

# 'n Eenvoudige Manier Om Te Bid

## Martin Luther

*Gebed, die Here se Gebed, die 10 Gebooie, en die Geloofsbelydenis  
'n Brief aan sy haarkapper, Peter Beskendorf, Lente 1535*

Ek sal jou vertel so goed ek kan wat ek persoonlik doen wanneer ek bid. Mag ons liewe Here aan jou en almal gee om beter te wees as ek! Amen.

Eerstens, wanneer ek voel dat ek 'n gebrek aan entoesiasme en vreugdeloos geword het in gebed as gevolg van ander take of gedagtes (want die vlees en die duiwel verhinder en belemmer gebed), neem ek my klein psalmboek, haastig na my kamer, of, as dit die dag en uur vir dit was, na die kerk waar 'n gemeente vergader en soos die tyd dit toelaat, sê ek saggies aan myself en woord-vir-woord die Tien Gebooie, die Geloofsbelydenis, en as ek tyd het, 'n paar woorde van Christus of van Paulus, of sommige Psalms, net soos 'n kind dit doen.

Dit is 'n goeie praktyk om die oggend met gebed te begin en in die aand af te sluit met gebed. Waak teen misleidende gedagtes wat vir jou sê: "Wag 'n rukkie, ek sal later bid; ek moet eers aandag gee aan dit of dat." Sulke gedagtes weerhou jou daarvan om te bid en dat niks vir die dag van gebed kom nie.

Dit mag wel wees dat jy soms take het wat beter is as gebed, veral in 'n noodgeval. Daar is 'n gesegde toegeskryf aan St Jerome wat sê dat alles wat 'n gelowige doen, is om te bid, en 'n spreekwoord wat sê, "Hy wat getrou in geloof werk, bid twee keer." Dit kan gesê word omdat 'n gelowige God vrees en gehoorsaam is aan sy gebooie, wil niemand mislei, steel, kul of oneerlik wees. Sulke gedagtes in geloof verander ongetwyfeld sy werk in gebed en lofspraak.

Aan die ander kant is dit ook waar dat die werke van 'n ongelowige heeltmal vervloek is, en hy wat in ongelof werk, word veelvuldiglik vervloek. Terwyl hy sy werk doen is sy gedagtes verwyder van God en sy gebooie. Sy gedagtes is besoedel met ongeruimdhede van hoe om voordeel te trek uit sy naaste, hoe om van hom te steel en hom te bedrieg. Wat anders kan sulke gedagtes wees, maar uit en uit 'n vloek teen God en die mens, wat jou werke en moeite 'n dubbele vervloeking maak waardeur 'n mens homself vervloek? Eintlik is hulle bedelaars en sukkelaars. Dit is van so 'n voortdurende gebed dat Christus in Lukas 11 sê, "Bid sonder ophou," omdat mens onophoudelik moet waak teen sonde en verkeerde dinge doen, iets wat mens nie kan doen nie, behalwe as iemand God vrees en sy gebod in gedagte hou, soos Psalm 1 sê: "Geseënd is hy wat dag en nag sy wette oordink."

Tog moet ons versigtig wees om nie die gewoonte van ware gebed te verbreek en jou te verbeel dat ander werke nodig is nie, wat immers niks van die aard is nie. So aan die einde word ons laks en lui, lusteloos en onverskillig teenoor gebed. Die duiwel wat ons besig hou, is nie lui of agterlosig nie, en ons vlees is te gereed en gretig om te sondig en is teensinnig aan die gees van gebed.

Wanneer jou hart deur so 'n aanhaling aan jouself verwarm is deur so 'n voordrag, kniel of staan met jou hande gevou en jou oë na die hemel en praat of dink so kortliks as wat jy kan:

Hemelse Vader, liewe God, ek is 'n arm, onwaardige sondaar. Ek verdien dit nie om my oë of hande na U toe te lig of om te bid nie. Maar omdat U ons almal beveel het om te bid en belowe het om ons te hoor en deur U dierbare Seun, Jesus Christus ons geleer het hoe en wat om te bid, kom ek na U in gehoorsaamheid aan U woord, met vertroue in U genadige belofte. Ek bid in die naam van my Here Jesus Christus saam met al U heiliges en Christene op aarde soos Hy ons geleer het: Ons Vader wat in, ens., deur die hele gebed, woord vir woord.

Herhaal dan een deel of soveel as wat jy wil, miskien die **eerste smeekbede**: "laat u Naam geheilig word," en sê: "Ja, Here God, liewe Vader, heilig is U naam, beide in ons en in die hele wêreld. Vernietig en ontwortel die gruwels, afgodery en dwaalleer van die Turke, die pous, en alle valse leraars en dwepers wat U naam ydelik gebruik en op skandalige manier dit belaster. Hulle spog knaend dat hulle U woord en die wette van die kerk leer, alhoewel hulle werklik die duiwel se valsheid en kullery in U naam gebruik om baie arm siele wêreldwyd te mislei en vermoor en vergiet selfs onskuldige bloed, en in sulke vervolging glo hulle dat hulle U 'n goddelike diens lewer.

Liewe Heer en God, bekeer en betoel. Bekeer diegene wat nog bekeer moet word, sodat hulle saam met ons en ons saam met hulle U naam kan loof en prys, beide met ware en suiwer leringe en met 'n goeie heilige lewe. Verhoed diegene wat nie bereid is om bekeer te word nie, sodat hulle gedwing word om op te hou om U heilige naam te misbruik, te verontagsaam en te ontmoedig om die arme mense te mislei. Amen."

Die **tweede smeekbede**: "laat u koninkryk kom." Sê: "O liewe Heer, God en Vader, U sien hoe wêreldse wysheid en rede nie net U naam ontheilig nie, en die eer wat U toekom, word toegeskryf aan die duiwel deur leuens, maar hoe hulle ook die krag, mag, rykdom en heerlikheid wat U hulle op aarde gegee het om die wêreld te regeer en U te dien en dit te gebruik in hul eie strewe om U koninkryk te weerstaan. Hulle is magtig en baie; hulle versondig en verhinder die klein kudde van U Koninkryk wat verag word, wat swak en min geword het. Hulle sal nie U kudde op aarde verdra nie, waardeur hulle dink dat hulle 'n groot goddelike diens lewer deur hulle te teister. Liewe Heer, God en Vader, bekeer hulle en beskerm ons. Bekeer diegene wat nog nie kinders of deel van U Koninkryk is nie, sodat hulle met ons en ons met hulle in U Koninkryk kan dien in ware geloof en opregte liefde, vanuit U Koninkryk wat begin het, kan ons in U ewige Koninkryk ingaan. Beskerm ons teen diegene wat nie van hulle mag van vernietiging van U Koninkryk wil afsien nie, sodat wanneer hulle van hulle trone af is en verneder word, van hul pogings moet laat staan. Amen."

Die **derde smeekbede**. "laat u wil geskied, soos in die hemel net so ook op die aarde." Sê: "O liewe Heer, God en Vader, U weet dat as die wêreld nie U naam kan vernietig of u Koninkryk uitwis nie, is hulle dag en nag besig met goddelose daade en gekonkelry, vreemde samesweringe en intrige, wat saam konkel in die geheime, met aanmoediging en ondersteuning, woedend en dreigend en aangaan met elke bose voorneme om U naam, woord, Koninkryk, en U kinders te vernietig. Daarom, liewe Heer, God en Vader, bekeer hulle en beskerm ons. Bekeer diegene wat nogtans U goeie wil erken en dat hulle saam met ons en ons met hulle U wil en vir U ontwil alleen geduldig sal wees, en met vreugde elke kwaad, kruis en teenspoed dra, en daardeur erken, toets en ervaar U goedertierenheid, genadige en volmaakte wil. Maar beskerm ons teen diegene wat in hulle woede, waansin, haat, dreigemente en slegte begeertes nie ophou om ons kwaad aan te doen nie. Maak hul goddelose skemas, skelmstreke en toerusting tot niks, sodat dit teen hulle gedraai kan word soos ons in Psalm 7 sing. "

Die **vierde smeekbede**. "gee ons vandag ons daaglikse brood." Sê: "Liewe Heer, God en Vader, gee ons ook u seën in hierdie tydelike en fisiese lewe. Gee ons genadiglik geseënde vrede. Beskerm ons teen oorlog en wanorde. Gee aan ons keiser geluk en sukses teen sy vyande. Gee hom wysheid en insig om in vrede en voorspoed oor sy aardse koninkryk te regeer. Gee aan alle konings, vorste, en heersers goeie raad en die wil om hul grondgebied, en hul onderdane met kalmte en geregtigheid te hanteer. Help en lei veral ons liewe Prins N, onder wie se beskerming en skuiling U ons moet onderhou, sodat hy beskerm kan word teen alle goddeloosheid en heerskappy, en hy beskerm kan word teen kwaad spraak en ongetrouheid. Gee aan al sy onderdane genade om hom lojaal en gehoorsaam te dien. Gee aan elke eiendom-stadsbewoner of boer om ywerig te wees, liefdadigheid en lojaliteit teenoor mekaar te toon. Gee ons gunstige weer en 'n goeie oes. Ek dra my huis, eiendom, vrou en kind aan U op. Gee aan my wysheid en insig dat ek hulle goed kan onderhou en onderrig soos dit 'n Christen betaam. Verdedig ons teen die verwoester en al sy bose engele wat ons kwaad en onheil in hierdie lewe sal aandoen. Amen."

Die **vyfde smeekbede**. "en vergeef ons ons skulde, soos ons ook ons skuldenaars vergewe." Sê: "O liewe Heer, God en Vader, tree nie op in geregtigheid teen ons nie, want niemand leef voor U geregverdig nie. Moet dit nie teen ons hou as 'n sonde omdat ons so ondankbaar is teenoor U onuitspreeklike goedheid, geestelik en fisies, of dat ons elke dag keer op keer in die sonde verval, meer dikwels as wat ons kan herken, Psalm 19. Moet nie kyk hoe goed of sleg ons is nie, maar slegs op die oneindige barmhartigheid wat U deur Christus, U geliefte seun, aan ons bewys het. Wees vergewensgesind teenoor diegene wat ons benadeel of kwaad gedoen het, soos ons hulle uit ons harte vergewe. Hulle veroorsaak die grootste onreg op hulself deur toorn op te wek in hul optrede teenoor ons. Ons vind geen baat deur hul ondergang nie; ons wil veel eerder dat hulle saam met ons gered word. Amen." (Enigeen wat nie kan vergewe nie, laat hom om genade vra, sodat hy kan vergewe; maar dit behoort in 'n preek.)

Die **sesde smeekbede**. "en lei ons nie in versoeking nie." Sê: "O liewe Heer, Vader en God, hou ons flink en wakker, gretig en ywerig in u woord en diens, sodat ons nie selfvoldaan, lui en traag word asof ons alreeds alles bereik het nie. Op dié manier kan die duiwel ons nie aanval nie, of ons verras, weerhou ons van U kosbare woord, of mekaar aanhits in twis of tweedrag en onenigheid onder ons opwek en ons in ander sonde en skande lei, beide geestelik en fisies. Gee ons wysheid en insig deur u gees sodat ons hom manhaftig kan weerstaan en oorwinning behaal. Amen."

Die **sewende smeekbede**. "maar verlos ons van die Bose." Sê: "O liewe Heer, God en Vader, hierdie ellendige lewe is so vol ellende en onheil, gevaar en onsekerheid, so vol van boosheid en onbarmhartigheid (soos St. Paulus sê: "die dae is boos") dat ons regtig moeg kan word van die lewe en verlang na die dood. Maar liewe Vader, U ken ons swakheid; help ons deur hierdie boosheid en boewery; en wanneer ons laaste uur kom, deur U genade skenk ons 'n geseënde afsterwe van hierdie vallei van smarte sodat dit in die aangesig van die dood ons nie bang of moedeloos laat nie, maar in vaste geloof ons siele in u hande plaas. Amen."

Laastens, merk dit, dat jy die Amen ferm moet sê. Moet nooit twyfel dat God in sy genade jou sekerlik sal hoor en "ja" vir jou gebede sal sê nie. Moet nie dink dat kniel of alleen staan nie, dink eerder dat die hele Christendom, alle toegewyde Christene daar langs jou staan en jy staan onder hulle in 'n gemeenskaplike, verenigde smeekbede wat God kan verag nie. Moet nie jou gebed verlaat sonder om te sê of dink, "Nou goed, God het my gebed gehoor; dit weet ek as 'n sekerheid en 'n waarheid." Dis wat Amen beteken.

U moet ook weet dat ek nie wil hê dat u al hierdie woorde in jou gebed moet noem nie. Dit sou niks anders as ledigverhale en berading wees nie, om woord vir woord te lees uit die tuin van rose deur leke en die gebede van die priesters en monnike. Ek wil eerder hê dat jou hart aangeroer word en

gelei word aangaande die gedagtes wat in die Here se gebed begryp moet word. Hierdie gedagtes kan uitgedruk word, as jou hart warm en geneig is tot gebed, op baie verskillende maniere en met meer of minder woorde. Ek bind nie myself aan sulke woorde of lettergrepe nie, maar sê vandag my gebede op een manier, en 'n ander môre, afhangende van my gemoed en gevoel. Ek bly egter so naby ek kan, met dieselfde algemene gedagtes en idees. Dit kan soms gebeur dat ek onder soveel idees in een smeekgebed verlore gaan as die voorgaande ses. As 'n oorvloed goeie gedagtes by ons opkom, moet ons die ander smeekgebede ignoreer, ruimte skep vir sulke gedagtes, in stilte luister, en onder geen omstandighede hulle verhinder nie. Die Heilige Gees self spreek hier, en een woord van sy gesprek is veel beter as 'n duisend van ons gebede. Baie keer het ek meer geleer van een gebed as van lees en spekulاسie.

Dit is van groot belang dat die hart gereed en gretig vir gebed gemaak word. Soos die prediker sê, "Berei jou hart voor vir gebed, en moenie God versoek nie". Wat anders is dit maar om God te versoek wanneer jou mond brabbel en die verstand dwaal oor ander gedagtes? Soos die priester wat gebid het, "Deus in adiutorium meum intende. Plaashulp, het jy die perde losgemaak? Domine ad adjuvandum my festina. Huishulp, gaan uit en melk die koei. Gloria patri et filio et spiritui sancto. Maak gou, seun, ek wens jy kry koors!" Ek het baie sulke gebede gehoor in my ondervinding onder die pousdom; die meeste van hulle gebede is van hierdie soort. Dit is godslastering en dit sou beter wees as hulle gespeel het of nie omgee om beter te doen. Ek het in my dag baie sulke kerklike ure gebid, jammerlik, en op so 'n wyse dat die psalm of die toegelate tyd tot 'n einde kom voordat ek selfs beseft of ek aan die begin of in die middel was.

Alhoewel nie almal die woorde soos die bogenoemde geestelike en gemengde sake en gebed uitdruk nie, doen hulle dit deur die gedagtes in hul harte. Hulle spring van een ding na die ander in hul gedagtes en wanneer alles klaar is weet hulle nie wat hulle gedoen het of waarvoor hulle gepraat het nie. Hulle begin met lofspraak en dadelik is hulle in 'n gekkeparadys. Dit lyk vir my dat as iemand kon sien wat ontstaan as gebed uit 'n koue en onoplettende hart, hy tot die gevolgtrekking kom dat hy het nooit 'n meer belaglike soort gekskerdery gesien het nie. Maar, loof God, dit is nou vir my duidelik dat iemand wat vergeet wat hy gesê het nie goed gebid het nie. In 'n goeie gebed onthou ons ten volle elke woord en gedagte van die begin tot die einde van die gebed.

Dus, 'n goeie en oplettende haarkapper hou sy gedagtes, aandag, en oë op die skeermes en hare en vergeet nie hoe vêr hy met sy skeer of sny gekom het nie. As hy te veel praat of sy gedagtes dwaal of iewers anders kyk is hy geneig om sy kliënt se mond, neus, of selfs sy keel af te sny. Dus, as iets te goed gedoen moet word, vereis dit die volle aandag van almal se sintuie en lede, soos die spreekwoord sê, "Pluribus intentus, minor est ad singula sensus"-"Hy wat aan baie dinge dink, dink aan niks en doen niks reg nie." Hoeveel te meer vra gebed vir konsentrasie en opregtheid van hart as dit 'n goeie gebed is!

Dit is kortliks die manier waarop ek die Here se Gebed gebruik wanneer ek bid. Tot vandag toe drink ek die Here se gebed soos 'n kind, en as 'n ou man eet en drink ek daarvan en word nooit versadig. Dit is die heel beste gebed, selfs beter as die psalmboek, wat so dierbaar is vir my. Dit is duidelik dat 'n ware Meester dit saamgestel en geleer het. Wat 'n groot jammerte dat die gebed van so 'n Meester afgerammel en gebabbel word so oneerbiedig oor die hele wêreld! Hoeveel bid die Here se gebed duisend keer in die loop van 'n jaar, en as hulle dit vir 'n duisend jaar aanhou, sou hulle nie een jota, een kolletjie, geproe of gebid het nie! In 'n woord is die Here se gebed die grootste martelaar op aarde (soos die naam en woord van God). Almal martel en mishandel dit; min kry troos en vreugde in sy behoorlike gebruik.

## *Die Tien Gebooe*

Soos ek tyd en geleentheid gehad het om deur die Here se gebed te gaan, doen ek dieselfde met die Tien Gebooe. Ek neem een deel na die ander en bevry myself soveel as moontlik van afleiding om te bid. Ek verdeel elke gebod in vier dele en vorm 'n krans van vier stringe. Dit is, ek dink elke gebod as eerste opdrag, wat eintlik is wat dit bedoel is om te wees en te oorweeg wat die Here God van my verlang. Tweedens verander ek dit in 'n danksegging; derdens, 'n bekentenis; en vierde, 'n gebed. Ek doen dit in gedagtes of woorde:

"Ek is die Here jou God, ens. Jy mag geen ander gode voor my hê nie,"ens. Hier is ek ernstig van mening dat God van my verwag en leer my om Hom te vertrou in alles en dat dit sy grootste doel is om my God te wees. Ek moet op hierdie manier aan Hom dink met die gevaar om ewige saligheid te verloor. My hart moet nie op iets anders bou of enige ander dinge vertrou nie, of dit rykdom is, aansien, wysheid, mag, vroomheid, of enigiets anders. Tweedens dank ek Hom vir sy oneindige barmhartigheid waarmee hy op so 'n vaderlike manier na my toe gekom het, ongevraagd, en onverdiend, het Hy aangebied om my God te wees, om vir my te sorg en te troos, bewaarder, hulp en krag te wees in tyd van nood. Ons arme sterflinge het soveel gode gesoek en sou nog steeds gesoek het as hy ons nie in staat gestel het om hom openlik te hoor in ons eie taal wat hy van plan is om ons God te wees. Hoe kan ons ooit in alle ewigheid hom genoeg bedank! Derdens bely en erken ek my groot sonde en ondankbaarheid dat ek sulke sublieme leringe en so 'n waardevolle geskenk in my lewe so skandelik verag het, het sy toorn deur middel van ontelbare dade van afgodery ten volle ontlok. Ek bely hieroor en vra vir sy genade. Vierdens, ek bid en sê: "O my God en Here, help my deur U genade om elke dag U gebooe te leer, te verstaan en met opregte vertroue te lewe. Bewaar my hart sodat ek nooit weer vergeetagtig en ondankbaar sal word nie, sodat ek nooit ander gode of ander troos op aarde of in enige skepsel mag soek nie, maar alleen aan u, my enigste God, vasklou. Amen, liewe Here, die God en Vader. Amen."

Daarna, as tyd en my gesindheid dit toelaat word die tweede gebod ook in vier stringe bespreek soos hierdie: "Jy mag die naam van die Here jou God nie ydelik gebruik nie," ens. Eerstens leer ek dat ek God se naam sal gebruik in waardigheid, heiligheid en skoonheid; om nie te sweer, vloek, om windmakerig te wees of eer te soek en roem vir myself, maar om nederig te wees om Sy naam te roep, te bid, en te prys, en laat dit my enigste eer en heerlikheid wees dat Hy my God is en dat ek Sy nederige wese en onwaardige dienaar is. Tweedens dank ek Hom vir hierdie kosbare gawes, dat Hy sy naam aan my geopenbaar het en dit aan my gegee het, dat ek in sy naam en God se diensknege en wese genoem word, ens, dat Sy naam my toevlug is soos 'n magtige vesting waarheen die regverdige kan vlug en beskerming kry, soos Salomo sê. Derdens, ek bely en erken dat ek my hele lewe ernstig en skandelik gesondig het teen hierdie gebod. Ek het nie net gefaal om sy heilige naam te roep, prys, en eer nie, maar is ook ondankbaar vir sulke gawes en het, deur die vloek, lieg en verraai, hulle misbruik in die nastrewing van skaamte en sonde. Ek het bitterlik berou en vra genade en vergifnis, ens. Vierdens, ek vra vir hulp en krag om voortaan hierdie gebod te leer en my te bewaar van slegte ondankbaarheid, mishandeling en sonde teen Sy naam, en dat ek dankbaarheid kan vind in eerbied en eer van Sy naam.

Ek herhaal hier wat ek voorheen gesê het met verwysing na die Here se Gebed: As die Heilige Gees in die middel van sulke gedagtes begin om met ryk, verhelderende gedagtes, eer in u hart te spreek, eer Hom deur hierdie geskrewe skema los te laat; wees stil en luister na Hom wat beter kan doen as jy. Onthou wat hy sê, let op en jy sal wonderlike dinge in die wet van God sien, soos David sê.

Die **derde gebod**: "Onderhou die Sabbatdag, hou dit heilig." Hieruit leer ek eerstens dat die Sabbatdag nie ingestel is ter wille van niksdoenigheid of vermaak in die wêreldse genot nie, maar om dit heilig te hou. Dit word egter nie geheilig deur ons werke en dade nie. Ons werke is nie heilig nie, maar deur die woord van God, wat alleen geheel en al rein is word dit geheilig, of dit nou tyd,

plek, persoon, arbeid, rus, ens is. Volgens St. Paul, wat sê dat elke skepsel deur woord en gebed geheilig word, is ek in die tyd van 1 Timoteus 4, ons werke deur die woord geheilig. Ek besef dus dat ek veral op die Sabbat God se woord moet hoor en bepeins. Daarna moet ek in my eie woorde God dank en prys vir al sy voordele, en bid vir myself en vir die hele wêreld. Hy wat homself so gedra op die Sabbatdag hou dit heilig. Hy wat versuim om dit te doen is erger as die persoon wat op die Sabbat werk.

Tweedens, ek dank God in hierdie gebod vir sy groot en pragtige goedheid en genade wat hy ons in die prediking van sy woord gegee het. En hy het ons opdrag gegee om daarvan te gebruik, veral op die Sabbatdag, want die meditasie van die menslike hart kan nooit so 'n skat uitlaat nie. Sy woord is die enigste lig in die duisternis van hierdie lewe, 'n woord van lewe, vertroosting en opperste geseëndheid. Waar hierdie kosbare en reddende woord afwesig is, bly niks anders as 'n vreesaanjaende en skrikwekkende duisternis, fout en faksie, dood en alle rampe en die tirannie van die duiwel self, soos ons elke dag met ons eie oë sien.

Derdens, ek bely en erken groot sonde en goddelose ondankbaarheid van my kant omdat my hele lewe skandelik gebruik maak van die Sabbat en sodoende sy kosbare en liewe woord op 'n ellendige manier verag het. Ek is te lui, lusteloos en ongeïnteresseerd om na dit te luister, laat staan nog die opregte verlange of dankbaar te wees. My liewe God se woord is tevergeefs aan my verkondig, die edele skat verstoot, en dit onder my voete vertrap. Hy het in sy groot en goddelike genade, geduld, sy vaderlike, goddelike liefde en getrouheid nooit opgehou om aan my Sy woord te verkondig en my te roep tot redding van my siel nie. Hiervoor het ek berou en vra vir genade en vergifnis.

Vierdens, ek bid vir myself en vir die hele wêreld dat die genadige Vader ons in sy heilige woord kan bewaar en dit nie van ons onttrek weens ons sonde, ondankbaarheid en luiheid nie. Mag hy ons bewaar teen feitelike geeste en valse leraars, en mag hy getroue en eerlike arbeiders in sy oes stuur, dit wil sê, toegewyde pastore en predikers. Mag hy ons nederige genade gee om hul woorde te hoor, aanvaar en te eer as sy eie woorde en om ons hartlike dank en lof te bied.

Die **vierde gebod**: "Eer jou vader en jou moeder." Eerstens, bring ek dank aan God, my skepper; vir hoe wonderlik hy my geskape het, liggaam en siel; en hoe hy my lewe gegee het, vir my ouers se begeerte om vir my te sorg, die vrug van hulle liggame, met al hul krag. Hy het my in hierdie wêreld gebring, my versorg en aangemoedig, my gekoester en opgevoed met groot ywer, versigtigheid en bekommernis, deur gevaar, moeilikheid en harde werk. Tot nou toe beskerm Hy my, sy skepsel, en help my in ontelbare gevaar en probleme. Dit is asof hy my elke oomblik weer skep. Maar die duiwel gun ons nie een oomblik van die lewe nie.

Tweedens, bedank ek die magtige en genadige skepper namens myself en die hele wêreld dat Hy in die gebod gevestig en verseker het die aanwas en bewaring van die mensdom, dit wil sê van huishoudings en van state. Sonder hierdie twee instellings of regerings kon die wêreld nie 'n enkele jaar bestaan nie, en waar daar geen vrede is nie, kan daar geen familie wees nie, kan kinders nie verwek of verhoog word nie, en vaderskap en moederskap sal ophou om te bestaan. Dit is die doel van hierdie gebod om beide familie en staat te bewaar, om kinders te vermaan en individue te gehoorsaam, en dit ook af te dwing en om geen oortreding ongestraf te laat nie, sou kinders en familie lankal deur hulle ongehoorsaamheid versteur gewees het, ongehoorsaamheid en individue sou die staat gedisorganiseer het en dit laat vergaan het omdat hulle ouers en heersers buite bereik was. Daar is geen woorde om die voordeel van hierdie gebod ten volle te beskryf.

Derdens, bely ek en verbreek ek my goddelike ongehoorsaamheid en sonde; in teenstelling met God se gebod het ek nie my ouers vereer of gehoorsaam nie; Ek het hulle dikwels uitgedaag en aanstoot gegee, ongeduldig geraak met hul ouerlike dissipline, wreedaardig en spotteloos van hul liefdevolle vermaning en het eerder saam gegaan met losbandigheid en bouse metgeselle. God self veroordeel

sulke ongehoorsame kinders en hou 'n lang lewe van hulle af, baie van hulle swig en vergaan in die skande voordat hulle volwassenheid bereik. Wie nie hul vader en moeder gehoorsaam is nie, moet die skerpregter (laksman) gehoorsaam of andersins deur God se toorn kom tot 'n slegte einde, ens. Van hierdie dinge berou ek my om genade en vergifnis.

Vierdens, bid ek vir myself en vir die hele wêreld dat God sy genade sal gee en sy seën ryklik op die gesin en staat sal uitstort. Gee aan ons dat ons voortaan ons ouers sal eer, aan ons ouers gehoorsaam sal wees, gehoorsaam aan ons seniors, en weerstaan die duiwel as hy ons onmoontlik en opstandig maak, en so kan ons tuis en 'n nasie verbeter deur ons optrede en die vrede te bewaar, tot die lof en heerlijkheid van God vir ons eie voordeel en vir die welvaart van almal. Verleen ons die erkenning van hierdie gawes en dat ons dankbaar sal wees daarvoor.

Op hierdie punt moet ons 'n gebed vir ons ouers en seniors byvoeg, sodat God hulle in staat stel om begrip en wysheid te gee om ons te regeer in vrede en geluk. Mag hy hulle van tirannie bewaar, van onluste en woede, en draai hulle om God se woord te eerbiedig en nie onderdruk nie, of vervolg enigiemand of onreg doen nie. Sulke uitstekende gawes moet gesoek word deur gebed, soos apostel Paulus leer; anders gaan die duiwel in die paleis regeer en alles val in chaos en verwarring.

As jy 'n vader of moeder is, moet jy op hierdie stadium jou kinders en die werkers in jou huishouding onthou. Bid ernstig aan die liewe Vader, wat jou in 'n bediening in sy naam gestel het en beoog dat hy vereer word met die naam "vader." Vra dat hy jou genade en seën gee om jou vrou, kinders en bediendes in 'n goddelike en Christelike manier te versorg. Mag Hy jou wysheid en insig gee om te lei in die hart en jou onderrig met gehoorsaamheid volg. Albei is God se gawes, jou kinders en die manier waarop hulle floreer, dat hulle gehoorsaam is en dat hulle so bly. Andersins is die huis niks anders as 'n varkhok en skool vir skelms nie, soos mens onder die ongeskonde en goddelose kan sien.

Die **vyfde gebod**: "jy mag nie doodmaak nie." Hier leer ek eerstens dat God van my verlang om my naaste lief te hê, sodat ek hom geen liggaamlike kwaad aandoen nie, hetsy deur woord of daad, nie beseer of wraak op hom in woede, ergernis, afguns, haat, of vir enige bose rede, maar besef dat ek verplig is om hom te help en raad te gee in elke opsig. In hierdie gebod beveel God my om my naaste se liggaam te beskerm en beveel my naaste in ruil om my te beskerm. Soos Sirag sê: "Hy het hom aan elkeen van ons sy naaste toegewy".

Tweedens, ek dank die onbetwiste liefde, voorsiening en getrouheid teenoor my waardeur hy hierdie magtige skild en muur geplaas het om my fisiese veiligheid te beskerm. Almal is verplig om vir my te sorg en te beskerm, en ek moet op my beurt, net so teenoor ander optree. Hy hou hierdie gebod en waar dit nie waargeneem word nie, het hy die swaard as straf vir diegene wat dit verontagsaam. Was dit nie vir hierdie uitmuntende gebod en ordonnansie nie, sou die duiwel 'n bloedbad onder mense aanrig dat niemand vir 'n enkele uur in veiligheid kan lewe nie – soos gebeur wanneer God kwaad word en straf op 'n ongehoorsame en ondankbare wêreld.

Derdens, bely en beklaag ek my eie boosheid en die van die wêreld, nie net dat ons so verskriklik ondankbaar is vir sulke vaderlike liefde en besorgdheid teenoor ons, maar wat veral skandalig is, is dat ons nie hierdie gebod en onderrig erken nie, onwillig is om dit te leer, en dit te verwaarloos asof dit ons nie aangaan nie, of ons geen deel daarin gehad het nie. Ons sukkel met selfvertroue, voel geen berou dat ons, in teenstelling met hierdie gebod, ons naaste verwaarloos, en ja, ons verlaat hom, vervolg, beseer of selfs doodmaak in ons gedagtes. Ons gee ons oor aan woede en dwaasheid asof ons 'n suiwer en edel ding doen. Regtig, dit is hoog tyd dat ons begin om betreur en beweën hoe baie ons opgetree het en soos bedrieërs en soos onsigbare, onroerende en onverskillige persone wat skop, krap, skeur en mekaar verslind soos woedende diere en nie ag slaan op hierdie ernstige en goddelike bevel nie, ens.

Vierdens, ek bid die liewe Vader om ons te lei tot 'n begrip van hierdie heilige gebod en ons te help om dit te onderhou en daarvolgens te lewe. Mag Hy ons beskerm teen die moordenaar wat die meester van elke vorm van moord en geweld is. Mag Hy ons sy genade gee dat ons en alle ander mense mekaar op goeie, vriendelike, liefdadige maniere kan behandel, mekaar uit die hart vergewe, mekaar se foute en tekortkominge op 'n Christelik en broederlike manier kan hanteer en dus in ware vrede saamleef in oorstemming, soos die gebod leer en vereis dat ons dit moet doen.

Die **sesde gebod**: "Jy mag nie egbreek nie." Hier leer ek weer wat God se plan is en wat ek moet doen, naamlik om rein, ordentlik en sober te lewe, beide in gedagte, in woorde en daad, en nie iemand se vrou, dogter of diensmaagd te begeer nie. Meer as dit, behoort ek na die beste van my vermoë in ordentlikheid te help, en om die huwelik bewaar en te beskerm. Ek moet ydele gedagtes van diegene wat hul reputasie wil vernietig en beswadder, stilmaak. Dit is alles wat ek verplig is om te doen en God verwag dat ek my naaste se vrou en familie ongestoord moet laat, maar ek is dit aan my naaste verskuldig om sy goeie karakter en eer te bewaar en beskerm, net soos ek my naaste wil hê om aan my te doen en myne in ooreenkomstig met hierdie gebod.

Tweedens, bedank ek my getroue en liewe Vader vir sy genade en welwillendheid waardeur hy my man, seun, dienaar, vrou, dogter, diensmeisie in sy sorg en beskerming aanvaar, en so streng en ferm verbied dat dit hulle 'n slegte naam sal bring. Hy beskerm en onderhou hierdie gebod en laat nie oortredinge ongestraf bly nie, alhoewel hy self moet optree as iemand die gebod en voorskrif oortree. Niemand ontvlug hom nie; Hy moet die boete betaal óf uiteindelik vir sulke begeerlikhede in die vuur van die hel boet. God verlang reinheid en sal nie egbreek verdra nie. Dit kan elke dag gesien word wanneer die onbarmhartige en losbandige deur die toorn van God jammerlik oorval word en vergaan. Andersins sou dit onmoontlik wees om jou vrou, kind en diensknegte vir 'n enkele uur te beskerm teen die duiwel se onreinheid of om hulle in eer en ordentlikheid te bewaar. Wat sal gebeur is losbandige, onsedelikheid en beesagtigheid, soos dit gebeur wanneer God in sy toorn sy hand onttrek en alles toelaat om te verwoes tot wraakgoed.

Derdens, ek bely en erken my sonde, my eie en die hele wêreld, hoe ek my hele lewe in gedagte, woord en aksie gesondig het teen hierdie gebod. Ek is nie net ondankbaar vir hierdie uitstekende leerstellings en geskenke nie, maar ek het gekla en gerebelleer teen die goddelike vereiste van sodanige ordentlikheid en kuisheid dat God nie alle vorme van owerspel/hoerery en skurkagtigheid toegelaat het om ongemerk en ongestraf te gaan nie. Hy sal nie toelaat dat die huwelik verag word, belaglik of veroordeel word nie, ens. Sonde teen hierdie gebod is bo alle ander die grootste en mees opvallende en kan nie bedek of witgekalk word nie. Hiervoor is ek jammer, ens.

Vierdens, bid ek vir myself en die hele wêreld dat God ons genade sal gee om hierdie gebod blymoedig en goedsmoeds te hou sodat onself in kuisheid kan lewe en ook ander kan help en ondersteun om dieselfde te doen.

Dan gaan ek voort met die ander gebooe, aangesien ek tyd of geleentheid het of in die bui is daarvoor. Soos ek al voorheen gesê het, ek wil nie hê iemand moet gebind voel deur my woorde of gedagtes nie. Ek wil net 'n voorbeeld bied vir diegene wat dit dalk wil volg; laat iemand dit verbeter wat dit kan doen en laat hy op een of ander tyd op alle gebooe mediteer. Vir die verstand, wanneer dit ernstig besig is met 'n saak, of dit goed of kwaad is, kan dit in een oomblik meer oorweeg as wat die taal in tien uur kan skryf of die pen skryf oor tien dae. Daar is iets vinnig, subtiel en magtig oor die verstand en siel. Dit is baie vinnig moontlik om die Tien Gebooe in hul viervoudige aspek te hersien as hulle dit wil doen en ernstig is.

Die **sewende gebod**: "Jy mag nie steel nie." Eerstens kan ek hier leer dat ek nie die eiendom van my naaste van hom moet neem of dit teen sy wil neem, hetsy in die geheim of openlik nie. Verder moet ek verseker dat my naaste op enige van die bogenoemde maniere nie bedreig word nie, net soos vir myself. Ek leer ook in hierdie gebod dat God, in sy vaderlike omsigtigheid 'n beskermende



heining rondom my goedere stel en plegtig verbied dat iemand van my steel. Waar dit geïgnoreer word, is hy 'n boete opgelê of die galg in die hande van 'Jack die laksman' geplaas. Waar dit nie gedoen kan word nie, straf God hulle self en word uiteindelik bedelaars, soos die spreekwoord sê, "Wie steel in sy jeug, gaan smEEK in die ouderdom", of, "Gesteelde wins gaan in die drein af."

Daarbenewens dank ek sy standvastige goedheid, omdat hy sulke uitstekende leerstellings, versekering en beskerming aan my en die hele wêreld gegee het. As dit nie vir sy beskerming was nie, sou daar nie 'n pennie of 'n krummel brood in die huis gelaat word nie.

Derdens, bely ek my sondes en ondankbaarheid in sulke gevalle waar ek iemand in my lewe kwaad aangedoen het, beroof of bedrieg het.

Vierdens, vra ek dat hy aan my en die hele wêreld genade gee om uit hierdie gebod te leer, dit te oorweeg om beter mense te word, sodat daar minder diefstal, roof, woekerwins, bedrog en onreg kan wees en dat die oordeelsdag, waarvoor alle heiliges en die hele skepping bid, Romeine 8, sal dit binnekort tot 'n einde bring. Amen

Die **agste gebod**: "Jy mag geen valse getuienis teen jou naaste spreek nie." Dit leer ons in die eerste plek om eerlik teenoor mekaar te wees, om leuens en laster te vermy, goed van mekaar te praat, en my te verlustig om die goeie van ander te hoor. So is 'n muur gebou rondom ons goeie reputasie en integriteit om dit te beskerm teen kwaadwillige skinder en bedrieglike spraak; God laat dit nie ongestraf bly nie, soos hy in die ander gebooie gesê het.

Ons dank hom vir die leringe en die beskerming wat hy genadiglik voorsien het vir ons.

Derdens, ons bely en vra vergifnis dat ons ons lewens in ondankbaarheid en sonde gespandeer het en ons naaste met valse en goddelose praatjies kwaad gemaak het, alhoewel ons dieselfde redding van eer en integriteit vir ons bewaar wat ons vir onself begeer.

Vierdens, ons vra om hulp van nou af om die gebod te hou en vir 'n genesende taal, ens. Die **negende** en **tiende gebooie**: "Jy mag nie jou naaste se huis begeer nie." Eweneens, "sy vrou," ens.

Dit leer ons eerstens dat ons nie ons naaste van sy goedere onder voorwendsel van wettige eise sal verdryf nie, vervreem, of weglok wat syne is nie, maar help hom om te hou wat syne is, net soos ons aan onself gedoen wil hê. Dit is ook 'n beskerming teen die subtile en slim streke van vermeende manipuleerders wat uiteindelik hul straf sal ontvang. Tweedens, ons moet hom dankbaar maak. Derdens, moet ons sondes berouvol en droewig bely. Vierdens, moet ons hulp en krag vra om hierdie goddelike gebooie te bewaar.

Hierdie is die Tien Gebooie in hulle viervoudige aspek, naamlik, as 'n skool teks, liedboek, boetvaardige boek, en gebedsboek. Hulle is bedoel om die hart te help groei in gebed. Wees egter versigtig om nie al hierdie dinge te onderneem nie of jy word moeg in die gees. Net so moet 'n goeie gebed nie te lank of uitgereek word nie, maar gereeld en vurig. Dit is genoeg om een gedeelte of 'n halwe gedeelte te oorweeg wat 'n vuur in die hart aansteek. Hierdeur sal die gees ons toelaat en voortdurend opdrag gee, deur God se woord, ons harte skoongemaak en bevry is van vreemde gedagtes en bekommernisse.

Niks kan hier gesê word oor die gedeelte van geloof en Heilige Skrifte nie, want daar sal geen einde wees aan wat gesê kan word nie. Met oefening kan die Tien Gebooie op een dag, 'n psalm of hoofstuk van die Heilige Skrif geneem word, en gebruik hulle as flint en staal om 'n vlam in die hart aan te steek.

## ***Bid die Geloofsbelydenis***

As jy meer tyd, of die neiging het, kan jy die geloofsbelydenis op dieselfde manier behandel en 'n krans van vier drade maak. Die geloofsbelydenis bestaan egter uit drie hoofdele of artikels wat ooreenstem met die drie persone van die goddelike Majesteit, soos dit is so verdeel is in die Kategismus en elders.

### ***Die eerste artikel***

Hier in die eerste plek skyn 'n groot lig in jou hart as jy dit toelaat om jou in 'n paar woorde te leer, wat al die tale van die wêreld en 'n menigte boeke nie in woorde kan beskryf of verstaan nie, naamlik wie jy is, waarvandaan jy kom, waarvandaan het die hemel en aarde gekom. Jy is God se skepping, sy handewerk, sy vakmanskap. Dit is, van jousef en in jousef is jy niks, kan niks doen nie, niks weet nie, is in staat tot niks. Wat was jy 'n duisend jaar gelede? Wat was hemel en aarde ses duisend jaar gelede? Niks, net soos dit wat nooit geskep sal word nie, is niks. Maar wat jy is, weet, kan doen en kan bereik, is God se skepping, soos jy mondeling bely. Daarom het jy niks om te roem voor God behalwe dat jy niks is en hy is jou Skepper wat jou op enige oomblik kan vernietig. Rede weet niks van so 'n lig nie. Baie groot mense het probeer om te weet wat hemel en aarde, mens en wesens is en geen antwoord gevind nie. Maar hier word dit verklaar en geloof bevestig dat God alles uit niks geskep het. Hier is die siel se tuin van plesier, op wie se paaie ons die werke van God geniet - maar dit sal te lank neem om dit alles te beskryf.

Verder moet ons God dank dat hy ons in sy goedheid uit niks geskep het en in ons daaglikse behoeftes voorsien uit niks – het ons gemaak om uitnemende wesens te wees en ons beveel om die meesters van die aarde, van visse, voëls en diere te wees, ens. Kyk hier na Genesis, hoofstukke een tot drie.

Derdens, moet ons ons gebrek aan geloof en dankbaarheid bely en betreur deur dit in gedagte te hou, om te glo, te dink en te erken, en om nie dom te wees soos ondenkende diere.

Vierdens, ons bid vir 'n ware en selfversekerde geloof wat opreg is, en vertrou dat God ons Skepper is, soos hierdie artikel verklaar.

### ***Die Tweede Artikel***

Weereens skyn 'n groot lig en leer ons hoe Christus, God se Seun, ons verlos het uit die dood wat na die skepping ons lot geword het deur Adam se val en waarin ons ewig sou wees. Dink nou: Net soos in die eerste artikel moet jy jousef as een van God se wesens beskou en nie twyfel nie. Nou moet jy aan jousef dink as een van die verlostes en dit nooit twyfel nie. Beklemtoon een woord bo alle ander, byvoorbeeld, Jesus Christus, ons Here. Hy het vir ons gely, vir ons gesterf, vir ons opgestaan. Al hierdie is ons s'n en het betrekking op ons; dat ons jousef insluit, soos die woord van God verklaar.

Tweedens, moet jy opreg dankbaar wees vir so 'n genade en bly wees in jou verlossing.

Derdens, moet jy hartseer treur en bely, jou ongelukkige ongeloof en wantroue oor so 'n geskenk. O, watter gedagtes sal opkom - die afgodediens wat jy herhaaldelik beoefen het, hoeveel jy gemaak het om te bid aan die heiliges en van ontelbare goeie werke van jou wat teen sulke redding gekant was.

Vierdens, bid nou dat God jou van hierdie tyd tot die einde sal bewaar in ware en suiwer geloof in Christus, ons Here.

### ***Die Derde Artikel***

Dit is die derde groot lig wat ons leer waar so 'n Skepper en Verlosser gevind kan word en duidelik in hierdie wêreld aangetref word en wat dit uiteindelik sal word aan die einde. Daar kan heelwat hieroor gesê word, maar hier is 'n opsomming: Waar die heilige Christelike kerk bestaan, kan ons God die Skepper, God die Verlosser, God die Heilige Gees vind, dit is hy wat ons elke dag heilig deur vergewing van sondes, ens. Die kerk bestaan waar die Woord van God aangaande hierdie geloof tereg gepreek en bely word.

Weereens het u hier geleentheid om elke dag lank na te dink oor alles wat die Heilige Gees elke dag in die kerk bereik, ens. Daarom wees dankbaar dat u geroep is en in so 'n kerk gekom het. Bely en bedroef jou gebrek aan geloof en dankbaarheid, dat jy dit alles verwaarloos het en bid vir 'n ware en volhardende geloof wat sal bly en verduur totdat jy na daardie plek kom waar alles vir ewig verduur, dit wil sê buite die opstanding uit die dood, in die ewige lewe. Amen.

**Note:** *This letter is widely reproduced, including J. J. Pelikan, H. C. Oswald & H. T. Lehmann, Eds., Luther's Works, American Edition, Vol. 43. "Devotional Writings II" (Philadelphia: Fortress Press, and St. Louis: Concordia Publishing House, 1968). According to scholars, the section on the Creed was not included in the original publication, but was added very soon after. Various forms of his devotional writings on the Lord's Prayer, The Ten Commandments and the Creed appeared as early as 1520, and in an adapted form was included in his Personal Prayer Book, which appeared as early as 1522. Other writings concerning prayer are included in a number of his other writings, including his commentaries on the Psalms.*