

## **Programma 14 december 2016 – Maak werk van je geloof!** *‘De vrucht van de Geest is geduld’*

### ***Binnenkomst met koffie en thee***

### ***Welkom en gebed***

### ***Uiteen in groepjes, bespreken van het thema***

- *Terugblik op vorige maand: hoe is het vergaan met de vrede?*

### ***Wandeling in tweetallen of kleine groepjes***

### ***Kerstborrel in de stad!***

### **Praktische zaken**

- Data kerkdiensten:  
8 jan. vriendelijkheid, 12 feb. goedheid, 12 mrt trouw/geloof, 9 apr. zachtmoedigheid, 14 mei zelfbeheersing.
- Gezamenlijke bijeenkomsten in Soosruimte Plantagekerk 20:00-22:00 uur (tenzij anders aangegeven): 18 jan, 22 feb, 22 mrt, 19 apr, 24 mei 2017
- Groepsbijeenkomsten (zelf bepalen)
- Kosten cursus: €5 contant overhandigen aan Valerie of overmaken naar: NL60RABO0327103442 (tnv V. Braakman-Borgdorff).
- Mocht je eerdere handreikingen gemist hebben, kijk op de website:  
<http://plantagekerkzwolle.nl/agenda/cursus-maak-werk-van-geloof-in-je-leven/>

## DE VRUCHT VAN DE GEEST IS

# GEDULD

Samen mogen we (leren) genieten van de vrucht van de Geest: we verlangen naar meer liefde, vreugde en vrede, geduld, vriendelijkheid en goedheid, geloof, zachtmoedigheid en zelfbeheersing. Waarom is die vrucht van de Geest zo belangrijk in relaties, je werk, hobby's, kortom: in je dagelijkse leven?

Deze maand focussen we op geduld. We kennen allemaal situaties waarin we ongeduldig zijn. Waarin we geduldiger zouden willen zijn. Jos Douma schreef in een eerdere preek: 'Kun je geduldiger worden als karaktertrek? Kun je minder gehaast leven? Dat is zo'n beetje dezelfde vraag als: kun je een vreemde taal leren spreken? Spaans bijvoorbeeld? Ja, dat kan. Maar dat kost tijd. Daar moet je een cursus voor volgen. Oefeningen doen. Zorgen dat je in situaties terecht komt waar je Spaans moet spreken. Zodat je er thuis in voelt. Als we willen groeien in de vrucht van de Geest, als we mooie mensen willen zijn, als we ons willen oefenen in geduld, dan moet we ook de kunst van het wachten leren, de kunst van het tijd hebben. Onthaasten is daarmee ook bij uitstek een christelijke levenskunst geworden.'

### Om te lezen

- Jesaja 30: 15
- 1 Timotheüs 1: 12-17
- Jacobus 5: 7-11
- 2 Petrus 3: 9-15

### Om met elkaar te bespreken

- Wat betekent het voor jou om geduldig te zijn?
- In welke situaties heb jij geen geduld? Welke gevolgen van ongeduldig zijn kun je bedenken?
- Geef jezelf een cijfer tussen de 1 en 10 voor geduld
- Vul de volgende zin aan: Ik ga me oefenen in geduld door...
- De groepsuitdaging voor komende maand: Verzin nieuwe manieren van wachten.

### Om tijdens de wandeling te bespreken in tweetallen of kleine groepjes

- Op welke momenten reageer jij heel geduldig? Wat doet dit met jou? En met je omgeving?
- Op welke gebieden of momenten in je leven of ten opzichte van welke mensen kun je wel wat meer geduld gebruiken?
- Op welke manier is God geduldig met jou?

### Om zelf mee aan de slag te gaan

#### *Tijd met God*

- Lees bovenstaande bijbelteksten nog eens. Welk vers spreekt je het meest aan?
- Wat wil je hier concreet uit meenemen voor komende week?

#### *Persoonlijke voorbede*

- Bid voor iemand die dichtbij je staat die wat geduld kan gebruiken.

#### *Toepassing op je eigen leven*

- Schrijf op een briefje waarin of op welke momenten jij graag meer geduld zou willen hebben. Bid de heilige Geest om in jou meer geduld tot bloei te laten komen en ook om mogelijkheden om dit geduld te oefenen. Reken er maar op dat er leuke uitdagingen aankomen! Maar hoe ga je reageren? Schrijf een maand lang leersituaties op en wat je daarbij voelt. Zie je verbetering na een maand?

#### *Luisteren naar God*

- Op welke momenten heb je Gods geduld mogen ervaren afgelopen week?

### Om mee te nemen

"Geen mens kan over geduld iets zinnigs zeggen, tenzij hij het geduld van God heeft leren kennen. In God heeft alle geduld zijn oorsprong en vanuit Gods geduld krijgt alle menselijke geduld haar schittering en waardigheid."

- Kerkvader Cyprianus

### TIPS VOOR MEER GEDULD

#### Lezen:

- De Correspondent – Hoe de smartphone van de hele wereld een wachtkamer maakt  
<https://decorrespondent.nl/5248/hoede-smartphone-van-de-hele-wereld-een-wachtkamer-maakt/668791926528-71494b1b>

#### Luisteren:

- Opw. 717 – Stil, mijn ziel, wees stil
- Handel – The Messiah

#### Doen:

- Spelletjes! Zoals: Mens erger je niet, Mikado, Jenga
- Geduldige sporten: vissen, dammen, schaken...
- Een gerecht koken waarvoor je minimaal een uur in de keuken staat
- Nieuwe hobby's ontdekken: mandala tekenen, breien, knutselen, met lego spelen, puzzelen