**Groeigroepmateriaal** voor het jaarthema **'Hart op de tong'** over de Psalmen.

Gespreksvragen bij **Psalm 62-63** naar aanleiding van preek 13 op 24-03-2019.

A. Inleidingsvragen bij het thema 'Stilte en Rust'.

1. In een wereld vol verandering en stress zoeken we rust bij de Heer.

Hoe relevant is dat thema voor jou?

Heb je genoeg stilte in je hart en leven of zou je het wel meer willen ervaren?

2. Op welke manieren ontspan je het beste? Mensen verschillen daarin.

Wat helpt jou om minder gestrest en meer relaxed te zijn in je alledaagse leven?

B. Gespreksvragen bij Psalm 62-63. (NB. Niet alles hoeft persé besproken te worden.)

**Over Psalm 62 en 63:**

3. Psalm 62 en 63 zijn beiden gebeden waarin de schrijver bewust stilstaat bij God.

Lees deze psalmen samen hardop. Lees ze dan zelf nog eens in stilte en denk er een paar minuten over na. Kies een gedachte waarmee je de anderen wilt bemoedigen. Deel dat met elkaar.

4. Wat zeggen deze psalmen over wie God is voor de dichter?

Benoem de namen of kenmerken van God die hij noemt. Wat spreekt je het meeste daarin aan?

5. David benoemt hier ook zaken die zijn geloof bedreigen (vs 4-5) of ondermijnen (vs 10-11).

Wat zijn de factoren die vandaag in onze levens zo werken? Hoe verzet je je ertegen?

6. Wij leven in één van de rijkste en gelukkigste landen op aarde. Toch ervaren veel mensen druk en stress. Hoe komt dat? Worden ons in Psalm 62 wegen aangereikt om eraan te ontkomen?

7. Jezus trok zich vaak terug op eenzame plaatsen om te bidden, juist ook voorafgaand aan belangrijke momenten bv. in Getsemané. In Matt. 6: 5-6 moedigt hij ons ook hierin aan.

Wat belemmert ons om dit gebod van onze Heer te gehoorzamen?

8. Welke rol spelen stilte en rust in deze gebeden? Hoe kunnen wij dat meer zoeken, in ons eigen persoonlijk leven en in onze gezamenlijke diensten? Zijn we er bang voor? Verlang je ernaar?

C. Afsluiting.

9. Wanneer je een kernvers zou moeten kiezen in Psalm 62-63, wat zou dat vers voor jou zijn?

Leg elkaar uit waarom. Hoe komt het dat we meestal niet allemaal hetzelfde kiezen?

10. Lees tenslotte samen het gebed uit Psalm 63 nog eens hardop.

Wees dan weer even stil en kies een zin uit deze psalm die je zelf wilt gebruiken in een gezamenlijk slotgebed. Sluit je bijeenkomst af met een kringgebed waarbij ieder een kort gebed uitspreekt. Wie dat niet kan of wil zegt simpelweg 'Amen' terwijl je de kring rondgaat.