

# LESING 7

## BID DIE WOORD

Ons het al vir mekaar gesê dat God 'n begeerte aan intimiteit het. Ons sien dit dwarsdeur die Woord. Ons het ook gesien dat biddeloosheid of die lus om nie te bid nie, niks anders as sonde is nie. Ek het al soveel mense raak geloop wat vir my sê hulle kan bid nie. Hulle aanvaar dit so geredelik. Al die ander goed wat hulle nie kan doen nie en graag wil doen, leer hulle om te doen. As jy wil leer fiets ry, of die rekenaar verstaan, doen jy moeite om dit aan te leer. Wanneer dit egter by gebed kom, trek mense dikwels hulle skouers op en sê: *“Ek kan dit nie doen nie en moenie my vra om dit te doen nie.”*

### **Waarom sukkel mense om te bid?**

Hoe help jy iemand wat sukkel om te bid of wat glad nie hardop wil of kan bid nie? Dit sal verseker nie help as jy die persoon veroordeel of verkleineer deur so 'n persoon op die “spot” te sit nie. Soos met enige ander sonde waarmee iemand sukkel benader jy die persoon met deernis en empatie.

Ek het gevind dit help mense om te leer bid as jy hulle leer om die Woord te bid. Dit is tog God se Woord, dit is tog die Waarheid, en dit is maklik om dit net so te neem en vir Hom terug te bid. Nou kan jy sê wat is die waarde daarvan?

Om God se Woord te bid:

- Gee vir jou selfvertroue om te kan bid.
- Maak dat die Woord jou sentrale krag raak wanneer jy bid.
- Proklameer jy God se Woord in die geestelike re-alm.
- Leer jou van intimiteit met God.
- Maak dat jy tyd met God spandeer en hoe meer tyd jy met God tyd spandeer hoe meer kan Hy jou leer en hoe makliker raak gebed 'n leefwyse.
- Maak dat jou geloof toeneem.

## BID GOD SE BELOFTES

**God hou daarvan om beloftes te maak** en Hy gee dit sodat mense op Hom moet fokus. Hulle weet hulle kan op Hom vertrou, Hy hou daarvan om aan hulle Sy getrouheid te bewys. Die wonder van God is dat Hy al Sy beloftes gee uit genade, ons kan nie een van God se beloftes verdien nie. Daarom moet 'n mens baie versigtig wees as jy God herinner aan Sy beloftes. Jy kan nie vir Hom op grond van jou oulikheid herinner dat Hy nou iets sal moet doen nie. Dit gaan altyd oor God se soewereine besluit wanneer Hy Sy beloftes nakom.

As ons dan in ons gebed God herinner aan Sy beloftes is dit nie om 'n onwillige God gewillig te maak, of om 'n vergeetagtige God te herinner nie. Nee, dit is omdat **God ons uitnooi om Hom te herinner aan Sy beloftes**. Hy gee juis die sowat 7 959 beloftes sodat dit ons moet versterk en dra. Hierdie beloftes is waarhede waarop ons kan staatmaak, want dit kom van God af.

### **Genesis 17:21**

*Maar dit is met Isak, die seun wat Sara vir jou oor 'n jaar in die wêreld sal bring, dat Ek my verbond sal nakom."*

### **Spreuke 30:5**

*Elke belofte van God is betroubaar; Hy beskerm dié wat by Hom skuil.*

### **Jesaja 62:1-7**

*Ter wille van Sion sal ek nie swyg nie, ter wille van Jerusalem sal ek nie stilbly nie totdat daar vir hom redding deurgebreek het soos 'n nuwe dag, soos die lig van 'n brandende fakkel. 2 Die nasies sal sien dat jy gered is, Jerusalem, al die konings sal sien dat jy mag het. Jy sal 'n nuwe naam kry, 'n naam wat die Here self vir jou gekies het. 3 Die Here sal jou soos 'n sierlike kroon in sy hand hou, jou God sal jou soos 'n koninklike tulband vashou. 4 Jy sal nie meer die verstote vrou genoem word nie, en jou land nie meer die een wat verlate lê nie. Jy sal genoem word: "Die een vir wie die Here liefhet," en jou land: "Die een wat aan die Here behoort." Die Here het jou lief, en jou land behoort aan Hom. 5 Soos 'n jong man met 'n meisie trou, so sal jou volk jou syne maak en vir jou sorg. Soos 'n bruidegom bly is oor sy bruid, so sal jou God oor jou bly wees. 6 Ek het wagte op jou*

*mure uitgesit, Jerusalem, hulle sal dag en nag roep. Julle wat die Here aan sy beloftes moet herinner, julle moenie stilbly nie. 7 Julle moenie stilbly nie totdat Hy Jerusalem herstel het, totdat Hy die hele wêreld die roem van Jerusalem laat sing het. 8 Die Here het 'n eed afgelê, en deur sy groot mag sal Hy dit gestand doen: Ek sal jou koring nie weer aan jou vyande gee om te eet nie, uitlanders sal nie weer die wyn drink waarvoor jy hard gewerk het nie.*

Daar is genoeg getuienis uit die Woord van God en deur baie mense se persoonlike getuienisse dat God daarvan hou om Sy beloftes waar te maak.

In Jesaja 62:1 word daar twee Hebreuse woorde gebruik wat vir ons uiters belangrik is om te verstaan.

- *Chashah* wat beteken “stil bly”
- *Shaqat* wat beteken “rus, ongestoord”

Saam met die negatief beteken dit dat die Here hier sê dat Hy nie sal rus nie, totdat daar 'n verandering in Jerusalem kom nie. Ek wil nie nou ingaan oor die herstel van Jerusalem nie, maar hier is 'n duidelike bewys dat die herstel van Jerusalem vir God baie belangrik is. Daarom maan Hy Sy mense en roep Hy hulle op, om soos Hy ook onrustig te wees oor die feit dat Jerusalem nog nie herstel is nie. Ons beleef natuurlik die waar word van hierdie belofte in ons tyd. Israel is weer vir die eerste keer in meer as 2 500 jaar 'n onafhanklike staat.

Wat vir my die meeste hier tref is dat God as te ware sê: “*Ek sal onrustig bly wag op die waar word van my beloftes.*” **God is ywerig en wil graag Sy beloftes waarmaak in mense se lewens.** Sy tyd is natuurlik nie altyd ons tyd nie. Hy het vir Eva belowe dat daar Iemand sal kom om die slang, die duiwel te kom vernietig (Genesis 3:15). Ons weet dat Jesus het eers baie eeue later gekom. Wat ons moet weet is dat God getrou is aan Sy beloftes.

**God stel mense aan as wagers op die mure van Jerusalem en Hy verwag van hierdie wagers om soos Hy te wees, hulle moet rusteloos wees, “dag en nag moet hulle roep.”** Wat moet hulle roep? Wie moet hulle roep? Natuurlik moet hulle God roep, hulle moet as te ware God se aandag vestig op Sy belofte van die herstel van Jerusalem. Dit is asof hierdie wagers, hierdie bidders, die vraag saam met God moet dra.

Ons kan sekerlik hierdie gedeelte van toepassing maak op vele ander sake in ons lewens. Ons mag sekerlik dit gebruik as ons na ander beloftes van God verwys. God is

mos ons Vader en as ons sekere lewensituasies ervaar en ons kry God se beloftes, glo ek dat ons na Hom toe mag gaan en dat ons Hom op grond van hierdie gedeelte kan herinner aan Sy beloftes. Hoeveel keer het mense al vir my gesê: *“maar mag ek hier voor bid,”* of *“ek dink nie ek kan aanhou om vir God te pla nie. ek dink nie dit is reg om aanhou te vra nie.”*

God nooi ons om met 'n rusteloosheid te bid oor lewensituasies, ons mag met Hom praat, totdat ons 'n antwoord gekry het. Die antwoord kan soms ja wees, soms nee of ander keer later wees. Partykeer is die antwoord onmiddellik, partykeer vra dit 'n rustelose geroep na God. Dit is amper asof God in hierdie gedeelte sê: *“Ek gaan nie rus voordat die situasie verander het nie, en moenie My laat rus nie.”*

Hierdie gedeelte het 'n verdere betekenis, naamlik dat jy nie moet stilbly nie en ook nie toelaat dat iemand anders jou stilmaak nie. As jy oortuig is dat jy binne God se wil leef en bid, dan bid jy vir die saak op grond van God se beloftes en hou jy aan bid. Moenie toelaat dat iemand jou oortuig dat jy moet ophou bid nie.

Aan die einde van die sesde vers word die woord herinner gebruik. Dit kom van die Hebreeuse woord *zakar* wat beteken *“herinner, om iemand te maak sy/haar gedagtes op te roep.”* Ons as kinders van ons Vader het die voorreg om vir Hom te sê: *“Vader, U het gesê.....”* As dit gebruik word om God se arm te draai of om ons wil op Hom af te dwing, kan ons maar net sowel ophou bid, dan skort daar in elk geval iets met ons verhouding met God. Nee ons kan dit vir Hom sê op grond van die feit dat ons Sy kinders is deur Jesus Christus wat deel gekry het aan Sy heerlikheid (Romeine 8:15-17). God werk met ons soos aardse vaders met hulle kinders werk. Natuurlik is daar een verskil, aardse vaders maak foute, is onbetrokke en is soms onbetroubaar. **God, as Vader, is altyd betroubaar en maak nooit foute nie.**

Dit het al baie met my gebeur en ek is seker elkeen kan daarvan getuig dat dit met hulle gebeur het, dat jy vir jou kinders beloftes maak en dat jy soms te besig raak of daarvan vergeet. Nou ek weet nie van jou nie, maar my kinders het nooit my beloftes vergeet nie. Hulle het gereeld ma my toe gekom en gesê; *“Pappa, wanneer gaan jy (dit of dat doen), jy het belowe.”* Ek raak nie kwaad nie, ek het mos belowe en ek is hulle pa, soms sal ek antwoord: *“Ek is jammer, ek het vergeet, ek gaan dit nou vir jou doen.”* Ander kere antwoord ek: *“Ek het nie vergeet nie, maar ek gaan dit nie nou vir jou kan doen nie, maar hou moed dit gaan nog gebeur.”* Natuurlik is die kinders nie altyd hiper-tevrede met so 'n antwoord nie, maar ten minste

weet hulle waar hulle met my beloftes staan. Nou dan **as julle wat “sleg is” dit doen vir julle kinders, hoeveel te meer sal julle Vader in die hemel dit nie doen nie (Matteus 7:11).**

Natuurlik kan jy dit net doen as jy die beloftes ken, en dit sê net vir my een ding, jy kan net so met God jou Vader praat indien daar sprake is van 'n liefdesverhouding. Dit is nie dis-respekvol as jy so met God praat nie. Ek het egter 'n probleem daarmee as jy met 'n arrogansie daarop aandring: *“U het belowe en U moet dit nou doen.”* Dit spreek van iemand wat nie 'n goeie verhouding met God het nie. **Om God aan Sy beloftes te herinner beteken vir my net een ding, dit is om met respek en eerbied na God te gaan en in alle nederigheid met Hom te praat oor Sy beloftes in die Bybel.** Weet jy dikwels herinner ons God aan Sy beloftes, maar ons mis 'n belangrike faset van God se Woord, naamlik dat **daar aan baie van God se beloftes voorwaardes verbonde is.** Die medewerking van die gelowige is dikwels noodsaaklik vir die waar word van God se beloftes, maak dus seker dat jy wel aan die vereistes voldoen het, voordat jy op beloftes aanspraak maak.

Ek sal graag 'n paar riglyne wil deurgee en 'n paar praktiese voorbeelde uit die Bybel wil aanhaal met betrekking tot die herinnering van God aan Sy beloftes.

### **Genesis 28:13-15**

*Toe kom staan die Here by Jakob en sê: “Ek is die Here die God van jou voorvader Abraham, die God van Isak. Ek sal die grond waarop jy lê, vir jou en jou nageslag gee. 14Hulle sal so baie wees soos die stof van die aarde, en jy sal jou gebied na alle kante toe uitbrei, en in jou en jou nageslag sal al die volke van die aarde geseën wees. 15Ek is by jou en Ek sal jou beskerm waar jy ook al gaan. Ek sal jou na hierdie land toe terugbring. Ek sal jou nie in die steek laat nie. Ek sal doen wat Ek jou beloof het.”*

### **Genesis 32:12**

*U het my tog beloof: Ek sal beslis goed doen aan jou, Ek sal jou nageslag so baie maak soos die sand van die see, wat nie getel kan word nie.”*

### **Genesis 32:28**

*Die man het gesê: “Jy sal nie meer Jakob genoem word nie, maar Israel, want jy het teen God en teen mense 'n stryd gevoer en jy het dit end-uit volgehou.”*

Jakob is op pad terug na die land wat God vir hom beloof het. Hy hoor Esau is op pad met 400 manne. Dan bid hy, en in hierdie gebed herinner Hy God, aan God se belofte van twintig jaar vantevore by Betel. Jakob was in so 'n stryd met God, dat God aan die einde, sy naam verander het na Israel. Hierdie is 'n teken van 'n man wat 'n verhouding met Sy God gehad het, dit is die teken van 'n man wat Sy God so vertrou het, dat hy Hom aan Sy beloftes kan herinner, sonder om arrogant te wees. En God, wat is God se reaksie? Hy verhoor Jakob se gebed en laat hom met Esau versoen, sonder enige probleme (Genesis 33:4).

### **Eksodus 32:9-14**

*Verder het die Here vir Moses gesê: "Ek het gesien dat dit 'n opstandige volk is hierdie. 10 Moet My nie probeer keer nie. Ek is toornig op my volk en Ek wil hulle vernietig. Vir jou sal Ek dan tot 'n groot nasie maak." 11 Maar Moses het by die Here sy God gepleit en gesê: "Here, waarom is U toornig op u volk vir wie U deur u groot mag en met kragtige dade uit Egipte bevry het? 12 Waarom moet die Egiptenaars kan sê: 'Hy het die Israeliete bevry met die bose plan om hulle tussen die berge dood te maak en hulle heeltemal te vernietig'? "Laat u toorn bedaar en wees u volk genadig. Moet tog nie dié ramp oor hulle laat kom nie. 13 Dink aan wat U met 'n eed beloof het aan u dienaars, aan Abraham, Isak en Israel toe U vir hulle gesê het: Ek sal julle nageslag so baie maak soos die sterre aan die hemel. Die hele landstreek wat Ek belowe het, sal Ek vir julle nageslag gee om vir altyd in besit te neem." 14 Toe het die Here daarvan afgesien om die ramp waarvan Hy gepraat het, oor sy volk te bring.*

Toe God ná die episode van die goue kalf die volk wou uitwis en uit Moses 'n nuwe nasie wou bou, het **Moses Hom herinner aan die belofte wat Hy aan Abraham, Isak en Jakob gedoen** het om dié land aan hul nageslag te gee (vers 13). Dit het God van Sy plan laat afsien. Weereens sien ek geen aanmatigheid nie, Moses het 'n intieme verhouding met God gehad en hy praat met God in terme van God se beloftes en God se wil.

Ek sal graag nog 'n praktiese voorbeeld wil gebruik.

## **Filippense 4:6-7**

*Moet oor niks besorg wees nie, maar maak in alles julle begeertes deur gebed en smeking en met danksegging aan God bekend. 7 En die vrede van God wat alle verstand te bowe gaan, sal oor julle harte en gedagtes die wag hou in Christus Jesus.*

Wat staan daar? Moenie oor iets bekommerd wees nie. Nou weet ons almal dat daar van tyd tot tyd goed oor ons pad kom wat ons bekommerd maak. Hoe kan ons dan dit wat ons geleer het prakties van toepassing maak op onself? Daar staan, as jy bekommerd is oor iets, moet jy dit aan God bekend maak, deur middel van gebed, smeking en danksegging. Dit is die vereiste vir die waar word van God se belofte van vers 7. Die Griekse woord vir bekommernis is **merimnao**. Dit kom van twee Griekse woorde **mertizoo** wat beteken "*verdeelde*" en **naos** wat beteken "*gedagtes*." **Merimnao** beteken dus letterlik "**verdeelde gedagtes**." As dit dan nou gebeur dat jy 'n groot saak voor jou het, wat veroorsaak dat jy bekommerd raak, dan maak jy jou bekommernis aan Hom bekend en dan bid jy as jy dit klaar aan Hom bekend gemaak het: "*Here, ek is bekommerd oor ....., ek het dit nou aan U bekend gemaak. U het belowe dat as ek dit doen sal U vir my vrede gee, ek vra dan nou dat daardie vrede oor my sal kom.*" God kan nie anders nie, Hy het belowe, Hy sal die vrede oor jou laat kom.

**Ten midde en ten spyte van jou omstandighede sal God vir jou vrede gee. 'n Innerlike vrede, wat maar niks anders is as 'n tevredenheid dat God in beheer is.**

## **2 Korintiërs 1:18-20**

*So seker as God getrou is, ons woord aan julle was nie tegelyk "ja" en "nee" nie, 19want Jesus Christus, die Seun van God, wat ons, dit is ek en Silvanus en Timoteus, aan julle verkondig het, is nie "ja" en "nee" tegelyk nie. Hy is die "ja" van God, 20die "ja" op al die beloftes van God. Daarom is dit ook deur Christus dat ons tot eer van God daarop "Amen"*

Al die beloftes is *ja* in Christus en dit moet *amen* word deur ons gebede. **Amen beteken "dit sal so wees."** Wanneer ons dus met God se beloftes na Hom toe kom sê ons eintlik: "*Here laat dit wees soos U gesê het.*"

## DIE KRAG VAN GOD SE WOORD

**Die krag van God se Woord is natuurlik niks anders as die krag van God nie.** As ons daarom die geskrewe Woord bid, beroep ons op God se woorde en vir God is niks onmoontlik nie. Die woorde van God het die mag om die kettings van Satan te breek. Die Woord van God kan egter nooit vasgebind word nie. God se Woord is vry en kragtig

### **2 Timoteus 2:9**

*Vir hierdie evangelie ly ek verdrukking, selfs in boei soos 'n misdadiger, maar die woord van God kan nie geboei word nie.*

Deur die Woord van God te bid, verander dit ons en daardeur kan ons die wêreld om ons verander.

### **Verskillende tipes woord gebed • Die grootheid van God**

Daar is so baie gedeeltes in die Woord wat die grootheid van God beskryf. Jy kan dit net so neem en aan God terug bid. Dit is 'n proklamasie van wie God is. As jy dit hardop bid, sê jy sodat jy dit kan hoor, die duiwel kan dit ook hoor en hy sidder en God hoor dit en Hy voel tevrede.

Gedeeltes wat geles kan word is onder andere: Jesaja 6, 40:12-31 en 52:13-53:12, Daniël 7 en 10, Esegïel 1 en 10, Matteus 17:1-13, Openbaring 1, 4, 19 en 21. As jy hierdie gedeeltes as 'n gebed vir God lees, groei jou intieme verhouding met God, want jy ontdek wie Hy is en dan sê jy dit vir Hom. Dit is maar soos dit in 'n huwelik werk, as 'n man vir sy vrou vertel hoe mooi sy is en hoe lekker sy kos maak en ander mooi goed oor haar, dan bevorder dit hulle verhouding. Dieselfde gebeur tussen jou en God.

### **• Die Psalms**

Die Psalms is sulke wonderlike gebede. Baie van die Psalms beskryf gewone mense se soek opregte soeke na God. Ons kan met dit identifiseer en dit dan vir God ook terug bid. Baie Psalms beskryf die grootheid van God (Psalm 8), lees dit terug vir God. Lees die lofpsalms as 'n lofgedig aan God. Dit is 'n wonderlike praktiese manier om iemand te



help wat sukkel om hardop te bid, laat hulle net 'n Psalm lees. Ek spandeer hieronder meer tyd om praktiese riglyne te gee oor hoe om die Psalm te bid.

- **Wysheidsgebede**

In Spreuke, Prediker en Job is daar wonderlike gedeeltes wat net so aan God terug gelees kan word. Kry 'n notaboekie en soos wat jy deur die Bybel werk, maak notas van Skrifgedeeltes wat jy aan God kan teruglees.

- **Hooglied**

Alhoewel die boek Hooglied vertel van hoe God wil hê die liefde tussen 'n man en 'n vrou moet werk, is daar ook groot gedeeltes wat ons kan omskep in gebede wat ons vir God terug bid. Dit beskryf ook ons gevoel vir Hom.

- **Die gebede van die profete**

Daar is vele wonderlike gebede wat die profete vir God gebid het en wat ons ook net so aan God kan terug bid. Die profete beskryf dikwels die gevoel van God teenoor Sy geliefde volk. In tye van krisis kan ons gerus maar by die profete gaan leer om te bid. Gedeeltes soos 2 Kronieke 20:2-12, 14,15,17; Esegïel 37:14; Daniël 9:1-8a, 11-19; Numeri 6:22-27 kan gebruik word.

- **Die gebede van Jesus**

Jesus is ons voorbeeld, ons voorloper in gebed. Hy leer ons bid. Bid dit so terug aan die Vader. Gedeeltes soos die model gebed, Matteus 6:9-13, Johannes 17, kan gebruik word.

- **Die apostoliese gebede.**

Die apostel het gewet van gebed. Hulle hele bediening is gegrond op gebed. Verskeie gebede van die apostels is opgeteken in die Nuwe Testament. Hulle fokus op die karakter en die kennis van God. Ons kan baie gebede persoonlik vir onself en vir ander mense bid. Hier volg 'n paar gedeeltes wat ons kan gebruik om te bid. Efesiërs 1:15-22, 3:14-21, Filippense 1:3-4 en 9-11, Kolossense 1:2-4, 9-12, 1 Tessalonisense 3:9-13, 2 Tessalonisense 1:3,11-12, Romeine 11:33-36.

Spandeer nou tyd om Kolossense 1:9-11 vir mekaar te bid.

### **Kolossense 1:9-11**

*Daarom, van die dag af dat ons dit van julle gehoor het, hou ons ook nie op om vir julle te bid nie. Ons vra God dat Hy deur al die wysheid en insig wat die Gees gee, julle sy wil duidelik sal laat ken, 10 sodat julle tot eer van die Here sal lewe deur net te doen wat Hy verlang. Mag julle vrugte dra deur goeie werke en toeneem in die kennis van God. 11 Mag God deur sy wonderbare krag julle alle sterkte gee om in alle omstandighede geduldig te volhard.*

### **• Openbaring**

Die boek Openbaring is God se openbaarmaking van Jesus, die oorwinnaar, die Koning van die Konings. Dit is 'n boek wat proklameer. Almal moet hoor van die oorwinning van God. Lees dit hardop, bid dit. Wanneer ons Openbaring bid, bid ons met die oog op die toekoms en daarom maak dit ons ook toekomsgerig. Gedeeltes wat gebed kan word, is onder andere: Openbaring 1:4-7, 4, 5, 7:9-17, 15:2-4.

## **PRAKTIESE RIGLYNE**

Neem 'n Skrifgedeelte en lees dit stadig van die begin tot die einde deur. Maak dit op jou en jou lewensomstandighede of op 'n situasie in jou lewe, van toepassing. Skryf dit in jou eie woorde oor in 'n gebed. Oordink die gebed, en verander dit dan van die derde persoon na die eerste persoon. Neem nou Efesiërs 3:16-21 as 'n voorbeeld. Skryf dit in gebedsvorm en bid dit vir mekaar, jou leraar, jou gesin, jou stad, die wêreld.

## **GEBEDE VANUIT GOD SE WOORD**

- **Die karakter van God** - Psalm 9:8-11; Psalm 103:2-5; Efesiërs 3:20-21; Psalm 8:2
- **Verootmoediging en sondevergifnis** – Psalm 103:9-13; Psalm 51:3-4, Daniël 9:4-5, 9-10; Psalm 85:5-8; Nehemia 1:5-10
- **Beskerming** – Psalm 91, 121:1-8
- **Terneergedruktheid** – Psalm 43:5; Psalm 37:22-24
- **Beantwoording van gebede** – Jesaja 65: 24; Jeremia 33:3

- **Ewige lewe** – Johannes 10:27-28
- **Jesus bid vir die kerk** – Johannes 17
- **Moed** – Psalm 31:24
- **Gesin** – Spreuke 20
- **Liefde** - 1 Korintiërs 13:13
- **Angs** – Jesaja 41:10
- **Vir verlorene** – Matteus 9:37-38, 2 Korintiërs 4:3-4, 2 Korintiërs 10:4-5, 1 Timoteus 2:3-6.

## BID DIE PSALMS

### Praktiese riglyne om die Psalms te bid:

- Die Skrif praat met ons, die Psalms praat namens ons.
- Probeer om vir 5 dae, 30 minute per dag opsy te sit om die Psalms te bid.
- Begin by Psalm 1 en bid dit. Lees die Psalms stadig deur en omskep dit in persoonlike gebede om vir jouself en ander te bid. Moenie haastig wees nie – dit is uiters belangrik. Dit gaan eerstens nie oor die hoeveelheid Psalms nie. Lees dit meditatief en oordenkend.
- Jy sal ervaar hoe gedeeltes in die Psalms uitdrukking gee aan jou eie begeertes en behoeftes, die gebede wat in jou eie hart leef, die emosies wat jy ervaar, verwoord. Soos wat jy lees, maak hierdie gebede jou gebede.
- Psalms 51 en 91 kan jy as 'n persoonlike gebed net so bid soos wat dit daar staan.
- Maak hierdie manier van bid deel van jou stiltetye, al is dit net 1 dag per week.

### Psalm 37 as voorbeeld van hoe om 'n Psalm te verpersoonlik

- 1-2 - Moet jou nie ontstel oor skelms en jou kwel oor skurke nie, want soos gras vergaan hulle gou en soos groenigheid verdwyn hulle sommer. (*Vader, ek sal my nie ontstel oor skelms of kwel oor skurke nie. Vader ek weet hulle sal soos gras vergaan*).
- 3 - Vertrou liever op die Here en doen wat goed is, woon en werk rustig voort. (*Ek sal op U vertrou en doen wat goed is, ek sal met die werk wat U my gegee het, voortgaan*).

- 4 - Vind jou vreugde in die Here, en Hy sal jou gee wat jou hart begeer. (*Ek vind my vreugde in U Here, en dankie dat vir my gee wat U vir my hart begeer.*)
- 5 - Laat jou lewe aan die Here oor en vertrou op Hom; Hy sal sorg. (*My lewe gee ek in U hande en ek sal op U vertrou want U sorg vir my*).
- 6 - Hy sal jou onskuld laat deurbreek soos die son, jou reg soos die helder lig van die middag. (*U sal my onskuld laat deurbreek soos die helder lig van die middag*).
- 7 - Daarom moet jy in stilte op die Here vertrou en jou nie ontstel oor die voorspoedige lewe van 'n skelm nie. (*Vader, ek sal in stilte op U vertrou en my nie ontstel oor die voorspoedige lewe van skelm mense nie*).
- 8 - Moenie kwaad word nie, laat staan die woede, moet jou nie ontstel nie: dit bring net ellende. (*Vader, ek kies om nie kwaad te word nie en om my woede te laat staan, help my om dit te doen. Ek weet woede bring net ellende.*)
- 9 - Die skelms sal uitgeroei word, maar dié wat hulle vertrou in die Here stel, sal in besit bly van die land. (*Vader, dankie vir U belofte dat dié wat hulle vertrou in U stel, sal veilig wees in die land. Ek stel my vertrou in U. Maak hierdie belofte ook in my lewe waar.*)
- 10 - Nog 'n rukkie en daar sal geen goddelose meer wees nie; 'n mens sal hom soek waar hy was, maar hy sal nie daar wees nie. (*Maak met die goddeloses en skelm soos U wil Here, op die tyd soos deur U bepaal*).
- 11 Dié wat nou verdruk word, sal die land besit en hulle verlustig in hulle welvaart. (*Vader, dankie dat ons wat verdrukking beleef eendag vir ewig by U sal wees en dat ons nou al U voorspoed kan beleef*).

### **'N GEBED VIR SY WOORD**

Ewige God, Vader, Seun en Heilige Gees. In die begin was die Woord daar en die Woord was by God en die Woord was self God. Deur die Woord het U die hemele gemaak en deur U magswoord hou U alle dinge in stand. U Woord, Here, staan vir altyd vas in die hemel. U het U Naam en U Woord bo alles verhef. U Woord is lewend en kragtig. Dit is skerper as enige swaard met twee snykante en dit dring deur selfs tot die skeiding van siel en gees en van gewrigte en murg. Dit beoordeel die bedoelings en gedagtes van die hart. U Woord is ook soos 'n vuur en soos 'n hamer waarmee klippe stukkend gebreek

word. U Woord is die swaard van die Gees wat uit U mond uitgaan om nasies te tref, en U sal hulle met 'n ystersepter regeer.

U sê: "Soos die hemel hoër is as die aarde, so is My optrede verhewe bo julle optrede en My gedagtes bo julle gedagtes. Want soos die reën en die sneeu uit die hemel kom en nie daarheen teruggaan nie, maar die aarde deurweek en die plante laat bot en vrugte dra sodat daar saad is om te saai en brood om te eet; so sal My Woord wat uit My mond kom, ook wees: dit sal nie onverrigter sake na My toe terugkeer nie, maar sal doen wat Ek gedoen wil hê en tot stand bring waarvoor Ek dit gestuur het.

U het Uself deur U Woord openbaar, open ook my verstand om U woord te verstaan. U Woord is 'n lamp wat my die weg wys en die lig op my pad. Wanneer U Woord vir mense oopgaan, bring dit lig; en gee insig aan die wat nog onervare is. Laat U Woord my op die regte pad hou, moet tog nie dat enige kwaad die oorhand oor my kry nie. Die Woorde wat U vir ons gesê het, kom van die Gees en gee lewe. U het die woorde wat ewige lewe gee. U Woord vertrou my en ek leef van elke Woord uit U mond.

Aan U Woord hou ek vas, dit weerhou my van sonde teen U. Dankie dat U Woord my snoei en reinig, en dat ek my lewe skoon kan hou as ek my hou aan U woord. Dit is U Woord wat my gesond maak en aan die dood laat ontkom. Op U Woord wag en vertrou ek.

U Woord is die waarheid en op U Woord kan 'n mens hom geheel en al verlaat. Al U bepalings is regverdig. Hulle staan vas. Daar is niks vals in wat U sê nie. U woorde is soos silwer wat oor en oor in 'n oond gesuiwer is. U Woord is aangenaam, soeter as heuning in my mond. Ek verslind U Woord en dit bring vreugde in my hart.

U bevele dui die regte koers aan: dit bring blydschap. U gebod van die Here is helder, dit geen insig. Die eise vir U diens is goed: dit staan altyd vas. U bepalings is reg: elkeen van hulle is regverdig. Hulle is kosbaarder as goud, selfs as baie goud, soeter as heuning, as druppels uit 'n heuningkoek. U dienaar laat hom daardeur leer.

Laat U Woord in volle rykdom in my bly sodat ek ander kan onderrig en bemoedig met alle wysheid en die Bose oorwin kan word. Soos 'n pasgebore kind smag na melk, smag ek na U Woord sodat ek kan opgroeï en die saligheid kan verkry. Laat die hoor van die Woord geloof in my hart bring sodat ek U wil kan doen. Here Jesus Christus, die Lewende Woord van God, U is die Weg en die Waarheid en die Lewe en niemand kom na die Vader

toe behalwe deur U nie. Laat U Woorde in my bly en ek in U, en ek sal verkry wat ek van U vra.

U Woord sê: “Die mens is soos gras, en al sy prag soos ‘n veldblom; die gras verdor en die blom val af, maar die Woord van die Here, dit bly vir ewig.” Amen