

Aan Zijn voeten

Praktische tips voor een waardevolle *stille tijd*

Wendy Born – van den Brink

Aan Zijn voeten - Praktische tips voor een waardevolle *stille tijd*

Wendy Born - van den Brink

©2016

Brave New Books

ISBN 9789402154177

De Bijbelteksten in deze uitgave zijn, tenzij anders vermeld, ontleend aan de Herziene Statenvertaling.

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd of openbaar gemaakt zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de schrijfster.

Inhoudsopgave

Woord vooraf	7
Inleiding	9
Hoofdstuk 1 Wat is <i>stille tijd</i>?	11
Wat is <i>stille tijd</i> ?.....	11
Wat zegt de Bijbel erover?	12
De Here Jezus hield <i>stille tijd</i>	13
Hoofdstuk 2 Waarom is <i>stille tijd</i> belangrijk?	16
De Heer geniet ervan.....	16
We hebben omgang met God nodig.....	16
Voor christenen is het een voorrecht.....	17
We krijgen er veel voor terug.....	17
Het woord van God is voedsel, honing en vuur.....	18
Bekende mensen hebben het ervaren	19
Hoofdstuk 3 Wat maakt je <i>stille tijd</i> waardevol?	21
De juiste instelling	21
Een bepaalde tijd	22
Een speciale plek	22
Een eenvoudig plan	24
Een praktisch voorbeeld uit mijn eigen leven.....	25
Bidden in je <i>stille tijd</i>	28
Andere methoden.....	32
Persoonlijke ervaringen	33
Hoofdstuk 4 Mogelijke problemen in je <i>stille tijd</i>	35
Druk, druk, druk... ..	35
Weinig discipline.....	36

Moeite met concentreren	37
Perioden van droogte	38
Ontmoediging	39
Lichamelijke of geestelijke belemmeringen	40
Ik ben toch behouden?	41
Sociale media	41
Hoofdstuk 5 Hulpmiddelen bij <i>stille tijd</i>	43
Variatie aanbrenge	43
Schrijven	43
Herhaling	44
Een Bijbelboek in zijn geheel lezen	44
Bijbel kleuren	45
Naslagwerken	45
Leesroosters	46
Dagboeken	46
Handige apps	47
Bidden	47
Delen met anderen	49
Bronvermelding	50
Dankwoord	51
Schrijfster	51

Woord vooraf

Je herkent het bij jezelf ook vast wel: enthousiast nam je je voor om er elke dag - of in ieder geval regelmatig - voor te gaan zitten. Je wilde tijd doorbrengen met de Heer, lezen uit Zijn Woord en luisteren naar Zijn stem. Maar twee maanden later kom je erachter dat er van die goede gewoonte weinig is overgebleven... Vreemd eigenlijk, toch? Hoe komt het dat veel christenen moeite hebben met Bijbellezen en bidden?

Laten we maar eerlijk zijn: Je merkt al gauw dat dit niet vanzelf gaat. Er kunnen verschillende oorzaken zijn waardoor het soms best moeilijk is. Maar dat is geen reden om het erbij te laten zitten. Je kunt beter gewoon onderzoeken bij jezelf wat er aan de hand is en ermee aan de slag gaan!

Ongeveer 12 jaar geleden ben ik serieus begonnen met het bewust plannen van mijn dagelijkse *stille tijd*. De aanleiding hiervoor was een 'wedloop met Jezus' bij ons in de gemeente. Dit hield in dat ik mij een dagdeel terugtrok op een stille plek en een groot aantal vragen die wij aangereikt kregen, voor mijzelf overdacht. Ik nam alleen een Bijbel, pen en kladblok mee en heb deze uren als heerlijk en onvergetelijk ervaren. Vanaf die tijd heb ik naast de wedloop, die ik meerdere keren per jaar herhaalde, ook bewust een dagelijkse periode voor *stille tijd* ingepland. Het was niet zo dat ik vóór die tijd niet in de Bijbel las of bad, maar eerlijk gezegd deed ik gewoon maar wat, zoals het mij uitkwam. *Stille tijd* had voor mij toen geen prioriteit, en regelmaat zat er al helemaal niet in! Soms las ik een aantal hoofdstukken uit Gods Woord achter elkaar, soms alleen een kort stukje uit een dagboekje en er waren ook dagen dat ik nauwelijks in de Bijbel las of alleen schietgebedjes deed. Hoewel daar niets mis mee is, ben ik gaandeweg tot de ontdekking gekomen dat het heerlijk is om dagelijks op een vaste tijd en op een bepaalde plek contact te hebben met mijn Hemelse Vader.