



**HANDLEIDING VOOR
BIDDEN EN VASTEN**

D A Y S O F P R A Y E R

Pastor Chris Verniers
© 2019



Vanaf het begin van THE RIVER CHURCH, CITY LIFE CHURCH en LIFE CHURCH hebben we er een prioriteit van gemaakt om vooreerst God te zoeken in het gebed. We doen dit collectief als kerk gedurende de maand januari met 21 Dagen van Gebed. De maand januari is met een bijzondere bedoeling gekozen omdat zij het begin inluit van een nieuw seizoen. Samen willen we in eerste instantie God (op)zoeken, waarbij we enkel en alleen op Zijn kracht vertrouwen ten einde een blijvende impact op onze levens, onze kerk en onze wereld te creëren.

21 DAGEN VAN GEBED ZIJN VOOR JOU

Indien jij gelooft dat God je meer te bieden heeft, dan zijn de 21 Dagen van Gebed een perfecte plaats om te starten. Terwijl jij je oefent met Hem op te zoeken, zal Hij voor jou op de bres gaan staan. Je zal ervaren dat de kracht van gebed je relaties, je werk, je familie en elk ander levensgebied zal beïnvloeden. Kom je naar de kerk of bid je thuis, wij vinden het tof dat jij wil deelnemen aan de 21 dagen van Gebed.

BIDDEN EN VASTEN

Gedurende de 21 dagen van Gebed in januari, moedigen we je aan om te vasten. Het is mogelijk een volgende stap in je geestelijke groei dewelke duidelijkheid en openbaring kan brengen in je leven. Je kan natuurlijk ook op andere momenten van het jaar vasten. In september, bijvoorbeeld, bidden en vasten we 3 dagen.

MEER BRONNEN

21 dagen van Gebed is een tijd waarin we elke dag God intentioneel gaan opzoeken in onze gebeden omdat we geloven dat Hij krachtig zal optreden. Indien jij je voor deze 21 dagen voorbereidt of indien jij meer wil leren over het versterken van je persoonlijk gebedsleven, dan kan je deze hulpmiddelen gebruiken.

BIDDEN

In elke situatie, goed of slecht, proberen we eerst te bidden alvorens we handelen. In veel gevallen gaan mensen eerst tot actie over en hopen daarna dat God hen uit de benarde situatie redt maar bidden zou onze eerste reactie moeten zijn en niet onze laatste hoop.

Het belang van bidden begrijpen, is niet voldoende. Opdat het een deel van ons leven gaat worden, moet het iets worden waar we naar uitkijken. Hier willen we je graag mee helpen door een aantal modellen voor te stellen.

Wanneer je leert bidden, wordt het gebed een deel van het leven van iedere dag ...

Voor de dag begint ...

Voor je naar bed gaat ...

Voor je naar het werk of de school vertrekt ...

Voor je dat berichtje stuurt ...

Voor je eet, rijdt of reist,

Wanneer lelijke dingen gebeuren ...

Voordat lelijke dingen gebeuren ...

In elke situatie ... **BID EERST!**

Bidden verandert alles!



Pastor Chris Verniers

Het creëren van een levenshouding van gebed

“35 En vroeg, nog diep in de nacht, stond Hij op en ging naar buiten en Hij ging heen naar een eenzame plaats en bad aldaar.”

Markus 1:35

Gebed is niet iets wat we af en toe doen, maar het is een ‘lifestyle’ die we cultiveren. Om dergelijke levensstijl te ontwikkelen, kunnen we kijken naar het voorbeeld van de Here Jezus.

KIES EEN BEPAALDE TIJD

Jezus stond vroeg in de morgen op om tijd door te brengen met Zijn Hemelse Vader. Maak een dagelijkse afspraak met God – of het nu vroeg in de morgen is, tijdens de lunch of ’s avonds – en hou je er trouw aan.

KIES EEN BEPAALDE PLAATS

Jezus had een specifieke plaats waar Hij ging bidden. Een specifieke plaats helpt ons de afleidingen te verwijderen en geeft ons de vrijheid om te aanbidden en luidop te bidden.

KIES EEN BEPAALD PLAN

Toen Jezus Zijn discipelen leerde bidden, gaf Hij hen een gebedsblauwdruk. Wij noemen het 'Het Onze Vader'. Wanneer we elke dag bidden dan kunnen onze gebedsplannen variëren, soms met aanbiddingsmuziek, met Bijbel lezen en stille tijd om naar God te luisteren. Het moet er niet altijd hetzelfde uitzien. Het is een hulpmiddel wanneer we een plan hebben om met God te connecten.

Hoe gebruik ik deze handleiding?

Om met God te praten, moeten we geen formules volgen maar het oefenen van verschillende manieren kan ons helpen om een diepere en intiemere relatie met God aan te gaan.

Het is zeker niet nodig om de verschillende modellen uit het hoofd te leren; jij kan kiezen welk model het beste bij je past op dat bepaalde moment.

Het doel van deze modellen is dat jij met veel vrede de bijbelse modellen kan gaan toepassen en dat het gebed een normale zaak wordt, effectief en aangenaam.

HET ONZE VADER

Het *Onze Vader* wordt dikwijls gereciteerd in kerken en op religieuze gelegenheden. Maar er is zoveel meer! Jezus gaf ons dit gebed als een *outline* om ons te leren bidden op een manier die ons met God zou verbinden en ons de kracht geeft om in Zijn naam grote dingen te verwezenlijken.

*“En het geschiedde, terwijl Hij ergens in gebed was, dat een van zijn discipelen, toen Hij ophield, tot Hem zeide:
Here, leer ons bidden, ... ”*

Lukas 11:1

“9 Bidt gij dan aldus: Onze Vader die in de hemelen zijt, uw naam worde geheiligd; 10 uw Koninkrijk kome; uw wil geschiede, gelijk in de hemel alzo ook op de aarde. 11 Geef ons heden ons dagelijks brood; 12 en vergeef ons onze schulden, gelijk ook wij vergeven onze schuldenaren; 13 en leid ons niet in verzoeking, maar verlos ons van de boze. [Want Uwer is het Koninkrijk en de kracht en de heerlijkheid in der eeuwigheid. Amen.]”

Matteus 6:9-13

01. Verbind je relationeel met God

“Onze Vader die in de hemelen zijt”

God wil zo graag een relatie met je; Hij is niet geïnteresseerd in het feit dat wij religieus zouden zijn. Hij heeft ons geadopteerd als kinderen en Hij houdt ervan als wij Hem Vader noemen. Als we onze gebedstijd beginnen met te erkennen dat we een relatie met God hebben, dan is dat krachtig en God zelf vindt er vreugde in.

“15 Want gij hebt niet ontvangen een geest van slavernij om opnieuw te vrezen, maar gij hebt ontvangen de Geest van het zoonschap, door welke wij roepen: Abba, Vader.”

Romeinen 8:15

Verkondig je intieme relatie met God door Hem aan te spreken als Vader en Hem te danken dat jij Zijn kind bent.

02. Aanbid Zijn Naam

“Uw naam worde geheiligd”

God houdt ervan als we Hem aanbidden en er is kracht in Zijn Naam. Hier volgt een lijst van Namen die ons

zullen helpen om Hem persoonlijk en specifiek te aanbidden.

God is Gerechtigheid – *Hij maakt ons rein*

God is Heiligmaker – *Hij heeft ons geroepen en apart gezet*

God is Genezer – *Hij geneest onze ziekten*

God is Overwinnaar – *Hij versloeg onze vijanden*

God is Herder – *Hij spreekt tot ons en leidt ons*

God is Vrede – *Hij is onze vrede in elke storm*

God is Voorziener – *Hij zorgt voor al onze noden*

*“De naam des HEREN is een sterke toren;
de rechtvaardige ijlt daarheen en is onaantastbaar.”*

Spreuken 18:10

Spreek Gods Naam uit. Wanneer we zijn Naam proclameren, aanbidden we Hem niet alleen maar we herinneren onszelf ook hoe machtig en hoe groot God is.

03. Bid eerst Zijn agenda

“uw Koninkrijk kome; uw wil geschiede, gelijk in de hemel alzo ook op de aarde.”

Gods kind zijn, betekent dat we zorgen voor die zaken waar God bezorgd voor is. We weten dat Zijn wil perfect is en we bevestigen Zijn wijsheid en soevereiniteit wanneer we eerst Zijn agenda bidden.

“31 Maar zoekt zijn Koninkrijk, en die dingen zullen u bovendien geschonken worden.”

Lukas 12:31

Neem de tijd om je te richten op die zaken waar God op gericht is.

Zijn prioriteiten houden onder andere in:

- Redden van de verlorenen
- Wijsheid en leiding voor hen die gezag uitoefenen – ouderlijk, geestelijk, overheid, werkgerelateerd.
- Volbrengen van Zijn doel in onze levens

04. Wees voor alles van Hem afhankelijk

“Geef ons heden ons dagelijks brood”

God belooft om te voorzien in al onze behoeften en Hij verlangt dat wij naar Hem toekomen met al onze problemen, noden en verlangens en dat we erop vertrouwen dat Hij zal voorzien.

Psalm 121:1-2

Vraag God wat jij vandaag nodig hebt. Je kan misschien je zorgen opschrijven en ze aan Hem overgeven. Het kan helpen om je handen symbolisch te openen om op

een lichamelijke manier te tonen dat jij je aan God overgeeft. Problemen kunnen ofwel van ons zijn ofwel van God; ze kunnen niet van beiden zijn!

05. Vergeef en wees vergeven

“vergeef ons onze schulden, gelijk ook wij vergeven onze schuldenaren”

God heeft ons volledige vergeving aangeboden en wij kunnen dat op elk ogenblik ontvangen. Wanneer wij van onze zonden wegdraaien en Zijn vergeving ontvangen, dan zijn onze harten meer bereid om ook de anderen te vergeven.

Vraag God je hart en je leven te onderzoeken en je de gebieden te tonen waar jij mogelijk vergeving moet vragen. Vervolgens vergeef jij hen die jou hebben beledigd. Je kan ervoor kiezen de mensen al op voorhand te vergeven. Vraag God je te vergeven en te helpen om de anderen te vergeven.

06. Bind de geestelijke strijd aan

“en leid ons niet in verzoeking, maar verlos ons van de boze.”

Geestelijke oorlogsvoering is soms moeilijk te begrijpen maar de Bijbel is klaar en duidelijk, we hebben een vijand die er alles aan doet om van ons te stelen, om ons te doden en ons te vernietigen. Wanneer we bidden, dan nemen we een positie in tegenover de vijand en vechten vanuit een plek van overwinning door Jezus Christus, bekrachtigd door de Heilige Geest. Er is kracht in Gods Woord en elke leugen kan vervangen worden door Gods waarheid.

“12 want wij hebben niet te worstelen tegen bloed en vlees, maar tegen de overheden, tegen de machten, tegen de wereldbeheersers dezer duisternis, tegen de boze geesten in de hemelse gewesten.”

Efeziërs 6:12

Door te erkennen dat de vijand je wil vernietigen, laat je het licht schijnen op zijn leugens en spreek je Gods waarheid uit over je leven. Vraag aan God dat Hij je de leugens toont die je ging geloven. Vraag Hem om de vijand te ontmaskeren. Eenvoudigweg de Naam van Jezus uitspreken, is bijzonder krachtig. Jacobus 4:7 zegt dat als we de vijand weerstaan, hij van ons zal wegvlugten. Door het gebed kunnen we hem weerstaan en in vrijheid wandelen.

07. Druk je geloof uit in God vermogen

“Want Uwer is het Koninkrijk en de kracht en de heerlijkheid in der eeuwigheid”

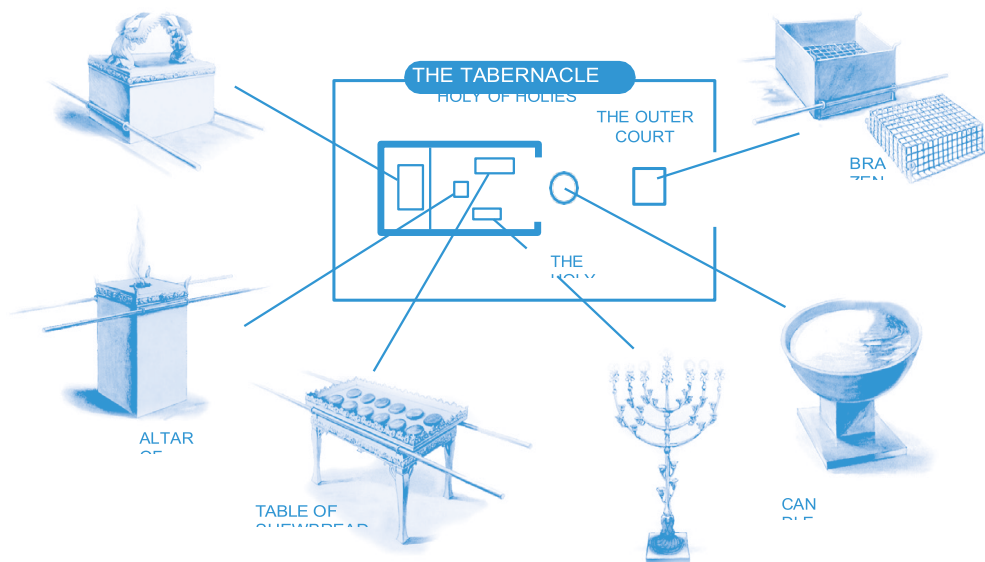
God is zeer zeker bij machte om in gelijk welke situatie op te treden. Onze gebedstijd beëindigen door ons te beroepen op Zijn gezag en macht, richt onze gedachten op de waarheid en de hoop van Wie Hij is en wat Hij kan doen.

“Ach, Here HERE, zie, Gij hebt de hemel en de aarde gemaakt door uw grote kracht en uw uitgestrekte arm; niets zou te wonderlijk zijn voor U,”

Jeremia 32:17

Herinner jezelf aan Gods onbeperkte kracht en begin Hem dan opnieuw te prijzen. Maak je geloof in Hem bekend.

- Van U is het Koninkrijk – alle gezag behoort U toe
- Van U is de kracht – alle macht stroomt van U af
- Van U is de heerlijkheid – Uw overwinning is volkomen



HET TABERNAKEL GEBED

In het Oude Testament was de Tabernakel de woonplaats van God. De Tabernakel was gebouwd volgens de specificaties die God opgegeven had en daar zou God Zijn volk ontmoeten. Wanneer Gods volk de Tabernakel binnenstapt dan gaan ze door 7 staties, terwijl ze Gods instructies opvolgen, ten einde Zijn tegenwoordigheid te ervaren. Vandaag hebben we de Tabernakel niet meer nodig om God te ontmoeten

maar kunnen deze 7 stappen ons toch helpen om met Hem aansluiting te vinden.

01. De Voorhof

Dankzegging en Lofprij

De Israëlieten kwamen de Tabernakel binnen met dankzegging en lofprijs en wij doen hetzelfde bij het begin van onze gebedstijd.

“Gaat met een loflied (dankzegging) zijn poorten binnen, zijn voorhoven met lofgezing, looft Hem, prijst zijn naam;”

Psalm 100:4

Spendeer wat tijd met na te denken over de zegeningen in je leven waarvoor je dankbaar bent. Maak een lijstje of zing een loflied of breng wat tijd in stilte door reflecterend over dankbaarheid en lofprijs aan God.

02. Het Bronzen Altaar

Het kruis van Christus

In het Oude Testament brachten de mensen regelmatig offers van dieren als aflossing voor hun zonden.

Vandaag hoeft dat natuurlijk niet meer omwille van het offer van Jezus. Hij betaalde met Zijn bloed voor eens en voor altijd voor de zonden van iedereen.

“2 loof de HERE, mijn ziel, en vergeet niet één van zijn weldaden; 3 die al uw ongerechtigheden vergeeft, die al uw krankheden geneest, 4 die uw leven verlost van de groeve, die u kroont met goedertierenheid en barmhartigheid, 5 die uw ziel verzadigt met het goede, zodat uw jeugd zich vernieuwt als die van een arend.”

Psalm 103:2-5

Dank de Here God voor het geschenk van Jezus. Dank de Here Jezus voor Zijn offer en Zijn liefde. Laat de kracht van het kruis en wat het voor je leven betekent zich vastzetten in je ziel. Naast je uiting van dankbaarheid voor het kruis, ga je aanspraak maken op de kracht van transformatie (veranderd worden) en de kracht van genezing.

Het kruis voorziet in 5 grote voordelen:

- Redding – *God vergeeft al mijn zonden*
- Genezing – *God geneest al mijn ziektes*
- Aflossing – *God redt me en herstelt me*
- Verandering – *God verandert me naar Zijn gelijkenis*
- Zegen – *God voorziet in alles wat ik nodig heb*

03. Het Wasbekken

Reiniging en voorbereiding

De volgende stap in de Tabernakel was het wasbekken waar de mensen aan hun zondigheid herinnerd werden en aan de noodzaak om door God gereinigd en vergeven te worden. Ons hart en onze motieven beoordelen en ons leven aan God overgeven, is een belangrijk deel van het dagelijks gebed.

“1 Ik vermaan u dan, broeders, met beroep op de barmhartigheden Gods, dat gij uw lichamen stelt tot een levend, heilig en Gode welgevallig offer: dit is uw redelijke eredienst.”

Rom.12:1

Omwille van wat Jezus op het kruis gedaan heeft, zijn onze beleden zonden totaal vergeven. In alle nederigheid keren we ons weg van de zonden en laten we God toe ons te reinigen en te vernieuwen. Vervolgens geven we ons leven en elk deel van onszelf over aan God.

04. De Kandelaar

De Heilige Geest

De zevenarmige kandelaar is het volgende stuk waarlangs het volk van God passeerde. Het vuur

vertegenwoordigt de Heilige Geest en hoe we geroepen zijn om het licht van de wereld te zijn.

“2 En op hem zal de Geest des HEREN rusten, de Geest van wijsheid en verstand, de Geest van raad en sterkte, de Geest van kennis en vreze des HEREN;”

Jesaja 11:2

Toen Jezus de aarde verliet, kregen Christenen het geschenk van de Heilige Geest. Hij wordt de ‘advocaat’ genoemd. Zonder Zijn bovennatuurlijke kracht kunnen we niet doen waarvoor God ons geroepen heeft. Het is door de Heilige Geest dat God ons troost, leidt en bekrachtigt.

05. De Tafel met de Toonbroden

Het Woord van God

De tafel met de 12 broden staat voor het belang van het lezen van Gods Woord als dagelijks voedsel.

“8 Dit wetboek mag niet wijken uit uw mond, maar overpeins het dag en nacht, opdat gij nauwgezet handelt overeenkomstig alles wat daarin geschreven is, want dan zult gij op uw wegen uw doel bereiken en zult gij voorspoedig zijn.”

Jozua 1:8

Het woord van God is een buitengewoon geschenk en een krachtig instrument. Het is van bijzonder belang en het heeft een grote impact in ons leven. Op de volgende manier kan je het Woord van God in je gebedstijd binnenbrengen:

- Neem de tijd om te lezen en na te denken
- Maak aanspraak op de vele beloften voor je leven en de wereld om je heen
- Vraag Hem om een openbaring van Zijn Woord
- Vraag Hem voor een Woord om je door de dag heen te brengen.

06. Het Reukaltaar

Aanbidding

Aan de ingang van het Heilige der Heiligen stond een klein reukaltaar. Gods volk trad in Gods tegenwoordigheid met het aanbidden van Zijn Naam. Dit altaar vertegenwoordigt aanbidding en de vreugde die het God schenkt wanneer we Hem aanbidden.

“10 De naam des HEREN is een sterke toren; de rechtvaardige ijlt daarheen en is onaantastbaar.”

Spreuken 18:10

Dank God dat Hij Zijn tegenwoordigheid beschikbaar stelde. Aanbid Hem persoonlijk en specifiek voor wie Hij is en wat Hij gedaan heeft in je leven.

Zie ook punt 02 van het Onze Vader.

07. De Ark van het Verbond

Voorbede

Uiteindelijk staan we in het Heilige der Heiligen, de plek waar God woonde. En daar deed de hogepriester voorbede voor het volk. Op dezelfde manier doen wij voorbede voor de mensen om ons heen.

“1 Ik vermaan u dan allereerst smekingen, gebeden, voorbeden en dankzeggingen te doen voor alle mensen, 2 voor koningen en alle hooggeplaatsten, opdat wij een stil en rustig leven mogen leiden in alle godsvrucht en waardigheid. 3 Dit is goed en aangenaam voor God, onze Heiland, 4 die wil, dat alle mensen behouden worden en tot erkenning der waarheid komen.”

1Tim.2:1-4

We kunnen een verschil maken indien we bidden voor anderen. Bid voor hen waar jij mee in contact komt, inclusief:

- Zij die gezag dragen – *kerkleiders, overheid, familie, werkgevers*
- Je familie – *directe en indirecte familieleden*
- Je Kerk – *voorgangers, connectleiders, zendingen, leden*
- Je gemeenschap – *mensen in je dorp, stad, land en de wereld*
- Je relaties – *vrienden, collega's, kennissen*

HET GEBED VOOR WIE GOD NODIG HEEFT

De Bijbel geeft duidelijk aan dat God wil dat elke mens tot erkenning van de waarheid komt. Dat iedereen Hem leert kennen. Hij laat de 99 achter om achter diegene aan te gaan die Hem niet kent.

01. Vraag aan God om hen naar Jezus te trekken

God trekt mensen naar Zich toe. Dat is niet iets wat we op eigen houtje geregeld krijgen en dus moeten we trouw zijn in ons gebed en vragen dat God, hen die Hij op ons hart gelegd heeft, naar Jezus zou willen trekken.

“44 Niemand kan tot Mij komen, tenzij de Vader, die Mij gezonden heeft, hem trekke, en Ik zal hem opwekken ten jongsten dage.”

Johannes 6:44

Denk hierbij aan hen die je kent en die ver van Jezus verwijderd zijn. Open je hart en laat God toe mensen in je gedachten te plaatsen. Het kan helpen om een aantal namen op te schrijven voor je aan je gebed begint.

02. Bind de geest die hun gedachten verblindt

Het is mogelijk dat de waarheid vlak voor iemands neus staat maar dat ze het niet zien omdat er iets is dat het zicht vertroebelt of verhindert.

“3 Indien dan nog ons evangelie bedekt is, is het bedekt bij hen, die verloren gaan, 4 ongelovigen, wier overleggingen de god dezer eeuw met blindheid heeft geslagen, zodat zij het schijnsel niet ontwaren van het evangelie der heerlijkheid van Christus, die het beeld Gods is.”

2Kor.4:3-4

We kunnen biddend strijden tegen elke vorm van blindheid, tegen alles wat in de weg staat. We kunnen bidden dat ze de waarheid zien zonder obstakels of afleidingen.

03. Bid dat ze een persoonlijke relatie met God mogen hebben

Veel mensen denken dat het Christendom één van de zovele religies is. Ze zien God enkel door de lens van de institutie, de organisatie of de kerk. Sommigen voelen zich gefrustreerd, zijn woedend, of voelen zich verraden door kerkgangers of door religieuze pilaarbijters en hun hypocrisie. Maar God is niet gekomen om een organisatie te bouwen, Hij kwam om een relatie aan te gaan met Zijn kinderen.

“15 Want gij hebt niet ontvangen een geest van slavernij om opnieuw te vrezen, maar gij hebt ontvangen de Geest van het zoonschap, door welke wij roepen: Abba, Vader.”

Rom.8:15

God wil dat Zijn geliefde zonen en dochters thuiskomen.

04. Bid voor andere gelovigen die hun pad zullen kruisen

Dit is tweeledig. We kunnen bidden dat andere christenen in hun omgeving hen positief beïnvloeden en we ook zelf naar gelegenheden zoeken om anderen positief te beïnvloeden. Gods plan om mensen te

bereiken wordt uitgevoerd door hen die Christus reeds kennen en van Hem houden. Jezus vroeg ons te bidden voor mannen en vrouwen die het licht van de wereld willen zijn.

“38 Bidt daarom de Heer van de oogst, dat Hij arbeiders uitzende in zijn oogst.”

Matt.9:38

Als ‘geestelijke landbouwers’ moet onze aandacht gaan naar mogelijkheden om geestelijk zaad te zaaien in het leven van mensen die we dagdagelijks tegenkomen. We hebben immers geen idee wie al voor deze mensen gebeden heeft, een goed woord gezegd heeft, en onze liefdevolle houding kan een mens tot Christus trekken.

05. Laat de Geest van Wijsheid en Openbaring op hen los, zodat ze God beter leren kennen

Het is dat ‘eureka’ moment, dat ‘aha!’ moment wanneer het uiteindelijk klikt. Het meest belangrijke moment om dit soort van openbaring te krijgen, is wanneer het geestelijke licht aangestoken wordt. Mensen moeten hun eigen zonde zien, moeten zien wat Jezus aan het kruis deed en de hoop zien die komt van een overgave aan de Here Jezus.

“17 opdat de God van onze Here Jezus Christus, de Vader der heerlijkheid, u geve de Geest van wijsheid en van openbaring om Hem recht te kennen”

Efeziërs 1:17

Mensen hebben wijsheid nodig - *niet enkel kennis* - van de geestelijke zaken en inzicht in hoe de geestelijke werkelijkheid een onmiddellijk effect op hen heeft. Voor deze vorm van bovennatuurlijke openbaring die enkel van God komt, kunnen we bidden.

HET GEBED VAN JABES

“10 Jabes nu riep de God van Israël aan met de woorden: Wil mij toch overvloedig zegenen en mijn gebied vergroten; laat uw hand met mij zijn; weer van mij het kwade, zodat mij geen smart treft! En God schonk wat hij had gevraagd.”

1 Kronieken 4:10

01. Zegen

Jabes begint zijn gebed met een bede tot zegen. We hebben meer van Gods zegen nodig om beter uitgerust te zijn om een verschil te maken voor Zijn Koninkrijk. We hebben meer voorzieningen, meer geestelijke gaven, meer wijsheid nodig zodat we anderen kunnen zegenen met wat God ons gegeven heeft. Jakobus 4:2-3 vertelt ons: *“2 Gij begeert, doch gij hebt niet; gij zijt moorddadig en naijverig en gij kunt er niets mede verkrijgen; gij vecht en gij strijdt. Gij hebt niets, omdat gij niet bidt. 3 (Of,) gij bidt wel, maar gij ontvangt niet, doordat gij verkeerd bidt, om het in uw hartstochten door te brengen.”* God wil ons graag zegenen, maar Hij wacht totdat we het vragen met de juiste hartsgesteldheid. We dienen een grote God en we mogen stoutmoedig zijn in het vragen om Zijn zegen.

“Wil mij toch overvloedig zegenen”

1 Kronieken 4:10

Vraag God je te zegenen. Erken je nood voor Zijn voorzieningen en richt je hart op meer dan wat jij nodig hebt, zodat je een zegen voor anderen kan zijn.

02. Invloed

Vervolgens vraagt Jabes meer invloed. Wanneer Gods zegen verhoogt, dan vragen en ervaren we meer gelegenheden om de wereld om ons heen te beïnvloeden. Hij is bij machte om ons te zegenen maar ook om deuren open te maken zodat wij een verschil kunnen maken.

“... vergroot mijn gebied”

1 Kronieken 4:10

Bid voor meer invloed. Weet dat God een weg kan maken, vertrouw erop dat Hij deuren zal openmaken en je op het beste pad zal leiden voor Zijn heerlijkheid.

03. Tegenwoordigheid

Om een blijvende invloed te hebben, hebben we Gods tegenwoordigheid nodig. Efeziërs 3:20 zegt: “20 Hem nu, die blijkens de kracht, welke in ons werkt, bij machte is oneindig veel meer te doen dan wij bidden of beseffen”. We bidden om zegen en invloed en tegelijk bidden we voor Zijn tegenwoordigheid zodat we niet uit onze eigen kracht werken maar door de tegenwoordigheid van de hand des Heren.

“... laat uw hand met mij zijn ...”

1 Kronieken 4:10

In alle nederigheid bevestigen we de noodzaak van Gods tegenwoordigheid. Vertrouw op Hem!

04. Bescherming

Tenslotte vraagt Jabes om hem te beschermen. Indien we de wereld om ons heen trachten te beïnvloeden met de boodschap van Jezus, dan zal de vijand er alles aan doen om ons trachten te stoppen. Dit leidt ons niet enkel tot het vragen van hulp wanneer we aangevallen worden maar ook dat God ons zou willen beschermen tegen de aanvallen van de vijand. Jezus heeft de overwinning reeds behaald. Dus hoeven we geen angst te hebben om vernietigd te worden. God belooft dat Hij met ons is en dat Hij ons beschermt. En daarom hebben we niets te vrezen!

“... weer van mij het kwade ...”

1 Kronieken 4:10

Vertrouw erop dat God je beschermt. Vertel Hem de specifieke gebieden waar jij bescherming nodig hebt en vraag Hem die gebieden te beschermen die je niet zien kan.

VASTEN

Het doel van vasten is om korter tot God te naderen. Bijbels vasten heeft steeds te maken met het uitschakelen van afleidingen; het duwt op de reset knop van onze ziel en het vernieuwt ons van binnenuit. Het stelt ons ook in staat om Zijn goedheid en Zijn genade te vieren. Bovendien maakt het ons hart klaar voor alle goede dingen die God in ons leven wenst te brengen. Denk eraan, je persoonlijk vasten moet een zekere uitdaging inhouden, maar je dient je wel bewust te blijven van je lichaam, je opties, en het meest belangrijke: God op te zoeken in je gebed en de Heilige Geest te volgen.

VERSCHILLENDE VORMEN

Volledig vasten

Bij deze vorm van vasten drink je alleen vloeistoffen, voornamelijk water en/of lichte sapjes als alternatief.

Selectief vasten

Bij deze vorm van vasten schrap je bepaalde elementen uit je dieet. Eén van de voorbeelden is een Daniel vasten waarbij je alle zoetigheden, vlees en brood schrappt en waarbij je water en sapjes drinkt en enkel vruchten en groeten eet.

Gedeeltelijk vasten

Deze vorm van vasten wordt soms ook wel Joods vasten genoemd en houdt in dat je 's morgens en 's avonds geen enkele vorm van voedsel tot je neemt. Het is ook mogelijk om het vasten te doen samenvallen met bepaalde tijdstippen zoals het diner of het vieruurtje, of dat je vast van zonsopkomst tot zonsondergang.

Zielsvasten

Dit is een zeer goede optie indien je geen ervaring hebt met het vasten van voedsel, wanneer je omwille van gezondheidsredenen niet mag vasten of indien jij je wil herbronnen op bepaalde, uit balans geraakte gebieden in je leven. Je zou bijvoorbeeld het sociaal media gebeuren of het kijken naar de tv kunnen schrappen en die dan tegen het einde van de vasten op een gebalanceerde en gezonde manier terug in je leven introduceren.

Bijbelreferenties en andere

Mattheus 6:16-18

Mattheus 9:14-15

Lukas 18:9-14

Handelingen 27:33-37

Nehemia 9:1-3