

# AVOND 3: ALLEEN IN DE STILTE



Ongehaast en ongestoord rusten aan het Vaderhart van God in gebed

De inhoud van de hoofdstukken 4 en 5 uit het boek vormen de basis van deze avond. Het is belangrijk om aan het begin van de avond af te spreken hoeveel tijd je elk onderdeel van de avond ongeveer wil geven.

- **FILMPJE: BIDDEN | LEREN VAN JEZUS - VIDEO 3**
- **GESPREKSVRAGEN**

## Vriendschap sluiten met de stilte

Jezus wist dat hij een plek en een tijd nodig had waar hij ongestoord en ongehaast kon rusten aan het hart van de Vader in gebed. Daarom trok hij zich regelmatig terug in de stilte, op eenzame plaatsen. Jezus weet dat ook wij dat nodig hebben en geeft ons de binnenkamer als belangrijke gebedsplaats: 'Ga in uw binnenkamer, sluit uw deur en bid tot uw Vader.'

Heb jij een persoonlijke, moderne versie van die oude binnenkamer? Een stille, vaste plek waar je ongestoord en ongehaast tijd kunt doorbrengen in gebed?

In hoeverre heb je een levensritme van gebed gevonden?

Heb je het nodig om keuzes te maken om zo'n rustige plek te creëren?

Hoe kun je hier praktisch invulling aan geven? Op welke manier zou je daar deze week al stappen in kunnen zetten?

## Op wie lijkt jij het meest?

Neem de tijd om samen Lukas 10:38-42 te lezen. Dit korte en krachtige verhaal gaat over Maria en Martha, twee van Jezus' beste vrienden.

In welke van de twee vrouwen herken jij jezelf het meest en waarom?

Wat betekent het in onze tijd en generatie om aan de voeten van Jezus te zitten?

## Elkaar helpen met onthaasten

'Ongestoord' en 'ongehaast' tijd doorbrengen in gebed gaat niet vanzelf. Jezelf even terugtrekken uit de drukte en het toerental verminderen is best een klus. Praat eens een tijdje met elkaar over de uitdaging om in een supersnelle wereld te leven.

Wat zien jullie als de grootste uitdaging? Daag elkaar eens uit om er deze week speciaal op te letten om het tempo wat omlaag te schroeven.

Hoe zou je langzamer kunnen gaan leven, zodat er ook meer innerlijke ruimte komt voor gebed?

Maak een lijstje met praktische manieren om te onthaasten. Kom er volgende week op terug en deel je ervaringen eens met elkaar.

### **De beloning is de Vader zelf**

Bij bidden gaat het in de eerste plaats niet om ónze vragen, problemen of wensen, maar om het zĳn bij de Vader en het kennen van zĳn hart. Het loon op gebed dat Jezus voor ogen had is: de hemelse Vader zĳlf en het ontvangen van zĳn overweldigende, onvoorwaardelijke liefde.

Wat roept dit bij je op? Hoe beleef jij dit?

Hoe zou je kunnen groeien in het ontvangen van Vaders liefde?

- **GEBEDSTIJD**

Neem de tijd om God te danken en voor elkaar te bidden.

- **OM MEE TE NEMEN**

We stonden vanavond stil bij het belang van een rustige, speciale plek voor de ontmoeting met de levende God in gebed. We hebben gesproken over concrete stappen om zo'n plek vorm te geven en praktische manieren om te onthaasten. Probeer deze week eens door te praten met drie mensen in je directe omgeving over het belang van stilte-tijd met God in een supersnelle wereld.