

Programma woensdag 23 november – Maak werk van je geloof!

'De vrucht van de Geest is vrede'

Inloop met koffie en thee

Een kaarsje branden voor vrede: in de wereld, in je omgeving, in je hart...

Welkom en openen met gebed

Ervaringen delen

- Groepjes mixen
- Terugblik vorige keer: hoe is het jullie vergaan in de groepjes?
- Hoe is het vergaan met de vreugde in je leven?

Verdieping thema 'Vrucht van de Geest: vrede...' door spreker Henk Geerds

Uiteen in groepjes

- Leidraad bespreken
- Concrete afspraken maken over volgende bijeenkomst

Praktische zaken

- Data kerkdiensten:
Zondag 11 dec. geduld, 8 jan. vriendelijkheid, 12 feb. goedheid, 12 mrt. geloof, 9 apr. zachtmoedigheid, 14 mei zelfbeheersing.
- Maandelijks gezamenlijke bijeenkomsten in Soosruimte Plantagekerk 20:00-22:00 uur (tenzij anders aangegeven):
Woensdag 21 dec. geduld, 18 jan. vriendelijkheid, 22 feb. goedheid, 22 mrt. geloof, 19 apr. zachtmoedigheid, 24 mei zelfbeheersing
- Maandelijks groepsbijeenkomsten (zelf bepalen)
- Kosten cursus: 5,- euro contant overhandigen aan Valerie of overmaken naar: NL60RABO0327103442 (tnv V. Braakman-Borgdorff).

DE VRUCHT VAN DE GEEST IS

VREDE

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 verdiepen we ons in de vrede als element van de vrucht van de Geest. De wereldse vrede wordt meestal omschreven als de afwezigheid van conflicten. Hoewel wij niet leven in oorlog, zijn er vaak veel conflicten, is er stress of fragmentatie in onze levens. Misschien ervaar je wel een leven vol stress of drukte? Dat is ook een vorm van 'onvrede'. Weet dat we de vrede van de Geest mogen ervaren als een diepe en blijvende vrede: een vrijmoedige zekerheid onder alle omstandigheden. Als we dit soort vrede hebben, hoeven we geen angst te hebben voor het heden of de toekomst.

Om te lezen

- Filippenzen 4:4-7
- Mattheüs 5:1-12 (vers 9)
- 1 Petrus 3:10-11
- Jakobus 3:18

Om met elkaar te bespreken

- Wat is je het meest bijgebleven na het verhaal van Henk?
- *Onvrede, oorlog ruzie, chaos, angst, wantrouwen, verdeeldheid, frustratie, wanorde, drukte, geweld, rusteloosheid, burn-out, conflict, woede, schuld, schaamte, oordeel, pijn, spanning, wanhoop, agressie, vijandschap, bezorgdheid, verontrusting, jachtigheid, ongedurigheid, woede, geweld* - allemaal woorden en ervaringen die de vrede belemmeren. In welke herken jij je het meest?
- Ben jij een vredestichter? In je leven, op je werk? Lees meer over geweldloze communicatie: <http://plantagekerkzwolle.nl/berichten/geweldloze-communicatie-als-weg-naar-meer-vrede/>
- In welke situatie zou jij graag meer vrede willen zien en ervaren?
- Ervaar jij wel eens de vrede van God in je leven?
- Staat vrede gelijk aan rust?
- Hoe zou je meer van Gods vrede in je leven kunnen ervaren?

Uitdaging voor komende maand:

Wees een vredestichter! Geef de duif een passende plek op je werk om zichtbaar meer vrede te delen

bijvoorbeeld: als reminder voor jezelf op je eigen bureau of, als gespreksstarter bij de koffieautomaat

Om zelf mee aan de slag te gaan

Tijd met God

- Lees bovenstaande bijbelteksten nog eens. Welk vers spreekt je het meest aan?
- Op welke plek kom jij echt tot rust? Waar kun jij Gods vrede ervaren? Ontdek of je een bepaalde plaats in huis kunt vinden die jouw vredige stilteplek kan worden.

Persoonlijke voorbede

- Bid voor iemand die dichtbij je staat die vrede zou kunnen gebruiken.

Luisteren naar God

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

Toepassing op je eigen leven

- Start elke dag met God te vragen om jou te vervullen met Zijn vrede en je een vredevolle houding te geven.

Om mee te nemen

'Vrede begint met een glimlach en een glimlach is het begin van de liefde'

- Moeder Teresa

TIPS VOOR MEER VREDE

Zien:

- He Named Me Malala – documentaire over Nobelprijs voor de Vrede-winnares Malala

Luisteren:

- Sela – Geef Vrede

Doen:

- Een halfuur stil op de bank liggen, volledig niets doen