

Les 2 – Hoe moet je bidden?

Lezen uit de bijbel **Matteüs 11: 25-30**

25 In die tijd zei Jezus ook: 'Ik loof u, Vader, Heer van hemel en aarde, omdat u deze dingen voor wijzen en verstandigen verborgen hebt gehouden, maar ze aan eenvoudige mensen hebt onthuld.

26 Ja, Vader, zo hebt u het gewild.

27 Alles is mij toevertrouwd door mijn Vader, en niemand dan de Vader weet wie de Zoon is, en wie de Vader is, dat weet alleen de Zoon, en iedereen aan wie de Zoon het wil openbaren.

28 Kom naar mij, jullie die vermoeid zijn en onder lasten gebukt gaan, dan zal ik jullie rust geven.

29 Neem mijn juk op je en leer van mij, want ik ben zachtmoedig en nederig van hart. Dan zullen jullie werkelijk rust vinden,

30 want mijn juk is zacht en mijn last is licht.'

Verklaring:

onthuld = bekend gemaakt.

Toevertrouwd = gegeven

Een juk = een taak , iets moeilijks wat je moet doen.

Nederig = dan ben je geen opschepper. Jezus wil dat we dat van hem gaan leren

Kringgesprek

Zou God van opscheppers houden?

Zou jij een opschepper als vriend willen hebben?

Wat is het tegenovergestelde van opscheppen?

Is nederig hetzelfde als verlegen? Was Jezus verlegen?

Tegenover wie moeten we een onderdanige houding aannemen?

Zijn er mensen die boven ons staan? Een koning? God? Een dokter? Een leraar? Je ouders?

Is nederig zijn ouderwets?

Waarom moeten we nederig zijn?

Moeten we elk moment van de dag nederig zijn?

Verhaal

12 – Een kruimeltje voor een schatrijk, driftig meisje

'Wafwaf! Grr!'

Hoor je die honden te keer gaan ginds op de vuilnisbelt achter het Grote Huis? Eén van de knechten komt het afval uit de keuken storten. Wat een gevecht en gebijt!...

Maar niet alleen buiten het grote huis is er zo'n sfeer. Ook binnen. Dat zou je niet denken als je die deftige bewoners kende. Meneer Alexander is een rijke zeekapitein, die uit verre landen de kostbaarste dingen meeneemt. Zijde, parfum, wijnen... Zijn vrouw Bynia draagt japonnen van peperdure stoffen en mooie sieraden. Toch is het in huis heel ongezellig. De slaven en slavinnen maken veel ruzie. Mevrouw en meneer trouwens ook. Hun mooie dochtertje Memfe is dan ook heel ongelukkig. Zou het daardoor komen dat ze steeds van die vreselijke woedeaanvallen krijgt? Dan schopt en slaat ze naar de dienstmeisjes. Ze smijt alles kapot wat binnen haar bereik komt. O, het is zo vreselijk... Weet je wat de burens fluisteren? Dat Memfe van de duivel is bezeten. Nou, daar zouden ze wel eens gelijk in kunnen hebben. Zeg, zou er nou helemaal niemand zijn die de ruziesfeer kan veranderen en Memfe kan genezen?

Er loopt een groepje mannen door de bergen van Galilea. Ze kijken zo blij. Ze praten zo vrolijk. Dat komt zeker van die prachtige natuur om hen heen. De dalen en hellingen staan vol van de mooiste bloemen. Wilde lupine, irissen, anemoontjes... Af en toe rusten ze even uit van de klimpartij. Dan luisteren ze aandachtig naar de wijze woorden van hun Leider. Weet je wie die mannen zijn? Jezus en Zijn leerlingen.

'Kom, vrienden,' besloot Jezus namelijk op een dag. 'We gaan een tocht maken naar Tyrus en Sidon.'

Ze keken wel even vreemd op, hoor! Tyrus en Sidon zijn twee havenplaatsen aan de Middellandse Zee en ze liggen in Foenicië, een land ten noorden van Israël. Gaat de Meester naar het buitenland? Toch dachten ze het wel te begrijpen. Het was de laatste tijd zo vreselijk druk. Soms hadden ze geeneens tijd om een hapje te eten. In Tyrus en Sidon zou het wel rustiger zijn. Daar was Jezus niet zo bekend.

De laatste bergovergang is de zwaarste, maar wat een verrassing als je op het hoogste punt ineens een schitterende uitzicht hebt op de Middellandse Zee... Je ziet Tyrus liggen met zijn mooie havens. Dan ben je wel even stil, hoor! De discipelen, die hier nog nooit geweest zijn, kijken hun ogen uit. Vooral die wonderlijke Foenicische schepen met hun vierkante zeilen en die dubbele rij roeiers trekken hun aandacht.

Als ze genoeg gezien hebben, zetten ze de afdaling in, om nog voor het donker Tyrus te bereiken.

Zou Jezus echt niet bekend zijn in Tyrus? Heus wel. Nog maar nauwelijks hebben ze de poort bereikt of een appelkoopman, die vaak in Kapernaüm komt, herkent Hem. Natuurlijk kan hij zijn mond niet houden. Al gauw weet de halve stad het. Ook Bynia. Haar Joodse burens, die maar al te goed weten hoe erg het met Memfe is, komen het vertellen.

'Die rabbi Jezus, waar we u wel eens over hebben verteld, mevrouw, weet u wel... Hij is hier in Tyrus. Vast en zeker kan Hij uw dochtertje genezen.'

Bynia neemt snel een besluit. Ze laat Memfe, die weer eens zo'n vreselijke driftaanval heeft, onder de hoede van de dienstmeisjes. Ze slaat haar zijden sjaal om en rent weg op haar hoge hakken. Zou Jezus door de Zuidpoort gekomen zijn? O, als Hij nog maar niet ergens naar binnen is gegaan...

'Er loopt een vrouw achter ons aan te schreeuwen.' fluistert Petrus Jakobus toe. Zou de Meester het merken?

Jakobus kijkt eens opzij en haalt zijn schouders op. Misschien wil de Heer gewoon niet reageren. De vrouw blijft maar doorroepen. Echt vervelend. Het geeft zo'n bekijks.

'Rabbi Jezus!' schreeuwt ze, 'Heb medelijden met mij. Zoon van David, mijn dochtertje is heel erg van de duivel bezeten.'

Dit kan gewoon niet! 't Lijkt wel een relletje. Judas zal er dan maar iets van zeggen. Hij trekt Jezus aan de mouw.

'Rabbi, stuur die vrouw toch weg!'

En ja, eindelijk draait Jezus zich om. Half tegen de discipelen en half tegen Bynia, die naderbij holt, zegt Hij een beetje koeltjes: 'Ik ben er alleen maar voor verloren schapen van Israël!'

Bynia staat met een ruk stil. Ja, het is waar. Zij is geen Jodin, maar een buitenlandse, die tot beelden bidt.

Toch, als ze Jezus aankijkt, ziet ze twee vriendelijke ogen.

'Here, help mij...' smeekt ze. Ze valt voor Hem neer. Jezus schudt van nee.

'Het is niet goed om eten voor de kinderen aan de honden te geven.'

Is zij, Bynia een hond? Zou ze nu niet beledigd op moeten springen en met de neus in de wind weglopen?

Niks hoor! 't Is waar! Ze moet het toegeven. Thuis leven ze als hond en kat met elkaar. Toch laat ze zich niet met lege handen wegsturen. Er flitst een briljante gedachte door haar heen... Ze flapt eruit: 'HONDEN ETEN TOCH OOK VAN DE RESTJES DIE VAN TAFEL VALLEN?'

Wat een antwoord. Super, gewoon!

O, Bynia vraagt niet veel. Een klein kruimeltje van Jezus is voor Memfe al genoeg. Jezus glimlacht. Hij richt haar vriendelijk op en zegt: 'O, vrouw! Groot is uw geloof. Je zult krijgen waar je om vraagt!'

Op datzelfde moment wordt Memfe thuis genezen. Bynia weet het gewoon, zonder dat ze het nog gezien heeft. Dolgelukkig rent ze naar huis.

Als je nog eens in Tyrus komt, moet je eens gaan kijken naar dat grote Huis in de Tempelstraat. Met sierletters staat er boven de poort geschreven: Huis van Vrede. Jij weet nu zeker wel hoe dat huis aan die naam komt, hè?

Buiten op de vuilnisbelt blaffen de honden, maar binnen speelt een gelukkig kind.

GEBED

Heer, ik hoor dat ik nederig moet bidden. Maar eigenlijk weet ik niet wat dat is. Ik buig mijn knieën voor u. Leer mij nederigheid.

Heer, ik vind mijzelf vaak hoger dan anderen. Ik wil geen loser zijn. Hoe kan ik de juiste houding vinden?

Jezus, u was de hoogste van allemaal. Toch waste u de voeten van de discipelen in een teiltje. Wij bewonderen u.

Voor u wil ik mij buigen, U wil ik aanbidden. U wil ik erkennen als mijn Heer. Amen.

Opdracht

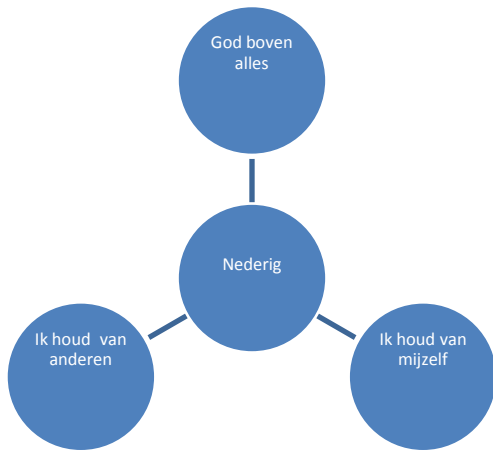
Wat is nederig, hoogmoedig of heeft er niet mee te maken.

Maak onderstaand lijstje.

| Nummer | Stelling | Hoogmoed/nederigheid/geen van beiden. |
|--------|---|---------------------------------------|
| 1 | Piet staat op een hoge ladder. Jan zit op een krukje. | |
| 2 | Niemand wil de wc schoonmaken. Antoine offert zich op. | |
| 3 | Jaimie vertelt aan iedereen dat hij de beste voetballer van zijn club is. | |
| 4 | Nebucadnessar liet een beeld voor zichzelf oprichten | |
| 5 | De bergbeklimmer stond op de top van de berg en keek neer op de mensen in het dal. | |
| 6 | Als ik mijn avondgebedje doe ga ik knielen voor mijn bed. | |
| 7 | 'Ik alleen ben de koning,' zei Herodus. Hij gaf de soldaten bevel om het kindje Jezus in Betlehem te doden. | |
| 8 | Ik sta op nummer vier van de scorelijst en jij? | |
| 9 | Kan ik wat voor u doen, oma? | |
| 10 | Er moet in de kerk propjes geraapt worden. Ik doe dat wel. | |
| 11 | De wielrenner wilde de bergetappe per se winnen | |

Schrijf nu zo kort mogelijk op wat volgens jou nederigheid is.

*



Maak dit schema in het groot op een A-4.

Plak een foto van jezelf en anderen op de onderste cirkels.

-- Als je opschept sta je zelf bovenaan. Je drukt de anderen naar beneden en vernedert ook God.

-- Als je jezelf een nul vindt, maak je God een leugenaar, want je bent naar zijn beeld gemaakt. Je bent dan ook geen leuk mens voor de anderen, want je word er depressief van. Je cijfert jezelf weg, doet alles voor een ander, maar niks voor jezelf. Genieten is er niet meer bij. Iedereen misbruikt je. Je bent een looser, een loopjongen voor de opscheppers. Je laat je gebruiken.

-- Als God boven alles staat, luister je naar zijn geboden. Dan eer je ook je ouders en opvoeders, Je hebt een goede leerhouding en bereikt je doel in het leven.

Tekst **Jakobus 4:6**

God keert zich tegen hoogmoedigen,
maar aan nederigen schenkt hij zijn genade.

Bij het woord God wijs je in de lucht.

Keert zich tegen: laat je rug zien.

Bij het woord Hoogmoedigen, doe je als een aap die zich op de borst slaat.

Bij het woord nederigen ga je bukken of knielen.

Bij het woord genade steek je twee handen uitnodigend uit.

Activiteit

Deze keer kun je kiezen uit de volgende activiteiten:

- Voel elkaar de pols.
- Meet elkaar de voet.
- Doe bij elkaar handcrème op of maak een mooi kapsel bij de ander.
- Bekijk elkaars babyfoto's
- Teken elkaar.
- Was elkaars voeten.
- Schrijf op een kaart wat je in de ander waardeert.
- Maak een lijstje van wat je hetzelfde hebt. Bijv. kleur ogen, hobby, leeftijd, hoeveel broers en zussen, school, maat schoenen, Welke BN-ner vind je goed, enzovoorts. Met wie heb je het meeste gemeen?

Uit al die dingen blijkt nederigheid. Nederigheid is **niet** een slavenmentaliteit. Verstand op nul en gehoorzamen maar.

Speel eens hoe een slaaf deed en behandeld werd.

Nederigheid betekent: Hij of zij is ook een mens en heeft ook behoeftes, ik wil hem leren kennen, ik wil zijn verhaal aanhoren, ik wil dienen, ik wil liefhebben.

*** Nederig zijn is leider zijn en het belang van de ander op het oog hebben.**

Boetseer een oor. Of bak koekjes in de vorm van oren.

*** Als je nederig tot God bidt, wil je naar hem luisteren.**

Teken eens drie gebedshoudingen.

Quiz

Welk vraag-nummer hoort bij welk antwoord-nummer ?

Zie de antwoorden onderaan deze pagina

| | Vragen | | Antwoorden |
|----|---|----|---|
| 1 | Wat vroeg de vrouw uit Syrië aan Jezus? | 1 | honden |
| 2 | Waarom beledigde Jezus haar? | 2 | Ja, hij genas haar dochtertje. |
| 3 | Waarmee vergeleek hij de ongelovigen? | 3 | Je laat zien dat je nederig bent. |
| 4 | Wat zei de vrouw? | 4 | Haar dochtertje te bevrijden van een boze geest. |
| 5 | Was Jezus blij met dat antwoord? | 5 | Hoogmoedig. |
| 6 | Wat voor gebedshouding had de vrouw aangenomen? | 6 | Ze viel aan Jezus voeten neer. |
| 7 | Waarom knielen we wel eens als we bidden? | 7 | Hij wilde kijken of ze nederig genoeg was. |
| 8 | Wat is het tegenovergestelde van nederig? | 8 | De honden eten van de kruimels die van de tafel vallen. |
| 9 | Wat kan iemand goed die nederig is? | 9 | Luisteren. |
| 10 | Mag je niet trots op jezelf zijn? | 10 | Ja, maar je moet anderen ook in hun waarde laten. |

Antwoorden: 1- 4 2-7 3-1 4- 8 5-2 6-6 7- 3 8-5 9- 9 10-10