

Voor het eten:

Heere, wilt U dit eten zegenen?
Uit genade, amen.

Na het eten:

Heere, dank U voor dit eten.
Om Jezus' wil, amen.

Altijd, en overal, mag je bidden. Als je ziek bent, als je pijn hebt, als je verdrietig bent. Of juist als je blij bent. Ook als je iets nodig hebt. Zoek maar een stil plekje, en zeg alles maar aan de Heere. Hij is machtig en gewillig om jou alles te geven wat je nodig hebt. En als er geen stil plekje is, mag je zachtjes bidden, in je gedachten. De Heere hoort het wel.

Voordat je gaat slapen, mag je bidden tot God. Je kunt zelf iets bedenken. Of dit versje opzeggen:

Deze dag is weer voorbij.
En U zorgde steeds voor mij.
Houdt U ook in deze nacht.
Heere, over mij de wacht.

U die alles ziet en weet
zag het kwade dat ik deed.
Wilt U daarom dan ook mijn
Redder en Verlosser zijn.
Amen