



Het volmaakte gebed

- gezinsmoment (thuis) of objectles (school)
bij Zondag 45 V&A 118-119 (4 – 14 jaar) -

**In het volmaakte gebed
geeft de Heere Jezus een bepaalde orde
voor de inhoud van ons gebed
(zie kanttekening 1 bij Lukas 11 vers 1).
Die orde kun je samenvatten in de ‘hand van het gebed’,
dat je als geheugensteun bij het bidden kunt gebruiken.**

Binnenkomer

Variant 1:

Zeg met de kinderen het volmaakte gebed op. Kunnen ze dit gebed (nog) niet uit hun hoofd?
Gebruik dan ter ondersteuning de poster die je hier kunt vinden:

<https://www.bijbelsopvoeden.nl/product/poster-2-gebed-des-heeren/>

Variant 2:

Laat een schrijfschrift van school zien. Je ziet een letter of een woord voorgeschreven. De bedoeling is dat je deze letter of dit woord naschrijft. Je kunt de letter of het woord overtrekken, maar je kunt het ook zelf naschrijven. Je kunt als binnenkomer een schrijfblad maken.

Bespreken

Variant 1:

- Dit gebed wordt ook wel het ‘volmaakte gebed’ genoemd. Waarom? (*Omdat alles erin staat wat we nodig hebben. Omdat de Heere Jezus de woorden zo uitspreekt zoals God het wil. Omdat er geen enkele zondige gedachte of verlangen in staat*).
- Hoe moeten we dit gebed gebruiken? (*We mogen dezelfde woorden eerbiedig na bidden of we mogen in eigen woorden bidden waarbij dit gebed een voorbeeld voor ons is*)

Variant 2:

- Zoals je een voorbeeld gebruikt bij het schrijven, zo heeft de Heere Jezus ons ook een voorbeeld gegeven bij het bidden. Welk voorbeeld? (*Het volmaakte gebed, het ‘Onze Vader’*)
- Hoe moeten we dit voorbeeld gebruiken? (*We mogen dezelfde woorden eerbiedig na bidden of we mogen in eigen woorden bidden waarbij dit gebed een voorbeeld voor ons is*)

Bijbel erbij

Lees **Vraag&Antwoord 118 en 119 van de Heidelbergse Catechismus** en bespreek dit met behulp van de volgende vragen:

- Wat is nooddrift? (*Dat wat we nodig hebben*)
- Wat is geestelijke nooddrift? (*Dat wat we nodig hebben voor ons hart*)
- Wat is lichamelijke nooddrift? (*Dat wat we nodig hebben voor ons lichaam?*)
- In welk gebed staat alles wat we voor ons hart en ons lichaam nodig hebben?

- Wie heeft dit gebed aan ons geleerd?
- Hoe luidt dat gebed?
- Hoe kun jij dit gebed gebruiken? *(Je kunt dit gebed precies zo na bidden of je kunt in eigen woorden bidden en dit gebed als een voorbeeld gebruiken)*

Bezig

1. Bidden met de 'hand van het gebed'

Voor kinderen is het vaak moeilijk om het volmaakte gebed als voorbeeld voor hun eigen gebed te gebruiken. Toch kan het hen helpen om in eigen woorden te bidden en niet steeds in dezelfde formuleringen te blijven hangen. Om kinderen te helpen het volmaakte gebed als voorbeeld voor hun eigen gebed te houden, is de 'hand van het gebed' een hulpmiddel. Aan de hand van de eerste letters van je hand en vingers kun je de volgorde onthouden.

1. H – de aanspraak: onze Vader...

Als je gaat bidden, vouw je je handen samen. Hand begint met de letter H. Denk aan het begin van het bidden erover na tot Wie je bidt: tot de Heere. Noem Zijn Naam aan het begin van je gebed.

2. D – Uw Naam worde geheiligd – de Heere eren

Je hand heeft een duim. Duim begint met de letter D. Dank de Heere voor wat Hij je deze dag gaf.

3. W – Uw Koninkrijk kome. Uw wil geschiede – de wereld

Dan komt je wijsvinger. Wijsvinger begint met de letter W van Wereld. Bid voor andere mensen: je ouders, een klasgenoot, de dominee, een zending, mensen in de wereld die het moeilijk hebben.

4. M – Geef ons heden ons dagelijks brood – wat je nodig hebt

Dan komt je middelvinger. Middelvinger begint met de letter M van Mezelf. Bid voor jezelf. Wat wil je de Heere vragen?

5. R – En vergeef ons onze schulden... En leid ons niet in verzoeking... – vergeving/reiniging

Dan komt de ringvinger. Ringvinger begint met de letter R van Reiniging. Vraag vergeving voor het verkeerde dat je vandaag gedaan hebt. Bid om een hart dat de zonde niet wil doen, maar de Heere wil dienen.

6. P – Want Uw is het Koninkrijk...

Als laatste vinger is er je pink. Pink begint met de letter P van Prijzen, net als aan het einde van 'Het Onze Vader'. Geef de Heere de eer. Hij is de Almachtige Koning, Die alles kan geven wat je nodig hebt.



Je vindt hier een kleurplaat van de hand van het gebed:

www.bijbelsopvoeden.nl/product/bidden-kleurplaat-hand-van-gebed-3-10-jaar/

Er is ook een poster van de hand van het gebed:

www.bijbelsopvoeden.nl/product/poster-hand-van-het-gebed/

En er zijn kaartjes om het bidden met de hand van het gebed met kinderen voor te bespreken:

www.bijbelsopvoeden.nl/product/kaartjes-hand-van-het-gebed/

UITLEG BIJ DE KAARTJES

Een moeder: "Ik merkte dat onze kinderen het doen van een vrij gebed met behulp van (een plaatje van) de hand nog best moeilijk vonden. Ondanks uitleg, voorlezen van boekjes en samen doen, bleven ze het lastig vinden om te wisselen in 'gebedspunten'. Er ontstonden eigen standaardgebedjes of ze sloegen punten over omdat ze het te moeilijk vonden. Ik heb toen geprobeerd het concreter te maken met plaatjes en kaartjes die elke keer opnieuw gekozen kunnen worden. Met onze 4-jarige kies ik samen de kaartjes en doe het gebed voor haar. Onze 6-jarige kan dit redelijk zelfstandig en onze 8-jarige gebruikt het zelf. Zij vindt het een fijne manier en weet nu beter hoe ze een vrij gebed kan doen.

Werkwijze: De vijf kaartjes met de vingers leggen we bovenaan op een rij, en bij elke vinger kiezen ze minimaal 1 kaartje. Ik vraag dan, wat ze precies bedacht hebben bij het kaartje, want dat kan variëren. Bijv het kaartje "Uw woord" past bij danken (wij mogen Uw woord hebben), bij wereld (wilt U Uw woord over de hele wereld brengen) en prijzen (U laat Uw Koninkrijk komen, want Uw woord is de waarheid). Zo kan dat met bijna alle kaartjes."

2. Het volmaakte gebed leren

Leer met elkaar het volmaakte gebed uit het hoofd.

Hulpmiddelen daarbij zijn:

- Het volmaakte gebed in pictogrammen:

www.bijbelsopvoeden.nl/product/mattheus69-13-leren/

- Een poster bij het volmaakte gebed:

www.bijbelsopvoeden.nl/product/poster-2-gebed-des-heeren/

- Een kleurplaat van deze poster:

www.bijbelsopvoeden.nl/product/poster-2-gebed-des-heeren-kleurplaat/

Waar Vader die in de hemelen zit	
Die hemel verheft	
Die aarde ondersteunt	
Die wij gebeden: gebed is de bron van alle goed op de aarde	
Geet een brood van dagelijks brood	
Die vergeet ons niet verzoeken: gebed ook nu vergeet ons niet verzoeken	
Die heel ons niet in verzoeking: want verzoeken ook van de heere	
Waar die in de hemelen zit die de aarde en de hemel steunt in die eeuwenlang	
Ames	

Besluiten

Zing ter afsluiting een aantal berijmde verzen van het Gebed des Heeren.

