

# Je ogen opslaan naar de Hemel



## 1. Stil worden

Aan Tafel – Sela

[https://www.youtube.com/watch?v=fFup6ls6pml&feature=emb\\_logo](https://www.youtube.com/watch?v=fFup6ls6pml&feature=emb_logo)

## 2. Open handen

Zingen psalm 123:1 NPB

Ik sla naar U, die in de hemel zit,  
mijn ogen op en bid.  
Zoals een knecht zijn meester aan blijft kijken  
tot die zijn gunst laat blijken,  
zoals een dienstmaagd met haar blik blijft smeken  
om een welwillend teken,  
zo richten wij verwachtingsvol het oog  
naar onze God omhoog.

Gebed

## 3. Lezen

Johannes 16:33 – 17:1

Bijbeltekst:

Deze dingen heb Ik tot u gesproken,  
opdat u in Mij vrede zult hebben.  
In de wereld zult u verdrukking hebben,  
maar heb goede moed:  
Ik heb de wereld overwonnen.  
Dit sprak Jezus,  
en Hij sloeg Zijn ogen op naar de hemel en zei:  
Vader...

## 5. Antwoorden

Schrijf voor jezelf een gebed uit. Begin met:  
Vader.... Gebruik daarna de vijf aanduidingen  
van vraag 5 bij Vader. Probeer in je gebed iets te  
verwoorden van de afgelopen tijd met het  
coronavirus zoals jij dat beleefd hebt en van je  
(gebrek aan) verlangen komende zondagen naar  
de kerk te kunnen en het Heilig Avondmaal te  
vieren.

Zoek een stil plekje op, bid dit gebed staand (als  
kan ook hardop). Begin met je ogen omhoog te slaan naar de hemel (buitenlucht) en blijf een poosje stil na  
de aanspraak Vader. Sla je ogen steeds omhoog als je Vader zegt...

## Toepassen

Wees komende tijd extra bewust van je gebedshouding en je aanspraak in je gebeden. Komende zondagen gaat de  
preek over Johannes 17: Het Tafel gebed van Jezus. Verheerlijking – bewaring – heiliging – één zijn. Sta komende  
dagen stil bij elk van deze vier woorden uit het gebed van Jezus.

## 4. Verwerken

1. Dit Gebed van Jezus wordt het  
hogepriesterlijk gebed genoemd. Dat staat  
zo niet in de bijbel. Waarom heeft men deze  
naam er aan gegeven, denk je?
2. Jezus zegt: Ik heb de wereld overwonnen.  
Kan dit je ook moed en hoop geven in  
coronatie? Wat zie je van die overwinning  
bij het Heilig Avondmaal?
3. Hij sloeg zijn ogen op.... Wat is jouw  
gebedshouding meestal? Wat maakt deze  
houding bij jou duidelijk, en wat drukt de  
gebedshouding van Jezus uit? Vind je de  
gebedshouding die je aanneemt belangrijk?
4. Jezus begint met Vader... zo leert Hij het zijn  
discipelen ook: Abba. Hoe spreek jij God  
meestal aan in je gebed? Wat zegt dat over  
de verhouding, de relatie tussen God en  
jou?
5. Jezus gebruikt verderop nog twee  
aanduidingen in zijn gebed bij Vader.  
Welke? Noem zelf een drie andere  
aanduidingen die je bij Vader zou kunnen  
gebruiken in je gebed.