

INHOUD

MORGEN

-	Morgenrooster	2
I	Het Onze Vader	2
II	Zeven wonderen van Jezus: beheersing van de natuurkrachten en de dood	2
III	Korte gebeden	2

TUSSEN DE MIDDAG

IV	Rooster voor het lezen van de 150 Psalmen	4
----	---	---

AVOND

-	Avondrooster	5
V.A	Vijfendertig bijbelse namen en titels van Jezus	5
V.B	De zeven 'Ik-ben'-woorden van Jezus uit Johannes	6
V.C	De acht felicitaties van Jezus	7
V.D	Zeven hoogtepunten uit Jezus' leven	7
V.E	De zeven woorden van Jezus tijdens zijn kruisiging	7
V.F	Wat ik ben in (door mijn verbondenheid met) Christus	8
	Fa Wat ik ben in Christus: aanvaard	
	Fb Wat ik ben in Christus: veilig	
	Fc Wat ik ben in Christus: belangrijk	
VI	Vrij gebed: begin, voorbede, slot	9

BEMOEDIGENDE EN STIMULERENDE TEKSTEN

VII.1	Teksten uit het Oude Testament: morgen	11
VII.2	Teksten uit de Psalmen: morgen	19
VIII	Teksten uit het Nieuwe Testament: avond	27

IN DE LOOP VAN DE DAG: BIJBEL-LEESROOSTERS

IX	- Inleiding op het 'Groninger Bijbel-leesrooster voor één jaar'	35
	- Het Groninger Bijbel-leesrooster voor één jaar	36
X	- Inleiding op het 'Groninger Bijbel-leesrooster voor vier jaar'	38
	- Het Groninger Bijbel-leesrooster voor vier jaar	39
XI	- Bijlage-1: Handreiking voor begrijpend bijbellezen	47
	- Bijlage-2: J.R. Douma, Bijbelmeditatie + Lectio divina	48

MORGEN

Morgenrooster:

- **VII.1 of 2: Eén van de 31 teksten uit het O.T. of uit de Psalmen**
- **I: Het Onze Vader**
- **II: Eén van Jezus' zeven wonderen, afhankelijk van de dag**
- **III: Eén van de zeven korte gebeden, afhankelijk van de dag**

I Het Onze Vader (Mat.6:9-13)

Onze Vader in de hemel,

Laat uw naam geheiligd worden,

laat uw koninkrijk komen,

laat uw wil gedaan worden

op aarde zoals in de hemel.

Geef ons vandaag het brood dat wij nodig hebben.

Vergeef ons onze schulden,

zoals ook wij vergeven wie ons iets schuldig is.

En breng ons niet in beproeving, maar red ons van het kwaad.

Want aan U behoort het koningschap, de macht

en de majesteit, in eeuwigheid. Amen

II Zeven wonderen van Jezus: beheersing van de natuurkrachten en de dood

Ik dank U dat ik vol vertrouwen kan zijn over uw leiding van mijn leven en van de geschiedenis. U kunt en wilt immers zorgen, want indertijd hebt U:

Zo -1 Water in wijn veranderd. (Joh.2:1-11)

Ma -2 De zoon van een weduwe weer levend laten worden. (Luc.7:11-15)

Di -3 Een storm tot bedaren gebracht. (Mat.8:23-27; Luc.8:22-25).

Wo -4 Tweemaal eten vermenigvuldigd. (Mat.14:15-21; 15:32-38)

Do -5 Blinden weer ziende gemaakt. (Jh.9:1-7; Mt.20:29-34=Mc.10:46-52)

Vr -6 Lazarus uit zijn graf laten opstaan. (Joh.11:1-44)

Za -7 Een wonderbaarlijke visvangst laten plaatsvinden. (Joh.21:1-11)

Geeft U mij vreugde om het blijvende perspectief dat ik hierdoor van U krijg.

III Korte gebeden

Zo Basis-gebed

Geef mij vreugde, hemelse Vader,

om uw geschenk, Jezus Christus,

door de kracht van uw Geest.

Ma Dubbel-gebed van de liefde (2 Kor.8:9; Mat.22:37-40; 7:14)

- Ik dank u voor de liefde die onze Heer Jezus Christus heeft gegeven:

Hij was rijk, maar is omwille van ons arm geworden

opdat wij door zijn armoede rijk zouden worden.

- Help mij daarom dat ik U met hart en ziel liefheb

en dus opensta voor het onderwijs dat U door uw Woord hebt gegeven.

- Help mij ook dat ik m'n naaste liefheb als mezelf

en dus anderen steeds behandel zoals ik wil dat ze mij behandelen.

Di De grote opdracht (Mat.28:18-20; 5:16; 1 Petr.3:15)

- Ik erken, Heer Jezus, dat U alle macht is gegeven in de hemel en op de aarde en dat U met ons bent, alle dagen, tot aan de voltooiing van deze wereld.
- Laat het daarom vanzelfsprekend voor mij zijn dat ik me houd aan het onderwijs dat U door uw Woord hebt gegeven, dat ik steeds bereid ben me te verantwoorden voor m'n leven met U, en dat ik zo het licht laat schijnen voor de mensen, tot eer van U.

Wo Oriëntatie op Christus (Filip.3:20-4:8)

- Heer Jezus, ik dank U dat ik mijn burgerrecht bij U in de hemel heb en dat U van daaruit terugkomt om mij deel te geven aan uw glorie.
- Werk zo met uw Geest op mij in dat ik hierdoor telkens geraakt word en dus standvastig ben, mild en onbezorgd leef, vol vreugde en vrede.
- Laat mij door mijn binding aan U gericht zijn op wat waar is, edel, rechtvaardig, zuiver, beminnelijk en eervol, kortom, op wat deugdzaam is en lof verdient.

Do De relatie van ons tot God

Ik dank U dat U mij door Christus bevrijd hebt uit de macht van de zonde. Wilt U mij door de kracht van Christus' Geest ermee helpen:

- 1 Dat ik U meer toegewijd ben dan wie of wat ook in m'n leven.
- 2 Dat ik geen voorstellingen van U maak buiten Christus om.
- 3 Dat ik U de eer geef die U toekomt door gericht op U te leven en uit te komen voor m'n verbondenheid met Christus.
- 4 Dat ik tijd uittrek voor m'n band met U en met anderen, voor rust en genieten. Wilt U mij zo in vrijheid laten leven, verbonden met U.

Vr De relatie van ons tot de ander

Ik dank U dat U mij door Christus bevrijd hebt uit de macht van de zonde. Wilt U mij door de kracht van Christus' Geest ermee helpen:

- 5 Dat ik respectvol omga met m'n ouders en hart heb voor de kinderen die U mij hebt toevertrouwd.
- 6 Dat ik bereid ben de ander te dienen, zoals Christus heeft gedaan.
- 7 Dat ik een ander nooit tot lustobject verlaag en m'n huwelijk hooghoud door trouw te zijn en me vol liefde in te zetten.
- 8 Dat ik zorgvuldig met uw schepping omga en vrijgevig ben.
- 9 Dat ik opkom voor de goede naam van de ander, zoals ook Christus voor mij pleit.
- 10 Dat ik tevreden ben met wat ik heb en wie ik ben, want dat hebt U mij gegeven. Wilt U mij zo in vrijheid laten leven, verbonden met U.

Za Vrucht van de Geest (Gal.5:22-25)

- Heer Jezus, ik wil U toebehoren.
- Laat daarom uw Geest mijn leven leiden, zodat steeds meer bij mij als vrucht gaat groeien: (1) liefde, en dan ook: (2) vreugde, (3) vrede, (4) geduld, (5) vriendelijkheid, (6) goedheid, (7) trouw, (8) zachtmoedigheid, (9) zelfbeheersing.

Tussen de middag

IV Rooster voor het lezen van de 150 Psalmen 4x per jaar

NB: Wie het Bijbel-leesrooster voor 1 jaar volgt, leest de Psalmen nog een 5^e keer

Jan./April/Juli/Okt.	Febr./Mei/Aug./Nov.	Mrt/Juni/Sept./Dec.
01 Ps.1-3	01 Ps.53-54	01 Ps.103
02 Ps.4-6	02 Ps.55	02 Ps.104
03 Ps.7-8	03 Ps.56-57	03 Ps.105
04 Ps.9-10	04 Ps.58-59	04 Ps.106
05 Ps.11-14	05 Ps.60-61	05 Ps.107
06 Ps.15-17	06 Ps.62-63	06 Ps.108
07 Ps.18:1-27	07 Ps.64-65	07 Ps.109
08 Ps.18:28-51	08 Ps.66-67	08 Ps.110-111
09 Ps.19-21	09 Ps.68	09 Ps.112-113
10 Ps.22	10 Ps.69	10 Ps.114-115
11 Ps.23-25	11 Ps.70-71	11 Ps.116-117
12 Ps.26-27	12 Ps.72	12 Ps.118
13 Ps.28-29	13 Ps.73	13 Ps.119:1-40
14 Ps.30	14 Ps.74-75	14 Ps.119:41-72
15 Ps.31	15 Ps.76-77	15 Ps.119:73-112
16 Ps.32-33	16 Ps.78:1-39	16 Ps.119:113-144
17 Ps.34	17 Ps.78:40-72	17 Ps.119:145-176
18 Ps.35	18 Ps.79-80	18 Ps.120-122
19 Ps.36	19 Ps.81-83	19 Ps.123-125
20 Ps.37	20 Ps.84-85	20 Ps.126-129
21 Ps.38	21 Ps.86-87	21 Ps.130-131
22 Ps.39	22 Ps.88	22 Ps.132-133
23 Ps.40	23 Ps.89:1-26	23 Ps.134-135
24 Ps.41	24 Ps.89:27-53	24 Ps.136
25 Ps.42-43	25 Ps.90	25 Ps.137-138
26 Ps.44	26 Ps.91-92	26 Ps.139
27 Ps.45-46	27 Ps.93-94	27 Ps.140-142
28 Ps.47-48	28 Ps.95-97	28 Ps.143-144
29 Ps.49	29 Ps.98-100	29 Ps.145-146
30 Ps.50	30 Ps.101-102	30 Ps.147
31 Ps.51-52		31 Ps.148-150

AVOND

Avondrooster:

- VIII: Eén van de 31 teksten uit het Nieuwe Testament
- V.A-F: Eén van de 31 punten, afhankelijk van de maand-dag
- VI: Eventueel vrij gebed: begin, voorbede, slot

V.A Vijfendertig bijbelse namen en titels van Jezus

- 1 Heer Jezus Christus, ik prijs uw naam:
 - a De enige eigen Zoon van de Vader. (Joh.1:14)
 - b Het begin van Gods schepping. (Openb.3:14)
 - c Het mensgeworden Woord. (Joh.1:14)
 - d De mensenzoon. (Luc.22:22)
 - e De laatste Adam. (1 Kor.15:45)Ik aanbid U om uw komst vanuit de hemel naar de aarde.
- 2 Heer Jezus Christus, ik prijs uw naam:
 - a Het lam van God. (Joh.1:29)
 - b Een geurige gave voor God. (Ef.5:2)
 - c Losgeld voor velen. (Mat.20:28)
 - d Geestelijke rots. (1 Kor.10:4)
 - e Onze Heer en redder. (2 Petr.3:18)Ontferm U over mij met uw vergevende en helende liefde.
- 3 Heer Jezus Christus, ik prijs uw naam:
 - a Man van smarten. (Jes.53:3)
 - b De gekruisigde Christus. (1 Kor.1:23)
 - c Ons geslachte pesachlam. (1 Kor.5:7)
 - d De eerstgeborene van de doden. (Kol.1:18)
 - e De hoeksteen. (Mat.21:42)Houd mij door alle lijden heen op weg naar de goddelijke glorie.
- 4 Heer Jezus Christus, ik prijs uw naam:
 - a Beeld van God. (Kol.1:15)
 - b Pleitbezorger bij de Vader. (1 Joh.2:1)
 - c Hoofd van het lichaam, de kerk (Kol.1:18)
 - d De rechtvaardige rechter. (2 Tim.4:8)
 - e Vredevorst. (Jes.9:5)Ik geef U alle eer om wat U voor ons bent en doet.

- 5 Heer Jezus Christus, ik prijs uw naam:
a Bron van eeuwige redding. (Hebr.5:9)
b Behoeder van onze ziel. (1 Petr.2:25)
c Onze wijsheid en rechtvaardigheid. (1 Kor.1:30)
d Onze heiliging en verlossing. (1 Kor.1:30)
e De grondlegger en voltooiër van ons geloof. (Hebr.12:2)
Ik dank U voor uw onverdiende inzet voor ons.
- 6 Heer Jezus Christus, ik prijs uw naam:
a Onze oudste broer. (Rom.8:29)
b Onze hogepriester. (Hebr.4:14)
c Leidsman en redder. (Hand.5:31)
d Reddende kracht. (Luc.1:89)
e Onze bruidegom. (Luc.5:34-35)
Bewerk dat ik telkens op U gericht blijf.
- 7 Heer Jezus Christus, ik prijs uw naam:
a Gods kracht en wijsheid. (1 Kor.1:24)
b De betrouwbare getuige. (Openb.1:5)
c Bemiddelaar tussen God en mensen. (1 Tim.2:5)
d De eerste en de laatste, het begin en het einde. (Openb.22:13)
e Mijn Heer en mijn God. (Joh.20:28)
Help mij dat ik U centraal stel in mijn leven.

V.B De zeven 'Ik-ben'-woorden van Jezus uit Johannes

Heer Jezus Christus, ik dank U dat U gekomen bent om ons toekomst te geven. U hebt immers gezegd:

- 8 -1 - Ik ben het brood dat leven geeft. Wie bij Mij komt zal geen honger meer hebben, en wie in Mij gelooft zal nooit meer dorst hebben.(6:35)
- Ik ben het levende brood dat uit de hemel is neergedaald; wanneer iemand dit brood eet zal hij eeuwig leven. En het brood dat Ik zal geven voor het leven van de wereld, is mijn lichaam. (6:51)
- 9 -2 - Ik ben het licht voor de wereld. Wie Mij volgt loopt nooit meer in de duisternis, maar heeft licht dat leven geeft. (8:12)
- Ik ben het licht dat naar de wereld is gekomen, opdat iedereen die in Mij gelooft niet langer in de duisternis blijft. (12:46)
- 10 -3 Ik ben de deur voor de schapen. Wanneer iemand door Mij binnenkomt zal hij gered worden; hij zal in en uit lopen, en hij zal weidegrond vinden. Ik ben gekomen om hun het leven te geven in al zijn volheid. (10:7,9-10)
- 11 -4 Ik ben de goede herder. Een goede herder is bereid zijn leven te geven voor de schapen. Ik ken mijn schapen en mijn schapen kennen Mij, zoals de Vader Mij kent en ik de Vader ken. Ik geef mijn leven voor de schapen. (10:11,14-15)
- 12 -5 Ik ben de opstanding en het leven. Wie in Mij gelooft zal leven, ook wanneer hij sterft. (11:25)
- 13 -6 Ik ben de weg, de waarheid en het leven. Niemand kan bij de Vader komen dan door Mij. (14:6)
- 14 -7 Ik ben de ware wijnstok en jullie zijn de ranken. Als iemand in Mij blijft en Ik in hem, zal hij veel vrucht voortbrengen. Maar zonder Mij kun je niets doen. (15:1,5)

Wilt U door de kracht van uw Geest bewerken dat ik verbonden met U leef.

V.C De acht felicitaties van Jezus (Mat.5:3-10)

Christus, ik dank U dat U mijn handen zo royaal vult, want U zegt tegen ons:

- 15 -1 Gelukkig wie nederig van hart zijn,
want voor hen is het koninkrijk van de hemel.
 - 16 -2 Gelukkig de treurenden,
want zij zullen getroost worden.
 - 17 -3 Gelukkig de zachtmoedigen,
want zij zullen de aarde bezitten.
 - 18 -4 Gelukkig wie hongeren en dorsten naar gerechtigheid,
want zij zullen verzadigd worden.
 - 19 -5 Gelukkig de barmhartigen,
want zij zullen barmhartigheid ondervinden.
 - 20 -6 Gelukkig wie zuiver van hart zijn,
want zij zullen God zien.
 - 21 -7 Gelukkig de vredestichters,
want zij zullen kinderen van God genoemd worden.
 - 22 -8 Gelukkig wie vanwege de gerechtigheid vervolgd worden,
want voor hen is het koninkrijk van de hemel.
- Wilt U mij vreugde geven om al uw geschenken aan ons.

V.D Zeven hoogtepunten uit Jezus' leven

Christus, Ik dank U dat alles in uw leven dienstbaar was aan onze redding:

- 23 -1 De Heilige Geest komt over Maria zodat uit haar Gods Zoon als mens geboren kan worden, van wie geldt: Immanuel. (Luc.1:35; Mat.1:23)
- 2 Na Jezus' doop daalt Gods Geest als een duif op Hem neer en verklaart God: 'Dit is mijn geliefde Zoon, in Hem vind Ik vreugde.' (Mat.3:16)
- 24 -3 Op een berg verandert Jezus van gedaante en zegt God: 'Dit is mijn geliefde Zoon, in Hem vind Ik vreugde. Luister naar Hem.' (Mat.17:5)
- 4 In Getsemane wordt Jezus overvallen door doodsangst, maar toch bidt Hij: 'Laat niet wat Ik wil, maar wat U wilt gebeuren', waarna Hij tegen de leerlingen zegt: 'Sta op, laten we gaan'. (Luc.22:42; Mat.26:46)
- 25 -5 Zondag na zijn dood a.h. kruis op Golgota staat Jezus op uit zijn graf, waarmee Hij afrekenend heerser over de dood, de duivel. (Heb.2:14)
- 6 40 dagen na zijn levendwording zegent Jezus zijn leerlingen met opgeheven handen en wordt Hij opgenomen bij God in de hemel. (Luc.24:51)
- 26 -7 Tien dagen na zijn vertrek stuurt Jezus zijn Geest naar zijn leerlingen, met als resultaat dat de aanwezigen verwonderd constateren: 'Wij horen hen in onze eigen taal spreken over Gods grote daden.' (Hand.2:11).

Wilt U uw leven op aarde effect geven in mijn leven als volgeling van U.

V.E De zeven woorden van Jezus tijdens zijn kruisiging

Christus, ik dank U dat U zelfs in uw ergste lijden dienstbaar was, want U zei:

- 27 -1 Vader, vergeef hun, want ze weten niet wat ze doen. (Luc.23:34)
- 2 Ik verzeker je: nog vandaag zul je met Mij in het paradijs zijn. (Luc.23:43)
- 3 (Tegen Maria) Dat is uw zoon; (tegen Jh.) Dat is je moeder. (Jh.19:26-27)
- 28 -4 Eli, Eli, lema sabachtani? Dat betekent: 'Mijn God, mijn God, waarom hebt U Mij verlaten?' (Mat.27:46)
- 5 Ik heb dorst. (Joh.19:28)
- 6 Het is volbracht. (Joh.19:30)
- 7 Vader, in uw handen leg Ik mijn geest. (Luc.23:46)

Wilt U bewerken dat ik steeds geraakt word door uw inzet voor ons.

V.F Wat ik ben in (door mijn verbondenheid met) Christus

29 Fa Wat ik ben in Christus: aanvaard

Ik dank U dat ik in Christus door U aanvaard ben en over mezelf mag zeggen:

- 1 Ik ben rechtvaardig verklaard. (Rom.5:1)
 - 2 Ik ben gekocht en betaald. (1 Kor.7:23)
 - 3 Ik maak deel uit van het lichaam van Christus. (1 Kor.12:27)
 - 4 Ik ben gezalfd en ben gewaarmerkt als Gods eigendom. (2 Kor.1:21-22)
 - 5 Ik ben voorbestemd om door Christus Gods kind te worden. (Ef.1:5)
 - 6 Ik heb door de Geest toegang tot de Vader. (Ef.2:18)
 - 7 Ik heb de verlossing ontvangen, de vergeving van mijn zonden. (Kol.1:14)
- Ik aanbid U om al uw geschenken.

30 Fb Wat ik ben in Christus: veilig

Ik dank U dat ik in Christus bij U veilig ben en met zekerheid mag zeggen:

- 1 Mijn leven wordt dwars door alles heen tot een goed einde gebracht. (verg. Rom.8:28)
 - 2 Ik word door niemand aangeklaagd, God zelf spreekt mij vrij. (Rom. 8:33)
 - 3 Ik kan door niets gescheiden worden van de liefde van God. (Rom.8:39)
 - 4 Het goede werk dat God bij mij begonnen is, zal Hij ook voltooien. (Filip.1:6)
 - 5 Ik ben bevrijd van slavernij, mijn angst voor de dood. (Hebr.2:15)
 - 6 Ik vind bij God barmhartigheid en genade telkens als ik hulp nodig heb. (Hebr.4:16)
 - 7 Door Christus ben ik uit God geboren en word ik beschermd, zodat de duivel geen vat op mij heeft. (1 Joh.5:18)
- Ik aanbid U om al uw geschenken.

31 Fc Wat ik ben in Christus: belangrijk

Ik dank U dat ik in Christus belangrijk ben voor U en over mezelf mag zeggen:

- 1 Ik ben Gods tempel en Gods Geest woont in mij. (1Kor.3:16; 6:19)
 - 2 Ik ben een nieuwe schepping en ben verzoend met God. (2 Kor.5:17-19)
 - 3 Ik ben met Christus gekruisigd: ikzelf leef niet meer, maar Christus in mij; aan mijn zondige leven is een einde gekomen. (Gal.2:19-20; Rom.6:6)
 - 4 Ik ben samen met Christus tot leven gewekt en heb een plaats gekregen in de hemelsterren; ik leid een nieuw leven, voor God. (Ef.2:6; Rom.6:4,11).
 - 5 Ik heb vrijelijk toegang tot God; door mijn geloof in Christus mag ik daarop vertrouwen. (Ef.3:12)
 - 6 Ik ben tegen alles bestand door Hem die mij kracht geeft. (Filip.4:13)
 - 7 Ik heb niet een geest van lafhartigheid gekregen, maar een geest van kracht, liefde en bezonnenheid. (2 Tim.1:7)
- Ik aanbid U om al uw geschenken.

VI.1 Begin van het vrije gebed

- Zo - Lof op U: uw natuur: glorie; uw bestuur: zorg, plannen.
- Soms geen oog hiervoor, waardoor veel kapot; dus: leren door het Woord.
- Ma - Gefaald tegenover U/anderen: doen/nalaten, waardoor onrecht aan U/ander.
- Dank: U niet berust = Christus; door Geest: bereidheid/kracht, > toegewijd.
- Di - Lof op U: relaties/bezig; Zoon gegeven, = hier/nu houvast, en toekomst.
- Soms niet dankbaar; dus: vergeven; doordringen dat = bevoorrecht.
- Wo - U tekort: leven alsof U onbelangrijk/afwezig, terwijl: alles van U, = schuldig.
- Vergeven: onszelf in het centrum; bewerken: gehoor/oog/verbonden > U.
- Do - Bevoorrecht: Uzelf bekend, door uw daden (Israël/Christus!) en uw Woord!
- Vergeven: alleen ons eigen leven; door uw Geest open voor U: zegt/bent.
- Vr - Vaak geen gedrag als uw kinderen, terwijl: U = hoogverheven/bron.
- Door Geest: oog voor kwaad/ernst; hulp om weer op het goede spoor.
- Za - Dank > geschenken: gezin/materiële/uw liefde = Christus: plaatsvervangend.
- Leren: dankbaar + verantwoord mee omgaan, zodat U de eer die U toekomt.

VI.2a Voorbede - oneven week

- 0 - Gezin/familie/vrienden: uiterlijke omstandigheden / geloof.
- Actualiteit in eigen bezigheden en in gezin/omgeving/kerk/wereld.
- Zo - Kerkdiensten: effect op mezelf/gemeente; gemeente = heuse gemeenschap.
- Predikanten, ouderlingen, diakenen, pastorale bezoekers: trouw en wijsheid.
- Anderen met kerkelijke taak, bv. musici; kerkelijke activiteiten: tot opbouw.
- Gemeente = uitstraling; externe contacten: stimulerend/helpend.
- Ma - Theolog.Universiteit; kerkel.vergaderingen; synodecommissies: dienstbaar.
- Vertalen/verspreiden van de Bijbel: al meer mensen bereikt.
- Missionaire werk: al meer > Christus; ontwikkelingswerk: al meer > welzijn.
- Di - Kerkelijke eenheid: recht aan wat scheidt, vooral aan wat bindt, = Geest.
- Verdrukte christenen: weerbaarheid/vreugde; overheden: leefruimte.
- Moeiten: beloften kloppen niet met de feiten; twijfel aan: U; werk vd. Geest.
- Wie een dun lijntje met het geloof hebben of het geloof zijn kwijtgeraakt.
- Wo - Onderwijs: catechese en scholen, = toegerust als christen/mens.
- Toewijding aan werk; hoe bijbelse opdrachten/waarden toepassen.
- Huishoudelijk werk / vrijwilligerswerk: vreugde/waardering.
- Werk met risico: bescherming, zodat: veilig; ontspannen tegenover eisen.
- Do - Kunsten/wetenschap: leeft dat: gebruik van mogelijkheden in de schepping.
- Werken met de handen: spankracht; bevrediging/waardering.
- Medisch beroep: diagnostisch inzicht; oog voor mens.
- Psychische hulpverlening: hart voor mens; goede woorden.
- Vr - Landbouw/veeteelt: afhankelijk-U; voldoende.voedsel; rechtvaardig verdeeld.
- Productiebedrijven: werkers menselijk behandeld; nuttige zaken.
- Natuur: oog voor uw grootheid; wij verantwoordelijk, zodat goed beheer.
- Geld en goed: niet graaiend/hebzuchtig; royaal weggeven.
- Za - Kerkdiensten van morgen: tot opbouw; nabij: spreken/luisteren/zingen.
- Verkering: groeien naar elkaar; verantwoord omgaan met grenzen.
- Ongetrouwd: niet gefocust op gemis maar op wat wel; vrede, ook al: pijn.
- Homofiel: belangrijkste = band-Christus; wat = verantwoord.
- Transseksueel: onder ogen; duidelijk: weg; omgeving = ondersteuning.

VI.2b Voorbede - even week

- 0 - Gezin/familie/vrienden: uiterlijke omstandigheden / geloof.
- Actualiteit in eigen bezigheden en in omgeving/kerk/wereld.
- Zo - Kerkdiensten: effect op mezelf/gemeente; gemeente = heuse gemeenschap.
- Teleurstelling: leren leven met het onvolkomene zodat groeien in acceptatie.
- Rouw: iemand die na = overleden; verlies draaglijk en toch verder.
- Jrr. weduwe/weduwnaar: weerbaar > eenzaamheid; gescheiden: niet-bitter.
- Ongewild kinderloos: niet gefocust op gemis; niet gekwetst door omgeving.
- Ma - Man en vrouw tegenover elkaar: respect voor behoeften-ander.
- Ouders tegenover kinderen: hun belangen voorop; respect vr hun grenzen.
- Ongeboren leven: bescherming; niet aangetast; nabij wie zwanger.
- Kleintjes: veilig, fysiek en psychisch; rechtgedaan aan wat zij nodig hebben.
- Jongeren: afscheid van kerk/geloof; warm voor Evangelie; ouders wijsheid.
- Di - Tieners: weg in alle veranderingen, zodat gezond groeien nr volwassenheid.
- Twintigers: groei in verantwoordelijkheid; goede keuzes.
- Volwassenen: gericht op U; plek in de gemeente;= voorbeeld voor jongeren.
- Bejaarden: omgaan met beperkingen; dankbaar; positieve instelling.
- Wo - Ziek: geduld/vertrouwen, ook al is de ziekte ongeneeslijk.
- Handicap: niet gefocust op beperking maar op wat wel; vrede, ook al: pijn.
- Last van verleden: geen stempel op het heden; zegen therapie.
- Eenzaam/verdrietig/neerslachtig/wanhopig: nabij; uitweg.
- Verslaafd aan alcohol, gokken, porno: vol van U, zodat vrij kunnen leven.
- Do - In ziekenhuis/verpleegh/psychiatrie: mens.behandeld; ingebed mensen/U.
- Koning: opbouwend; band-U; zijn gezin geven wat nodig voor taak.
- Landelijke regering: niet uit op macht maar op dienen.
- Provinc.bestuur/stadsbestuur: niet > partijbelang maar > algemeen belang.
- Vr - Volksvertegenwoordiging: landelijk/plaatselijk: dienstbaar aan samenleving.
- Politie: orde en veiligheid; leger: bescherming; vrede.
- Justitie: kwaad bestraft; rechters: recht aan betrokkenen.
- Ambtenaren: integer; mensgericht, zodat mensen niet vermalen.
- Za - Kerkdiensten van morgen: tot opbouw; nabij: spreken/luisteren/zingen.
- Samenleving: elkaar plek gunnen, ook al: verschillen.
- Overheden elders: dienstbaar; foute regeringsleiders gestopt.
- Landen waar geweld, > slachtoffers; initiatieven die vrede brengen.
- Landen waar honger/ramp, > slachtoffers; acties om hulp te bieden.

VI.3 Slot van het vrije gebed

- Zo Dank: U open oor; Vader voor ons; dus wij = geborgen.
Ma Verlangen: effect kwaad en invloed satan ongedaan gemaakt.
Di Dank dat U: niet voor ons (zondig/nietig!) afsluiten,maar: betrokken op ons.
Wo Verlangen: Christus terug, zodat: een en al vreugde; U alle eer.
Do Dank: wij in uw hand, dus: uiteindelijk veilig op bestemming.
Vr Verlangen: moeite/tranen voorbij, dus: vervulling beloften.
Za Vreugde: bemoeienis met ons en ons meenemen in uw plannen.

Bemoedigende en stimulerende teksten

VII.1 Eenendertig teksten uit het Oude Testament - morgen (m.u.v. de Psalmen)

Eén tekst voor elke dag van de **even maand**, om de dag mee te beginnen.

- 1 God zoomt al verder in op de komst van Christus (a):
 - Genesis 3:15 (God tegen de slang [= de duivel] over Eva):
Vijandschap sticht Ik tussen jou en de vrouw,
tussen jouw nageslacht en het hare;
dat verbrijzelt jou de kop, jij bijt het in de hiel.
 - Genesis 12:3 (God tegen Abram, ± 2100 vóór Christus):
Ik zal zegenen wie jou zegenen,
wie jou vervloekt, zal ik vervloeken.
In jou zullen alle volken op aarde gezegend worden.
 - Genesis 49:10 (Jakob tegen zoon Juda, ± 1900 v. Chr.):
In Juda's handen zal de scepter blijven,
tussen zijn voeten de heersersstaf,
totdat hij komt die er recht op heeft;
hem zullen de volken gehoorzaam zijn.

- 2 God zoomt al verder in op de komst van Christus (b):
 - Deuteronomium 18:15 (Mozes tegen de Israëlieten, ± 1400):
God zal in uw midden steeds weer een profeet laten opstaan,
een profeet zoals ik.
Naar hem moet u luisteren (zie Petrus en Stefanus in Hand.3:22; 7:37).
 - 2 Samuël 7:16 (Natan tegen David, uit Juda, ± 1000):
Jou stel ik in het vooruitzicht dat je koningshuis eeuwig zal voortbestaan
en je troon nooit zal wankelen.
 - Jesaja 9:5-6 (± 700 voor Christus):
Een kind is ons geboren, een zoon is ons gegeven;
de heerschappij rust op zijn schouders.
Deze namen zal hij dragen: Wonderbare raadsman,
Sterke God, Eeuwige vader, Vredevorst.
Groot is de heerschappij en zonder einde de vrede
voor de troon van David en voor zijn koninkrijk;
ze zijn gegrondvest op recht en gerechtigheid,
en staan vast voor altijd en eeuwig.
De HEER van de hemelse machten brengt dit in zijn vurige liefde tot stand.

- 3 God zoomt al verder in op de komst van Christus (c):
 - Zacharia 3:8-10 (± 500 voor Christus)
Ik zal mijn dienaar sturen, de nieuwe telg (nml. aan Davids stam).
...en in één enkele dag zal Ik dit land reinigen van alle schuld.
Op die dag – spreekt de HEER van de hemelse machten –
zullen jullie elkaar uitnodigen onder de wijnrank en onder de vijgenboom.
 - Lucas 1:31-33 (de engel Gabriël tegen Maria):
Luister, je zult zwanger worden en een zoon baren,
en je moet Hem Jezus noemen.
Hij zal een groot man worden en Zoon van de Allerhoogste worden genoemd,
en God, de Heer, zal Hem de troon van zijn vader David geven.
Tot in eeuwigheid zal Hij koning zijn over het volk van Jakob,
en aan zijn koningschap zal geen einde komen.

4 Exodus 34:5-7:

De HEER daalde neer in een wolk,
Hij kwam naast Mozes staan en riep de naam HEER uit.
De HEER ging voor hem langs en riep uit:
'De HEER! De HEER! [Hebreeuws: Jahwe = Hij zal er zijn]
Een God die liefdevol is en genadig,
geduldig, trouw en waarachtig,
die trouw blijft tot in het duizendste geslacht,
die schuld, misdaad en zonde vergeeft,
maar niet alles ongestraft laat....

5 Leviticus 19:1,17-18,33-34:

...Wees heilig, want Ik, de HEER, jullie God, ben heilig.
...Wees niet haatdragend.
Als je iemand iets te verwijten hebt,
roep hem dan ter verantwoording
en laad niet omwille van een ander schuld op je.
Blijf geen wraakzucht of wrok koesteren,
maar heb je naaste lief als jezelf. Ik ben de HEER.
...Iemand die als vreemdeling in jullie land verblijft,
mag je niet onderdrukken.
Behandel vreemdelingen die bij jullie wonen als geboren Israëlieten.
Heb hen lief als jezelf,
want jullie zijn zelf vreemdelingen geweest in Egypte.
Ik ben de HEER, jullie God.

6 Numeri 6:22-27:

De HEER zei tegen Mozes:
'Zeg tegen Aäron en zijn zonen dat zij de Israëlieten
met deze woorden moeten zegenen:
"Moge de HEER u zegenen en u beschermen,
moge de HEER het licht van zijn gelaat over u doen schijnen
en u genadig zijn,
moge de HEER u zijn gelaat toewenden en u vrede geven."
Wanneer zij mijn naam over het volk uitspreken,
zal Ik de Israëlieten zegenen.'

7 Deuteronomium 6:2,4-9:

Mozes tegen Israël: U moet voor de HEER, uw God, ontzag tonen
door u te houden aan zijn wetten en geboden;
dat geldt voor u, zolang u leeft,
en voor uw kinderen en uw kleinkinderen.
....Luister, Israël: de HEER, onze God, de HEER is de enige!
Heb de HEER, uw God, lief met heel uw hart
en met heel uw ziel en met heel uw kracht.
Houd de geboden die ik u vandaag opleg steeds in gedachten.
Prent ze uw kinderen in en spreek er steeds over,
thuis en onderweg, als u naar bed gaat en als u opstaat.
Draag ze als een teken om uw arm
en als een band op uw voorhoofd.
Schrijf ze op de deurposten van uw huis
en op de poorten van de stad.

8 Deuteronomium 31:6,8:

Mozes tegen Israël: Wees vastberaden en standvastig.
Wees niet bang en laat u niet afschrikken,
want het is de HEER, uw God, die met u meegaat.
Hij zal niet van uw zijde wijken en u niet verlaten.
...Mozes tegen Jozua: De HEER zelf gaat voor je uit,
Hij zal je bijstaan en geen moment van je zijde wijken.
Wees niet bang en laat je door niets ontmoedigen.

9 Deuteronomium 32:3-4,10-12:

Mozes tegen Israël: De naam van de HEER roep ik uit:
Hij is onze God, laat iedereen Hem prijzen!
Hij is een rots, Hij staat voor recht;
alles wat Hij doet is volmaakt.
Trouw is God, rechtvaardig en zuiver,
in Hem is geen spoor van kwaad.
...Hij omringde zijn volk met zorg en met liefde,
koesterde het als zijn oogappel.
Zoals een arend zijn nest beschermt
en boven zijn jongen zweeft,
zo spreidde de HEER zijn vleugels uit
en droeg zijn volk op zijn wieken.
De HEER alleen leidde hen,
geen andere god stond Hem bij.

10 Jozua 1:7-9:

God tegen Jozua: Houd je vóór alles vastberaden en standvastig
aan de wet waarin mijn dienaar Mozes je heeft onderwezen.
Wijk daar op geen enkele manier van af,
opdat je in alles wat je doet zult slagen.
Leg dat wetboek geen moment ter zijde
en verdiep je er dag en nacht in,
opdat je je aan alles houdt wat erin geschreven staat.
Dan zal alles wat je onderneemt voorspoedig verlopen.
Ik gebied je dus: wees vastberaden en standvastig,
laat je door niets weerhouden of ontmoedigen,
want waar je ook gaat, de HEER, je God, staat je bij.

11 Job 16:19-21; 19:25-27:

Nog heb ik in de hemel mijn getuige,
nog heb ik daar mijn pleitbezorger.
Zijn mijn vrienden soms mijn voorspraak?
Nee, in tranen zien mijn ogen op naar God.
Laat Hij oordelen tussen mens en God,
zoals tussen een mens en zijn gelijke.
...Ik weet: mijn redder leeft,
en Hij zal ten slotte hier op aarde ingrijpen.
Hoezeer mijn huid ook is geschonden,
toch zal ik in dit lichaam God aanschouwen.
Ik zal Hem aanschouwen,
ik zal Hem met eigen ogen zien, ik, geen ander,
heel mijn binnenste smacht van verlangen.

12 Spreuken over het ontzag voor de HEER (a):

-1:7: Het begin van alle kennis is ontzag voor de HEER...
-2:1,5-6: Mijn zoon, als je in acht neemt wat ik zeg,
...dan zul je ontdekken wat ontzag voor de HEER is,
dan raak je met God vertrouwd.
Want het is de HEER die wijsheid schenkt,
zijn woorden bieden kennis en inzicht.
-8:13: Wie ontzag heeft voor de HEER haat het kwaad.
-9:10: Wijsheid begint met ontzag voor de HEER,
inzicht is vertrouwdheid met de Heilige.
-14:26: Ontzag voor de HEER geeft een krachtig vertrouwen,
het biedt je kinderen een schuilplaats.

13 Spreuken over het ontzag voor de HEER (b):

-14:27: Ontzag voor de HEER is de bron van het leven,
het laat je ontkomen aan de strikken van de dood.
-15:16: Beter een schamel bezit en ontzag voor de HEER
dan grote rijkdom en veel onrust.
-15:33: Wie ontzag heeft voor de HEER wint aan wijsheid,
bescheidenheid gaat aan eerbetoon vooraf.
-16:6: Wie trouw en liefde betoont, bedekt de zonde,
wie ontzag heeft voor de HEER, mijdt het kwaad.
-19:23: Ontzag voor de HEER beschermt je leven,
je kunt rustig gaan slapen, er overkomt je niets.

14 Spreuken 3:3-8:

Mogen liefde en trouw je nooit verlaten,
wind ze om je hals, schrijf ze in je hart.
God en de mensen zullen je genegen zijn
en je zult waardering ondervinden.
Vertrouw op de HEER met heel je hart, steun niet op eigen inzicht.
Denk aan Hem bij alles wat je doet, dan baant Hij voor jou de weg.
Wees niet eigenzinnig, maar heb ontzag voor de HEER
en ga het kwaad uit de weg.
Het zal je sterken als een medicijn, het verkwikt je lichaam.

15 Spreuken 16:9,20-21:

Een mens stippelt zijn weg uit,
de HEER bepaalt de richting die hij gaat.
...Wie goed luistert, zal het goed vergaan,
wie op de HEER vertrouwt is gelukkig.
Wie wijs is van hart, wordt verstandig genoemd,
wie op milde toon spreekt, heeft meer overtuigingskracht.

16 Spreuken 18:10-11,15:

De naam van de HEER is een sterke toren,
de rechtvaardige snelt erheen, en is veilig.
Een rijkard denkt dat zijn bezit een vesting is,
achter een muur waant hij zich veilig.
...Een verstandig mens verwerft kennis,
een wijze is gespits op inzicht.

17 Prediker 3:9-13:

Welk voordeel heeft de mens van alles
wat hij met zijn gezwoeg tot stand brengt?
Ik heb gezien dat het een kwelling is, die hem door God wordt opgelegd.
God heeft alles wat er is de goede plaats in de tijd gegeven,
en ook heeft Hij de mens inzicht in de tijd gegeven.
Toch kan de mens het werk van God niet van begin tot eind doorgronden.
Ik heb vastgesteld dat voor de mens niets goeds is weggelegd,
behalve vrolijk te zijn en van het leven te genieten.
Want wanneer hij zich aan eten en drinken te goed doet
en geniet van al het goede dat hij moeizaam heeft verworven,
is dat een geschenk van God.

18 Prediker 7:11-14:

Bezit kan beter samengaan met wijsheid; dat is nuttiger onder de zon.
Ze bieden beide schaduw, maar het voordeel van de wijsheid is
dat ze de mens meer schaduw in het leven biedt.
Bezie het werk van God: wie maakt recht wat Hij krom heeft gemaakt?
Geniet dus op de goede dagen van het goede,
maar zie op de slechte dagen in
dat God naast de goede ook de slechte dagen heeft gemaakt.
Geen mens kan in de toekomst zien.

19 Prediker 7:15-18:

Dit heb ik in mijn leeg bestaan gezien:
een rechtvaardig mens
gaat aan zijn rechtvaardigheid ten onder,
een onrechtvaardig mens leeft lang ondanks zijn slechte daden.
Wees daarom niet al te rechtvaardig
en meet jezelf geen overdreven wijsheid aan.
Waarom zou je jezelf te gronde richten?
Maar gedraag je ook niet al te onrechtvaardig
en wees geen dwaas.
Waarom zou je sterven voor je tijd?
Houd het ene vast en laat het andere niet los.
Dat is het beste, want wie ontzag voor God heeft,
ontsnapt aan al te veel rechtvaardigheid
en ook aan al te veel onrechtvaardigheid.

20 Prediker 11:9-10; 12:13-14:

Geniet van je jonge jaren,
haal je hart op aan de dagen van je jeugd.
Volg de wegen die je hart wil gaan,
gun je ogen wat ze wensen.
En onthoud bij alles wat je doet dat God je aan zijn oordeel onderwerpt.
Belast je hart niet met verdriet en houd je lichaam vrij van kwalen.
...Alles wat je hebt gehoord komt hierop neer:
heb ontzag voor God en leef zijn geboden na.
Dat geldt voor ieder mens,
want God oordeelt over elke daad,
ook over de verborgen daden, zowel over de goede als de slechte.

21 Jesaja 30:9,15,18:

Een onhandelbaar volk is het, kinderen vol bedrog,
die niet willen luisteren naar het onderricht van de HEER.
...Dit zei God, de HEER, de Heilige van Israël:
'In rust en inkeer ligt jullie redding,
in geduld en vertrouwen ligt jullie kracht.'
Maar jullie wilden niet.
...En toch wacht de HEER op het ogenblik
dat Hij jullie genadig kan zijn;
toch zal Hij zich oprichten om zich over jullie te ontfermen.
Want de HEER is een God van recht.
Gelukkig de mens die op Hem wacht.

22 Jesaja 40:27-31:

Jakob, waarom zeg je – Israël, waarom beweer je:
'Mijn weg blijft voor de HEER verborgen,
mijn God heeft geen oog voor mijn recht?'
Weet je het niet? Heb je het niet gehoord?
Een eeuwige God is de HEER,
schepper van de einden der aarde.
Hij wordt niet moe, Hij raakt niet uitgeput,
zijn inzicht is niet te doorgronden.
Hij geeft de vermoeide kracht,
de machteloze geeft Hij macht in overvloed.
Jongens worden moe en raken uitgeput,
zelfs jonge mannen struikelen,
maar wie hoopt op de HEER krijgt nieuwe kracht:
hij slaat zijn vleugels uit als een adelaar,
hij loopt, maar wordt niet moe,
hij rent, maar raakt niet uitgeput.

23 Jesaja 41:10,13-14:

Wees niet bang, want Ik ben bij je,
vrees niet, want Ik ben je God.
Ik zal je sterken, Ik zal je helpen,
je steunen met mijn bevrijdende rechterhand.
...Want Ik ben de HEER, je God,
Ik neem je bij je rechterhand en zeg je:
Wees niet bang, Ik zal je helpen...
De Heilige van Israël is je Bevrijder.

24 Jesaja 49:13-16:

Juich, hemel! Jubel, aarde! Bergen, breek uit in gejuich!
De HEER heeft zijn volk getroost,
Hij heeft zich over de armen ontfermd.
Sion zegt: 'De HEER heeft mij verlaten,
mijn Heer is mij vergeten.'
Maar zou een vrouw haar zuigeling vergeten,
zich niet ontfermen over het kind dat zij droeg?
Zelfs al zou zij het vergeten, Ik vergeet jou nooit.
Ik heb je in mijn handpalmen gegrift.

25 Jesaja 54:8-14:

Ik zal me weer over je ontfermen
met eeuwigdurende liefde, zegt de HEER, die je vrijkoopt.
Dit is voor Mij als bij de vloed van Noach:
zoals Ik heb gezworen dat het water van Noach
nooit meer de aarde zou overspoelen,
zo zweer Ik dat mijn toorn jou niet meer treft
en dat Ik je nooit meer bedreig.
Al zouden de bergen wijken en de heuvels wankelen,
mijn liefde zal nooit meer van jou wijken
en mijn vredesverbond is onwankelbaar
– zegt de HEER, die zich over je ontfermt.
Ongelukkige, zo opgejaagd en ongetroost.
Met fijne leem zal Ik je stenen inleggen,
op saffier zal Ik je grondvesten.
Ik maak je torens van robijn, je poorten van beril,
je muren van kostbare edelstenen.
Al je kinderen zullen leerlingen zijn van de HEER,
rust en vrede zal hun ten deel vallen;
gerechtigheid zal je fundament zijn.
Je zult niets meer te vrezen hebben:
onderdrukking zal je niet bereiken,
terreur blijft ver bij je vandaan.

26 Jesaja 65:17-19,24-25:

Zie, Ik schep een nieuwe hemel en een nieuwe aarde.
Wat er vroeger was raakt in vergetelheid,
het komt niemand ooit nog voor de geest.
Verheug je voor altijd en jubel om wat Ik schep.
Ik herschep Jeruzalem in een jubelende stad
en schenk haar bevolking vreugde.
Dan zal Ik over Jeruzalem jubelen
en me verheugen over mijn volk.
Geen geweene of geweeklaag wordt daar nog gehoord.
...Ik zal hun antwoorden nog voor ze Mij roepen,
Ik zal hen verhoren terwijl ze nog spreken.
Wolf en lam zullen samen weiden,
een leeuw eet stro, net als een rund,
en een slang zal zich voeden met stof.
Niemand doet kwaad, niemand sticht onheil
op heel mijn heilige berg – zegt de HEER.

27 Klaagliederen 3:22-28:

De HEER bewijst zijn liefde: wij zijn nog in leven!
Zijn ontferming kent geen einde.
Elke morgen schenkt Hij nieuwe weldaden. – Veelvuldig blijkt uw trouw!
Ik besef: mijn enig bezit is de HEER, al mijn hoop is op Hem gevestigd.
Goed is de HEER voor wie Hem zoekt en zich op Hem verlaat.
Goed is het geduldig te hopen op de HEER die redding brengt.
Goed is het als een mens zijn juk draagt in zijn jeugd.
Laat hij neersitten, eenzaam en geduldig, als het hem wordt opgelegd.

28 Klaagliederen 3:31-33, 39-41, 55-58:

De Heer verwerpt niet voor eeuwig.

Als Hij leed berokkent, ontfermt Hij zich ook, zo groot is zijn liefde;

slechts met tegenzin brengt Hij leed en rampspoed over de mensen.

...Wat klaagt een mens zolang hij nog leeft? Laat hij klagen over zijn zonden!

Laten we ons leven onderzoeken en doorvorsen,

laten we terugkeren naar de HEER,

laten we met onze handen ook ons hart opheffen tot God in de hemel.

...Uit de diepte van de put roep ik uw naam, HEER. U hoort mijn stem.

Sluit uw oor niet voor mijn zuchten en mijn hulpgeroep.

Altijd als ik roep, bent U nabij; U zegt mij: 'Wees niet bang.'

U, Heer, neemt het voor mij op, U redt mijn leven.

29 Micha 7:18-20:

Wie is een God als U, die schuld vergeeft en aan zonde voorbijgaat?

U blijft niet woedend op wie er van uw volk nog over zijn;

liever toont U hun uw trouw.

Opnieuw zult U zich over ons ontfermen en al onze zonden tenietdoen.

Onze zonden werpt U in de diepten van de zee.

U bewijst Jakob uw trouw en Abraham uw goedheid,

zoals U gezworen hebt aan onze voorouders, in de dagen van weleer.

30 Habakuk 3:17-19:

Al zal de vijgenboom niet bloeien,

al zal de wijnstok niets voortbrengen,

al zal de oogst van de olijfboom tegenvallen,

al zal er geen koren op de akkers staan,

al zal er geen schaap meer in de kooien zijn

en geen rund meer binnen de omheining

– toch zal ik juichen voor de HEER, jubelen voor de God die mij redt.

God, de HEER, is mijn kracht,

Hij maakt mijn voeten snel als hinden, Hij laat mij over toppen van bergen gaan.

31 Maleachi 3:13-20:

Jullie hebben tegen elkaar harde woorden over Mij gesproken

- zegt de HEER -, en jullie vragen: 'Wat hebben we dan over U gezegd?'

Jullie hebben gezegd: 'Wat heeft het voor nut om God te dienen,

wat hebben we eraan dat we zijn voorschriften in acht nemen?...

Wie zich goddeloos gedraagt gaat het voor de wind!'

...Ten overstaan van de HEER werden in een boek

de namen van de mensen opgetekend

die ontzag voor Hem hadden, die zijn naam hoogachtten.

Op de dag die Ik voorbereid – zegt de HEER van de hemelse machten –

zullen zij mijn eigendom zijn.

Ik zal hen sparen zoals je een kind spaart dat je gehoorzaam is.

Dan zullen jullie het verschil weer zien

tussen de mensen die God gehoorzamen en die dat niet doen.

Die dag zal zeker komen, brandend als een oven...

Maar voor jullie die ontzag voor mijn naam hebben

zal de zon van de gerechtigheid, die genezing in haar vleugels draagt,

stralend opgaan.

Huppelend als kalveren die op stal hebben gestaan

zullen jullie naar buiten komen.

VII.2 Eenendertig teksten uit de Psalmen - morgen

Eén tekst voor elke dag van de **oneven maand**, om de dag mee te beginnen.

1 Psalm 10:2a,11-17:

In hun hoogmoed vervolgen zondaars de zwakken.
...Hij denkt bij zichzelf: God vergeet het,
wendt zijn blik af, ziet het niet.
Sta op, HEER, hef uw hand, God,
vergeet de armen niet.
Hoe kan de zondaar U verachten
en denken: God vraagt geen rekenschap.
Toch ziet U de pijn en het verdriet,
U merkt het op en weegt het in uw hand.
Op U vertrouwen weerloze mensen,
de wezen, U komt hun te hulp.
Breek de macht van de goddelozen,
eis rekenschap en ban het kwade uit.
De HEER is koning voor eeuwig en altijd:
vijandige volken verdwijnen uit zijn land.
U, HEER, verhoort de wens van de nederigen,
U bemoedigt hen en luistert met aandacht.

2 Psalm 16:7-11:

Ik prijs de HEER die mij inzicht geeft,
zelfs in de nacht spreekt mijn geweten.
Steeds houd ik de HEER voor ogen,
met Hem aan mijn zijde wankel ik niet.
Daarom verheugt zich mijn hart en juicht mijn ziel,
mijn lichaam voelt zich veilig en beschermt.
U levert mij niet over aan het dodenrijk
en laat uw trouwe dienaar het graf niet zien.
U wijst mij de weg naar het leven:
overvloedige vreugde in uw nabijheid,
voor altijd een lieflijke plek aan uw zijde.

3 Psalm 19:8a,9b,10b,12-15:

De wet van de HEER is volmaakt: levenskracht voor de mens.
...Het gebod van de HEER is helder: licht voor de ogen.
...De voorschriften van de HEER zijn rechtvaardig, geheel en al.
...Uw dienaar laat zich erdoor gezeggen,
wie ze opvolgt wordt rijk beloond.
Maar wie kan al zijn fouten kennen?
Spreek mij vrij van verborgen zonden.
Bescherm mij, uw dienaar, en laat hoogmoed
niet over mij heersen, dan zal ik volmaakt zijn
en bevrijd van grote zonde.
Laten de woorden van mijn mond U behagen,
de overpeinzingen van mijn hart U bekoren,
HEER, mijn rots, mijn bevrijder.

4 Psalm 23:1-6:

De HEER is mijn herder,
het ontbreekt mij aan niets.
Hij laat mij rusten in groene weiden
en voert mij naar vredig water,
Hij geeft mij nieuwe kracht
en leidt mij langs veilige paden
tot eer van zijn naam.
Al gaat mijn weg door een donker dal,
ik vrees geen gevaar, want U bent bij mij,
uw stok en uw staf, zij geven mij moed.
U nodigt mij aan tafel voor het oog van de vijand,
U zalft mijn hoofd met olie, mijn beker vloeit over.
Geluk en genade volgen mij alle dagen van mijn leven,
ik verblijf in het huis van de HEER tot in lengte van dagen.

5 Psalm 25:4-5,14-15:

Maak mij, HEER, met uw wegen vertrouwd,
leer mij uw paden te gaan.
Wijs mij de weg van uw waarheid en onderricht mij,
want U bent de God die mij redt,
op U blijf ik hopen, elke dag weer.
...De HEER is een vriend van wie Hem vrezen,
Hij maakt hen vertrouwd met zijn verbond.
Ik houd mijn oog gericht op de HEER,
Hij bevrijdt mijn voeten uit het net.

6 Psalm 27:1,8-10,14:

De HEER is mijn licht, mijn behoud, wie zou ik vrezen?
Bij de HEER is mijn leven veilig, voor wie zou ik bang zijn?
...Mijn hart zegt U na: 'Zoek mijn nabijheid!'
Uw nabijheid, HEER, wil ik zoeken,
...U bent mij altijd tot hulp geweest,
verstoot mij niet, verlaat mij niet, God, mijn behoud.
Al verlaten mij vader en moeder, de HEER neemt mij liefdevol aan.
...Wacht op de HEER, wees dapper en vastberaden,
ja, wacht op de HEER.

7 Psalm 31:8-9,15-17:

Ik zal mij verblijden, juichen over uw trouw,
want U ziet mijn ellende,
U kent de nood van mijn ziel,
U laat niet toe dat de vijand mij insluit,
U geeft mijn voeten de ruimte.
...Ik vertrouw op U, HEER,
ik zeg: U bent mijn God,
mijn lot en mijn leven zijn in uw hand,
bevrijd mij van mijn vijanden en vervolgers.
Laat het licht van uw gelaat over mij schijnen,
toon uw trouw en red uw dienaar.

8 Psalm 32:1-2,7-8:

Gelukkig de mens wiens ontrouw wordt vergeven,
wiens zonden worden bedekt.
Gelukkig als de HEER zijn schuld niet telt,
als in zijn geest geen spoor van bedrog is.
...Bij U ben ik veilig, U behoedt mij in de nood
en omringt mij met gejuich van bevrijding.
'Ik geef inzicht en wijs de weg die je moet gaan.
Ik geef raad, op jou rust mijn oog.'

9 Psalm 33:18-21:

Het oog van de HEER rust op wie Hem vrezen
en hopen op zijn trouw:
Hij zal hen redden in doodsgevaar,
bij hongersnood zal Hij hun leven sparen.
Wij wachten vol verlangen op de HEER,
Hij is onze hulp en ons schild.
Ja, om Hem is ons hart verblijd,
op zijn heilige naam vertrouwen wij.

10 Psalm 34:5-6,9,18-20:

Ik zocht de HEER en Hij gaf antwoord,
Hij heeft mij van alle angst bevrijd.
Wie naar Hem opzien, stralen van vreugde,
schaamte zal hun gezicht niet kleuren.
...Proef, en geniet de goedheid van de HEER,
gelukkig de mens die bij Hem schuilt.
...De HEER hoort de kreten van de rechtvaardigen,
Hij bevrijdt hen uit de nood.
Gebroken mensen is de HEER nabij,
Hij redt wie zwaar wordt getroffen.
Al blijft de rechtvaardige niets bespaard,
de HEER zal hem steeds weer bevrijden.

11 Psalm 36:6-10:

HEER, hoog als de hemel is uw liefde,
tot in de wolken reikt uw trouw,
uw gerechtigheid is als de machtige bergen,
uw rechtvaardigheid als de wijde oceaan:
U, HEER, bent de redder van mens en dier.
Hoe kostbaar is uw liefde, God!
In de schaduw van uw vleugels schuilen de mensen,
zij laven zich aan de overvloed van uw huis,
U lest hun dorst met een stroom van vreugde,
want bij U is de bron van het leven,
door úw licht zien wij licht.

12 Psalm 37:4-6,23-24:

Zoek je geluk bij de HEER,
Hij zal geven wat je hart verlangt.
Leg je leven in de handen van de HEER,
vertrouw op Hem, Hij zal dit voor je doen:
het recht zal dagen als het morgenlicht,
de gerechtigheid stralen als de middagzon.
...Wie de HEER welgevallig is,
mag zijn weg gaan met vaste tred.
Al komt hij ten val, hij blijft niet liggen,
want de HEER richt hem op.

13 Psalm 40:6,17-18:

Veel wonderen hebt U verricht,
veel goeds voor ons besloten,
HEER, mijn God.
Niemand is te vergelijken met U!
Wil ik erover spreken, ervan verhalen,
het is te veel om op te sommen.
...Wie bij U hun geluk zoeken
zullen lachen en vrolijk zijn,
wie van U hun redding verwachten
zullen steeds weer zeggen: 'Groot is de HEER.'
Ik ben arm en zwak, Heer, denk aan mij.
U bent mijn helper, mijn bevrijder,
mijn God, wacht niet langer.

14 Psalm 51:10-14:

Laat mij vreugde en blijdschap horen:
U hebt mij gebroken, laat mij ook juichen.
Sluit uw ogen voor mijn zonden
en doe heel mijn schuld teniet.
Schep, o God, een zuiver hart in mij,
vernieuw mijn geest, maak mij standvastig,
verban mij niet uit uw nabijheid,
neem uw heilige geest niet van mij weg.
Red mij, geef mij de vreugde van vroeger,
de kracht van een sterke geest.

15 Psalm 62:6-8:

Zoek rust, mijn ziel, bij God alleen,
van Hem blijf ik alles verwachten.
Hij alleen is mijn rots en mijn redding,
mijn burcht, ik zal niet wankelen.
Bij God is mijn redding en eer,
mijn machtige rots, mijn schuilplaats is God.
Vertrouw op Hem, mijn volk, te allen tijde,
stort uw hart uit bij Hem,
God is onze schuilplaats.

16 Psalm 68:20-21:

Geprezen zij de Heer, dag aan dag,
deze God draagt ons en redt ons,
onze God is een reddende God.
Bij God, de HEER, is bevrijding uit de dood.

17 Psalm 71:3,17-21:

Wees de rots waarop ik kan wonen,
waar ik altijd heen kan gaan.
U hebt mijn redding bevolen,
mijn rots en mijn burcht, dat bent U.
...God, U onderwees mij van jongs af aan,
en steeds nog vertel ik uw wonderen.
Nu ik oud en grijs ben,
verlaat mij niet, o God,
zodat ik het nageslacht, elk nieuw kind,
kan verhalen van de macht van uw arm.
Uw gerechtigheid rijst hoog op, o God,
U hebt grootse daden verricht.
God, wie is aan U gelijk?
U hebt mij doen zien veel ellende en nood –
laat mij nu herleven, laat mij herrijzen
uit de diepten van de aarde.
Verhoog mij in aanzien,
omgeef mij met uw troost.

18 Psalm 84:6,8,12-13:

Gelukkig wie bij U hun toevlucht zoeken,
met in hun hart de wegen naar U.
...Steeds krachtiger gaan zij voort.
...God, de HEER, is een zon en een schild.
Genade en glorie schenkt de HEER,
zijn weldaden weigert Hij niet
aan wie oprecht hun weg gaan.
HEER van de hemelse machten,
gelukkig de mens die op U vertrouwt.

19 Psalm 91:1-2,4,14-15:

Wie in de beschutting van de Allerhoogste woont
en overnacht in de schaduw van de Ontzagwekkende,
zegt tegen de HEER: 'Mijn toevlucht, mijn vesting,
mijn God, op U vertrouw ik.'
...Hij zal je beschermen met zijn vleugels,
onder zijn wieken vind je een toevlucht,
zijn trouw is een schild en pantser.
...Ik zal bevrijden wie Mij liefheeft
en beschermen wie met mijn naam vertrouwd is.
Wie Mij aanroept, geef Ik antwoord,
in de nood zal Ik bij hem zijn.
Ik zal hem bevrijden en met roem overladen.

20 Psalm 94:12-14,18-19:

Gelukkig de mens, HEER, die U onderricht,
die U onderwijst in uw wetten.
Hij zal rust vinden in kwade dagen,
terwijl voor de wettelozen een kuil wordt gegraven.
Nee, de HEER zal zijn volk niet verstoten,
zijn liefste bezit niet verlaten.
...Toen ik dacht: Mijn voet glijdt weg,
hield uw trouw mij staande, HEER.
Toen ik door zorgen werd overstelpt,
was uw troost de vreugde van mijn ziel.

21 Psalm 100:2-5:

Dien de HEER met vreugde, kom tot Hem met jubelzang.
Erken het: de HEER is God,
Hij heeft ons gemaakt, Hem behoren wij toe,
zijn volk zijn wij, de kudde die Hij weidt.
...Breng Hem hulde, prijs zijn naam:
De HEER is goed,
zijn liefde duurt eeuwig,
zijn trouw van geslacht op geslacht.

22 Psalm 103:2-5,11-13:

Prijs de HEER, mijn ziel,
vergeet niet één van zijn weldaden.
Hij vergeeft u alle schuld,
Hij geneest al uw kwalen,
Hij redt uw leven van het graf,
Hij kroont u met trouw en liefde,
Hij overlaadt u met schoonheid en geluk,
uw jeugd vernieuwt zich als een adelaar.
...Zoals de hoge hemel de aarde overspant,
zo welft zich zijn trouw over wie Hem vrezen.
Zo ver als het oosten is van het westen,
zo ver heeft Hij onze zonden van ons verwijderd.
Zoals een vader zich ontfermt over zijn kinderen,
zo ontfermt zich de HEER over wie Hem vrezen.

23 Psalm 104:24,33-35:

Hoe talrijk zijn uw werken, HEER.
Alles hebt U met wijsheid gemaakt,
vol van uw schepselen is de aarde.
...Voor de HEER wil ik zingen zolang ik leef,
een lied voor mijn God zolang ik besta.
Moge mijn lofzang de HEER behagen,
zoals ik mijn vreugde vind in Hem.
Zondaars zullen van de aardbodem verdwijnen,
onrechtvaardigen zullen niet meer bestaan.
Prijs de HEER, mijn ziel. Halleluja!

24 Psalm 118:8-9,28-29:

Beter te schuilen bij de HEER
dan te vertrouwen op mensen.
Beter te schuilen bij de HEER
dan te vertrouwen op mannen met macht.
...U bent mijn God, U zal ik loven,
hoog zal ik U prijzen, mijn God.
Loof de HEER, want Hij is goed,
eeuwig duurt zijn trouw.

25 Psalm 119:10-11,105-106:

Met heel mijn hart heb ik U gezocht,
laat mij niet afdwalen van uw geboden.
Uw belofte heb ik in mijn hart geborgen,
zo zal ik niet tegen U zondigen.
...Uw woord is een lamp voor mijn voet,
een licht op mijn pad.
Ik zweer mij te houden aan uw rechtvaardige voorschriften
en ik zal mijn eed gestand doen.

26 Psalm 121:1-3,7-8:

Ik sla mijn ogen op naar de bergen.
Van waar komt mijn hulp?
Mijn hulp komt van de HEER
die hemel en aarde gemaakt heeft.
Hij zal je voet niet laten wankelen,
Hij zal niet sluimeren, je wachter.
...De HEER behoedt je voor alle kwaad,
Hij waakt over je leven,
de HEER houdt de wacht over je gaan en je komen
van nu tot in eeuwigheid.

27 Psalm 130:3-5,7b:

Als U de zonden blijft gedenken, HEER,
Heer, wie houdt dan stand?
Maar bij U is vergeving,
daarom eert men U met ontzag.
Ik zie uit naar de HEER,
mijn ziel ziet uit naar Hem en verlangt naar zijn woord.
...Bij de HEER is genade,
bij Hem is bevrijding, altijd weer.

28 Psalm 138:6-8:

De HEER is hoogverheven! Naar de nederige ziet Hij om,
de hoogmoedige doorziet Hij van verre.
Al is mijn weg vol gevaren, U houdt mij in leven,
U verdedigt mij tegen de woede van mijn vijanden,
uw rechterhand brengt mij redding.
De HEER zal mij altijd beschermen.
HEER, uw trouw duurt eeuwig,
laat het werk van uw handen niet los.

29 Psalm 139:1-6,16-18:

HEER, U kent mij, U doorgrondt mij,
U weet het als ik zit of sta,
U doorziet van verre mijn gedachten.
Ga ik op weg of rust ik uit, U merkt het op,
met al mijn wegen bent U vertrouwd.
Geen woord ligt op mijn tong,
of U, HEER, kent het ten volle.
U omsluit mij, van achter en van voren,
U legt uw hand op mij.
Wonderlijk zoals U mij kent,
het gaat mijn begrip te boven.
...Uw ogen zagen mijn vormeloos begin,
alles werd in uw boekrol opgetekend,
aan de dagen van mijn bestaan ontbrak er niet één.
Hoe rijk zijn uw gedachten, God,
hoe eindeloos in aantal,
ontelbaar veel, meer dan er zand is bij de zee.
Ontwaak ik, dan nog ben ik bij U.

30 Psalm 145:13-20a:

Uw koningschap omspannt de eeuwen,
uw heerschappij omvat alle geslachten.
Een steun is de HEER voor wie is gevallen,
wie gebukt gaat richt Hij op.
Allen zien hoopvol naar U uit,
U geeft voedsel, op de juiste tijd.
Gul is uw hand geopend,
U vervult het verlangen van alles wat leeft.
Rechtvaardig is de HEER in alles wat Hij doet,
heel zijn schepping blijft Hij trouw.
Allen die Hem aanroepen is de HEER nabij,
die Hem roepen in vast vertrouwen.
Hij vervult het verlangen van wie Hem eren,
Hij hoort hun klacht en komt te hulp.
De HEER waakt over wie Hem liefhebben.

31 Psalm 146:1-6:

Halleluja!
Loof de HEER, mijn ziel.
De HEER wil ik loven, zolang ik leef,
mijn God bezingen zolang ik besta.
Vertrouw niet op mensen met macht,
op een sterveling bij wie geen redding is.
Stokt zijn adem, hij keert terug tot de aarde,
op die dag gaat hij met zijn plannen ten onder.
Gelukkig wie de God van Jakob tot hulp heeft,
wie zijn hoop vestigt op de HEER, zijn God,
die hemel en aarde heeft gemaakt,
de zee en alles wat daar leeft,
Hij die trouw is tot in eeuwigheid.

VIII Eenendertig teksten uit het Nieuwe Testament - avond

Eén tekst voor **elke dag** van de maand, om de dag mee af te sluiten

1 Matteüs 6:31-34:

Vraag je niet bezorgd af: 'Wat zullen we eten?' of: 'Wat zullen we drinken?'
of: 'Waarmee zullen we ons kleden?'

– dat zijn allemaal dingen die de heidenen najagen.

Jullie hemelse Vader weet wel dat jullie dat alles nodig hebben.

Zoek liever eerst het koninkrijk van God en zijn gerechtigheid,
dan zullen al die andere dingen je erbij gegeven worden.

Maak je dus geen zorgen voor de dag van morgen,

want de dag van morgen zorgt wel voor zichzelf.

Elke dag heeft genoeg aan zijn eigen kwaad.

2 Matteüs 7:7-11:

Vraag en er zal je gegeven worden, zoek en je zult vinden,

klop en er zal voor je worden opgedaan.

Want ieder die vraagt ontvangt, en wie zoekt vindt,

en voor wie klopt zal worden opgedaan.

Is er iemand onder jullie die zijn kind, als het om een brood vraagt,
een steen zou geven?

Of een slang, als het om een vis vraagt?

Als jullie dus, slecht als jullie zijn, je kinderen al goede gaven kunnen schenken,
hoeveel te meer zal jullie Vader in de hemel dan niet het goede geven
aan wie Hem daarom vragen.

3 Matteüs 11:27-30:

Alles is Mij toevertrouwd door mijn Vader.

Niemand kent de Zoon behalve de Vader,

en niemand kent de Vader behalve de Zoon,

en iedereen aan wie de Zoon het wil openbaren.

Kom allen bij Mij, jullie die vermoeid zijn en onder lasten gebukt gaan,

Ik zal jullie rust geven.

Neem mijn juk op je en leer van Mij:

Ik ben zachtmoedig en nederig van hart.

Dan zullen jullie werkelijk rust vinden,

want mijn juk is zacht en mijn last is licht.

4 Lucas 15:18-20:

Toen (de jongste zoon hongerig andermans varkens aan het hoeden was)
kwam hij tot zichzelf en dacht:

...Ik zal naar mijn vader gaan en tegen hem zeggen:

'Vader, ik heb gezondigd tegen de hemel en tegen u,
ik ben het niet meer waard uw zoon genoemd te worden;
behandel mij als een van uw dagloners.'

Hij vertrok meteen en ging op weg naar zijn vader.

Zijn vader zag hem in de verte al aankomen.

Hij kreeg medelijden en rende op zijn zoon af,

viel hem om de hals en kuste hem.

5 Johannes 3:16-17:

God had de wereld zo lief dat Hij zijn enige Zoon heeft gegeven,
opdat iedereen die in Hem gelooft niet verloren gaat,
maar eeuwig leven heeft.
God heeft zijn Zoon niet naar de wereld gestuurd
om een oordeel over haar te vellen,
maar om de wereld door Hem te redden.

6 Johannes 8:34-36,38:

Jezus: Werkelijk, Ik verzeker u:
iedereen die zondigt is een slaaf van de zonde.
Een slaaf blijft niet voor eeuwig in huis,
maar de Zoon blijft voor eeuwig.
Wanneer de Zoon u vrij zal maken, zult u werkelijk vrij zijn.
...Ik spreek over wat Ik gezien heb bij mijn Vader.

7 Johannes 16:33:

(Jezus heeft de haat van de wereld aangekondigd en de komst van de Geest)
Ik heb dit gezegd opdat jullie vrede vinden bij Mij.
Jullie zullen het zwaar te verduren krijgen in de wereld,
maar houd moed: Ik heb de wereld overwonnen.
Handelingen 14:22: Paulus en Barnabas wezen de leerlingen erop
'dat wij pas na veel beproevingen het koninkrijk van God binnen kunnen gaan'.

8 Romeinen 8:14-18:

Allen die door de Geest van God worden geleid, zijn kinderen van God.
U hebt de Geest niet ontvangen om opnieuw als slaven in angst te leven,
u hebt de Geest ontvangen om Gods kinderen te worden -
door Hem roepen wij God aan met 'Abba, Vader'.
De Geest zelf verzekert onze geest dat wij Gods kinderen zijn.
En als we zijn kinderen zijn, zijn we ook zijn erfgenamen:
erfgenamen van God, samen met Christus.
Want wij delen in zijn lijden om ook met Hem te kunnen delen in Gods luister.
Ik ben ervan overtuigd dat het lijden van deze tijd
in geen verhouding staat tot de luister
die ons in de toekomst zal worden geopenbaard.

9 Romeinen 8:28-30:

Wij weten dat voor wie God liefhebben,
voor wie volgens zijn voornemen geroepen zijn,
alles bijdraagt aan het goede.
Wie Hij van tevoren heeft uitgekozen,
heeft Hij ook van tevoren bestemd
om het evenbeeld te worden van zijn Zoon,
die de eerstgeborene moest zijn van talloze broeders en zusters.
Wie Hij hiertoe heeft bestemd, heeft Hij ook geroepen;
en wie Hij heeft geroepen, heeft Hij ook vrijgesproken;
en wie Hij heeft vrijgesproken, heeft Hij ook laten delen in zijn luister.

10 Romeinen 8:31b-39:

Als God voor ons is, wie kan dan tegen ons zijn?
Zal Hij, die zijn eigen Zoon niet heeft gespaard,
maar Hem omwille van ons allen heeft prijsgegeven,
ons dan met Hem ook niet alles schenken?
Wie zal Gods uitverkorenen aanklagen? God zelf spreekt hen vrij.
Wie zal hen veroordelen?
Christus Jezus, die gestorven is, meer nog, die is opgewekt,
zit aan de rechterhand van God en pleit voor ons.
Wat zal ons scheiden van de liefde van Christus?
Tegenspoed, ellende of vervolging, honger of armoede,
gevaar of het zwaard?
Er staat geschreven: 'Om U worden wij dag na dag gedood
en afgevoerd als schapen voor de slacht.'
Maar wij zegevieren in dit alles glansrijk
dankzij Hem die ons zijn liefde heeft bewezen.
Ik ben ervan overtuigd dat dood noch leven,
engelen noch machten noch krachten, heden noch toekomst,
hoogte noch diepte, of wat er ook maar in de schepping is,
ons zal kunnen scheiden van de liefde van God,
die Hij ons bewezen heeft in Christus Jezus, onze Heer.

11 Romeinen 12:1-2:

Met een beroep op Gods barmhartigheid vraag ik u
om uzelf als een levend, heilig en God welgevallig offer
in zijn dienst te stellen.
Dat is de ware eredienst die van u wordt gevraagd.
U moet uzelf niet aanpassen aan deze wereld,
maar u veranderen door uw gezindheid te vernieuwen,
om zo te ontdekken wat God wil
en wat goed, volmaakt en Hem welgevallig is.

12 Romeinen 12:9-18:

Laat uw liefde oprecht zijn.
Verafschuw het kwaad en wees het goede toegedaan.
Heb elkaar lief met de innige liefde van broeders en zusters
en acht de ander hoger dan uzelf.
Laat uw enthousiasme niet bekoelen,
maar laat u aanvuren door de Geest en dien de Heer.
Wees verheugd door de hoop die u hebt,
wees standvastig wanneer u tegenspoed ondervindt,
en bid onophoudelijk.
Bekommer u om de noden van de heiligen en wees gastvrij.
Zegen uw vervolgers; zegen hen, vervloek hen niet.
Wees blij met wie zich verblijdt, heb verdriet met wie verdriet heeft.
Wees eensgezind; wees niet hoogmoedig,
maar zet uzelf aan tot nederigheid. Ga niet af op uw eigen inzicht.
Vergeld geen kwaad met kwaad,
maar probeer voor alle mensen het goede te doen.
Stel, voorzover het in uw macht ligt, alles in het werk
om met alle mensen in vrede te leven.

13 1 Korintiërs 2:9-12:

Het is zoals geschreven staat:

'Wat het oog niet heeft gezien en het oor niet heeft gehoord,
wat in geen mensenhart is opgekomen,
dat heeft God bestemd voor wie hem liefheeft.'

Aan ons heeft God dit geopenbaard, door de Geest,
want de Geest doorgrondt alles, ook de diepten van God.

Wie is in staat de mens te kennen, behalve de geest van de mens?

Zo is alleen de Geest van God in staat om God te kennen.

Wij hebben niet de geest van de wereld ontvangen,
maar de Geest die van God komt,

opdat we zouden weten wat God ons in zijn goedheid heeft geschonken.

14 1 Korintiërs 15:57-58:

Laten we God danken, die ons de overwinning geeft
door Jezus Christus, onze Heer.

Kortom, geliefde broeders en zusters, wees standvastig en onwankelbaar
en zet u altijd volledig in voor het werk van de Heer,
in het besef dat de inspanningen die u voor de Heer verricht,
nooit tevergeefs zijn.

15 Efeziërs 6:10-18:

Zoek uw kracht in de Heer, in de kracht van zijn macht.

Trek de wapenrusting van God aan
om stand te kunnen houden tegen de listen van de duivel.

Onze strijd is niet gericht tegen mensen maar tegen hemelse vorsten,
de heersers en de machthebbers van de duisternis,
tegen de kwade geesten in de hemelsferen.

Neem daarom de wapens van God op
om weerstand te kunnen bieden op de dag van het kwaad,
en goed voorbereid stand te kunnen houden.

Houd stand, met de waarheid als gordel om uw heupen,
de gerechtigheid als harnas om uw borst,
de inzet voor het evangelie van de vrede als sandalen aan uw voeten,
en draag daarbij het geloof als schild

waarmee u alle brandende pijlen van hem die het kwaad zelf is kunt doven.

Draag de verlossing als helm

en Gods woord als zwaard, dat u van de Geest ontvangt.

Laat u bij het bidden leiden door de Geest, iedere keer dat u bidt;
blijf waakzaam en bid voortdurend voor alle heiligen.

16 Filippenzen 2:12-16a:

Geliefde broeders en zusters,
u bent altijd gehoorzaam geweest toen ik bij u was.

Wees het des te meer nu ik niet bij u ben.

Blijf u inspannen voor uw redding, en doe dat in diep ontzag voor God,
want het is God die zowel het willen als het handelen bij u teweegbrengt,
omdat het Hem behaagt.

Doe alles zonder morren en tegenspreken,
opdat u zuiver en smetteloos bent, onberispelijke kinderen van God
te midden van een verdorven en ontaarde generatie,
waartussen u schittert als sterren aan de hemel.

Houd daarbij vast aan het woord dat leven brengt.

17 Kolossenzen 2:6-10:

Leef in eenheid met Christus Jezus, nu u Hem als uw Heer aanvaard hebt.
Blijf in Hem geworteld en gegrondvest,
houd vast aan het geloof dat u geleerd is
en wees vervuld van dankbaarheid.
Wees op uw hoede
en laat u niet meeslepen door holle en misleidende theorieën
die op menselijke tradities zijn gebaseerd
en zich richten op de machten van de wereld en niet op Christus.
Want in Hem is de goddelijke volheid lichamenlijk aanwezig,
en in uw eenheid met Hem, het hoofd van alle machten en krachten,
bent u van die volheid vervuld.

18 Kolossenzen 3:12-17:

Omdat God u heeft uitgekozen,
omdat u zijn heiligen bent en Hij u liefheeft,
moet u zich kleden in innig medeleven,
in goedheid, nederigheid, zachtmoedigheid en geduld.
Verdraag elkaar en vergeef elkaar
als iemand een ander iets te verwijten heeft;
zoals de Heer u vergeven heeft, moet u elkaar vergeven.
En bovenal, kleed u in de liefde,
dat is de band die u tot een volmaakte eenheid maakt.
Laat de vrede van Christus heersen in uw hart,
want daartoe bent u geroepen als de leden van één lichaam.
Wees ook dankbaar.
Laat Christus' woorden in al hun rijkdom in u wonen;
onderricht en vermaan elkaar in alle wijsheid,
zing voor God met heel uw hart psalmen, hymnen en liederen
die de Geest u vol genade ingeeft.
Doe alles wat u zegt of doet in de naam van de Heer Jezus,
terwijl u God, de Vader, dankt door Hem.

19 1Tessalonicenzen 5:15-24:

Zie erop toe dat niemand kwaad met kwaad vergeldt
en streef altijd naar het goede,
zowel voor elkaar als voor ieder ander.
Wees altijd verheugd, bid onophoudelijk,
dank God onder alle omstandigheden,
want dat is wat Hij van u, die één bent met Christus Jezus, verlangt.
Doof de Geest niet uit en heb geen minachting voor profetieën.
Onderzoek alles, behoud het goede
en vermijd elk kwaad, in welke vorm dan ook.
Moge de God van de vrede uw leven geheel en al heiligen,
en mogen heel uw geest, ziel en lichaam
zuiver bewaard zijn bij de komst van onze Heer Jezus Christus.
Hij die u roept is trouw en komt zijn belofte na.

20 1 Timoteüs 6:10-12:

De wortel van alle kwaad is geldzucht.

Door zich daaraan over te geven zijn sommigen van het geloof afgedwaald en hebben ze zichzelf veel leed berokkend.

Maar jij, een dienaar van God, moet je hier verre van houden.

Streef naar rechtvaardigheid, vroomheid, geloof, liefde, volharding en zachtmoedigheid.

Strijd de goede strijd van het geloof,

win het eeuwige leven waartoe je geroepen bent

en waarvan je in aanwezigheid van velen

zo'n krachtig getuigenis hebt afgelegd.

21 2 Timoteüs 1:8b-10:

Deel in het lijden voor het evangelie, met de kracht die God je geeft.

Hij heeft ons gered en ons geroepen tot een heilige taak,

niet op grond van onze daden,

maar omdat Hij daartoe uit genade besloten had.

Deze genade was ons al vóór alle tijden gegeven in Christus Jezus,

maar nu is ze bekend geworden

doordat onze redder Christus Jezus is verschenen,

die de dood heeft vernietigd

en onvergankelijk leven heeft doen oplichten door het evangelie.

22 Hebreeën 10:21-24:

Jezus doet nu als hogepriester dienst in het huis van God.

Laten we God dan naderen met een oprecht hart en een vast geloof,

nu ons geweten gereinigd is door de besprenkeling van ons hart,

en ons lichaam met zuiver water is gewassen.

Laten we zonder te wankelen datgene blijven belijden waarop we hopen,

want Hij die de belofte heeft gedaan is trouw.

Laten we op elkaar letten en elkaar aansporen tot liefde en goede daden.

23 Hebreeën 12:1-3,12-14a:

(In hoofdstuk 11 zijn velen genoemd

'die van oudsher om hun geloof geprezen worden', 11:39)

Nu wij door zo'n menigte geloofsgetuigen omringd zijn,

moeten ook wij elke last van ons afwerpen,

evenals de zonde waarin we steeds weer verstrikt raken,

en vastberaden de wedstrijd lopen die voor ons ligt.

Laten we daarbij de blik gericht houden op Jezus,

de grondlegger en voltooiër van ons geloof:

met de vreugde voor ogen die voor Hem in het verschiep lag,

heeft Hij het kruis verdragen en de schande ervan aanvaard,

en heeft Hij zijn plaats ingenomen aan de rechterzijde van de troon van God.

Laat tot u doordringen hoe Hij standhield

toen de zondaars zich zo tegen Hem verzetten,

opdat u niet de moed verliest en het opgeeft.

...Hef daarom uw slappe handen op, strek uw knikkende knieën,

en kies rechte paden, zodat een voet die gekneusd is

niet verder ontwricht raakt, maar juist geneest.

Streef ernaar in vrede te leven met allen en leid een heilig leven.

24 Hebreeën 13:5-6,15:

Laat uw leven niet beheersen door geldzucht,
neem genoegen met wat u hebt.

Hij heeft immers zelf gezegd: 'Nooit zal Ik u afvallen, nooit zal Ik u verlaten,'
zodat we vol vertrouwen kunnen zeggen: 'De Heer is mijn helper,
ik heb niets te vrezen. Wat zouden mensen mij kunnen doen?'

...Laten we met Jezus' tussenkomst voortdurend aan God een dankoffer brengen:
het huldebetoon van lippen die zijn naam prijzen.

25 Jakobus 1:2-6a:

Het moet u tot grote blijdschap stemmen, broeders en zusters,
als u allerlei beproevingen ondergaat.

Want u weet: wanneer uw geloof op de proef wordt gesteld,
leidt dat tot standvastigheid.

Als die standvastigheid ook daadwerkelijk blijkt,
zult u volmaakt en volkomen zijn, zonder enige tekortkoming.

Komt een van u wijsheid tekort?

Vraag God erom en Hij, die aan iedereen geeft,
zonder voorbehoud en zonder verwijt, zal u wijsheid geven.

Vraag vol vertrouwen, zonder enige twijfel.

26 1 Petrus 2:1-3:

Ontdoe u van alles wat slecht is,
van alle bedrog en huichelarij, alle afgunst en kwaadsprekerij,
en verlang als pasgeboren zuigelingen naar de zuivere melk van het woord,
opdat u daardoor groeit en uw redding bereikt.

U hebt toch de goedheid van de Heer geproefd?

27 1 Petrus 2:9:

U bent een uitverkoren geslacht, een koninkrijk van priesters,
een heilige natie, een volk dat God zich verworven heeft
om de grote daden te verkondigen van Hem
die u uit de duisternis heeft geroepen naar zijn wonderbaarlijke licht.

28 1 Petrus 5:6-11:

Onderwerp u nederig aan Gods grote macht,
dan zal Hij u op de bestemde tijd verheffen.

Leg de last van uw zorgen op Hem, want u ligt Hem na aan het hart.

Wees waakzaam, wees op uw hoede,
want uw vijand, de duivel, zwerft rond als een brullende leeuw,
op zoek naar een prooi.

Stel u tegen hem teweer, gesterkt door uw geloof,
in het besef dat uw broeders en zusters, waar ook ter wereld,
hetzelfde lijden moeten doorstaan.

Maar al moet u nog korte tijd lijden,

God, de bron van alle genade, die u geroepen heeft
om in Christus Jezus deel te krijgen aan zijn eeuwige luister,

Hij zal u sterk en krachtig maken,

zodat u staande zult blijven en niet zult wankelen.

Hem komt de macht toe, tot in eeuwigheid. Amen.

29 1 Johannes 4:7-11

Geliefde broeders en zusters, laten wij elkaar liefhebben,
want de liefde komt uit God voort.
Ieder die liefheeft is uit God geboren en kent God.
Wie niet liefheeft kent God niet, want God is liefde.
En hierin is Gods liefde ons geopenbaard:
God heeft zijn enige Zoon in de wereld gezonden,
opdat we door Hem zouden leven.
Het wezenlijke van de liefde is niet dat wij God hebben liefgehad,
maar dat Hij ons heeft liefgehad
en zijn Zoon heeft gezonden om verzoening te brengen voor onze zonden.
Geliefde broeders en zusters, als God ons zo heeft liefgehad,
moeten ook wij elkaar liefhebben.

30 1 Johannes 5:3-5:

God liefhebben houdt in dat we ons aan zijn geboden houden.
Zijn geboden zijn geen zware last,
want ieder die uit God geboren is, overwint de wereld.
En de overwinning op de wereld hebben wij behaald met ons geloof.
Wie anders kan de wereld overwinnen
dan iemand die gelooft dat Jezus de Zoon van God is?

31 Openbaring 2-3:

-2:7-Efeze: Wie overwint zal Ik laten eten van de levensboom
die in Gods paradijs staat
-2:10-11-Smyrna: Wees trouw tot in de dood,
dan zal Ik u als lauwerkrans het leven geven.
...Wie overwint zal van de tweede dood geen schade ondervinden.
-2:17-Pergamum: Wie overwint zal Ik van het verborgen manna geven,
en ook een wit steentje waarop een nieuwe naam staat
die niemand kent, behalve degene die het ontvangt.
-2:24-28-Tyatira: Ik leg u maar één last op:
houd vast aan wat u hebt, totdat Ik kom.
Wie overwint en tot het einde blijft doen wat Ik wil,
zal Ik macht geven over alle volken.
...Ik geef hem macht, zoals mijn Vader die aan Mij heeft gegeven.
En Ik zal hem ook de morgenster geven.
-3:5-Sardes: Wie overwint mag zich in het wit kleden.
Ik zal zijn naam niet uit het boek van het leven schrappen,
maar juist voor hem pleiten ten overstaan van mijn Vader en zijn engelen.
-3:12-Filadelfia: Wie overwint maak Ik tot een zuil
in de tempel van mijn God. Daar zal hij voor altijd blijven staan.
Ik zal op hem de naam schrijven van mijn God en van de stad van mijn God,
het nieuwe Jeruzalem, dat bij mijn God vandaan uit de hemel zal neerdalen,
en ook mijn eigen nieuwe naam.
-3:20-21-Laodicea: Ik sta voor de deur en klopf aan.
Als iemand mijn stem hoort en de deur opent, zal Ik binnenkomen,
en we zullen samen eten, Ik met hem en hij met Mij.
Wie overwint zal samen met Mij op mijn troon zitten,
net zoals Ik zelf overwonnen heb en samen met mijn Vader op zijn troon zit.

In de loop van de dag: Bijbel-leesroosters

IX Inleiding op het 'Groninger Bijbel-leesrooster voor één jaar'

Met al onze boeken rond de Bijbel lopen we gevaar dat we ons alleen indirect, via die boeken met de Bijbel bezighouden. Toch wordt alleen van de Bijbel, Gods Woord, gezegd dat die een licht is op ons pad (Psalm 119:105). Daarom is het zaak dat we ons telkens in de Bijbel zelf verdiepen. Daarbij wil een leesrooster helpen.

Mee om afwisseling in de lectuur te krijgen zijn in dit rooster de volgende keuzes gemaakt:

- de psalmen zijn over het hele jaar verspreid;
- de overige dichtelijke boeken alsook de profeten en brieven zijn vaak gekoppeld aan historische boeken;
- de vier evangeliën en de daaraan gekoppelde boeken komen in resp. maart-april, juni-juli, september en november-december aan de orde.

Met het kerkelijk jaar is geen rekening gehouden.

In dit rooster is gewerkt met de indeling van hoofdstukken en verzen zoals die in de Nieuwe Bijbel Vertaling uit 2004 wordt gebruikt en zoals die ook voorkomt in de Groot Nieuws Bijbel en de Willibrordvertaling. Afwijkingen van de vertaling-1951 van het Nederlands Bijbelgenootschap worden met een ^o aangegeven.

Volgens dit rooster-voor-één-jaar worden per dag enkele bladzijden gelezen (waarbij elke lezer kan bepalen of hij/zij dat ineens doet of verspreid over verschillende momenten van de dag). Dat geeft aan dat dit rooster minder geschikt is voor grondige bestudering van het gelezene en/of voor meditatieve omgang met de tekst.

Toch heeft het z'n waarde om de Bijbel met wat grotere stappen door te nemen: zo krijgt de lezer meer zicht op de hoofdlijnen, die bij kleinere lees-eenheden zo maar uit het zicht verdwijnen.

Voor een gevarieerde lectuur is het goed dit rooster-voor-één-jaar na dit ene jaar af te wisselen met een andersoortig rooster, bijv. het 'Groninger Bijbel-leesrooster voor vier jaar'. Daarbij is immers wel (meer) ruimte voor nadere studie en/of meditatieve omgang.

C. van der Leest, emeritus-predikant van de Nederlandse Gereformeerde Kerk Groningen-Oosterkerk

Tips:

- Probeer niet alle gedeelten precies te begrijpen of te verklaren; noteer waarover je nog wilt nadenken en kom er later op terug.
- Kies de vertaling die jou ligt: de Nieuwe Bijbel Vertaling, de Groot Nieuws Bijbel, de Willibrordvertaling of Het Boek.
- Lees eens een Engelse, Duitse, Groningse of Friese vertaling.
- Zorg dagelijks voor een vast leesmoment.
- Hang het rooster op een vaste plek.
- Lees samen met een ander en lees elkaar een gedeelte uit een andere vertaling voor.

IX-a Het Groninger Bijbel-leesrooster voor één jaar

Januari	15 Ps.20-22	April	16 Spr.1-3
01 Joh.1:1-18	16 Lev.10-12	01 Mat.27-28	17 Spr.4-6
02 Gen.1-4	17 Lev.13-14	02 Hebr.1-5	18 Spr.7-9
03 Gen. 5-9	18 Lev.15-18	03 Hebr.6-9	19 Spr.10-12
04 Gen.10-14	19 Lev.19-22	04 Hebr.10-11	20 Spr.13-15
05 Gen.15-19	20 Lev.23-25	05 Hebr.12-13	21 Spr.16-18
06 Gen.20-23	21 Lev.26-27	06 Ps.41-43	22 Ps.62-65
07 Gen.24-26	22 Ps.23-26	07 Joz.1:1-5:12	23 Spr.19-21
08 Ps.1-5	23 Num.1-3	08 Joz.5:13-8:35	24 Spr.22-24
09 Gen.27-30	24 Num.4-6	09 Joz.9-12	25 Spr.25-27
10 Gen.31-33	25 Num.7-9	10 Joz.13-17	26 Spr.28-29
11 Gen.34-36	26 Num.10-12	11 Joz.18-21	27 Spr.30-31
12 Gen.37-39	27 Num.13-15	12 Joz.22-24	28 Pred.1-4
13 Gen.40-42	28 Num.16-18	13 Recht.1-3	29 Pred.5-8
14 Gen.43-46	Maart	14 Recht.4-5	30 Pred.9-12
15 Gen.47-50	01 Num.19-21	15 Ps.44-46	31 Ps.66-68
16 Ps.6-8	02 Ps.27-30	16 Recht.6-8	Juni
17 Job 1-3	03 Num.22-24	17 Recht.9-12	01 Hoogl.1-4
18 Job 4-7	04 Num.25-27	18 Recht.13-16	02 Hoogl.5-8
19 Job 8-10	05 Num.28-30	19 Recht.17-18	03 1Kon.12-14
20 Job 11-14	06 Num.31-33	20 Recht.19-21	04 1Kon.15-16
21 Job 15-19	07 Num.34-36	21 Ruth	05 1Kon.17-19
22 Job 20-24	08 Ps.31-33	22 1Sam.1-3	06 1Kon.20-22
23 Ps.9-12	09 Deut.1-3	23 1Sam.4-7	07 2Kon.1-3
24 Job 25-28	10 Deut.4-6	24 Ps.47-50	08 Ps.69-70
25 Job 29-31	11 Deut.7-10	25 1Sam.8-12	09 2Kon.4:1-6:23
26 Job 32-35	12 Deut.11-13	26 1Sam.13-15	10 2Ko.6:24-8:29
27 Job 36-39 ^o	13 Deut.14-17	27 1Sam.16-17	11 2K.9:1-11:20 ^o
28 Job 40-42 ^o	14 Deut.18-21	28 1Sam.18-20 ^o	12 2Kon.12-14 ^o
29 Ps.13-17	15 Ps.34-35	29 1Sam.21-24 ^o	13 Jona
30 Ex.1-4	16 Deut.22-24	30 1Sam.25-27	14 Amos 1-5
31 Ex.5:1-7:25 ^o	17 Deut.25-27	Mei	15 Amos 6-9
Februari	18 Deut.28-29	01 1Sam.28-31	16 Ps.71-73
01 Ex.7:26-10:29	19 Deut.30-31	02 Ps.51-54	17 2Kon.15-17
02 Ex.11-13	20 Deut.32-34	03 2Sam.1-3	18 2Kon.18-20
03 Ex.14-16	21 Ps.36-37	04 2Sam.4-7	19 Hosea 1-4
04 Ex.17-20	22 Mat.1-4	05 2Sam.8-12	20 Hosea 5-9
05 Ex.21-23	23 Mat.5-7	06 2Sam.13-15	21 Hosea 10-14
06 Ps.18-19	24 Mat.8-10	07 2Sam.16-18 ^o	22 2K.21:1-23:30
07 Ex 24-27	25 Mat.11-13	08 2Sam.19-21 ^o	23 K.23:31-25:30
08 Ex.28-29	26 Mat.14-16	09 2Sam.22-24	24 Ps.74-77
09 Ex.30-33	27 Mat.17-19	10 Ps.55-57	25 Marcus 1-3
10 Ex.34-36	28 Mat.20-21	11 1Kon.1-2	26 Marcus 4-5
11 Ex.37-40	29 Ps.38-40	12 1Kon.3:1-7:12	27 Marcus 6-7
12 Lev.1-3	30 Mat.22-24	13 1K.7:13-8:66	28 Ps.78
13 Lev.4-6	31 Mat.25-26	14 1Kon.9-11	29 Marcus 8-10
14 Lev.7-9		15 Ps.58-61	30 Marcus 11-13

IX-b Het Groninger Bijbel-leesrooster voor één jaar

Juli	15 Ps.95-99	Oktober	16 Neh.11-13
01 Marc.14-16	16 2Kron.25-28	01 Ps.109-112	17 Maleachi
02 1Kor.1-4	17 2Kron.29-30	02 Jer.1-3	18 Joh.1-3
03 1Kor.5-8	18 2Kron.31-33	03 Jer.4-6	19 Joh.4-6
04 1Kor.9-11	19 Jes.1-4	04 Jer.7-9	20 Joh.7-9
05 1Kor.12-14	20 Jes.5-7	05 Jer.10-12	21 Joh.10-12
06 1Kor.15-16	21 Jes.8-10	06 Jer.13-15	22 Ps.130-134
07 Ps.79-81	22 Jes.11-14	07 Jer.16-19	23 Joh.13-16
08 2Kor.1-5	23 Ps.100-102	08 Jer.20-22	24 Joh.17-19
09 2Kor.6-9	24 Jes.15-19	09 Ps.113-117	25 Joh.20-21
10 2Kor.10-13	25 Jes.20-24	10 Jer.23-25	26 Hand.1-3
11 Ezech.1-3	26 Jes.25-28	11 Jer.26-29	27 Hand.4-5
12 Ezech.4-7	27 Jes.29-31	12 Jer.30-31	28 Hand.6-8
13 Ezech.8-11	28 Jes.32-35	13 Jer.32-33	29 Ps.135-136
14 Ezech.12-14	29 Jes.36-39	14 Jer.34-36	30 Hand.9-11
15 Ezech.15-16	30 Jes.40-41	15 Jer.37-39	December
16 Ps.82-85	31 Ps.103-104	16 Jer.40-44	01 Hd.12:1-15:35
17 Ezech.17-18	September	17 P.118-119:40	02 Jakobus
18 E.19:1-20:44 ^o	01 Jes.42-44	18 Jer.45-48	03 Galaten 1-3
19 Ezech.21-22 ^o	02 Jes.45-48	19 Jer.49-50	04 Galaten 4-6
20 Ezech.23-25	03 Js.49:1-52:12	20 Jer.51-52	05 H.15:36-18:28
21 Ezech.26-28	04 Js.52:13-56:8	21 Klaagl.1	06 Filippienzen
22 Ezech.29-31	05 Js.56:9-59:21	22 Klaagl.2	07 Hand.19-20
23 Ezech.32-33	06 J.60:1-63:19a ^o	23 Klaagl.3	08 Ps.137-139
24 Ps.86-88	07 J.63:19-66:24 ^o	24 Klaagl.4-5	09 Efeziërs 1-3
25 Ezech.34-36	08 Ps.105	25 Ps.119:41-112	10 Efeziërs 4-6
26 Ezech.37-39	09 Micha 1-4	26 Dan.1:1-3:30 ^o	11 Hand.21-23
27 Ezech.40-42	10 Micha 5-7	27 D.3:31-6:29 ^o	12 Hand.24-26
28 Ezech.43-45	11 Nahum	28 Dan.7-9	13 Hand.27-28
29 Ezech.46-48	12 2Kron.34-36	29 Dan.10-12	14 Ps.140-143
30 Ps.89-90	13 Sefanja	30 Ezra 1-4	15 Kolossenzen
31 1Kr.1:1-5:26 ^o	14 Habak;Obadja	31 Haggai	16 1Tessalonic.
Augustus	15 Ps.106	November	17 2Tessalonic.
01 1Kr.5:27-9:44	16 Lucas 1-2	01 P.119:113-176	18 1Timoteüs
02 1Kron.10-13	17 Lucas 3-5	02 Zach.1-4	19 2Timoteüs
03 1Kron.14-17	18 Lucas 6-7	03 Zach.5-8	20 Titus; Filemon
04 1Kron.18-22	19 Lucas 8-9	04 Zach.9-11	21 Ps.144-146
05 1Kron.23-26	20 Lucas 10-11	05 Zach.12-14	22 1Petrus
06 1Kron.27-29	21 Lucas 12-14	06 Ezra 5-7	23 2Petrus
07 Ps.91-94	22 Lucas 15-18	07 Ezra 8-10	24 1Johannes
08 2Kron.1-4	23 Ps.107-108	08 Ps.120-124	25 2Jh; 3 Jh; Jud.
09 2Kron.5-7	24 Lucas 19-21	09 Ester 1-3	26 Openb.1-5
10 2Kron.8-12	25 Lucas 22-24	10 Ester 4-7	27 Openb.6-11
11 2Kron.13-16	26 Rom.1-3	11 Ester 8-10	28 Ps.147-150
12 2Kron.17-20	27 Rom.4-6	12 Neh.1-4	29 Openb.12-16
13 2Kron.21-24	28 Rom.7-8	13 Nh.5:1-7:72a ^o	30 Openb.17-19
14 Joël	29 Rom.9-11	14 N.7:72b-10:40	31 Openb.20-22
	30 Rom.12-16	15 Ps.125-129	

X Inleiding op het 'Groninger Bijbel-leesrooster voor vier jaar'

Het 'Groninger Bijbelleesrooster voor vier jaar' heeft als uitgangspunt het 'Groninger Bijbelleesrooster voor één jaar'. Wat in de inleiding op dat rooster geschreven is over het nut van een rooster, geldt ook voor dit rooster. Een citaat: 'Met al onze boeken rond de Bijbel lopen we gevaar dat we ons alleen indirect, via die boeken met de Bijbel bezighouden. Toch wordt alleen van de Bijbel, Gods Woord, gezegd dat die een licht is op ons pad (Psalm 119:105). Daarom is het zaak dat we ons telkens in de Bijbel zelf verdiepen. Daarbij wil een leesrooster helpen.'

Mee om afwisseling in de lectuur te krijgen zijn in dit rooster de volgende keuzes gemaakt:

- de psalmen zijn over vier jaren verspreid;
- de overige dichtelijke boeken alsook de profeten en brieven zijn vaak gekoppeld aan historische boeken;
- elk jaar komt één van vier evangeliën aan de orde.

Met het kerkelijk jaar is geen rekening gehouden.

In dit rooster is gewerkt met de indeling van hoofdstukken en verzen zoals die in de Nieuwe Bijbel Vertaling uit 2004 wordt gebruikt en zoals die ook voorkomt in de Groot Nieuws Bijbel en de Willibrordvertaling. Afwijkingen van de vertaling-1951 van het Nederlands Bijbelgenootschap worden met een ^o aangegeven.

Voor een gevarieerde lectuur is het goed dit rooster-voor-vier-jaar na deze vier jaar af te wisselen met een andersoortig rooster, bijv. het al genoemde 'Groninger Bijbelleesrooster voor één jaar'.

Als iemand dit rooster-voor-één-jaar tégelijk met het rooster-voor-vier-jaar wil gebruiken, dan stuit hij op het nadeel dat soms op hetzelfde tijdstip hetzelfde bijbelboek aan de orde komt.

Volgens dit rooster-voor-vier-jaar wordt per dag een vrij kort stuk gelezen; eventueel kan het lezen ook over twee of drie momenten van de dag verdeeld worden, zodat nog kortere lees-eenheden ontstaan. Dit rooster leent zich dan ook voor meditatieve omgang met de tekst, waardoor de lezer zich de betekenis van de inhoud beter eigen kan maken.

C. van der Leest, emeritus-predikant van de Nederlandse Gereformeerde Kerk Groningen-Oosterkerk

Tips:

- Probeer niet alle gedeelten precies te begrijpen of te verklaren; noteer waarover je nog wilt nadenken en kom er later op terug.
- Kies de vertaling die jou ligt: de Nieuwe Bijbel Vertaling, de Groot Nieuws Bijbel, de Willibrordvertaling of Het Boek.
- Lees eens een Engelse, Duitse, Groningse of Friese vertaling.
- Zorg dagelijks voor een vast leesmoment.
- Hang het rooster op een vaste plek.
- Lees samen met een ander en lees elkaar een gedeelte uit een andere vertaling voor.

X-1a Het Groninger Bijbel-leesrooster voor vier jaar, jaar-1

Januari	15	Hebr.2	April	16	Job 14
01 Mat.1	16	Hebr.3	01 Ps.10:12-18	17	Ps.15
02 Mat.2	17	Hebr.4:1-5:10	02 Gen.26	18	Job 15
03 Mat.3	18	Hb.5:11-6:20	03 Gen.27:1-40	19	Job 16
04 Mat.4	19	Hebr.7	04 G.27:41-28:22	20	Job 17
05 Mat.5:1-20	20	Ps.6	05 Gen.29	21	Job 18
06 Mat.5:21-48	21	Hebr.8	06 Gen.30	22	Job 19
07 Mat.6	22	Hebr.9	07 Gen.31:1-35	23	Ps.16
08 Mat.7	23	Hebr.10:1-18	08 Gen.31:36-54°	24	Job 20
09 Ps.1	24	Hebr.10:19-39	09 Gen.32:1-33°	25	Job 21
10 Mat.8:1-27	25	Hebr.11:1-22	10 Gen.33	26	Job 22
11 Mat.8:28-9:17	26	Hebr.11:23-40	11 Ps.11	27	Job 23
12 Mt.9:18-10:15	27	Hebr.12:1-13	12 Gen.34	28	Job 24
13 Mat.10:16-42	28	Hebr.12:14-29	13 Gen.35	29	Ps.17:1-7
14 Mat.11	Maart		14 Gen.36	30	Ps.17:8-15
15 Ps.2	01	Hebr.13:1-16	15 Gen.37	31	Job 25-26
16 Mat.12:1-37	02	Hebr.13:17-25	16 Gen.38	Juni	
17 M.12:38-13:23	03	Ps.7:1-10	17 Gen.39	01	Job 27
18 Mat.13:24-58	04	Ps.7:11-18	18 Gen.40	02	Job 28
19 Mat.14	05	Gen.1:1-2:3	19 Ps.12	03	Job 29
20 Mat.15	06	Gen.2:4-25	20 Gen.41:1-36	04	Job 30
21 Mat.16	07	Gen.3	21 Gen.41:37-57	05	Job 31:1-23
22 Ps.3	08	Gen.4	22 Gen.42	06	Job 31:24-40
23 Mat.17:1-23	09	Ps.8	23 Gen.43	07	Job 32
24 M.17:24-18:14	10	Gen.5:1-6:4	24 Gen.44	08	Job 33
25 Mat.18:15-35	11	Gen.6:5-7:10	25 Gen.45	09	Job 34
26 Mat.19	12	Gen.7:11-8:22	26 Gen.46	10	Job 35
27 Mat.20:1-19	13	Gen.9	27 Gen.47	11	Job 36
28 Mat.20:20-34	14	Gen.10:1-11:9	28 Gen.48	12	Ps.18:1-30
29 Mat.21:1-27	15	Gn.11:10-12:9	29 Gen.49	13	Ps.18:31-51
30 Mat.21:28-46	16	G.12:10-13:18	30 Gen.50	14	Job 37
31 Ps.4	17	Gen.14	Mei	15	Job 38:1-21
Februari	18	Gen.15-16	01 Ps.13	16	Job 38:22-41°
01 Mat.22	19	Ps.9:1-11	02 Job 1	17	Job 39:1-30°
02 Mat.23	20	Ps.9:12-21	03 Job 2	18	Job 40:1-24°
03 Mat.24:1-28	21	Gen.17	04 Job 3	19	J.40:25-41:26°
04 Mat.24:29-51	22	Gen.18	05 Job 4:1-5:7	20	Job 42
05 Mat.25:1-30	23	Gen.19	06 Job 5:8-27	21	Gal.1
06 M.25:31-26:16	24	Gen.20	07 Job 6	22	Gal.2
07 Mat.26:17-46	25	Gen.21	08 Job 7	23	Gal.3:1-14
08 Mat.26:47-75	26	Gen.22	09 Ps.14	24	Gal.3:15-29
09 Ps.5	27	Gen.23	10 Job 8	25	Gal.4:1-20
10 Mat.27:1-26	28	Gen.24:1-32	11 Job 9	26	Gal.4:21-31
11 Mat.27:27-44	29	Gen.24:33-67	12 Job 10	27	Gal.5
12 Mat.27:45-66	30	Gen.25	13 Job 11	28	Gal.6
13 Mat.28	31	Ps.10:1-11	14 Job 12	29	Ps.19
14 Hebr.1			15 Job 13	30	Ef.1:1-14

X-1b Het Groninger Bijbel-leesrooster voor vier jaar, jaar-1

Juli	15 Ex.16:1-20	Oktober	16 Num.10
01 Ef.1:15-2:10	16 Ex.16:21-36	01 Lev.6:1-23°	17 Num.11:1-15
02 Ef.2:11-22	17 Ex.17	02 Lev.7:1-21	18 Num.11:16-35
03 Ef.3	18 Ex.18	03 Lev.7:22-38	19 Num.12
04 Ef.4:1-16	19 Ex.19	04 Lev.8	20 Ps.33
05 Ef.4:17-32	20 Ps.24	05 Lev.9	21 Num.13
06 Ef.5	21 Ex.20	06 Lev.10	22 Num.14:1-25
07 Ef.6	22 Ex.21:1-27	07 Lev.11:1-28	23 Num.14:26-45
08 Fil.1	23 E.21:28-22:16°	08 Lev.11:29-47	24 Num.15:1-21
09 Fil.2	24 E.22:17-23:12°	09 Lev.12	25 Num.15:22-41
10 Fil.3	25 Ex.23:13-33	10 Ps.29	26 Num.16:1-19
11 Fil.4	26 Ex.24	11 Lev.13:1-28	27 16:20-17:15°
12 Ps.20	27 Ex.25	12 Lev.13:29-59	28 N.17:16-18:7°
13 Kol.1:1-23	28 Ex.26	13 Lev.14:1-32	29 Num.18:8-32
14 Kol.1:24-2:15	29 Ex.27	14 Lev.14:33-57	30 Ps.34:1-11
15 Kol.2:16-3:17	30 Ps.25:1-11	15 Lev.15	December
16 Kol.3:18-4:18	31 Ps.25:12-22	16 Lev.16	01 Ps.34:12-23
17 1Tess.1	September	17 Lev.17	02 Num.19
18 1Tess.2	01 Ex.28:1-30	18 Lev.18	03 Num.20:1-21
19 1Tess.3	02 Ex.28:31-43	19 Lev.19	04 N.20:22-21:9
20 1Tess.4	03 Ex.29:1-28	20 Ps.30	05 Num.21:10-35
21 1Tess.5	04 Ex.29:29-46	21 Lev.20	06 Num.22:1-21
22 Ps.21	05 Ex.30:1-21	22 Lev.21	07 Num.22:22-41
23 2Tess.1	06 Ex.30:22-38	23 Lev.22	08 Num.23
24 2Tess.2	07 Ex.31	24 Lev.23	09 Num.24
25 2Tess.3	08 Ex.32:1-20	25 Lev.24	10 Num.25
26 Ex.1	09 E.32:21-33:11	26 Lev.25:1-28	11 Ps.35:1-18
27 Ex.2:1-22	10 E.33:12-34:17	27 Lev.25:29-55	12 Ps.35:19-28
28 Ex.2:23-3:22	11 Ex.34:18-35	28 Lev.26:1-22	13 Num.26:1-37
29 Ex.4	12 Ps.26	29 Lev.26:23-46	14 Num.26:38-65
30 Ps.22:1-22	13 Ex.35:1-29	30 Ps.31:1-17	15 Num.27
31 Ps.22:23-32	14 Ex.35:30-36:7	31 Ps.31:18-25	16 Num.28:1-25
Augustus	15 Ex.36:8-38	November	17 N.28:26-29:11
01 Ex.5:1-21	16 Ex.37	01 Lev.27:1-15	18 N.29:12-30:1°
02 Ex.5:22-6:27°	17 Ex.38	02 Lev.27:16-34	19 Num.30:2-17°
03 Ex.6:28-7:25°	18 Ex.39:1-31	03 Num.1	20 Ps.36
04 Ex.7:26-8:15°	19 E.39:32-40:16	04 Num.2	21 Num.31:1-24
05 Ex.8:16-9:12°	20 Ex.40:17-38	05 Num.3:1-26	22 Num.31:25-54
06 Ex.9:13-35	21 Ps.27:1-6	06 Num.3:27-51	23 Num.32:1-19
07 Ex.10:1-20	22 Ps.27:7-14	07 Num.4:1-20	24 Num.32:20-42
08 E.10:21-11:10	23 Lev.1	08 Num.4:21-49	25 Num.33:1-49
09 Ex.12:1-28	24 Lev.2	09 Num.5	26 N.33:50-34:12
10 Ex.12:29-51	25 Lev.3	10 Ps.32	27 N.34:13-35:8
11 Ps.23	26 Lev.4:1-21	11 Num.6	28 Num.35:9-34
12 Ex.13	27 Lev.4:22-35	12 Num.7:1-47	29 Num.36
13 Ex.14	28 Lev.5:1-13	13 Num.7:48-89	30 Ps.37:1-20
14 Ex.15	29 Lev.5:14-26°	14 Num.8	31 Ps.37:21-40
	30 Ps.28	15 Num.9	

X-2a Het Groninger Bijbel-leesrooster voor vier jaar, jaar-2

Januari	15	1Kor.15:1-28	April	16	Ps.50:1-15
01	Marc.1:1-28	16	1Kor.15:29-49	01	Deut.22:1-12
02	Marc.1:29-45	17	1Kor.15:50-58	02	Dt.22:13-29°
03	Marc.2	18	1Kor.16	03	Deut.23:1-26°
04	Marc.3	19	Ps.42	04	Deut.24
05	Marc.4:1-20	20	2Kor.1:1-22	05	Deut.25
06	Marc.4:21-41	21	2K.1:23-2:17	06	Deut.26
07	Marc.5:1-20	22	2Kor.3	07	Deut.27
08	Marc.5:21-43	23	2Kor.4:1-5:10	08	Deut.28:1-14
09	Ps.38	24	2K.5:11-6:10	09	Deut.28:15-44
10	Marc.6:1-29	25	2K.6:11-7:16	10	Dt.28:45-69°
11	Marc.6:30-56	26	2Kor.8	11	Ps.47
12	Marc.7	27	2Kor.9	12	Deut.29:1-28°
13	Marc.8:1-9:1	28	2Kor.10	13	Deut.30
14	Marc.9:2-29	Maart		14	Deut.31:1-13
15	Marc.9:30-50	01	Ps.43	15	Deut.31:14-30
16	Marc.10:1-31	02	2Kor.11	16	Deut.32:1-18
17	Marc.10:32-52	03	2Kor.12	17	Deut.32:19-38
18	Marc.11	04	2Kor.13	18	Deut.32:39-52
19	Ps.39	05	Deut.1:1-18	19	Deut.33:1-19
20	Marc.12:1-27	06	Deut.1:19-46	20	D.33:20-34:12
21	Marc.12:28-44	07	Deut.2	21	Ps.48
22	Marc.13	08	Deut.3	22	Joz.1
23	Marc.14:1-42	09	Ps.44:1-9	23	Joz.2
24	Marc.14:43-72	10	Ps.44:10-25	24	Joz.3:1-4:9
25	Marc.15:1-41	11	Deut.4:1-24	25	Joz.4:10-5:15
26	M.15:42-16:20	12	Deut.4:25-49	26	Joz.6
27	Ps.40:1-9	13	Deut.5	27	Joz.7
28	Ps.40:10-18	14	Deut.6	28	Ps.49:1-13
29	1Kor.1:1-25	15	Deut.7	29	Ps.49:14-21
30	1K.1:26-2:16	16	Deut.8	30	Joz.8:1-23
31	1Kor.3	17	Deut.9	Mei	
Februari		18	Deut.10	01	Joz.8:24-35
01	1Kor.4	19	Ps.45	02	Joz.9
02	1Kor.5	20	Dt.11:1-12:1	03	Joz.10:1-27
03	1Kor.6	21	Deut.12:2-31°	04	Joz.10:28-43
04	1Kor.7	22	Deut.13:1-19°	05	Joz.11
05	1Kor.8	23	Deut.14	06	Joz.12
06	1Kor.9	24	Deut.15	07	Joz.13
07	1Kor.10:1-22	25	Deut.16	08	Joz.14
08	K.10:23-11:16	26	Deut.17	09	Joz.15:1-20
09	1Kor.11:17-34	27	Deut.18	10	J.15:21-16:10
10	Ps.41	28	Deut.19	11	Joz.17
11	1Kor.12	29	Deut.20	12	Joz.18
12	1Kor.13	30	Deut.21	13	Joz.19:1-39
13	1Kor.14:1-25	31	Ps.46	14	J.19:40-20:9
14	1Kor.14:26-40			15	Joz.21
				16	Ps.50:16-23
				17	Joz.22:1-20
				18	Joz.22:21-34
				19	Joz.23
				20	Joz.24
				21	Recht.1:1-21
				22	Re.1:22-2:5
				23	Recht.2:6-3:6
				24	Recht.3:7-31
				25	Recht.4
				26	Recht.5:1-18
				27	Recht.5:19-31
				28	Ps.51:1-11
				29	Ps.51:12-21
				30	Recht.6:1-24
				Juni	
				01	Recht.6:25-40
				02	Recht.7:1-18
				03	Re.7:19-8:9
				04	Recht.8:10-35
				05	Recht.9:1-33
				06	Re.9:34-10:18
				07	Ps.52
				08	Recht.11:1-28
				09	R.11:29-12:15
				10	Recht.13
				11	Recht.14
				12	Re.15:1-16:3
				13	Recht.16:4-31
				14	Ps.53
				15	Re.17:1-18:10
				16	Re.18:11-31
				17	Recht.19:1-15
				18	Re.19:16-30
				19	Recht.20:1-28
				20	Re.20:29-48
				21	Recht.21
				22	Ps.54
				23	1Tim.1
				24	1Tim.2
				25	1Tim.3
				26	1Tim.4
				27	1Tim.5:1-6:2
				28	1Tim.6:3-21
				29	Ps.55:1-17
				30	Ps.55:18-24

X-2b Het Groninger Bijbel-leesrooster voor vier jaar, jaar-2

Juli	15 1Sa.21:2-16°	Oktober	16 Ps.69:1-19
01 2Tim.1	16 1Sam.22	01 1Kon.1:1-31	17 Ps.69:20-37
02 2Tim.2	17 1Sam.23	02 1Kon.1:32-53	18 S.19:23-20:16
03 2Tim.3	18 1Sam.24	03 1Kon.2:1-27	19 Sp.20:17-21:8
04 2Tim.4	19 Ps.60	04 1Kon.2:28-46	20 Spr.21:9-31
05 1Petr.1	20 1Sam.25:1-22	05 1Kon.3	21 Spr.22:1-16
06 1Petr.2	21 1Sa.25:23-44	06 1Ko.4:1-5:14°	22 Spr.22:17-29
07 1Petr.3	22 1Sam.26	07 1K.5:15-6:13°	23 Spr.23:1-18
08 1Petr.4	23 1Sam.27	08 1Ko.6:14-7:12	24 Spr.23:19-35
09 1Petr.5	24 1Sam.28	09 Ps.66:1-12	25 Spr.24:1-22
10 Ps.56	25 1Sam.29	10 Ps.66:13-20	26 S.24:23-25:11
11 2Petr.1	26 1Sam.30	11 1Kon.7:13-51	27 S.25:12-26:7
12 2Petr.2	27 1Sam.31	12 1Kon.8:1-21	28 Spr.26:8-28
13 2Petr.3	28 2Sam.1:1-16	13 1Kon.8:22-43	29 Ps.70
14 Ruth 1	29 2Sa.1:17-2:7	14 1Kon.8:44-66	30 Spr.27:1-20
15 Ruth 2	30 2Sam.2:8-3:1	15 1Kon.9	December
16 Ruth 3	31 Ps.61	16 1Kon.10	01 S.27:21-28:13
17 Ruth 4	September	17 1Kon.11:1-22	02 Sp.28:14-29:6
18 Ps.57	01 2Sam.3:2-21	18 1Ko.11:23-43	03 Spr.29:7-27
19 1Sam.1	02 2Sam.3:22-39	19 Ps.67	04 Spr.30:1-14
20 1Sam.2:1-11	03 2Sam.4	20 Spr.1	05 Spr.30:15-33
21 1Sam.2:12-36	04 2Sam.5	21 Spr.2	06 Spr.31:1-9
22 1Sam.3	05 2Sam.6	22 Spr.3:1-17	07 Spr.31:10-31
23 1Sam.4	06 2Sam.7	23 Spr.3:18-35	08 Pred.1
24 1Sam.5	07 2Sam.8-9	24 Spr.4	09 Pred.2
25 1Sam.6:1-7:1	08 Ps.62	25 Spr.5	10 Pred.3
26 1Sam.7:2-17	09 2Sam.10	26 Spr.6:1-19	11 Pred.4
27 1Sam.8	10 2Sam.11	27 Spr.6:20-35	12 Pred.5
28 1Sam.9	11 2Sam.12	28 Spr.7	13 Pred.6
29 1Sam.10	12 Ps.63	29 Ps.68:1-19	14 Pred.7
30 1Sam.11	13 2Sam.13:1-22	30 Ps.68:20-36	15 Pred.8
31 Ps.58	14 2Sa.13:23-39	31 Spr.8:1-21	16 Ps.71:1-13
Augustus	15 2Sam.14:1-24	November	17 Ps.71:14-24
01 1Sam.12	16 2S.14:25-15:12	01 Spr.8:22-36	18 Pred.9
02 1Sam.13	17 2Sa.15:13-37	02 Spr.9	19 Pred.10
03 1Sam.14:1-23	18 2Sam.16	03 Spr.10:1-23	20 Pred.11
04 1Sa.14:24-52	19 2Sam.17	04 S.10:24-11:14	21 Pred.12
05 1Sam.15	20 2S.18:1-19:1°	05 Sp.11:15-12:7	22 Hoogl.1
06 1Sam.16	21 2Sa.19:2-24°	06 Spr.12:8-28	23 Hoogl.2
07 1Sam.17:1-30	22 2Sa.19:25-44°	07 Spr.13	24 Hoogl.3
08 1Sa.17:31-58	23 Ps.64	08 Spr.14:1-23	25 Hoogl.4
09 1Sam.18	24 2Sam.20	09 S.14:24-15:11	26 Hoogl.5
10 Ps.59:1-10	25 2Sam.21	10 Spr.15:12-33	27 Hoogl.6:1-12°
11 Ps.59:11-18	26 2Sam.22:1-30	11 Spr.16:1-21	28 Hoogl.7:1-14°
12 1Sam.19	27 2S.22:31-23:7	12 S.16:22-17:11	29 Hoogl.8
13 1Sam.20:1-26	28 2Sam.23:8-39	13 Sp.17:12-18:5	30 Ps.72:1-11
14 1S.20:27-21:1°	29 2Sam.24	14 Spr.18:6-24	31 Ps.72:12-20
	30 Ps.65	15 Spr.19:1-22	

X-3a Het Groninger Bijbel-leesrooster voor vier jaar, jaar-3

Januari	15 Rom.4	April	16 Ps.86
01 Luc.1:1-25	16 Ps.76	01 2Kon.4:38-5:8	17 Hosea 5-6
02 Luc.1:26-56	17 Rom.5:1-11	02 2Kon.5:9-27	18 Hosea 7
03 Luc.1:57-80	18 Rom.5:12-21	03 2Kon.6:1-23	19 Hosea 8
04 Luc.2	19 Rom.6	04 2Kon.6:24-7:2	20 Hosea 9
05 Luc.3	20 Rom.7:1-13	05 2Kon.7:3-20	21 Ps.87
06 Luc.4:1-30	21 Rom.7:14-25	06 2Kon.8:1-24	22 Hosea 10
07 Luc.4:31-5:11	22 Rom.8:1-17	07 2K.8:25-9:15	23 Hosea 11-12
08 Luc.5:12-39	23 Rom.8:18-39	08 2Kon.9:16-37	24 Hosea 13
09 Luc.6:1-26	24 Rom.9:1-29	09 Ps.81	25 Hosea 14
10 Luc.6:27-49	25 Ro.9:30-10:13	10 2Kon.10:1-17	26 2Kon.21:1-18
11 Luc.7:1-23	26 R.10:14-11:10	11 2Ko.10:18-35	27 2K.21:19-22:7
12 Luc.7:24-50	27 Rom.11:11-36	12 2Ko.11:1-20°	28 2Kon.22:8-20
13 Luc.8:1-25	28 Ps.77:1-13	13 2Ko.12:1-22°	29 2Kon.23:1-14
14 Luc.8:26-56	Maart	14 2Kon.13:1-21	30 2Ko.23:15-30
15 Luc.9:1-27	01 Ps.77:14-21	15 K.13:22-14:14	31 2K.23:31-24:7
16 Luc.9:28-62	02 Rom.12	16 2Ko.14:15-29	Juni
17 Ps.73:1-20	03 Rom.13	17 Ps.82	01 Ps.88
18 Ps.73:21-28	04 Rom.14	18 Jona 1:1-16°	02 2K.24:8-25:12
19 Luc.10:1-24	05 Rom.15	19 Jona 2:1-11°	03 2Ko.25:13-30
20 Luc.10:25-42	06 Rom.16	20 Jona 3	04 Ezech.1
21 Luc.11:1-28	07 1Kon.12:1-24	21 Jona 4	05 Ezech.2:1-3:3
22 Luc.11:29-54	08 K.12:25-13:10	22 Ps.83	06 Ezech.3:4-15
23 Luc.12:1-34	09 1Ko.13:11-34	23 Amos 1-2	07 Ezech.3:16-27
24 Luc.12:35-59	10 1Kon.14:1-20	24 Amos 3	08 Ezech.4
25 Luc.13	11 1K.14:21-15:8	25 Amos 4	09 Ezech.5
26 Luc.14	12 Ps.78:1-39	26 Amos 5	10 Ps.89:1-30
27 Luc.15	13 Ps.78:40-72	27 Amos 6	11 Ps.89:31-53
28 Luc.16	14 1Kon.15:9-32	28 Amos 7	12 Ezech.6
29 Luc.17	15 K.15:33-16:14	29 Amos 8	13 Ezech.7
30 Ps.74:1-12	16 1Ko.16:15-34	30 Amos 9	14 Ezech.8
31 Ps.74:13-23	17 1Kon.17	Mei	15 Ezech.9
Februari	18 1Kon.18:1-19	01 Ps.84	16 Ezech.10
01 Luc.18	19 1Ko.18:20-46	02 2Kon.15:1-31	17 Ezech.11
02 Luc.19:1-27	20 1Kon.19	03 K.15:32-16:20	18 Ezech.12:1-20
03 Lc.19:28-20:8	21 1Kon.20:1-22	04 2Kon.17:1-23	19 E.12:21-13:16
04 Luc.20:9-47	22 1Ko.20:23-43	05 2Ko.17:24-41	20 E.13:17-14:11
05 Luc.21	23 Ps.79	06 2Kon.18:1-16	21 Ez.14:12-23
06 Ps.75	24 1Kon.21	07 2Ko.18:17-37	22 Ps.90
07 Luc.22:1-38	25 1Kon.22:1-28	08 2Kon.19:1-13	23 Ezech.15
08 Luc.22:39-71	26 1Ko.22:29-54	09 2Ko.19:14-37	24 Ezech.16:1-22
09 Luc.23	27 2Kon.1	10 2Kon.20	25 Ez.16:23-43
10 Luc.24	28 2Kon.2	11 Ps.85	26 Ez.16:44-63
11 Rom.1:1-17	29 2Kon.3	12 Hos.1:1-2:3°	27 Ezech.17:1-15
12 Rom.1:18-32	30 2Kon.4:1-37	13 Hosea 2:4-25°	28 Ez.17:16-24
13 Rom.2	31 Ps.80	14 Hosea 3	29 Ezech.18:1-18
14 Rom.3		15 Hosea 4	30 Ez.18:19-32

X-3b Het Groninger Bijbel-leesrooster voor vier jaar, jaar-3

Juli	15 E.27:25b-28:10	Oktober	16 2Kron.24
01 Ps.91	16 Ez.28:11-26	01 12:24-13:14°	17 Ps.105:1-22
02 Titus 1	17 Ezech.29	02 Ps.102:1-15	18 Ps.105:23-45
03 Titus 2-3	18 Ezech.30	03 Ps.102:16-29	19 Joël 1:1-2:14
04 Filemon	19 Ezech.31	04 1Kron.14	20 Joël 2:15-3:5°
05 Openb.1	20 Ezech.32:1-16	05 1Kron.15	21 Joël 4:1-21°
06 Openb.2	21 Ez.32:17-32	06 1Kron.16	22 2Kron.25
07 Openb.3	22 Ps.97	07 1Kron.17	23 2Kron.26
08 Openb.4-5	23 Ezech.33:1-20	08 1Kron.18	24 2Kron.27
09 Opb.6:1-7:8	24 Ez.33:21-33	09 1Kron.19-20	25 2Kron.28
10 Opb.7:9-8:13	25 Ezech.34:1-16	10 1Kr.21:1-22:1	26 2Kron.29:1-19
11 Ps.92	26 Ez.34:17-31	11 1Kron.22:2-19	27 2Kr.29:20-36
12 Openb.9	27 Ezech.35	12 1Kron.23	28 Ps.106:1-27
13 Openb.10	28 Ezech.36:1-15	13 1Kron.24	29 Ps.106:28-48
14 Openb.11	29 Ez.36:16-38	14 1Kron.25	30 2Kr.30:1-15a
15 Openb.12	30 Ps.98	15 1Kron.26	December
16 Op.13:1-14:5	31 Ezech.37:1-14	16 1Kron.27	01 2Kr.30:15b-27
17 Op.14:6-15:8	September	17 Ps.103:1-11	02 2Kron.31
18 Openb.16	01 Ez.37:15-28	18 Ps.103:12-22	03 2Kron.32:1-23
19 Openb.17	02 Ezech.38	19 1Kron.28	04 2Kr.32:24-33
20 Openb.18	03 Ezech.39	20 1Kron.29:1-9	05 2Kron.33
21 Opb.19:1-10	04 Ezech.40:1-23	21 1Kr.29:10-30	06 Micha 1
22 Ps.93	05 Ez.40:24-49	22 2Kron.1:1-17°	07 Micha 2
23 Opb.19:11-21	06 Ezech.41	23 2K.1:18-2:17°	08 Micha 3
24 Openb.20	07 Ezech.42	24 2Kron.3	09 Micha 4
25 Opb.21:1-14	08 Ps.99	25 2Kron.4	10 Micha 5
26 Op.21:15-22:5	09 Ezech.43	26 2Kron.5	11 Micha 6
27 Openb.22:6-21	10 Ezech.44:1-16	27 2Kron.6:1-21	12 Micha 7:1-13
28 Ps.94:1-11	11 Ez.44:17-45:8	28 2Kron.6:22-42	13 Micha 7:14-20
29 Ps.94:12-23	12 Ezech.45:9-25	29 2Kron.7	14 Ps.107:1-22
30 Ezech.19	13 Ezech.46	30 Ps.104:1-18	15 Ps.107:23-43
31 Ezech.20:1-17	14 Ezech.47	31 Ps.104:19-35	16 Nah.1:1-14°
Augustus	15 Ezech.48:1-14	November	17 Nah.2:1-14°
01 Ez.20:18-31	16 Ez.48:15-35	01 2Kr.8:1-9:12	18 Nahum 3
02 Ez.20:32-44°	17 Ps.100	02 2Kron.9:13-31	19 2Kron.34:1-21
03 Ez.21:1-22°	18 1Kron.1	03 2K.10:1-11:17	20 2Kr.34:22-33
04 Ez.21:23-37°	19 1Kron.2	04 K.11:18-12:16	21 2Kron.35:1-19
05 Ps.95	20 1Kron.3-4	05 2Kr.13:1-23°	22 K.35:20-36:10
06 Ezech.22:1-16	21 1Kron.5:1-26	06 2Kr.14:1-14°	23 2Kr.36:11-23
07 Ez.22:17-31	22 1Kr.5:27-6:38°	07 2Kron.15	24 Sefanja 1
08 Ezech.23:1-27	23 1Kr.6:39-66°	08 2Kron.16	25 Sefanja 2
09 Ez.23:28-49	24 Ps.101	09 2Kron.17	26 Sefanja 3
10 Ezech.24	25 1Kron.7	10 2Kr.18:1-19:3	27 Habakuk 1
11 Ezech.25	26 1Kr.8:1-9:13	11 2K.19:4-20:12	28 Habakuk 2
12 Ezech.26	27 1Kron.9:14-44	12 2Kr.20:13-37	29 Habakuk 3
13 Ps.96	28 1Kron.10	13 2Kron.21	30 Obadja
14 Ez.27:1-25a	29 1Kron.11:1-25	14 2Kron.22	31 Ps.108
	30 11:26-12:23°	15 2Kron.23	

X-4a Het Groninger Bijbel-leesrooster voor vier jaar, jaar-4

Januari	15 Hand.8:4-40	April	16 Jes.47
01 Joh.1:1-34	16 Ps.113	01 Jes.10:5-27	17 Jes.48
02 Joh.1:35-2:12	17 Hand.9:1-31	02 J.10:28-11:10	18 Jes.49
03 Joh.2:13-3:13	18 Hd.9:32-10:16	03 J.11:11-12:6	19 Jes.50
04 Joh.3:14-36	19 Hd.10:17-48	04 Jes.13	20 Jes.51:1-16
05 Joh.4:1-42	20 Hand.11	05 Jes.14	21 J.51:17-52:12
06 Joh.4:43-5:18	21 Ps.114	06 Jes.15-16	22 J.52:13-53:12
07 Joh.5:19-47	22 Hd.12:1-13:12	07 Jes.17	23 P.119:161-176
08 Joh.6:1-27	23 Hd.13:13-52	08 Jes.18	24 Jes.54
09 Joh.6:28-71	24 Hand.14	09 Ps.119:17-40	25 Jes.55
10 Ps.109:1-20	25 Hand.15:1-35	10 Jes.19	26 Jes.56
11 Ps.109:21-31	26 H.15:36-16:15	11 Jes.20-21	27 Jes.57:1-13
12 Joh.7:1-36	27 Hd.16:16-40	12 Jes.22	28 Jes.57:14-21
13 Joh.7:37-8:20	28 Hand.17	13 Jes.23	29 Jes.58
14 Joh.8:21-59	Maart	14 Jes.24	30 Jes.59
15 Joh.9	01 Ps.115	15 Jes.25	31 Jes.60
16 Joh.10	02 Hand.18	16 Ps.119:41-64	Juni
17 Joh.11:1-44	03 Hand.19:1-20	17 Jes.26	01 Ps.120
18 J.11:45-12:19	04 Hd.19:21-40	18 Jes.27	02 Jes.61
19 Joh.12:20-50	05 Hand.20:1-16	19 Jes.28	03 Jes.62
20 Ps.110	06 Hd.20:17-38	20 Jes.29	04 Jes.63:1-19a°
21 Joh.13	07 Hand.21:1-26	21 Ps.119:65-88	05 63:19b-64:11°
22 Joh.14	08 H.21:27-22:21	22 Jes.30:1-17	06 Jes.65:1-16
23 Joh.15	09 H.22:22-23:11	23 Jes.30:18-33	07 Jes.65:17-25
24 Joh.16	10 Hd.23:12-35	24 Jes.31	08 Jes.66
25 Joh.17	11 Ps.116-117	25 Jes.32	09 Ps.121
26 Joh.18:1-27	12 Hand.24	26 Jes.33	10 Jer.1
27 J.18:28-19:16	13 Hand.25	27 Jes.34	11 Jer.2:1-25
28 Joh.19:17-42	14 Hand.26	28 Jes.35	12 Jer.2:26-3:5
29 Joh.20:1-18	15 Hand.27:1-26	29 Ps.119:89-112	13 Jer.3:6-4:4
30 Joh.20:19-31	16 H.27:27-28:10	30 Jes.36	14 Jer.4:5-31
31 Ps.111	17 Hd.28:11-31	Mei	15 Jer.5
Februari	18 Ps.118:1-18	01 Jes.37:1-20	16 Ps.122
01 Joh.21:1-14	19 Ps.118:19-29	02 Jes.37:21-38	17 Jer.6:1-15
02 Joh.21:15-25	20 Jes.1	03 Jes.38	18 Jer.6:16-30
03 Hand.1	21 Jes.2	04 Jes.39	19 Jer.7:1-20
04 Hand.2:1-21	22 Jes.3:1-15	05 Jes.40:1-11	20 Jer.7:21-34
05 Hand.2:22-47	23 Jes.3:16-4:6	06 Jes.40:12-31	21 Jer.8:1-23°
06 Hand.3	24 Jes.5:1-7	07 P.119:113-136	22 Jer.9:1-15°
07 Hand.4:1-22	25 Jes.5:8-30	08 Jes.41:1-20	23 Jer.9:16-25°
08 Hand.4:23-37	26 Jes.6	09 J.41:21-42:9	24 Ps.123
09 Ps.112	27 Jes.7	10 Jes.42:10-25	25 Jer.10
10 Hand.5:1-16	28 Jes.8:1-18	11 Jes.43	26 Jer.11
11 Hand.5:17-42	29 Jes.8:19-9:6	12 Jes.44	27 Jer.12
12 Hand.6:1-7:16	30 Jes.9:7-10:4	13 Jes.45	28 Jer.13:1-14
13 Hand.7:17-43	31 Ps.119:1-16	14 P.119:137-160	29 Jer.13:15-27
14 Hand.7:44-8:3		15 Jes.46	30 Ps.124

X-4b Het Groninger Bijbel-leesrooster voor vier jaar, jaar-4

Juli	15 Jer.34	Oktober	16 Zach.14:1-11
01 Jak.1	16 Ps.130-131	01 Dan.1	17 Zach.14:12-21
02 Jak.2:1-13	17 Jer.35	02 Dan.2:1-23	18 Ps.144
03 Jak.2:14-26	18 Jer.36:1-15	03 Dan.2:24-49	19 Ezra 7
04 Jak.3	19 Jer.36:16-32	04 Dan.3:1-30	20 Ezra 8:1-20
05 Jak.4	20 Jer.37	05 D.3:31-4:15 ^o	21 Ezra 8:21-36
06 Jak.5	21 Jer.38:1-13	06 Dan.4:16-34 ^o	22 Ezra 9:1-10:6
07 Ps.125	22 Jer.38:14-28	07 Dan.5	23 Ezra 10:7-44
08 1Joh.1:1-2:11	23 Jer.39	08 Dan.6	24 Ester 1
09 1Joh.2:12-27	24 Ps.132	09 Ps.139	25 Ester 2:1-11
10 1Jh.2:28-3:10	25 Jer.40	10 Dan.7	26 Ester 2:12-23
11 1Joh.3:11-24	26 Jer.41	11 Dan.8	27 Ps.145:1-9
12 1Joh.4	27 Jer.42	12 Dan.9:1-19	28 Ps.145:10-21
13 1Joh.5	28 Jer.43:1-44:14	13 Dan.9:20-27	29 Ester 3
14 2-3Joh.	29 Jer.44:15-45:5	14 Ps.140	30 Ester 4
15 Judas	30 Jer.46-47	15 Dan.10	December
16 Ps.126	31 Ps.133-134	16 Dan.11:1-19	01 Ester 5
17 Jer.14	September	17 Dan.11:20-45	02 Ester 6
18 Jer.15	01 Jer.48:1-25	18 Dan.12	03 Ester 7
19 Jer.16	02 Jer.48:26-47	19 Ezra 1:1-2:35	04 Ester 8:1-8
20 Jer.17	03 Jer.49:1-22	20 Ezra 2:36-70	05 Ester 8:9-17
21 Ps.127	04 Jer.49:23-39	21 Ps.141	06 Ester 9:1-19
22 Jer.18	05 Jer.50:1-28	22 Ezra 3:1-4:5	07 Est.9:20-10:3
23 Jer.19	06 Jer.50:29-46	23 Ezra 4:6-23	08 Ps.146
24 Jer.20	07 Jer.51:1-33	24 Ezra 4:24-5:17	09 Neh.1:1-2:10
25 Jer.21	08 Jer.51:34-64	25 Ezra 6:1-12	10 Neh.2:11-3:14
26 Jer.22:1-12	09 Jer.52:1-16	26 Ezra 6:13-22	11 Neh.3:15-38 ^o
27 Jer.22:13-30	10 Jer.52:17-34	27 Haggai 1:1-15 ^o	12 Neh.4:1-17 ^o
28 Jer.23:1-22	11 Ps.135	28 Haggai 2:1-9 ^o	13 Neh.5
29 Jer.23:23-40	12 Klaagl.1:1-6	29 Hag.2:10-23 ^o	14 Neh.6
30 Jer.24	13 Klaagl.1:7-11	30 Ps.142	15 Ps.147
31 Ps.128	14 Klaagl.1:12-16	31 Zach.1:1-17 ^o	16 Neh.7:1-38
Augustus	15 Klaagl.1:17-22	November	17 Neh.7:39-72a ^o
01 Jer.25:1-14	16 Ps.136	01 Zach.2:1-17 ^o	18 N.7:72b-8:18 ^o
02 Jer.25:15-38	17 Klaagl.2:1-5	02 Zach.3	19 Neh.9:1-21
03 Jer.26	18 Klaagl.2:6-12	03 Zach.4	20 Neh.9:22-37
04 Jer.27	19 Klaagl.2:13-17	04 Zach.5	21 Neh.10:1-40 ^o
05 Jer.28	20 Klaagl.2:18-22	05 Zach.6	22 Ps.148
06 Ps.129	21 Ps.137	06 Zach.7	23 Neh.11
07 Jer.29	22 Klaagl.3:1-19	07 Zach.8:1-17	24 Neh.12:1-43
08 Jer.30	23 Klaagl.3:20-39	08 Zach.8:18-23	25 N.12:44-13:14
09 Jer.31:1-22	24 Klaagl.3:40-54	09 Zach.9:1-11	26 Neh.13:15-31
10 Jer.31:23-40	25 Klaagl.3:55-66	10 Zach.9:12-17	27 Mal.1
11 Jer.32:1-25	26 Klaagl.4:1-10	11 Ps.143	28 Mal.2:1-16
12 Jer.32:26-44	27 Klaagl.4:11-16	12 Zach.10	29 Mal.2:17-3:12
13 Jer.33:1-13	28 Klaagl.4:17-22	13 Zach.11	30 Mal.3:13-24 ^o
14 Jer.33:14-26	29 Klaagl.5	14 Zach.12	31 Ps.149-150
	30 Ps.138	15 Zach.13	

XI Bijlage-1: Handreiking voor begrijpend bijbellezen

C. van der Leest, emeritus-predikant van de Nederlandse Gereformeerde Kerk Groningen-Oosterkerk

Begrijpend bijbellezen (korte teksten t/m een heel bijbelboek) volgens de OUT-methode. Hierbij moet je je afhankelijk weten van Gods hulp en daarom ook vragen dat Christus' Geest je inzicht geeft in Gods Woord en openheid daarvoor. Voor begrijpend bijbellezen zijn drie acties nodig (lees ze eerst helemaal door voordat je ze uitvoert):

1. Observeren: wat staat er?

- Maak gebruik van verschillende bijbelvertalingen: SV, NBG, WBV, GNB, Het Boek, NBV.
- Stel het literaire genre vast: geschiedenis, poëzie, wetgeving, brief, gelijkenis, spreuk.
- Stel over de inhoud vier w-vragen:
 - wie? (bijvoorbeeld schrijver, ontvangers en/of handelende personen);
 - wat? (bijvoorbeeld gebeurtenissen, ervaringen en/of ideeën);
 - wanneer? (bijvoorbeeld tijd, omstandigheden);
 - waar?
- Stel over de structuur vragen inzake:
 - het verband (aanleiding, gevolg, doel en/of tegenstelling);
 - de opbouw (woorden, zinnen, alinea's, hoofdstuk).
- NB: De antwoorden op bovenstaande vragen zijn direct uit de tekst af te lezen. Liggen de antwoorden niet voor het grijpen, dan begint de uitleg, zie 2.
- Schrijf voor jezelf op wat je al observerend hebt gevonden.

2. Uitleggen: wat is de betekenis voor de oorspronkelijke hoorders/lezers van toen?

- Leef je in in die vroegere tijd door te vragen naar:
 - de betekenis: wat hield dit toen in?
 - de bedoeling: waarom staat dit hier?
 - de beleving: wat bedoelde die persoon toen?
- Ga de betekenis na van:
 - de gebruikte woorden en uitdrukkingen;
 - de beschreven gebruiken;
 - de geografische en historische aanwijzingen.
- NB: De antwoorden op bovenstaande vragen zijn niet direct uit de tekst af te lezen. Deze antwoorden moeten elders gezocht worden: in het verband van de tekst (het directe verband, elders in het boek of in de rest van de Bijbel) of in de toenmalige cultuur. Maak daarom gebruik van naslagwerken zoals:
 - concordantie en bijbels woordenboek;
 - bijbelse encyclopedie, atlas en handboek;
 - verklaringen van de Bijbel (niet in plaats van eigen studie!).
- Bepaal wat in een tekst letterlijk of figuurlijk genomen moet worden. Bepaal ook in hoeverre een boodschap van toen tijdbepaald is en/of voor alle tijden geldt.
- Schrijf voor jezelf op wat je al uitleggend hebt gevonden.

3. Toepassen: wat betekent het voor ons vandaag?

Je wilt niet alleen begrijpen (door middel van observeren en uitleggen) maar ook gegrepen worden, en wel door je af te vragen wat God via deze tekst j ou te zeggen heeft. Concreet:

- Welke algemene, praktische waarheid leert God jou in deze tekst over Hem, de mens (dus jezelf), de wereld en/of zijn reddingsplan?
- Op welke punten geeft God jou in deze tekst:
 - een voorbeeld dat je moet navolgen;
 - een gebod dat je moet gehoorzamen;
 - een terechtwijzing die je je moet aantrekken;
 - een oproep waardoor je je laat stimuleren;
 - een wijsheid waarmee je je winst kunt doen;
 - een belofte waarop je kunt vertrouwen?
- Wat je in het bovenstaande geleerd hebt, moet je ook in daden omzetten; daarvoor is nodig:
 - dat je concreet bent: wat wil je binnen een bepaalde tijd bereiken?
 - dat je een plan maakt, incl. wanneer, waar en hoe je begint.
 - dat je God vraagt om de kracht van zijn Geest, zodat je komt tot ontspannen inspanning.
- Op welke punten zet God via de gelezen bijbeltekst jou aan tot:
 - het loven en/of danken van God voor wat Hij is, doet of geeft?
 - het erkennen van schuld en vragen om vergeving?
 - het vragen om verandering van jezelf door Christus' Geest?
 - het verwoorden van moeiten en uiten van emoties?
 - het doen van verzoeken aan God voor jezelf en anderen?
- Schrijf voor jezelf op wat je al toepassend hebt gevonden.

Veel hiervan is ontleend aan:

J. Boekhout, Verantwoord bijbelgebruik, Amsterdam 2000

XI Bijlage-2: J.R. Douma, Bijbelmeditatie + Lectio divina

Uitgebreider citaten van Jos Douma op op m'n site:

<https://www.corvanderleest.nl/teksten-van-anderen-i-theologische-teksten/>, no.3

Bijbelmeditatie

- a Neem een ontspannen en ontvankelijke lichaamshouding aan. Kom tot rust. Word stil en concentreer je. Adem rustig in en uit. Word je bewust van de tegenwoordigheid van God: 'U bent er, U bent hier, U bent bij mij, U woont in mij.' Maak zo ruimte voor het luisteren naar Gods Woord.
- b Bid de Geest van het Woord om open oren, open ogen, een open hart. 'Heer die levend maakt, opent U in mij wat gesloten is. Maak mij ontvankelijk voor het spreken van God. Geef dat ik Christus ontmoet. Schep zo licht in de duisternis.'
- c Lees het gekozen bijbelgedeelte hardop en laat de klank van de tekst tot je doordringen. Lees en hoor de woorden alsof ze volledig nieuw voor je zijn. Maak je de tekst door herhaalde lezing eigen, zodat de woorden gaan resoneren in je hart. Raak zo vertrouwd met de woorden van de tekst. Bewaar en koester ze.

- d Leef je in in de woorden en de beelden van de tekst. Speel ermee. Welke belevingswaarde hebben de woorden voor je? Welke wereld roepen de beelden bij je op? Verplaats je in het verhaal. Hoor, kijk, proef, voel, ruik. Gebruik al je verbeeldingskracht bij het luisteren naar de tekst.
- e Stel jezelf vragen. Wat doet de tekst met mij? Voel ik weerstanden: boosheid, verdriet, machteloosheid, verzet? Is er iets wat me treft, wat ik mooi vind, waar ik blij van word? Vragen de woorden van de tekst om verandering in mijn eigen leven met God? Bieden de woorden van de tekst me een nieuwe kijk op het leven in de werkelijkheid van God?
- f Bid de Geest van het Woord om vernieuwing van je eigen leven. Maak dat concreet vanuit het Woord waarnaar je hebt geluisterd. Geef je over aan Christus die in het Woord je tegemoetkomt. Rust in zijn aanwezigheid. Hef de lof aan op God Drie-enig.

Lectio Divina

Lectio (lezen)

In deze eerste fase gaat het erom dat je de Bijbeltekst zorgvuldig leest, bij voorkeur hardop. Je probeert nauwkeurig te kijken wat er staat. Je proeft de woorden. Je besteedt ook wat aandacht aan de context van het Bijbelwoord en aan andere plaatsen in de Bijbel die je te binnen komen omdat ze over ongeveer hetzelfde gaan.

Meditatio (mediteren)

In deze tweede fase probeer je de woorden in jouw persoonlijke leven te laten klinken, zodat je merkt dat de woorden bezig gaan met jou.

Oratio (bidden)

Al mediterend ontstaat er als vanzelf ook een dialoog met God. Je gaat je verlangen uitspreken naar hem toe: 'Heer, wat een geweldig mooie belofte geeft u hier. Of: je verwoordt dat er aanvechting in je leven is op dit punt. Dit bidden kan ook een luisterend bidden worden: 'Heer, wat wilt u op dit moment speciaal door deze woorden heen tegen mij zeggen? Op welk punt moet er in mijn leven bekering plaats vinden?'

Contemplatio (aanschouwen)

In deze laatste fase van de lectio divina word je stil van verwondering omdat je in de woorden die je overdenkt de Heer zelf mag ontmoeten. Hij kijkt je vol liefde en genade aan en je weet dat hij het allerbeste met je voor heeft. Ook als je de woorden als confronterend hebt ervaren, geloof je dat ze niet bedoeld zijn om je moedeloos te maken, maar juist om je op te beuren en om je aan zijn voeten tot rust te laten komen. Je proeft er iets van dat de Heer zelf door deze woorden heen voor je ziel aan het zorgen is. Je verwondert je over zijn wijsheid. Je geniet van zijn genade. En het maakt je stil, een stilte die gevuld wordt door de zegende aanwezigheid van de drie-enige God. Met of zonder woorden breng je hem de lof en eer die hem toekomt.