

God wil je dagelijks ontmoeten. Heb je 7 minuten voor Hem?

½ minuut: Bereid jezelf voor

Gebruik de eerste 30 seconden om jezelf in stilte voor te bereiden. Je kunt bijvoorbeeld bidden: 'Heer, reinig mijn hoofd en hart, zodat U tot mij kan spreken door het Woord. Maak mijn geest scherp, mijn ziel alert en help mij te ontvangen wat U geeft. Omring me met uw aanwezigheid in deze tijd.'

4 minuten: Luisteren naar God (Bijbel lezen)

Neem de volgende 4 minuten om de Bijbel te lezen, bijvoorbeeld één van de evangeliën of een psalm. Wat je het meest nodig hebt elke dag is iets van God te horen. Laat het Woord je raken. Wat blijft er hangen? Ontmoet de Auteur!

2½ minuten: Praten met God (Gebed)

Nadat God door zijn Boek gesproken heeft, reageer je naar Hem in gebed. Een methode is om vier gebieden van gebed langs te gaan, die je kunt onthouden met het woord ABBA.

Aanbidden

Dit is de puurste vorm van gebed, omdat het draait om God. Zeg tegen de Heer dat je van Hem houdt. Sta stil bij zijn grootheid.

Belijden

Nu je Hem gezien hebt, wil je zeker zijn dat elke zonde gereinigd en verwijderd is. 'Belijden' betekent dat we het 'eens zijn met' God. Als we op deze manier bidden, stemmen we in met hoe God naar ons en de wereld kijkt.

Bedanken

Denk aan verschillende dingen waarvoor je Hem kunt danken: Gods liefde en vergeving, je familie, je werk, je kerk...

Aankloppen

Klop, en de deur zal voor je open gaan. Vraag oprecht en nederig. Vraag voor anderen, vraag dan voor jezelf. Bid ook voor mensen in de wereld, zendingen, je vrienden en voor hen die nog moeten horen wie Jezus is.

P.S.: Wijd jezelf niet toe aan iets moeten, maar aan tijd met God. Doe het niet omdat anderen het doen - niet als een loze taak elke ochtend, niet als doel in zichzelf, maar omdat God een ontmoeting met ons wil!