

Leerdienst 'Heidelbergse Catechismus' – zondag 50, Elburg, 25 januari 2026

Schriftlezing: 1 Timotheüs 4:1-5

Zondag 50

Vraag 125: *Wat is de vierde bede?*

Antwoord: Geef ons heden ons dagelijks brood. Dat wil zeggen: wil in alle behoeften van ons lichaam voorzien, opdat wij daardoor erkennen, dat U de enige bron van alle goeds bent en dat noch onze zorg en moeite noch Uw gaven ons ten goede komen zonder Uw zegen, en dat wij daarom ons vertrouwen van alle schepselen afwenden en op U alleen stellen.

[Ps.145:15, 104:27; Mt.6:26; Jak.1:17; Hand.14:17, 17:27; 1Kor.15:58; Deut.8:3; Ps.37:16, 127:1,2, 5:23, 62:1, 146:3; Jer.17:5,7]

Kernpunten bij de preek 'Moet je bidden voor je eten?'

1. Dankzegging

- Bidden voor het eten: wat is dat eigenlijk? Het is meer dan bidden óm eten: je maaltijd komt te staan in het kader van je relatie met God.
- Bidden is een belijdenis: het komt van Hem.
- Ook als het niet je favoriete eten is...

2. Zegening

- 'Heere, zegen dit eten, om Jezus' wil, amen'. Maar wat is *zegen*? Dat het ons goed doet, ons kracht geeft en onze gezondheid in stand houdt. We belijden door te bidden onze afhankelijkheid: wij kunnen niet zelf zegenen.
- Kan God elk soort eten zegenen...?!

3. Heiliging

- De overgang in het Onze Vader van 3 x U naar 3 x wij.
- Het gevaar van scheiding maken tussen 3 x U en 3 x wij: dan maak je het concrete (natuurlijke) leven los van God (het geestelijke leven). Dat kan op 2 manieren:
 - Extreme soberheid, afzien van genot (eten, seksualiteit). We noemen dit met een moeilijk woord *ascese*, zoals bijv. in veel kloosters gebeurde, om je alleen maar op God te richten. Het aardse leven staat het leven met God in de weg. Wereldwijding.
 - Wereldgelijkvormigheid, opgaan in genieten, consumeren, bezitten. Dan staat God je leven op deze aarde in de weg.

Beide gevallen van ontkoppeling zijn onbijbels.

- Bijbels is: het 'gewone leven' volop leven, maar dan in het licht van de heiliging, het vervullen van onze roeping om in ons concrete leven dienaren van God te zijn.
- Om dit goed te zien, zouden we één woordje moeten toevoegen aan 'Geef ons heden ons dagelijks brood', nl. het woordje _____.
- Het gebed zet ons dus in de juiste levenshouding. Maar het beschaamt ons dus ook. Vandaar de volgende bede?

Om verder over na te denken

1. Schrijf voor jezelf een gebed voor het eten waarin je de lessen uit de preek verwerkt. Ga je in het vervolg anders bidden voor je eten, en hoe dan?
2. Wat betekent dit gebed voor wat je wel/niet eet?