

Tips voor bidden en Bijbellezen

(met dank aan Mike Bickle, IHOP-KC)

Tips en opmerkingen voor gebed en omgang met God

- **To behold is to become.** Degene/hetgeen waar we veel naar kijken, mee bezig zijn en tijd mee doorbrengen is waar we op gaan lijken. Besteden we veel tijd met de Heer, dan zullen we ook meer op Hem gaan lijken.
- Het is alsof we ons **koude hart voor zijn vuur houden**. Vroeg of laat zal het warmer worden en verder ontdooien, maar het gebeurt doorgaans niet in één moment.
- Leven met God is **een marathon, geen sprint**. Het is geen korte krachtsinspanning, maar je instellen om het voor de lange termijn vol te houden.
- **Gebed en vasten** heeft effect, of je het nu voelt of niet. Beoordeel het resultaat niet op de korte termijn. Vaak zie je pas na maanden of jaren ineens dat er toch heel veel in jouw leven of om je heen is veranderd, maar zoals elk groeiproces heeft het vaak tijd nodig.
- God weet wat we zijn: zwakke, **gebroken mensen die zijn genade heel erg nodig hebben**. Hij is niet geschrokken als we falen, maar biedt zijn genade aan om weer opnieuw ervoor te gaan. Zijn liefde wordt niet meer of minder als we het beter of slechter doen. Hij hield al van ons toen we nog niets goed deden.
- Voorbede is: **Telling God what He tells us to tell Him**. God heeft besloten dat Hij door mensen gevraagd wil worden voor Hij iets doet. Als Hij verlangt iets te doen zoekt Hij naar mensen die dat begrijpen. Hij legt dat verlangen dan in hun hart, zodat ze dat aan Hem gaan vragen en Hij het vervolgens uitvoert. Zo regeert Hij de wereld. Het is dus enorm belangrijk dat we meer en meer (door tijd met Hem door te brengen) zijn wil en verlangens leren kennen.
- **Fellowshipping with the Spirit**. Neem elke dag door de dag heen nu en dan een paar minuten om de Geest die in je woont te danken voor wat Hij is en in je doet. Bijvoorbeeld: 'Dank U, Heilige Geest, dat U mijn leven leidt.' Wees dan gewoon even stil. Dank Hem dan voor het volgende, bijvoorbeeld dat Hij liefde in je laat groeien etc. (zie Gal. 5:22) Dank Hem in eenvoudige woorden voor wat Hij in je leven doet of wat in de Bijbel aan waarheden over Hem staat. Vraag Hem nu en dan om verder te gaan met de dingen die Hij doet. Na verloop van tijd (minuten, dagen, jaren) zul je zien dat je hart steeds gevoeliger wordt voor zijn aanwezigheid. Maar ook als je niets voelt is het toch goed en nuttig. Oefen jezelf hierin.
- Neem een **vers** dat je aanspreekt (bijvoorbeeld tijdens het Bijbellezen) en:
 - **Lees het hardop**
 - **Verwoord het in je eigen woorden**
 - **Bid het terug naar God**
 - **Zing het vers** (hoef je niet mooi voor te zingen, maar het gaat dieper je hart in)
 - **Wees stil en mediteer erover**

En schrijf gedachten die bij je opkomen op. Je kunt op deze manier ook één vers meerdere dagen, weken of maanden 'meedragen' en zo steeds weer ermee bezig gaan, opnieuw en opnieuw. Soms zul je het vers helemaal zat zijn en lijkt er niets te gebeuren, maar je zult verrast zijn hoe soms een paar dagen later de Geest nieuwe inzichten geeft.
- God is geen boze of bedroefde, maar een **blijde God, die zich verheugt** over je! (Zef. 3:17) Hij is voor je, niet tegen je. Hij heeft zelfs zijn eigen zoon niet gespaard om je bij zich te hebben. Zal Hij je dan ook niet alle dingen geven? (Rom.8:32, zie ook 26-27 en 28-39) Hij wil graag geven als je Hem vraagt, mild en zonder verwijt (Jak. 1:5) Hij is een goede Vader die zijn zegeningen over je uitstort! (1Joh.3:1). **Je kunt Hem altijd vragen om meer** kracht, inzicht etc. Het is juist zijn bedoeling dat we niet alles alleen proberen te doen, maar het aan Hem vragen. Het is zijn Geest die ons heilig maakt, niet wijzelf. Hij wil ons leren bidden en met Hem leven.

Bijbelstudieplan

Het is goed om een plan te hebben hoe je je meer wilt gaan verdiepen in de Bijbel. De praktijk laat zien dat we met alleen goede voornemens er niet aan toekomen.

1. **Bid-lees Bijbelboeken.** Lees bijvoorbeeld tien hoofdstukken elke dag (zo kun je in een maand het NT doorlezen als je zes dagen per week leest.) Je kunt ook afwisselend de éne maand Bijbelboeken doorlezen en de andere maand één boek bestuderen.
2. **Bestudeer de Bijbel.**

Ad 1. Bid-lees Bijbelboeken

Als je een Bijbelgedeelte leest is het belangrijk om dat terug te bidden naar God. Zijn Woord wordt zo een middel om steeds met Hem in gesprek te zijn en van Hem te leren.

Er zijn globaal twee soorten waarheid in de Bijbel. Allereerst, waarheden die je aansporen om God te geloven (beloften) en als tweede, waarheden die je aansporen om Hem te gehoorzamen.

Als je waarheden die je aansporen te geloven leest:

1. **Bedank Jezus** voor de waarheid van wat je leest. Bijvoorbeeld Hooglied 4:9: 'Dank U Heer, dat ik Uw hart raak.' Wees geduldig en spreek rustig in je hart met God. Je kunt verrast worden door hoe de Geest soms je hart zacht maakt door zulke simpele woorden van dank.
2. **Vraag Jezus** om het gedeelte dat je leest verder te openbaren. Bijvoorbeeld Hooglied 4:9: 'Heer, leer me meer wat het betekent dat ik Uw hart veroverd heb'. Geef niet op, blijf Hem vragen om de ogen van je hart te openen (Ef. 1:17). De Heilige Geest zal langzamerhand je inzicht laten toenemen.

Als je waarheden die je aansporen om Hem te gehoorzamen leest:

1. **Wijd jezelf toe om te gehoorzamen** aan wat in het gedeelte staat. Bijvoorbeeld Hooglied 2:10, waar de Bruid wordt aangemoedigd om op te staan en de Bruidegom te volgen naar de bergen, haar comfortabele leven achter zich latend: neem de tijd om concreet tegen Hem te zeggen dat je deze waarheid wilt gehoorzamen. Deze voornemens om een Bijbelgedeelte te gehoorzamen zullen je gehoorzaamheid laten toenemen in kracht na verloop van tijd.
2. **Vraag de Here je kracht te geven** om te gehoorzamen aan wat je gelezen hebt. Zulke vragen om Goddelijke hulp zullen groei in het leven uit genade tot gevolg hebben na verloop van tijd.

Ad 2. Actieplan voor Bijbelstudie

- a. Kies je top tien van boeken die je wilt bestuderen en begin met de eerste
- b. Kies momenten in de week dat je ermee aan de slag wilt
- c. Vijf eenvoudige stappen om een boek te bestuderen:
 - i. **Onderstreep** – kies twee commentaren en markeer de belangrijkste zinnen. Doe dit voor elke paragraaf van de Bijbel. Doe het langzaam.
 - ii. **Titel** – geef elke paragraaf een titel in je eigen woorden
 - iii. **Opmerkingen** – schrijf inzichten uit de commentaren voor de kernverzen van elke paragraaf op.
 - iv. **Aantekeningen** – schrijf je persoonlijke gedachten en opvallende dingen op.
 - v. **Gebed** – schrijf een kort gebed vanuit het gedeelte, indien van toepassing.