


CREATIEF BIDDEN EN VASTEN


DE BIJBEL BIDDEN

 Je bidt 1 of 2 van de gebeden uit de Bijbel (bijvoorbeeld van Mozes, Jabez, Nehemia, Daniël, Jona, Paulus, Hizkia, Jesaja, enz.) "In mijn nood roep ik de Heer aan en Hij antwoordt mij. Uit het rijk van de dood schreeuw ik om hulp - U hoort mijn stem!" Jona 2:2


Voorbeelden:

- Psalm 90
- Daniël 9
- Nehemia 1
- Mattheüs 6:9


WERELD, LAND OF STADSGEBED

 Je neemt een land of wereldkaart en legt dat op een tafel. Kies een land en steek een kaars aan. Terwijl je de kaars aansteekt, spreek je een kort gebed uit voor dat land of de stad.


GEBEDSWANDELING

 Loop door je wijk of dorp en bid hardop voor een aantal situaties of instellingen die je onderweg tegenkomt.

PLAATS ZE ONDER GODS PARAPLU

 Neem een open paraplu. In ons leven zijn er waarschijnlijk mensen waarvan we zo graag zouden willen dat ook zij kunnen schuilen in Gods redding, liefde, vergeving en genade. Schrijf op een kaartje de naam van iemand waarvan jij zou willen dat ze zullen schuilen bij de Here God. Leg dit kaartje als een symbool onder de beschermende paraplu.

VASTENGEBED

 Sla een maaltijd over en bid tijdens dat uur voor noden om je heen of voor bepaalde onderwerpen die je samen hebt afgesproken.

Vrijdag is een belangrijke dag voor moslims, omdat zij dan naar de moskee gaan en God zoeken. Vast deze dag van je maaltijden en bid voor hen. Stop of minder met:

Voedsel zoals:

- tussendoortjes
- vlees
- hele maaltijden
- chocolade of andere specifieke lekkernijen
- alcohol/koffie
- suiker

Activiteiten zoals:

- social media
- tv/films/series
- autorijden
- iets waar je veel tijd aan besteedt
- kleding of luxe producten kopen
- energieverbruik
- werken in de avond

Tijd:

Zet een dag of dagdeel apart voor enkel gebed en Bijbellesen.

TIPS OM HET VOL TE HOUDEN:



Besteedt de tijd die je overhoudt aan tijd met God doorbrengen. Ga naar buiten of berg op wat je in verleiding kan brengen. Wanneer je in de verleiding komt, denk aan Mattheüs 4:4 "De mens leeft niet van brood alleen, maar van ieder woord dat klinkt uit de mond van God." En bid voor degenen die het Goede Nieuws nog niet kennen.

Gebruik deze manieren van bidden vasten om mee te doen met 20 Dagen & vasten. Op pagina 10 vind je hier meer informatie over.

