

# Meer weten over het gebed

## ACTIVITEIT A

**Wat zijn enkele redenen waarom onze hemelse Vader wil dat we bidden, terwijl Satan ons verleidt dat niet te doen?**

- Op welke manieren kan Satan ons verleiden om niet te bidden?

Een van de manieren waarop Satan ons leert dat we niet moeten bidden, is door ons ervan te overtuigen dat we niet meer waardig zijn om te bidden omdat we gezondigd hebben. Dat is een leugen.

Bedenk welke zegeningen Satan ons wil onthouden terwijl je het volgende doet:

Doe wat kennis op over het gebed. Kijk bijvoorbeeld in de Gids bij de Schriften of in conferentietoespraken over het gebed. Let bij je studie op de zegeningen van bidden. Je kunt ook denken aan de zegeningen die je door gebed hebt ervaren. Overweeg op basis van je studie en ervaringen waarom onze hemelse Vader wil dat we bidden en waarom Satan ons verleidt dat niet te doen.

Let zo mogelijk op nog meer redenen terwijl je 'God Wants You to Pray' (3:28) bekijkt op [ChurchofJesusChrist.org](http://ChurchofJesusChrist.org). Deze video gaat over Kayla's ervaring met bidden terwijl ze met moeilijkheden te maken heeft.

Schrijf minstens twee waarheden op die je over het gebed hebt geleerd. Vermeld ook waarom onze hemelse Vader wil dat we bidden en Satan ons verleidt dat niet te doen.

## ACTIVITEIT B

**Wat houdt het in om altijd te bidden?**

Markeer eventueel de zinsnede 'dat u altijd moet bidden en niet verslappen' (2 Nephi 32:9).

Lees Alma 34:21, 27 en ga na wat het kan betekenen om altijd te bidden.

- Waarom zou 'zowel 's ochtends als 's middags als 's avonds' bidden (Alma 34:21) een zegen zijn?
- Hoe kunnen we ons hart tot God wenden, ook als we niet bidden?

Ouderling David A. Bednar van het Quorum der Twaalf Apostelen heeft een voorbeeld van altijd bidden gegeven:



[We doen er goed aan] onze hemelse Vader in ons ochtendgebed [te] raadplegen. [...]

Gedurende de dag hebben we steeds een gebed in ons hart voor blijvende steun en leiding. [...]

Aan het eind van onze dag gaan we weer op onze knieën en brengen we verslag uit aan onze Vader. We nemen de gebeurtenissen van de dag door en uiten onze oprechte dankbaarheid voor de zegeningen en de hulp die we hebben ontvangen. We bekeren ons en stellen met de leiding van de Geest van de Heer vast hoe we ons de volgende dag kunnen verbeteren. Zo bouwen we in ons avondgebed voort op ons ochtendgebed. En zo is ons avondgebed ook een voorbereiding op een zinvol ochtendgebed. (David A. Bednar, 'Bid altijd', *Liahona*, november 2008, 41–42.)

Schrijf in je eigen woorden op wat het volgens jou betekent om altijd te bidden.

## ACTIVITEIT C

### Hoe zal onze hemelse Vader onze inspanningen heiligen voor het welzijn of voordeel van onze ziel?

Nephi gaf de instructie om ‘tot de Vader te bidden in de naam van Christus dat Hij uw handeling voor u zal heiligen, opdat uw handeling voor het welzijn van uw ziel zal zijn’ (2 Nephi 32:9). *Heiligen* betekent heilig maken of wijden.

Denk aan minstens één voorbeeld waarbij onze hemelse Vader iemand heeft gezegend die bad en ernaar streefde zijn wil te doen. Dat kan een persoonlijke ervaring zijn, een hedendaags voorbeeld of een verhaal uit de Schriften. (Kijk zo nodig in de Gids bij de Schriften om een voorbeeld te vinden.)

Schrijf het voorbeeld op en leg uit hoe onze hemelse Vader onze inspanningen om zijn wil te doen zal zegenen als we bidden.