

Viervoudig luisteren

door Bijbel en gebed



Viervoudig luisteren - door Bijbel en gebed

Wat fijn dat jij dit programma leidt over 'viervoudig luisteren' met een focus op de Bijbel en gebed. We adviseren je - als je dat nog niet gedaan hebt - eerst te kijken hoe de leermodules en lesprogramma's precies zijn opgebouwd. Je kunt hiervoor een video bekijken of de beschrijving lezen. Je vindt deze informatie op de website lerenpionieren.nl. Er is daar ook ander materiaal te vinden. De handleiding die je nu voor je hebt, loodst je door het programma. De teksten bij de werkvormen zijn geschreven alsof jij in gesprek bent met je team, want samen doorlopen jullie dit programma.

Kies op basis van de informatie in deze handleiding per onderdeel de werkvorm die het beste bij jullie past; in totaal selecteer je dus vier werkvormen. Maak deze keuze van tevoren en niet pas tijdens de bijeenkomst. Download daarna de powerpoint. Haal de werkvormen die jullie niet gebruiken uit de presentatie en voeg eventueel toe wat je zelf wilt aanvullen. Bij sommige werkvormen moet vooraf, naast de powerpoint, nog meer materiaal worden verzameld. Dit is aangegeven in deze handleiding. En dan kunnen jullie aan de slag.

Wij wensen jullie veel plezier en inspiratie toe!

Team ondersteuning proefplekken

Bij de cover: Een beeld voor de proefplek is de windbuggy die een weg aflegt; de pioniersreis. Viervoudig luisteren is een van de aandachtsgebieden bij het begin van de reis. Daarnaast staat het zeil symbool voor goed blijven luisteren tijdens de reis.

Viervoudig luisteren - door Bijbel en gebed

Overzicht van het basisprogramma



Programmaonderdeel	Tijdpad	Titel	
	Oriëntatie 1	0-20 minuten	Ervaringen met Bijbel en gebed
	Oriëntatie 2	0-20 minuten	Vormen van bijbelgebruik en gebed
	Kompas 1	20-40 minuten	Wachten en bidden in de Bijbel
	Kompas 2	20-40 minuten	Het 'levensgebed' bidden
	Reisgids 1	40-70 minuten	Het 'waarom' van luisteren door Bijbel en gebed
	Reisgids 2	40-70 minuten	Het 'hoe' van luisteren door Bijbel en gebed
	Route 1	70-90 minuten	Verder met aandacht voor luisteren door de Bijbel en gebed
	Route 2	70-90 minuten	Verder met vormen voor luisteren door de Bijbel en gebed

Tips

- Houd de tijd in de gaten: zo kort mogelijk, maar voel ook aan wat nodig is.
- Wees steeds gericht op jullie eigen praktijk - hoe is wat je in dit programma leert en doet relevant voor jullie situatie?
- Maak actiepunten en vervolgspraken steeds zo concreet mogelijk.



Oriëntatie

Oriëntatie 1 - Ervaringen met Bijbel en gebed

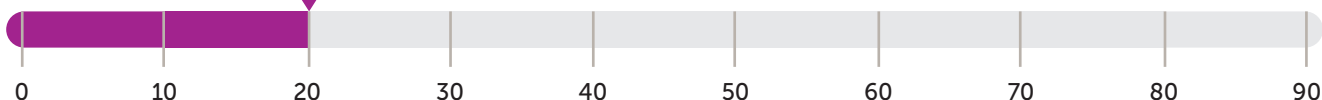
Doel van de werkvorm

We verkennen onze ervaringen met luisteren door Bijbel en gebed en wat die ons te zeggen kunnen hebben.

Tijdpad



Minuten



Benodigheden

- pennen en papier voor alle deelnemers

Beschrijving van de werkvorm

Inleiding 0-1 minuten

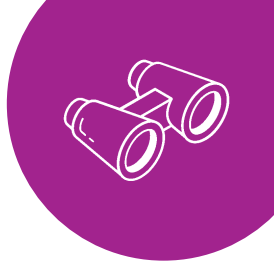
Eerder hebben we kennism gemaakt met het viervoudig luisteren: door Bijbel en gebed, in je omgeving, in je kerngroep en via de bredere kerk. In dit programma richten we ons specifiek op luisteren door Bijbel en gebed. In deze oriëntatie verkennen we welke ervaringen we daarmee hebben en wat die ons te zeggen hebben.

Individuele opdracht 1-5 minuten

We denken aan een ervaring in ons leven waarin de Bijbel of een gebed van bijzondere betekenis was. Bijvoorbeeld omdat we in een bepaalde situatie een bijbeltekst lasen of van iemand aangereikt kregen die ons een nieuw perspectief op die situatie gaf. Of omdat in een persoonlijk gebed of een gebed dat iemand anders uitsprak ons ineens iets duidelijk werd over de weg die God ons wees. We schrijven deze ervaring in een paar zinnen op.

Bespreking in twee- of drietallen 5-20 minuten

1. We lezen om de beurt aan elkaar voor wat we hebben opgeschreven. Daarbij geven we aan wat deze ervaring voor ons betekende en of we daarin ook iets van God hebben ervaren.
2. Als iedereen aan de beurt is geweest, delen we kort hoe het voor ons was om dit soort ervaringen met elkaar te delen.



Oriëntatie 2 - Vormen van bijbelgebruik en gebed

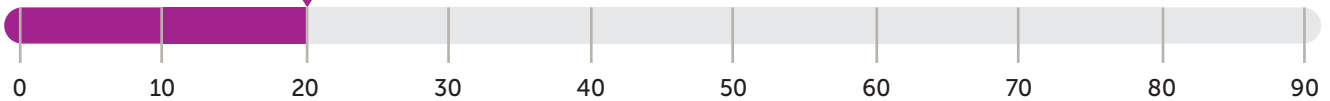
Doel van de werkvorm

We maken kennis met verschillende vormen van bezig zijn met de Bijbel en gebed. Dit kan een vervolg krijgen bij Reisgids 2.

Tijdpad



Minuten



Benodigheden

- voor elk teamlid een werkblad 'vormen voor luisteren door Bijbel en gebed' (te vinden in het document 'Overige bijlagen' bij dit programma op de website)
- een groot vel papier en een stift

Beschrijving van de werkvorm

Inleiding 0-1 minuten

Eerder hebben we kennism gemaakt met het viervoudig luisteren: door Bijbel en gebed, in je omgeving, in je kerngroep en via de bredere kerk. In dit programma richten we ons specifiek op luisteren door Bijbel en gebed. In deze oriëntatie maak je kennis met verschillende vormen van gebed en bezig zijn met de Bijbel, en deel je met elkaar welke bekend zijn en welke onbekend.

Individuele opdracht 1-6 minuten

We bekijken in stilte het werkblad 'vormen voor luisteren door Bijbel en gebed'.

- Kruis voor jezelf aan met welke vormen je ervaring hebt.
- Zet een uitroepteken bij een vorm waar je nieuwsgierig naar bent.
- Vul het overzicht aan met vormen waar je zelf ervaring mee hebt.

Vervolgens kijken we nog eens naar het hele werkblad met onze aantekeningen.

- Kies een vorm die je kent en die je zou aanraden aan je team. Dit kan een vorm zijn die al op het werkblad stond, of een vorm die je zelf hebt toegevoegd.
- Kies een vorm die je niet kent maar wel zou willen proberen met je team.

Bespreking 7-20 minuten

We delen om beurten welke vormen we elkaar aanraden en zouden willen uitproberen. Iemand schrijft mee op een groot vel papier waarop als volgt een matrix is getekend:

	Aan te raden	Uit te proberen
Bijbel		
Gebed		

Wat valt op in het overzicht en wat willen we daarmee gaan doen?



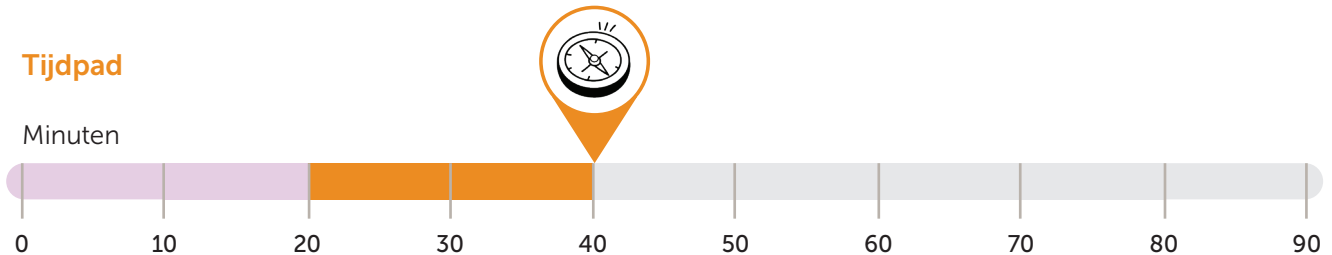
Kompas

Kompas 1 - Wachten en bidden in de Bijbel

Doel van de werkvorm

We mediteren en reflecteren rond een bijbelverhaal waarin luisteren naar God door gebed centraal staat. En we bespreken wat dit ons - voor onze proefplek - te zeggen heeft.

Tijdpad



Benodigheden

- voor elk teamlid een werkblad 'Bijbelverhaal bij wachten en bidden' (te vinden in het document 'Overige bijlagen' bij dit programma op de website)

Beschrijving van de werkvorm

Inleiding 0-5 minuten

We gaan een kort bijbelverhaal lezen waarin luisteren naar God door gebed centraal staat. Het verhaal staat in het bijbelboek Handelingen, voluit 'De handelingen van de apostelen'. De Amerikaanse theoloog Andrew Root schrijft in het boek *Wachten op God* dat dit bijbelboek eigenlijk 'De handelingen van God' zou moeten heten: het is God die door zijn Geest als eerste handelt. De apostelen en andere volgelingen van Jezus moeten daarom beginnen met het tegenovergestelde: niet handelen, maar wachten en bidden om die Geest.

Toewijding 1-2 minuten

*God,
Wij danken U voor de Bijbel, uw woord, waardoor U tot ons spreekt.
Help ons uw woord zo te beluisteren
dat wij horen wat U ons te zeggen heeft.
Wij danken U dat we met U in contact kunnen zijn door gebed.
Geef dat daarin niet alleen onze eigen woorden klinken,
maar dat we daarin ook uw stem verstaan.
Amen*

Opdracht en bespreking 2-20 minuten

1. Iemand leest de teksten uit Handelingen 1 op het werkblad voor.
2. We lezen de tekst allemaal nog een keer in stilte. We onderstrepen de woorden of zinnen die ons raken.
3. We delen met elkaar wat ons geraakt heeft in de tekst.
4. De apostelen begonnen aan hun missie met wachten en bidden, zoals Jezus hun had opgedragen. Dat ging misschien tegen hun natuur in. Denk maar aan Petrus en zijn neiging tot impulsief handelen. Hoe zouden wij, in onze proefplek, op deze opdracht van Jezus reageren?
5. Wat heeft dit bijbelgedeelte ons te zeggen over hoe wij aan het pionieren zijn?

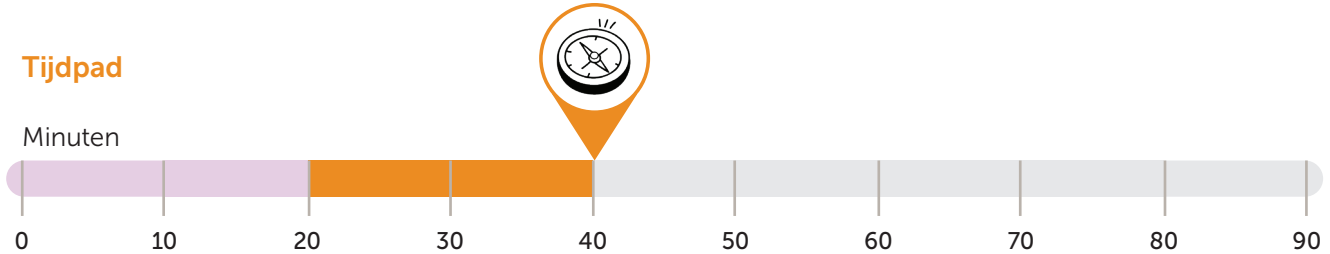


Kompas 2 - Het 'levensgebed' bidden

Doel van de werkvorm

We maken kennis met het levensgebed en we ervaren hoe God door deze vorm van samen bidden misschien iets duidelijk zou kunnen maken.

Tijdpad



Benodigheden

- de tekst voor begeleiding van het levensgebed (te vinden in het document 'Overige bijlagen' bij dit programma op de website)
- alternatief: deze online begeleiding voor het levensgebed

Beschrijving van de werkvorm

Inleiding 0-1 minuten

Bidden is onder andere belangrijk om ons bewust te worden van onze verlangens en om onze verlangens af te stemmen op God. Het levensgebed is een oefening om ons hierbij te helpen. Het is ontstaan bij de Jezuïeten. De onderliggende gedachte is dat God de bron van leven is. De momenten waarop we ons levend voelen, zitten we op het spoor van God. De momenten waarop we ons leeg voelen, zitten we niet of minder op zijn spoor. In dat besef kunnen we terugkijken op onze ervaringen en stapje voor stapje steeds meer het spoor van God gaan volgen. Het levensgebed bestaat uit 3 stappen, die als volgt te typeren zijn:

1. Dank u
2. Sorry
3. Alstublieft

(Voor de begeleider: Meer uitleg over het levensgebed is [hier](#) te vinden.)

Meditatief bidden 1-11 minuten

We bidden samen het levensgebed. Een van ons leidt ons daardoorheen met de tekst die daarvoor in het document 'Overige bijlagen' staat. Of we maken gebruik van de [online begeleiding](#).

Nabespreking 11-20 minuten

1. Hoe was het om dit te doen?
2. Welke ervaringen die in je opkwamen waren het meest inspirerend?
3. Welke ervaringen riepen een gevoel van leegte of dorheid op?
4. Heb je iets nieuws ontdekt over je verlangen?
5. Wat zou dit kunnen betekenen voor de koers van onze proefplek?



Reisgids

Reisgids 1 - Het 'waarom' van luisteren door Bijbel en gebed

Doel van de werkvorm

Aan de hand van een video en stellingen verkennen we welke plek het luisteren door Bijbel en gebed inneemt in onze proefplek en ontdekken we waarom dat belangrijk is.

Tijdpad

Minuten



Benodigheden

- de reisgidsvideo en een apparaat om deze af te spelen
- afhankelijk van de groepsgrootte eventueel een beamer en geluidsbox
- een (groot) vel papier en een stif
- eventueel de tekst van de video (te vinden in het document 'Overige bijlagen' bij dit programma op de website)

Beschrijving van de werkvorm

Video 0-7 minuten

We bekijken een video over luisteren via Bijbel en gebed. Tijdens het kijken kunnen we opschrijven wat we belangrijk vinden om vast te houden. In het document 'Overige bijlagen' op de website kunnen we de hele tekst van de video terugvinden.

Inleiding 7-9 minuten

We gaan rond een aantal stellingen met elkaar in gesprek over het belang van luisteren door Bijbel en gebed. In de video is hierover al een en ander gezegd. Maar hoe we daar zelf tegenaan kijken, ontdekken we via een oefening in de ruimte. Per stelling gaan we op een denkbeeldige lijn staan. Het ene uiterste van de lijn geeft aan: ik kan me helemaal vinden in de stelling. Het andere uiterste betekent: ik heb grote moeite met de stelling. Het midden van de lijn wil zeggen: ik heb een vraag bij de stelling. Als iedereen zijn of haar positie op de lijn heeft ingenomen, vraagt de gespreksleider mensen op verschillende plekken om te verduidelijken waarom ze daar staan. Per stelling worden de aandachtspunten op een vel papier geschreven. Die gaat mee naar Route 1.

Stelling nemen 9-30 minuten

1. Ik begrijp waarom het voor onze proefplek belangrijk is om naar God te luisteren door samen de Bijbel te lezen en door samen te bidden.
2. We geven in onze proefplek te weinig aandacht aan bijbellezen en bidden.
3. We moeten oppassen dat we God met dat luisteren door Bijbel en gebed niet voor ons eigen karretje spannen.
4. Ik vind het best lastig om naar God te luisteren via de Bijbel of door gebed.

Reisgids 2 - Het 'hoe' van luisteren door Bijbel en gebed



Doel van de werkvorm

We bespreken welke vormen van luisteren door Bijbel en gebed bij ons passen en we uit willen proberen. Deze werkvorm sluit aan bij Oriëntatie 2 en gaat er dus vanuit dat daarvoor gekozen is.

Tijdpad

Minuten



Benodigheden

- de reisgidsvideo en een apparaat om deze af te spelen
- afhankelijk van de groepsgrootte eventueel een beamer en geluidsbox
- de opbrengst van Oriëntatie 2, met gekozen vormen voor bijbelgebruik en gebed
- pen en papier voor elke deelnemer
- eventueel de tekst van de video (te vinden in het document 'Overige bijlagen' bij dit programma op de website)
- eventueel de [webpagina](#) 'vormen voor luisteren door Bijbel en gebed'

Beschrijving van de werkvorm

Video 0-7 minuten

We bekijken samen een video waarin de basistheorie over luisteren naar God via Bijbel en gebed wordt geïntroduceerd. Tijdens het kijken kunnen we opschrijven wat we belangrijk vinden om vast te houden. In het document 'Overige bijlagen' op de website kunnen we de hele tekst van de video terugvinden.

Bespreking 7-20 minuten

1. We delen met elkaar wat ons het meest opviel in de video. Wat kan dit betekenen voor hoe wij luisteren door Bijbel en gebed?
2. We pakken de opbrengst van Oriëntatie 2 erbij en verdelen onszelf over twee groepjes: een groepje voor de Bijbel en een groepje voor gebed.
3. Bespreek (een aantal van) de vormen die bij Oriëntatie 2 boven zijn komen drijven. Waarmee en hoe moeten we op korte termijn iets gaan doen in ons team?

(Bij deze bespreking kan ook gebruikgemaakt worden van de [webpagina](#) met meerdere 'vormen voor luisteren door Bijbel en gebed')

Presentatie 20-30 minuten

Beide groepjes presenteren aan elkaar welk voorstel ze hebben bedacht voor het hele team. Hierover worden nadere afspraken gemaakt bij 'Route', het volgende programmaonderdeel.



Route

Route 1 - Verder met aandachtspunten voor luisteren door de Bijbel en gebed

Doel van de werkvorm

We bespreken de opbrengst van Reisgids 1 en maken afspraken om een vervolg te geven aan onze conclusies.

Tijdpad

Minuten



Benodigdheden

- de aantekeningen die gemaakt zijn bij Reisgids 1
- een extra vel om vervolgafspraken op vast te leggen of de tool voor het bepalen van een vervolgroute (te vinden op de website)

Beschrijving van de werkvorm

Inleiding 0-1 minuten

Bij Reisgids 1 zijn we aan de hand van stellingen tot aandachtspunten gekomen voor luisteren door de Bijbel en gebed bij onze proefplek. Nu bedenken we wat we de komende tijd concreet gaan doen met één of enkele van deze aandachtspunten.

Bespreking 1-10 minuten

Als we kijken naar onze aandachtspunten, wat vraagt dan om aandacht en prioriteit, en welke concrete afspraken voor vervolgstappen maken we daarover? We beperken ons voor nu tot één of enkele dingen.

Borging 10-20 minuten

We maken onze vervolgafspraken zo concreet mogelijk en schrijven deze op. De tabel voor het bepalen van een vervolgroute kan ons hierbij helpen.



Route 2 - Verder met vormen voor luisteren door de Bijbel en gebed

Doel van de werkvorm

We bespreken de opbrengst van Reisgids 2 en maken afspraken om een vervolg te geven aan onze conclusies.

Tijdpad



Minuten



Benodigheden

- de aantekeningen met aandachtspunten uit Reisgids 2
- eventueel het werkblad 'Manieren om te luisteren in de omgeving' (te vinden in het document 'Overige bijlagen' bij dit programma)
- een extra vel om vervolgafspraken op vast te leggen of de tool voor het bepalen van een vervolgroute (te vinden op de website)

Beschrijving van de werkvorm

Inleiding 0-1 minuten

Bij Reisgids 2 hebben we vormen gekozen voor luisteren door de Bijbel en gebed, die we de komende tijd (meer) in praktijk willen brengen. Nu maken we daar concrete afspraken over.

Bespreking 1-10 minuten

Als we kijken naar onze keuzes, wat vraagt dan om aandacht en prioriteit, en welke concrete afspraken voor vervolgstappen maken we daarover? We beperken ons voor nu tot één of enkele dingen.

Borging 10-20 minuten

We maken onze vervolgafspraken zo concreet mogelijk en schrijven deze op. De tool voor het bepalen van een vervolgroute kan ons hierbij helpen.

Ter afsluiting

We hebben dit verdiepingsprogramma over luisteren naar God door Bijbel en gebed afgerond. Door middel van verschillende werkvormen zijn aandachtspunten duidelijk geworden voor onze proefplek. Nu is het tijd om aan de slag te gaan met de vervolgspraken die we gemaakt hebben.

Na dit verdiepingsprogramma kunnen we, als we dat nog niet hebben gedaan, een verdiepend programma volgen over luisteren naar God in de omgeving. Of (nog een keer) teruggaan naar de basis, met het basisprogramma over vier richtingwijzers. Verder is er een verdiepend artikel geschreven bij dit thema en wellicht volgt er later nog meer materiaal.

Het kan ook zijn dat we eerst een ander kernthema willen oppakken. Het totale overzicht van leermodules, lesprogramma's en andere vormen van ondersteuning voor proefplekken kunnen we vinden op lerenpionieren.nl.



**Protestantse
Kerk**

**Protestantse Kerk in Nederland
in samenwerking met partners**

Postbus 8504, 3503 RM Utrecht

(030) 880 18 80

info@protestantsekerk.nl

protestantsekerk.nl

lerenpionieren.nl/samenwerkingspartners

© oktober 2024

