

Hand-out workshop bidden 4: 'Geef mij ruimte'

door T. Alkema in de Ark op 10-11-'22

De opbouw van de avond:

- Welkom en openingsgebed
- Laten we stil worden door te luisteren naar het lied: Wees stil voor het aangezicht van God
- 1 Tessalonicenzen 3:11-13 & 5:23 in één keer lezen en opengebed:

11 Maar onze God en Vader Zelf, en onze Heere Jezus Christus, moge onze weg naar u toe leiden. 12 En ú moge de Heere doen toenemen en overvloedig maken in de liefde tot elkaar en tot allen, zoals ook wij [dat zijn] tot u, 13 opdat Hij uw harten zou versterken om onberispelijk te zijn in heiliging voor [het aangezicht van] onze God en Vader, bij de komst van onze Heere Jezus Christus met al Zijn heiligen.

23 En moge de God van de vrede Zelf u geheel en al heiligen, en mogen uw geheel oprechte geest, de ziel en het lichaam onberispelijk bewaard worden bij de komst van onze Heere Jezus Christus.

- Bijbelstudie over welke ruimte je in gebed betreedt door geloof, hoop en liefde
- Getuigenis van Carly Alkema
- Levensparels als richtsnoer voor gebed
- Tijd voor persoonlijk gebed in groepjes van 3 of 4 personen
- 1 Tessalonicenzen 3:11-13 & 5:23 afzonderlijk lezen en opengebed:

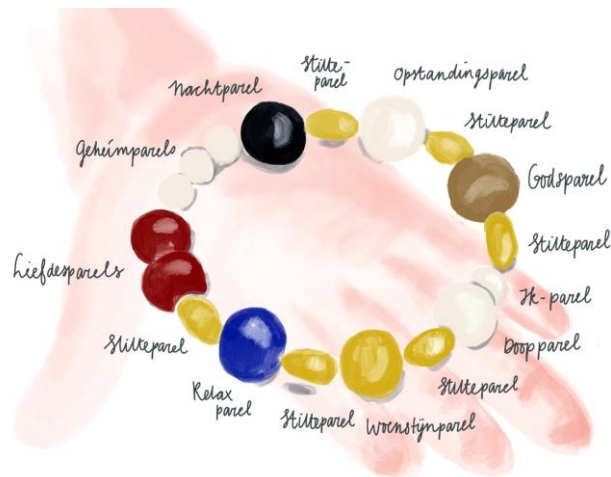
11 Maar onze God en Vader Zelf, en onze Heere Jezus Christus, moge onze weg naar u toe leiden. 12 En ú moge de Heere doen toenemen en overvloedig maken in de liefde tot elkaar en tot allen, zoals ook wij [dat zijn] tot u, 13 opdat Hij uw harten zou versterken om onberispelijk te zijn in heiliging voor [het aangezicht van] onze God en Vader, bij de komst van onze Heere Jezus Christus met al Zijn heiligen.

23 En moge de God van de vrede Zelf u geheel en al heiligen, en mogen uw geheel oprechte geest, de ziel en het lichaam onberispelijk bewaard worden bij de komst van onze Heere Jezus Christus.

- Ruimte voor vraag-en-antwoord
- Afsluiting en dankgebed

Levensparels als richtsnoer voor gebed

Bisschop Martin
Lönnebo
bedacht een
gebedsketting
met
Levensparels.
Deze is
bruikbaar voor
(existentiële)
zielzorg aan
eigen ziel.



De Godparel staat voor het Levensgeheim als bron & grond van het leven. Door grote veranderingen (: grenservaringen) en God (: het grensoverstijgende) kan iets van het Levensgeheim worden ontsloten. Het gaat om leven uit de bron & grond onder de voeten zoeken. Wat inspireert jou en waaraan vind jij houvast?

De Stilleparels staan voor stil 'zijn' waarin er in het nu ruimte ontstaat voor het gesprek in je binnenste met jezelf, anderen en God. Hoe is het in je innerlijke leven, durf je stil te worden?

De Ik-parel gaat over mijn bestaan en in het licht van de Godparel over wie ik ten diepste ben. Kun jij je levensverhaal vertellen en woorden geven aan wie je ten diepste bent?

De Doopparel staat voor mijn geboorte. Wanneer, waar en in welk gezin ben je geboren?

De Woestijnparel staat voor een periode zonder richting en een eenzame plaats in het leven. Waar en wanneer heb jij je zo gevoeld en hoe heb je toen aan herbronning gedaan?

De Relaxparel staat voor de overgavecompetentie zoals in het gebed om kalmte: God, schenk mij de kalmte om te aanvaarden wat ik niet kan veranderen, de moed om te veranderen wat ik kan veranderen en de wijsheid om het verschil hiertussen te zien. Wat is wijs voor jou om te aanvaarden en wat kun en wil je zelf veranderen?

De twee Liefdesparels staan voor ontvangen en geven, wat belangrijk is binnen het proces van worden wie je bent en over ergens bij horen. Welk proces rondom geven en ontvangen speelt er in jouw leven?

Drie Geheimparels staan voor de geheimen in het leven zoals persoonlijke geheimen, het geheim van een mensenleven en levensvragen als vanwaar en waartoe ben ik op aarde? Heb jij geheimen waar je (nog) niet over praat? Ben jij nog nieuwsgierig naar mensen die dicht bij jou staan? Welke levensvraag houdt jou bezig?

De Nachtparel wijst op de dood en andere grenservaringen. In crisissituaties voelt het ik zich anders en wordt het zichzelf tot vraag. Wie ben ik nu dit gebeurd is? Nadenken over jezelf en gebed kan beginnen aan de hand van grenservaringen en het daarbij behorende gevoelsleven. Welke grenservaringen spelen er in jouw leven en wat doet dat met jou?

De Opstandingsparel staat voor hoop. Wat mag ik hopen? Wat is de andere kant van de grenservaring? Door middel van ambivalentie verkennen kan er nieuw perspectief ontstaan en innerlijke ruimte. Zo kun je weer op verhaal komen. Wat geeft jou perspectief?