

2. Hoe geloof ik? | a. bidden en bijbellezen

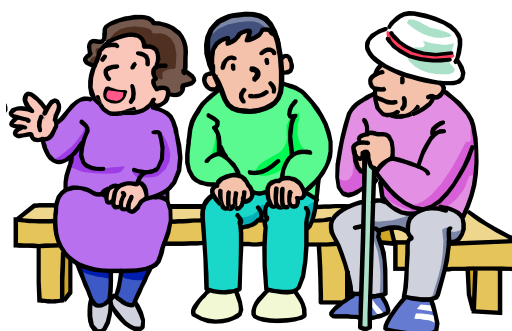
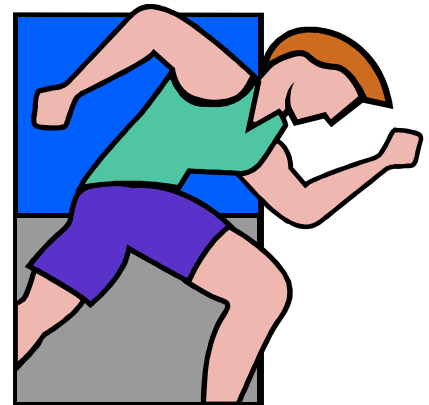
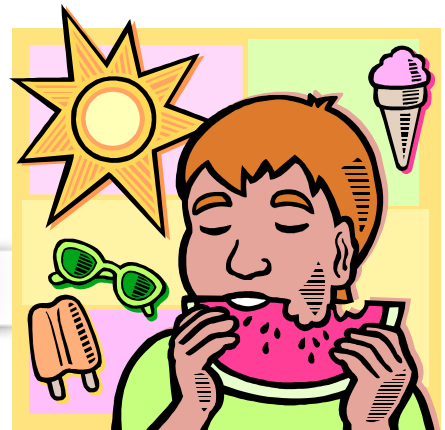
kernwoord: persoonlijk bijbellezen

Beleef/lees méér!

bijbelgedeelte: Themastudie

Bijlagen

Bijlage bij introductie 'Bijbellezen als...' (2.4)



Zes stappen van het persoonlijk bijbellezen

Natuurlijk heeft iedereen zo z'n eigen aanpak, maar een aantal onderdelen zijn onmisbaar bij het persoonlijk lezen van de Bijbel. Deze hebben we in zes stappen weergegeven. Als je de eerste letters van elke stap neemt, krijg je het woord SOLVAT. Handig om te onthouden!

1. Stil worden

Als je direct begint met het lezen van de Bijbel, dan is de kans groot dat er nog van alles door je hoofd spookt. Om God te kunnen laten spreken, zul je dus eerst zelf stil moeten worden. Dat begint al door er rustig voor te gaan zitten en een ontspannen houding aan te nemen. Het kan je ook helpen om eerst op te schrijven wat je allemaal bezighoudt of wat je nog moet doen. Hoe dan ook: neem bewust de tijd om stil te worden en maak letterlijk en figuurlijk ruimte voor God in je leven.

2. Open handen

Bid – voordat je de Bijbel gaat lezen – om Gods nabijheid en de hulp van de Heilige Geest. Dat is geen christelijk oefje ofzo, maar daarmee laat je daadwerkelijk zien dat het je alleen niet lukt om te begrijpen wat God in Zijn Woord te zeggen heeft. Vandaar: open handen, om los te laten wat je bezighoudt en om te ontvangen wat God geeft.

3. Lezen

Je leest het bijbelgedeelte rustig voor jezelf door en laat de woorden tot je door dringen. Als je iets niet snapt of je afgeleid wordt, begin dan weer bij het begin. Ook het hardop voor jezelf lezen, helpt om je concentratie vast te houden. Probeer het gedeelte te lezen alsof je de woorden voor het eerst hoort.

4. Vragen stellen

Bijbellezen = leren praten met de Bijbel. Net zoals je een in goed gesprek vragen stelt aan elkaar, kun je ook leren om vragen te stellen aan een bijbelgedeelte.

- Wat staat er?
- Wat wil God ermee zeggen?
- Wat doe ik ermee in de praktijk?

Dat zijn de drie hoofdvragen die je iedere keer kunt stelen. Daarbij zijn er verschillende hulpmiddelen om op zo'n manier met een bijbelgedeelte aan de slag te gaan. Op pagina .. in 'Prikkel's' vind je een aantal leessleutels (hulpmiddelen) die je helpen om een bijbelgedeelte 'open' te laten gaan.

5. Antwoorden

Het bijbelgedeelte dat je gelezen hebt, heeft je wat te zeggen. Ga daarover met God in gesprek. Dank Hem voor wie Hij is, vraag om kracht om te doen wat Hij zegt, belijd waarin je tekort schiet, bid naar aanleiding van het bijbelgedeelte voor anderen, et cetera.

6. Toepassen

Het Woord van God wil ook wat doen in je leven: van bijbellezen moet het gaan naar bijbelleven. Wat heb je ontdekt en wat kun je vandaag in de praktijk brengen? Laat een bepaalde tekst of opdracht vanuit het bijbelgedeelte je dag kleuren! Of een ander goed idee: leer eens één tekst uit je hoofd en probeer daar regelmatig aan te denken.

Vier leessleutels

– hulpmiddelen die je helpen om een bijbelgedeelte 'open' te laten gaan -

Leessleutel 1: Inleven

Wat is het:

Je verplaatst je in het bijbelgedeelte, alsof je er zelf bij was toen het gebeurde of het geschreven werd.

Zo werkt het:

- Deze vorm werkt vooral bij het lezen van verhalen en geschiedenissen.
- Verplaats je al lezende in het bijbelgedeelte: wat gebeurt hier, wat wordt er gezegd, hoe wordt er gereageerd op elkaar, enzovoorts.
- Kies vervolgens één persoon uit en lees het gedeelte nog een keer alsof jij die persoon zelf bent.
- Bedenk wat jij in deze situatie gedaan, gedacht of gezegd zou hebben.

Leessleutel 2: 4xB

Wat is het:

Je stelt jezelf vier B-vragen: wat wil ik **B**edenken, **B**edanken, **B**elijden en **B**idden naar aanleiding van dit bijbelgedeelte?

Zo werkt het:

- Leuk om te weten dat deze methode van Luther is (gaat dus al jaren mee!).
- Lees het bijbelgedeelte voor jezelf door.
- Stel jezelf de volgende vier vragen:
 1. Wat wil ik leren van dit gedeelte (**b**edenken)?
 2. Waarvoor zou ik God willen **b**edanken?
 3. Wat wil ik aan God **b**elijden?
 4. Waarvoor wil ik **b**idden?

Leessleutel 3: Symbolen zetten

Wat is het:

Je zet een aantal symbolen in de tekst die jezelf 'dwingen' om na te gaan wat er in het bijbelgedeelte staat.

Zo werkt het:

- Lees het gedeelte door en zet:
 - een ? bij iets wat je niet begrijpt of wat vragen oproept
 - een ! bij iets wat je opvalt
 - een * bij iets wat je bemoedigt
- Loop de verschillende symbolen langs en probeer er een gedachte/reactie bij te schrijven. Waarom heb je voor dit symbool bij deze tekst gekozen?

Leessleutel 4: Kern zoeken

Wat is het:

Je zoekt naar de kernzin of kernwoorden van een bijbelgedeelte.

Zo werkt het:

- Lees het gedeelte minimaal twee keer door.
- Wat is volgens jou de kern of de belangrijkste zin/woorden in dit gedeelte? Om het nog wat concreter te maken: stel je voor dat de dominee zondag over dit gedeelte een preek zou houden, over welk vers zou het dan echt moeten gaan.
- Ga na wat de kern voor jezelf betekent. Denk daarbij aan dingen als: hoe ga ik hier zelf mee om, wat betekent dit voor mijn relatie met God, wat wil ik hiervan onthouden, enzovoorts.

Basisuitrusting bijbellezen

Oké, bijbellezen gaat lang niet altijd vanzelf. Maar om het niet moeilijker te maken dan het is, heb je in ieder geval een aantal 'ingrediënten' nodig. Noem het de basisuitrusting van het bijbellezen.

- **Vaste gewoonte**

Afwachten tot je zin hebt in bijbellezen... dat werkt dus niet. Maak er een vaste gewoonte van om regelmatig de Bijbel te lezen. Het liefst elke dag, maar anders toch zeker een paar keer in de week. Leg je bijbel op een plek waar je 'm iedere keer ziet, zodat je er gewoon niet omheen kunt: 'Oh ja, ik wil nog lezen!'

- **Geschikt moment**

Ga voor jezelf na op welk moment van de dag je tijd wilt nemen om de Bijbel te lezen. Veel mensen proberen het 's morgens vroeg of 's avonds laat. Maar als 's ochtends de bus of trein van 07.44 uur op je wacht, of 's avonds de moeheid toeslaat, moet je iets anders verzinnen. Kies een vast moment waarop je de tijd en de rust hebt. Dat kan natuurlijk aan het begin of het einde van de dag, maar ook direct na school of je werk, of na het avondeten.

- **Stille plek**

Bijbellezen kan natuurlijk overal, maar als het gaat om je vaste stille-tijdmomenten is het toch beter om te zoeken naar een plek waar je niet gestoord wordt en waar je werkelijk een ontmoeting met God kunt hebben (dat is tenslotte het doel van bijbellezen!). Voor de meeste mensen is dat hun eigen (slaap)kamer. Maar als jij op zolder of in het bos zo'n plek vindt, is dat óók prima.

- **Eigen bijbel**

Natuurlijk kun je verschillende vertalingen naast elkaar gebruiken, maar zorg in ieder geval voor een vaste eigen bijbel waar je eventueel ook in kunt/mag schrijven. Schrijf je liever niet in je bijbel, schaf dan een schrift aan waarin je opschrijft wat je ontdekt heb tijdens het bijbellezen. Als je 'later' nog eens terugbladert, zie je ook welke weg de Heere God in je leven is gegaan: welke vragen je toen had en welke antwoorden je nu gekregen hebt.

- **Een leesmaatje**

Probeer in je omgeving iemand te vinden die al wat langer ervaring heeft met het persoonlijk lezen van de Bijbel. Vraag of je hem of haar mag inschakelen als je vragen hebt waar je niet uitkomt. Ook een goed idee: spreek met een vriend(in) af om vaste momenten te reserveren voor het lezen van de Bijbel, zodat je elkaar daarop kunt aanspreken. Je kunt het zelfs met een hele groep jongeren van de gemeente doen.

- **Doorzetting- en relativeringsvermogen**

Raak niet gefrustreerd als het bijbellezen een keer niet lukt, om welke reden dan ook. Bijbellezen is niet altijd simpel en soms kun je het gevoel hebben dat je er niks van snapt. 't Is soms ook een kwestie van doorzetten, weer opnieuw beginnen. En als het bijbellezen vandaag niet lukt, krijg je morgen weer een nieuwe kans!