

# 24 UUR BIDDEN

VOOR ALPHA - YOUTH

# INHOUDSOPGAVE

Welkom!	<b>3</b>
Wat is 24-7 prayer? & Waarom 24 uur bidden voorafgaand aan Alpha - Youth	<b>4</b>
24 uur non-stop bidden? Hoe pak je dat aan?	<b>5</b>
Gebedsvormen	<b>6</b>
Samen beginnen	<b>7</b>
Gebedsvorm 1: Alles eruit	<b>8</b>
Gebedsvorm 2: Oproep gemist	<b>10</b>
Gebedsvorm 3: Uw stad	<b>12</b>
Gebedsvorm 4: Laat het stoppen	<b>14</b>
Gebedsvorm 5: Ballon bidden	<b>16</b>
Gebedsvorm 6: Zeg het met woorden	<b>18</b>
Gebedsvorm 7: Voor je vijanden	<b>20</b>
Gebedsvorm 8: Ssst	<b>22</b>
Gebedsvorm 9: Bijtanken	<b>24</b>
Gebedsvorm 10: Wees niet bang	<b>28</b>
Gebedsvorm 11: Een voor allen, allen voor Een	<b>30</b>
Gebedsvorm 12: Geschilderd kruis	<b>32</b>
Gebedsvorm 13: DankUwel	<b>34</b>
Gebedsvorm 14: Op je schoenzool	<b>36</b>
Samen eindigen	<b>38</b>

# WELKOM!

Dit materiaal helpt jou en je Alpha - Youth team om 24 uur non-stop te bidden voor jullie Alpha - Youth en natuurlijk al jullie vrienden waarvan je wilt dat ze naar Alpha komen.

Bidden verandert de wereld: dat is te lezen in de Bijbel maar dat weten we ook uit de kerkgeschiedenis en van alle gelovigen die grote opwekkingen meemaakten. Willen we meer van God zien dan moeten we simpelweg meer bidden!

Alpha - Youth en 24-7 Prayer willen je hierbij helpen! Daarom deze tool. Het idee is simpel: je blokt samen met je team 24 uur in jullie agenda's, regelt een plek waar je samen kan bidden, kleedt de ruimte aan met de ideeën die je in deze tool vindt en regelt tot slot 24 mensen (of meer...) die in de gebedsruimte een uur (of meer...) gaan bidden voor jullie Alpha.

Ben jij klaar voor een mooi gebedsavontuur?

**GA ERVOOR!**

# WAT IS 24-7 PRAYER?

24-7 Prayer NL is onderdeel van een internationale gebedsbeweging die mensen in meer dan de helft van alle landen ter wereld helpt om God te ontmoeten en daarnaast betrokken te zijn bij de nood in de wereld.

De 24-7 beweging begon met een simpele gebedsbijeenkomst georganiseerd door studenten die zich plotseling als een virus verspreidde naar meer dan 12.000 locaties en denominaties zoals de Katholieke kerk in Oostenrijk, en van het Leger des Heils in Australië naar vervolgd gemeenschappen in het Midden-Oosten.

Vandaag de dag is 24-7 Prayer een familie van kerken, een bron van allerlei innovatieve gebedsresources en een geboorteplaats van allerlei nieuwe projecten en organisaties zoals 24-7 Ibiza, de 24-7 Academy en Prayer Spaces in Schools. Maar in het hart van de beweging blijft 24-7 een gebedsbijeenkomst die altijd dag en nacht doorgaat op verschillende plekken ter wereld.

Toen jij vannacht lag te tukken ontmoette iemand God in een 24-7 gebedsruimte. Terwijl je dit leest zoekt er iemand naar manieren om zijn gebeden praktisch uit te leven onder de mensen die pijn hebben.

Wat vet dat jij met je Alpha team onderdeel mag zijn van deze beweging! Blok die 24 uur en ga ervoor! Wil je meer weten over 24-7 Prayer? Verhalen lezen over wat er gebeurt als jongeren gaan bidden? Of tips hoe je een gebedsruimte organiseert?

Check dan [www.24-7prayer.nl](http://www.24-7prayer.nl)

---

## Waarom bidden voor Alpha - Youth

Iedere opwekking in de geschiedenis is gestart vanuit een groepje mensen dat begon om trouw en toegewijd te bidden voor hun omgeving. Naast dat we als Alpha - Youth geloven dat het belangrijk is om jouw Alpha praktisch goed te organiseren, geloven we ook dat het belangrijk is om tijd te nemen om te bidden. 'Als de Heer het huis niet bouwt, vergeefs zwoegen de bouwers' staat in psalm 127. We kunnen een Alpha heel goed praktisch voorbereiden, maar als we God niet vragen de Alpha te gebruiken zal het niet slagen.

Begin dus eens met 24 uur bidden voorafgaand aan je Alpha. Bid voor niet christelijke vrienden. Bid voor je stad of dorp. En zie hoe God aan het werk gaat in jouw omgeving!

# 24 UUR NON-STOP BIDDEN; HOE PAK JE DAT AAN?

- 1. Kies een dag**
- 2. Regel een gebedsplek**
- 3. Nodig mensen uit**
- 4. Bouw je gebedsruimte**

## **1. Kies een dag**

Plan de 24 uur van non-stop gebed zo'n twee à drie weken voordat Alpha van start gaat.

## **2. Regel een gebedsplek**

Vind een plek die 24 uur per dag toegankelijk is en waar meerdere mensen tegelijkertijd kunnen bidden. Je wilt geen enorme ruimte waar één persoon komt bidden maar ook geen bezemkast voor tien personen. Mensen hebben gebeden in kerken, tenten, caravans, winkels, vliegtuigen, kelders, slaapkamers en meer.

## **3. Nodig mensen uit**

Nodig met je hele Alpha - Youth team andere jongeren uit jouw kerk, dorp of stad uit om een uurtje te komen bidden in de gebedsruimte. Vergeet daarbij niet iedereen te vertellen waarom je wilt gaan bidden voor Alpha. Wanneer je de gebedsruimte registreert op [www.24-7prayer.com](http://www.24-7prayer.com) krijg je toegang tot een online aanmeldformulier: hartstikke handig! Iedereen kan op die manier van te voren alvast een uurtje boeken in de gebedsruimte: met een groepje of alleen. Daarnaast kun je precies in de gaten houden of alle 24 uur al geboekt zijn. Want het is natuurlijk dé uitdaging dat er ieder uur iemand of een groep zit te bidden in de gebedsruimte.

## **4. Bouw je gebedsruimte**

In deze tool vind je meer dan genoeg ideeën die je kunt gebruiken in de gebedsruimte. Een uurtje bidden is zo voorbij... Kies de vormen waarvan jij denkt dat ze aansluiten bij de mensen die komen bidden.

Zorg ervoor dat de gebedsruimte een plek is waar je lekker kan chillen: regel wat sfeerverlichting (kerstlampjes en lichtslangen werken altijd!), zorg dat je lekker kan zitten op een bank of zitzakken en maak optimaal gebruik van de ruimte: gebruik alle muren, hoeken, grond en plafond.

# **GEBEDS VORMEN**

**JE VINDT HIER 5 VOORBEELDEN  
VAN GEBEDSVORMEN. VOOR HET  
COMPLETE OVERZICHT, KIJK OP**

**[REGISTRATIE.ALPHANEDERLAND.ORG](https://registratie.alphanederland.org)**

# SAMEN BEGINNEN

Het is gaaf om de 24 uur af te trappen met een gezamenlijk gebedsmeeting. Alpha - Youth doe je samen: bidden dus ook! Begin deze dag van gebed dus samen met je team en iedereen die je verder wilt uitnodigen.

Om iedereen actief te betrekken in een gebedsmeeting is het handig om het uur in korte blokjes te verdelen en te focussen op verschillende thema's en gebedspunten. Wissel deze gebedsblokjes af met wat aanbiddingsliederen zodat je de focus op God blijft houden. Wissel ook voldoende af met verschillende gebedsvormen: gebruik stilte, hardop bidden, groepsgebed, persoonlijk gebed, etc. Een gezamenlijk uurtje van gebed kan er als volgt uitzien:

## **00:00 - 00:10 | welkom & visie delen**

Het duurt altijd even voordat iedereen er is. Heet de mensen welkom en leg uit waarvoor jullie gaan bidden de komende 24 uur. Eventueel kun je de laatste uurtjes die nog openstaan per opbod 'verkopen' aan de aanwezigen: het is immers een voorrecht om in de gebedsruimte te zijn!

## **00:10 - 00:20 | worshiptime**

Zing 2 of 3 aanbiddingsliederen. Kies liederen uit die God centraal stellen en gaan over wie Hij is. Bid daarna dat God de komende 24 uur sterk aanwezig mag zijn in de gebedsruimte.

## **00:20 - 00:25 | prayertime: stil**

Tijd voor stilte. Lees *Psalm 46:11* voor en laat iedereen stil worden voor God.

## **00:25 - 00:30 | prayertime: dank**

Nodig mensen uit om hardop God te bedanken voor dingen die ze de afgelopen tijd hebben meegemaakt.

## **00:30 - 00:40 | worshiptime**

Zing 2 of 3 aanbiddingsliederen

## **00:40 - 00:45 | prayertime, 'Uw Koninkrijk kome...'**

Laat mensen een voor een (als ze dat durven) het volgende gebed afmaken: 'Als Jezus volledig zou regeren in deze stad / dit dorp dan zou ....' Voorbeeld: 'Als Jezus volledig zou regeren in deze stad dan zou er geen armoede meer zijn'

## **00:45 - 00:55 | prayertime: blazen**

Doe met zijn allen de gebedsvorm 'Ballon bidden'.

## **00:55 - 01:00 | prayertime: bidden voor anderen**

Bid voor de perso(o)n(en) die na jullie een uurtje gaan bidden.

# GEBEDSVORM 1: ALLES ERUIT

## DOEL

EVEN BEWUST STIL STAAN BIJ HET FEIT DAT JE HET KOMENDE UUR MET GOD GAAT DOORBRENGEN. JE LEEGT JE ZAKKEN EN JE HART EN RICHT JE OP HEM.

## BENODIGDHEDEN

2 OPBERGDOZEN MET DEKSEL, DEURMAT, POST-ITS EN PENNEN.

## VOORBEREIDING

LEG DE MAT VOOR DE DEUR NEER, ZET DE OPBERGDOZEN ERNAAST, KOPIEER WERKBLAD 1 EN HANG DEZE OP DE DEUR



# GEBEDSVORM 'ALLES ERUIT'

## UITVOERING

*'Beter een uur bij Hem te zijn, dan duizend dagen ergens anders'* (Psalm 84:11). Het komende uur ga je chillen met God, de Koning, jouw Papa en degene die naar je luistert. Je gaat bidden voor je Alpha - Youth, je vrienden en je team. Here we go!

### Stap 1

Ga op de deurmat staan. Trek je jas uit, want bij Hem ben je thuis. Doe je schoenen uit, want je betreedt heilige grond. Leeg je zakken, stop ze in de doos, sluit het deksel want Zijn aanwezigheid is genoeg. En wees maar niet bang; je telefoon mag mee naar binnen.

### Stap 2

Pak een pen en wat post-it's. Schrijf alle dingen, gedacht- en, gevoelens en ideeën op die je niet mee wilt nemen naar binnen en stop ze in de andere doos. Sluit het deksel. Weet dat God deze dingen weet. Ze zijn van Hem.

## GEBEDSVORM 2: OPROEP GEMIST

### DOEL

JE BIDT VOOR JE VRIENDEN AAN DE  
HAND VAN JE LOGBESTANDEN OP JE  
TELEFOON.

### BENODIGDHEDEN

KLEIN TAFELTJE.

### VOORBEREIDING

ZET EEN KLEIN TAFELTJE NEER OP  
EEN PLEK DIE JE DIRECT ZIET ALS JE  
DOOR DE DEUR BINNENKOMT.  
KOPIEER WERKBLAD 2 EN HANG DEZE  
BOVEN HET TAFELTJE.

# GEBEDSVORM 'OPROEP GEMIST'

## UITVOERING

'Bij het zien van hun vertrouwen zei Jezus tegen de verlamde: *'Vriend, uw zonden worden u vergeven'* (Marcus 2:5). Een man wordt door zijn vrienden bij Jezus gebracht. Ze dragen hem en wringen zichzelf in allerlei bizarre bochten om hun vriend zo dicht mogelijk bij Jezus te brengen. Hij wordt vergeven omdat zijn vrienden Jezus vertrouwden. Jij mag hetzelfde doen. Jij mag je vrienden ook bij Jezus brengen. Of ze nu ziek zijn. Of ze nu druk zijn. Of ze nu wel of niet geloven. Of ze nu wel of niet naar Alpha - Youth willen komen. Jij mag ze bij Hem brengen, zodat Hij wellicht hetzelfde tegen hen zegt.

### Stap 1

**PAK JE TELEFOON UIT JE  
BROEKZAK. ZET 'M OP STIL. EN  
NEE, CHECK NU NIET DIRECT JE  
FACEBOOK MAAR GA DIRECT  
NAAR JE TELEFOONLIJST.**

### Stap 2

Ga naar je favorieten. Neem de tijd om hen bij Jezus te brengen. Check je logbestanden of je belgeschiedenis. Wie heb je voor het laatst gebeld? Bid voor diegene. Wie heb je voor het laatst geappt? Bid voor diegene. Wie heb je voor het laatst gesmsd? Bid voor diegene. Scroll door je contactgegevens en bid

voor de mensen achter het nummer. Breng je vrienden, breng je contacten bij Jezus. Wring je in allerlei bochten om ze zo dichtbij mogelijk bij Hem te brengen.

### Stap 3

Laat je telefoon achter op het tafeltje. Die heb je nu echt niet meer nodig.

## GEBEDSVORM 3: UW STAD

### DOEL

JE BENT JE BEWUST VAN DE PLEK WAAR JE ALPHA - YOUTH GAAT DRAAIEN. JE BIDT VOOR JE STAD/DORP EN VOOR DE MENSEN DIE ER WONEN.

### BENODIGDHEDEN

KOOP BIJ HET PLAATSELIJK VVV KANTOOR EEN ZO GROOT MOGELIJKE PLATTEGROND VAN DE PLEK WAAR JULLIE ALPHA - YOUTH GAAT DRAAIEN. OF PRINT VIA GOOGLE MAPS EEN ZO GROOT MOGELIJKE PLATTEGROND UIT. ZORG VOOR EEN LAPTOP MET BOXEN WAAR HET NUMMER VAN GOD OF THIS CITY VAN CHRIS TOMLIN OP STAAT. ZORG OOK VOOR PENNEN EN STIFTEN.

### VOORBEREIDING

HANG DE PLATTEGROND OP DE MUUR. LEG DE PENNEN EN STIFTEN ERONDER. ZET DE COMPUTER ZO KLAAR DAT JE ALLEEN OP PLAY HOEFT TE DRUKKEN. KOPIEER WERKBLAD 3 EN HANG DEZE NAAST DE PLATTEGROND.

# GEBEDSVORM 'UW STAD'

## **Uitvoering**

'You're the God of this city. You're the King of these people' (Chris Tomlin). God is de God van de plek waar jouw Alpha - Youth gaat draaien. God is de God van jouw stad, van jouw dorp. God is de God van de mensen die wonen in de huizen in de straten op de plattegrond. Hij is hun God.

## **Stap 1**

Druk op play en zet het nummer van Chris Tomlin zo hard mogelijk aan.

## **Stap 2**

Ga voor de plattegrond staan. Kijk er goed naar. Zing het lied mee terwijl je naar de plattegrond kijkt en bid. Bid voor de straat waar je woont, voor de mensen die er wonen. Bid voor de winkeliers, voor de mensen die spullen kopen. Bid voor de voetbalvereniging, voor je vrienden die daar spelen. Bid voor de scholen, voor de leraren en voor het onderwijs wat jullie ontvangen. Bid voor de kroeg, voor de ontmoetingen die daar plaatsvinden. Bid voor de kerk, dat ze nooit vergeet dat het een plek van hoop voor het dorp, de stad, de wereld is. Bid voor de huizen waar je vrienden wonen. Bid voor de straten waar je liever niet wil lopen 's avonds. Bid voor de burgemeester, de politie agenten, de daklozen, de discotheek.

## **Stap 3**

Kras de straten door waar je voor bidt, zet rondjes om de plekken waar je voor bidt, zet pijltjes bij huizen van je vrienden. Maak op de plattegrond duidelijk voor wie en wat jij gebeden hebt.

## **Stap 4**

Zorg ervoor dat het nummer op de laptop weer zo staat dat degene na jou alleen maar op play hoeft te drukken.



werkblad

## GEBEDSVORM 4: LAAT HET STOPPEN

### DOEL

JE DENKT NA OVER HET ONRECHT IN JE DORP OF STAD EN JE BIDT DAT GOD ZIJN WIL ZAL LATEN GEBEUREN.

### BENODIGDHEDEN

ZORG VOOR OUDE ROLLEN BEHANG, VERF, TEILTJE MET WATER, KEUKENROL EN OUDE THEEDOEKEN.

### VOORBEREIDING

HANG HET BEHANG OP IN DE BUURT VAN DE PLATTEGROND. ZET DE VERF KLAAR EN ZORG ERVOOR DAT HET TEILTJE EN DE OUDE THEEDOEKEN IN DE BUURT LIGGEN. KOPIEER WERKBLAD 4 EN HANG DEZE NAAST HET BEHANG.

# GEBEDSVORM 'LAAT HET STOPPEN'

## **Uitvoering**

'We're calling out on our knees  
Desperate Lord, for You to be  
In our cities, in our streets  
Lifted high for all to see  
We won't stay silent anymore'  
(Tim Hughes).

Er gebeuren ook in jouw stad, in jouw dorp een boel dingen die tegen Gods wil in gaan. Er is zonde, er is ellende, er is gebrokenheid. Dat is er in het leven van jouw vrienden, van de jongeren die naar Alpha - Youth gaan komen, van de mensen die jij kent. Hun pijn, hun gebrokenheid is echt en Jezus' aanwezigheid in die gebrokenheid en in die pijn is ook echt. Jij hoeft niet langer stil te zijn, jij mag niet langer stil zijn. Het is tijd om te bidden dat Gods wil gedaan gaat worden.

## **Stap 1**

Doop je hand in de verf en maak een handafdruk op het behang. Maak je handen schoon.

## **Stap 2**

Kijk naar je eigen hand op het behang en denk na over de dingen waar jij tegen bent. Van welke dingen wil jij dat ze stoppen? Welke dingen gebeuren er in jouw stad, op jouw school, in jouw sport team die onrechtvaardig zijn? Welke pijn, ellende en gebrokenheid zie je in het leven van jouw vrienden? Schrijf die dingen in en om je hand op het behang.

## **Stap 3**

Vertel die dingen tegen God. Doe dit hardop. En vraag Hem of Hij alsjeblieft recht wil doen.



## GEBEDSVORM 5: BALLON BIDDEN

### DOEL

JE MAAKT ZICHTBAAR VOOR WELKE VRIENDEN, POTENTIELE DEELNEMERS, MENSEN JE BIDT EN BLAAST HEN ZIJN LEVEN IN.

### BENODIGDHEDEN

ZORG VOOR EEN HELEBOEL VERSCHILLENDE KLEUREN BALLONNEN EN EEN PAAR WATERVASTE STIFTEN.

### VOORBEREIDING

LEG DE BALLONNEN EN DE STIFTEN IN EEN HOEK VAN DE KAMER, ZORG ERVOOR DAT JE DAAR BEHOORLIJK WAT RUIMTE HEBT; GENOEG OM DE OPGEBLAZEN BALLONNEN EEN BEETJE BIJ ELKAAR TE HOUDEN. KOPIEER WERKBLAD 5 EN HANG DEZE OP IN DE HOEK.



# GEBEDSVORM 'BALLON BIDDEN'

## Uitvoering

*'En Hij blies hem de levensadem in de neus. Zo werd de mens een levend wezen'*  
(Genesis 2:7).

God blies zijn Geest in ons. In jou. Daarom ga jij ook blazen!

## Stap 1

**PAK EEN BALLON, BEDENK WIE VAN JOUW VRIENDEN ZIJN LEVENSADEM NODIG HEEFT, BLAAS DE BALLON OP TERWIJL JE VOOR DIE VRIEND BIDT, KNOOP DE BALLON DICT EN SCHRIJF ZIJN NAAM OP DE BALLON.**

## Stap 2

Herhaal stap 1. Doe dit voor minimaal 3 vrienden, potentiële deelnemers of iemand anders.

## Stap 3

**LAAT DE OPGEBLAZEN BALLON ACHTER IN DE HOEK VAN DE RUIMTE.**

## GEBEDSVORM 6: ZEG HET MET WOORDEN

### DOEL

JE SCHRIJFT EEN TOF, LEUK, LIEF, BEMOEDIGEND KAARTJE AAN EEN VAN JE VRIENDEN.

### BENODIGDHEDEN

KAARTJES, PENNEN, KNIJPERS, WASLIJN, BIJBEL.

### VOORBEREIDING

KOOP VIA MARKTPLAATS EEN PARTIJ BOOMERANG-KAARTEN OF KOOP VEEL KAARTEN BIJ DE HEMA, ACTION OF DE BOEKHANDEL. SPAN EEN WASLIJN DOOR DE RUIMTE EN LEG DE KNIJPERS EN PENNEN BIJ DE KAARTEN NEER. KOPIEER WERKBLAD 6 EN LEG DEZE OOK BIJ DE KNIJPERS EN PENNEN NEER.

# GEBEDSVORM 'ZEG HET MET WOORDEN'

## **Uitvoering**

*'Een vriendelijk woord weet zelfs het hardste hart te vermurwen'* (Spreuken 25:15). Jouw woorden hebben kracht. Jouw woorden hebben impact. Jouw vriendelijke woorden kunnen een hard hart weer zacht maken. Hoe cool is dat? Hoe cool is het dat je nu gewoon een kaartje kunt schrijven aan een van je vrienden? Gewoon om ze te vertellen wat jij tof vindt aan hem/haar? Om gewoon even een hart onder de riem te steken? Gewoon om een bemoedigende Bijbeltekst te sturen? Gewoon om hem/haar uit te nodigen voor de komende Alpha - Youth?

## **Stap 1**

Bid en vraag God aan wie jij een kaartje mag sturen. Stuur je kaartje aan de eerste persoon waar je aan denkt.

## **Stap 2**

Zoek een kaartje uit, pak een pen, pak eventueel de Bijbel en vraag God wat je mag schrijven aan diegene.

## **Stap 3**

Schrijf iets tofs, iets liefs, iets bemoedigends op het kaartje.

## **Stap 4**

Hang het kaartje met de knijper aan de waslijn. Aan het einde van de 24/1 gebed, bespreken jullie met elkaar of en wie de kaartjes opstuurt.

werkblad

## GEBEDSVORM 7: VOOR JE VIJANDEN

### DOEL

JE BIDT VOOR JE EIGEN VOORoorDELEN  
RICHTING POTENTIELE DEELNEMERS EN  
VOOR DE JONGEREN DIE JE EIGENLIJK  
HELEMAAL NIET OP DE CURSUS ZOU WILLEN  
ZIEN.

### BENODIGDHEDEN

PAPIERVERSNIPPERAAR OF PRULLENBAK,  
BRIEFJES, PENNEN, KUSSEN.

### VOORBEREIDING

LEG HET KUSSEN VOOR DE  
PAPIERVERSNIPPERAAR OF PRULLENBAK  
NEER, LEG DE BRIEFJES EN PENNEN DAARBIJ  
KLAAR. KOPIEER WERKBLAD 7 EN HANG  
DEZE OP DE PAPIERVERSNIPPERAAR OF  
PRULLENBAK.

# GEBEDSVORM 'VOOR JE VIJANDEN'

## UITVOERING

***'Heb uw vijanden lief. Als de mensen u haten, wees dan goed voor hen. Als de mensen u vervloeken, vraag God dan of Hij goed voor hen wil zijn. Als de mensen u pijn doen, bid dan dat zij gelukkig mogen worden' (Lucas 6:27-28).***

Dat is wat je nu gaat doen. Niet omdat het makkelijk is, maar omdat het is wat Jezus van je vraagt.

### Stap 1

Denk aan de jongeren waar je boos op bent, denk aan de jongeren die je echt niet op Alpha-Youth wil zien, denk aan de potentiële deelnemers die je liever ziet gaan dan komen. Denk aan hen. Zie hen voor je.

### Stap 2

Schrijf hun naam op de papiertjes. Haal ze door de papier versnipperaar of scheur ze in kleine stukjes en gooi de stukjes in de prullenbak.

### Stap 3

Bid voor hen en vraag God of Hij goed voor hen wil zijn. Of Hij zichzelf wil laten zien. Of Hij zijn liefdevolle armen naar hen wil uitstrekken. Bid voor jezelf en vraag God of je met Zijn ogen naar hen mag kijken. Vraag hem of Hij zichzelf aan jou wil laten zien. Of Hij zijn liefdevolle armen naar jou wil uitstrekken.

## GEBEDSVORM 8: SSSST

### DOEL

JE WORDT EVEN HELEMAAL STIL ZODAT  
JE KUNT LUISTEREN NAAR HEM.

### BENODIGDHEDEN

ZORG VOOR GOEDE OORDOPJES,  
OORWARMERS OF EEN KOPTELEFOON  
ZONDER MUZIEK. EEN LEKKERE STOEL  
OF ZITZAK IS FIJN. ZORG OOK VOOR PEN,  
PAPIER EN EEN KOOKWEKKER.

### VOORBEREIDING

MAAK EEN RELAXT PLEKJE IN DE  
RUIMTE WAAR WEINIG PRIKKELS ZIJN.  
LEG DE OORDOPJES, OORWARMERS OF  
KOPTELEFOON, PEN EN PAPIER GOED  
ZICHTBAAR NEER. KOPIEER WERKBLAD 8  
EN LEG DIE DAAR OOK BIJ.

# GEBEDSVORM 'SSSST'

## Uitvoering

'Wees stil en weet dat ik God ben' (Psalm 46:11). 'Mijn ziel, keer u stil tot God, want van Hem is mijn verwachting' (Psalm 62:6). Je bent nu al even bezig om te bidden voor je vrienden en God dingen te vragen. Nu mag je even uitiem relaxen en even dichtbij Hem zijn. Zonder dat je van alles moet. Zonder dat je voor iets of iemand bidt. Gewoon even stil zijn en weten dat Hij God is. Dat Hij op dit moment, hier en nu, er is. Bij jou. Voor jou. In jou.

## Stap 1

Ga zitten op een manier waarop je kunt ontspannen.

## Stap 2

Zet de kookwekker op minimaal 5 minuten. Als hij afgaat mag je nog blijven zitten, probeer alleen niet eerder te stoppen.

## Stap 3

Doe je oordoppen in, zet je oorwarmers of koptelefoon op.

## Stap 4

Wees stil. Schrijf alle dingen op waar je aan moet denken; van je repetitie Duits, tot je kamer die je schoon moet maken, tot aan waar je trek in hebt. Schrijf 't op.

## Stap 5

Wees stil en weet dat Hij God is. Zeg tegen God dat je graag naar Hem wil luisteren. Zeg tegen Hem dat je het van Hem verwacht.

## Stap 6

**WEES STIL.**

## Stap 7

Misschien moet je aan iets denken wat God tegen je wil zeggen, misschien ook niet. Beide is prima. Moet je wel aan iets denken, schrijf het dan even op een briefje en stop die in je broekzak, zodat je het niet vergeet.

## GEBEDSVORM 9: BIJTANKEN

### DOEL

JE LAAT JE VULLEN DOOR  
ZIJN GEEST.

### BENODIGDHEDEN

VOLDOENDE  
ENERGY DRANK.

### VOORBEREIDING

ZET DE BLIKJES ENERGY  
DRANK NEER, KOPIEER  
WERKBLAD 9 EN  
WERKBLAD 10 EN HANG  
DEZE OP.



# GEBEDSVORM 'BIJTANKEN'

## Uitvoering

'Bedrink u niet, want dat leidt tot uitpattingen, maar laat de Geest u vervullen' (Efeziërs 5:18).

Tijd om even wat te drinken. Tijd om je te laten vullen door Zijn Geest. God wil Zijn Geest aan jou geven, dat belooft Hij. Zijn Geest troost je, leidt je, bidt voor je en zorgt ervoor dat jij kunt zeggen dat Jezus Heer is en God jouw Papa. De Geest geneest, geeft gaven en zorgt ervoor dat je al iets van Gods Koninkrijk mag en kunt ervaren. Gods Geest is power. Je krijgt er vleugels van. Dat is nogal wat! En weet je wat pas echt te gek is? Diezelfde Geest wil jou nu vullen en jou geven wat je nodig hebt!

## Stap 1

Pak een blikje energy drank, maak het open en geniet van de zoete lucht die je tegemoet komt. Wacht nog even met een slok nemen.

## Stap 2

Lees eerst de Bijbelteksten over Gods Geest.

## Stap 3

Vraag God of Hij je (opnieuw) wil vullen met Zijn Geest. Kom Heilige Geest kom.

## Stap 4

Neem een slok en geniet van je energy drank en het feit dat Zijn Geest in je is.

## Stap 5

Bedank God dat Hij altijd zijn Geest geeft aan wie erom vragen (Lukas 11:13)

# GEBEDSVORM 9 : BIJTANKEN

## **Uitvoering**

*'Daarom zeg ik jullie: vraag en er zal je gegeven worden, zoek en je zult vinden, klop en er zal voor je worden opgedaan. Want wie vraagt ontvangt, en wie zoekt vindt, en voor wie klopt zal worden opgedaan. Welke vader onder jullie zou zijn kind, als het om een vis vraagt, in plaats van een vis een slang geven? Of een schorpioen, als het om een ei vraagt? Als jullie dus, ook al zijn jullie slecht, je kinderen al goede gaven schenken, hoeveel te meer zal de Vader in de hemel dan niet de heilige Geest geven aan wie hem erom vragen.'* (Lukas 11:9-13)

*'...en de Geest en de bruid zeggen: Kom!'* (Openbaringen 22:17)

*'De Geest heeft u kinderen van God gemaakt en door die Geest roepen wij tot God: Abba, Vader!'* (Romeinen 8: 15)

*'Wanneer de Geest van de waarheid komt, zal hij jullie de weg wijzen naar de volle waarheid.'* (Johannes 16:13)

*'Maar ons heeft God het onthuld door de Geest. Want de Geest doorgrondt alles, ook de diepste geheimen van God.'* (1 Korintiërs 2: 10-16)

*'Want het koninkrijk van God is geen zaak van woorden, maar van kracht.'* (1 Korintiërs 4:20)

*'Wanneer de heilige Geest over jullie komt, zul je kracht krijgen.'* (Handelingen 1:8)

*'Dat uw hoop op hem steeds groter wordt, door de kracht van de heilige Geest.'* (Romeinen 15:13)

*'Want Hij die God gezonden heeft, die spreekt de woorden Gods, want Hij geeft de Geest niet met mate.'* (Johannes 3:34)

*'De Geest van de Heer rust op Mij.'* (Lukas 4:18)



## GEBEDSVORM 10: WEES NIET BANG

### DOEL

JE BRENGT JE EIGEN ANGSTEN MET  
BETREKKING TOT ALPHA - YOUTH EN  
ALLES WAT DAARMEE SAMENHANGT  
BIJ GOD.

### BENODIGDHEDEN

ENVELOPPEN, PENNEN EN PAPIER.

### VOORBEREIDING

ALS JE EEN TAFEL IN DE RUIMTE  
HEBT STAAN, LEG JE DE ENVELOPPEN,  
PENNEN EN PAPIER DAAR KLAAR.  
ANDERS ZOEK JE EEN ANDER PLEKJE  
IN DE RUIMTE. KOPIEER WERKBLAD 11  
EN LEG DEZE OP TAFEL NEER.

# GEBEDSVORM 'WEES NIET BANG'

## Uitvoering

*'Wees niet bang, want ik ben bij je, vrees niet, want ik ben je God. Ik zal je sterken, ik zal je helpen, je steunen met mijn onoverwinnelijke rechterhand' (Jesaja 41:10).*

Er staat 365 keer in de Bijbel dat je niet bang hoeft te zijn; voor elke dag één keer. Dat betekent echter niet dat dingen niet spannend of eng zijn! Misschien zie jij wel enorm op tegen het leiden van een groepje, om een gesprek aan te knopen, om echt te luisteren, om te vertellen waarom jij eigenlijk gelooft, om een praatje te houden, om hardop te bidden voor anderen, om ervoor te zorgen dat er elke week weer eten is. God zegt tegen je: Wees niet bang, want ik ben bij je, vrees niet, want ik ben je God. Ik zal je sterken, ik zal je helpen, je steunen met mijn onoverwinnelijke rechterhand!

### Stap 1

Pak pen en papier.

### Stap 2

Schrijf al je angsten op die te maken hebben met Alpha - Youth. Vertel tegen God waarom je bang bent voor deze dingen. Stop ze in een envelop.

### Stap 3

Bewaar de envelop in je broekzak of in je Bijbel. Spreek met elkaar af om aan het einde van de Alpha - Youth te kijken hoe God met jouw angsten omgegaan is.



werkblad

## GEBEDSVORM 11: EEN VOOR ALLEN, ALLEN VOOR EEN

### DOEL

JE BRENGT JE TEAMLEDEN VOOR ZIJN  
TROON.

### BENODIGDHEDEN

ZORG VOOR EEN FOTO VAN ELK  
TEAMLID; KOPIEER HUN PROFIELFOTO VAN  
FACEBOOK EN PRINT DEZE OP A4 UIT.  
MOCHT DIT NIET LUKKEN, VRAAG DAN  
OF IEDEEREEN EEN FOTO VAN ZICHZELF  
MEENEEMT. MOCHT DIT OOK NIET  
LUKKEN, SCHRIJF DAN DE NAMEN VAN  
ALLE TEAMLEDEN OP EEN LOS A4-TJE.

### VOORBEREIDING

HANG DE FOTOS OP, KOPIEER WERKBLAD 12  
EN HANG DEZE BIJ DE FOTOS.

# GEBEDSVORM 'EEN VOOR ALLEN, ALLEN VOOR EEN'

## **Uitvoering**

*'Aan jullie liefde voor elkaar, zal iedereen zien dat jullie mijn leerlingen zijn'* (Johannes 13:35). Hoe jullie als team met elkaar omgaan, hoe jullie omgaan met teleurstelling, hoe jullie omgaan met irritaties, hoe jullie laten zien dat je elkaar tof vindt; daaraan zullen de deelnemers zien dat jullie Zijn leerlingen zijn. Blijf dus voor elkaar bidden!

## **Stap 1**

Ga voor de foto's van je teamleden staan.

## **Stap 2**

Kijk naar de eerste foto en bid voor diegene. Breng diegene bij God (Ik kom bij u met (naam) en ik bid voor hem/haar). Kijk naar de tweede foto en bid voor diegene. Breng diegene bij God. Kijk naar de derde foto. Enzovoorts.

## **Stap 3**

**Bid voor jullie team;  
dat aan jullie liefde  
voor elkaar,  
deelnemers inderdaad  
zullen zien dat jullie  
Zijn leerlingen  
zijn.**

## GEBEDSVORM 12: GESCHILDERD KRUIS

### DOEL

IEDEREEN MAAKT EEN SCHILDERIJTJE,  
SAMEN MAKEN JULLIE EEN KRUIS.

### BENODIGDHEDEN

KOOP KLEINE SCHILDERIJTJES MINIMAAL  
10, VERF EN KWASTEN ACTION,  
XENOS, ZORG OOK VOOR KEUKENROL,  
VUILNISZAKKEN, EEN TEILTJE MET  
WATER EN OUDE THEEDOEKEN.

### VOORBEREIDING

LEG DE SCHILDESPULLEN KLAAR, KNIP  
DE VUILNISZAKKEN OPEN EN SPREID  
DEZE OVER DE GROND; HIER KUNNEN DE  
SCHILDERIJTJES LIGGEN OM TE DROGEN.  
KOPIEER WERKBLAD 13 EN HANG  
DEZE OP.



# GEBEDSVORM 'GESCHILDERD KRUIS'

## Uitvoering

*'Maar ik, ik wil me op niets anders laten voorstaan dat het kruis van Jezus Christus, onze Heer, waardoor de wereld voor mij is gekruisigd en ik voor de wereld' (Galaten 6:14).* Dit is waar jullie Alpha - Youth om draait; het draait om het kruis van Jezus Christus. Jij mag, samen met je team, jongeren vertellen dat Jezus voor hen stierf zodat zij kunnen leven. Jij mag, samen je team, iedere keer opnieuw terug naar de voet van kruis om nieuwe kracht te ontvangen. Jij mag zelf keer op keer kijken naar het kruis om te ontdekken wie je bent. Om niet te vergeten dat het hierom draait en dat jullie het samen doen, maken jullie allemaal een klein stukje van het kruis. Hoe tof is om straks op je Alpha - Youth een kruis te hebben waar jullie verlangen voor Alpha - Youth van af spat!

## STAP 1

**BEDENK WAT JOUW GROOTSTE VERLANGEN IS VOOR DEZE ALPHA - YOUTH.**

## STAP 2

**PAK EEN SCHILDERIJTJE EN GA LOS! VERF IN KLEUREN, BEELDEN, WOORDEN OF SYMBOLEN JOUW GROOTSTE VERLANGEN.**

## STAP 3

**SPOEL DE KWASTEN UIT, WAS JE HANDEN EN LEG JE SCHILDERIJTJE TE DROGEN OP DE VUILNISZAKKEN.**

## GEBEDSVORM 13: DANKUWEL

### DOEL

JE MAAKT GOD GROOT  
DOOR HEM TE BEDANKEN  
VOOR WIE HIJ IS.

### BENODIGDHEDEN

OUDE BEHANGROLLEN  
EN STIFTEN.

### VOORBEREIDING

HANG DE BEHANGROL OP,  
LEG DE STIFTEN NEER,  
KOPIEER WERKBLAD 14 EN  
HANG DEZE BIJ DE  
BEHANGROL.

# GEBEDSVORM 13 : DANKEWEL

## **Uitvoering**

*'Prijns de Heer, al zinn schepselen, prijs Hem, overal in Zijn rijk. Prijns de Heer, mijn ziel'* (Psalm 103:22). Het afgelopen uur heb je op allerlei manieren gebeden voor je vrienden, je team, jullie Alpha - Youth en voor jezelf. Nu je uur er bijna op zit is het tijd om God groot te maken en Hem te bedanken voor wie Hij is.

## **Stap 1**

Ga voor het behang staan en maak God groot door op schrijven wie Hij voor jou is, waar je dankbaar voor bent en wat je het afgelopen uur van Hem ontvangen hebt.

## **Stap 2**

Lees alles nog eens door en lees hardop wat er staat. Bedank God op jouw manier.

**'PRIJS DE HEER,  
AL ZIJN SCHEPSELEN,  
PRIJS HEM,  
OVERAL IN ZIJN RIJK.  
PRIJS DE HEER,  
MIJN ZIEL.'**

**PSALM 103:22**

# GEBEDSVORM 14: OP JE SCHOENZOO

## DOEL

JE SCHRIJFT DE NAMEN  
VAN JE VRIENDEN  
OP JE SCHOENZOO,  
ZODAT JE  
HEN NIET VERGEET.

## BENODIGDHEDEN

ZORG VOOR PENNEN.

## VOORBEREIDING

LEG DE PENNEN BIJ  
DE DEUR NEER, KOPIEER  
WERKBLAD 15 EN HANG  
DEZE OP DE DEUR.

# GEBEDSVORM 14 : OP JE SCHOENZOOAL

## **Uitvoering**

'Toen antwoordde God: Ik ben die er zijn zal' (Exodus 3:14). Dit is wie God is. Dit is de God dat je net bedankt hebt. Dit is hoe Hij zich bekend maakt; Ik ben die er zijn zal. God is. God is hier. God is daar. God gaat met je mee wanneer je deze ruimte weer verlaat. Hij is jouw God en de God van je vrienden of ze hem nu wel of niet kennen. Hij is de God van Alpha - Youth. Hij is de God van jullie team. Hij is de God die van jou houdt. Hij is de God die is en zal zijn. Hij is er. God vergeet jou niet. Hij vergeet jouw gebeden niet. Hij laat niet los. Hij gaat met je mee.

---

## **Stap 1**

Schrijf een naam, of namen, van je vrienden onderop je schoenzool.

---

## **Stap 2**

Bid voor hen.

---

## **Stap 3**

Weet dat, wanneer je de deur uitstapt, God met je mee gaat. Weet dat de namen op je schoenzolen zullen vervagen, maar dat God hun namen niet vergeet. Hij is met hen bezig. Hij is bezig met jou. Hij is en Hij zal zijn.

## SAMEN EINDIGEN

Wanneer je de 24-7 gebedsruimte eindigt, is het belangrijk je af te vragen: wat heeft God gezegd en gedaan? Zorg dat je de gebeden op de muren, ballonnen, briefjes, etc leest en maak foto's als het kan.

Een 24-7 gebedsruimte is een geweldige manier om te zien wat er leeft in het hart en de gedachten van de mensen die gebeden hebben en wat God gesproken heeft.

Neem daarom, nadat het laatste uurtje is gebeden, samen met het Alpha - Youth team een half uur de tijd om te evalueren en God te bedanken. Dit half uurtje kan er bijvoorbeeld zo uitzien: Neem de tijd om rustig eens alle gebeden te lezen en dank God voor wat Hij heeft gedaan in de ruimte.

Neem de tijd om met elkaar te delen hoe je de tijd met God in de gebedsruimte hebt ervaren. Verzamel al deze feedback en stuur het op naar [info@24-7prayer.nl](mailto:info@24-7prayer.nl). Zo kunnen wij en anderen meegenieten van jullie ervaringen.

Neem de laatste 5 minuten de tijd om te praten over wat er gebeurd is in de ruimte: heeft God richting of aanwijzingen gegeven voor jullie Alpha - Youth?

Zijn er belangrijke Bijbelgedeelten, woorden of aanwijzingen naar boven gekomen? Hoe kunnen jullie reageren op wat God heeft gezegd en gedaan?

**Sluit af met het gezamenlijk bidden van het 'Onze Vader'.**



HALLOWED  
BE THY NAME