

**D OELLEN VOOR DE KRINGLEIDER**

De kringleden helpen inzicht te krijgen:

1. in de hele belangrijke dingen die God over man-vrouw relaties zegt.
2. in het grootste gebod: 'agapè' liefde hebben voor elkaar.

**I. AANBIDDING (14 min.)****1. Gebed.**

Bid voor Gods leiding door zijn Geest, bewust te worden van Gods aanwezigheid en te luisteren naar Gods stem.

**2. Meditatie.**

**Thema: Uitdrukken van bepaalde lichaamshoudingen tegenover God.**

Lees onderstaande uitleg voor of leg het in eigen woorden uit.

In de Bijbel worden verschillende lichaamshoudingen bij aanbedding beschreven. Hoewel verschillende lichaams-houdingen in de geschiedenis van de Bijbel betekenis hadden, worden deze lichaamshoudingen niet voorgeschreven of bevolen aan gelovigen! Ze zijn een deel van de historische context van de Bijbel, maar niet een deel van de culturele context van de Bijbel. Gelovigen vandaag mogen dus deze lichaamshoudingen navolgen, maar hoeven dat niet. Gelovigen mogen deze lichaamshoudingen niet aan andere gelovigen opleggen.

*a. Ogen in aanbedding.*

In de Bijbel worden de ogen onder het bidden niet gesloten, maar opgeheven naar de HEER, die in de hemel troont (Psalm 123:1-2<sup>1</sup>; vgl. Psalm 121:1-2<sup>2</sup>).

*b. Handen in aanbedding.*

*Handen klappen* is een gebaar van blijdschap, jubelen (Psalm 98:7-8<sup>3</sup>) en juichen (Jesaja 55:12<sup>4</sup>).

<sup>1</sup> Psalm 123:1-2 1 Een pelgrimslied.

Naar u sla ik mijn ogen op, naar u die in de hemel troont, 2 zoals de ogen van een slaaf de hand van zijn heer volgen, en de ogen van een slavine de hand van haar meesteres, zo volgen onze ogen de HEER, onze God, tot hij ons genadig wil zijn.

<sup>2</sup> Psalm 121:1-2 1 Een pelgrimslied.

Ik sla mijn ogen op naar de bergen, van waar komt mijn hulp? 2 Mijn hulp komt van de HEER die hemel en aarde gemaakt heeft.

<sup>3</sup> Psalm 98:7-8 7 Laat bruisen de zee en alles wat daar leeft, laat juichen de wereld met haar bewoners. 8 Laten de rivieren in de handen klappen en samen met de bergen jubelen.

<sup>4</sup> Jesaja 55:12 Vol vreugde zullen jullie uittrekken en in vrede zul je huiswaarts keren. Bergen en heuvels zullen je juichend begroeten, en alle bomen zullen in de handen klappen.

Handen ten hemel opheffen (NBG: uitbreiden) (waarschijnlijk naar voren met 'stop' handen) is een teken van gegrepen zijn door benauwdheid (Jeremia 4:31<sup>5</sup>).

Handen uitsteken of uitstrekken (NBG: uitbreiden) (waarschijnlijk naar voren met open handen) is een gebaar van roepen of verwelkomen (Jesaja 65:2<sup>6</sup>; vgl. Romeinen 10:21) of een teken van hulp aanbieden aan de ellendige en noodlijdende (Spreuken 31:20<sup>7</sup>).

Met handen het hart opheffen (waarschijnlijk naar boven met open handen dicht bij elkaar) betekent smeken om vergeving (Klaagliederen 3:41<sup>8</sup>).

Handen opheffen (waarschijnlijk naar boven met open handen naar voren) is een gebaar van lofprijzing (Psalm 63:5<sup>9</sup>), van blijdschap met iets (vgl. Psalm 119:47-48, NIV, vgl. HSV) of waarmee de zegen gegeven wordt (Psalm 134:1-2<sup>10</sup>; vgl. Lucas 24:50).

Handen opheffen, uitstrekken of uitbreiden (waarschijnlijk naar boven met open handen) tot de HEER als teken dat de bidder een verzoek aan de HEER doet of iets van Hem wil ontvangen. Dit is een gebaar van gebed (1 Timoteüs 2:8<sup>11</sup>; vgl. Psalm 141:2; Klaagliederen 2:19).

In de vroegste tijd (vóór 1447 v.C.), stond Mozes buiten en breidde zijn handen (omhoog naar de hemel) tot de HEER als teken dat hij iets van de HEER ontvangen wilde (Exodus 9:29<sup>12</sup>). In de strijd tegen Amalek, stond Mozes op een berg met opgeheven handen (naar de hemel naar de HEER) als teken dat hij de overwinning in de strijd van de HERE verwachtte (Exodus 17:11<sup>13</sup>).

<sup>5</sup> Jeremia 4:31 Ik hoor een kreet van pijn, als van een vrouw die de eerste keer baart. Vrouwe Sion kreunt, zij heft haar handen ten hemel: 'Wee mij! Ik bezwijk in handen van moordenaars.'

<sup>6</sup> Jesaja 65:2 Heel de dag sta ik met uitgestoken handen tegenover een opstandig volk, dat op de verkeerde weg is en zijn eigen ingevingen volgt.

<sup>7</sup> Spreuken 31:20 Haar handen strekt zij uit naar de behoeftigen, ze geeft de armen hulp.

<sup>8</sup> Klaagliederen 3:41 laten we met onze handen ook ons hart opheffen tot God in de hemel.

<sup>9</sup> Psalm 63:5 U wil ik prijzen, mijn leven lang, roepend uw naam, de handen geheven.

<sup>10</sup> Psalm 134:1-2 1 Een pelgrimslied.

Zegen de HEER, u allen die de dienst van de HEER verricht en in het huis van de HEER staat, nacht aan nacht.

2 Hef uw handen op naar het heiligdom en zegen de HEER.

<sup>11</sup> 1 Timoteüs 2:8 Ik wil dat bij iedere samenkomst de mannen met geheven handen bidden, vol toewijding, zonder wrok of onenigheid.

<sup>12</sup> Exodus 9:29 Ik wil dat bij iedere samenkomst de mannen met geheven handen bidden, vol toewijding, zonder wrok of onenigheid.

<sup>13</sup> Exodus 17:11 Zolang Mozes zijn arm opgeheven hield, was Israël de sterkste partij, maar liet hij zijn arm zakken, dan was Amalek de sterkste.

In de tijd van David (1000 v.C.), strekte David zijn handen uit (waarschijnlijk naar boven met open handen) als teken dat hij iets van de HEER vroeg (Psalm 143:6-10<sup>14</sup>) of in de richting van het binnenste heiligdom en riep met luid smeken tot de HEER om hulp (Psalm 28:2<sup>15</sup>; vgl. 1 Koningen 8:38). Zelfs in de nacht waren Davids handen uitgestrekt wanneer hij in zijn benauwdheid tot de HEER bad (Psalm 77:3<sup>16</sup>; vgl. Psalm 143:6-8).

In de tijd van de inwijding van de tempel (968 v.C.), stond Salomo ten aanschouwen van de hele gemeente van Israël, breidde zijn handen uit naar de hemel en bad (1 Koningen 8:22<sup>17</sup>).

De gelovigen baden ook met opgeheven handen naar de tempel in Jeruzalem (1 Koningen 8:38-39<sup>18</sup>; vgl. Psalm 134:2).

Ná de vernietiging van de tempel (586 v.C.), stond de mens op, hief zijn handen omhoog (naar de hemel naar de HEER) en stortte zijn hart uit (Klaagliederen 2:19<sup>19</sup>).

Handen opleggen van mensen was een teken van voorbede doen voor bv. kinderen (Matteüs 19:13-15<sup>20</sup>), of hen te zegenen (Marcus 10:16<sup>21</sup>); of voor nieuw aangestelde ambten (Handelingen 6:6<sup>22</sup>) of voor Paulus die de vervulling met de Geest nodig had (Handelingen 9:17<sup>23</sup>). Of het

was een teken van voorbede doen specifiek voor genezing van zieken (Lucas 4:40<sup>24</sup>; vgl. Marcus 5:23; 6:5; van blinden (Marcus 8:23-25<sup>25</sup>; vgl. Handelingen 9:12; 28:8); en van een krom gebogen persoon (Lucas 13:11-13<sup>26</sup>).

### c. *Knieën in aanbidding.*

Knielend onderwerpen. Vanaf de vroegste tijd knielden mensen en wierpen zich (met handen en gezicht in het stof) op de aarde of vielen (op hun gezicht) voor een afgod of voor een hooggeplaatste als een teken van respect, verering en onderwerping. Dit was de houding van een slaaf tegenover zijn heer of van een onderdaan tegenover zijn koning.

Voorbeelden in de Bijbel: de knecht van Abraham viel op z'n knieën en boog zich neer voor de HEER (Genesis 24:26<sup>27</sup>), Lea en haar kinderen bogen voor Esau (Genesis 33:7); gelovigen mogen nooit voor een ander god knielen, want God duldt geen andere goden naast Zich (Exodus 20:5<sup>28</sup>; Deuteronomium 5:9); Moses viel op z'n knieën en boog zich neer voor de HEER (Exodus 34:8); Bileam knielde en buigde zich diep voorover voor de Engel van de HEER (Numeri 22:31<sup>29</sup>); de gelovigen mogen niet voor de zon, maan en sterren knielen (Deuteronomium 4:19); David knielde neer en boog zich diep voorover voor koning Saul (1 Samuël 24:9); koning Saul knielde neer en boog zich diep voorover voor de geest die zich voordeed als de profeet Samuël (1 Samuël 28:14); Batseba neeg en knielde voor koning David (1 Koningen 1:16); een bevelhebber knielde neer voor de profeet Elia (2 Koningen 1:13); Jakobs nakomelingen vulden hun huizen met afgoden en bogen zich neer voor wat ze zelf gemaakt hadden (Jesaja 2:8, NBG); alle hoge functionarissen in de Medo-Persische rijk vielen telkens voor Haman op de knieën en bogen zich voor hem neer, behalve Mordechai (Esther 3:2,5).

<sup>14</sup> **Psalm 143:6-10** 6 ik strek mijn handen naar u uit, dorstig als droge aarde. sela

7 HEER, geef mij antwoord, haast u, mijn kracht is uitgeput.

Houd u niet voor mij verborgen, ik word als wie afgedaald is in het graf.

8 Laat mij in de morgen uw liefde horen, in u stel ik mijn vertrouwen, wijs mij de weg die ik gaan moet, mijn ziel verlangt naar u.

9 Verlos mij van mijn vijanden, HEER, bij u zoek ik bescherming.

10 Leer mij uw wil te volbrengen, u bent mijn God, laat uw goede geest mij leiden over geëffende grond.

<sup>15</sup> **Psalm 28:2** Hoor mijn smeekbede als ik u om hulp roep, als ik mijn handen ophef naar het hart van uw heiligdom.

<sup>16</sup> **Psalm 77:3** Op de dag van mijn nood zoek ik de Heer,

bij nacht hef ik mijn handen, rusteloos, mijn ziel laat zich niet troosten.

<sup>17</sup> **1 Koningen 8:22** Toen wendde Salomo zich naar het altaar van de HEER, ten aanschouwen van de verzamelde Israëlieten, hief zijn handen ten hemel.

<sup>18</sup> **1 Koningen 8:38-39** 38 ook maar iemand van uw volk Israël een smeekgebed tot u richt en zijn handen heft in de richting van deze tempel – ieder onder de druk van het leed dat hem persoonlijk treft –, 39 aanhoor hem dan vanuit de hemel, uw woonplaats, en vergeef hem. Grijp in en geef hem wat hem toekomt, want u weet wat er in hem omgaat. U alleen immers kunt de mens doorgronden.

<sup>19</sup> **Klaagliederen 2:19** Weeklaag in de nacht, jammer tot aan de ochtend, stort je hart uit als water, ten overstaan van de Heer.

Hef je handen naar hem op, voor het leven van je kinderen, die op elke straathoek van hongersnood versmacht.

<sup>20</sup> **Matteüs 19:13,15** 13 Daarop brachten de mensen kinderen bij hem, ze wilden dat hij hun de handen zou opleggen en zou bidden. Toen de leerlingen hen besipten, 15 En nadat hij hun de handen had opgelegd, trok hij weer verder.

<sup>21</sup> **Marcus 10:16** Hij nam de kinderen in zijn armen en zegende hen door hun de handen op te leggen.

<sup>22</sup> **Handelingen 6:6** Ze lieten deze mannen plaatsnemen voor de apostelen, die een gebed uitspraken en hun daarna de handen oplegden.

<sup>23</sup> **Handelingen 9:17** Ananias vertrok en ging naar het huis, waar hij Saulus de handen oplegde, terwijl hij zei: 'Saul, broeder, ik ben gezonden door de Heer, door Jezus, die aan u verschenen is op de weg hierheen,

om ervoor te zorgen dat u weer kunt zien en vervuld wordt van de heilige Geest.'

<sup>24</sup> **Lucas 4:40** Toen de zon was ondergegaan, brachten de mensen al hun zieken naar hem toe, aan welke kwaal ze ook leden. Hij legde hun een voor een de hand op en genas hen.

<sup>25</sup> **Marcus 8:23-25** 23 Hij pakte de blinde bij de hand en bracht hem buiten het dorp. Hij deed wat speeksel op zijn ogen, legde er zijn handen op en vroeg: 'Ziet u iets?' 24 Hij begon weer te zien en zei: 'Ik zie mensen, het zijn net bomen, maar ze lopen rond.' 25 Daarna legde hij weer zijn handen op de ogen van de blinde. Deze sperde zijn ogen open en genas; hij zag alles nu heel helder.

<sup>26</sup> **Lucas 13:11-13** 11 Er was daar ook een vrouw die al achttien jaar bezeten was door een geest die haar ziek maakte. Ze was helemaal krom en kon met geen mogelijkheid rechtop staan. 12 Toen Jezus haar zag, riep hij haar bij zich en zei tegen haar: 'U bent verlost van uw ziekte,' 13 en hij legde haar de handen op. Meteen ging ze rechtop staan en loofde God.

<sup>27</sup> **Genesis 24:26** Toen viel de man op zijn knieën, boog zich neer voor de HEER.

<sup>28</sup> **Exodus 20:5** Kniel voor zulke beelden niet neer, vereer ze niet, want ik, de HEER, uw God, duld geen andere goden naast mij. Voor de schuld van de ouders laat ik de kinderen boeten, en ook het derde geslacht en het vierde, wanneer ze mij haten.

<sup>29</sup> **Numeri 22:31** Toen opende de HEER Bileam de ogen, zodat hij de engel van de HEER op de weg zag staan, met het getrokken zwaard in de hand. Hij knielde en boog diep voorover.

Een melaatse wierp zich voor Jezus neer (Matteüs 8:2); een leider van de synagoge viel voor Jezus neer (Matteüs 9:18); een Kanaänitische vrouw wierp zich voor Jezus neer (Matteüs 15:25); de vader van een zieke zoon viel voor Jezus op z'n knieën (Matteüs 17:14<sup>30</sup>); de Romeinse soldaten vielen spottend voor Jezus op de knieën (Matteüs vgl. 27:29), enz.

Knielend aanbidden of bidden. Eigenlijk de gewoonte om voor iemand te knielen en zijn voeten, zoom van zijn kleed of de grond te kussen (dus met handen en gezicht ter aarde). De Perzen deden dat voor hun vergoddelijkt koningen en de Grieken deden dat voor hun goden. Jezus zegt dat in de Bijbel geschreven staat dat deze wijze van aanbidding alleen aan God gegeven moet worden (Matteüs 4:10<sup>31</sup>).

De discipelen bogen zich voor Jezus neer (en aanbaden Hem als de Zoon van God) (Matteüs 14:33); een dienaar wierp zich aan de voeten van zijn heer (Matteüs 18:26); de centurio Cornelius wierp zich eerbiedig voor de voeten van Petrus ter aarde (Handelingen 10:25); Joden zullen zich eerbiedig aan de voeten van christenen neerwerpen en erkennen dat christenen de geliefden van Christus (God) zijn (Openbaring 3:9).

Over dit knielend bidden als de houding van de mindere tegenover de meerdere, lezen we voor het eerst veel later. Vóór de ballingschap knielden vooral de heidenen voor hun afgoden als zij baden (1 Koningen 19:18<sup>32</sup>) (860 v.C.), maar soms ook de gelovigen voor God als zij aanbaden (Psalm 95:6, een koningspsalm uit de tijd vóór de ballingschap).

Het boek Kronieken is waarschijnlijk ná de ballingschap opgesteld en spreekt ook meer over gelovigen in de HEER, die knielend baden. Bv. bij het zien van de heerlijkheid van God, knielden de Israëlieten met hun gezicht ter aarde op het plaveisel buiten de tempel en prezen de HEER (2 Kronieken 7:3<sup>33</sup>). Tijdens het brandoffer voor de reiniging van de tempel en voor persoonlijke toewijding aan de HEER bogen de Israëlieten en de koning met zijn gezelschap zich onder trompetgeschal begeleid door muziekinstrumenten neer (met handen en gezicht ter

aarde). Daarna deden de Levieten dat ook (2 Kronieken 29:28-30<sup>34</sup>).

In de tijd van het Nieuwe Testament, bad Jezus Christus op zijn knieën in de tuin van Getsemane (Lucas 22:41<sup>35</sup>) en baden Paulus en de christenen uit Efeze op hun knieën op het strand (Handelingen 20:36<sup>36</sup>). Uit de gevangenis schreef Paulus aan de Efeziërs dat hij zijn knieën boog voor de Vader, naar wie alle geslacht in de hemelen en op de aarde genoemd wordt (Efeziërs 3:14).

Knielend en met opgeheven handen bidden. De gewoonte om knielend te bidden werd ook gecombineerd met de opgeheven handen. Van koning Salomo werd geschreven dat hij ten aanschouwen van het hele volk knielde, zijn handen uitbreidde (omhoog) naar de hemel en tot de HEER bad (2 Kronieken 6:13<sup>37</sup>; vgl. 1 Koningen 8:22). Tijdens het avondoffer knielde Ezra (458 v.C.) met gescheurde kleren, breidde zijn handen uit (omhoog) tot de HEER, maar hield zijn aangezicht naar beneden, omdat hij zich schaamde voor de zonden van Israël (Ezra 9:5-6<sup>38</sup>; Psalm 95:6<sup>39</sup>).

### 3. Aanbidding.

Kies een houding uit die bij jouw gebed past en aanbidt God zo.

<sup>30</sup> **Matteüs 17:14** Toen ze zich weer bij de mensenmassa voegden, kwam er iemand naar hem toe die voor hem op zijn knieën viel

<sup>31</sup> **Matteüs 4:10** Daarop zei Jezus tegen hem: 'Ga weg, Satan! Want er staat geschreven: "Aanbid de Heer, uw God, vereer alleen hem."

<sup>32</sup> **1 Koningen 19:18** Ik zal in Israël niet meer dan zeventuizend mensen in leven laten, alleen degenen die niet voor Baäl hebben geknielend en hem niet hebben gekust.

<sup>33</sup> **2 Kronieken 7:3** Alle Israëlieten zagen het vuur en de majesteit van de HEER op de tempel neerdalen. Ze knielden op het plaveisel neer, bogen diep voorover en loofden de HEER: 'Hij is goed, eeuwig duurt zijn trouw.'

<sup>34</sup> **2 Kronieken 29:28-30** 28 Gedurende het brandoffer boog de hele gemeenschap zich neer, terwijl de muziek klonk en de trompetten schalden. 29 Toen het brandoffer ten einde was, bogen ook de koning en zijn gezelschap zich neer. 30 Koning Jechizkia en de raadsheren vroegen de Levieten de lof van de HEER te zingen met de woorden van David en de ziener Asaf. Ze zongen vol vreugde, en allen bogen zich in aanbidding neer.

<sup>35</sup> **Lucas 22:41** En hij liep bij hen weg, tot ongeveer een steenworp ver, en knielde daarna neer om te bidden. Hij bad:

<sup>36</sup> **Handelingen 20:36** Toen hij uitgesproken was, knielde hij samen met de aanwezigen neer om te bidden.

<sup>37</sup> **2 Kronieken 6:13** Hij had een bronzen podium laten maken van vijf el lang, vijf el breed en drie el hoog, en dat midden in de voorhof laten neerzetten. Daarop had hij plaatsgenomen, en nu knielde hij neer, ten aanschouwen van de hele gemeenschap van Israël, hief zijn handen ten hemel.

<sup>38</sup> **Ezra 9:5-6** 5 Toen stond ik op, beëindigde mijn boetedoening, en met gescheurde kleren en mantel viel ik op mijn knieën en spreidde mijn handen uit naar de HEER, mijn God. 6 Ik zei: 'Mijn God, ik schaam me, mijn God, ik ben te beschaamd om mijn gezicht naar u op te heffen, want onze zonden reiken tot boven ons hoofd en onze schuld is zo hoog als de hemel.'

<sup>39</sup> **Psalm 95:6** Toen opende de HEER Bileam de ogen, zodat hij de engel van de HEER op de weg zag staan, met het getrokken zwaard in de hand. Hij knielde en boog diep voorover.

## II. INLEIDING THEMA (1 min.)

Het thema voor deze bijeenkomst is:

### Relaties.

Lees voor of leg uit.

Het menselijk leven draait om heel veel verschillende relaties. Bijvoorbeeld. Relaties met je familie of beste vriend of vriendin, met vrienden en vijanden, met gelovigen en ongelovigen, met mannen en vrouwen, met volwassenen en kinderen, met mensen uit je eigen cultuur en met mensen uit andere culturen, met collega's en concurrenten, met burens en stadgenoten, met verenigingsleden en met klasgenoten, en vooral met God.

In deze les bestuderen we vooral de relatie tot het andere geslacht.

## III. UITWISSELING STILLE TIJD (30 min.)

Laat iedereen in de kring om de beurt in het kort vertellen of voorlezen wat hij of zij uit één of meerdere van de stille tijden uit de toegewezen Bijbelgedeelten geleerd heeft.

### Thema: Relaties

- Dag 1 Romeinen 12:9-21.  
De relatie met alle mensen.
- Dag 2 1 Johannes 2:6-11.  
De relatie met alle christenen.
- Dag 3 Spreuken 23:22-26.  
De relatie met je ouders.
- Dag 4 Efeziërs 5:22-33.  
De relatie met je echtgenoot.
- Dag 5 Lucas 6:27-35.  
De relatie tot vijanden.
- Dag 6 1 Korintiërs 5:9-13.  
Vermijd verkeerde relaties.
- Dag 7 2 Korintiërs 6:14-7:1.  
Intieme en bindende relaties met ongelovigen is verboden (zie ook 1 Korintiërs 7:39).
- Dag 8 1 Korintiërs 7:36-40.  
Trouwen is geen zonde, maar trouw alleen met een wedergeboren gelovige.
- Dag 9<sup>BS</sup> 1 Tessalonicenzen 4:1-8.  
Trouw alleen met iemand die zichzelf beheerst (vertaalkeus).<sup>1</sup>
- Dag 10 Matteüs 6:25-34.  
Trouw alleen met iemand die dezelfde levensdoelen heeft (zie ook Amos 3:3 NBG).

## IV. EXTRA UITWISSELING (15 min.)

Onderdeel IV is optioneel. Indien er na de uitwisseling van stille tijd nog tijd overblijft, kan onderstaande als extra gespreksstof dienen.

### 1. Bespreking studie

Bespreek eventueel de studie n.a.v. een aantal van de onderstaande vragen:

#### Thema: Relaties.

- Wat is het verschil tussen verliefdheid en liefde waarover de Bijbel spreekt ('agapè'-liefde)?
- Wat zijn de verantwoordelijkheden van gelovigen als broers en zussen ten opzichte van elkaar?
- Welke praktische dingen kunnen mannen en vrouwen doen om elkaar beter te leren kennen?
- Welke besluiten zijn goed of wijs om te nemen voordat je op zoek gaat naar een levenspartner?

### 2. Toewijding

Laat de kringleden over de volgende vraag nadenken en hun antwoord opschrijven in hun map:  
"In welk aspect van de bijbelse liefde (de 'agapè' of zelfopofferende liefde) wil jij je oefenen in de komende week?"

### 3. Persoonlijke uitwisseling

Bespreek eventueel de persoonlijke voortgang en toewijding. Is er iemand die nog iets wil uitwisselen over (zijn leven met Jezus in) de afgelopen tijd? Is er iets wat iemand moeilijk vindt? Hoe voelt hij/zij zich eronder?

## V. MEMORISATIE (5 min.)

### 1. Overhoring.

Laat de kringleden twee aan twee elkaars memorisatieverzen overhoren (de laatste vijf verzen).

### 2. Memorisatie van het nieuwe Bijbelvers.

*Verduidelijk het memorisatievers.*

#### RELATIES Spreuken 27:17

Zoals men ijzer scherpt met ijzer,  
zo scherpt een mens zijn medemens.

#### Spreuken 27:17 (NBV)

### 3. Repetitie van de Bijbelboeken.

Alle 39 boeken van het Oude Testament

5 wetboeken:  
Genesis, Exodus, Leviticus, Numeri, Deuteronomium.  
12 geschiedenisboeken (vroegere profeten):  
Jozua, Rechters, Ruth, 1+2 Samuël, 1+2 Koningen,  
1+2 Kronieken, Ezra, Nehemia, Esther.  
5 poëtische boeken:  
Job, Psalmen, Spreuken, Prediker, Hooglied.  
5 grote profetische boeken:  
Jesaja, Jeremia, Klaagliederen, Ezechiël, Daniël.  
12 kleine profetische boeken:  
Hosea, Joël, Amos, Obadja, Jona, Micha,  
Nahum, Habakuk, Sefanja, Haggai, Zacharia, Maleachi.

Alle 27 boeken van het Nieuwe Testament

4 Evangelien:  
Matteüs, Marcus, Lucas, Johannes,  
1 geschiedenisboek:  
Handelingen,  
13 brieven van Paulus:  
Romeinen, 1+2 Korintiërs, Galaten, Efeziërs, Filippenzen,  
Kolossenzen, 1+2 Tessalonicenzen, 1+2 Timoteüs, Titus,  
Filemon,  
8 algemene brieven:  
Hebreeën, Jakobus, 1+2 Petrus, 1+2+3 Johannes, Judas,  
1 apokalyps:  
Openbaring.

## VI. BIJBELSTUDIE (45 min.)

**Thema: De relatie met het andere geslacht.**

### 1. Bijbelstudie.

Gebruik de 5-stappenmethode en bestudeer:

#### 1 Tessalonicenzen 4:1-8 (HSV).

1 Verder, broeders, vragen wij u dringend en roepen wij u er in de Heere Jezus toe op, dat u, zoals u van ons ontvangen hebt hoe u moet wandelen (NBV: leven) en God behagen, daarin nog meer overvloedig wordt. 2 Want u weet welke bevelen wij u gegeven hebben door de Heere Jezus. 3 Want dit is de wil van God: uw heiliging (NBV: dat u een heilig leven leidt), dat u uzelf onthoudt van de hoerij (NBV: ontucht). 4 en dat ieder van u zijn vat weet te bezitten in heiliging en eerbaarheid, 5 en niet in hartstochtelijke begeerte, zoals de heidenen, die God niet kennen. 6 Laat niemand over zijn broeder heen lopen en hem bedriegen door zijn handelwijze, want de Heere is een Wreker van dit alles, zoals wij u ook al eerder gezegd en er bij u op aangedrongen hebben. 7 Want God heeft ons niet geroepen tot onreinheid, maar tot leven in heiliging. 8 Daarom, wie dit verwerpt, verwerpt niet een mens, maar God, Die ook Zijn Heilige Geest in ons heeft gegeven.

NBV: 4 dat ieder van u zijn lichaam heiligt en in eerbaarheid weet te beheersen 5 en dat u niet zoals de ongelovigen, die God niet kennen, toegeeft aan uw hartstocht en begeerte. 6 Schaad of bedrieg uw broeder of zuster in dit opzicht niet.

### 2. Nadruk.

De Bijbel leert heel duidelijk waaruit een gezonde man-vrouw relatie bestaat!

### 3. Uitleg voor de kringleider.

4:1-3a. God wil je heiliging.  
“Hoe u MOET leven (HSV: wandelen) als u God wilt behagen”. Mensen mogen dus niet maar leven zoals zij dat zelf willen (vgl. Richteren 21:25<sup>40</sup>). Dat mag zeker niet in relatie tot de andere sekse. Wat God behaagt is onze heiliging (vers 3).

‘Heiliging’ ten opzichte van de andere sekse betekent drie dingen:

- vermijden van ontucht (seksuele immoraliteit in al zijn vormen) (vers 3);
- weten hoe zijn vat (zijn levenspartner) te verwerven (vers 4) en
- zijn broeder niet slecht behandelen of bedriegen in deze zaak (vers 6).

4:3b. Onthoud jezelf van seksuele immoraliteit.

#### a. De tijdsgeest

Wij leven in een tijd waarin seksuele immoraliteit openlijk en schaamteloos bedreven wordt. Steeds jongere scholieren experimenteren met seks. Pornografie wordt door middel van boeken, films, video's en het internet in huisgezinnen binnengedragen. De overheid maakt propaganda voor ‘veilig vrijen’, maar abortussen onder tieners, en aids stijgt dramatisch in de wereld.

Traditionele manieren van omgaan tussen jongens en meisjes worden verplaatst door grenzeloze losbandigheid op het gebied van seks. Jonge mensen en oudere mensen beseffen niet de gevaren en gevolgen van seksuele immoraliteit of willen het gewoon niet weten. ‘Veilig vrijen’ is fysiek gezien en zeker geestelijk gezien nooit veilig! Jonge mensen hebben zowat geen kennis of goede voorbeelden van hoe ze met de andere sekse om moeten gaan. De meeste kennis hierover wordt uit boeken, films, hun immorele vrienden of eigen immorele experimenten gehaald. Toch zegt de Bijbel genoeg hierover.

#### b. Ontucht en echtbreuk.

Het verschil tussen ‘ontucht’ (HSV: hoerij) en ‘echtbreuk’ wordt in de Bijbel duidelijk gemaakt. 1 Tessalonicenzen 4:1-8 leert dat ‘ontucht of seksuele

<sup>40</sup> Richteren 21:25 In die tijd was er geen koning in Israël; iedereen deed wat in zijn eigen ogen goed was.

onreinheid' (Grieks: porneia) bedreven wordt wanneer een persoon zijn partner wint door middel van hartstochtelijke begeerlijkheid zoals vele niet-christenen dat overal in de wereld doen. Elke vorm van 'ontucht' is 'onrein' in de ogen van God (vers 7).

In Matteüs 19:4-6<sup>41</sup> leert Jezus dat God mensen met een mannelijke of vrouwelijk lichaam gemaakt heeft; dat God bepaald heeft dat een man en een vrouw pas lichamen één mogen worden nadat zij door God in het huwelijk aan elkaar verbonden zijn. Bij een christelijke huwelijksplechtigheid verbindt GOD een man en een vrouw aan elkaar. Dat is het moment dat zij zich onafscheidelijk aan elkaar hechten en één lichaam worden.

Hebreeën 13:4<sup>42</sup> leert dat seks alleen thuis hoort in het huwelijksbed en dus niet vóór of buiten het huwelijk! Het huwelijksbed sluit alle vormen van 'hoerij' en 'echtbreuk' buiten. Dus, mensen, die beweren dat seks met een vaste partner voor het huwelijk niet valt onder 'hoerij' weerspreken Gods Woord. God waarschuwt dat hij alle hoereerders en echtbrekers zal oordelen!

'Ontucht, hoerij of seksuele onreinheid' (Grieks: porneia) is dus elke vorm van seksuele handelingen buiten het christelijke huwelijk. Dit sluit het volgende in: onreine gedachten en fantasieën, onreine begeerten, onreine of vuile grappen, flirten, onreine handelingen en seks vóór of buiten het christelijke huwelijk.

Het sluit zelfs elke vorm van geestelijke hoerij als afgoderij, occultisme, geweld en mishandeling in.

Echtbreuk' (Grieks: moicheia) is een onderdeel van 'seksuele onreinheid of hoerij' en bestaat uit elk vorm van seksuele handeling buiten je eigen huwelijk. Dit sluit het volgende in: flirten met iemand anders dan je eigen huwelijkspartner, seks met iemand anders dan je eigen huwelijkspartner en echtscheiding.

#### *c. Het doel van seks*

Gods Woord maakt heel duidelijk dat alle vormen van seks vóór of buiten je eigen huwelijk in Gods ogen onwettig zijn! God heeft seks als iets heel moois geschapen met een drievoudig doel:

(1) om de getrouwde man en zijn vrouw aan elkaar te binden (seks is een heel sterk bindmiddel) (Matteüs 19:5-6<sup>43</sup>).

(2) om op elk gebied elkaar te bewonderen, van elkaar te genieten en met elkaar blij te zijn (Hooglied).

(3) om kinderen te verwekken, die in de beschermde omgeving van een hecht gezin kunnen opgroeien.

#### 4:4-5. Beheers jezelf en win de ander.

De woorden "je eigen vat weet te bezitten" (HSV) of "je eigen vat verwerven" (NBG) of "met zijn eigen vrouw omgaan" (GNB) kan op twee manieren uit het Grieks vertaald worden:

(1) "dat ieder van u weet zijn eigen lichaam te beheersen"

(2) "dat ieder van u weet zijn eigen levenspartner te winnen/verwerven".

#### *a. Hoe beheers jij je eigen lichaam?*

##### (1) **Leer je tong beheersen** (Efeziërs 5:3-4<sup>44</sup>)

Het woord 'seksuele onreinheid' (hoerij) wordt gebruikt in verband met je spreken. De drie woorden in Efeziërs 5:4 hebbende volgende betekenissen: Het eerste woord: 'oneerbaarheid' (HSV) of 'dubbelzinnigheid' (NBV) slaat op onzedelijke taal als roddelen over het seksleven van mensen of het gebruiken van sekswoorden in krachttermen. Het tweede woord betekent letterlijk 'dwaze praat' (HSV). Het derde woord: grappenmakerij' (HSV) of 'platvloerse taal' (NBV) betekent vuile, groffe of korrelige grappen vertellen. Christenen behoren hun kinderen een gezond seksondericht te geven en op een ernstige manier over seks te praten.

##### (2) **Leer je ogen beheersen** (Job 31:1<sup>45</sup>)

Vooraf mannen worden gemakkelijk tot zonde verleid door wat zij met hun ogen zien, waarna ze verder fantaseren. Daarom behoren vrouwen zich goed en leuk te kleden op een wijze die mannen niet in verzoeking brengt. Daarom behoren mannen allerlei seks tijdschriften en seksvideo's, enz. volkomen te vermijden. Mannen moeten leren om vrouwen niet 'met hun ogen uit te kleden'. Wanneer je toch per ongeluk prikkelende dingen ziet, kijk dan geen tweede maal en zet de gedachten uit je hoofd. Blijf er niet op voortborduren. Mannen en vrouwen, die Christus liefhebben, moeten leren om elkaar alleen op een heilige en eerbare manier aan te kijken.

<sup>41</sup> **Matteüs 19:4-6** Jezus zei: 'Hebt u niet gelezen dat de schepper de mens bij het begin mannelijk en vrouwelijk heeft gemaakt?' 5 En hij vervolgde: 'Daarom zal een man zijn vader en moeder verlaten en zich hechten aan zijn vrouw, en die twee zullen één worden, 6 ze zijn niet langer twee, maar één. Wat God heeft verbonden, mag een mens niet scheiden.

<sup>42</sup> **Hebreeën 13:4** Houd het huwelijk in ere, in alle omstandigheden, en houd het echtelijke bed zuiver, want overspeligen en echtbrekers zal God veroordelen.

<sup>43</sup> **Matteüs 19:5-6** Daarom zal een man zijn vader en moeder verlaten en zich hechten aan zijn vrouw, en die twee zullen één worden, 6 ze zijn dan niet langer twee, maar één. Wat God heeft verbonden, mag een mens niet scheiden.

<sup>44</sup> **Efeziërs 5:3-4** Laat er bij u geen sprake zijn van ontucht of zedeloosheid (HSV: hoerij en alle onreinheid), of van hebzucht – deze dingen horen niet bij heiligen. 4 Ook dubbelzinnige, oppervlakkige en platvloerse taal (HSV: oneerbaarheid, dwaze praat en grappenmakerij) is ongepast – spreek liever woorden van dank.

<sup>45</sup> **Job 31:1** Ik heb een verbond gesloten met mijn ogen: nooit zal ik naar jonge vrouwen kijken (bedoeling: met hartstochtelijke begeerte).

### (3) Leer je lichaamstaal beheersen (Spreuken 6:25<sup>46</sup>)

God heeft zowel mannen als vrouwen geschapen opdat zij heel mooi en aantrekkelijk voor elkaar zijn. Maar God wil niet dat vrouwen hun schoonheid en mannen hun kracht misbruiken om elkaar te verleiden tot seksuele immoraliteit. Prostituees en gigolo's over de hele wereld weten dat mensen zwak kunnen zijn op het gebied van seks en maken er misbruik van. Bepaalde vrouwen proberen mannen te vangen met hun wimpers, knipogen en bewegingen van hun lichaam. Bepaalde mannen proberen vrouwen te versieren. Mannen en vrouwen van God moeten meteen in hun hart en gedachten met verzoeken afrekenen (1 Korintiërs 10:13<sup>47</sup>; 2 Korintiërs 10:4-5<sup>48</sup>) en de hulp van de Heilige Geest inroepen.

### (4) Leer je voeten beheersen (Spreuken 5:7-10<sup>49</sup>).

Elke stad heeft vrouwelijke en mannelijke beroeps prostituees, roodlicht districten, nachtclubs, massage salons, seksbars, seksdisco's, seksclubs, seksbioscopen, escortservices en loverboys. Dit zijn valstrikken die voor de voeten van mannen en vrouwen gelegd worden. Christenen moeten hun voeten ver van al deze plaatsen houden! Vermijd zogenaamde vrienden die oneerbare voorstellen maken om seks met je te hebben. Wanneer een man aan een meisje zegt: "Als je van mij houdt, hebt dan seks met me", moet het meisje antwoorden: "Als van mij houdt, zal je nooit zoiets van mij vragen!"

### (5) Leer je handen beheersen (Spreuken 5:15-21<sup>50</sup>).

Er zijn mensen die hun handen niet kunnen of willen beheersen. Zij proberen steeds vrouwen aan te raken en zo te versieren. Als zij uitgaan met een vrouw, kunnen en willen zij hun handen niet thuis houden, maar raken de

<sup>46</sup> **Spreuken 6:25** Zet nooit je zinnen op haar schoonheid, laat haar ogen je niet strikken.

<sup>47</sup> **1 Korintiërs 10:13** U hebt geen beproevingen (alternatieve vertaling: verzoeken) te doorstaan die niet voor mensen te dragen zijn. God is trouw en zal niet toestaan dat u boven uw krachten wordt beproefd (verzocht): hij geeft u mét de beproeving (verzoeking) ook de uitweg, zodat u haar kunt doorstaan.

<sup>48</sup> **2 Korintiërs 10:4-5** <sup>4</sup> De wapens waarmee wij ten strijde trekken dienen niet ons eigen belang, maar zijn er om met hun kracht bolwerken te slechten voor God. We halen spitsvondigheden neer <sup>5</sup> en iedere verschansing die wordt opgetrokken tegen de kennis van God, we maken iedere gedachte krijgsgévangene om haar aan Christus te onderwerpen <sup>49</sup> **Spreuken 5:7-10** Daarom, mijn zonen, luister naar mij, wijk nooit af van wat ik zeg. <sup>8</sup> Blijf bij zo'n vrouw vandaan, houd afstand van haar woning. <sup>9</sup> Want je zult bij anderen je eer verkwanselen, je verspeeld je leven aan die wrede vrouw. <sup>10</sup> Van wat jij zo moeizaam hebt verworven, genieten vreemde mannen in de woning van die afgedwaalde.

<sup>50</sup> **Spreuken 5:15-21** Drink water uit je eigen bekken, ga naar de stromen van je eigen bron (bedoeling: je eigen vrouw). <sup>16</sup> Je wilt toch niet dat ze de vrije loop krijgen en de pleinen overstroomt? <sup>17</sup> Ze zijn van jou, van jou alleen, laat niemand anders ervan drinken. <sup>18</sup> Moge je bron gezegend zijn, moge de geliefde van je jeugd je vreugde geven. <sup>19</sup> Ze is zo lieflijk als een hinde, bekoorlijk als een ree. Ze laat je altijd van haar borsten drinken, je kunt eindeloos verzinken in haar liefde. <sup>20</sup> Waarom, mijn zoon, zou je dan dwalen bij een lichtzinnige vrouw, je vleien aan de borsten van zo'n afgedwaalde? <sup>21</sup> De HEER ziet alle wegen die een mens bewandelt, al zijn stappen slaat hij gade.

vrouw of het meisje overal aan. Stelletjes die met elkaar uitgaan, kunnen en willen dikwijls kijken hoe ver zij kunnen gaan en dan raken zij elkaar aan boven en onder de kleding. Zowel mannen als vrouwen worden door hun ogen en door aanraking verzocht. Mannen en vrouwen, die Christus liefhebben, moeten leren om elkaar alleen op een heilige en eerbare manier aan te raken en zo veiligheid te bieden en vertrouwen bij de ander te winnen. Als je vertrouwen wilt winnen, moet je zelfbeheersing beoefenen!

#### *b. Hoe win je een levenspartner?*

##### (1) Winnen in heiliging en eerbaarheid.

Christelijke jongens en meisjes moeten op een andere wijze met elkaar omgaan dan de niet-christenen. De Bijbel leert dat een man zijn vrouw mag winnen, op een wijze die anders is dan de manier in de wereld. Hij mag dat niet doen in hartstochtelijke begeerte, maar in heiliging en eerbaarheid (vers 4).

'Heiliging' betekent afgezonderd van de zondige manieren van deze wereld en toegewijd aan wat God welgevallig is. 'Eerbaarheid' betekent wat het respect van God en andere mensen afdwingt. Maak dat je doel.

Uitgaan met iemand van het andere geslacht ('kennismaking'; Engels 'dating') is een proces waarin twee mensen elkaar leren kennen en mogelijk winnen. Dus christen jongeren behoren altijd op een leuke en zelfbeheerste wijze met elkaar om te gaan. Zij oefenen zich in de zelfbeheersing van hun ogen, tong, lichaamshouding, voeten en handen. GOD ZELF heeft deze 'grenzen' in de relatie tussen mannen en vrouwen ingesteld.

##### (2) Winnen binnen grenzen.

Daarom zouden christelijke jongeren, mannen en vrouwen, die met elkaar omgaan of uitgaan, op een praktische wijze zulke 'grenzen' met elkaar moeten afspreken. De 'grenzen' zouden de volgende terreinen kunnen insluiten:

Tijd. Wanneer ga je met elkaar om? Hoe dikwijls ga je met elkaar om? Hoe lang? Hoe laat gaan jullie uit elkaar? Plaats. Waar ontmoeten jullie elkaar? Naar welke plaatsen ga je wel en naar welke plaatsen ga je niet?

Activiteiten. Welke dingen doe je samen? Welke dingen doe je beslist niet? Spreek tegenover elkaar uit dat God alles wat je denk, zegt of doet ziet.

Fysiek contact. Spreek met elkaar af hoe je elkaar aanraakt en hoe je elkaar beslist niet aanraakt. Aanraking zou moeten voldoen aan drie standaarden. Welke soort aanraking is Bijbels gezien goed en mooi? Welke soort aanraking is wel goed, maar misschien niet acceptabel in je cultuur (bv. in India)? Welke soort aanraking is Bijbels

gezien wel goed, maar misschien niet opbouwend voor je vriend of vriendin?

**4:6a** Bedrieg je broeder niet.

Vers 6 heeft het over het bedriegen van je 'broeder'. 'De broeder' is iemand die door de hartstochtelijke begeerte, onreinheid en hoererie (seksuele immoraliteit) van de ander bezeerd of benadeeld wordt.

Hij kan de vader van het meisje zijn, die nog steeds verantwoordelijkheid voor zijn dochter draagt totdat zij volwassen is. Hij kan de leider van de jeugd- of jongerenvereniging zijn die verantwoordelijkheid draagt voor wat er op de vereniging gebeurt. Hij kan de toekomstige man van dat meisje zijn, die een vrouw krijgt die door een ander misbruikt is.

**4:6b-8** Wijs God niet af.

Bovengenoemd onderricht: hoe mannen en vrouwen (jongens en meisjes) op seksueel gebied met elkaar moeten omgaan, mag geen mens naast zich neerleggen!

Wie deze voorschriften naast zich neerlegt, of afdoet als onmogelijk of ouderwets, wijst niet maar een mens of een stukje christelijke cultuur af, maar wijst GOD af! Onze lichamen zijn een tempel van de Heilige Geest (1 Korintiërs 6:19-20<sup>51</sup>) en wij mogen de tempel van de Heilige Geest niet misbruiken voor hoererie. Hoererie in alle vormen zal door God gestraft worden (Hebreeën 13:4<sup>52</sup>).

## VII. GEBED (8 min.)

Bid met elkaar als antwoord op wat God zegt. Laat iedereen in de kring om de beurt (in één of twee zinnen) naar God toe reageren op wat hij in deze bijeenkomst van Hem leerde.

Bid met elkaar voor elkaar (Romeinen 15:30) en voor anderen (Kolossenzen 4:12).

## VIII. VOLGENDE BIJeenKOMST (2 min.)

Deel de voorbereiding en de studie voor de volgende keer uit.

---

<sup>51</sup> **1 Korintiërs 6:19-20** *19* Of weet u niet dat uw lichaam een tempel is van de heilige Geest, die in u woont en die u ontvangen hebt van God, en weet u niet dat u niet van uzelf bent? *20* U bent gekocht en betaald, dus bewijs God eer met uw lichaam.

<sup>52</sup> **Hebreeën 13:4** Houd het huwelijk in ere, in alle omstandigheden, en houd het echtelijk bed zuiver, want overspeligen en echtbrekers zal God veroordelen.