

## Hoe werkt een gebedswandeling?

Een gebedswandeling in de wijk doe je volgens het principe: je loopt alleen of met z'n tweeën, biddend door de wijk. Je geeft je ogen de kost, en gaat in gedachten of hardop bidden voor wat je ziet. Je zult zien dat God je al wandelende dingen laat zien die je thuis of in de kerk niet ziet. Je kunt de mensen en huizen zegenen.

### Tips om te doen tijdens de wandeling:

1. Lees eerst samen rustig en aandachtig deze tekst

‘Maak u nergens zorgen over, maar bid voor alles. Vertel God al uw problemen en verlangens en vergeet vooral niet Hem te danken voor alles wat Hij doet. Dan zult u de Vrede van God ervaren, een Vrede die ons menselijk besef te boven gaat en die de wacht houdt over uw hart en gedachten, omdat u in Christus Jezus bent.’ *Filippenzen 4: 6,7*

2. Spreek kort een gebed uit.
3. Loop nu de eerste 7 minuten in stilte samen:

Wat voel je, ruik, hoor en zie je? Je stelt je ook open voor wat er in jezelf leeft, in je eigen hart, in je eigen gedachten.

4. Deel vervolgens met elkaar, wat je hebt ervaren tijdens de stilte.

5. Lees daarna, aandachtig en vol rust de volgende Bijbeltekst:

-‘Mijn vrede laat Ik bij u achter.

-Die vrede is heel anders dan die van de wereld.

-Wees dus nooit meer bang of ongerust.’ *Johannes 14: 27*

6. Verdeel deze tekst in 3 zinnen en leer de zinnen uit je hoofd. Spreek de tekst, om en om, rustig uit in de straten waar je loopt.

*Herhaal dit net zo lang totdat je begrijpt wat je zegt en je door wilt gaan naar stap 7.*

7. Bid voor de mensen, huizen en straten waar je langs loopt. Zegen ze.

Einde van de wandeling