

"Uit God geboren"

Dinsdag 19 december 2017

Begin van het gebed

Als ik God zoek, zoek ik ook rust en stilte. Ik probeer een plek te vinden waar het stil is, waar ik alleen kan zijn met God. Maar zodra ik naar Hem wil luisteren, hoor ik de drukte in mijzelf. Ik tracht die tot rust te laten komen opdat ik God kan horen en voelen en niet zozeer mezelf. Ik bepaal hoe lang mijn gebed zal duren.

Bijbeltekst voor vandaag: Lucas 1:46-49

Maria zei: 'Mijn ziel prijst en looft de Heer, mijn hart juicht om God, mijn redder: hij heeft oog gehad voor mij, zijn minste dienares. Alle geslachten zullen mij voortaan gelukkig prijzen, ja, grote dingen heeft de Machtige voor mij gedaan, heilig is zijn naam.'

Gebedsuggesties bij de bijbeltekst van de dag

Hoe geef ik eer aan God? Buig ik, kniel ik, lig ik plat ter aarde? Of vind ik het de moeite niet waard en moet God leven met mijn eigenstandigheid?

Lucas tracht de ervaring van Maria in woorden te vangen: juichen, mijn redder, zijn minste dienares. Is dat ook mijn ervaring? Weet ik mij gekozen?

Geen woord van protest of weigering. Gods ingrijpen in de geschiedenis wordt geweldig gevonden. Kan ik de diepte peilen van wat hier gebeurt?

Als de voorgenomen tijd om is, sluit ik mijn gebed met een woord van dank voor wat ik mocht ontvangen.

Einde van het gebed

Wanneer de vooropgestelde tijd voorbij is neem ik afscheid op een gepaste wijze - uit respect voor de gastheer, uit dankbaarheid voor zijn woord. Dit kan ik doen met een kruisteken, een buiging, een lied, een persoonlijk gebed.

Terugblik op het gebed

Op een andere plek kijk ik terug op wat zich heeft afgespeeld: wat valt mij op in de bewegingen die het gebed op gang bracht? Wat raakte mij, wat heeft me gestoord? Ik schrijf enkele trefwoorden op.