

# HANDREIKING

## Open leven 5: Vrijgevigheid

Deze handreiking biedt materiaal dat je helpt om met het thema aan de slag te gaan. Maak zo mogelijk ook gebruik van het boek 'Open leven. Ervaar de weg die Jezus wijst' van Gert-Jan Roest.



Het is het mooist om je samen met anderen (groepjes van 2 of 3 of een miniwijk bijvoorbeeld) te committeren aan een leerproces rond bidden en hoop verspreiden vanuit het gebed van Jezus.

De gehouden preek kun je [hier](#) beluisteren of nalezen. Lees [hier](#) de introductie in de preken-serie.

In de preken-serie komen er aan de hand van de zeven beden in het gebed dat Jezus ons leert zeven levensthema's aan bod: Vertrouwen, Vreugde, Hoop, Commitment, Vrijgevigheid, Verzoening en Alertheid. Dit zijn de thema's die elke dag opnieuw ons leven lang om aandacht vragen als we willen groeien in ons leven met de Heer, als we willen groeien in de drievoudige ontmoeting: met God, met onszelf en met onze naasten. In de afbeelding hiernaast vind je een verbeelding van de binnenkamer met daarin zeven plekken (het zouden stoelen kunnen zijn) die elk hun eigen thema hebben. In deze handreiking gaat het over de stoel van vrijgevigheid: de plek waar je oefent in een leven van toewijding en trouw.



### Gespreksvragen om samen over te praten

1. Wat zie je voor je bij het woord 'vrijgevigheid'?
2. Welke zorgen heb jij in je leven? Wat geeft je stress?
3. Hoe merk je dat de stroom van Gods liefde in jouw leven wordt geblokkeerd?
4. Wat raakt je vooral in het verhaal uit Johannes 6:1-15?
5. Op welke manieren wordt jouw leven gekenmerkt door een mentaliteit van schaarste?
6. Wij weten vaak helemaal niet goed wat we echt nodig hebben. Ben je het met die gedachte eens?
7. Waarin zie jij Gods genadige gulheid, zijn gastvrije vrijgevigheid?
8. Hoe kan een geloofsgemeenschap oefenen in vrijgevigheid?

## **Bidden: oefeningen voor elke dag**

1. Ga zitten en neem wat tijd voor God. Bepaal van tevoren hoe lang (2 minuten, 5 minuten, een kwartier, een half uur?) Zeg hardop of in je hart 'Geef ons vandaag het brood dat we nodig hebben'. Ga bij jezelf na wat deze woorden bij je oproepen aan gedachten en gevoelens.
2. Ga zitten of wandelen en herhaal op het ritme van je adem: '(inademing:) U bent vrijgevig - (uitademing:) maak mij vrijgevig'.
3. Maak een lijstje met dingen waar jij je regelmatig zorgen over maakt. Bedenk wat je daarin nodig hebt. Schrijf een gebed in relatie tot deze zorgen. En leg je zorgen in Gods handen.
4. Bedenk drie situaties/plekken uit je dagelijkse leven waar je naar wilt kijken door de bril van het woord Vrijgevigheid (bv. je gezin, je buurt, je huwelijk, je werk enzovoort). Hoe ziet die situatie eruit? Hoe ben jij daarin aanwezig? Wat wil je in gebed tegen God zeggen en aan hem vragen?

## **Hoop verspreiden: oefeningen voor elke dag**

1. Geef tijd en aandacht aan mensen die je tegenkomt door oprecht naar hen te luisteren. Wees zo vrijgevig met je tijd en je aandacht.
2. Gun alle mensen die je tegenkomt, bij alle verschil die je misschien ook met hen ervaart, de gulle genade van God.
3. Geef geld voor een goed doel. Meer dan je gewoonlijk zou doen.
4. De Geest is een Geest van overvloed. Deel uit van de geestelijke gaven die je ontvangen hebt; zet je gaven in voor de opbouw van de gemeente en voor de opbouw van de samenleving.
5. Geef spullen weg. Spullen die je niet meer nodig hebt. Maar ook spullen die nog steeds waarde voor je hebben, maar waar een ander toch meer gebaat bij is dan jij.
6. Laat onderstaande omschrijving van 'vrijgevigheid' op je inwerken zodat vrijgevigheid de kleur kan worden van jouw aanwezigheid, waar dan ook:

## VRIJGEVIGHEID

Vrijgevigheid is anderen iets geven dat voor jezelf waarde heeft. Je geeft opgewekt, zonder er iets voor terug te verwachten. Ieder geschenk geeft dubbel geluk: het geeft blijdschap aan de gever en aan de ontvanger. Vrijgevigheid helpt je tijd en aandacht te geven aan de gevoelens, behoeften en gezichtspunten van de mensen om je heen. Vrijgevigheid vindt zijn oorsprong in het gevoel van overvloed en van dankbaarheid voor de onbeperkte rijkdom van het leven.

*Vrijgevigheid stimuleert me te delen.*

- Ik deel graag met anderen.
- Ik geef oprecht en vrijmoedig.
- Ik sta anderen toe ook aan mij te geven.
- Ik ontvang met dank alle gaven van het leven.
- Ik gun anderen het beste.

© Uitgeverij ACT on Virtues

Bron: <https://www.keindeugden.nl/>

### Bijbelgedeelten om over te mediteren

1. Psalm 23:1-6
2. Johannes 6:1-15
3. Handelingen 20:35
4. Romeinen 8:31-39
5. 2 Korintiërs 9:8-11
6. 2 Korintiërs 12:8-10
7. Filippenzen 4:4-9