



BIJBELMEDITATIE EN MEMORISATIE

A. REDENEN VOOR HET MEMORISEREN VAN BIJBELVERZEN.

1. **Lees** Efeziërs 6:11,16; Matteüs 4:2-4. Bijbelverzen die je uit je hoofd geleerd hebt, zullen je helpen om de macht van de boze te weerstaan.
2. **Lees** Psalm 119:9,11. Bijbelverzen die je uit je hoofd geleerd hebt, zullen je helpen om een rein en heilig leven te leiden te midden van een verdorven wereld.
3. **Lees** Matteüs 19:3-6; Lucas 10:25-26. Bijbelverzen die je uit je hoofd geleerd hebt, zullen je helpen om Gods antwoorden te geven op de vragen die mensen stellen.
4. **Lees** Matteüs 22:23-33,41-46. Bijbelverzen die je uit je hoofd geleerd hebt, zullen je helpen om valse leerstellingen aan het licht te brengen en te weerleggen.
5. **Lees** Deuteronomium 6:4-9. Bijbelverzen die je uit je hoofd geleerd hebt, zullen je helpen om bijbelse overtuigingen en gewoonten in je huisgezin op te nemen.
6. **Lees** Matteüs 5:27-28; 7:28-29; Kolossenzen 3:16. Bijbelverzen die je uit je hoofd geleerd hebt, zullen je helpen om je onderricht wijzer en gezaghebbender te maken.
7. **Lees** Jeremia 23:29; Hebreëen 4:12; 2 Korintiërs 10:3-5. Bijbelverzen die je uit je hoofd geleerd hebt, zullen je helpen om je verkondiging van het evangelie in woord of schrift krachtiger te maken.
8. **Lees** Genesis 32:9-12; Exodus 32:9-14. Bijbelverzen die je uit je hoofd geleerd hebt, zullen je helpen om met vrijmoedigheid te bidden naar Gods wil.

B. METHODE VOOR HET MEDITEREN OVER BIJBELVERZEN.

Het overdenken en begrijpen van Bijbelverzen doe je als volgt:

1. **Denk na** over de betekenissen van de verschillende woorden. Stel jezelf vragen als: "Wie? Wat? Waar? Wanneer? Waarom? Hoe?"
2. **Bid** tot God en vraag hem wat hij bedoelt tot je te zeggen. Tijdens je gebed bespreek je de betekenis van de waarheden en de mogelijke toepassingen met hem. Reageer op wat God tot je zegt.
3. **Relateer** de waarheden in de Bijbel aan je eigen leven en aan het leven in de wereld om je heen. Stel jezelf de vragen: "Wat heb ik in het licht van dit Bijbelvers nodig?" "Welke waarheid zal mij vernieuwen of sterker maken?" "Wat wil God dat ik weet, geloof, ben of doe?"
4. **Schrijf** de belangrijkste gedachten van je meditatie op in een aantekeningenboek.

C. METHODE VOOR HET MEMORISEREN VAN BIJBELVERZEN.

Het uit het hoofd leren van Bijbelverzen, Bijbelhoofdstukken en zelfs Bijbelboeken gaat als volgt:

1. **Kies** een systeem: gebruik kaartjes of een notitieboekje.
2. **Overdenk** het Bijbelvers en begrijp het voordat je het van buiten leert.
3. **Schrijf** het Bijbelvers als volgt op een blanco kaartje of op een pagina van je notitieboekje:
 - a. Schrijf de titel of het onderwerp op de bovenste regel.
 - b. Schrijf de tekstverwijzing op de tweede regel.
 - c. Trek een lijn en schrijf de tekst regel voor regel daaronder.
 - d. Schrijf de tekstverwijzing nog een keer onderaan de tekst en ook op de achterkant van het kaartje.
4. **Memoriseer** het Bijbelvers op de volgende manier: Begin elke keer met (*) het onderwerp, de tekstverwijzing en de eerste regel van het Bijbelvers. Repeteer dit gedeelte een paar maal. Wanneer je dit gedeelte foutloos kunt herhalen zonder op het kaartje te kijken, begin je weer bij (*) het onderwerp, de tekstverwijzing en de eerste regel. Dan voeg je (*) de tweede regel daaraan toe. Repeteer dit gedeelte weer een paar maal. Zo leer je ook de verbindingen (*) tussen de eerste en de tweede regel. Je blijft nergens steken. Ga zo door totdat je het hele Bijbelvers en de tekstverwijzing onderaan het vers uit je hoofd geleerd hebt. Leer

je Bijbelverzen hardop of door te fluisteren. Wanneer je het Bijbelvers tegelijk ziet en hoort onthoud je het namelijk veel beter! Leer de tekstverwijzing zowel aan het begin als aan het einde van het Bijbelvers, omdat dat het moeilijkste gedeelte is om goed te onthouden. Dus, de juiste volgorde voor memorisatie is: het onderwerp, de tekstverwijzing, de tekst en nog een keer de tekstverwijzing. Het kaartje of je notitiepagina ziet er zo uit:

*ZEKERHEID VAN VERLOSSING

1 JOHANNES 5:11-13

*En dit is het getuigenis: God heeft ons eeuwig leven gegeven en dit leven is in zijn Zoon. *Wie de Zoon heeft, heeft het leven; wie de Zoon van God niet heeft, heeft het leven niet. *Dit heb ik u geschreven, die gelooft in de naam van de Zoon Gods, opdat gij weet, dat gij eeuwig leven hebt.*

1 JOHANNES 5:11-13

1 JOHANNES 5:11-13

D. METHODE VOOR HET REPETEREN VAN BIJBELVERZEN.

Het repeteren van Bijbelverzen, die je vroeger geleerd hebt, doe je als volgt:

1. **Repeteer je recente Bijbelverzen.** Elk nieuw Bijbelvers die je uit je hoofd geleerd hebt, moet je 5 weken lang elke dag eenmaal repeteren. Na 35 keer repeteren stop je dit Bijbelvers in je systeem voor het repeteren van 'oude verzen'. Omdat je elke week 1 nieuw Bijbelvers uit je hoofd leert, repeteer je elke dag de laatste 5 Bijbelverzen die je uit je hoofd geleerd hebt.
2. **Repeteer je oude Bijbelverzen.** Alle oude Bijbelverzen, die je uit je hoofd geleerd hebt, moet je elke 3 weken eenmaal repeteren om ze te blijven onthouden. Omdat er ongeveer 20 dagen in 3 weken zitten, moet je voor elke 100 Bijbelverzen die je uit je hoofd geleerd hebt, 5 Bijbelverzen per dag repeteren.
Opsomming: Elke week leer je 1 nieuw Bijbelvers uit je hoofd. Elke dag repeteer je de laatste 5 Bijbelverzen die je uit je hoofd geleerd hebt. En elke dag repeteer je voor elke 100 oude Bijbelverzen 5 Bijbelverzen. Zo repeteer je al je gememoriseerde Bijbelverzen minstens eenmaal elke 3 weken.
3. **Draag** je memorisatiemapje met memorisatiekaarten of je memorisatie notitieboekje bij je zodat je Bijbelverzen kunt repeteren terwijl je reist of op iets moet wachten. Repeteer de laatste 5 Bijbelverzen die je uit je hoofd geleerd hebt, repeteer een aantal (5 voor elke 100) Bijbelverzen, die je vroeger geleerd hebt, overdenk de inhoud van Bijbelverzen en bid over de inhoud van de Bijbelverzen.
4. **Overhoor** elkaar om te zien of je je Bijbelverzen foutloos uit je hoofd geleerd hebt. Dat kun je met een vriend doen of met een kringlid wanneer jullie bijeenkomen met de kring. Laten de kringleden twee aan twee de laatste 5 gememoriseerde Bijbelverzen overhoren. Controleer of je partner het onderwerp, de tekstverwijzing en de hele tekst van het Bijbelvers foutloos kent. Soms geef je als 'wachtwoord' aan elkaar alleen het onderwerp,

soms alleen de tekstverwijzing en soms alleen de eerste regel van de tekst.

E. LIJST VAN MEMORISATIEVERZEN.

Hieronder staat een overzicht van de memorisatieverzen behorende bij de Deltacursus.

Oude testament	Nieuwe Testament		
WET 06. Leviticus 26:12 GESCHIEDENIS POEZIE 22. Psalm 1:3 39. Psalm 32:8 35. Psalm 119:9,11 13. Spreuken 9:10 26. Spreuken 27:17 PROFETIE 05. Jesaja 14:24,(27) 40. Jesaja 43:4	EVANGELIE 20. Matteüs 6:33 21. Matteüs 18:20 30. Matteüs 24:14 37. Marcus 12:29-31 23. Lucas 9:23 08. Lucas 17:3 16. Johannes 1:14a 04. Johannes 3:16 42. Johannes 13:34-35 10. Johannes 14:6 38. Johannes 14:21,(23) 28. Johannes 16:8	GESCHIEDENIS 12. Handelingen 13:22b 43. Handelingen 17:2-4a 31. Handelingen 17:11 PAULUS 03. Romeinen 3:23 33. Romeinen 5:8 15. Romeinen 10:12. 09. Romeinen 13:8 45. 1 Korintiërs 4:6 11. 1 Korintiërs 10:16 19. 1 Korintiërs 15:25 18. 2 Korintiërs 5:15b 36. 2 Korintiërs 9:6-7	24. Efeziërs 4:12 34. Filippenzen 1:6 41. Filippenzen 4:11b 29. Kolossenzen 4:17 44. 2 Timoteüs 2:15 01. 2 Timoteüs 3:16-17 ALGEMENE BRIEVEN 14. Hebreëën 1:1 07. Hebreëën 10:36 02. Hebreëën 11:3 27. Jakobus 4:7 17. 1 Petrus 3:18a 25. 1 Petrus 5:2-3 APOCALYPS 32. Openbaring 3:20