

# 'ZEG MAAR EEN GEBED, HELAMÁN'



Dayle Searle

(Gebaseerd op een waargebeurd verhaal)

Het was Helamán's eerste schooldag. Hij had zijn favoriete T-shirt aan en hij had een nieuw potlood. Zijn nieuwe juf zei dat hij aan een tafel met zijn vrienden Sylvester, Jorge en Miguel mocht gaan zitten. Het was een fijne dag.

'Ruim je spullen op', zei señora Martínez. 'Het is lunchtijd.'

Bij Helamán thuis baden ze altijd samen voordat ze gingen eten. Hij stak zijn hand op. 'Señora Martínez, gaan we bidden voor het eten?'

Señora Martínez glimlachte naar Helamán. 'Je mag

een gebed voor je eten zeggen als je dat wil.'

Helamán en zijn vrienden pakten hun lunch.

'Wat is een gebed?' vroeg Sylvester.

'Het is praten met onze hemelse Vader', zei Helamán. 'Zo danken we Hem voor ons eten.'

'Kun je voor ons allemaal bidden?' vroeg Miguel.

Helamán deed zijn armen over elkaar. Zijn drie vrienden deden dat ook. Helamán sloot zijn ogen en boog zijn hoofd. Zijn vrienden deden hetzelfde.

Toen zei Helamán een gebed, net als thuis. Hij bedankte zijn hemelse Vader voor de fijne dag die ze



hadden en voor hun lunch. Hij vroeg een zegen over het eten. Hij eindigde in de naam van Jezus Christus en zei: 'Amen.'

Sylvester, Jorge en Miguel keken op.

'Jullie mogen ook *amen* zeggen', zei Helamán.

Zijn vrienden lachten en zeiden: 'Amen.'

De volgende dag zei Sylvester tijdens de lunch: 'Zeg maar een gebed, Helamán.'

'Ja, wil je bidden, Helamán?' zei Miguel. Jorge knikte.

Dus Helamán bad weer. Deze keer zei hij dat hij extra dankbaar was dat zijn moeder een broodje met ham en kaas voor hem gemaakt had, omdat hij dat heel lekker vond. Hij vroeg onze hemelse Vader of Hij hen die dag wilde helpen om te leren op school.

Elke dag zeiden de vrienden van Helamán tijdens de lunch: 'Zeg maar een gebed, Helamán.' En elke dag sprak Helamán een gebed uit. Hij bad een week lang elke dag met zijn vrienden.

De volgende maandag zei Miguel tijdens de lunch: 'Vandaag ga ik bidden.'

Helamán was verbaasd. Hij deed zijn armen over elkaar, sloot zijn ogen, boog zijn hoofd en luisterde terwijl Miguel bad.

Miguel zei eerst: 'Geliefde hemelse Vader.' Hij bedankte Hem voor het eten en vroeg Hem om het te zegenen. Hij eindigde in de naam van

Jezus Christus en zei: 'Amen.'

'Amen!' zeiden Helamán en Jorge.

'Amen', zei Sylvester. 'Ik wist niet dat je kon bidden.'

'Ik heb het geleerd door naar Helamán te luisteren', zei Miguel. 'Ik heb mijn ouders gevraagd of ik thuis voor het eten mocht bidden. Ze zeiden ja, dus ik bid, net als Helamán.'

'Wauw!' zei Sylvester. 'Ik denk dat ik mijn ouders ook ga vragen of ik mag bidden voor het eten.'

'Ik ook!' zei Jorge.

Helamán glimlachte. Hij was blij dat zijn vrienden dankzij hem nu met onze hemelse Vader konden praten. Hij wist dat zijn hemelse Vader van hem hield en dat zijn hemelse Vader ook van zijn vrienden hield. ●

*Dit verhaal vond plaats in Mexico.*

