

"De steen is weggerold"

do 15 feb 2024

1. Keer tot Mij terug met heel je hart (Joël 2:2-18)

De Heer nodigt uit, Hij verlangt naar onze terugkeer. Om mijn hart en geest vrij te maken moet ik de drukte en bedrijvigheid even ontlopen en alles wat mij van de Heer verwijdert loslaten.

2. Begin van het gebed

Ik creëer een stille ruimte in mezelf door mijn ogen te sluiten, zo probeer ik vrij te worden en mijn hart te openen voor deze ontmoeting.

3. Bijbeltekst voor vandaag, donderdag 15 februari: Deuteronomium 30:15-16

Mozes sprak tot het volk: 'Besef goed, vandaag stel ik u voor de keuze tussen voorspoed en tegenspoed, tussen leven en dood. Wanneer u zich houdt aan de geboden van de Heer, uw God, zoals ik ze u vandaag heb gegeven, door Hem lief te hebben, door de weg te volgen die Hij wijst, en zijn geboden, wetten en regels in acht te nemen, dan zult u in leven blijven en in aantal toenemen, en dan zal de Heer, uw God, u zegenen in het land dat u in bezit zult nemen.

4. Gebedsuggestions

Wat er ook voor onheilspellends in ons leven gebeurt, we hebben altijd een keuze over de manier waarop wijzelf met onze tegenslagen omgaan. Wanneer we verbonden leven met de Heer onze God, Hem liefhebben en Hem trouw blijven zullen we in leven blijven. Kiezen voor het leven betekent dan dat ik ervoor kies om ook in benarde situaties alert te blijven voor elk teken van hoop en zelf met een hoopvol hart leef en naar de toekomst kijk.

- Ik kijk naar de situatie waarin ik mij vandaag bevind. Kan ik kiezen voor het leven of voel ik toch dat ik me eerder laat ontmoedigen door kommer en kwel?
- Mozes zegt: je moet de Heer liefhebben, de weg volgen die Hij wijst. Ik keer me naar binnen in mijn hart en probeer bij die liefde te komen. Ik verwijl daar even.
- Ik spreek uit aan Jezus/God wat er nu in mij beweegt en luister in de stilte naar zijn stem. Ik vraag dat Hij mij de weg wijst die ik nu te gaan heb.

5. Einde van het gebed

Ik neem rustig de tijd om de Heer te danken voor wat ik mocht ervaren in dit gebedsmoment.

Ik sluit af met een gebed dat mij vertrouwd is.

6. Terugblik op het gebed

Welk gevoel leeft er nu in mij? Is er een beweging/verandering tegenover de aanvang van het gebed?