

Bij het bidden moeten jullie niet eindeloos voortprevelen zoals de heidenen, die denken dat ze door hun overvloed aan woorden verhoord zullen worden. Doe hen niet na! Jullie Vader weet immers wat jullie nodig hebben, nog vóór jullie het hem vragen.

Bid daarom als volgt:

Onze Vader in de hemel,
laat uw naam geheiligd worden,
laat uw koninkrijk komen
en 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 hebben vergeven
wie ons iets schuldig was.
En breng ons niet in beproeving,
maar red ons uit de greep van het kwaad.
Want als jullie anderen
hun misstappen vergeven,
zal jullie hemelse Vader ook jullie vergeven.
Maar als je anderen niet vergeeft,
zal jullie Vader jullie je misstappen
evenmin vergeven.

Matteüs 6, 7-15

Als we bidden, hoeven we niet naar God te gaan met een vragenlijstje, zoals we met een boodschappenlijstje naar een winkel gaan. *'Jullie Vader weet immers wat jullie nodig hebben, nog vóór jullie het hem vragen.'* Bidden is in dat vertrouwen naar God gaan. Daarom leert Jezus zijn leerlingen (ons) bidden met de woorden van het Onzevader.

In het eerste deel van het gebed spreken we dat vertrouwen in God uit. Zijn naam is Jahwe. Die naam betekent: 'Ik ben er en ik zal er zijn voor jou'. Die naam is ons heilig: wij vertrouwen er op dat Hij er altijd is voor ons. Daar willen wij van leven. Zo komt zijn koninkrijk in ons bestaan: de heerschappij van de liefde. Als we God koning laten zijn, dan heerst liefde over ons leven. Dat is zijn wil voor ons: dat we instappen in zijn bedoeling met ons en met de wereld. Als liefde ons leven vervult, dan wordt de aarde een stukje hemel, de plaats waar God het voor het zeggen heeft.

In het tweede deel krijgt dat vertrouwen verder inhoud. *Geef ons vandaag het brood dat wij nodig hebben.* Dat is een bescheiden vraag: wat heb ik vandaag broodnodig? Meestal is dat niet zo veel. We hebben doorgaans veel meer dan wat we nodig hebben. Dat beseffen is de eerste stap naar het delen met hen die niet hebben wat ze nodig hebben. Liefde wordt zo heel concreet. Een andere belangrijke vorm van liefhebben is vergeving. Ons vertrouwen in God zegt ons dat Hij ons vergeeft. En nu wij nog. Waar mensen elkaar kunnen vergeven, gebeurt Gods koninkrijk en wordt zijn wil gedaan. Zo wordt zijn naam geheiligd.

En dan is er het derde deel. Als God weet wat we nodig hebben, als Hij van ons houdt, dan heeft Hij het niet nodig ons te beproeven. Hij kent het goede in ieder van ons; Hij kent ook onze misstappen. Daarom bidden we: *breng ons niet in beproeving, maar red ons uit de greep van het kwaad.* Zo spreken wij ons vertrouwen uit dat God het ons niet moeilijk wil maken. We vragen dat Hij ons helpt om het kwaad te vermijden en te kiezen voor de liefde.

Wanneer we het Onzevader bidden, denken we meestal niet diep na over de betekenis van de woorden. Dat is ook niet nodig. Bidden met de woorden die Jezus ons geleerd heeft is een uitdrukking van een doorleefd vertrouwen in God, onze Vader, of – anders gezegd – onze lieve Papa of Mama, die weet wat wij nodig hebben en die ons meeneemt in een leven van Liefde, een stukje hemel op aarde.

Onze Vader, die in de hemel zijt,
uw naam worde geheiligd,
uw rijk kome,
uw wil geschiede op aarde zoals in de hemel.
Geef ons heden ons dagelijks brood
en vergeef ons onze schulden,
zoals ook wij vergeven
aan onze schuldenaren,
en breng ons niet in beproeving
maar verlos ons van het kwade,
Amen.



*In het Licht
van Gods Woord*

Onze Vader