VERANDER JE LEVEN-VERANDER DE WERELD OM JE HEEN

actief

19e jaargang - nummer 8

Gebeden bakken
Een recept

Mijn afwasmaatje
Vrienden met God

Het beste van de hemel
Het brood des levens

copyright 2017 Activated
Alle rechten voorbehouden

Vertaald door:
Koos en Maria Stenger

Layout en ontwerp:
Koos Stenger en Gentian Suci

www.actiefonline.org
actiefnederland@gmail.com

Activated Europe:
Bramingham Pk. Business Ctr.
Enterprise Way Luton, Beds.
LU3 4BU, United Kingdom

Email:
activatedEurope@activated.org

Bijbelvertaling genomen uit Het Boek, tenzij anders vermeld.

Inhoud

3 *Als je het mij vraagt*
4 *Verdwaald in Liverpool*
6 *Vraag, klop, zoek*
12 *Het beste van de hemel*
14 *Gebeden bakken*
18 *Gebeden van twee minuten*
20 *Kaarsen en gebed*
22 *Mijn afwasmaatje*
24 *Drie lessen die je geloof sterken*
26 *Wiens tijd?*
28 *Eenvoudig gebed*
30 *Jij hoeft niet volmaakt te zijn*

'Als u Gods paden verlaat en afdwaalt, zult u een stem achter u horen zeggen: 'Nee, dit is de weg, hier moet u lopen.'

Jesaja 30:21

De kurk en de stalen staaf

Er staat in de Bijbel "…als een goed en rechtvaardig mens God om iets bidt, heeft dat een geweldige uitwerking."1 Maar de meesten onder ons hebben zich waarschijnlijk weleens afgevraagd of onze gebeden nou zoveel verschil maken, vooral wanneer we ergens lang en hartgrondig voor gebeden hebben, maar nog steeds geen resultaten hebben gezien.

Toen ik bezig was met dit tijdschriftje kwam ik de volgende illustratie tegen:

Ergens in een fabriek, aan een ketting hing een langwerpige stalen staaf die zo'n 225 kg woog. Vlakbij werd een kurk van normale afmetingen aan een zijden draad gehangen. "Als we hier later weer langskomen," vertelde een gids tijdens een rondleiding aan een groepje toeristen, "dan zult u iets zien dat ogenschijnlijk onmogelijk is. Deze kurk zal deze stalen staaf in beweging gebracht hebben."

De gids zette een mechanisme in werking waarbij de kurk herhaaldelijk zachtjes tegen de stalen staaf aan tikte, die echter bewegingloos bleef. De bezoekers keken een paar minuten toe terwijl de kurk met een regelmatig getik als van een pendule tegen de ijzeren staaf aan kwam, en liepen toen verder. Tien minuten later begon de staaf ietsjes te trillen, en toen de groep na een uur terugkeerde zwaaide de zware staaf op en neer zoals de slinger van een klok.

Dus als je weer eens het gevoel hebt dat je gebeden nog niet eens het effect van een veertje hebben, denk dan aan de kurk. Vaak veranderen mensen of situaties niet van de ene dag op de andere, ook niet wanneer we gebeden hebben. Maar ieder gebed is als een tikje van de kurk tegen de stalen staaf. Het lijkt geen onmiddellijk resultaat te hebben, maar na verloop van tijd zullen we zien hoe God iets gedaan heeft in antwoord op onze gebeden.

1. Jakobus 5:16

Samuel Keating

Verdwaald in Liverpool

Door Rosane Pereira

Vanaf de tijd dat ik een klein meisje was, heb ik gehoord dat God alom tegenwoordig is. Ik had er een vaag benul van, zoals een soort kosmische energie, maar sindsdien heb ik wat ervaringen gehad waardoor die zienswijze veranderd is.

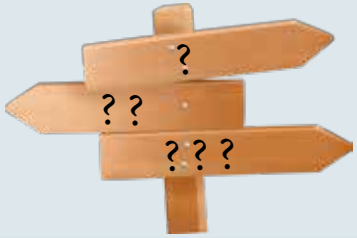
Toen ik 18 was en als studente in Londen woonde, in het begin van de jaren ’70, leerde ik Jezus op een persoonlijke manier kennen en begon onze relatie zich te ontwikkelen. Ik ging altijd in mijn eentje naar het park en maakte daar lange wandelingen. Dan had ik het gevoel dat er iemand naast me liep en met me praatte als een oude vriend. In plaats van me eenzaam te voelen, voelde ik me verfrist.

Op een keer werd ik door vrienden van een politieke jeugdclub uitgenodigd om een weekendconventie bij te wonen in Liverpool. Ik was in die tijd eerder een volgelinge van de hippiecultuur dan van politieke partijen, maar ik kreeg daardoor de kans om eens naar Liverpool te gaan en we deelden samen in de kosten, dus besloot ik om mee te gaan.

De bijeenkomst werd gehouden in een groot sportcomplex en bestond uit een opeenvolging van toespraken die ik ondertussen volkomen vergeten ben. Ik was meer geïnteresseerd in het bezoeken van oude plekjes waar de Beatles zich hadden opgehouden, en tijdens de laatste middag haalde ik een vriendin over om samen met me op verkenning te gaan.

Ik kan me de blauwe lucht nog herinneren en het prachtige lenteweer. Ik vermaakte me uitstekend, maar toen het avond werd realiseerde ik me dat ik er geen flauw idee van had in welke straat ons logement was gesitueerd. De huizen in de buurt zagen er allemaal hetzelfde uit en de kamers die we gehuurd hadden waren in iemands huis, dus hing er geen uithangbord aan de straat.

Mijn vriendin begon zich zorgen te maken, maar ik niet. Ik voelde dezelfde aanwezigheid die ik altijd bij me voelde tijdens mijn wandelingen in de Londense parken, die me verzekerde dat alles in orde zou komen. We hadden ongeveer 12 huizenblokken gelopen toen een stemmetje in mijn binnenste zei: “Nu moet je linksaf slaan.” Dat deden we, en al gauw zag ik de rest van mijn reisgenoten bij de voordeur van het huis staan waar we logeerden. Er staat in de Bijbel: “Bij God vinden wij bescherming, Hij is onze kracht. In de moeilijkste omstandigheden bleek steeds weer dat Hij ons te hulp komt.”1 en dat bleek ook op dat moment weer eens te kloppen.



Vraag, zoek, klop

Door Peter Amsterdam

In Mattheüs 7, het laatste hoofdstuk van de Bergrede, staat een aantal opeenvolgende uitspraken die belangrijke punten voor gelovigen vormen. Ze gaan over gebed, en zijn een vervolg van eerdere passages in de Bergrede: we moeten niet bidden zoals de schijnheilige Farizeeërs die graag door anderen gezien willen worden,[1] en geen zinloze woorden gebruiken zoals de heidenen,[2] maar liever bidden in de verzekering dat onze Vader van ons houdt en voor ons zorgt.[3]

"Bid en u zult ontvangen waarvoor u bidt. Zoek en u zult vinden wat u zoekt. Klop en de deur zal voor u worden opengedaan. Want ieder die bidt, ontvangt. Wie zoekt, vindt. En voor wie klopt, gaat de deur open. Als uw zoon u om een brood vraagt, geeft u hem dan een steen?
En als hij u om een vis vraagt, geeft u hem dan een slang? Natuurlijk niet! Al bent u slecht, u geeft uw kinderen wat goed is. Hoeveel te meer zal uw hemelse Vader het goede geven aan wie Hem erom vragen."[4]

Jezus vroeg de aanwezigen wat zij zouden doen als hun kinderen om brood of vis vroegen, wat het gebruikelijke voedsel was in die tijd. Natuurlijk gaven ze hun kind dan geen steen of slang te eten! Zoals Hij wel vaker deed, gebruikte Jezus de vergelijking tussen het kleinere met het grotere om zijn woorden kracht bij te zetten. Als aardse ouders hun kinderen goede dingen geven wanneer ze daar om vragen, hoeveel temeer zal God Zijn kinderen dan niet geven wanneer ze Hem iets vragen? Aangezien God onze Vader is, en volkomen goed is, kunnen wij Hem vrijuit om iets verzoeken in gebed, op dezelfde manier dat een kind zijn ouders om iets vraagt dat hij nodig heeft of graag wil hebben.

Sommige mensen zeggen misschien wel dat gebed niet nodig is, omdat er een heleboel mensen zijn die niet in God geloven en niet bidden, die ook alles schijnen te hebben. Ze werken en worden daar voor betaald, dus zijn ze goed in staat zich alles aan te schaffen wat ze nodig hebben zonder er voor te bidden. De schrijver John Stott had het over dit onderwerp toen hij schreef over het verschil tussen de gaven die God geeft als de Schepper en Zijn gaven als onze Vader:

> We moeten onderscheid maken tussen de gaven van de schepping en de gaven van de redding. Het is volkomen waar dat hij gaven geeft (zoals een goede oogst, baby's, voedsel, leven) onverschillig of mensen bidden of niet, of ze er in geloven of niet. Hij geeft iedereen leven en brood.[5] Hij stuurt regen uit de hemel en vruchtbare jaargetijden aan iedereen. Hij laat de zon opgaan voor de slechterikken en de goede mensen. Hij "bezoekt" een moeder wanneer ze bevrucht wordt en later de baby krijgt. Geen van deze gaven hangt af van het feit of mensen hun Schepper erkennen of tot hem bidden. Maar Gods redding gaven zijn anders. God geeft geen redding aan iedereen, maar geeft zijn rijkdommen aan allen die hem aanroepen. Want er staat ook: 'Ieder die de naam van de Here aanroept, zal gered worden.'[6] Hetzelfde geldt

voor de zegeningen die we na onze redding ontvangen. De "goede dingen" waar Jezus het over heeft, die de Vader Zijn kinderen geeft. Hij heeft het hier niet over materiële zegeningen, maar geestelijke: dagelijkse vergeving, verlossing van het kwaad, vrede, toename van geloof, hoop en liefde, kortom het werk dat de Heilige Geest in ons doet als een allesomvattende zegening van God.[7]

In het Onze Vader leerde Jezus ons om voor allebei de soorten te bidden. Ons dagelijks brood is een gave van de schepping, terwijl vergeving en verlossing redding gaven zijn. We bidden om vergeving en verlossing omdat deze gaven enkel in antwoord op gebed gegeven worden. Er wordt ons ook gezegd dat we voor materiële noden moeten bidden, omdat het gepast is om onze fysieke afhankelijkheid van onze Vader te erkennen.

Laten we met deze dingen in gedachten eens kijken naar het eerste gedeelte van de passage: "Bid en u zult ontvangen waarvoor u bidt. Zoek en u zult vinden wat u zoekt. Klop en de deur zal voor u worden opengedaan. Want iedereen die vraagt, ontvangt, en wie zoekt zal vinden wat hij zoekt, en degene die klopt zal worden opengedaan." Wilde Jezus hier categorisch beweren dat ieder gebed op een positieve manier zal worden beantwoord, en dat we altijd zullen krijgen waar we om bidden?

Een van de basisprincipes bij het begrijpen van de Schrift is, wat er in een bepaald vers wordt onderwezen te vergelijken met de leer van de Schrift in het algemeen. Als we de Bijbel goed lezen wordt het ons direct duidelijk dat onze gebeden niet altijd precies zo worden beantwoord als we misschien zouden willen. Dit blijkt bijvoorbeeld uit de volgende verzen:

"De openbaringen die God mij heeft gegeven, zijn werkelijk buitengewoon. Maar omdat Hij niet wilde dat ik mij daardoor iets zou gaan verbeelden, heeft Hij mij pijnlijk laten vernederen door een handlanger van Satan, die mij als met vuisten slaat. Dat kun je een doorn in mijn vlees noemen. Nee, God zal niet toelaten dat ik mij wat ga verbeelden."

"Maar de Here antwoordde telkens weer: 'Mijn genade is genoeg voor u. Want kracht ontplooit zich ten volle in zwakheid.' Daarom durf ik mij toch op mijn zwakheden te beroemen, omdat dan de kracht van Christus in mij gezien kan worden."[8]

"O God, mijn God, waarom hebt U mij verlaten? Ik schreeuw om uitkomst, maar die is ver van mij. Ik huil om hulp. O mijn God, ik roep overdag naar U, maar krijg geen antwoord.
Ook 's nachts roep ik, maar ik krijg geen rust."[9]

Uit deze en andere verzen, en gekoppeld aan onze eigen ervaringen wordt het duidelijk dat God onze gebeden niet altijd beantwoordt op de manier waarop we dat het liefst zouden willen. Onze hemelse Vader is geen "kosmische piccolo" die altijd klaarstaat om aan al onze verzoeken gehoor te geven en de woorden van Jezus moeten niet zodanig geïnterpreteerd worden alsof God iedere wens zal vervullen. Maar zelfs wanneer een aantal gebeden niet wordt beantwoord zoals we graag gewild hadden, dan kunnen we er nog op vertrouwen dat Hij alles het beste weet.

We kunnen maar beter dankbaar zijn dat God niet al

onze gebeden beantwoordt door ons precies te geven waar we om vragen. Als Hij dat deed zouden we waarschijnlijk minder gaan bidden, omdat we al snel zouden leren dat het beantwoorden van ieder gebed onvoorziene en ongewilde consequenties zou hebben. Deze en andere beloften over het beantwoorden van onze gebeden zijn geen verzekeringen van God dat Hij ons alles maar zal geven waar we om vragen, wanneer we er maar om vragen en zoals we er om vragen. Als dat zo zou zijn, zou gebed een ondraaglijke last worden om mee te sjouwen.10 Enkel onze alwetende, goede, wijze en liefdevolle Vader kan weten hoe gebeden beantwoord moeten worden, wanneer het de beste tijd is om ze te beantwoorden en of ze eigenlijk wel beantwoord moeten worden.

We kijken weer even naar het voorbeeld van de kinderen die hun ouders om dingen vragen: als het kind om een slang zou vragen in plaats van een vis, dan zou de ouder uit liefde en bezorgdheid het verzoek niet inwilligen. De ouders hebben meer kennis en wijsheid en de liefde voor hun kind zou hen ervan weerhouden het verzoek van het kind letterlijk in te willigen. In plaats daarvan zouden ze kijken naar de reden dat het kind het verzoek indient.

In dit geval ging het om het stillen van de honger, en dus geven ze hem iets dat geschikter voor hem is. Ouders weigeren soms aan de verzoeken van hun kinderen te voldoen, stellen het uit, er gehoor aan te geven of geven hen iets dat voorziet in wat ze echt nodig hebben, hoewel het iets anders is dan waar ze oorspronkelijk om vroegen. Onze hemelse Vader doet vaak hetzelfde wanneer Hij onze gebeden beantwoordt.

We worden aangemoedigd om te bidden; te vragen, te zoeken, te kloppen, want als we dat doen zullen we ontvangen en vinden, en gaan er mogelijkheden voor ons open. Door de Schrift heen zijn talrijke beloften dat God onze verzoeken zal inwilligen. Ofschoon het niet iedere keer wordt gezegd, is de onderliggende fundering van deze beloften steeds weer dezelfde. God is goed, heeft het beste met ons voor, houdt heel veel van ons en wil graag dat wij onze verzoeken aan Hem voorleggen. En als onze liefdevolle Vader zal Hij onze gebeden beantwoorden naar wat Hij weet dat uiteindelijk het beste voor ons is.

We bidden in geloof, in de wetenschap dat God zal antwoorden op de manier die het beste voor ons en anderen is, omdat Hij heel veel van ons houdt. We leggen onze noden en wensen voor en vertrouwen erop dat Hij in Zijn volledige begrip, wijsheid en goedheid met 'ja' zal antwoorden, of

'nee', of 'wacht'.

Met het vertrouwen dat Hij het beste weet hoe Hij ieder gebed van ons moet beantwoorden kunnen we bidden zoals Jezus dat deed: "Maar wat U wilt zal gebeuren en niet wat Ik wil." [10]

1 Zie Mattheüs 6:5-6
2 Zie Mattheüs 6:7-8
3 Zie Mattheüs 6:9-13
4 Mattheüs 7:7-11
5 Mattheüs 5:45
6 Romeinen 10:12-13
7 John Stott, The Message of the Sermon on the Mount, 187
8 2 Korinthiërs 12:7-9
9 Psalm 22:2-3
10 Lukas 22:43

HET BESTE VAN DE HEMEL

Door Bonita Hele

Ik was vijftien en zag altijd verlangend uit naar de vrijdagen, aangezien dit een tochtje naar het strand betekende. Elke week van de zomer deed onze jeugdgroep een ongedwongen opvoering van liedjes en sketches op de loopplank om de boodschap van Gods liefde aan de voorbijgangers te geven.

Eens ontvingen we een grote hoeveelheid brood en gebak die ons gegeven werd door een plaatselijke bakkerij. “Laten we het allemaal meenemen naar het strand,” stelde iemand voor. Toen we aankwamen en aankondigden dat we gratis brood en gebak bij ons hadden, streek er een kleine menigte behoeftige en uitgeput uitziende mensen bij ons groepje neer. De meesten namen dankbaar aan wat we hen gaven, alhoewel er twee mopperaars bij zaten met de nodige noten op hun zang omdat dat hun favoriete broodsoort er niet bij zat. Ze weigerden wat we hen konden geven en dropen met lege handen al mopperend weer af.

Wat later kwam er een jonge vrouw naar ons toe. Ze duwde een tweelingwagentje voort waar niet alleen twee kinderen in zaten, maar naar het scheen alles wat ze op deze aarde bezat. “Ik heb gehoord dat jullie brood uitdeelden.” Haar stem klonk haast wanhopig, zoals de situatie in haar leven misschien ook was. Een peuter zat met grote ogen toe te kijken vanuit het wagentje terwijl de baby onrustig sliep. Hun kleren zagen er vrij nieuw uit, maar te zien aan het soort spullen die in het wagentje gepakt waren, had de vrouw geen verblijfplaats.

Ik verzamelde het overgebleven eten in een zak; er waren nog wat cakejes, een paar broden, en overhandigde hem haar. Ze keek niet eens wat er in zat, maar bedankte me uitvoerig.

Een van mijn vrienden knoopte een gesprek met haar aan. Ik wendde me af om onze spullen in te pakken maar kon genoeg van het gesprek volgen om te begrijpen dat hij haar een beschrijving gaf van de weg naar een opvanghuis voor vrouwen en dat hij haar geld gaf om er heen te gaan. Ik was blij dat ze naar ons toe was gekomen, dat ze wat hulp had kunnen krijgen, een beetje hoop. Ik dacht ook aan de twee mensen die zonder iets waren weggelopen.

Het brood van de hemel wordt vrijelijk uitgedeeld aan allen die het zoeken. De keren dat ik ontevreden achterblijf zijn de keren dat ik het niet in mijn hart binnen laat en mijn ziel er niet door laat vullen.

Ik zag duidelijker dan ooit dat het allereerste waar ik me iedere dag mee moest bezig houden was, mijn ziel verblijd te laten worden in de Heer. Het eerste waar ik me zorgen over moest maken was niet hoe ik de Heer kon dienen, hoe ik de Heer kon verheerlijken, maar hoe ik mijn ziel in een staat van blijdschap kon brengen, en hoe mijn innerlijk gevoed kon worden. Ik zag dat het belangrijkste wat ik te doen had was, me te wijden aan het Woord van God en me er over te bezinnen.

-George Müller
(1805-1898)

GEBEDEN BAKKEN

Door Marie Story

Gebed werkt vaak net zoals het bakken van een brood: Je moet de ingrediënten met elkaar mengen, het deeg kneden, laten rijzen, en dan stop je het hele zaakje in de oven.

Stap een: Meng de ingrediënten. Bij het bakken van brood kun je niet zomaar van alles en nog wat in een kom gooien en dan verwachten dat er een brood uit zal ontstaan. Als je iets eetbaars wilt hebben, moet je specifieke ingrediënten gebruiken.

God hoort iedere soort en elke manier van gebed. Hij vindt het fijn om gebeden te beantwoorden, zelfs als we niet zo goed weten hoe het moet of waar we voor moeten bidden. Maar als je weet wat voor "ingrediënten" er meestal in gebed moeten, krijg je het geloof dat je je best hebt gedaan en dan hangt de rest van God af. Hier zijn een paar belangrijke ingrediënten:

1. Bid in de naam van Jezus. In Johannes 14:14 zei Jezus: "Als jullie "Mij iets vragen in Mijn naam, zal Ik het doen."

2 Wees duidelijk en specifiek. Vertel Jezus wat je nodig hebt en op welke manier je graag wilt dat Hij er in voorziet. Er staat in Mattheüs 7:7 "Bid en u zult ontvangen waarvoor u bidt. Zoek en u zult vinden wat u zoekt. Klop en de deur zal voor u worden opengedaan." Als je de juiste plaatsen wilt vinden waar je moet zoeken en op de juiste deuren wilt kloppen, helpt het wanneer je weet wat je wilt hebben.

3 Houd God aan Zijn beloften. Toen Jezus aan het praten was met Zijn Vader zei Hij: "Uw Woord van waarheid."[1] Gods Woord en Zijn beloften zijn echt en authentiek.

4 Zorg dat je geloof hebt voor het antwoord. In Jakobus 1:6-7 staat: "Maar als u Hem erom vraagt, moet u ook verwachten dat Hij het zal geven. Iemand die twijfelt, lijkt op een golf van de zee die door de wind heen en weer gejaagd wordt. Zo iemand moet niet denken dat de Here hem iets zal geven,"

5 Omring je gebed met lofprijzing en dankzegging. Paulus schreef:

Maak u nergens zorgen over, maar bid voor alles en vraag God wat u nodig hebt, dankbaar voor alles wat Hij doet.[2]
Er zijn wat basisingrediënten voor gebed, net zoals meel, zout, water en gist de basisingrediënten voor brood zijn.

Stap twee: kneed je deeg. Als de ingrediënten eenmaal door elkaar geroerd zijn, wordt het tijd om het deeg te kneden. Dat kan een lastig werkje zijn. Als je brood bakt moet je het deeg een tijdje steeds weer opnieuw rollen, opvouwen en samendrukken. We beschouwen gebed niet altijd echt als werk; vaak is dat het laatste redmiddel nadat we al een tijdje zelf aan ons probleem gesleuteld hebben, maar soms verwacht God dat we blijven bidden totdat we het antwoord ontvangen hebben. Er staat in Lukas 18:1 dat "men altijd moet blijven bidden, net zo lang tot het antwoord komt."

Stap drie: het brood laten rijzen. De laatste stap bij het maken van een brood, voordat het de oven in

gaat, is de tijd waarin het moet rijzen. Je kunt niet veel doen om dat gedeelte sneller te laten gaan. Je moet gewoon de keuken uit lopen in het vertrouwen dat het zal gaan lukken. Geduld is zoiets als het laten rijzen van je gebed. Soms moet het deeg zelfs in elkaar geslagen worden nadat je een tijdje gewacht hebt en dan moet je het opnieuw laten rijzen. Zo werkt het bij gebed vaak ook. Als je gedaan hebt wat je kon, geloof hebt gehad, regelmatig gebeden hebt, geduldig geweest bent, komt er opeens een tegenslag die lijkt op een "nee"of "wacht." Geloof stelt je in staat om te blijven vertrouwen, zelfs wanneer het er op lijkt dat alle lucht uit je gebeden is geslagen. Geloof is als de gist die je deeg weer zal laten rijzen, zelfs als het in elkaar geslagen is. Er staat in Hebreeën 11:1 "Wat is geloof? Het is de zekerheid dat onze hoop werkelijkheid wordt en het is overtuigd zijn van het bestaan van dingen die je niet ziet."

Stap vier: het brood wordt gebakken. Als het brood in de oven staat moet je nog een tijd wachten. Dat kan soms het moeilijkste gedeelte van het gebedsproces zijn; het wachten op het antwoord. Je kunt het brood al ruiken, je voelt dat God iets aan het doen is, maar er is tijd voor nodig en hoe groter je verzoek is, des te langer je vaak op het antwoord moet wachten. Kleine bolletjes hebben niet veel tijd nodig, terwijl een heel brood bijna een uur in beslag neemt. Het uitstel betekent niet dat er geen brood komt; het betekent alleen dat je nog wat meer geduld moet hebben.

Als het dan in de oven staat moet je erop vertrouwen dat het zal lukken. Je wilt de oven misschien steeds open doen en in het brood prikken om te zien of het al gaar is, maar daarmee gaat het echt niet sneller. In Hebreeën 11:6 staat: "Maar als iemand niet gelooft, kan God niet tevreden over hem zijn. Wie tot God komt, moet geloven dat Hij bestaat en dat Hij beloont wie Hem zoeken." Je moet het gewoon laten staan waar het staat en wachten totdat de tijdklok "ping" zegt. Sommige broden hebben meer tijd nodig dan andere. Er is brood waar maar een paar ingrediënten voor nodig zijn, maar er is ook brood waar veel verschillende dingen in moeten. Bepaalde broden zijn snel om te maken, terwijl andere langer moeten rijzen.
Er bestaat zelfs brood dat een dag of twee moet rijzen voordat het klaar is om in de oven gestopt te worden. Zo is het ook met gebeden. Doe je gebedsingrediënten bij elkaar, laat ze "rijzen" met je geloof en vertrouw erop dat God de rest zal doen.[3]

1. Johannes 17:17
2. Filippenzen 4:6
3. Zie Hebreeën 10:36

GEBEDEN VAN TWEE MINUTEN

Door Chris Mizrany

Ik heb vaak geworsteld om tijd vrij te maken voor gebed. Ofschoon mijn vrouw en ik iedere morgen en voor het slapen gaan samen bidden, merk ik dat ik de rest van de dag dat regelmatige "praten met Jezus" verwaarloos, in het bijzonder wanneer er iets onverwachts gebeurt. Ik weet dat ik dan moet bidden, maar het is moeilijk, echt moeilijk, om "gebedstijd" vrij te maken.

Toen las ik iets over een 2-minuten regel.1 Het werkt zo: De meeste taken die we uitstellen zijn eigenlijk niet zo moeilijk om te doen: het is volkomen haalbaar om ze gedaan te krijgen; om de een of andere reden beginnen we er meestal niet aan, omdat we "er geen tijd voor hebben."
De 2-minuten regel helpt je om uitstel en luiheid te overwinnen door het zo gemakkelijk te maken om er iets aan te doen. De 2-minuten regel bestaat uit twee onderdelen…

1 David Allen, Getting things done
2 Zie 1 Johannes 5:14-15

Gebed in zijn hoogste vorm is een tweerichtingconversatie en voor mij is het belangrijkste gedeelte het luisteren naar de antwoorden van God. -Frank C. Laubach

Deel 1: Als er minder dan twee minuten voor nodig zijn, doe het dan nu.
Er zijn een heleboel dingen die we uitstellen, maar die we binnen twee minuten of minder gedaan zouden kunnen krijgen. Bijvoorbeeld, onze borden direct na een maaltijd afwassen, de was in de wasmachine stoppen, het vuilnis buiten zetten, wat rommel opruimen, die e-mail versturen, en ga zo maar door.
Dus de regel stelt dat je iets direct moet doen als er minder dan twee minuten nodig zijn om het voor elkaar te krijgen. Geldt dat dan ook voor gebed? Jazeker wel!

Deel 2: Wanneer je met een nieuwe gewoonte begint, zou het minder dan 2 minuten moeten duren om het te doen.
Kunnen al onze doelstellingen bereikt worden binnen minder dan twee minuten? Natuurlijk niet, maar met ieder doel kan in twee minuten of minder begonnen worden. Langere, wanhopige gebeden zijn goed en zijn zeer zeker nodig, maar het is een goed begin om korte gebeden te bidden, zonder het uit te stellen.
Dus hoe helpt mij dit om meer te bidden? In plaats van één grote, massieve "gebedsperiode" in te stellen, probeer ik de hele dag door korte gebeden naar Boven te sturen, zo mogelijk zodra de behoefte zich aandient. In de Bijbel wordt beloofd dat Jezus mij altijd hoort, dus handel ik volgens deze waarheid.2 En weet je wat? Ik geloof dat mijn gebed al meer een gewoonte is geworden.

Wij beschouwen gebed als een voorbereiding op werk, of een rustperiode nadat het werk gedaan is, terwijl gebed het eigenlijke werk is.
-Oswald Chambers (1874-1917)

Kaarsen en gebeden

Door Joyce Suttin

Er zijn wat verzen waar ik het moeilijk mee heb gehad. Een daarvan is "Bid onophoudelijk."[1]
Dat vers zit vaak in mijn hoofd en ik heb geleerd hoe belangrijk het is om te bidden. Ik bid wel veel, maar ik bid niet zonder ophouden, dus heb ik me vaak schuldig gevoeld over het feit dat ik niet genoeg bad.

Hoe goed mijn bedoelingen ook zijn, ik raak met mijn gedachten vaak verstrikt in andere dingen. Ik doe een schietgebedje voordat ik ga rijden, of eten, of slapen, of op het moment dat ik wakker word. Ik bid wanneer iemand me vraagt voor hem te bidden. Ik heb een lijst van dingen waar ik elke dag voor bid. Ik bid voor mensen wanneer ik aan hen denk. Maar hoeveel ik ook bid, of hoe lang, of hoe goed ik ook bid, het zal nooit "onophoudelijk" zijn.

Laatst moest mijn dochter met het vliegtuig naar Europa. Het was een lange vlucht waarbij ze een aantal keren moest overstappen en ik wou echt graag voortdurend voor haar bidden totdat ze veilig op haar bestemming zou aankomen. Ik vond een geurkaars die "Angel's Whispers" heette (engelgefluister) en ik vond dat een mooie gedachte; dat, ook al kon ik niet de hele tijd blijven bidden, haar engelen voor haar zouden bidden. Dus zette ik de kaars op een veilige, zichtbare plaats, stak hem aan, bad voor haar reis en ging toen met mijn werk aan de slag. Iedere keer wanneer ik langs de kaars liep bad ik voor haar. De kaars bleef branden totdat ze veilig aangekomen was.

Onze gebeden zijn misschien zoals die kaars. Ons geloof en vertrouwen op God is als heerlijk geurende wierook die opstijgt naar Zijn troon. Misschien geniet Hij net zo van de geur van onze gebeden als ik van die kaars genoot. Het is een mooie gedachte dat de geur van onze gebeden de zalen van de hemel mag vullen, zoals mijn huis doordrongen werd met het aroma van de kaars.

Ik besloot dus om me geen zorgen meer te maken over alle keren dat ik niet gebeden had. Ik zal doen wat ik kan en zo gebedsvol zijn als mogelijk is. Wanneer ik bijzonder wanhopig ben zal ik een geurkaars aansteken en mijn gedachten en gebeden aan God toevertrouwen. Dan zal ik Hem de rest toevertrouwen, mijn leven en de levens van degenen die ik liefheb, waarbij ik al mijn bekommernissen op Hem werp, omdat ik weet dat Hij zich om mij bekommert. Ik zal het vers "Bid onophoudelijk" in het juiste kader plaatsen. Ik zal mijn best doen om onophoudelijk te bidden, maar ik zal vertrouwen op Gods genade wanneer ik in gebreke blijf, het "onophoudelijk" te doen, en ik zal in iedere omstandigheid dankzeggen.

1. 1 Thessalonicenzen 5:17

Mijn afwasmaatje

Door Sally García

De mooiste momenten die ik met God heb doorgebracht waren, wanneer ik mijn handen in de afwasteil had. Jarenlang heb ik de gewoonte gehad de dag te beginnen met het lezen van devotieboekjes en met gebed. Maar onvermijdelijk vliegt de tijd voorbij en moet ik opstaan en aan de dag beginnen voordat ik me helemaal voorbereid voel. Je kunt er een parodie op het oude lied bij zingen: "Ik was graag in de tuin gebleven met Hem, maar de dag rondom me begint al."[1]

Dan zeg ik tegen God: "We maken het zo meteen af," en dan breng ik de ontbijtvaat naar de keuken. Ik ben niet gek op afwassen, dus daarom luister ik soms naar inspirerende muziek of een preekje terwijl ik aan het werk ben, maar vaak werk ik ook wel in stilte en dan laat ik mijn gedachten overal heen gaan. Dan denk ik over gebeurtenissen na en vraag me af hoe en waarom bepaalde dingen gebeuren. Ik denk aan mijn dochter en haar gezin en andere geliefden, en al snel veranderen mijn gedachten in eenvoudige gebeden. Dan komt er weleens een nieuwe gedachte bij me op, iets waar ik nooit eerder over nagedacht heb. Misschien een nieuwe manier om een situatie te bezien of wat aanmoediging, een idee of een oplossing voor een probleem waar ik mee zit. Soms is het niet eens een gedachte, maar een soort vrede in mijn hart en een gevoel van vertrouwen en dankbaarheid.

Als zoiets gebeurt is het heel duidelijk niet iets dat ik zelf verzonnen heb; ik geloof dat de inspiratie afkomstig is van God, die zacht tot mijn ziel spreekt. Zoals Billy Graham zei: "Ik kan je wel vertellen dat God leeft, want ik heb vanmorgen met Hem gepraat."

1 "In the Garden," door Charles Miles, 1913

Kijk eens naar het verbazingwekkende voorbeeld van broeder Laurentius. Hij was een nederige kok in een Frans klooster in de zeventiende eeuw die in staat was zelfs een vervelend karweitje zoals de afwas tot een moment van aanbidding om te toveren en er een gelegenheid van te maken om zijn relatie met God op te bouwen. Hij zei: "De sleutel tot vriendschap met God is niet dat je verandert wat je doet, maar dat je je houding ten opzichte van de dingen die je doet verandert. Wat je normaal voor jezelf zou doen, begin je voor God te doen. Of het nu gaat om eten, een bad nemen, werken, ontspannen of het vuilnis buiten zetten."

Uit: Broeder Laurentius (1614-1691)

Jezus wil graag je beste vriend en vertrouwenspartner zijn. Vraag Hem in je hart:

Lieve Jezus, kom alstublieft in mijn leven en blijf altijd aan mijn zijde staan. Help me om U beter te leren kennen en dichter bij U te komen door Uw woorden te lezen. Amen.

DRIE LESSEN DIE JE GELOOF VERSTERKEN-

Door Marcus Vernier

Het begon op een ochtend toen ik het niet eens was met iets wat mijn vrouw zei. Het was een van die vervelende momenten waarop je geïrriteerd raakt en aan alles en iedereen om je heen iets verkeerds ziet. Ik stond net op het punt om een scherp weerwoord af te vuren, toen ik in de gaten kreeg wat ik aan het zeggen was en besloot om te bidden en God te vragen of ik dat wel moest zeggen. Het antwoord was een duidelijk "Nee! Dat is geen goed idee." Het gebeurde allemaal razendsnel in mijn gedachten, maar het was het begin van een kettingreactie die uiteindelijk nieuwe inzichten met zich mee bracht.

De tweede les vond al kort daarop plaats. Ik was bezig met het afsluiten van mijn maandelijkse rapporten, wat een hele uitdaging kan zijn, aangezien ze heel ingewikkeld zijn en veel geduld en doorzettingsvermogen vergen. Er kwam een nieuw detail bij waardoor mijn gedachtegang onderbroken werd. Ondanks het feit dat er haast was bij het werk en het belangrijk was, kwam ik er maar niet uit. Ik zag er geen heil meer in, en met een paar klikken van de muis zat ik opeens naar het nieuws te kijken, ging daarna verder naar Facebook, en ga zo maar door. Uiteindelijk toen ik volkomen ontmoedigd was, worstelde ik om mijn moed weer bijeen te rapen en over een oplossing te bidden. Zoals wel vaker gebeurt, kwam het antwoord bijna direct. Als ik dat eerder had gedaan, voordat ik begonnen was, had ik mezelf een hoop tijd kunnen besparen, om het nog maar niet over de stress te hebben.

Gods Woord moedigt ons aan: "Breng al uw moeilijkheden bij de Here. Hij zorgt altijd voor u. Hij zal nooit toelaten dat een volgeling van Hem struikelt of valt."[1] Maar hoe kunnen we onze moeilijkheden bij God brengen wanneer Hij een paar straten verderop rondloopt? Of zelfs maar tien meter verderop? We kunnen Hem alleen onze lasten geven als Hij vlak naast ons staat, of liever gezegd, in ons is. Hoe dichter bij Hem we zijn, des te gemakkelijker het is om Hem onze zorgen toe te vertrouwen en met Hem te communiceren. "Bij God vinden wij bescherming, Hij is onze kracht. In de moeilijkste omstandigheden bleek steeds weer dat Hij ons te hulp komt."[2] Dit doet me denken aan de tijd toen ik in Hong Kong woonde en altijd een veerboot nam naar het Centraal District. Als het veer langzamer ging varen en in de buurt van de aanlegplaats kwam begon het bijna koortsachtig te deinen totdat het aangemeerd was en vastgebonden zat aan de kademuur. En daar heb je de derde les: Laten wij ons best doen deel te krijgen aan die rust. Daarom moeten wij ervoor oppassen God niet ongehoorzaam te zijn zoals het volk Israël, dat daardoor die rust niet kreeg.[3] Daar moet je een hoop moeite voor doen. Maar zo kunnen we stevig vastgebonden worden aan degene die alle antwoorden weet en ons kan helpen om te slagen, ondanks onszelf.

1. Psalm 55:22
2. Psalm 46:2
3. Hebreeën 4:11

WIENS TIJD?

Door Elsa Sichrovsky

Nog niet zolang geleden vertrouwde ik een vriendin toe dat ik me overweldigd voelde door stress en paniek over mijn werk. Ze stelde voor dat ik meer tijd zou nemen om te mediteren over Gods goedheid, en Zijn Woord zou bestuderen als tegengif voor mijn paniekaanvallen. "Maar daar heb ik de tijd niet voor!" protesteerde ik.

"Waar heb je het over … heb je de tijd niet voor?" vroeg ze met een ondeugend lichtje in haar ogen.

"Ik bedoel dat ik geen bakken vol tijd ter beschikking heb!" antwoordde ik geïrriteerd en verbaasd.

"O, je bezit dus niet genoeg tijd? Je zou net zo goed kunnen zeggen dat je zonlicht bezit. Maar dat zeg je nooit, omdat je weet dat God de zon gemaakt heeft. Waarom denk je aan tijd niet als een geschenk of een lening die je van God ontvangt, in plaats van hem te beschouwen als iets dat je bezit?"

"Nou, nee… het is alleen zo dat…" hakkelde ik. Ik had me nooit gerealiseerd dat ik aan tijd had gedacht als iets dat "van mij" was. Maar het was waar. Het idee van God die tijd leent of geeft scheen absurd; ik had eerder gedacht dat ik Hem soms in een gulle bui mijn kostbare tijd gaf! Hoe meer ik er over nadacht, des te duidelijker zag ik hoe diep ingeworteld dit idee in mijn onderbewustzijn zat. Hoe vaak had ik wel gezegd: "Hij (zij) heeft mijn tijd verspild!"

De volgende dag praatte ik er weer over met mijn vriendin. We hadden het er over dat ik zo'n bezitterige houding had aangenomen ten opzichte van de tijd, dat ik mijn focus enkel op mijn eigen ideeën en doelstellingen en wensen had gehad, zodat God niet meer betrokken werd in mijn besluiten. Zonder Zijn hulp in het organiseren van mijn rooster en leefwijze worstelde ik dagelijks om alles bij te houden. Geen wonder dat ik gestrest was en het gevoel had dat ik geen tijd "had" om met mijn Schepper te communiceren.

Tijdens de dagen die volgden kreeg ik nog meer inzicht in mijn foute redenering over de tijd. Mijn relatie met mijn gezin was er door beïnvloed, mijn baan, mijn bezittingen en andere aspecten van mijn dagelijks leven. Het woord "mijn" was doorgedrongen in elk hoekje van mijn hart. In plaats dat ik dankbaar was voor en vrijgevig met alles wat mij gegeven was, hield ik egoïstisch alles vast waarvan ik vond dat ik er recht op had. Als God mijn gebeden dan weer eens niet scheen te beantwoorden en mijn wensen niet vervulde, brieste ik over het feit dat "mijn God" niet deed wat ik wou, op het moment dat ik het wilde laten gebeuren. Alsof Hij mijn "boodschappenjongen" was.

Het was niet eenvoudig om van deze denkwijze af te stappen en ik ben er nog lang niet, maar ik ben aan het leren om samen met David te zeggen: "Alles in de hemel en op aarde is van U, Here."[1]

1. 1 Kronieken 29:11

Eenvoudig gebed

Door Marie Alvero

Een aantal jaren terug was mijn leven heel onzeker. En te midden van al het verlies, de crisis, de stress, begon ik overal aan te twijfelen, zelfs tot aan de fundering van mijn geloof toe. Ik was altijd heel vertrouwd geweest met het gebed, maar in die periode werd het een strijd. Op sommige dagen werd ik kwaad op God, soms had ik het gevoel dat ik Hem niet kon vertrouwen en op andere dagen wist ik gewoon niet wat ik voelde.

Toen kreeg ik het idee om wat te gaan lezen in het boek Psalmen zodra ik wakker werd. Ik was nog niet erg ver gekomen toen ik besefte dat het eigenlijk een gebedenboek is. Koning David liet al zijn ongecensureerde gedachten en emotie aan God zien. Hij wachtte niet af totdat hij "zich goed kon presenteren."Als zijn hart gebroken was, praatte hij ook zo. Als hij overliep van vreugde liet hij het God weten in lofprijzing.[1] In Psalm 139 zegt David tegen God: "Alles in de hemel en op aarde is van U, Here. Als ik naar de hemel ging, zag ik U daar. Als ik neerdaalde in het dodenrijk, zou ik U ook daar ontmoeten. Zelfs als ik vleugels had en ging wonen aan de andere kant van de zee, zou ik U daar ontmoeten. U zou mij vasthouden en uw rechterhand zou mij stevig leiden."[2]

Wanneer hij zeker wist dat hij hulp nodig had, bad hij: "Ik riep U, Here, en ik smeekte U om genade:
'Wat heeft het voor zin als ik sterf en begraven word? Het stof kan U niet eren en prijzen of vertellen over uw trouw! Luister toch, Here, geef mij genade. Och Here, wilt U mij helpen?'"[3]

Toen verloren ook mijn gebeden hun hele formele karakter. Ik liet mijn wanhoop, mijn hoop, mijn verzoeken, mijn blijdschap, mijn woede en angst en noden de vrije loop met wat voor woorden er ook in me opkwamen. Bovenal bleef ik gewoon met God praten. Ook al begreep ik niet wat er aan de hand was. Ook al kwamen de antwoorden maar langzaam door. Gebed is eenvoudig praten met God. "Elk woord dat ik uitspreek, kent U al, Here,"[4] merkte David op. God weet toch al wat er in je omgaat; je hoeft je voor Hem niet uit te sloven.

1. Het schijnt dat Koning David ongeveer de helft van de Psalmen geschreven heeft; 78 van de 150.
2. Psalm 139:7-10
3. Psalm 30: 8-10
4. Psalm 139:4

Wat is gebed? Dat is God in je leven binnen laten. Hij klopt op je deur en vraagt of je open wilt doen. En niet alleen in die gewijde stille uren, maar vooral tijdens je drukke bestaan, als je op pad bent en voor elke meter moet knokken. Want dan heb je Hem het hardste nodig.

Ole Hallesby

JE HOEFT NIET VOLMAAKT TE ZIJN

Veel mensen bidden niet totdat er problemen ontstaan, en dan ontdekken ze dat hun geloof zwak is en hun relatie met Mij gespannen is, omdat ze nooit veel waarde aan Mij hechtten voordat het noodlot toesloeg.

Ze hebben het gevoel dat ze schijnheilig zijn of niets verdienen wanneer ze in gebed voor Mij komen te staan. Ze weten niet wat ze moeten doen of hoe ze het goed kunnen maken.

Als je dit ooit hebt gevoeld, maak je dan geen zorgen. Je hoeft voor Mij niet volmaakt te zijn. Ik beantwoord je gebeden wel. Ik help allen die Mij aanroepen in geloof en nederige wanhoop.

Wend je eenvoudigweg tot Mij in tijd van nood, maak je hart schoon door je fouten aan Mij te bekennen en Mijn vergiffenis te ontvangen en geloof dat Ik om je geef. Ik ben bezorgd over de dingen waar jij bezorgd om bent.

Het mooiste is dat dit het begin van een hele nieuwe relatie met Mij kan worden, waarin je meer antwoorden krijgt op je gebeden en dichter naar Mij toe groeit.

Een boodschap van Jezus