

Gebedsmatrix

	Gemeenschappelijk gebed	Individueel gebed
Voorgegeven invulling	Je bidt samen met anderen met woorden en vormen die je uit Schrift en brede traditie ontvangt.	Je bidt individueel met woorden en vormen die je uit de Schrift en de brede traditie ontvangt.
Persoonlijke invulling	Je bidt samen met anderen in stilte en/of met woorden en vormen die op dat moment opkomen.	Je bidt individueel in stilte en/of met woorden en vormen die op dat moment opkomen.

Voorbeelden van teksten uit Schrift en traditie

Onze Vader
Eer aan de Vader
Bijbel en speciaal de psalmen
Wees gegroet Maria
Taizé-liederen
Gebedenboeken
Liedboeken

Voorbeelden van vormen uit Schrift en traditie

Eucharistieviering
Vieringen van de andere zes sacramenten
Getijdengebed
Rozenkransgebed
Kruisweg

Waarom een gebedsmatrix?

Wie graag op een evenwichtige manier een persoonlijk gebedsleven wil laten groeien, kan het beste proberen gebedsmomenten te zoeken uit elk van de vier kwadranten in deze matrix. Hoeveel van het ene en hoeveel van het andere zal van de persoonlijke roeping, voorkeur en omstandigheden afhangen. Net als welke invulling er aan elk kwadrant gegeven kan worden. Door de tijd kan die balans en die invulling natuurlijk veranderen.