

### Focus

In een wereld vol haast en afleiding is het nodig om je rust te vinden bij God.



## Vanuit ons leven

*Aansluiten bij onze leefwereld*

### □ **Bezinning**

Wees samen even stil en bedenk eens voor jezelf: Wanneer had je in de afgelopen week even niks te doen (en vulde je die tijd niet op met je mobiel of iets anders)? Wat deed dat met je?

In 2023 verscheen een boek van John Mark Comer met als titel: *De radicale uitbanning van haast*. Dit boek gaat over onthaasten. Een tegendraads boek in een tijd waarin we altijd bezig zijn. Een volle agenda, volle mailbox, vol leven... Altijd bezig. Altijd afleiding. Het kan je afhouden van rustig bij God zijn en naar Hem luisteren. Het boek is een oproep om je te richten op God die geen haast heeft...

Volgens Comer is haast de grootste vijand van ons geestelijk leven. We hebben het over wandelen met God en niet over rennen met God. Er is maar weinig wat je met haast beter kunt doen dan zonder haast. Haast in relaties werkt niet zo goed, en vooral niet in ons leven met God.



## Naar de Bijbel

*Inspiratie vinden in Gods Woord*

Om Gods stem en zijn uitnodiging voor jou te horen heb je stilte nodig. In de stilte kom je tot jezelf, tot rust en kun je je richten op God.

Lees Mat 11: 28-30 voor uit 'The Message -Eugene Peterson':  
*Ben je moe? Uitgeput? Opgebrand door religie? Kom naar Mij toe. Kom met Mij mee en vind je leven terug. Ik zal je laten zien hoe je echt kunt uitrusten. Wandel met me mee en werk naast Me, kijk maar hoe Ik het doe. Leer het ongedwongen ritme van genade kennen. Ik zal je niets zwaars opleggen, of iets wat niet past. Blijf in Mijn gezelschap, dan leer je echt te leven, vrij en licht.*

□ **Nadenken en delen**

1. Schrijf deze tekst voor jezelf op.
2. Denk er in stilte over na: Wat roept het bij je op aan beelden, verlangen, weerstand, vragen?
3. Deel dat met je buurman/-vrouw



## Terug naar ons leven

*De koppeling maken met onze leefwereld*

□ **Gesprek**

Comer pleit voor vertraging en verstillung in ons geestelijk leven. Ervoor kiezen je leven doelbewust te vertragen rondom de dingen die echt belangrijk zijn. Dat wat je aandacht geeft, groeit... of dat wat je aandacht geeft, verandert jou.

- Deel met elkaar hoe jij dat doet. Wat helpt jou daarbij of wat kan jou daarbij helpen?
- Hoe kunnen we elkaar helpen om ook in ons kerkenwerk te wandelen met God in plaats van voor Hem te rennen?

□ **Gebed**

Bid om voldoende stilte in ons leven en kerkenwerk om Gods stem te kunnen verstaan en rust te vinden in Hem. Om het ongedwongen ritme van genade te leren kennen.