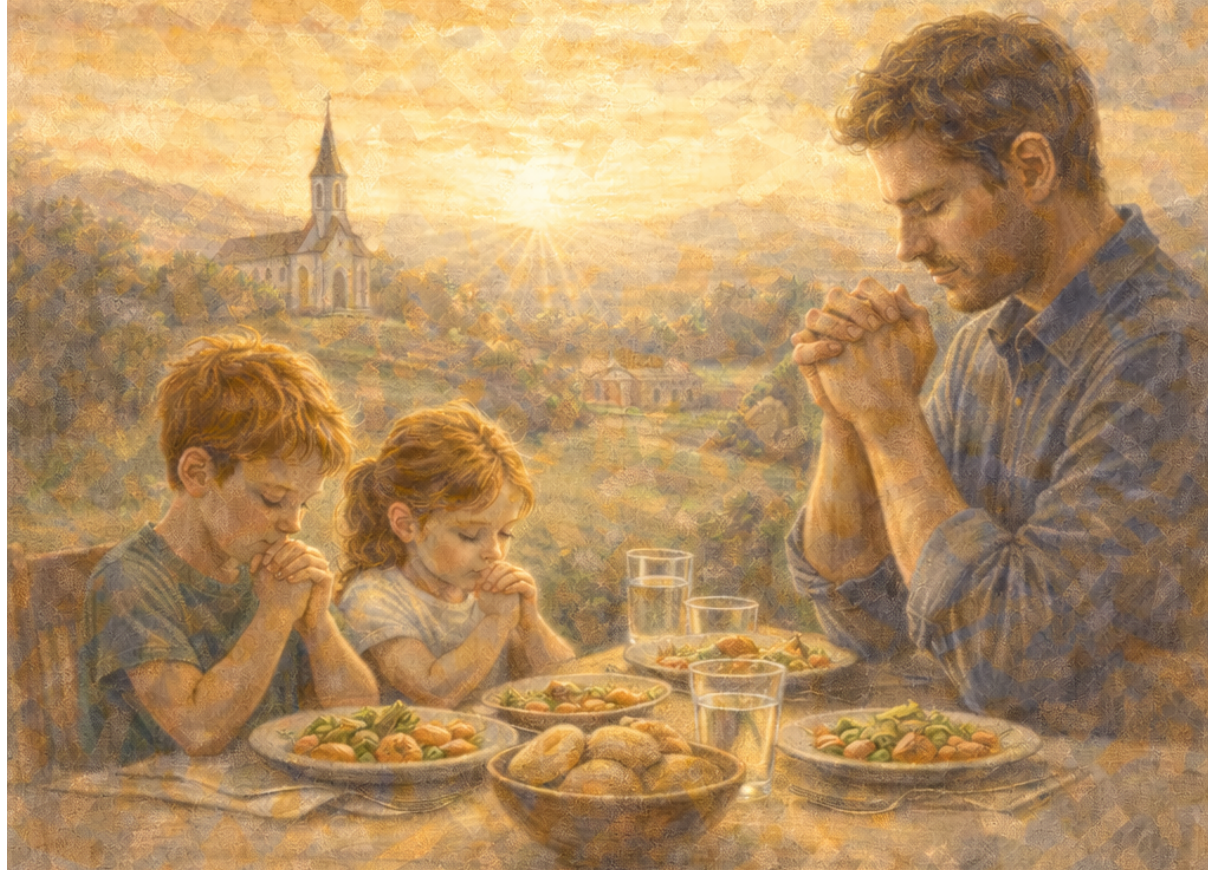
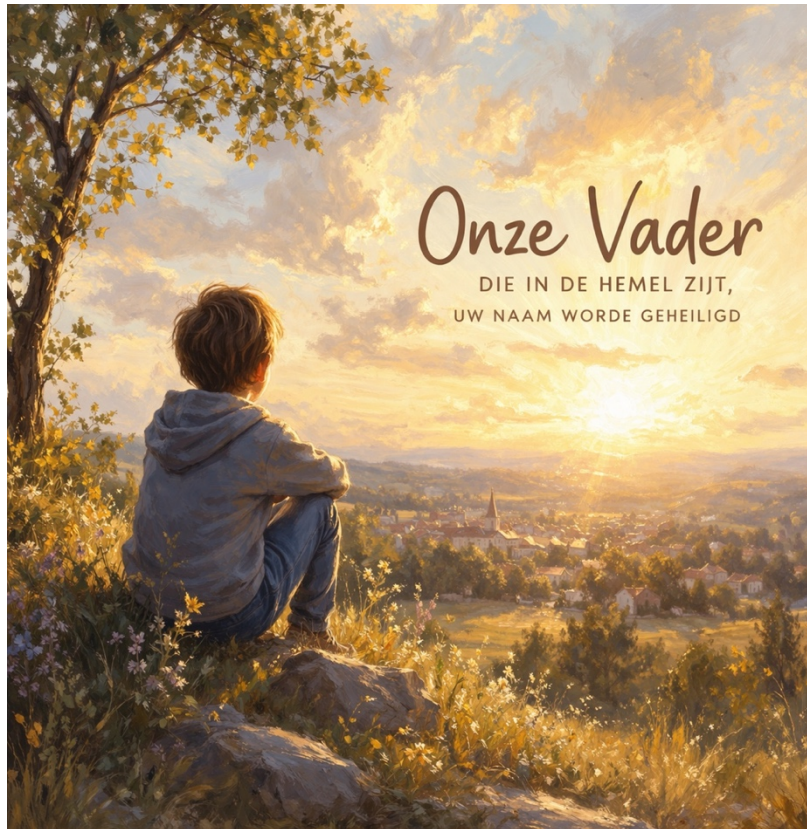


Het Onze Vader

Het mooiste gebed van Jezus



Hans Vermeulen



Voorwoord

Het Onze Vader is misschien wel het bekendste gebed ter wereld. Jezus gaf dit gebed aan zijn leerlingen toen zij vroegen: "Heer, leer ons bidden." (Lucas 11:1) In dit boekje bekijken we elke zin van het Onze Vader stap voor stap. Bij elke regel vind je:

- Een kort spiegelverhaal
- Een eenvoudige uitleg
- Extra Bijbelteksten
- Praktische voorbeelden voor het dagelijks leven

Dit boekje is bedoeld voor jong en oud. Voor iedereen die God beter wil leren kennen en het gebed beter wil begrijpen.

Het Onze Vader: Onze Vader, die in de hemel zijt, Uw naam worde geheiligd, Uw Koninkrijk kome, Uw wil geschiede, op aarde zoals in de hemel. Geef ons heden ons dagelijks brood, En vergeef ons onze schulden, zoals ook wij vergeven onze schuldenaren, En leid ons niet in verzoeking, maar verlos ons van het kwade. Amen.

1. Onze Vader, die in de hemel zijt

Spiegelverhaal

Roel zat stil aan de keukentafel. Voor hem lag zijn rekenboek open. Hij begreep de sommen niet. Hoe langer hij keek, hoe moeilijker het leek. "Ik kan dit niet," fluisterde hij. Zijn vader kwam binnen en zag hem zitten. "Lukt het niet?" vroeg hij vriendelijk. Roel schudde zijn hoofd. "Iedereen snapt het. Alleen ik niet." Zijn vader ging naast hem zitten. "Zullen we samen kijken?" Samen begonnen ze de sommen stap voor stap door te nemen. Zijn vader legde het rustig uit. Hij werd niet boos. Hij nam de tijd. Na een tijdje begon Roel het te begrijpen. "Zie je wel?" zei zijn vader glimlachend. "Je kunt het wel." Roel voelde zich opgelucht. Hij was niet alleen. Zijn vader hielp hem. Later die avond lag Roel in bed. Ze dacht aan de dag. Hij vouwde zijn handen. "Heer God," bad hij zacht, "Dank U dat U voor mij zorgt. Help mij morgen ook weer." Roel wist dat God zijn Vader is. Net zoals zijn aardse vader hem hielp, zo helpt God hem elke dag.

Wanneer wij bidden: "Onze Vader, die in de hemel zijt", mogen we weten dat God voor ons zorgt, naar ons luistert en ons helpt — altijd.



Uitleg

Het gebed begint met de woorden: "Onze Vader". Dat zijn bijzondere woorden. Jezus leert ons dat we God mogen aanspreken als onze Vader. Een vader zorgt voor zijn kinderen. Hij beschermt hen. Hij helpt hen. Hij houdt van hen. Dat is hoe God het vaderschap heeft bedoeld. God laat zien hoe dat zou moeten.

Wanneer we "Onze Vader" zeggen, betekent dat het volgende:

- God houdt van ons
- God zorgt voor ons
- God luistert naar ons
- God helpt ons
- We mogen altijd bij God komen

Het woord "Onze" is ook belangrijk. We bidden niet alleen voor onszelf, maar ook voor anderen. God is niet alleen mijn Vader, maar ook de Vader van andere mensen. We horen samen bij Gods familie.

Daarna bidden we: "die in de hemel zijt".

Dit betekent dat God in de hemel is. Dat wil niet zeggen dat God ver weg is. God is overal. Hij is dichtbij ons. Maar de hemel laat zien dat God groot is. Hij is machtig. Hij ziet alles. Hij weet alles.

God is dus tegelijk dichtbij én groot. Dat maakt dit gebed zo bijzonder: God is onze liefdevolle Vader, maar ook de machtige God van hemel en aarde.

Extra Bijbelteksten (eenvoudige vertaling - BGT)

Mattheüs 6:9 (BGT): "Bid daarom zo: Onze Vader in de hemel..."

Romeinen 8:15 (BGT): "Door Gods Geest mogen we God onze Vader noemen."

Psalm 103:13 (BGT): "Zoals een vader goed is voor zijn kinderen, zo is de Heer goed voor mensen die eerbied voor Hem hebben."

Jesaja 64:8 (BGT): "Heer, U bent onze Vader."

1 Johannes 3:1 (BGT): "De Vader houdt heel veel van ons. Daarom mogen wij kinderen van God zijn."

Praktische voorbeelden

Wat betekent dit in het dagelijks leven? Wanneer we weten dat God onze Vader is:

- Mogen we God alles vertellen
- Mogen we God om hulp vragen
- Mogen we God danken
- Mogen we bij God komen wanneer we bang zijn
- Mogen we bij God komen wanneer we blij zijn

Bijvoorbeeld:

- Als je bang bent, kun je tot God bidden
- Als je een moeilijke dag hebt, kun je God om kracht vragen
- Als je blij bent, kun je God danken
- Als je iets niet begrijpt, kun je God om wijsheid vragen

God luistert altijd.

Om over na te denken

- Zie jij God als een liefdevolle Vader?
- Bid je wel eens tot God als je hulp nodig hebt?
- Dank je God voor de dingen die Hij geeft?

Kort samengevat

"Onze Vader, die in de hemel zijt" betekent:

God is onze liefdevolle Vader. Hij zorgt voor ons. Hij luistert naar ons. Hij is groot en machtig. En we mogen altijd tot Hem bidden.

2. Uw naam worde geheiligd

Spiegelverhaal

David zat in de klas. De meester was even weg. Sommige kinderen begonnen grapjes te maken. Eén jongen zei iets dat niet netjes was over God. Een paar kinderen begonnen te lachen. David voelde zich ongemakkelijk. Hij zei eerst niets. Maar toen zei hij rustig: "Ik vind dat niet zo fijn. God is belangrijk voor mij." Het werd even stil in de klas. Niet iedereen zei iets terug. Maar naast David zat Emma. Ze knikte. "Ik vind dat ook," zei ze.

Even later kwam de meester terug. De klas werd weer rustig. Na schooltijd liep Emma naar David toe. "Ik vond het knap dat je dat zei," zei ze. David glimlachte een beetje. Hij had niet hard gepraat. Hij had niet boos gedaan. Hij had alleen laten zien dat God belangrijk voor hem was. Zo kunnen wij laten zien dat Gods naam belangrijk voor ons is.



Uitleg

"Uw naam worde geheiligd" betekent dat Gods naam heilig is. Heilig is een moeilijk woord. Het omvat een heleboel kenmerken.

Heilig betekent onder andere: bijzonder, goed, zuiver en belangrijk

Gods naam is bijzonder. God is goed. Daarom willen we respectvol over God spreken. Met een zuiver, eerlijk en open hart. Want God is voor ons belangrijk.

Wanneer we bidden: "Uw naam worde geheiligd", vragen we:

- Dat mensen God leren kennen
- Dat mensen respect hebben voor God
- Dat wij zelf eerbied voor God hebben

We kunnen Gods naam eren door hoe we praten. En niet alleen bij het praten over God. Dat geldt voor elk gesprek. Misbruik zijn naam niet. We eren God ook door hoe we leven. Als je zegt van God te houden en je bent niet eerlijk. Dan denken de mensen niet alleen slecht over jou. Maar misschien ook wel over God. Je bent in dienst van je Schepper Besef dat bij alles wat je doet.

Dat betekent: dat je niet vloekt, dat je respectvol over God spreekt, dat je God dankt en dat je goed voor anderen bent.

Wanneer we vriendelijk zijn, laten we iets zien van wie God is.

Extra Bijbelteksten (eenvoudige vertaling - BGT)

Mattheüs 6:9 (BGT)

"Onze Vader in de hemel, laat iedereen zien hoe heilig uw naam is."

Psalm 111:9 (BGT)

"Gods naam is heilig en machtig."

Exodus 20:7 (BGT)

"Je mag de naam van de Heer, je God, niet verkeerd gebruiken."

Ezechiël 36:23 (BGT)

"Ik zal laten zien dat mijn naam heilig is."

Praktische voorbeelden

Hoe kunnen wij dit doen?

- We praten met respect over God
- We vloeken niet. Je spreekt netjes over God.
- We danken God bijvoorbeeld voor je eten
- We zijn vriendelijk voor anderen
- We helpen mensen, bijvoorbeeld iemand die verdrietig is..

Door deze dingen laten we zien dat God belangrijk is. Niet alleen voor ons, maar voor iedereen.

Om over na te denken

- Praat jij met respect over God?
- Dank jij God wel eens?
- Kunnen mensen zien dat God belangrijk voor je is?

Kort samengevat

"Uw naam worde geheiligd" betekent:

God is bijzonder. God is heilig. We hebben respect voor God. We laten zien dat God belangrijk is.

3. Uw Koninkrijk kome

Spiegelverhaal

Jan liep met zijn opa door het dorp. Ze kwamen langs de bakker. Opa bleef staan en ging naar binnen. "Ik ben zo terug," zei opa. Even later kwam opa weer naar buiten met een brood. Maar ze liepen niet naar huis. Opa liep naar een klein huisje aan het einde van de straat. Opa belde aan. Een oudere man deed open. "Goedemorgen, meneer de Bruijn" zei opa vriendelijk. "Ik heb wat brood voor u meegenomen." De man glimlachte verrast. "Dank je wel. Dat is heel vriendelijk."

Toen ze weer verder liepen, vroeg Jan: "Opa, waarom deed je dat?" Opa zei: "Soms kunnen kleine dingen veel betekenen. Zo maken we de wereld een beetje beter." Jan dacht even na. "Is dat wat God wil?" vroeg hij. Opa knikte. "Ja. Wanneer we goed zijn voor elkaar, laten we iets zien van Gods Koninkrijk."



Uitleg

"Uw Koninkrijk kome" betekent dat we vragen of Gods Koninkrijk komt. Of dat we daar gewoon van uitgaan. Gods Koninkrijk betekent dat God Koning is. Waar God Koning is, daar is: liefde, vrede, eerlijkheid, vriendelijkheid en zorg voor elkaar

Gods Koninkrijk begint klein. Wanneer mensen goed zijn voor elkaar, wordt Gods Koninkrijk zichtbaar. Wij kunnen helpen om Gods Koninkrijk zichtbaar te maken. Bijvoorbeeld door:

- Iemand te helpen
- Vriendelijk te zijn
- Eerlijk te zijn
- Te delen
- Geduldig te zijn

Kleine dingen maken verschil.

Extra Bijbelteksten (BGT)

Matteüs 6:10 (BGT): "Laat uw nieuwe wereld komen."

Romeinen 14:17 (BGT): "In Gods nieuwe wereld gaat het om goed leven, vrede en blijdschap."

Matteüs 5:16 (BGT): "Laat jullie goede daden zien aan de mensen."

Lucas 10:27 (BGT): "Houd van je naaste zoals van jezelf."

Praktische voorbeelden

Om mee te bouwen aan het Koninkrijk van God kun je: iemand helpen met boodschappen, thuis helpen, vriendelijk tegen iemand zijn, iets met iemand delen of iemand helpen die hulp nodig heeft

Bijvoorbeeld: je helpt je buurman, je ruimt iets op zonder dat iemand het vraagt of je zegt iets vriendelijks tegen mensen op je werk of op school

Zo bouwen we mee aan Gods Koninkrijk.

Om over na te denken

- Kun jij iemand helpen vandaag?
- Kun jij iets goeds doen voor iemand?
- Kun jij de wereld een beetje mooier maken?

Kort samengevat: "Uw Koninkrijk kome" betekent:

We vragen dat God Koning is.
We helpen mee door goed te doen.
Zo wordt Gods Koninkrijk zichtbaar.

4. Uw wil geschiede, op aarde zoals in de hemel



Thomas zat op de bank. Hij was druk met zijn tablet. Hij speelde een spel dat hij leuk vond. "Thomas," riep zijn moeder vanuit de keuken, "wil je even helpen met de tafel dekken?" Thomas hoorde het wel, maar hij had geen zin. Hij wilde verder spelen. "Nog even!" riep hij terug.

Even later riep zijn moeder opnieuw: "Thomas, wil je nu komen helpen?" Thomas zuchtte. Hij legde zijn tablet neer en liep naar de keuken. Samen met zijn moeder zette hij de borden op tafel. Hij legde het bestek neer en zette de glazen klaar. Toen ze klaar waren, zei zijn moeder: "Fijn dat je geholpen hebt."

Thomas glimlachte. Hij voelde zich goed. Het was eigenlijk helemaal niet zo erg om te helpen. Soms betekent Gods wil doen dat we kiezen voor het goede, ook als we daar eerst geen zin in hebben.

Uitleg

"Uw wil geschiede" betekent: We willen dat Gods wil gebeurt. Maar wat is Gods wil? Hieronder een paar mogelijke antwoorden.

- God wil dat mensen goed zijn voor elkaar.
- God wil dat we eerlijk zijn.
- God wil dat we helpen.
- God wil dat we liefdevol zijn.

God weet wat goed is. Daarom mogen we God vertrouwen. Om zijn wil te laten geschieden. Geschieden betekent gebeuren. Soms is het niet makkelijk om Gods wil te doen. Soms hebben we geen zin. Soms is het moeilijk. Soms

zijn we te bang of onzeker. Maar wanneer we het goede doen, wordt de wereld een beetje mooier.

"Op aarde zoals in de hemel" betekent:
In de hemel gebeurt alles zoals God het wil.
Wij vragen of dat ook op aarde gebeurt.

Wij mogen daaraan meewerken.

Extra Bijbelteksten (BGT)

Mattheüs 6:10 (BGT): "Laat op aarde gebeuren wat u wilt, net zoals in de hemel."

Mattheüs 7:21 (BGT): "Niet iedereen die 'Heer' zegt, hoort bij Gods nieuwe wereld. Alleen mensen die doen wat mijn Vader wil."

Psalm 143:10 (BGT): "Leer mij om te doen wat u wilt."

Romeinen 12:2 (BGT): "Dan kunnen jullie ontdekken wat God wil."

Praktische voorbeelden

Hoe kunnen wij Gods wil doen? Dat kun je door thuis te helpen, vriendelijk te zijn, eerlijk te zijn, iemand te vergeven en iemand te helpen die hulp nodig heeft.

Je kunt bijvoorbeeld helpen met opruimen, of iemand overeind helpen die gevallen is, of eenvoudig sorry zeggen als je iets verkeerd hebt gedaan, of iets van jou met een ander delen. Kortom er zijn heel veel voorbeelden te bedenken. Zo doen we Gods wil.

Om over na te denken

- Help jij wel eens thuis?
- Kies jij soms voor het goede?
- Kun jij vandaag iets goeds doen?

Kort samengevat

"Uw wil geschiede" betekent:

We willen doen wat God wil. God wil dat we goed zijn voor elkaar. En zo wordt de wereld een beetje mooier.

5. Geef ons heden ons dagelijks brood



Spiegelverhaal

Mark was met zijn moeder boodschappen aan het doen. Ze liepen door de supermarkt. Mark zag dat zijn moeder goed keek naar de prijzen. "Waarom kijk je zo?" vroeg Mark. "Ik moet goed opletten wat we kopen," zei zijn moeder. "We hebben niet zo veel geld." Mark knikte. Hij liep verder mee. Bij de kassa stond een oudere vrouw voor hen. Ze wilde afrekenen, maar ze kwam geldtekort. Ze schrok en begon haar boodschappen terug te leggen. De moeder van Mark zei vriendelijk: "Dat is niet nodig. Ik betaal het wel." De vrouw keek verrast. "Dat is heel lief van u." Buiten vroeg Mark: "Waarom deed je dat?" Zijn moeder zei: "Soms kunnen we elkaar helpen. God zorgt voor ons. En soms mogen wij weer voor anderen zorgen."

Mark dacht na. God zorgt voor mensen. Soms door andere mensen.

Uitleg

"Geef ons heden ons dagelijks brood" betekent: We vragen God om wat we vandaag nodig hebben. Dagelijks brood betekent: eten, drinken, een huis, kleding, hulp, kracht en rust

God weet wat wij nodig hebben. We hoeven ons niet te veel zorgen te maken. God zorgt voor ons, elke dag opnieuw. "Heden" betekent vandaag. We vragen God om hulp voor vandaag. God wil elke dag voor ons zorgen. Morgen bidden we weer.

Extra Bijbelteksten (BGT)

Mattheüs 6:11 (BGT): "Geef ons vandaag het eten dat we nodig hebben."

Mattheüs 6:31-32 (BGT): "Maak je geen zorgen over eten en drinken. Jullie hemelse Vader weet wat jullie nodig hebben."

Psalm 23:1 (BGT): "De Heer zorgt voor mij, zoals een herder voor zijn schapen zorgt."

Filippenzen 4:19 (BGT): "God zal jullie alles geven wat jullie nodig hebben."

Praktische voorbeelden

Hoe kunnen wij dit dagelijks gegeven brood beseffen? Door God te danken voor ons eten, door te vertrouwen dat God voor ons zorgt, door mensen te helpen die minder hebben en door te delen met anderen

God zorgt elke dag. Hij gebruikt daarvoor ook medemensen.

Om over na te denken

- Dank jij God voor je eten?
- Vertrouw jij dat God voor je zorgt?
- Kun jij iets delen met iemand?

Kort samengevat

"Geef ons heden ons dagelijks brood" betekent:

God zorgt voor ons.

God geeft wat we nodig hebben.

We vertrouwen op God, elke dag.

6. Vergeef ons onze schulden



Spiegelverhaal

Lisa speelde met haar broertje Sam. Ze waren samen een toren aan het bouwen met blokken. De toren werd steeds hoger. "Niet omstoten!" zei Sam voorzichtig. Maar toen Lisa opstond, stootte ze per ongeluk tegen de tafel. De toren viel om. Sam begon te huilen. "Je deed het expres!" zei Sam boos. "Nee, dat deed ik niet," zei Lisa zacht. Lisa voelde zich verdrietig. Ze wilde haar broertje geen pijn doen. "Sorry Sam," zei ze. "Ik wilde het niet." Sam keek nog even boos. Maar toen zei hij: "Goed. We bouwen samen een nieuwe." Samen begonnen ze opnieuw.

Soms doen we dingen die niet goed zijn. Dan mogen we sorry zeggen. En dan mogen we opnieuw beginnen.

Uitleg

"Vergeef ons onze schulden" betekent dat we God vragen om vergeving. Schulden betekent hier: de dingen die we verkeerd doen. Iedereen maakt fouten. Bijvoorbeeld: we zeggen iets dat niet aardig is, we worden boos, we luisteren niet of we doen iets dat niet eerlijk is.

God weet dat we fouten maken. Daarom mogen we God om vergeving vragen. Want God wil ons vergeven. Wanneer God ons vergeeft, mogen we opnieuw beginnen.

Extra Bijbelteksten (BGT)

1 Johannes 1:9 (BGT): "Als we onze fouten toegeven, zal God ze vergeven."

Psalm 32:5 (BGT): "Toen vertelde ik u mijn fouten. En u vergaf mij."

Psalm 103:12 (BGT): "God doet onze zonden ver weg."

Jesaja 1:18 (BGT): "Al zijn je zonden rood, ze worden wit als sneeuw."

Praktische voorbeelden

Hoe kunnen wij dit doen? Nou door bijvoorbeeld

- Sorry zeggen tegen iemand als je iets fout hebt gedaan
- Om vergeving vragen aan God voor de verkeerde dingen
- Opnieuw beginnen als je iemand hebt teleurgesteld
- Eerlijk zijn over je gemaakte fouten

God wil ons altijd vergeven.

Om over na te denken

- Zeg jij wel eens sorry?
- Vraag jij God om vergeving?
- Kun jij opnieuw beginnen?

Kort samengevat

"Vergeef ons onze schulden" betekent: We maken fouten. We vragen God om vergeving. God vergeeft ons. En we mogen opnieuw beginnen.

7. Zoals ook wij vergeven onze schuldenaren



Peter en Joris zitten naast elkaar in de klas. Ze zijn goede vrienden. In de pauze speelden ze vaak samen voetbal. Op een dag ging het mis. Tijdens het voetballen duwde Joris per ongeluk tegen Peter aan. Peter viel op de grond. Zijn knie deed pijn. "Waarom duw je mij?" riep Peter boos. "Dat deed ik niet expres," zei Joris. Maar Peter was boos. Hij liep weg en wilde niet meer meespelen. De volgende dag zat Joris stil in de klas. Hij zei weinig. Peter zag het, maar hij zei niets. Tijdens de pauze kwam Joris naar Peter toe.

"Sorry," zei hij zacht. "Ik wilde je geen pijn doen." Peter keek naar Joris. Hij dacht even na. Hij was nog een beetje boos. Maar hij miste hun vriendschap. "Goed," zei Peter. "Het is goed." Joris glimlachte. Samen liepen ze naar het plein. Even later speelden ze weer samen. Door te vergeven werd alles weer goed.

Uitleg

"Zoals ook wij vergeven onze schuldenaren" betekent: Wij vragen God om ons te vergeven. Maar God wil ook dat wij anderen vergeven. Dat is soms moeilijk.

Soms zegt iemand iets dat pijn doet.
Soms doet iemand iets dat niet eerlijk is.
Soms worden we boos of verdrietig.

Vergeven betekent niet dat het niet erg was. Vergeven betekent dat we niet boos blijven. Wanneer we vergeven:

- Komt er rust in ons.
- Komt er vrede.
- Kan een vriendschap herstellen.

God vergeeft ons. Daarom mogen wij ook anderen vergeven.

Extra Bijbelteksten (BGT)

Mattheüs 6:14 (BGT): "Als jullie anderen hun fouten vergeven, zal jullie hemelse Vader ook jullie vergeven."

Efeze 4:32 (BGT): "Wees goed voor elkaar en vergeef elkaar, zoals God jullie heeft vergeven."

Kolossenzen 3:13 (BGT): "Verdraag elkaar en vergeef elkaar."

Matteüs 18:21-22 (BGT): "Je moet steeds opnieuw vergeven."

Praktische voorbeelden

Hoe kunnen wij vergeven?

- Je zegt: het is goed
- Je blijft niet boos
- Je geeft iemand een nieuwe kans
- Je praat er samen over

Bijvoorbeeld:

- Een vriend zegt sorry en jij vergeeft hem
- Iemand maakt een fout en jij blijft vriendelijk
- Je kiest ervoor om niet boos te blijven

Vergeven brengt rust.

Om over na te denken

- Vind jij vergeven moeilijk?
- Heb jij iemand die je kunt vergeven?
- Kun jij vandaag iemand vergeven?

Kort samengevat

"Zoals ook wij vergeven onze schuldenaren" betekent: God vergeeft ons. Wij vergeven anderen. Vergeven brengt vrede.

8. En leid ons niet in verzoeking



Kevin zat in de klas. De juf deelde de toetsen uit. Het was een moeilijke toets. Kevin vond het spannend. Toen de juf even naar een andere leerling liep, zag Kevin de antwoorden van zijn buurjongen. Hij hoefde alleen maar even te kijken. Kevin twijfelde. Niemand zou het zien. Dan zou hij een goed cijfer krijgen. Maar Kevin wist dat het niet eerlijk was. Hij keek weer naar zijn eigen papier. Hij probeerde de vragen zelf te maken. Na de toets voelde Kevin zich rustig. Hij had eerlijk gewerkt. De juf gaf later de toetsen terug. Kevin had geen perfect cijfer. Maar de juf zei: "Goed gewerkt, Kevin." Kevin glimlachte. Hij had het goede gedaan. Soms is het moeilijk om het goede te kiezen. Dan mogen we God om hulp vragen.

Uitleg

"Leid ons niet in verzoeking" betekent: We vragen God om ons te helpen wanneer we in de verleiding komen. Verzoeking betekent: De neiging om iets verkeerd te doen.

Voorbeelden daarvan zijn: spieken, liegen, boos worden, iets pakken dat niet van jou is of niet luisteren

Soms is het moeilijk om het goede te doen. Dan mogen we God om hulp vragen. God helpt ons om goede keuzes te maken.

Extra Bijbelteksten (BGT)

Mattheüs 6:13 (BGT): "Breng ons niet in moeilijke situaties."

1 Korinthe 10:13 (BGT): "God zal jullie helpen als het moeilijk wordt."

Psalm 119:11 (BGT): "Ik denk aan uw woorden, zodat ik geen fouten maak."

Jakobus 1:12 (BGT): "Gelukkig is iemand die volhoudt als het moeilijk is."

Praktische voorbeelden

Wanneer hebben we Gods hulp nodig?

- Als we boos worden.
- Als we willen liegen.
- Als we iets willen pakken dat niet van ons is.
- Als we willen spieken.

Wat kun je bijvoorbeeld doen?:

- Je kiest ervoor eerlijk te zijn
- Je kiest ervoor vriendelijk te zijn
- Je kiest ervoor niet boos te blijven

God helpt ons goede keuzes maken.

Om over na te denken

- Vind jij het soms moeilijk om het goede te doen?
- Vraag jij God om hulp?
- Kun jij vandaag een goede keuze maken?

Kort samengevat

"Leid ons niet in verzoeking" betekent:

We vragen God om hulp.

God helpt ons goede keuzes maken.

We kiezen voor het goede.

9. Maar verlos ons van het kwade



Sanne lag in bed. Het was donker in haar kamer. Ze hoorde de wind buiten. De takken tikten tegen het raam. Sanne trok de deken wat hoger. Ze voelde zich een beetje bang. Ze dacht aan een verhaal dat ze die dag had gehoord. Ze kon moeilijk in slaap komen. Toen vouwde Sanne haar handen. "Heer God," fluisterde ze, "Ik ben een beetje bang. Wilt U bij mij zijn?" Even later voelde Sanne zich rustiger. Ze wist dat God bij haar was. Niet lang daarna viel ze in slaap.

Soms zijn we bang. Dan mogen we God vragen om ons te beschermen.

Uitleg

"Maar verlos ons van het kwade" betekent: We vragen God om ons te beschermen tegen het kwaad. Het kwaad betekent:

- Dingen die verkeerd zijn,
- Dingen die ons bang maken,
- Dingen die niet goed zijn.

Soms gebeuren er moeilijke dingen. Soms zijn we bang. Soms weten we niet wat we moeten doen. Dan mogen we God om hulp vragen. God is sterker dan het kwaad. God wil ons beschermen. We hoeven niet alleen te zijn.

Extra Bijbelteksten (BGT)

Mattheüs 6:13 (BGT): "Red ons van het kwaad."

Psalm 23:4 (BGT): "Ik ben niet bang, want u bent bij mij."

Psalm 121:7-8 (BGT): "De Heer beschermt je. Hij is altijd bij je."

2 Thessalonicenzen 3:3 (BGT): "De Heer zal jullie beschermen tegen het kwaad."

Praktische voorbeelden

Wanneer kunnen we dit bidden?

- Als we bang zijn
- Als we verdrietig zijn
- Als we ons zorgen maken
- Als we moeilijke dingen meemaken

Bijvoorbeeld:

- Je bidt voordat je gaat slapen
- Je bidt wanneer je bang bent
- Je bidt wanneer iets moeilijk is

God beschermt ons.

Om over na te denken

- Ben jij wel eens bang?
- Vraag jij God om hulp?
- Weet jij dat God bij je is?

Kort samengevat

"Maar verlos ons van het kwade" betekent:

God beschermt ons.

God is sterker dan het kwaad.

We mogen God om hulp vragen.

Want van U is het Koninkrijk en de kracht en de heerlijkheid, tot in eeuwigheid

Waarom zeggen we deze woorden?

Aan het einde van het Onze Vader zeggen veel mensen: **"Want van U is het Koninkrijk en de kracht en de heerlijkheid, tot in eeuwigheid. Amen."**

Deze woorden horen voor veel mensen bij het Onze Vader. Toch staan deze woorden **niet in alle Bijbels** bij het gebed dat Jezus leerde. Jezus gaf het Onze Vader in:

- Matteüs 6:9-13
- Lucas 11:2-4

In deze teksten eindigt het gebed met: **"Maar verlos ons van het kwade."**

De woorden: **"Want van U is het Koninkrijk..."** werden later door christenen toegevoegd als **lofprijzing aan God**. Dat betekent niet dat deze woorden verkeerd zijn. Integendeel: het zijn mooie woorden die God eren.

Veel christenen spreken deze woorden daarom toch uit.

Wat betekenen deze woorden?

Deze zin bestaat uit drie delen:

- Van U is het Koninkrijk
- Van U is de kracht
- Van U is de heerlijkheid

En dan:

- Tot in eeuwigheid

We bekijken deze woorden stap voor stap.

Want van U is het Koninkrijk

Dit betekent: God is Koning. God heeft de leiding. God regeert.



Soms lijkt het alsof mensen de wereld bepalen.
Soms gebeuren er moeilijke dingen.
Soms begrijpen we niet wat er gebeurt.

Maar deze woorden herinneren ons: God is Koning. God heeft het laatste woord. Gods Koninkrijk is groter dan deze wereld. Gods Koninkrijk gaat nooit voorbij. Wanneer we dit zeggen, vertrouwen we dat God alles in handen heeft.

Bijbelteksten (BGT)

Psalm 145:13 (BGT): "Uw koningschap duurt voor altijd."

1 Kronieken 29:11 (BGT): "Heer, u bent machtig en sterk. U bent de koning."

Openbaring 11:15 (BGT): "God zal voor altijd koning zijn."

Van U is de kracht

Dit betekent: God is sterk.
God heeft alle macht.

Soms voelen wij ons zwak.
Soms weten wij niet wat we moeten doen. Soms zijn we bang. Dan mogen we weten: God is sterker. God helpt ons. God geeft kracht.

Wanneer we deze woorden zeggen, vertrouwen we dat God ons helpt.



Bijbelteksten (BGT)

Psalm 28:7 (BGT)
"De Heer geeft mij kracht."

Jesaja 40:29 (BGT)
"God geeft kracht aan mensen die moe zijn."

Filippenzen 4:13 (BGT)
"God geeft mij kracht."

Van U is de heerlijkheid

Heerlijkheid betekent:

God is groot
God is goed
God is prachtig
God verdient alle eer

Wanneer we dit zeggen, geven we God alle eer. We zeggen eigenlijk: God is groot. God is goed. God verdient alle eer.

Bijbelteksten (BGT)

Psalm 115:1 (BGT): "Niet wij, maar u verdient alle eer."

Openbaring 4:11 (BGT): "Heer, u verdient alle eer en macht."

Psalm 96:6 (BGT): "God is groot en machtig."

Tot in eeuwigheid

Deze woorden betekenen: Voor altijd. Zonder einde.

God blijft altijd Koning.
God blijft altijd sterk.
God blijft altijd groot.

God verandert niet. Dat geeft rust.

Bijbelteksten (BGT)

Psalm 90:2 (BGT): "U bent God voor altijd."

Openbaring 1:8 (BGT): "Ik ben er altijd."

Psalm 146:10 (BGT): "De Heer is voor altijd koning."

Waarom eindigen we met deze woorden?

Deze woorden zijn een mooie afsluiting van het gebed. We beginnen het Onze Vader met: **Onze Vader**. We eindigen met: **God is Koning**. Zo begint en eindigt het gebed met God.

We vragen dingen aan God. Maar we eindigen met God eren. Dat is een mooie manier van bidden.

Praktische betekenis

Wat betekenen deze woorden voor ons?

- God heeft alles in handen
- God is sterker dan onze problemen
- God verdient alle eer
- God blijft voor altijd

Wanneer we dit zeggen, vertrouwen we God.

Om over na te denken

- Vertrouw jij dat God Koning is?
- Vraag jij God om kracht?
- Geef jij God de eer?

Kort samengevat

"Want van U is het Koninkrijk en de kracht en de heerlijkheid, tot in eeuwigheid" betekent:

God is Koning.

God is sterk.

God verdient alle eer.

God blijft voor altijd.

Daarom vertrouwen we op God.

10. Amen



Noah zat aan tafel. Hij had net gebeden voor het eten. "Dank U voor het eten. Amen." Toen hij "Amen" zei, keek hij even omhoog. "Waarom zeggen we amen?" vroeg Noah. Zijn vader glimlachte. "Amen betekent dat we vertrouwen dat God ons hoort," zei hij. Noah dacht even na. "God hoort ons dus echt?" "Ja," zei zijn vader. "God luistert altijd." Noah knikte. Hij vond dat een fijne gedachte.

Uitleg

Amen is een bijzonder woord. Amen betekent: Zo is het. Het is waar. Ik vertrouw erop. Wanneer we "Amen" zeggen, laten we zien dat we geloven dat God ons hoort.

We hebben gebeden.
We hebben alles aan God verteld.
Nu vertrouwen we dat God luistert.

Amen betekent ook:

We geloven dat God voor ons zorgt.
We geloven dat God bij ons is.
We geloven dat God helpt.

Amen is het einde van het gebed. Maar het betekent ook: we vertrouwen op God.

Extra Bijbelteksten (BGT)

2 Korinthe 1:20 (BGT): "Daarom zeggen wij amen tot eer van God."

Openbaring 3:14 (BGT): "Dit zegt de Amen."

Nehemia 8:6 (BGT); "Het volk antwoordde: Amen, amen."

Praktische voorbeelden

Wanneer zeggen we Amen?

- Na een gebed
- Voor het eten
- In de kerk
- Wanneer we God danken

Bijvoorbeeld:

- Je bidt voor het eten en zegt amen
- Je bidt voor het slapen en zegt amen
- Je bidt om hulp en zegt amen

Amen betekent:

Wij vertrouwen op God.

Om over na te denken

- Bid jij wel eens?
- Zeg jij amen na je gebed?
- Vertrouw jij dat God luistert?

Kort samengevat

"Amen" betekent:

God hoort ons.

We vertrouwen op God.

Ons gebed is klaar.