagd.
- Zo behandelen wij bidden soms ook: wij praten alleen maar tegen God. Maar een echt gesprek begint vaak met luisteren.

Welkom

1. Hoe zit je erbij deze avond? Laat ze dit met hun duim bij je bekend maken.
2. Waar gaan we het vanavond over hebben?
3. Wat weet je nog van de 45 minuten God ontmoeten van afgelopen zondag?

Bijbelvers van de week:

Maak mij, HEER, met uw wegen vertrouwd,
Leer mij uw paden te gaan.
Wijs mij de weg van uw waarheid en onderricht mij,
Want U bent de God die mij redt,
Op U blijf ik hopen, elke dag weer. (Psalm 25:4-5)

Leg bijbel vers uit!

4. Als God jou vandaag zou vragen: Welke weg wil jij gaan? Welke keuze in jouw leven zou je dan aan Hem willen voorleggen?

Gebied

Hart/Hoofd/Handen

Kies één van onderstaande introductievormen. De eerste en derde vorm zet jongeren aan het denken over het belang van luisteren voor het bidden. Vorm twee laat jongeren ervaren welke dingen belangrijk zijn voor een goed gesprek.

1. HOOFD

Doel

jongeren ontdekken dat het bij bidden aankomt op eerst luisteren en dan bidden.

Nodig

Minipreek uit het werkboekje, pennen.

Werkwijze

- Werk in groepjes. Lees samen de tekst die staat onder de Minipreek. Geef jongeren de opdracht om een! Bij een uitspraak zin die ze mooi vinden; en een? Bij een uitspraak waar ze een vraag bij hebben of waarmee ze het niet eens zijn.
- Bespreek de uitroeptekens en vraagtekens met elkaar. Ga met name in gesprek over het omdraaien van de volgorde: eerst luisteren, dan bidden. Hebben jongeren daar wel eens eerder over nagedacht?
- Maak de overstap naar de Bijbelstudie en vertel dat u het meteen in praktijk gaat brengen!

MINIPREEK

VOLGORDE OMDRAAIEN

Wat is bidden? De volgende definitie heb je vast wel eens gehoord: 'Bidden is praten met God.' Dat is natuurlijk heel mooi gezegd. Maar misschien bekruipt jou ook wel eens deze gedachte: 'God zegt zo weinig terug...' Je hebt het idee dat bidden vooral eenrichtingsverkeer is. Jij praat tegen God, maar Hij praat niet met jou! Wat zou het mooi zijn als je meer van God ervaarde tijdens het bidden.

Laten we daar even over nadenken. Zou het kunnen dat we anders moeten leren bidden? Als we verlangen dat God iets terugzegt, bidden we waarschijnlijk op deze manier: we zeggen iets tegen Hem, en daarna 'luisteren' we of Hij ons iets in gedachten brengt. Dus eerst bidden en dan luisteren. Maar wat als we de volgorde zouden omdraaien: eerst luisteren en dan bidden? Eigenlijk is dat heel logisch. Als je met God wilt praten, laat je Hem eerst aan het Woord. En dan kom jij pas.

Het is heel eenvoudig, je kunt het direct in praktijk brengen. Begin met een kort gebed waarin je vraagt om de verlichting van de Heilige Geest. Daarna lees je een Bijbelgedeelte, waarover je rustig even nadenkt. Ga daarover in gesprek met God. Vertel Hem wat je is opgevallen; wat je mooi vindt in dit Bijbelgedeelte; of wat je niet

snapt of lastig vindt. Vraag Hem je te helpen het te begrijpen en toe te passen. Wat je op deze manier doet, is eigenlijk bidden met de Bijbel (zie To the point). Natuurlijk is dit geen trucje dat automatisch ‘werkt’. Maar als je hier in geloof mee bezig gaat, zal bidden echt anders worden!

2. HART

Doel

jongeren ervaren wat een goed gesprek van hen vraagt.

Nodig

Leren van de praktijk uit werkboekje, pennen.

Werkwijze

- Deze vorm laat jongeren nadenken over dingen die je nodig hebt voor een goed gesprek. Je hebt niet zomaar een goed gesprek. Daar moet je meestal wel iets voor doen (of laten). Laat jongeren erover nadenken met welke voorwaarden zij de meeste moeite hebben.
- Bespreek deze met elkaar. Laat tijdens dit gesprek ook aan de orde komen waarom deze voorwaarden belangrijk is.
- Naar aanleiding van deze vorm kunt u alvast iets meer vertellen over de tweede vraag bij de Informatieoverdracht, waar een aantal items die nodig zijn voor een goed gesprek, uitgewerkt worden met het oog op het gesprek met God. Wat kun je eraan ‘doen’ om in gesprek met Hem Zijn aanwezigheid meer te ervaren?
- Maak de overstap naar de Bijbelstudie, waarin we in gesprek gaan met een Bijbelgedeelten: Psalm 119.

Leren van de praktijk

EEN GOED GESPREK

Je hebt niet zomaar een goed gesprek met bijvoorbeeld een vriend of een mentor. Het vraagt wat van je, bijvoorbeeld

- Eerlijkheid
- Luisteren

- Openstellen
- Rust
- Nadenken
- Respect
- Interesse
- Geduld

OM OVER NA TE DENKEN EN TE PRATEN

1. Als het erom gaat wat **jijzelf** kunt doen om een goed gesprek te krijgen, met welke twee voorwaarden heb je dan de meeste moeite?
2. Pas deze voorwaarden ook eens toe op het gebed. Dat is immers bedoeld als een gesprek met God. In welke twee zou je dan vooral meer willen of moeten investeren?

3. HANDEN

Doel

jongeren ontdekken dat luisteren naar aanwijzingen nodig is bij het bidden.

- Vertel dat er een code opgelost moet worden. Vraag wie van de jongeren dit wil doen. Geef deze jongere het papier met de code. Laat hem/haar even naar de gang gaan met de opdracht de code te ontcijferen.
- Leg de puzzel uit aan de rest.
- Laat de jongere terugkomen van de gang en vraag of het gelukt is. Zeer waarschijnlijk is dat niet het geval... Vertel dat jullie gaan helpen en dat hij/zij daarvoor goede vragen moet stellen en goed moet luisteren naar de antwoorden. De jongere moet proberen door vragen te stellen achter de code te komen. Maar de groep mag op de vragen alleen met 'ja' of 'nee' antwoorden. De zin die gevonden moet worden, is: 'Luisteren kan zoveel zeggen.'

Uitleg link puzzel en bidden: Bespreek met de jongeren wat het belang van luisteren in deze opdracht was. Leg een link met het onderwerp van de les. Bij het oplossen van de code had de jongere de aanwijzingen van anderen nodig. Zo is het ook met bidden. In de Bijbel geeft God aanwijzingen hoe we Hem mogen aanspreken. Zonder Zijn woorden zouden we geen idee hebben hoe we dat moeten doen; of we zouden 'in het wilde weg' tegen Hem spreken (net zoals je maar wat probeert bij het ontcijferen van de code). Bij de opdracht moest de jongere goed

luisteren. Daarover gaat het ook in deze les: goed luisteren naar wat de Bijbel zegt, helpt bij het bidden!

PUZZEL: print uit

Woord 1

12 – 21 – 9 – 19 – 20 – 5 – 18 – 5 – 14

Woord 2

NAK

Woord 3

qZkOwVpEIEtL

Woord 4

A F H H F O

Hieronder de oplossing voor de leiding.

Code 1 – Cijfers

1 = A, 2 = B, 3 = C...

12 – 21 – 9 – 19 – 20 – 5 – 18 – 5 – 14

 Code 2 – Achterstevoren

Schrijf het woord andersom.

NAK

 Code 3 – Spiegelcode

Lees alleen de hoofdletters.

qZkOwVpEIeL

Code 4 – Caesarcode

Iedere letter is één letter verdergezet. Zet dus elke letter één stap terug.

A F H H F O

A → Z

F → E

H → G

H → G

F → E

O → N

In gesprek:

1. Is bidden eigenlijk wel een gesprek?
2. Als ik alleen maar zou praten en jullie mogen niets terugzeggen... is dat dan een gesprek?
3. Maar... als bidden een gesprek met God is... wanneer praat God dan eigenlijk?

Antw.: Door de Bijbel

In je hart

Door andere mensen

Door gebeurtenissen

God kan op verschillende manieren werken, maar de belangrijkste manier waarop Hij spreekt is door Zijn Woord.

Daarom: Eerst luisteren, Daarna praten!

4. Hoe heb jij eigenlijk leren praten?

Antwoord Iemand zei woorden tegen jou. Je vader, je moeder.
Niemand leert vanzelf praten.

Voorbeeld van Bonhoeffer.

Bonhoeffer zegt iets heel moois.

Een kind leert de taal van zijn vader doordat zijn vader tegen hem praat.

Zo leren wij ook de taal van God.

Niet doordat wij zelf iets bedenken.

Maar doordat God eerst tegen ons spreekt."

5. Dus... als wij willen leren bidden... waar moeten we dan beginnen?

Antwoord: Bij de Bijbel.

6. Wie vindt bidden soms moeilijk? Waarom?

Bijvoorbeeld:

Ik weet niet wat ik moet zeggen.

Mijn gebed lijkt steeds hetzelfde.

Ik raak afgeleid.

Ik vergeet het.

Ik weet niet hoe.

Misschien komt dat wel omdat wij proberen alles zelf te bedenken.

God zegt eigenlijk: Gebruik Mijn woorden maar.

De bijbel open

Pak de boekenlegger erbij!

De dichter van Psalm 119 is iemand die met God in gesprek gaat over Zijn geboden, beloften en getuigenissen. Doe met hem mee en lees Psalm 119:9-16. Geef persoonlijk antwoord op de vier B-vragen:

- a. Wat wil je **Bedenken** (onthouden)?
- b. Waarvoor wil je God **Bedanken**?
- c. Wat wil je als schuld **Belijden**?
- d. Waarvoor wil je **Bidden**?

(Deel de boekenlegger uit als ze die nog niet hadden gekregen. Deze is uitgedeeld bij de 45minuten God ontmoeten)

Lees: Psalm 119:9-16

- Lees de introductietekst onder Leren van de Bijbel. Lees dan met elkaar het Bijbelgedeelte.
- Leg de opdracht uit. Bidden met de Bijbel is dat ons gebed een reactie is op het gelezen Bijbelgedeelte. We geloven dat God door dit Bijbelgedeelte iets tegen ons wil zeggen en daarover gaan we met Hem in gesprek. De antwoorden op de vier B-vragen halen we dus uit het Bijbelgedeelte. Wat die antwoorden zijn, kan voor iedereen verschillen. Voorbeelden zijn:
 - o **Bedenken**: dat Gods getuigenissen beter zijn dan alle bezit (vers 14).
 - o **Bedanken**: dat God Zijn beloften heeft gegeven (vers 11).
 - o **Belijden**: dat ik wel van Zijn geboden ben afgedwaald (vers 10).
 - o **Bidden**: dat God mij Zijn verordeningen wil leren (vers 12).
- Geef jongeren even de tijd om het Bijbelgedeelte op deze manier te bestuderen en om voor zichzelf antwoorden te formuleren op de B-vragen.
- U kunt ervoor kiezen om de vragen in groepjes van 3 of 4 te laten bespreken, maar u kunt het ook plenair doen. Sta met name stil bij de vraag: Wat wil je de Heere God teruggeven, op grond van Zijn eigen woorden? Wat heb je bedacht, wil je belijden, waarvoor wil je danken, waarvoor wil je bidden...? Wat heeft Psalm 119 aan gedachten en gebeden opgeroepen, waardoor je met de Bijbel in je hand, met God in gesprek gaat?

Na de Bijbeltekst zo gelezen te hebben als hierboven staat vat je alles nog even samen:

Wij denken vaak dat bidden begint met praten.
Maar de Bijbel leert eigenlijk iets anders.
Een gesprek begint met luisteren.
God spreekt.
Daarna antwoorden wij.

Voorbeeld:

Pak een spons.
Wanneer geeft een spons water
Als hij eerst volgezogen is.
Zo werkt een christen ook.
Als je hart gevuld is met Gods Woord...
Dan stroomt dat vanzelf door in je gebed.
Dat is precies wat Tim Keller bedoelt.

Sluit af met één persoonlijke vraag:

1. Als jij vanaf vandaag één ding zou veranderen aan je gebed... wat zou dat zijn?
2. Denk jij dat jij meestal meer praat tegen God... of meer luistert naar God?

Info voor de leiding om te bespreken:

B. Hoe kan ik God meer ervaren?

Om God meer te ervaren tijdens het bidden, is het goed om niet alleen te spreken maar ook eerst en vooral te luisteren. Dat hebben we net gehoord en ook geoefend. Biddend mediteren kan er al voor zorgen dat je God meer gaat ervaren, omdat God in Zijn Woord aanwezig is. Tegelijkertijd zijn er ook nog andere adviezen die kunnen helpen tijdens het bidden. Jezus heeft ons deze waardevolle adviezen gegeven - geen moeilijke, abstracte regels, maar een aantal eenvoudige, wijze uitgangspunten. Ze staan in Mattheüs 6:6-8 en ze zijn ook beschreven in HouVast – Om vandaag je geloof te belijden (p. 52-55). Zoek de afzondering, neem de tijd, wees je ervan bewust wat je doet, vertrouw op de Heere. Hieronder vindt u de desbetreffende tekst (van ds. M. Klaassen).

1. Zoek de afzondering

Om te bidden, moet je je kunnen concentreren. Zelfs als het stil is, is dat al moeilijk genoeg. Hoe makkelijk dwalen je gedachten niet af?! Dat is zeker zoals het niet rustig om je heen is. Daarom: zoek afzondering, een plek waar anderen je niet zien. Wáár precies is niet belangrijk. In een joods huis was dat vaak de opslagruimte waar voorraad bewaard werd. Jezus klom op een berg, Petrus op het dak – dat maakt niet zoveel uit. Als het maar een plek is waar je even alleen kunt zijn, waar niemand je ziet of hoort.

2. Neem tijd

Als je goed wilt bidden, lukt je dat meestal niet in een paar minuten. Als je God wil danken voor Zijn zegeningen; als je je zonden en tekortkomingen wil belijden; als je

je noden en vragen wil uitspreken, dan heb je daar tijd voor nodig. Tijd en afzondering – dat zijn de onontbeerlijke ingrediënten van het gebed. Het zijn ook precies ingrediënten waar het ons vaak aan ontbreekt, vooral tijd dan. Een van de belangrijkste strijdpunten voor een christen is discipline ontwikkelen. Hoe vaak gebeurt het niet dat de stille tijd het slachtoffer wordt van je drukke agenda? Dat is tot grote schade van jezelf en je geestelijk leven. Een christen zonder gebed is als een soldaat die zonder wapenrusting midden op het slagveld staat. Wees diep overtuigd van de absolute noodzaak van het gebed. Want als je daarvan overtuigd bent, dan zul je ook tijd vinden. Die tijd is er, maar je moet wel keuzes maken. Tijd is altijd prioriteit. Wat vind ik het belangrijkste? Als de Heere de belangrijkste voor je is, dan zul je tijd voor Hem maken. De bekende Engels bisschop Ryle heeft eens gezegd: ‘Necessity is the mother of invention!’ Hij bedoelt: het besef van de noodzaak maakt je creatief. Dan zul je er wat aan doen om tijd te vinden.

3. Wees je ervan bewust wat je doet

Naast afzondering en tijd heb je ook bewustwording nodig. Als je bidt, spreek je tot God. Niet tot een God die ver weg is, maar een God die zeer nabij is. Hij ziet je, zegt Jezus: ‘Uw Vader die in het verborgene ziet!’ (Matth. 6:6). De God tot wie je bidt is alwetend. Hij weet alles en ziet alles. Hij kent en doorgrond je.

Jezus gaat zelfs nog verder: Hij ziet je niet alleen, Hij is daar ook. ‘Uw Vader die in het verborgene is...’ Hij is aanwezig. Als God je Vader is, dan is Hij daar ook! Een en al oor om naar Zijn kinderen te luisteren! Dus de binnenkamer is geen lege ruimte, maar gevuld ruimte. God is daar. Eigenlijk zou je, voordat je gaat bidden, tegen jezelf moeten zeggen: ‘Ik ga nu bidden. Ik ga spreken tegen God. Hij ziet me; Hij weet wat er gebeurd is; Hij weet wat er door me heen gaat; Hij weet hoe ik me voel. Hij is hier en Hij wil luisteren’. Als je dat beseft, dan ga je anders bidden. Dan hoeft je ook niet veel woorden te gebruiken, ‘want uw Vader weet wat u nodig hebt’. God weet het allang. Hij weet het: hoe je schoolprestaties je zo dwars zitten. Hij weet het: hoe je zo teleurgesteld bent over je relatie. Hij weet het: hoe dingen uit het verleden je dwarszitten. Hij weet het: hoe schuldig en verloren je je kunt voelen over dingen die je verkeerd hebt gedaan, over zonden die je dwarszitten. Hij weet het allang!

Waarom dan nog bidden, als God alles al weet? Het doel van je gebed is niet zozeer God informeren – inderdaad, Hij weet alles al. Het gaat in het gebed vooral om de relatie: de relatie met iemand die jou kent! Daarom is het belangrijk dat je je dat bewust bent. Dat geeft rust en troost. Dan mag je zeggen: ‘Heere, u weet alle dingen. U weet wie ik ben, U weet hoe ik me voel.’ ‘Heer, die me kent zoals ik ben, dieper dan ik mezelf ooit ken’ (Psalm 139 vers 1, nieuwe berijming).

4. Vertrouw op de Heere

Om te bidden heb je tenslotte vertrouwen nodig: het vertrouwen van een kind op zijn vader. Het bidden van een christen is als het praten van een kind met zijn Vader. ‘Uw Vader’, zegt Jezus steeds. God is de Vader van Zijn kinderen. Dat betekent: als je

een kind van God bent, mag je geloven: God is mijn Vader. Ik hoef niet iets van Hem af te dwingen, want Hij houdt van mij. Hij weet wat ik nodig heb, Hij weet wat goed voor me is.

Jezus zegt in Mattheüs 6 vers 26: als God zorgt voor de vogels in de lucht, zal Hij dan niet zorgen voor Zijn kinderen?! Een christen mag weten dat God hem heeft aangenomen tot Zijn kind, daar komt Hij nooit meer op terug. Hij heeft mij lief – niet om wie ik ben of wat ik doe, maar uit pure genade. Al heb ik het soms nog zo vermoeid, al moet ik soms belijden dat ik het niet waard ben om Zijn kind te zijn – Gods liefde wordt daardoor niet veranderd. Het is een eenzijdige, onveranderlijke liefde; een liefde die rotsvast ligt in Christus. Snap je nu waarom je met veel vertrouwen in gebed bij God mag komen? Als een aardse vader al van harte bereid is zijn kind te helpen, zou de Heere dat niet veel meer doen?

Kernboodschap:

Bidden is eerst luisteren dan praten!

Afsluiten met gebed:

GEBEDEN UIT DE TRADITIE VAN DE KERK

Spreek, Heer, want uw knecht hoort.

Spreek, Heer, want uw knecht hoort.
Help me om mijn hart op U te richten
en laat uw boodschap zijn als dauw
dat het gras bevochtigt.

Lang geleden zeiden de kinderen van Israël tegen Mozes:

‘Spreek gij met ons, dan zullen wij horen;
maar God spreken niet met ons, opdat wij niet sterven.’

Ik bid niet op die manier, Heer.

Nee, eerbiedig en oprecht vraag ik U met de woorden van de profeet Samuël:

‘Spreek, Heer, want uw knecht hoort.’

Laat niet Mozes tot mij spreken, maar spreekt U tot mij, o Heer, mijn God, eeuwige Waarheid.

Als ik uw stem hoor, laat ik dan niet veroordeeld worden
doordat ik uw woord hoor, maar er niet naar luister,
doordat ik het ken, maar het niet liefheb,
doordat ik het geloof, maar er niet naar leef.

Spreek dan, Heer, want uw knecht hoort,
want U hebt de woorden van eeuwig leven.

Spreek met me, vertroost mijn ziel
en verander mijn leven, dan zal ik U loven en eren
en prijzen voor eeuwig en altijd.

Amen