Jy HET ‘n Gebed!

Ontdek die beginsels wat nodig is om ‘n kragtige en effektiewe gebedslewe te bou. Gebed – om met God op ‘n persoonlike vlak te kommunikeer – is die sleutel wat dit moontlik maak om positiewe verandering in ons lewens en omgewings te sien. Geneem uit die boek, “Out of This World: A Christian’s Guide to Growth and Purpose” gekryf deur David J. Swandt.

Copyright © 2013 David J. Swandt. All Rights Reserved.

Published under license agreement by Twenty20 Faith, Inc. (USA). Not intended for resale. For more information visit:

www.twenty20faith.org

“Ons HET ‘n Gebed!”

Die spreekwoord, “hy het nie ‘n gebed nie,” is ‘n uitdrukking wat iemand beskryf wat moeilike omstandighede met onmoontlike kanse op sukses in die gesig staar. Of ‘n sport verslaggewer mag dalk sê, “hy gooi ‘n gebed op,” wanneer ‘n speler ‘n laaste wanhopige poging aanwend om ‘n drie-punt doel aan te teken vanaf die anderkant van die baan die oomblik as die sirene afgaan.

Maar God het nooit bedoel dat ons gebedslewe ‘n laaste uitweg is om moeilikhede te oorkom nadat ons eers alle ander opsies en bronne uitgeput het nie. Die waarheid is dat God wil hê dat gebed in die sentrum van elke Christen se lewe moet wees: die eerste plek waarheen ons gaan wanneer ons ‘n behoefte het, nie die laaste nie. Hy wil heeldag van ons hoor, elke dag, in ons tye van behoefte en nood, sowel as in tye van oorvloed en vervulling. Hierby, God wil sy liefde op so baie manière demonstreer deur in konstante

kommunikasie met ons te wees terwyl ons bid.

Gebed is die sleutel wat dit moontlik maak om positiewe verandering in ons lewens en omgewings te sien, en dit is fundamenteel om te groei in ons reis saam met God.

“Die gebed van ‘n gelowige het ‘n kragtige uitwerking.” **Jakobus 5:16**

“God Wil Hoor van Jou”

Een van die baie redes waarom gebed gesien word as ‘n laaste uitkoms wanneer ons uitdagings in die gesig staar, in omdat ons ‘n onakkurate persepsie van God het. Ons maak soms die fout om te dink dat God slegs ‘n verlangse, onpersoonlike vlak van belangstelling in ons lewens het. In feite stel God eintlik op ‘n intieme manier belang in jou lewe. Hy het jou geskep tot sy vreugde, en wil in en deur jou werk!

Gebed kan op ‘n eenvoudige manier gedefiniëer word as kommunikasie met God. Dink aan naby vriendskappe wat jy het. Verseker, daardie persone is daar vir jou wanneer jy hulle nodig het, maar jy praat tog heeltyd met hulle, nie waar nie? Julle deel julle lewens, nie waar nie? Wel, God wil graag jou beste vriend wees. Jy kan Hom alles en enigiets vertel, jy kan saam met Hom lag, jy kan met hom gesels oor jou dag, jy kan eerlik met Hom wees, jy kan die begeertes van jou hart met Hom deel. Die kern is dat Hy van alles wil hoor! God begeer ernstig dat jy intieme,

persoonlike kommunikasie met Hom sal hê.

"Kyk, Ek staan by die deur en Ek klop. As iemand my stem hoor en die deur oopmaak, sal Ek by hom ingaan en saam met hom die feesmaal hou, en hy saam met My." **Openbaring 3:20**

Jesus klop aan die deur van ons harte, met die begeerte na 'n spesiale tyd van gemeenskap op 'n persoonlike vlak. Deur maar net hierdie deur oop te maak vir Jesus se sagte versoek vir gemeenskap, is die begin van 'n suksesvolle, effektiewe en belonende gebedslewe wat gevul is met God se seëninge.

God is die ware bron waarheen ons in die lewe kan vlug, en Hy wil vir ons Sy getrouheid en liefde wys – geen uitdaging is ooit vir Hom te groot – Hy wil maar net graag van jou hoor.

"God is my redding en my krag. Hy is my rots, my sterkte, God is my toevlug." **Psalm 62:8**

“Persoonlike Gebed”

Om saam te bid met vriende, familie of om selfs maar net te bid voor ‘n maaltyd, is uitstaande maniere om met God te kommunikeer in meer publieke kontekste. Maar addisioneel tot deelname aan publieke gebed, wil God graag hê dat ons ook deelneem aan persoonlike, meer private gebed – slegs tussen jou en God. Jesus het die volgende gesê in verband met privaatheid in ons gebede:

“Nee, as jy bid, gaan na jou kamer toe, maak die deur toe en bid tot jou Vader wat jy nie kan sien nie. Jou Vader wat sien wat verborge is, sal jou beloon. **Matteus 6:6**

Jesus se instruksies aan ons rakende gebed agter geslote deure, sê dat God intiem en persoonlik belangstel in ons lewens. Sy begeerte is om ons persoonlike verhouding met Hom te ontwikkel deur een-tot-een kommunikasie. God neem kennis van jou vaste voorneme om private

gemeenskap met Hom te hê, en Hy belowe om jou te beloon en te seën.

God will ook hê dat ons eerlik en oop in ons kommunikasie met Hom sal wees, net soos wat ons met ‘n geliefde sou wees. Terwyl dit ‘n gesonde praktyk is om gebede woord-vir-woord te memoriseer, wil God tóg graag ‘n geloofwaardige uitdrukking van onsself hê, eerder as ‘n reeks woorde wat ons gememoriseer het. Jesus sê die volgende in verband met egtheid in ons gebede:

“Wanneer julle bid, moet julle nie soos die heidene 'n stortvloed van woorde gebruik nie. Hulle verbeel hulle hulle gebede sal verhoor word omdat hulle baie woorde gebruik. Moet dan nie soos hulle maak nie, want julle Vader weet wat julle nodig het, nog voordat julle dit van Hom vra.”
Matteus 6:7-8

Terwyl God reeds weet wat ons nodig het en wil hê nog voordat ons vra, wil Hy steeds hê dat ons hierdie versoeke teenook Homs al uitspreek met eerlikheid en met verwagting dat Hy ons beste belange in gedagte het. Hy wil baie graag

elke gebed met liefde en getrouheid beantwoord.

‘n Volgende belangrike element van persoonlike gebed is om volhardard te bid en sonder ophou. God word nooit moeg om na ons gebede te luister nie, selfs al is dit dieselfde gebede wat ons vantevore alreeds gebid het. Wat sê Jesus daarvan as ons met ywerigheid bid?

“Vra, en vir julle sal gegee word; soek, en julle sal kry; klop, en vir julle sal oopgemaak word, want elkeen wat vra, ontvang; en elkeen wat soek, kry; en vir elkeen wat klop, sal oopgemaak word.”
Mattheus 7:7-8

Om daagliks tyd opsy te sit vir persoonlike kommunikasie met God, is belangrik met die oog op groei in ons alledaagse Christelike lewenswandel. Probeer om daagliks ‘n tyd te kies waartydens jou aandag nie weggelei sal word nie, en moenie bekommerd wees dat God sy stop-horlosie gaan gebruik om te sien hoeveel tyd jy vir Hom gee nie; Hy doen dit nie. Hy wil maar net dat vir jou hê. Privaatheid, eerlikheid en volharding is die drie

belangrikste eienskappe van jou een-tot-een gebedstyd met God en sal jou help om ‘n intieme verhouding met Hom te bou. Jy sal begin om hierdie kosbare tye te geniet, en jy sal begin om op Hom te vertrou op ‘n manier waarop jy dit nog nooit tevore gedoen het nie.

“God se Model vir Effektiewe Persoonlike Gebed”

Die Ons Vader Gebed is een van die mees bekende gedeeltes in die Bybel. Baie mense het die Ons Vader Gebed gememoriseer, of herken dit ten minste as hulle dit hoor. Jesus het sy dissipels soos volg geleer:

“So moet julle bid: “Ons Vader wat in die hemel is, laat u Naam geheilig word; laat u koninkryk kom; laat u wil ook op die aarde geskied, net soos in die hemel. Gee ons vandag ons daaglikse brood; en vergeef ons ons oortredings soos ons ook dié vergewe wat teen ons oortree; en laat ons nie in versoeking kom nie maar verlos ons van die Bose.” **Mattheus 6:9-13**

Die Ons Vader Gebed is selfs tot vandag toe een van die gebede wat die meeste gebid word. Maar toe Jesus hierdie besondere woorde vir sy dissipels gegee het, was sy bedoeling daarmee dat dit baie meer sou wees as bloot net ‘n effektiewe

gebed wat ons moet memoriseer. Hy het vir ons ‘n belangrike raamwerk gegee waarop ons al ons gebede kan baseer.

Dink vir ‘n oomblik na oor dit wat jou gewoonlik beperk wanneer jy bid, of oor gebedshindernisse wat jy het. Miskien het jy ‘n neiging om te veel op jouself te fokus. Miskien word jou aandag maklik weggelei terwyl jy bid, of selfs afgesny. Hierdie is algemene probleme wat almal van ons van tyd-tot-tyd beleef.

Die komponente waarin die Ons Vader Gebed afgebreek kan word, voorsien ‘n basis wat help om hierdie tendense en hindernisse te oorkom. Meer oor hierdie komponente in die volgende afdelings.

“Ses Sleutels tot Gesonde en Gebalanseerde Gebed – Deel Een”

1. Weet met wie jy praat. “Ons Vader wat in die hemel is…”

Toe Jesus sy dissipels geleer het om die Vader direk aan te spreek, het die idee waarskynlik die wenkbroue laat lig. Dwarsdeur die Ou Testament was die algemene manier vir iemand om ‘n behoefte teenoor God uit te spreek, deur ‘n priester. Gelukkig het Jesus dit alles kom verander.

Weens die perfekte offer van Jesus aan die kruis om ons sonde te bedek, het gelowiges nou direkte kommunikasie met die Vader. Dit is waarom ons tot ons Hemelse Vader bid “in die naam van Jesus.” Daar is egter geen vaste formules vir gebed nie, en om ‘n gebed aan Jesus te rig is net so betekenisvol as om dit aan die Vader self te rig. Die belangrikste deel om te onthou is dat daar geen kommunikasie hindernis is tussen God en jou nie.

2. Dink na oor en druk jou bewondering en dankbaarheid uit vir alles wat Hy vir jou gedoen het. "…laat u Naam geheilig word…"

Deur 'n deel van jou gebed daaraan te wy om spesifiek te fokus op lofprysing en bewondering, neem jy die fokus van jouself af weg. Terwyl God graag ons behoeftes en begeertes wil hoor, wil Hy ook hê dat ons ons dankbaarheid demonstreer vir alles wat Hy vir ons gedoen het en dat ons besef dat "alles nie net oor onsself gaan nie." Dit gaan eintlik alles net oor Hom. Hy is 'n God van oorvloed en liefde, en lofprysing en eer kom Hom toe. Wanneer jy nadink oor die seëninge wat God vir jou aanhoudend gee en aan die ongelooflike voorreg om in 'n verhouding met Hom te wees, sal jy dit maklik vind om jou waardering, dankbaarheid en bewondering teenoor Hom uit te spreek. Jy sal dan nie so maklik op jouself fokus nie.

3. Bid dat God se bedoelings met Sy Kerk en met jou lewe ten volle bereik word. "…laat u koninkryk kom; laat u wil ook op die aarde geskied, net soos in die hemel."

Lewendige en effektiewe gebed gebeur slegs wanneer ons ons gedagtes op die wonderlike moontlikhede van die toekoms rig en doelbewus nie op die probleme van die verlede fokus nie. Deur aanhoudend net op die verlede te fokus sal jou toekoms beperk. Besluit om uit God se perspektief te kyk, en moenie toelaat dat vorige uitdagings of mislukkings jou gedagtes oorneem en jou denke beperk nie. Vertel jou begeerte aan God dat jy graag jou volle potensiaal in Christus wil bereik, en vra Hom om jou visie en drome te vergroot. Hy wil graag hê dat jy Sy volle doel in jou lewe sal bereik, en ook Sy doel vir Sy Kerk.

“Ses Sleutels tot Gesonde en Gebalanseerde Gebed – Deel Twee”

1. Vertel God jou persoonlike behoeftes en begeertes, en vra Hom om daarin te voorsien. “Gee ons vandag ons daaglikse brood…”

God se liefde vir jou is diep, eindeloos en onvoorwaardelik, en dit word dikwels in die Bybel vergelyk met ‘n liefdevolle vader se omgee vir sy kind. Hy wil graag hoor van Sy kind (dit is jy); Hy wil graag van jou lewe, jou behoeftes en begeertes hoor, en Hy wil graag hê dat jy na Hom toe sal kom met daardie behoeftes. Sy liefde vir jou dryf Hom om jou te seën met meer as wat jy ooit voor kan hoop.

2. Vra God om jou sonde vir jou te vergewe, terwyl jy bewus bly van jou behoefte om ander te vergewe wat teenoor jou oortree het. “Vergeef ons ons oortredings soos ons ook dié vergewe wat teen ons oortree.”

Om God te vra om ons sonde vir ons te vergewe begin heel eerste om daardie sonde teenoor onsself te erken, en om dit dan teenoor God te bely.

“Maar as ons ons sondes bely — Hy is getrou en regverdig, Hy vergewe ons ons sondes en reinig ons van alle ongeregtigheid.” **1 Johannes 1:9**

Jy kan daarvan verseker wees dat God jou vergewe en gereinig het van jou sonde. Met daardie vergifnis is daar ook vryheid van skuldgevoel, skaamte en veroordeling.

Maar God vra ook dat ons, net soos wat Hy ons vergewe het, ons ook ander sal vergewe wat dalk teenoor ons oortree het. Net soos wat die vergifnis wat ons van God ontvang vir ons vryheid bring, net so moet die vergifnis wat ons vir ander gee, ook vryheid bring van bitterheid en wrokke; en dit moet ons ook vrymaak van pyn van die verlede wat aangaan om ons seer te maak.

Vergifnis, beide om dit te ontvang en te gee, vorm die fondament waarop ‘n lewe van vryheid in Christus geleef word.

3. Bid vir God se leiding wat jou sal help om versoekings en situasies te vermy wat nie goed op Hom reflekteer nie. “…en laat ons nie in versoeking kom nie maar verlos ons van die Bose.”

God het ons ons sonde vergewe en ons van alle ongeregtigheid gereinig soos Hy belowe in 1 Johannes 1:9, maar ons sal steeds versoekings ondervind, terwyl ons in hierdie gevalle wêreld lewe. Hierdie deel van die Ons Vader Gebed beklemtoon die belangrikheid daarvan dat ons nie maar net rustig raak en dit as vanselfsprekend aanneem dat God ons vergewe sonder dat ons bewus bly van die belangrikheid om sonde in the toekoms te vermy nie. Terwyl God die geestelike straf van sonde wegneem deur ons te vergewe, neem Hy nie noodwendig die skadelike gevolge van sonde weg nie. Daarom, vir hierdie rede, is dit belangrik om te bly bid vir God se hulp om versoekings te kan vermy.

Begin om, op ‘n daaglikse basis, en soos wat jy ook al kan, vreugdevolle tyd vir God te gee in gebed. God het nie ‘n spesifieke hoeveelheid tyd waaraan jy elke dag moet

voldoen nie. Hierby sal dit met tye uitdagend wees om waaksaam te bly en om “dit nie af te stel nie”. Moet nie ontmoedig word nie; weet dat jy ‘n geseënde van God sal wees as jy jou tyd aan Hom wy in gebed!