

HANDBOEK VOOR GEBED



Handboek voor gebed

*Bezinning en handreiking
voor de praktijk*

onder redactie van
Jan Minderhoud

Uitgeverij Boekencentrum, Zoetermeer

Bij de productie van dit boek is gebruikgemaakt van papier dat het keurmerk Forest Stewardship Council® (FSC®) draagt. Bij dit papier is het zeker dat de productie niet tot bosvernietiging heeft geleid. Ook is het papier 100% chloor- en zwavelvrij gebleekt.

www.uitgeverijboekencentrum.nl

Ontwerp omslag: Geert de Koning

Foto engel: © Ralf Hartmann

Foto kaarsen: © Alexandria King

Vormgeving binnenwerk: Studio Anton Sinke,

www.antonsinke.nl

ISBN 978 90 239 2865 2

NUR 707

© 2015 Uitgeverij Boekencentrum, Zoetermeer

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden vervoelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of op enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Inhoud

Vooraf – <i>Jan Minderhoud</i>	7
1. Bidden naar de Schriften – <i>ds. Thijs Geuze</i>	9
2. Bidden met alle heiligen – <i>dr. Theo van Campen</i>	25
3. De eredienst van het hart. Bidden in en met de Joodse traditie – <i>dr. Michael Mulder</i>	37
4. Verschillende tradities van gebed – <i>ds. Klaas van der Kamp</i>	51
5. Grote vragen rond het gebed – <i>prof. dr. Jan Hoek</i>	65
6. Persoonlijk gebed – <i>ds. Ron van der Spoel</i>	80
7. De gemeente bidt – <i>ds. Berry Haverkamp</i>	92
8. Bidden in de kerkenraad of oudstenraad – <i>ds. Jelle de Kok</i>	108
9. Bidden in groepen – <i>Jan Minderhoud</i>	118
10. Ontwikkelingen in de eenentwintigste eeuw	137
I Gebedsvieringen in Taizé – <i>ds. Titus Woltinge</i>	138
II Bidden in de traditie van de Iona Community – <i>ds. René Silvis</i>	141
III Getijdengebed 2.0 – <i>Egbert van der Stouw</i>	144
IV Huizen van Gebed in Nederland van 1990 tot 2014 – <i>Dorien Knoors</i>	146
V Bedrijfs- en overheidsgebed – <i>Maarten Pijnacker Hordijk</i>	150
VI Creatief gebed als missionaire kans – <i>Matthijs Vlaardingerbroek</i>	154

VII Prayer Station Ministry – <i>Lammy Dekkers</i>	157
VIII Gebed voor de nieuwe generatie – <i>Saskia van Helden</i>	159
11. Kinderen leren bidden – <i>Lucré de Man-van Putten</i>	164
12. Relatie en revolutie. Gebed en de jonge generatie – <i>Edwin Hamelink</i>	176
13. Meditatief gebed – <i>Marianne Groen</i>	182
14. Gebedshoudingen en gebedstijden – <i>ds. Lex Boot</i>	195
15. Gebed in <i>ministry</i> , genezing en bevrijding	204
I Ministrygebed – <i>Jan Fokker</i>	204
II Ziekenzalving: Gods helende omhelzing – <i>ds. Rob van Essen</i>	209
III Bevrijdingsgebed – <i>Jan Minderhoud</i>	215
16. Verootmoedigen en vasten – <i>Jan Minderhoud</i>	226
Personalia auteurs	235

Vooraf

U hebt een handboek voor gebed in handen, met bezinning op gebed en vele handreikingen voor de praktijk van het bidden. Die bezinning en handreiking vinden plaats vanuit een brede variëteit aan invalshoeken: van Joodse traditie tot christelijke oecumene, van (modern) klooster tot bedrijf, van binnenkamer tot grote groep, van oude en vertrouwde vormen tot creatief gebed, van de Bijbel tot de eenentwintigste eeuw. Met dit handboek nemen we in zekere zin ook een voorshot op een bezinning over gebed binnen de Protestantse Kerk in Nederland in 2016.

Waar kan het handboek verder zijn dienst bewijzen? In september 2013 legde ds. Robbert-Jan Perk bij het tienjarig bestaan van het Huis van Gebed in Nunspeet in een vooruitblik de volgende uitdagingen voor het gebedswerk in Nederland neer. Hij noemde vier speerpunten:

- *Verbindingstroepen*. Samen bidden groeit, vooral door de doorwerking van de Week van Gebed, jaarlijks in januari. Het materiaal, de laagdrempelige insteek, de *Prayer Night*, het stimuleert het ontstaan van een nieuwe gebedscultuur, dwars door kerkmuren heen. Dat biedt veel kansen voor de toekomst van gebed in de plaatselijke situatie. Het is boeiend om van elkaar te leren, juist vanuit verschillende tradities, over de plaats van het gezamenlijke gebed.
- *Moderne kloosters*. Nederland kent vandaag veel spirituele zoekers. Wat hebben christenen hun te bieden? De gemeenschap van *Chemin Neuf* stelt de ontmoeting met de wachtende Vader centraal en bidt voor de eenheid van alle christenen. Een protestants klooster in Jorwert (Friesland) biedt op een andere manier nieuwe kansen. Bovendien blijven bidden en gastvrijheid in elkaars verlengde te liggen.
- *Wachters op de muren*. We leven in een verwarrende, complexe tijd. Het ontbreekt veel mensen aan richting, raad, wijsheid. Eenvoudige antwoorden bestaan niet meer. Waar zijn de wachters op de muur die uitzien naar de raad en komst van de Heer?

- *Biddende dienstbaarheid aan de samenleving.* Steeds meer mensen ontdekken dat er geen tweedeling kan bestaan tussen gebed enerzijds en dienstbaarheid, presentie in de samenleving anderzijds. Gebed en sociale betrokkenheid hebben elkaar nodig. Gebed doet het welzijn van de eigen leefomgeving zoeken.

Ook hierom wil dit handboek dienstbaar zijn voor de weg van het gebed in Nederland.

Jan Minderhoud

1 | Bidden naar de Schriften

Jezus volgen

Wie Jezus volgt, wil leven in de Schriften zoals Hij daarin geleefd heeft. Op twaalfjarige leeftijd is Hij in de tempel bezig met de dingen van zijn Vader. Hij luistert naar de leraars en stelt hun vragen (Luc. 2:41-52). Bij de verzoeking in de woestijn beroept Hij zich op de Schriften (Luc. 4:1-13). In de synagoge van Nazaret opent Hij de Schriften (Luc. 4:16-21). Op het kruis bidt Hij woorden uit de Schriften (Mat. 27:46; Luc. 23:46). Zijn bewaard gebleven gebeden, het Onze Vader (Mat. 6:9-13) en het 'hogepriesterlijk gebed' (Joh. 17), zijn in overeenstemming met de Schriften. Met een zegengebed neemt Hij afscheid van zijn leerlingen (Luc. 24:50-51). Na zijn hemelvaart leeft Hij om voor hen te pleiten (Rom. 8:34; Heb. 7:25, 9:24). Hij is krachtbron en voorbeeld voor het bidden naar de Schriften. Als leerling van Jezus willen we, in navolging van Hem, luisteren naar de Schriften. Niet alleen naar die van het Oude Testament, zoals Hij deed, maar ook naar die van het Nieuwe Testament, omdat de christelijke kerk die Schriften in hun eenheid heeft aanvaard als het gezaghebbende Woord van God.

Woorden en beelden

In de Bijbel worden verschillende *woorden* voor 'bidden' gebruikt; woorden die uitdrukken wat 'bidden' is en tegelijk wijzen op het karakter van gebeden. Na een bespreking van de Hebreeuwse en Aramese woorden geeft W.H. Gispén de betekenis van deze woorden als volgt weer: 'Het gebed is in het Oude Testament een smeekgebed, een voorbede, een bede om hulp, een vragen, een om Gods gunst vragen, roepen tot God, Hem aanroepen, zijn naam aanroepen, om hulp roepen, Hem gunstig proberen te stemmen, bij Hem aandringen, tussentreden, Hem loven, zijn grootheid en goedheid prijzen, maar ook eigen zonden belijden, Hem met snarenspeel verheerlijken, zijn naam vermelden,

Hem dankbaar erkennen.' Zijn conclusie is: 'Het wezen van het gebed volgens het Oude Testament is dus het gemeenschap oefenen met God. Het ware gebed is het spreken tot Jahwe, de schepper van hemel en aarde, de God van Israël, die zich aan zijn volk heeft geopenbaard. Naar gelang van de toestand, waarin de bidder zich bevindt, is dit bidden een vragen, een belijden, een loven, een erkennen, een voorbidden, enz.' (Gispen, 39).

De Griekse woorden voor 'bidden' in het Nieuwe Testament betekenen: bidden, begeren, vragen, aanroepen, hulp inroepen, smeken, pleiten, loven, prijzen en danken. Nieuw is het bidden in Jezus' naam, op grond van de geloofsrelatie waarin de leerling tot zijn meester staat (Joh. 16:23; vgl. 15:1-8). In dit verband noem ik het Hebreeuwse woord 'amen', dat 'waar en zeker' betekent. Het wordt gebruikt om een vraag of zin bevestigend te beantwoorden in liturgisch verband (Deut. 27:14-26; Neh. 8:6-7), als een reactie van de hoorder(s), als antwoord, en niet als het laatste woord van de spreker(s). De lofprijzingen van vier boeken in de Psalmen worden ermee afgesloten (41:14; 72:19; 89:53; 106:48). De ontwikkeling van het woordgebruik gaat in de richting van een liturgische formule. Hoe meer dit gebeurt, des te minder is er behoefte om dit woord te vertalen. In het Nieuwe Testament wordt het overgenomen bij de lofprijzing (Rom. 1:25; Op. 5:14; etc.).

Voor 'bidden' worden ook *beelden* gebruikt:

- van een zoon die zijn vader om een brood, een vis of een ei vraagt (Luc. 11:11-13);
- van iemand die aan een vriend vraagt hem broden te lenen (Luc. 11:5-8);
- van een bruid die om de komst van haar bruidegom roept (Op. 22:17);
- van iemand die zijn ziel of hart uitgiet als water voor het aangezicht van de HERE (1 Sam. 1:15; Ps. 62:9; 102:1; 142:3; Klaagl. 2:19);
- gebed als reukwerk en opgeheven handen – een gebedshouding – als het avondoffer (Ps. 141:2).

Voorbeelden

De Bijbel geeft veel voorbeelden van bidders in het Oude Testament:

- Abraham doet voorbede voor Sodom en Gomorra (Gen. 18);
- Mozes pleit voor Israël (Ex. 32, 33);
- David bidt in zijn psalmen; het Psalmenboek is Israëls gebedenboek;

- Salomo bidt voor Israël bij de inwijding van de tempel (1 Kon. 8:22-53);
- Elia bidt om droogte en regen (Jak. 5:17-18);
- Daniël bidt om het herstel van Israël (Dan. 9);
- heidenen bidden (Jona 1:14; 3:8; Dan. 3:28; 6:27-29).

In het Nieuwe Testament zijn Jezus en Paulus voorbeelden van bidders bij uitstek.

- *Jezus bidt.* In Jezus' onderwijs neemt het gebed een grote plaats in: in de Bergrede (Mat. 6:5-15; 7:7-12) en in zijn gelijkenissen (Luc. 11:5-8; 18:1-8 en 9-14).

Hij zegent God aan het begin van de maaltijd (Luc. 9:16; 22:17, 19; 24:30). Op belangrijke momenten in zijn leven bidt Hij: bij zijn doop (Luc. 3:21), bij massale toeloop (Luc. 5:15-16), vóór de roeping van zijn leerlingen (Luc. 6:12-16), vóór Petrus' belijdenis (Luc. 9:18-20), bij de verheerlijking op de berg (Luc. 9:28-29), vóór zijn onderwijs over het bidden (Luc. 11:1-4), vóór en na de spijziging van de vijfduizend (Marc. 6:41, 46), vóór de opwekking van Lazarus (Joh. 11:41), vóór zijn gevangenneming (Joh. 17), in zware zielenstrijd (Luc. 22:41-44; Heb. 5:7-8), op het kruis (Luc. 23:34, 46; Mat. 27:46). Na zijn hemelvaart bidt en pleit Hij voor zijn gemeente (Rom. 8:34; Heb. 7:25).

Jezus reinigt de tempel, omdat die bedoeld is als huis van gebed voor alle volken (Marc. 11:17). Het is zijn gewoonte om aan de diensten in de synagoge deel te nemen (Luc. 4:16); mogelijk ook aan de dagelijkse gebedstijden.

- *Paulus bidt.* Als navolger van Jezus geeft hij veel aandacht aan het bidden. In zijn brieven vinden we tal van aansporingen om te bidden (Rom. 12:12; Ef. 6:18; 1 Tess. 5:17; 1 Tim. 2:1-3; etc.) en een weergave van zijn eigen gebeden en dankzeggingen voor de gelovigen (Ef. 1:15-23; 3:14-21; Fil. 1:9-11; Kol. 1:9-14). Na zijn ontmoeting met Jezus op de weg naar Damascus zegt de Heer van hem: 'Zie, hij bidt' (Hand. 9:11). Aan het begin van zijn brieven dankt en bidt hij God voor de gemeente (o.a. Rom. 1:8-10; 1 Kor. 1:4-9; Fil. 1:3-6; Ef. 1:15-23). Hij vraagt om persoonlijke voorbede voor zijn apostolisch werk (Ef. 6:19-20; 2 Tess. 3:1-2).
- Er zijn gebeden bewaard gebleven die als voorbeeld gebruikt kunnen worden: het Onze Vader, vele psalmen, het gebed van Daniël (Dan. 9) en de bovengenoemde gebeden van Paulus.

Plaatsen en tijden

God is overal tegenwoordig. Daarom kan er overal gebeden worden: in het veld (Gen. 24:63), op een berg (Mat. 14:23), in een tuin (Mat. 26:36), in de binnenkamer (Mat. 6:6), in de tegenwoordigheid van de koning (Neh. 2:4), in een vis (Jona 2), et cetera. Maar in het bijzonder wordt er gebeden bij het heiligdom: de tabernakel, de tempel, de synagoge. Dit zijn plaatsen van gebed bij uitstek. Met Jezus' komst lijkt het bestaan van bepaalde heilige gebedsplaatsen relatief geworden te zijn (Joh. 4:19-23), ook al zien we Jezus nog vaak bidden op de Olijfberg (Luc. 22:39), de plaats waar volgens de Joodse traditie ook koning David en veel mensen na hem gebeden hebben.

Er worden geen bijzondere gebedstijden voorgeschreven. Wel wordt er op de dag en in de nacht (Ps. 88:2), in de morgen (Ps. 5), in de avond (Ps. 4), bij het avondoffer (Ezra 9:5), 's avonds, 's morgens en 's middags gebeden (Ps. 55:17-18; vgl. Dan. 6:11). De leerlingen van Jezus sluiten zich bij deze traditie aan door op bepaalde uren te bidden, in de tempel of elders (Hand. 3:1 en 10:9). Paulus wekt de gemeente op om met elkaar *altijd* te bidden (Ef. 6:18; 1 Tess. 5:17).

Lichaamshoudingen

Bij het bidden zijn er verschillende houdingen en uitingvormen mogelijk:

- staan (Gen. 20:22-23; Luc. 18:11, 13);
- knielen (1 Kon. 8:54; Ef. 3:14);
- zich languit op de grond werpen (Joz. 5:14; Op. 3:9);
- de ogen opheffen naar de hemel (Ps. 123:1; Joh. 17:1);
- de handen opheffen of uitspreiden naar de hemel (1 Kon. 8:54; 1 Tim. 2:8) of in de richting van Jeruzalem (1 Kon. 8:44; Dan. 6:11);
- met diep op de borst gebogen hoofd (Ps. 35:13);
- met het hoofd tussen de knieën (1 Kon. 18:42);
- zijn stem verheffen (Hand. 4:24);
- met handoplegging (Hand. 8:15-17);
- met bedekt of onbedekt hoofd (1 Kor. 11:2-16).

God wil gediend worden in en met het lichaam dat Hij geschapen heeft. Daarom dient de lichaamshouding in overeenstemming te zijn met de innerlijke houding van eerbied en ontzag. Bij het bidden moet

het lichaam het hart volgen, ‘zodat de innerlijke aandoening van de ziel onze ogen, handen, tong, ja alles beheerst’ (Calvijn bij Joh. 17:1). De verschillende lichaamshoudingen drukken uit: dienstvaardigheid, onderwerping, afhankelijkheid, overgave, verwachting.

De gebedshouding van ogen sluiten en handen vouwen – die concentratie en afhankelijkheid uitdrukt – komt in de Bijbel niet voor. Wel lezen we over het niet-opheffen van de ogen (Ezra 9:6; Luc. 18:13). In de vroege kerk bidden de gelovigen, volgens Tertullianus en Origenes, in navolging van Jezus met de ogen open en naar de hemel gericht. Dit is de oude gebedshouding.¹

‘Het bidden met de ogen gesloten duikt in de Middeleeuwen op, voor het eerst in de Byzantijnse traditie waar het gebed van het hart zich ontwikkelt: met gesloten ogen en met aandacht geconcentreerd op het hart of bij sommige auteurs op de navel. Dit wordt uitgewerkt in de kloosterstroming van het *hesychasme* (*hesuchia*: rust) als het gebed van rust, beginnend bij Johannes Climacus in de zevende eeuw en met een hoogtepunt bij Gregorius Palamas in de veertiende eeuw. Deze gebedshouding vertoont overeenkomst met oosterse meditatiehoudingen. De voor de hand liggende verklaring is die van het streven naar concentratie: het sluiten van de ogen voorkomt afleiding door uiterlijke zaken en bevordert de inkeer in het eigen innerlijk. De praktijken van gebed en meditatie gaan dan door elkaar heen lopen, terwijl het om verschillende handelingen gaat.’² ‘Gevouwen handen als gebedshouding – de vingers verstrengeld of gestrekt tegen elkaar – komt uit de Germaanse en de Keltische cultuur. Het was het gebaar waarmee de vazal zijn heer naderde. Daarmee betuigde hij zijn onderwerping en trouw; in ruil daarvoor gaf de heer hem een stuk grond in gebruik en garanties voor zijn veiligheid.’³

Verskillende gebeden

De verschillende woorden voor ‘gebed’ wijzen op hun verschillend karakter. Er zijn:

¹ T. Brekelmans, ‘De oude gebedshouding’, www.sintwerenfridusparochie.nl/pages/geloof-in-beeld/de-oude-gebedshouding.php.

² P.J.A. Nissen, ‘Bidden met de ogen dicht’, correspondentie met auteur, 5 september 2014.

³ W. Houtman, ‘Handen samen, ogen dicht’, in: *Nederlands Dagblad*, 22 september 2006; www.nd.nl.

- gebeden van *lofprijzing* (o.a. 1 Kron. 29:10-13; Mat. 26:30; Ps. 113-118) en *aanbidding* (Ps. 95:1-7; Op. 5:12);
- gebeden van *vragen* (1 Kron. 4:10; Mat. 26:39, 42) en *smeken* (Ps. 30:9-10; Heb. 5:7);
- gebeden van *verlangen* (Ps. 42; Op. 6:10);
- gebeden van *klagen* (Ps. 74 en 79; Marc. 15:34) en *schreeuwen* (Ps. 130:1-2; Heb. 5:7);
- gebeden van *onschuld betuigen* (Ps. 7:4-6; 18:21-27; 26; 101), *schuld belijden* (Ps. 51; Dan. 9:1-19; Luc. 15:21) en *vergeving vragen* (1 Kon. 8:30; Luc. 18:13);
- gebeden van *danken* (Jes. 12:1; Mat. 11:25) en *zegenen* (Gen. 14:18-19; Luc. 24:50);
- gebeden van *toewensen* (*wish prayers*: Rom. 15:5, 6, 13; 1 Tess. 3:11-13), *voorbede* (Gen. 18:23-33; Joh. 17) en *vervloeking* (1 Kon. 17:1; vgl. Jak. 5:17; 1 Kor. 16:22); de laatste omwille van Gods eer en het behoud van mensen;
- *zweren* en *loten* als vorm van bidden (2 Kor. 1:23; Hand. 1:25-26).

Er zijn verschillen in situaties en plaatsen, in heilsbedeling (Oude en Nieuwe Testament), in het aantal bidders: persoonlijke en gezamenlijke gebeden – in de ik-vorm en de wij-vorm. Persoonlijke gebeden en gezamenlijke gebeden vullen elkaar aan. Enkeling en gemeenschap veronderstellen en versterken elkaar.

Er zijn *korte* (2 Sam. 15:31; Neh. 6:9; 13:14) en *lange* gebeden (1 Kon. 8:22-53; Joh. 17). Terwijl er doorgaans *hardop* gebeden wordt, zijn er ook *stille* gebeden (1 Sam. 1:13; Neh. 2:4).

Niet alleen *profeten*, *priesters* en *koningen* bidden, maar ook *eenvoudige gelovigen*: de knecht van Abraham (Gen. 24:12-21), de vader van Simson (Re. 13:8-9), Jabes (1 Kron. 4:9-10) en hoofdman Cornelius (Hand. 10:2); Israëlieten bidden, maar ook heidenen: Naäman (2 Kon. 5:17), Egyptenaren (Jes. 19:19-22), de kamerling uit Ethiopië (Hand. 8:27), et cetera.

Aspecten

Tot wie wordt er gebeden?

- Tot *God* wordt er gebeden, die aangesproken wordt als God (Num. 16:22; Luc. 18:13), *HEER* (Ps. 6:2), *Heer* (2 Sam. 7:18; Hand. 1:24), *Vader* (Jes. 63:16; Luc. 23:46; Ef. 3:14) en *Hem die op de troon zit* (Op. 5:13).
- Tot *Jezus* wordt er gebeden, die aangesproken wordt als Jezus (Luc. 18:38), *Heer* (Mat. 15:22; 2 Tess. 3:16), *Heer Jezus* (Hand. 7:59; Op.

22:20) en het Lam (Op. 5:13).

- Tot de *Heilige Geest* wordt er gebeden (Ez. 37:9; Hgl. 4:6; de wind als beeld van de Geest).

‘In het Nieuwe Testament wordt het gebed in de meeste gevallen tot God de Vader gericht en wordt gebed tot de Vader ook als norm beschouwd (vgl. vooral Mat. 6:9; Luc. 11:2). Hoewel het Nieuwe Testament enkele (referenties naar) gebeden tot Jezus bevat (Joh. 14:14; Hand. 7:59, 60; 1 Kor. 16:22; 2 Kor. 12:8; Op. 22:20) werd in het algemeen het gebed tot de Vader *in de naam van of door Jezus* geleerd (vgl. Joh. 14:13; 16:23-24; Ef. 5:20; Kol. 3:17).’ En: ‘In het Nieuwe Testament komt het gebed tot de Heilige Geest helemaal niet voor. In latere vroegchristelijke geschriften zijn wel enkele (referenties naar) gebeden tot de Heilige Geest te vinden’ (Paschke, 16 en 21). Wanneer wij bidden tot de Heilige Geest erkennen we dat Hij God is en de Trooster (Parakleet) die voor ons pleit. De geloofsbelijdenis van Nicea-Constantinopel (381) belijdt over Hem: ‘die samen met de Vader en de Zoon *aanbeden* en verheerlijkt wordt’.

God is de enige tot wie gebeden moet worden. Daarom mag het gebed zich nooit richten op mensen (Hand. 10:26) of engelen (Op. 19:10; 22:9).

Om welke gaven wordt er gebeden?

In de Bijbel wordt er om veel en allerlei gaven gebeden: Abrahams knecht bidt dat hij de vrouw die bestemd is voor Isaak mag ontmoeten (Gen. 24:12), Jabes bidt om uitbreiding van zijn grondgebied (1 Kron. 4:10), Agur bidt om eerlijkheid en brood (Spr. 30:7-9), David bidt om vergeving (Ps. 51), Hizkia om genezing (Jes. 38), de Kananese vrouw om bevrijding (Mat. 15:21-28) en Paulus om vervulling van de gemeente tot de volheid van God (Ef. 3:19).

Jezus leert in het Onze Vader zijn leerlingen met en voor elkaar te bidden: laat God groot gemaakt worden én de lichamelijke en geestelijke behoeften van de mens vervuld worden. Zijn grote gebod (Mat. 22:37-40) en zijn grote opdracht (Mat. 27:19) wijzen daarbij de richting en bepalen de grens. Dat is bidden naar Gods wil (1 Joh. 5:14). Binnen het raam van zijn verbond en Koninkrijk mag er om veel grote en kleine dingen gebeden worden.

Hoe wordt er gebeden?

Er wordt gebeden in *geloof* (Ps. 25:1-3; Marc. 9:24), uit *dankbaarheid*

(Ps. 116:12-13; Mat. 11:25), *nederig* (Gen. 18:27; Mat. 8:8), *oprecht* (Ps. 26:1, 11; 2 Tim. 2:22), *vurig en met het hele hart* (Ps. 119:58; Luc. 22:44), *volhardend* (Gen. 32:26; Luc. 18:3-5), *onbeschaamd* (Luc. 11:8), *met tranen* (Jes. 38:3; Heb. 5:7), *vrijmoedig* (1 Joh. 3:21-22; 5:14), *met de geest en met het verstand* (1 Kor. 14:15), et cetera.

Het bidden wordt soms ondersteund door *vasten* (2 Sam. 12:16, 21-23; Est. 4:13-17; Hand. 13:3). Ook wordt er in *klanktaal* gebeden (1 Kor. 14).

De meeste gebeden zijn *vrije* gebeden, maar er zijn ook *voorgeschreven* (formulier)gebeden (Deut. 26:5-10, 13-15). Zo is er aansluiting bij het gebed van Israël vanuit het verleden en bescherming tegen individualisme. Een prachtige wisselwerking van vrije gebeden en vaste gebedsteksten vinden we in het gebed van de verzamelde gemeente in Jeruzalem, bij de vrijlating van Petrus en Johannes (Hand. 4:23-31). In het gebed zien we eigen bewoordingen en citaten uit Psalm 2 elkaar op een natuurlijke manier afwisselen. Zo is ook de korte versie van het Onze Vader in Lucas 11:1-4 een uitnodiging voor de bidder om met eigen woorden op dit formuliergebed door te gaan. Op de achtergrond hiervan staat het gebruik dat in de synagoge van Jezus' dagen sommige vaste gebeden een vrij slot kenden. De voorbidder werd zo uitgenodigd om met eigen woorden verder te gaan.

Welke wegen worden er gewezen voor de verhoring van de gebeden?

De weg van God aanroepen in de dag van benauwdheid (Ps. 50:15), de weg van verootmoediging en bekering (2 Kron. 7:14), de weg van schuldbelijdenis (Ps. 32:3-5), de weg van God aanbidden in geest en waarheid (Joh. 4:23), de weg van bidden in Jezus' naam (Joh. 14:13-14), de weg van blijven in Jezus en zijn woorden (Joh. 15:7), de weg van gehoorzaamheid aan zijn geboden (1 Joh. 3:22-23), de weg van bidden naar Gods wil (1 Joh. 5:14).

De HEER belooft verhoring (2 Kron. 15:2; Jer. 29:13-14; Mat. 7:7-11; Heb. 11:6) en de Bijbel geeft veel voorbeelden van verhoring (Gen. 24:11-21; 25:21; Joz. 10:12-14; Ps. 6:10; 34:7; Ez. 36:37; Heb. 5:7-8; Jak. 1:5). De verhoring kan snel plaatsvinden (Ps. 66:17; Jes. 30:19; 65:24; Dan. 9:21-23), maar kan ook op zich laten wachten (Dan. 10:2-3, 12-14; Luc. 1:13; 18:7; Joh. 11:3-7; Op. 6:9-11). Verhoring komt niet te vroeg en niet te laat. Ze komt op de door God bepaalde tijd (Heb. 4:16). Soms worden de gebeden anders verhoord dan verwacht (Deut. 3:23-28; 1 Kon. 19:4, 15, 16; 2 Kor. 12:7-10). Gebeden kunnen ook niet verhoord worden (Ps. 22:2-3;