



BIJBELLEESROOSTER  
VOOR GEZINNEN

TWAALF DAGEN

OVER DE  
VRUCHT  
VAN DE  
GEEST

(GALATEN 5:22)

## DAG 1: Twee foto's

### Lees Galaten 5:16-26

Op een foto kun je zien hoe iemand eruit ziet. Je ziet welke kleur haar zo iemand heeft, welke kleding hij draagt, hoe hij kijkt, wat hij doet en noem maar op. In het gedeelte dat je hebt gelezen laat Paulus je eigenlijk twee foto's zien. Eerst een foto van mensen die naar de duivel luisteren en dan een foto van mensen die naar de Heere luisteren. Aan wat je doet, kun je zien bij wie je hoort. Wat zie je op de foto van iemand die bij de duivel hoort en de zonde doet? Lees maar in vers 19, 20 en 21. Paulus begint met zonden die te maken hebben met liefde: van een andere man of vrouw gaan houden terwijl je getrouwd bent bijvoorbeeld. Dan noemt hij zonden die te maken hebben met afgoderij: andere personen dingen laten doen die alleen God kan doen (geesten en toverkrachten). Daarna noemt hij zonden tegen je naaste: je naaste als vijand zien, ruziemaken, boos en jaloers zijn op elkaar, lelijk praten tegen elkaar, ruzie tussen groepjes kinderen en mensen. Dat zorgt voor haat, moord en dronkenschap. Wat een lelijke foto laat Paulus zien! Wat erg dat zulke dingen gebeuren! Gelukkig is er ook een andere foto. Die gaan we de komende dagen bekijken.

Kijk eerst eens naar jezelf! Als iemand een foto zou maken van wat jij doet, hoe zou die foto er dan uitzien?

#### Om te doen

Teken twee lege foto's. Met kinderen die kunnen lezen: schrijf in elke foto de woorden die Paulus noemt. Gebruik plaatjes als kinderen niet kunnen lezen. Praat over de betekenis van die woorden. Maar ook: praat over wat het betekent dat je met je leven laat zien wie je dient.

## DAG 2: Foto van Gods kind

### Lees 1 Timotheüs 6:3-12

Vandaag laat Paulus met andere woorden dezelfde twee foto's zien als gisteren. Gisteren hebben we naar de lelijke foto gekeken: de foto van iemand die naar de duivel luistert en de zonde doet. Vandaag kijken we naar de mooie foto: de foto van iemand die naar de Heere luistert en leeft zoals Hij wil. Hoe kan het dat iemand zo leeft en deze foto heeft? Is dat een goed mens? Nee hoor, alle mensen worden geboren met een hart vol zonde. Dat komt door de zondeval in het paradijs. Je weet wel wat daar gebeurt is: daar zijn alle mensen los van God geraakt en vast aan de duivel. Maar bij mensen met deze foto heeft de Heere dat anders gemaakt. Hij heeft hen een nieuw hart gegeven, waardoor ook hun leven anders wordt. Hij heeft deze mensen bij de duivel weggehaald en aan Zichzelf vastgemaakt. Dat is bij Timotheüs gebeurd. Daarom noemt Paulus hem 'mens Gods': mens van God. Wij noemen zulke mensen vaak: kinderen van God. Of: bekeerde mensen. Want als God iemand losmaakt bij de duivel en vast maakt aan Zichzelf, noemen wij dat de bekering. Als dat gebeurt, word je leven anders. Dan ga je een andere foto laten zien. De komende dagen gaan we deze foto stukje voor stukje bekijken.

#### Om te bespreken

Hoe wordt iemand een kind van God? Wat betekent dat voor ons?

## DAG 3: Liefde

### Lees 1 Johannes 3:1 en 10-18

Hoe weet je of de boom die je ziet een appelboom is? Dat kun je zien aan de vruchten die aan die boom groeien. Aan een appelboom groeien appels. God heeft hen liefgehad. Hij heeft ze losgemaakt bij de duivel en weer vastgemaakt aan God. Nu zijn ze een kind van God. De duivel is uit hun hart weggestuurd en de Heilige Geest woont nu in hun hart en Waaraan kun je zien of iemand een kind van God is? Johannes zegt: zo iemand heeft liefde. Waaraan kun je zien dat de Heilige Geest in iemands hart woont? Paulus zegt: aan de vrucht van de Geest. Wat is dat? Welke vrucht groeit er dan aan de levensboom van een kind van God? De eerste vrucht is liefde (Galaten 5:22). Paulus en Johannes noemen 'liefde' dus het eerste kenmerk van een kind van God. Liefde tot God en liefde tot de naaste. Liefde met woorden en liefde met daden. Deze liefde groeide niet aan de levensboom van Kaïn (vers 12). Daarom was Kaïn geen kind van God. Op de foto van zijn leven was geen liefde te zien, maar haat. En bij jou?

#### Om te doen en te bespreken

- Print de kleurplaat van de vrucht van de Geest vanaf <https://www.bijbelsopvoeden.nl/product/kleurplaat-vrucht-van-de-geest-3-10-jaar/>
- Kleur elke dag de vrucht waarover je leest.
- Noem eens wat voorbeelden van hoe je liefde tot God en tot de naaste kunt laten zien!

## DAG 4: Blijdschap

### Lees Lukas 1:46-54

Wanneer ben je blij? Als je jarig bent misschien? Of als je iets moois hebt gekregen? Of als je een goed cijfer hebt gehaald? Maria is ook blij. Waarom? Omdat de Heere tegen haar gesproken heeft. Omdat God haar heeft verteld dat de Zaligmaker geboren zal worden. Maria is niet blij om dingen van deze aarde. Aardse blijdschap duurt vaak maar even. Je blij gevoel kan ineens weer weg zijn. Maria is blij om wat de Heere doet. Maria kent de hemelse blijdschap. Deze blijdschap is ook een vrucht van de Geest. Als je blij bent om wat de Heere doet, wil je Hem ook danken. Dat doet Maria. Luister maar: 'Mijn ziel maakt groot de Heere'. Ze zingt een lied omdat de Heere zo'n goede God is. Hij is machtig – Hij kan alles. Hij is alwetend – Hij ziet haar. Hij straft de zonden – Hij is heilig. Hij heeft een brandend hart van liefde voor zondaren – Hij is barmhartig. Heb jij de Heere zo ook leren kennen? Ben je weleens blij geweest om Wie Hij is en om wat Hij doet?

#### Om te bespreken

- Wat is het verschil tussen aardse blijdschap en hemelse blijdschap?
- Kun je nog meer voorbeelden uit de Bijbel noemen van mensen die blij zijn in de Heere?
- Noem eens wat voorbeelden van hoe je de hemelse blijdschap kunt laten zien?

## DAG 5: Vrede

### Lees Romeinen 12:12-21

Als twee personen ruzie maken, roep je: 'Vrede!' Als twee landen oorlog hebben, wordt erover gepraat hoe er weer vrede kan komen. Vrede is dat het goed is met elkaar. Vrede is dat er geen oorlog is. Paulus roept de christenen in Rome op om zoveel mogelijk vrede te hebben met alle mensen. Paulus zegt dat ook tegen jou en mij: 'Houdt vrede met alle mensen'. Maak geen ruzie. Help mensen. Pak de ander niet terug als hij iets bij jou gedaan heeft. Ga niet lelijk doen als iemand lelijk tegen jou gedaan heeft. Ga juist goed voor zo iemand zorgen. Doe juist aardig tegen zulke mensen. Moeilijk is dat hè! Onmogelijk zelfs! Maar de Heere kan en wil het je leren. In de Bijbel heeft vrede nog een veel diepere betekenis. Elke zondagmorgen als je uit de kerk naar huis gaat, hoor je het: 'De HEERE ... geve u vrede'. Je begrijpt wel dat daar niet mee bedoeld wordt dat er geen ruzie of oorlog is. Vrede in de Bijbel is niet de afwezigheid van ruzie of oorlog, maar de aanwezigheid van God in je leven. Het is vrede als de Heere in je hart woont. Dan stuurt Hij al het verkeerde weg en dan is er zo'n rust van binnen. Dan is het goed met God. En dan wil je het ook goed houden met je naasten.

#### Om te bespreken

- Toen de Heere Jezus geboren was, zongen de engelen: 'Vrede op aarde'. Waarom?
- Door Wie kunnen we dus in vrede met God en onze naasten leven?

## DAG 6: Lankmoedigheid

### Lees Jakobus 5:1-11

Ken je Job? Hij was een rijke boer uit het Oude Testament. Je weet wat er gebeurde: al zijn kinderen zijn gestorven, al zijn dieren zijn gestolen of omgekomen, al zijn knechten zijn gedood. Wordt Job boos? Nee, hij zegt: 'De HEERE heeft gegeven en de HEERE heeft genomen'. Dan wordt Job ook zelf ziek. Nu wordt hij toch wel moedeloos? Nee, hij zegt: 'Zouden wij het goede van God ontvangen en het kwade niet ontvangen?' De Bijbel zegt: 'In dit alles zondigde Job met zijn lippen niet'.

Jakobus zegt dat Job voor ons een voorbeeld is. Job was lankmoedig: hij was lang van moed. Dat betekent: hij was geduldig. Job was verdraagzaam: hij droeg wat de Heere gaf. Hij werd niet boos van de tegenslagen. Hij klaagde niet. Hij wist: het is goed wat de Heere doet. Job kende God als een God Die zeer barmhartig is en een Ontfermer (vers 11). Hij begreep niet waarom het allemaal gebeurde, maar hij geloofde dat de Heere het niet verkeerd deed. Hij kende God.

Je weet hoe het met Job is gegaan. Aan het einde van het Bijbelboek is Job weer een rijke boer, met nog meer kinderen, nog meer dieren en nog meer knechten. De Heere zorgt. Dat wist Job. En daarom was hij lankmoedig. Dat was de vrucht van de Geest in Jobs leven.

#### Om te bespreken

- Hoe geduldig ben jij? Waaraan merk je dat? Wat helpt om lankmoedig te kunnen zijn (vers 8 en 9)? Wie kan je leren om lankmoedig te zijn (Psalm 103:8)?

## DAG 7: Goedertierenheid

### Lees Ruth 2:1-9

'Barmhartig en genadig is de HEERE, lankmoedig en groot van goedertierenheid'. Je hebt deze uitdrukking vast weleens gehoord in de kerk. Verschillende keren lees je dit in de Bijbel. Zo is God: vol liefde, vol genade, vol geduld en vol goedertierenheid. Wat is 'goedertierenheid'? Het woord heeft alles te maken met het genadeverbond, dat God opgericht heeft en waarvan de doop een teken is. In het genadeverbond zegt God dat Hij de God wil zijn van iedereen die in de Heere Jezus gelooft. Goedertierenheid is dat God doet wat Hij belooft. Het wijst op Zijn verbondsliefde en verbondstrouw. Vanwege Zijn verbondsliefde gaf Hij Zijn Zoon als Zaligmaker voor zondaren. Vanwege Zijn verbondstrouw geeft Hij Zijn Zoon aan zondaren om hen zalig te maken. Daarom zingt David: 'Want goedertieren is de HEER' (Psalm 100). God wil dat Zijn kinderen ook goedertieren zijn. Wat houdt dat in? Dat zie je in het leven van Boaz. Hij heeft liefde tot zijn knechten, maar ook tot de vreemdeling Ruth die op zijn land is. Later zie je ook dat Boaz doet wat zijn plicht is: voor Naomi zorgen en met Ruth trouwen. Hij houdt zijn woord. Ook al is dat misschien moeilijk voor hemzelf. Wat de ander nodig heeft, is voor hem belangrijker. Uit liefde en trouw zorgt hij voor de ander. Goedertierenheid is een vrucht van de Geest.

#### Om te bespreken

Het teken van het genadeverbond staat op je voorhoofd. Wat mag je dus aan God vragen?

## DAG 8: Goedheid

### Lees Handelingen 9:36-43

Dorkas is gestorven. Dorkas is haar Griekse naam; in het Hebreeuws heet ze Tabitha. Als Petrus komt, laten de vrouwen zien wat Dorkas in haar leven gedaan heeft. Ze heeft veel kleding en rokken genaaid. In Dorkas' leven was 'goedheid'. Dat betekent niet dat ze zelf goed was, maar dat ze aan anderen goed deed. Dorkas' leven was vol goede werken (vers 36). Dat was niet iets wat haar veel moeite kostte, maar dat ging vanzelf. Aan haar levensboom groeide de vrucht 'goedheid'. Dat kwam omdat God in haar woonde. Daar zorgde Hij Zelf voor. De Catechismus zegt dat het voor mensen die door het geloof aan Christus verbonden zijn onmogelijk is om geen goede vruchten hebben. Aan de andere kant krijgen de gelovigen ook de opdracht om goede werken te laten zien. De Heere Jezus zegt tegen hen: 'Laat uw licht also schijnen voor de mensen, dat zij uw goede werken mogen zien'. Waarom is dat belangrijk? Dat zegt Hij erbij: 'En uw Vader, Die in de hemelen is, verheerlijken'. Van goede werken krijgt God de eer. Daarom is het belangrijk om goed te zijn voor anderen.

#### Om te bespreken

Dorkas naaide kleding en rokken voor arme mensen. Hoe kun je nog meer goed zijn voor anderen?

## DAG 9: Geloof

### Lees Mattheüs 8:5-13

Als iemand aan je vraagt of je kunt komen spelen, zeg je: 'Ik geloof het wel'. Je bedoelt: ik weet het niet zeker, maar ik denk het wel. Je twijfelt en moet nog even navragen of het inderdaad lukt. In de Bijbel heeft geloof een andere betekenis. Geloof is daar: zeker weten. Je hoort het bij de hoofdman. Hij weet zeker dat zijn knecht genezen zal zijn als de Heere Jezus maar een woord spreekt. Hij twijfelt er niet aan. Deze heidense hoofdman heeft een groot geloof. Zo'n groot geloof is de Heere Jezus tot nu toe nog niet tegengekomen in Israël. Dat deze hoofdman geloof heeft, laat zien dat God in zijn leven gekomen is en in zijn hart gewerkt heeft. En daarom groeit de vrucht 'geloof' aan zijn levensboom. Dit geloof hebben we allemaal nodig. Zonder geloof is het onmogelijk om bij God te komen. Het geloof is de verbinding tussen God en de zondaar. Het geloof maakt je vast aan God. Hoe kom je aan dit geloof. De Bijbel zegt: 'Het geloof is een gave van God'. God geeft geloof. Het geloof als vrucht van de Heilige Geest (Galaten 5:20) betekent niet alleen geloof in God, maar ook geloof in de omgang met mensen. Dan betekent het dat je geloofwaardig bent. Dat anderen van je op aan kunnen. Dat je doet wat je belooft. Dat je thuis doet wat je taken zijn. Dat je op school doet wat je moet doen. Wat betekent ook deze vrucht weer veel!

#### Om te bespreken

- Kun je nog meer voorbeelden uit de Bijbel geven van mensen met geloof?
- Kijk eens naar je eigen leven: was je vandaag geloof-waardig? Waaruit blijkt dat?

## DAG 10: Zachtmoedigheid

### Lees Numeri 12:1-10

Soms zeg je iets over iemands karakter. Hij is driftig bijvoorbeeld. Of: zij is vriendelijk. In de Bijbel zegt God iets over Mozes' karakter. Je kent Mozes. Er staat veel over hem geschreven in de Bijbel. De Heere zegt over Mozes dat hij zeer zachtmoedig was, meer dan alle mensen die op de aardbodem waren. Wat is zachtmoedig? Het woord zegt het al: zacht van gemoed, zacht van aard of karakter. Iemand die zachtmoedig is, is vriendelijk, rustig en nederig. Zo iemand heeft geduld met anderen. Mozes wordt niet boos als Mirjam en Aäron lelijk over hem praten. Mozes legt het in de handen van de Heere. En je ziet dat de Heere het voor Mozes opneemt. Hij bestraft Aäron en Mirjam. De Heere zorgt voor zachtmoedige mensen.

Is de zachtmoedigheid van Mozes zomaar een karaktereigenschap? Nee, het is een vrucht van de Geest. Omdat Mozes een kind van God is, is hij zachtmoedig. De Heere maakt al Zijn kinderen zachtmoedig. Zelfs al heeft iemand een driftig karakter, dan nog zal God hem zachtmoedigheid leren. De Heere Jezus zegt: 'Leert van Mij dat Ik zachtmoedig ben en nederig van hart'. Je merkt het in heel Zijn leven en zelfs bij Zijn sterven.

#### Om te bespreken

- Ken je mensen die zachtmoedig zijn? Waaraan merk je dat ze zachtmoedig zijn?
- Wat leer je daarvan?

## DAG 11: Matigheid

### Lees Titus 2:1-6 en 11-14

Misschien heb je weleens zo'n bordje zien staan langs de weg: 'Matig uw snelheid'. Dat betekent: wees voorzichtig en rijd wat minder snel. Matigheid heeft alles te maken met 'voorzichtigheid' en met 'iets minder'. In de brief van Paulus aan Titus komt het telkens terug. Aan jonge vrouwen en jonge mannen moet geleerd worden om matig te zijn. Dat betekent: niet teveel. Jezelf niet teveel versieren, niet teveel eten en drinken, niet teveel spullen kopen, niet teveel geld uitgeven. Matigheid heeft alles te maken met zelfbeheersing. Eet niet gelijk als je trek hebt, maar wacht tot het etenstijd is. Koop niet gelijk als je iets moois ziet, maar wacht tot je jarig bent. Doe niet gelijk waar je zin in hebt, maar denk erover na of het iets is wat de Heere wil. Matig zijn heeft alles te maken met het dienen van de Heere. Dat zegt Paulus ook. Omdat de Heere Jezus op deze aarde is geboren en straks weer op deze aarde zal komen is het belangrijk dat wij ver weg blijven bij goddeloze dingen en wereldse begeerlijkheden en dat wij godzalig en matig leven. Er is iets belangrijkers dan het hier en nu. Het gaat op deze wereld niet om leuk en lekker. Het gaat om God en Zijn Koninkrijk.

#### Om te bespreken

- Als je jezelf een cijfer moet geven voor matigheid, welk cijfer geef je dan? Waarom?
- Wat heeft de Heere Jezus met matigheid te maken (vers 11-14)?

## DAG 12: Vrucht van de Geest

### Lees Galaten 5:16-26

De afgelopen dagen heb je stilgestaan bij de negen delen van de vrucht van de Geest. Je kunt ze vergelijken met negen druiven aan een druiventros. Of met negen partjes van een mandarijn. Het zijn negen stukjes van één vrucht. Dat betekent dat ze bij elkaar horen. Heb je er één, dan heb je ze allemaal. Het je er niet één, dan heb je niets. Vaak kun je ze zelf in je eigen leven niet zo goed zien. Maar anderen zien ze wel.

Paulus heeft je twee foto's gegeven. Een lelijke foto met vruchten die uit je boze hart komen. Dat zijn zonden. En een mooie foto met vruchten van de Geest. Dat zijn goede werken. Over die goede werken zegt de Catechismus iets heel moois. Ze zijn niet nodig om daardoor zalig te worden. Dat kan alleen door de Heere Jezus. Maar ze zijn wel nodig omdat God daardoor de eer ontvangt. Goede werken zijn allereerst belangrijk voor God. Maar ze zijn ook belangrijk voor jezelf. Als je deze vruchten in je leven ziet, weet je dat God in je hart werkt. Daardoor wordt het geloof sterker. En als laatste zijn ze ook belangrijk voor de mensen om je heen. Als jij leeft zoals de Heere wil en als er goede vruchten aan je levensboom zijn, willen anderen misschien ook de Heere gaan dienen. Wat zou dat mooi zijn!

#### Om te bespreken

- Wie de vrucht van de Geest in zijn leven laat zien, wordt wel een leesbare brief genoemd (2 Korinthe 2:2-3). Wat betekent dat? Wat is er aan jouw leven af te lezen?