

Voorwoord

Bidden is de adem van de ziel, zegt men weleens.

Hoe ademt jouw ziel? Lukt het jou om de woorden te vinden?

Mij lukt het niet altijd. Wat is het dan fijn om je stem te voegen bij de woorden van anderen. Om een instemmend ‘amen’ te mompelen, omdat een ander zo goed kan verwoorden welke stille woorden er in jouw ziel verborgen liggen.

Dit gebedenboek is precies daarvoor bedoeld: om je stem te voegen bij de gebeden van anderen.

Het is ons gebed dat de woorden in onze gebeden jou mogen inspireren om je eigen, nieuwe woorden tot God te vormen, zodat het jouw leven met God mag verrijken.

TIP

De gebeden in dit boekje staan door elkaar. Ben je op zoek naar een gericht thema om voor te bidden? Maak dan gebruik van de zoeklijst achterin.

1. Liefdevolle Vader,

In alle vrijmoedigheid kom ik met alles wat mij bezighoudt voor Uw troon. Het is te veel, ik kan het zelf niet dragen. Ik weet ook dat ik het los mag laten en niet zelf hoeft te doen. Daarom kies ik vandaag om los te laten wat ik al die tijd zo stevig heb willen vasthouden. Ik wil U vertrouwen. Ik wil mijn zorgen, angsten en alle dingen waar ik controle over wil hebben aan U geven. Heilige Geest, help mij om mijn gebalde vuisten te openen zodat ik los kan laten en over kan dragen in Uw liefdevolle handen. Alleen met open handen kan ik loslaten en Uw vrede ontvangen die alle verstand te boven gaat. In Christus Jezus, amen.

2. Trouwe Vader,

Het leven is vaak zo ingewikkeld en het lijkt soms alsof ik niet in deze wereld pas. Heere, ik weet niet meer wie ik ben. Ik zit in de knoop en ik ben de richting kwijt. Het maakt mij vatbaar voor leugens en twijfel. Dank U dat U de God van waarheid bent, want meer dan ooit heb ik het nodig om in Uw waarheid te leven. U bent immers mijn enige zekerheid. Leer mij te leven in de wetenschap dat ik geliefd ben. Dat U mij met zorg geschapen heeft. Dat ik Uw kind ben en een erfgenaam van God door Christus. Zegen mij met Uw waarheid, zodat mijn verwarring en onzekerheid plaats zullen maken voor een vaste zekerheid in U. Amen.

EFEZE 1:5, PSALM 139, GALATEN 4:6-7

3. Goede God,

U zegt dat ik al mijn zorgen op U kan werpen, omdat U voor mij zorgt, maar het liefst houd ik alles stevig in handen. Mijn hoofd draait overuren van alle zorgen die ik heb. Alles overgeven aan U is eng, want ik weet niet wat er gaat gebeuren en of het wel goed komt. Maar ik ben zo moe. Moe in mijn hoofd en moe in mijn hart van alle zorgen. Wilt U komen met Uw rust en vrede? Op de een of andere manier zult U voor mij zorgen. Dat weet ik. Herinner mij aan Uw trouw en goedheid. Herinner mij aan alle andere keren dat U voorzag in alles wat ik nodig had. Richt mij op uit alle zorgen en richt mij op U. Uw Naam is immers 'Ik zal er zijn'? Uw nabijheid is genoeg. Amen.

4. Krachtige God,

U weet wat er in mij omgaat. Met welke gedachten ik vecht. Gedachten die mij bezighouden, bang maken of tegenhouden. Met U kan ik deze gedachten aan. Wilt U mij helpen om ze bij U neer te leggen. Help mij om te gaan met deze bange gedachten. Genees alle schade die deze gedachten al hebben veroorzaakt. Ik bid dat U Uw engelen om mij heen zet en mij beschermt. Dat deze bange gedachten minder invloed op mij zullen hebben. Want U bent een grote, goede God Die het beste met mij voor heeft. Uw Woord en Uw gedachten zijn zegeningen in mijn leven, waar ik mijn hoofd en leven mee wil vullen. Zo wil ik al mijn gedachten voor U neerleggen. In Jezus' Naam, amen.

EFEZE 6:17

5. Grote God,

Schepper van hemel en aarde, Uw handen maakten mij. U gaf mij waarde. Daarom wil ik U danken en aanbidden met mijn stem. U de eer geven. Erkennen wie U bent. U bent het begin en einde van alles wat adem heeft. U bent het Die dit leven op aarde betekenis geeft. Uw grootheid zal ik nooit kunnen begrijpen. Uw hand reikt verder dan ik zelf ooit kan grijpen. U heeft lief, U bevrijdt, U geneest, U ziet, U vergeeft, U bent onbevreesd. Ik wil mij vernederen voor U, grote God. In mijn hart knielen voor U, trouwe God. Ik wil U vandaag zien, in de grote en kleine dingen van het leven. U op elk moment en boven alles uit de eer geven. Halleluja! Amen.

6. God,

U weet dat ik vaak rusteloos op zoek ben naar geluk, naar blijdschap en naar vrede. Ik zoek ernaar, maar vind het niet. Ik verlang naar vreugde in relaties. Ik zoek voldoening in taken die ik doe. Ik zoek vervulling in kleding en in spullen, eten en drinken. U geeft mij mooie dingen in het leven, dank U daarvoor! Maar diep van binnen is er een hunkering naar méér, naar een dieper geluk, een geluk dat blijvend is. Het échte geluk ligt al voor mij klaar, Heere. (Alleen zie ik het vaak niet. Of ‘pak’ ik het niet vast.) U wilt het mij geven: een leven in Uw nabijheid. Een leven dicht aan Uw hart. Een leven in Uw licht. Dat is waar U mij ten diepste voor geschapen heeft. Ú bent mijn levensvreugde! Ú wil ik met beide handen ‘vastpakken’ en nooit meer loslaten. Amen.

7. Heer,

Mijn lichaam is uitgeput. Mijn hoofd is leeg. Hoe heeft het zo ver kunnen komen? Heer, ik wilde zo graag en ik dacht dat ik het kon, maar door alles te geven, verloor ik mezelf. Red mij Heer, genees mij. Vergeef mij en leer mij beter voor mijzelf te zorgen. Ik wil U dienen met mijn lichaam als tempel. Help mij om mijn zorgen los te laten, om het werk en de verwachtingen van anderen opzij te leggen. Ik wil naar U komen, Heer, zodat U mij rust kunt geven. Leer mij te werken in evenwicht: bijdragen aan een betere wereld en tegelijkertijd rust nemen, zoals U ook deed. Amen.

8. Heer, God van redding,

Ik roep het uit naar U! Ik voel mij zo somber. Het is alsof ik terecht ben gekomen in een diepe afgrond en ik weet niet hoe ik er weer uit moet komen. Het is donker om mij heen, waar bent U Heer? Het kost mij moeite om de dag door te komen. Het leven is zwaar en ik voel mij alleen. Angst- en schuldgevoelens houden mij gevangen. Terneergeslagen dreig ik alle hoop te verliezen. Wilt U mij optillen Heer? Ik strek mijn armen uit naar U! Wilt U licht brengen in mijn duisternis? Ik klamp mij vast aan Uw beloften: U bent de God van redding en de God van licht! Ik roep het uit naar U: red mij en laat Uw licht over mij schijnen. Amen.

9. Drie-enige God,

Vandaag is er weer een nieuwe dag begonnen. Zonder U wil ik en kan ik deze dag niet beginnen. Ik heb Uw hulp nodig. Dank U wel dat ik deze dag van U mag ontvangen, dat is Uw genade. Lieve Vader, bescherm mij vandaag op de weg die ik gaan zal. Wilt U mij iets van Uw wijsheid geven om met de problemen om te gaan die ik kan tegenkomen? Lieve Jezus, geef mij vandaag ogen om de mensen te zien zoals U ze met Uw liefdevolle ogen ziet. Lieve Heilige Geest, vul mij vandaag met Uw kracht, leid mij, troost mij als ik dat nodig heb. Geef mij Uw geduld, vriendelijkheid en zelfbeheersing om de dag door te komen. In de Naam van de Vader, de Zoon en de Heilige Geest, amen.

10. Vader,

Dank U wel voor het leven. Dank U wel dat U mij heeft gemaakt en mij niet alleen leven heeft gegeven, maar ook nieuw leven. Dank U voor alles wat ik van U heb gekregen en voor hoe U mij heeft gemaakt met al mijn eigenschappen en talenten. Ik wil U vragen om een verlangen naar meer. Ik bid dat ik méér op U zal lijken. Ik bid dat U mij de moed geeft om te werken aan mijn zwakke plekken en mijn scherpe randjes. Help mij om steeds meer te lijken op Uw Zoon Jezus. Help mij om te groeien in de vrucht van Uw Geest. Wilt U, door Uw Heilige Geest, laten zien waarin ik mag groeien? Heilige Geest, wilt U tot mij spreken? Ik ben stil en luister naar U. Amen.

11. Lieve Jezus,

Het is een voorrecht U te kennen en te weten dat U Liefde bent. Uw liefde ging tot het uiterste. U gaf Uw leven aan het kruis zodat eenieder die in U gelooft niet verloren gaat maar eeuwig leven heeft. Ik bid voor geliefden die U en de waarheid van het kruis nog niet kennen of aanvaard hebben. Ik bid vandaag dat ze in hun leven een ontmoeting met U mogen hebben. Dat ze zullen zien dat U een God bent Die leeft en van ze houdt. Ik bid dat ze de breedte, lengte, diepte en hoogte van Uw liefde zullen leren kennen en ze hun knieën zullen buigen en met hun tong zullen belijden dat U, Jezus Christus, Heer bent tot in de eeuwigheid. Amen.