

Advent



Hoe lang nog Heer? Als God niet komt

Onderdeel van wat het betekent God te verwachten is ook om leren gaan met wanneer Hij niet direct iets van zich laat merken. Dan kan in grote dingen zijn, maar ook in de kleine dingen van ons leven. In dit adventsmoment staan we stil bij die momenten dat het stil blijft.



Neem een moment om rustig te worden. Vraag God om zijn leiding over dit moment. Als het spannend voelt om met dit thema aan de slag te gaan, benoem dit dan en vraag om zijn vrede in je hart, hoofd en lichaam.



Pak pen, papier en een Bijbel.

Teken de contouren van een groot kruis op het papier. Laat wat vrije ruimte erboven en eronder.

Stilstaan bij de plekken in ons leven waar we misschien weinig van God merken begint bij concreet worden. Is er een gebied of situatie in je leven waarin je iets herkent van de vraag 'hoe lang nog, HEER?' en dat voor jou als een 'Rama' is? Schrijf dit *boven* het kruis.

Welke woorden beschrijven wat je hierbij denkt, voelt of ervaart? Wat roept het in je wakker? Als je zelf geen woorden vindt of als je spraakhulp wilt, dan kan je ook Bijbelse woorden hiervoor gebruiken. Lees bijvoorbeeld Psalm 13, 22 of 88 door: in welke woorden van de psalmist herken jij je? Schrijf al deze woorden *in* het kruis.

Schrijf met behulp van bovenstaande woorden je eigen gebed uit. In dit gebed vertel je aan God wat er in je omgaat, wat je voelt en wat je denkt. Laat bewust na te wensen of te strijden voor verandering, maar *benoem waar jij nu bent*. Schrijf dit gebed uit *onder* het kruis.

Spreek je eigen gebed een aantal keer rustig uit.



Voor het gezin:

Doe de oefening hiernaast, maar laat het vel steeds rondgaan: eerst schrijft iedereen iets boven het kruis, daarna iets er in en tenslotte iets er onder. Praat met elkaar over wat dit met je doet en geef ruimte en veiligheid zodat alles gezegd kan worden. Sluit samen af met gebed. Hang de komende week het papier ergens in huis op.



Advent



Hoe lang nog Heer? Als God niet komt



Neem de tijd om over de volgende twee vragen na te denken:

- Hoe was het voor je om op deze manier te bidden? Wat gebeurt er binnenin?
- In Hebrreeën 2:18 wordt van Jezus gezegd: *'Juist omdat Hij zelf, toen Hij op de proef werd gesteld, het lijden doorstaan heeft, kan Hij ieder die beproefd wordt bijstaan.'* Kijk naar het vel papier dat voor je ligt. Wat betekent deze tekst voor jou? Wat wil Jezus door deze tekst tot je zeggen?



Sluit af met gebed. Nodig Jezus uit je te ontmoeten op dit punt in je leven en deel te nemen aan wat je doormaakt. Vraag Hem zijn aanwezigheid tot een beginpunt van hoop te maken.

