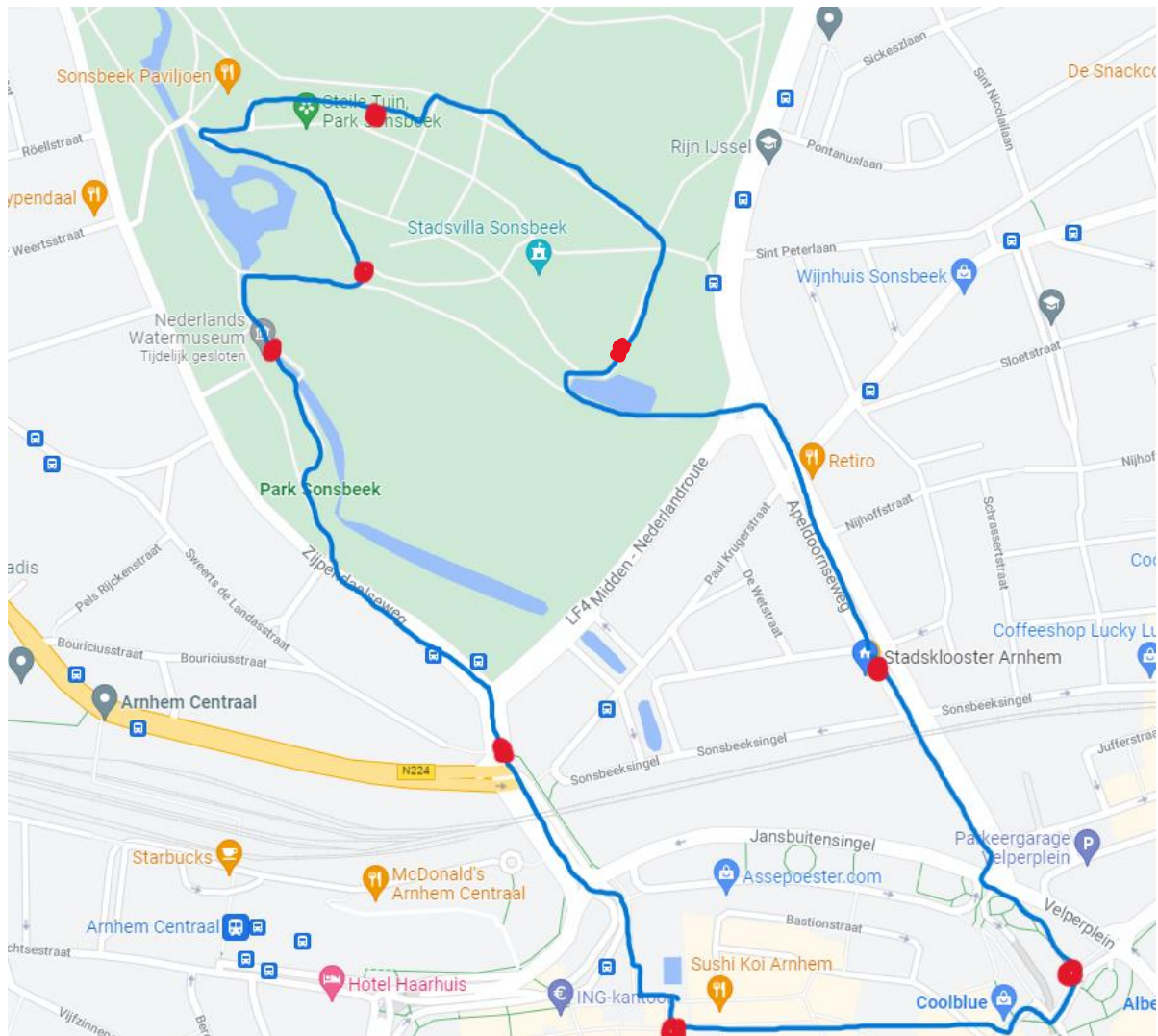


Gebedswandeling – week van gebed

Geef ons de wil te delen en de gemeenschap te dienen.



In deze wandeling loop je in een klein groepje door Sonsbeek en door de stad. Dit doe je in stilte, al biddend. We lopen naar Sonsbeek in alle stilte, volg deze route in grote lijnen zodat je langs de rode punten komt. We beginnen met naar binnen keren: wat leeft en speelt er bij jou? Om zo met vernieuwde moed te kunnen bidden voor anderen. Bij de rode punten sta je even stil, vaak zijn het plekken waar je zicht hebt op iets, neem de tijd te kijken, je zintuigen te openen:

- Voel de grond onder je voeten, je adem bewegen in je lijf, de wind door je haren, de kou op je huid.
- Kijk – wat en wie zie je?
- Luister- welke geluiden hoor je?
- Ruik – welke geuren geeft deze plek?

Na een moment van stilte leest een van jullie de tekst bij deze plek.

1. Op een rustige plek bij de ingang van het park.

Neem een moment om hier te zijn, te voelen, kijken, luisteren en ruiken

Iemand leest:

Je bent in Sonsbeek, neem dit moment van de wandeling de tijd om stil te worden, te vertragen. Je hebt een moment stil gestaan, je ziet waar je bent, je voeten op de grond gevoeld. Neem de komende minuten de tijd om verder te vertragen en te verstillen. Je looptempo wat naar beneden te brengen, voetje voor voetje te lopen en te ervaren dat je onderweg bent.

*Geef me vandaag
Ademteugen vol van jouw Geest
Ogen vol van schoonheid
Stappen vol van vreugde
Een mond vol van eer aan Jou
En handen vol met niets
Dan alleen het verlangen jouw wil te doen.*

Stephen Cherry

Wat raakt je hierin? Neem deze woorden mee in je wandeling.

2. Steile Tuin – liefst bovenaan

Neem een moment om hier te zijn, te voelen, kijken, luisteren en ruiken

Iemand leest:

Je bent nu in de Steile Tuin. Wat zie je allemaal. Het lijkt nog een doodse toestand, wat kaal en grijs. Winter. En tegelijk gebeurt er onder de grond en onzichtbaarheid veel, wortels die zich versterken, bollen en knoppen die zich onzichtbaar aan het vormen zijn.

*In zijn nabijheid zullen wij leven.
Dan zullen wij Hem kennen,
ernaar jagen om de HEER te kennen.
Even zeker als de dageraad zal Hij komen,
Hij komt naar ons als milde regen,
als de lenteregen die de aarde drenkt.'*

Hosea 6 vers 2b en 3

Wat raakt je hierin? Neem deze woorden mee in je wandeling.

3. Witte Villa – met uitzicht op de stad.

Neem een moment om hier te zijn, te voelen, kijken, luisteren en ruiken

Iemand leest:

Je hebt nu een mooi uitzicht op de stad. Wat zie je allemaal? Kijk al biddend in stilte naar wat je ziet. Torens waar mensen werken, bedrijvigheid rond het station, huizen en winkels. Wat raakt je, waar gaat je gebed naar uit?

*Juich de HEER toe, heel de aarde,
dien de HEER met vreugde,
kom tot Hem met jubelzang.
Erken het: de HEER is God,
Hij heeft ons gemaakt, Hem behoren wij toe,
zijn volk zijn wij, de kudde die Hij weidt.*

Psalm 100 vers 1 – 3

4. Bij het Watermuseum of de Molen

Neem een moment om hier te zijn, te voelen, kijken, luisteren en ruiken

Iemand leest:

Je loopt door een mooi stukje park en ziet mooie plekken die nu gesloten zijn. Het Watermuseum is dicht, de watermolen is dicht en zo zijn andere musea en ontmoetingsplekken gesloten. Bid in stilte voor deze plekken, mensen die hier werken en mensen die hier graag komen en dit nu missen.

5. Onder- bij het viaduct – de stadspoorten- met zicht op de stad

Neem een moment om hier te zijn, te voelen, kijken, luisteren en ruiken

Iemand leest:

We hebben de rust van het park verlaten en zijn nu op een drukke plek in de stad, de stad bruist, je hoort, auto's, treinen, fietsbellen, mensen. Mensen en plekken door God geschapen. Kijk naar de mensen, zie wat er om je heen gebeurt, laat je raken.

*Kom zijn poorten binnen met een loflied,
hef in zijn voorhoven een lofzang aan,
breng Hem hulde, prijs zijn naam:
de HEER is goed,
zijn liefde duurt eeuwig,
zijn trouw van geslacht op geslacht.*

Psalm 100 vers 4-5

6. Jansplein

Neem een moment om hier te zijn, te voelen, kijken, luisteren en ruiken

Iemand leest:

We zijn nu in het bruisende stuk van de stad, winkels, kroegen, mensen die elkaar ontmoeten en shoppen. Wie zie je? Alle leeftijden door elkaar, jongeren, ouderen, nieuwe Nederlanders en mensen die hier al hun hele leven wonen. Mensen die goed ter been zijn en mensen die in hun bewegingsvrijheid beperkt zijn. Vandaag bidden we speciaal voor ouderen en gehandicapten. Zie jij hen hier?

*We belijden dat we vaak een etiket plakken
Op mensen die niet zijn zoals wij
Dat we ons afzijdig houden van wie vreemd is
Terwijl we ons omringen door vrienden
Het spijt ons dat we muren bouwen die ons scheiden
En wij bidden dat u ons een visie geeft
Van deze stad, Arnhem, volkomen verzoend, verlost,
En dat wij met het puin van de muren
Plaatsen bouwen van ontmoeten en tafelen met elkaar.*

Onze waarden bidden – Urban Expression

7. Plein - park voor Musis

Neem een moment om hier te zijn, te voelen, kijken, luisteren en ruiken

Iemand leest:

We hebben door de stad gelopen, mensen gezien, onszelf open gesteld om iets van hen te ervaren, open en zonder oordeel. Op deze plek willen we danken voor de stad, voor alle mooie dingen die we hier zien, kijk maar eens om je heen wat je ziet.

*We danken je voor onze stad Arnhem
De plek waar we wonen, leven en wandelen nu
Deze stad is van jou, met mensen door jou geschapen
Naar jouw beeld, je kijkt vol liefde naar hen
Leen ons jouw blik, jouw luisterend oor
Om te zien wat er leeft, waar we dankbaar voor zijn.
Muis geeft ons muziek, dans en theater
Winkels vol dagelijks brood en veel te veel spullen
De parken in de stad, zelfs het groen hier tussen de stoplichten
De daklozen hier rondlopend, die een spiegel voor ons zijn.*

We danken en bidden voor ieder die we hier zien en waarin we iets van jou ontmoeten.

Loop rustig terug naar Stads klooster Arnhem, we zijn lang stil geweest. Neem nu de gelegenheid de ervaring met elkaar te delen. Wat heeft jou persoonlijk het meest geraakt? Wat heb je ontvangen? Waarvoor blijf je bidden?