

'Gebed is
de ademhaling
van het leven
met God'

*'De duivel lacht om ons zwoegen,
drijft de spot met onze wijsheid,
maar hij beeft als wij bidden.'*

5+ dagen
op weg met **GOD**

- tijd om stil te worden voor God
- om te luisteren naar zijn Woord
- om te bidden tot Hem

leidraad
voor

stille tijd

Stap 1: voorbereiding

Vooraf: bedenk wat voor jou het beste moment op de dag is en reserveer die tijd voor stille tijd. Kies een plek waar je niet wordt gestoord. Maak bij voorkeur gebruik van een leesrooster of een bijbels dagboek. En leg pen en papier klaar om op te schrijven wat je niet wilt vergeten.

Als je begint: word je bewust van de aanwezigheid van de Here God. Hij is bij je. Bid Hem om open oren en een open hart.

Stap 2: bijbellezen

Lees het bijbelgedeelte en eventueel het gedeelte uit het dagboek. Lees de bijbelwoorden alsof ze nieuw voor je zijn. Bedenk dat God zelf tegen je spreekt!

Stap 3: persoonlijk

Denk na over wat je gelezen hebt. Wat staat er en wat betekent het? Wat raakt je? Wat wil God hiermee tegen jou zeggen? Kies hier iets uit, één gedachte of één woord, om daarmee stil worden voor God. Concentreer je hierop, denk erover na. Wees je bewust van Gods aanwezigheid. Richt je met dit woord of deze gedachte op Hem. Wat doet het met je?

Stap 4: bidden

Denk na over wat je aan de Here God wilt vertellen met het oog op:

- wat je net gelezen hebt;
- de dag die voor/achter je ligt.

Spreek nu voor Hem uit wat er leeft in je hart. Vergeet het nooit: Jezus leeft! In zijn naam mag je komen bij de Vader. Hij luistert vol aandacht naar je.

Een voorbeeld van hoe je het gebed kunt indelen:

- dank Hem voor wat je hebt;
 - vertel Hem wat er fout is in je leven en bid om vergeving;
 - vraag om groei in het leven met Hem;
 - spreek voor Hem de dingen uit die je zojuist bedacht hebt;
 - bid voor de mensen om je heen;
 - aanbid Hem om wie Hij is: vol van genade, liefde en trouw.
-

Stap 5: uitwerking

Houd na het 'amen' iets vast van wat je gelezen en gebeden hebt. Laat de omgang met God je leven meer en meer doortrekken. En als je iets speciaals aan God hebt gevraagd: zie uit naar wat Hij ermee doet!