

## Stille tijd

“Wat is stille tijd?”

- bijbellezen?
- bidden?
- aanbidden?
- danken?

Enkele mogelijke voorbeelden uit de bijbel:

- Noach (Genesis 6: 13-22)
- Mozes (Exodus 3: 1-6)
- Jona (Jona 4: 1-4)
- Jezus (Lucas 6: 12-13; Mattheus 26: 36-46)
- Paulus (Handelingen 16: 19-28)

“Wat is de kern, het waarom van stille tijd?”

- persoonlijk contact met God

“Waarom heet het 'stille tijd?'”

- je leest de bijbel?
- je bid in jezelf?
  
- misschien omdat je voornamelijk moet luisteren? En omdat God naar je luistert?

Noach en het plan van de ark, Abraham en zijn voorbede voor Sodom, Mozes bij de brandende braambos, Gideon met zijn schapenvacht, Jona en zijn schaduwstruik, Jezus op Getsemane, etc.

Drukke, afspraken, agenda, telefoon, email, muziek, herrie, MP3-speler. Als het al moeilijk is om stilte buiten te krijgen, hoe moeilijk is het dan wel niet om stilte binnenin te vinden.

In stilte zoeken naar God is ook zoeken naar jezelf. Zoeken naar wat er in je hart is.

“Wat doe je met stille tijd?”

Drie ‘onderdelen’ (mijn idee, iemand nog suggesties?)

1. lezen  
‘maar aan des Heren wet zijn welgevallen heeft,  
en diens wet overpeinst bij dag en bij nacht.’ (Psalm 1: 2)
2. bidden  
‘En zij bleven volharden bij het onderwijs der apostelen en de gemeenschap, he breken van het brood en de gebeden.’ (Handelingen 2: 42)
3. overpeinzen/luisteren (met je hart!)  
‘Smaakt en ziet, dat de Here Goed is’ (Psalm 34: 9)  
‘Toen kwam de Here, bleef daar staan en riep als de vorige keren: Samuël, Samuël! En Samuël zeide: Spreek, want uw knecht hoort.’ (1 Samuël 3: 10)

**Stille tijd, zendtijd van de Heilige Geest!**

<http://www.eo.nl/portals/themes/home.jsp?theme=5277528&portal=5254965>

“En waarom heette het ook al weer ‘stille tijd’?”

Een journalist interviewde moeder Theresa en vroeg naar haar tijd met God. “Als u bidt”, vroeg hij, “wat zegt u dan tegen God?” “Oh, meestal niet veel. Ik luister”, antwoordde moeder Theresa. “Dus u luistert... wat zegt God dan tegen u?” vroeg de journalist. “Oh, meestal niet veel, Hij luistert”, antwoordde moeder Theresa. De journalist keek haar verbouwereerd aan. “U begrijpt niet veel van gebed, hè?” zie moeder Theresa.

*“Hoe houd je het vol?”*

of

*“Waarom is het zo moeilijk vol te houden?”*

- denk niet dat het houden van stille tijd noodzakelijk en/of een wit voetje bij God kan halen. Je bent toch al failliet!
- leer meer over God's liefde; jij vindt het toch ook normaal/prettig om bij geliefden (vriend/vriendin/ouders/broers/zussen/nichtjes) te zijn?
- jouw stille tijd hoeft niet hetzelfde te zijn als mijn stille tijd. Ga wandelen ('Sta op, doorwandelen het land in zijn lengte en breedte, want u zal Ik het geven.' Genesis 13: 17), doe de afwas (Frère Laurent) of ga luisteren naar een mooi stuk (christenlijke) muziek.

**De kern is het contact zoeken met God! Het is goed om de bijbel te lezen, het is goed om te bidden, maar het belangrijkste is om bij God te zijn.**

‘Al ware het ,dat ik profetische gaven had, en alle geheimenissen en alles, wat te weten is, wist, en al het geloof had, zodat ik bergen verzette, maar had de liefde niet, ik ware niets.’ (1 Korinthiërs 13: 2)

Natuurlijk wel suggesties om te helpen het makkelijker te maken:

- plan een vaste tijd in voor je stille tijd (net als je dat voor ieder ander iets zou doen), maar ga je niet krampachtig gedragen; heb je een keer geen zin om de bijbel te lezen, doe dat dan niet. Ga dan meer bidden (luisteren). Maar probeer wél die tijd bij God te komen.
- maak gebruik van de overdaad aan leesroosters en bijbelse dagboeken. Of pak gewoon een bijbelboek en werk dat door. Op die manier heb je een houvast. Maar ook hier geldt niet de kwantiteit, maar de kwaliteit! Overpeins!
- maak aantekeningen van de preek, spreker op een trefavond, onderwerp van een bijbelstudie, uitzending op TV. Gebruik dat als leidraad voor je eigen, persoonlijke bijbelstudie. Je kunt ook aantekeningen maken voor je gebed; wie, waarvoor.
- zoek een plek waar je tot rust komt. Ga niet midden in de woonkamer van je studentenhuis zitten. Maar ga ook niet aan je bureau zitten als je computer, emails, MSN en huiswerk je afleiden. Als je je goed voelt op een bank in het park, ga daar dan heen.

**Probeer van je stille tijd een moment te maken waarop je je leven met God, met God doorspreekt. Het mooiste zou zijn als het een ontmoeting is tussen jou en God. Eén waarin jullie alle twee naar elkaar luisteren en waar jullie allebei iets over elkaar leren.**