

BIJ U SCHUIL IK,  
u bent mijn schild,  
in uw woord  
stel ik mijn hoop.

PSALM 119:114



# INLEIDING

Laten we eerlijk zijn: het is niet zo eenvoudig om regelmatig uit de Bijbel te lezen en te bidden. Onze volle agenda's, alle taken en verantwoordelijkheden leiden ons af van onze stille momenten met God. Wat dacht je trouwens van onze gedachten die overal en nergens zijn? We lezen of horen iets wat ons misschien best raakt, maar onze gedachten dwalen al snel weer af. Of de eerstvolgende gebeurtenis, ontmoeting of emotie die voorbijkomt, doet je vergeten wat je net ontdekte in een bijbelgedeelte dat je zojuist las.

*Bijzchrift* is een kennismaking met hoe je schrijven kunt gebruiken bij het lezen in de Bijbel, je stille tijd of je momenten met God. Met dit werkboekje wil ik je technieken aanbieden die je kunnen helpen te ontdekken wat er in je hart leeft en wat je ervaart bij het lezen uit de Bijbel. Ik geef schrijftips waardoor je met meer aandacht kunt luisteren naar Gods woorden. Zo hoop ik dat je al schrijvend meer ontdekt van Gods waarheid voor jou. De schrijfpoddrachten nemen niet meer dan vijf tot tien minuten tijd in beslag. Gun jezelf deze tijd met de Eeuwige. Een goed begin (of eind) van je dag ...

## TIP

MELD JE AAN VOOR 'DAGELIJKS WOORD': ELKE DAG EEN BIJBELTEKST IN JE INBOX ([DAGELIJKSWOORD.NL](http://DAGELIJKSWOORD.NL)). EEN ANDER BIJBELLESROOSTER OF EEN BIJBELS DAGBOEKJE KAN JE OOK OP WEG HELPEN OM DAGELIJKS MET DE BIJBEL TE SCHRIJVEN. IK VIND HET PERSOONLIJK EEN HEEL PRETTIGE MANIER OM DE DAG IN RUST TE BEGINNEN OF AF TE SLUITEN.

In dit werkboek staan oefeningen om de schrijftechnieken je eigen te maken. Bij elke schrijfpoddracht vind je bovendien extra notitieruimte om de behandelde schrijftechniek nog een keer te proberen.



*Ervaar je weerstand of heb je moeite met bepaalde schrijfoopdrachten? Waardeer deze gevoelens tijdens het lezen en schrijven. Het is niet erg om vragen te hebben, om iets moeilijk te vinden of om iets niet te weten. Het kan bevrijdend zijn als je dit benoemt. Juist door je vragen te benoemen, ontstaat er ruimte. Je kunt deze weerstand ook bespreken met Jezus.*

De schrijftechnieken en opdrachten in dit boek zijn uitermate geschikt om te gebruiken na afloop van een bijbelstudie, conferentie of kerkdienst. Zo verwoord je op een creatieve manier wat jou heeft geraakt. Wat je leert met Bijschrift kun je in je dagelijks leven blijven toepassen.

Ga actief aan de slag met Gods woorden! Je zult versteld staan hoe levend de woorden voor je worden. Ik hoop dat dit werkboek je inspireert en dat je al schrijvend ervaart dat de Bijbel je hart raakt.

Ikzelf raakte geïnspireerd om te schrijven tijdens mijn stille momenten met God, dankzij Iny Driessen:

*'Er zijn wel degelijk dingen die je kunt doen om je geheugen te trainen en Gods goedheid niet te vergeten als je gebed dor is. Een van de tips die ik mensen geef met wie ik op weg ga, is te schrijven. Ikzelf heb het geleerd tijdens de geestelijke oefeningen van Ignatius en het is een steun gebleven. Het is niet zomaar schrijven, maar schrijven naar God, voor, na of tijdens het gebed. Het helpt je om je aandacht te bundelen, je naar God te richten en verstrooidheden te overwinnen. Tegen God mag je alles zeggen, dus ook schrijven. Op de een of andere manier gebeurt het vroeg of laat dat je innerlijk antwoorden ontvangt en dat die als het ware uit je pen vloeien, zonder dat je erover hebt nagedacht. Het zijn niet altijd de antwoorden die je graag zou horen of die je het liefst in je zou voelen opkomen, maar het zijn wel de betrouwbaarste, die weleens van de heilige Geest zouden kunnen komen.'*

*Iny Driessen*



# HOE GEBRUIK JE DIT BOEK

Lees het bijbelgedeelte dat genoemd wordt of kies zelf een bijbelgedeelte uit en lees dat. Laat je eerste gedachten op papier verschijnen, nadat je de opdracht hebt gelezen. De schrijfo opdrachten vragen vijf tot tien minuten van je tijd, maar je bent natuurlijk vrij om door te blijven schrijven ... zolang als je wilt.

Hieronder een rijtje schrijftips die je bij de opdrachten kunnen helpen.

- Schrijf zo snel als je kunt.
- Houd je pen op papier en houd je pen in beweging.
- Weet je het niet meer? Herhaal dan het laatste woord net zolang tot er iets nieuws in je opkomt. Schrijf hierover verder tot alle beschikbare ruimte beschreven is.
- Laat los dat je de juiste antwoorden moet geven. Er is geen goed of fout.
- Corrigeer niet tijdens het schrijven.

## TIP

LEES DE BIJBELTEKST  
OF HET BIJBELGEDEELTE  
HARDOP. ZO HEB JE  
MEER AANDACHT VOOR  
WAT JE LEEST.

## *Samen schrijven*

Je kunt dit boek ook gebruiken in groepsverband. Lees met elkaar een bijbelgedeelte en schrijf daarover. Dit kan over één tekst gaan of over een heel verhaal. Gebruik de vragen en schrijftechnieken uit dit boekje. Samen lezen en schrijven inspireert, geeft verdieping in de onderlinge relatie, moedigt aan en geeft stof tot nadenken.





Maak de volgende afspraken met elkaar wanneer je samen schrijft:

- Wat in de groep wordt voorgelezen, blijft in de groep. Kom er ook bij de ander later niet op terug, tenzij iemand er zelf over begint.
- Wanneer je leest, lees je alleen datgene wat je hebt geschreven. Je hoeft niets uit te leggen of in te leiden.
- Geef geen waardeoordeel over elkaars schrijfsels. Luister alleen.
- Geef elkaar altijd de gelegenheid om te passen (je beurt voorbij te laten gaan), zonder dat je hier uitleg over hoeft te geven.
- Geef jezelf na het lezen de ruimte om even stil te zijn. Ga nadat iedereen de gelegenheid heeft gekregen om te lezen niet direct met elkaar in gesprek, maar wees stil. Zo blijf je dicht bij je eigen hart. Mocht je toch wat willen zeggen, vertel dan iets over wat het schrijven, lezen en delen met jou doet.

Natuurlijk kan je van bovenstaande tips/afspraken afwijken en wel met elkaar in gesprek gaan. Bespreek dit vooraf met elkaar, zodat iedereen op de hoogte is en zich erin kan vinden.



# EEN EERSTE KENNISMAKING

*Wat betekent de Bijbel voor jou?*

Maak de volgende zin zo snel mogelijk af; zonder er vooraf lang over na te denken.  
Doe dit vier keer.

Bijbelverhalen zijn voor mij ...

Bijbelverhalen zijn voor mij ...

Bijbelverhalen zijn voor mij ...

Bijbelverhalen zijn voor mij ...

Lees hardop terug wat je hebt geschreven. Bij welke zin voel jij de meeste verbinding? Streep deze aan en schrijf er vervolgens nog drie regels over.



Maak een woordgedicht met het woord 'bijbelverhaal'. Vul elke beginletter aan met een woord of kort zinnetje met wat er in je opkomt als je nadenkt over het woord 'bijbelverhaal'. Als je bij een letter even niets weet, sla deze dan over en kom er later nog op terug. Komt er niets, dan laat je de letter open. Het gaat erom dat je snel en vrij je gedachten laat komen, niet dat het perfect en compleet is.

B  
I  
J  
B  
E  
L  
V  
E  
R  
H  
A  
A  
L

Lees je woordgedicht terug. Welk woord of zinnetje springt eruit? Beschrijf in zeven regels wat dit woord of deze zin voor jou betekent.



Welke bijbelvertalingen heb jij in huis? Maak een lijstje.

Uit welke vertaling lees jij het liefst en waarom? Bedenk ook eens of je die bijbel zelf gekocht hebt en waar. Als je hem cadeau hebt gekregen, beschrijf dan van wie en waarom je deze bijbel hebt gekregen. Schrijf tot de beschikbare ruimte vol is.

**TIP**

LEG BIJ HET LEZEN VAN EEN BIJBELTEKST OF -GEDEELTE ER EENS ANDERE VERTALINGEN NAAST. OP DEBIJBEL.NL VIND JE EEN GROOT AANTAL BIJBELVERTALINGEN DIE JE NAAST ELKAAR KUNT LEZEN.

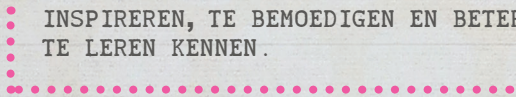


Welke bijbelteksten zijn bij jou geliefd; waardoor ben je bemoedigd de afgelopen jaren? Schrijf hiervan één tekst uit en schrijf erbij waarom deze belangrijk voor je is (geweest).



**TIP**

VRAAG OOK EENS NAAR DE LIEVELINGSTEKSTEN VAN JE VRIENDEN/VRIENDINNEN, HUISGENOTEN OF BIJBELSTUDIEGENOTEN. EEN MOOIE GELEGENHEID OM ELKAAR TE INSPIREREN, TE BEMOEDIGEN EN BETER TE LEREN KENNEN.





Met welk bijbelverhaal of -boek, of welk aspect uit de Bijbel heb je moeite? Misschien is het iets wat weerstand oproept of (nog) onbegrijpelijk is. Schrijf daar een paar regels over. Benoem daarna waar je blij mee bent van wat je in de Bijbel leest. Schrijf ook hier een paar regels over.

*Ik heb nog nooit iemand ontmoet die geen moeite kent met een of andere bijbeltekst of een gedeelte. Keur die moeite dan ook niet bij jezelf af; het hoort erbij. Het is bevrijdend wanneer je dit op tafel legt: door je moeiten te benoemen, ontstaat er ruimte.*



**TIP**

LAAT JOUW VRAAG, MOEITE OF  
WEERSTAND EEN GEBEDSPUNT  
ZIJN. JE KUNT DE RUIMTE OP  
DEZE PAGINA VOOR JE GEBED  
GEBRUIKEN.



*ruimte voor*  
NOTITIES



nog meer ruimte voor  
NOTITIES



# LIJSTJE

Het schrijven van lijstjes is een eenvoudige en snelle manier om overzicht te krijgen; lijstjes werken ordenend.

Lees Spreuken 27:17 aandachtig door; eventueel hardop.

Door wie ben jij wijzer geworden? Welke lessen heb je geleerd of meegekregen, en van wie?

Maak een lijstje met levenslessen en schrijf daarbij van wie of waar je deze hebt meegekregen. Je mag daarvoor deze pagina gebruiken én de notitiepagina hiernaast.





ZOALS MEN IJZER SCHERPT MET IJZER,

zo **scherpt een mens** zijn medemens

SPREUKEN 27:17