

"Hem achterna"

vr 4 mrt 2022

1. Wat zoek je? - Johannes 1:38

2. Begin van het gebed

Ik neem de tijd om stil te worden. Ik vraag God me te openen voor zijn aanwezigheid, voor zijn gulle, genadige liefde.

3. Bijbeltekst voor vandaag, vrijdag 4 maart: Jesaja 58:6

Is dit niet het vasten dat ik verkies:

misdadige ketenen losmaken, de banden van het juk ontbinden,
de verdrukten bevrijden en ieder juk breken?

4. Gebedsuggestions bij de bijbeltekst van de dag

- Hoe probeer je dit jaar je vasten concreet vorm te geven?
- Van welke juk zou je bevrijd willen worden?
- Wie zou jij willen bevrijden? Hoe?

5. Einde van het gebed

Ik breng voor God wat me geraakt heeft en nu bezighoudt. Ik kijk naar wat is en vertrouw het Hem toe.

6. Terugblik op het gebed

Ik noteer wat mij heeft geraakt - een woord, een zin, een gedachte - en hoe ik mij erbij voelde: onrustig, vredevol, gelukkig, dankbaar, verdrietig, angstig, opgelucht, vertrouwend? Wat wil ik meenemen de (volgende) dag in?