

"Zie, Ik begin iets nieuws"

Vrijdag 21 december 2018

Begin van het gebed

Ik zoek een goede plaats en een goede houding om te bidden. Ik probeer mij te concentreren op wat ik ga doen: mij openstellen voor een ontmoeting met God. Ik maak het stil in mij. Alles wat de Godsontmoeting verhindert, alles wat vanzelf in mij opkomt, leg ik in Gods handen. Ik geef het af. Hij zal er zorg voor dragen. Zo kan ik open en ontvankelijk worden voor Gods woord tot mij.

Bijbeltekst voor vandaag, vrijdag 21 december: Lucas 1:39-45

Kort daarop reisde Maria met grote haast naar het bergland, naar een stad in Juda, waar zij het huis van Zacharias binnenging en Elisabet begroette. Toen Elisabet de groet van Maria hoorde, sprong het kind op in haar schoot; Elisabet werd vervuld met de heilige Geest en riep luid: 'De meest gezegend ben je van alle vrouwen en gezegend is de vrucht van uw schoot'.

Gebedsuggesties bij de bijbeltekst van de dag

Maria heeft Gods genade ervaren en gehoord dat haar nicht ook door God begenadigd is.

- In welke mensen uit mijn omgeving zie ik Gods genade aan het werk?
- Wat doet hun vreugde met mij?
- Wat valt mij daarbij op?

Einde van het gebed

Wanneer de vooropgestelde tijd voorbij is, beëindig ik mijn gebed met een gesprek met God: ik dank voor wat ik heb ontvangen en vraag kracht om ernaar te leven. Dit kan ik doen met een duidelijk teken naar God toe: een kruisteken, een buiging, een lied, een persoonlijk gebed.

Terugblik op het gebed

Na mijn gebed kijk ik even terug: hoe was het? Wat heeft mij geraakt? Waar bleef ik koud? Wat gaf mij warmte en kracht? Wat neem ik mee om ervan te leven? Ik schrijf enkele trefwoorden op om vast te leggen en opdat niets verloren gaat. Maria bewaarde alles in haar hart. Misschien is mijn hart te vluchtig om alles te blijven onthouden.