



Christfulness

Creatief bestaan in Jezus - Ef. 4, 13

Jaarthema Oosterparkkerk Amsterdam
Seizoen 2010 – 2011

Deel I

Amsterdam, september 2010 – juni 2011

Inhoud

Voorwoord	Pag. 3
Bijdrage Vrijdagavond Startweekend	Pag. 4
Everything	Pag. 6
In Hem leven wij	Pag. 7
Verdere verdieping	Pag. 10
Persoonlijke oefeningen	Pag. 15
Verwerking in Kringen	Pag. 18

Voorwoord

De titel van een jaarthema is altijd weer een "lastige": hoe krijg je in een enkel woord of in een kort sloganachtig zinnetje de volle omvang van een thema voldoende in beeld? Zodat iedereen gelijk begrijpt waar het over gaat? Of zodat het voldoende nieuwsgierigheid oproept om de aandacht een seizoen lang vast te houden?

Volgens mij is "Christfulness" zo'n woord. Het roept van alles op: vragen, associaties, aantrekking of weerstanden. Allemaal goed. Want waar het één iets anders oproept, daar is beweging. En waar beweging is, daar is op de e.o.a. manier energie. Juist datgene wat God in ons als mensen gegeven heeft om het leven te zoeken en te vinden (vgl. Luc. 11, 1 – 13)! Het thema Christfulness wil ons helpen op die weg van zoeken en vinden.

Ik hoop en bidt van harte, dat het thema *Christfulness, Creatief leven met Jezus* een vernieuwend effect sorteert op het gebied van geloven en leven, van zijn en beleven. En dan wel dit effect: dat we met elkaar meer en meer binnen worden gebracht in geweldige en heerlijke werkelijkheid van Jezus. Dat Hij in en met ons mag zijn. En dat Hij ons leven op een concrete en daadkrachtige, maar ook vredige en liefdevolle manier verder mag brengen. Vanaf de plaats waar een ieder van ons zich nu bevindt. Op weg naar de volmaakte eeuwigheid van straks, die vandaag al kan en mag beginnen.

Dat is wat ik ons allen toewens: dat we de komende maanden er onder Gods zegen met elkaar in slagen steeds voller van Jezus te worden. Zodat Zijn vrede en gemeenschap ons deel mag zijn en Hij in en door ons zichtbaar mag zijn in de wereld waarin God ons geplaatst heeft.

In deze reader is een heel aantal "hoofdstukken" opgenomen:

- de korte bijdrage op de kleinkunst - startavond (vrijdag 17 september)
- een wat meer algemene inleiding op het thema Christfulness
- de preek op de startzondag (19 september)
- de oefeningen van zondagmiddag (19 september)
- de handreiking voor de verwerking van het thema op de kringen
- een aantal oefeningen voor persoonlijk gebruik en eventueel voor evaluatie op de kringen (indien gewenst)

Omdat een aantal elementen van Christfulness behoorlijk diep kan gaan, ligt het in de bedoeling vanaf januari te beginnen met een aparte "geloof en ervaringsgroep". Deze groep zal zich met meer begeleiding (die in de kring nu eenmaal niet voor handen is) richten op een meer intensieve verwerking van het thema Christfulness. Ter Zijner tijd hoort u hier meer van.

Roelof Telgenhof,
Duivendrecht, 13 september 2010.

Christfulness

Bijdrage Vrijdagavond, 17 september 2010

Lezen Ef. 3, 14 – 21 + 4, 12c - 15

Wat is dat nou weer? Wat **moet** ik **daar** nu weer mee?

Dat is het precies.

We **moeten** altijd zoveel. Met alles.

We "moeten" doen. Met dit en met dat. We moeten er iets mee.

En dat moet. Wet van Meden en Perzen.

Want als we er niets mee doen...

Dat moet **daar** mee.

Met wat we zien, wat we weten. Wat we horen.

Op ons werk, in de kerk.

Dat moet met God, met Jezus, met geloof, met leven.

Daar moeten we wat mee.

Maar **wat** dan?

Tja, wat dan.

Dus denken we na, redeneren we, bedenken we, fantaseren we, strijden we, maken we, schrappen we.

En het zet ons onder druk. Want het moet **nu**.

Nu moeten we daar iets mee.

Anders zijn we onze grip kwijt, weten we het niet meer.

Weet ik het niet meer: wat moet.

En.... wie moet. Wie degene is die moet...

Ons hoofd is vol. Vol van gedachten, voorstellingen, overwegingen, fantasieën,

Want we moeten er iets mee, er ergens mee naar toe. Het moet iets tot stand brengen, in ons, voor ons. Het moet ons tot stand brengen. Het moet ons iets laten zijn, laten worden... Immers, wat wij doen, laat ons gestalte krijgen. Toch?

Maar wat dan, wie dan, hoe dan?

Christfulness

Wat is dat dan nu weer? En wat moet ik daar nu mee?

Is dat weer zo iets psychologisch?

Ach weet je, het is maar hoe je iets duidt.

Is dat weer zoiets met van die oefeningen?

Ach, is het hele leven niet oefenen?

Is dat weer met jezelf bezig zijn?

Misschien. Misschien ook niet. Het is maar in hoeverre je daar zelf bij bent of wilt zijn.

Christfulness

Het is in ieder geval "iets" dat je rust en vrede wil geven. Dat geloven en beleven aan elkaar wil verbinden. Da je leven in één lijn wil brengen met wat je zegt dat je gelooft: God, Jezus, heilige Geest, genade, vrede, vergeving, verzoening...

Niet over wat moet. En niet over wat er nu moet.

Maar over wat mag zijn.
Over Jezus. Over Hem in jou.
En over wie jij mag "zijn" in Hem.

Om dan eerst maar weer eens helemaal opnieuw te beginnen.
Met de dingen die er zijn, die gewoon gebeuren. Of gebeurd zijn. Of nog gaan
gebeuren. En dan onder ogen te zien: je schuld, schaamte, angst, kwetsing.
Om zo in plaats daarvan, vol van Hem te worden, En dan het leven weer te ontmoeten.
Het bewust betrokken en vol aandacht tegemoet te treden. En het in Zijn liefde te laten
gebeuren.
Zijn liefde voor jou, voor anderen, voor de wereld.
Gestalte krijgen in Hem.
Dat is Christfulness.

Dat is Christfulness: life according to Jesus.
En dat is niet alleen maar doen. Of alleen maar denken. Of zelfs niet alleen maar
allebei.
Maar dat is "zijn". "Zijn" in Hem.
To be in Him, or not to be, that's the question.

En van daaruit groeien. In wezen, denken, doen.
En zo creëren. Re – creëren. Of beter: gerecreëerd worden.
Balans vinden. Vrede, Vreugde, Vruchtbaarheid. Doel en zin.

Christfulness
Creatief bestaan in Jezus

Christfulness.
Be ful of Jesus. Just to become more like Him! And live Him!



Christfulness

You're my everything - Tim Hughes

God in my living
There in my breathing

God in my waking
God in my sleeping

God in my resting
There in my working
God in my thinking
God in my speaking

Be my everything
Be my everything
Be my everything
Be my everything

God in my hoping
There in my dreaming
God in my watching
God in my waiting

God in my laughing
There in my weeping
God in my hurting
God in my healing

Christ in me
Christ in me
Christ in me the hope of glory
You are everything

Christ in me
Christ in me
Christ in me the hope of glory
Be my everything

Christfulness

In Hem leven wij

Onderstaand artikel is een verkorte weergave van de preek over Ex. 3, 12 en 14 en Hand. 17, 28, die gehouden is op zondag 19 september 2010. De preek is tot enkele weken na 19 september nog te beluisteren via de site van de Oosterparkkerk. Gelezen tekstgedeeltes zijn Ex. 3, 1 - 15 en Hand. 17, 16 - 34

Geloven en ervaren

Geloven is "weten" en "vertrouwen" zegt de Heidelberger Catechismus (Zondag 7, v.&a. 21). Ze zijn als twee zijden van één medaille. Dit is een diepe waarheid.

Misschien komt dat wel vooral tot uiting als we merken dat geloven en ervaren (weten en vertrouwen) niet altijd "congrueren". Dat wil zeggen: dat wat je weet, voel je niet altijd zo. Bijvoorbeeld; de voorganger heeft het over de liefde van Christus voor jou. Maar als je naar huis fietst, kun je wel janken: juist die liefde mis je zo! Je weet dat het zo is (of moet zijn). Maar toch is het er ook weer niet.

Eén van de dingen die Christfulness ons wil leren, is, dat wij met ons besef, met onze aandacht, vaak verward zijn. Op zo'n manier dat we weten en vertrouwen niet zo even op één lijn hebben.

Iets van die verwarring kun je op het spoor komen door te proberen een paar minuten stil te zijn. Stil blijven zitten en je mond houden lukt misschien nog wel. Maar die onrust in je hoofd is een ander verhaal. Wat gaat er allemaal niet om in je hoofd! Gedachten (hoe laat moet ik zo weg eigenlijk?), redeneringen (wat zou ze nu van me denken? Als ze dit gezien of gehoord heeft dan...), waarnemingen (kriebel aan je oor), gevoelens (sensatiegevoel in de onderbuik), Wat moet je daar niet allemaal mee? En moet je er wat mee? En dan zegt iemand misschien: Jezus houdt van je, maar dan voel ik wat anders. Of ik denk zelf...

Verstrikking

Hebr. 12, 2 noemt dit, dat we verstrikt zitten in onze zonden. Zonden zijn hierbij niet allereerst foute en/of stoute dingen, maar onheilmatische structuren in ons denken, voelen en doen, die leven in de vrede van God in de weg staan.

Andere christelijke woorden die verwarring kunnen geven zijn bv. rust, vrede, genade, vreugde, geduld, zachtmoedigheid. Allemaal van die woorden iets lijken te verwachten van je, die iets veronderstellen dat "het" er is. Maar wat is "het" er vaak niet...

In de bijbel blijkt deze verwarring ook al, bijvoorbeeld in Jes. 17, 9. Jeremia noemt het hart hier onbetrouwbaar, verward als ze is. Op zo'n gids kun je toch niet vertrouwen. Luister daarom naar God, zegt hij dan. En ja, als we dat nu eens zo zouden kunnen, dat al die dingen dan ook werkelijkheid worden...

Sinds de dagen van Jeremia hebben we gelukkig wat meer geleerd over het hart van de mens, dat wil zeggen, over de manier hoe "het van binnen" denkt, voelt, waarneemt en redeneert/overweegt. We hebben zelfs ontdekt dat de hersenen voor deze verschillende "onderdelen" van het hart verschillende gedeeltes gebruikt. Elk onderdeel heeft zijn eigen plek in de hersenen.

Alsof Jezus hiervan al volledig op de hoogte was (trouwens ook Mozes spreekt er al zo over in Deut. 6) zegt Hij in Mar. 12: heb de Heer, uw God, lief met heel uw hart en met heel uw ziel en met heel uw verstand en met heel uw kracht (Mar. 12, 30). Voor Jezus was

blijkbaar duidelijk dat de menselijke geest meer was dan bv weten alleen. En dat deze allemaal op één ding moesten worden gesynchroniseerd: het liefhebben van God. En vaak is dat een bron van verwarring: aan de ene kant weten we dingen, maar aan de andere kant voelen we anders, of doen waarnemingen ons anders geloven. De verbinding tussen de onderdelen, de harmonie is weg...

Hebreen 12 zegt: als je uit die verstrikking wilt komen, kijk dan naar Jezus! Want alleen Hij kan je redden uit die verstrikking die leidt tot de dood (ons gebroken en verwarde leven). Dat doet Hij door ons geloof vol te maken, onze focus weer te centreren. Op Hem.

In Hem leven wij (Hand. 17, 28)

Dat de mensen op allerlei manieren proberen (nog) iets van hun leven te maken mag duidelijk zijn. En soms komen we warempel ook nog een heel eind. Zo ver zelfs dat we haast niet meer kunnen geloven dat we midden in de dood liggen (om het oude avondmaalsformulier even te citeren).

Ook in het oude Athene was men veelvuldig met die vraag bezig. Dat blijkt als Paulus door Athene wandelt en al die tempels ziet. Voor alles is er wel een God.

Maar dan ontdekt Paulus een lacune: er is geen God die echt gaat over leven en dood, die de Bron van leven is, die gaat over echte zingeving, het echte leven met een ultiem doel, nl gemeenschap met God en met elkaar! Want die God is de Vader van Jezus Christus. En die heeft Zijn tempel ergens anders...

Paulus introduceert God echter niet direct zo, maar geeft eerst aan hoe het werkgebied van die God eruit ziet: in Hem leven wij, bewegen wij en zijn wij. Met andere woorden: heel ons bestaan komt uit Hem voort (citaat van of Epimenides of Aratos, Griekse dichters uit die tijd). God omgeeft ons volkomen. Waar we ook gaan, Hij is daar (vgl. bv Ps. 139, 7). Hij is de Eeuwige, die er was, is en zijn zal. Alles wat we doen is in Zijn Tegenwoordigheid.

Mozes en JHWH (Ex. 3, 1 – 15)

Heel mooi wordt dit getoond in de geschiedenis van de roeping van Mozes.

Wat krijgt Mozes een verschrikkelijk moeilijke roeping. Helemaal als je dat afzet tegen zijn verleden...

Aan de ene kant zou Mozes misschien gemakkelijk kunnen denken dat hij, die koninklijk was opgegroeid, voor zo'n taak wel geschikt zou zijn. Maar aan de andere kant (en daaruit blijkt hoe Mozes' z'n beleving niet strookte met wat hij allemaal wel al had geleerd) had hij een discutabel verleden van zonde, schuld en afwijzing achter zich liggen. Alles bij elkaar reden genoeg om niet direct heel enthousiast te zijn over de roeping die hij vaj God ontvangt.

Hoe moet hij die roeping volbrengen? Dat kan hij niet! En dat klopt...

Maar juist dan antwoordt God Mozes meerdere keren: "Ik zal bij je zijn", "Ik zal er zijn". En zegt God tegen Mozes zelfs dit: "onthoud, Mozes, dat dit de naam is onder welke Ik bekend wil zijn: Ik zal er (altijd) zijn". Gods Naam, dat is Wie Hij is!

In feite gaat het in deze Godsnaam (JHWH) om een werkwoordsvorm van het werkwoord "zijn", die zich eigenlijk niet eenvoudig laat vertalen. Waar het ten diepste om gaat is dat God Zichzelf in deze naam voorstelt als de ultieme vorm van bestaan, van 'zijn'. God is 'zijn'.

Zo, zegt God in feite tegen Mozes, als dat ultieme 'zijn', zo ben Ik voortdurend bij je Mozes, ben Ik present. En doordat Ik present ben, kun jij present zijn (dat wil zeggen, dwars door de verwaringen heen kun je, door naar Mij te (blijven) kijken, er ook zijn. Om datgene wat Ik je nu opdraag, te doen, te laten gebeuren.

Klaar je klus in Gods Tegenwoordigheid

Dat is in feite de remedie voor Mozes' angsten en onzekerheden. Die zijn niet onterecht, maar die worden krachteloos als God in Zijn eeuwige ultieme 'zijn' zich jouw liefdevolle Vader en God betoont. Hij, die alles heeft voortgebracht, is volkomen bij je. Of eigenlijk

is het zoals Paulus zegt: in Hem leef je, beweeg je en ben je. Zoals een vis in het water leeft, zo leef jij in Gods "zijn", Zijn Tegenwoordigheid.

Christfulness

En precies dat is wat Christfulness wil zijn: een manier (en niet meer dan dat, maar ook niet minder), om stap voor stap te leren leven in die voortdurende werkelijkheid van Gods nabijheid in Jezus. Hij die gezegd heeft: Ik ben, die zegt ook: ga maar, Ik ben bij je. En Ik zal er altijd zijn (Deut. 31, 6; Joz. 1, 5; Ps. 9, 11; Matt. 28, 20; Hebr. 13, 5). Weet je, zo krijg je te midden van al die gedachten, gevoelens, waarnemingen en rederingen waar je zo in verstrikt kunt raken, weer vaste grond onder de voeten. Want Jezus wil je zicht geven op wat het ware leven is. En je daar brengen. In Zijn vrede en rust. Dus mag je daarheen nu al heen op weg gaan.

Oefenen

Tot slot: in hoeverre kun je nu leven in dit besef? Dat wij leven, bewegen en zijn in Hem, met al het heil dat Hij ons in Christus gegeven heeft?

Dat is niet klaar met deze reader (mocht je dat denken...).

Paulus zegt tegen Timotheus: oefen je in de godsvrucht (1 Tim. 4, 7).

Godsvrucht, dat wil zeggen: leven dat vanuit voortdurende verbondenheid met Hem vrucht draagt dat uit God voortkomt. Dat is precies waar wij ons met Christfulness op willen richten. En dat moet je dan dus ook oefenen, zegt Paulus. Met soms heel praktische oefeningen. En soms ook spannende oefeningen. Oefenen, zoals een turner alleen maar goud wint als hij ook echt goed oefent, diëten houdt, etc.

Bij Juri van Gelder blijkt dat dit zelfs mogelijk is na een periode van het ene debacle na het andere

Dat is wat we komen seizoenen willen gaan doen. Ons oefenen in de Godsvrucht met behulp van Christfulness. Zodat je leven weer echt leven wordt!

Ik hoop dat jij daar ook present bent. En mee wilt doen. Want zonder elkaar kunnen we het niet.



Christfulness

Verdere verdieping

Onderstaand gedeelte is o.a. tot stand gekomen n.a.v. een studie over 1 Joh. 4. Het is aan te bevelen dit stuk eerst te lezen en dan de onderstaande inleiding.

Inleiding

Waarom is het vaak zo ontzettend moeilijk om getuigend christen te zijn? En getuigende christelijke gemeenschap?

Natuurlijk, er gebeurt wel eens wat dat echt spreekt van God, van Zijn liefde in Jezus. Maar is dat vaak toch niet mondjesmaat in verhouding tot de inhoud van de evangelische boodschap die de kerk mag uitdragen (vgl. 1 Pet. 2, 9 en 10)?

De afgelopen jaren was er landelijk gezien veel aandacht voor het vernieuwende werk van de heilige Geest (denk bv aan New Wine of het Evangelisch Werkverband in de PKN). Als we daar nu eens veel meer op gericht zijn, zou dat dan niet het elan geven dat de christelijke kerk en wereld nodig heeft?

Om eerlijk te zijn vind ik dat dit niet heel veel veranderd heeft. Nog steeds lopen de kerken leeg, nog steeds gebeurt er (te) weinig, in verhouding met wat de bijbel zegt dat het evangelie inhoudt. Nog steeds worstelen we (ook in de Oosterparkkerk) met te weinig werkers om de oogst op de witte velden binnen te halen... (Joh. 4, 35). Wat is er aan de hand?

Wat verlang ik ernaar dat er in de kerk, maar misschien wel ook vooral (in ieder geval allereerst) in mijn eigen leven (wat existentieel onderdeel van die kerk is, net als dat leven van jou), een stroom ontstaat die niet ophoudt, een bron die niet opdroogt. En die op de één of andere manier iets laat gebeuren van datgene waarvan ik weet en voel dat het daarom gaat in jouw en mijn leven: het met elkaar leven in de ruimte van echte liefde, geborgen in, tevreden met, nieuwsgierig naar, verwachtingsvol van, verlangend naar: al datgene wat er nog komen gaat. En wat alleen maar meer en mooier mag zijn (vgl. Ef. 3, 14 – 21 en Op. 21 en 22).

Ik geloof namelijk dat dit "leven" het is dat mensen in deze wereld zal aantrekken, verbazen, en doen zeggen: werkelijk, God is onder jullie present (1 Kor. 14, 25, vgl. Ps. 67)! Alle gemeenteopbouwprogramma's, missionaire theologiën en ekklesiologiën, visies en missies ten spijt, er moet iets anders zijn dat dit "leven" meer mogelijk maakt dan nu het geval is. Al is het maar een beginnend beetje...

De blijde boodschap

Als je de boodschap van de bijbel op je laat inwerken, dan zou je eigenlijk verbaasd moeten staan van deze gelaten impasse (want het lijkt wel of we daarin min of meer vast zitten). Want moet je nagaan wat de bijbel ons duidelijk maakt (voor het geval je het nog niet had begrepen): jij bent een gebroken en gevallen mens (Gen. 3, 1 – 6), vol beschadigingen en zonden, rijp voor de eeuwige dood (vgl. bv. Pred. 7, 20; Jes. 59, 7 en 8; Rom. 3, 9 – 18, om slechts enkele teksten te noemen). Maar God heeft je zien liggen in die modderpoel van dood en verderf (zie bv. Ex. 3, 7 en 8; Ps. 131 of Jes. 59, 15b – 21 of Ez. 16, 6, en Joh. 3, 16; 1 Joh. 4). Hij heeft op een wonderlijke manier ingegrepen in deze wereld, maar ook concreet in jouw bestaan! Hij heeft Zijn enige Zoon, Jezus naar de aarde gestuurd, in jouw en mijn werkelijkheid, om ons te redden (zie bv. 1 Joh. 4, 9 en 14, maar ook vele andere plaatsen). Daarom is er weer leven! Echt leven, niet vervalst door allerlei surrogaatgedoe, maar echt leven met open harten, in verbinding met de echte werkelijkheid, met het Licht dat God in de wereld heeft gegeven. Zonder oordeel (Rom. 8, 1), zonder angst voor de dood (Hebr. 2, 14 en 15), zonder schaamte en schuld, zonder maskerades en ander beschermingsmateriaal. Omdat Jezus al deze

"dingen", verwrongen en destructief als ze zijn, heeft weggehaald. En voor alles: de noodzaak ervan.

Als dat geen blijde, motiverende, energieke boodschap is! Maar waar is de uitwerking ervan dan? Waar verzandt deze concrete blijde boodschap van heilzaam leven in een zandbak van haast illusionaire levenswensen die ik eigenlijk niet meer durf te hopen? **De realiteit en de Geest**

Natuurlijk: we leven in een gebroken wereld. Laat daar geen twijfel over bestaan. Ik hoef maar enkele seconden rond te voelen in mijn eigen lijf of leven en ik weet het: gebroken aan alle kanten. En dan is het kijken naar het Journaal al niet eens meer nodig om dit te beamen.

En natuurlijk: hoewel de bijbel ons vele beloften doet, moeten we goed onderscheid maken tussen wat er dan in het nu wel mogelijk en te verwachten is (het zgn. 'reeds') en wat nog niet (het zgn. 'nog niet'). We moeten de realiteit in het oog houden. En niet teveel willen.

Ja, maar vergeten we dan toch ook niet gemakkelijk dat God ons met Christus alle dingen gegeven heeft. En dat bij God alle dingen mogelijk zijn? En dat we Zijn Geest hebben ontvangen, met alle gaven van dien?

Dan zou je zeggen dat je toch veel meer mag en kan verwachten? Dat er veel meer van het echte leven in en door Christus werkelijkheid zou moeten kunnen worden, ook vandaag al. Dat de Geest van God is uitgestort is toch ook realiteit?

Dilemma

Voel je wat een dilemma dit is? En wat voor een verlangen en wat voor teleurstellingen uit dit dilemma naar voren worden gebracht? Aan de ene kant willen we leven! Met kracht en energie, met overleg en in balans. In vrede en veiligheid. Natuurlijk, want daarvoor zijn we ook gemaakt! Maar aan de andere kant is er soms zoveel gebrokenheid en teleurstelling dat je er eigenlijk niet meer op durft te hopen dat het ook nog ooit eens beter zou kunnen worden.

Hoe moeten we verder in deze impasse?

Een ander zicht op Jezus

Misschien helpt het ons, als we eens wat anders gaan kijken naar Jezus. In onze geloofsbeleving, zeg maar onze Jezus – spiritualiteit, spelen al snel een twee belevingen of percepties een grote rol (ik geef ze in het kort wat karikaturaal weer):

- Jezus bevrijdt ons van zonde en schuld en daarom hoeven we voor het hiernamaals niet te vrezen;
- Als het gaat om ons leven dan moet Jezus ons bevrijden door Zijn Geest. Daarom bidden we veel en zoeken we het in de waarheid van Zijn Woord om staande te blijven in dit gebroken bestaan;

Hoewel nog al eenzijdig, zijn beide belevingen waar: Jezus bevrijdt ons inderdaad van zonde en schuld. Niet dát, maar *Hij* spreekt het laatste woord over ons leven. En dat Woord is: "Leef!" (zie Ez. 16, 6 of Mar. 5, 41; zie ook Luc. 5, 27 - 32).

En natuurlijk is het zo dat Jezus ons moet bevrijden. En Hij wil dit ook. Zelf zegt Hij ook: "Zonder Mij kunnen jullie niets doen" (Joh. 15, 5b). Zeker, Hij het moet doen...

Alleen blijft er wel een "maar" staan: hoe wil Hij dat doen? "Bid er maar om" is misschien nog net iets te simpel.

Waar beide benaderingen juist in hun eenzijdigheid een probleem hebben, is de concrete aansluiting bij mijn alledaagse fysieke en geestelijke bestaan. In hoeverre ben ikzelf in deze percepties betrokken als een geestelijk en verantwoordelijk iemand? In hoeverre trek ik het leven niet uiteen, als ik geloof reduceer tot verzekering van mijn eeuwige zaligheid en alles in doen en laten verwachten van iemand anders? Wat als die Ander tegen mij zegt: "Ik wil het wel doen, maar alleen als jij er ook echt bent. En het met Mij meedoet"?

Er zijn twee belangrijke factoren die we als mensen gemakkelijk uit het oog verliezen:

1. Jezus bevrijdt mij weliswaar van zonde en schuld (en de gevolgen daarvan, ook al in dit leven), maar Hij betreft ons zelf daar ten volle in, met alles wat er aan ons kleeft aan pijn, verdriet, verlies, beschadigingen, etc. Door de zonde is Gods ordening in ons leven verstoord en nu wil Hij dat samen met ons, in en door Hem weer gaan herstellen.
2. We willen als mensen graag dat dingen worden zoals wij ons dat voorstellen en dan ook nog graag langs de minst pijnlijke of moeilijke weg. We moeten ons echter realiseren dat de weg van herstel en genezing altijd gaat langs de weg waarlangs het ook gekomen is. Juist op die weg wil Jezus bij ons zijn en ons herstellen. Het probleem voor ons is dat jij en ik daar dan ook wel bij moeten willen zijn. Juist de intieme en open liefdesrelatie met Jezus in de plaats waar zowel jij en Hij present mogen zijn, zodat nieuw leven kan worden verwerkt.

Die presentie (liefdevol beschikbare aanwezigheid) is juist wat Jezus gedaan heeft voor ons: Hij heeft Zich present betoond! Zijn aanwezigheid was weliswaar al veel meer werkelijkheid dan dat we als mensen ooit zouden kunnen bevatten (vgl. Ex. 3 en bv ook 33, 18 – 20). Maar Hij heeft dat in onze taal, tijd en teken getoond door Zelf mens te worden. Om daardoor ons duidelijk te maken, eens en voor altijd: Ik ben present (vgl. hierbij Ex. 3, 12 en 14)! Met als doel: het maken van contact waarbinnen ik door Hem in staat wordt gesteld het herstelde leven van Hem te ontvangen. In de liefdesontmoeting van hart tot hart.

Kortom: Jezus ons laten bevrijden en alles laten doen klinkt mooi, maar waar ben ik daarin als weliswaar gebroken, maar tevens verantwoordelijk mens, met alles wat er wel gewoon is in en aan mij? Waar ben ik, juist als het gaat om in die beschamende en pijnlijke gebrokenheid open en eerlijk naar Jezus te gaan, Hem te ontmoeten en in het gebeuren van die ontmoeting Zijn heil (= heelwording) te ontvangen? In zo'n heilzame ontmoeting met Jezus moet ik ook wel zelf aanwezig willen zijn.

Present zijn

In feite gaat het hierbij om het thema "Verbinding". Dit thema is in de Oosterparkkerk in seizoen 2008 – 2009 uitvoerig aan de orde geweest (zie

www.oosterparkkerk.nl/cms/view.php?id=15). Eén van de kernen waar het daar om ging was de vraag: hoe kan jij helend contact hebben met Jezus als jij er niet bent? En hoe kan jij datgene dat Hij je wil geven (t.w. zijn "heil" voor jouw leven), ontvangen, als je de plekken waar Zijn genade en liefde wil genezen, bedekt, verscholen zijn?

Anders gezegd: in hoeverre ben jij present, echt, open, toegankelijk, transparant, in de ontmoeting met Jezus? En in hoeverre heb jij dan Zijn liefde voor jou leren kennen? Echt leren kennen kan nl. alleen, als je er beiden helemaal bent. Anders leert de één maar een klein stukje van de ander kennen en andersom. Een enkel onderdeelje. Of iets dat een onderdeelje lijkt te zijn. Maar dat is het eigenlijk niet.

Wat we ook hebben gezien bij het thema "Verbinding" is, dat je pas echt present kunt zijn als je ook present bent voor jezelf. Als je er voor jezelf niet helemaal bent, dan ken je jezelf ook niet helemaal. En kun je ook niet echt "naar buiten" toe verbinding maken.

Hoe kan Jezus dan iets doen aan wat je wel anders zou willen maar wat je niet echt kent? En hoe kun je dan Jezus in Zijn heilzame nabijheid echt leren kennen?

M.a.w.: hoe kan Jezus bij jou komen als jij zelf niet present bent? Terwijl Hij het wel is?

Isolatie

Weet je wat er gebeurt als je niet present bent, noch voor jezelf, noch voor een ander? Dat isoleer je jezelf.

Isolatie heeft twee kanten. Het beschermt, bv. tegen kou of hitte, of tegen andere gevaren. Maar het sluit ook af. Het maakt ons eenzaam en sluit contact uit. Zo komen we droog te staan van levengevende contacten en voeding. Het doet ons ronddraaien in onze eigen kringentjes van gedachten, waarnemingen, gevoelens. Drie prachtige dingen, maar lastig als ze in separatie samen de weg moeten vinden in en voor je. Om te zorgen dat je leven echt leven is.

Geloven en ervaren

Deze isolatie is ook de reden van disharmonie die er vaak optreedt als geloven en ervaren bij elkaar komen. Het levert zgn. discongruentie op. Ze kloppen niet met elkaar. En vervolgens breken we onze hoofden erover hoe we dat recht moeten breien.

Dit komt omdat er diep binnen in ons aan de ene kant een authentiek verlangen en levensenergie is (Gods levens- en scheppingsgeest, vgl. Gen. 2, 7!) die ons over geloven en leven anders vertelt dan dat wij aan de andere kant zelf zo kunnen bedenken (met onze verwrongen waarnemingen, gevoelens en gedachten). De orde van het leven dat God in ons heeft gelegd, stemt op de e.o.a. manier niet overeen met wat er in ons is aan gedachten, gevoelens en waarnemingen (die we in de loop van ons leven hebben opgeslagen, vaak op basis van wat we wel of niet meemaakten). Of met de conclusies die we daaruit hebben getrokken.

Deze discongruentie zorgt er (om even weer aan te sluiten bij de beginvraag) vervolgens weer voor dat we niet helemaal zo echt gemotiveerd worden om te geloven dat Gods liefde en werkelijkheid er echt voor ons zijn (misschien wel met je verstand, maar je leven is dus meer dan dat). Daarnaast zijn er dan ook nog onze eigen verlangens en drives (ons primaire snakken naar adem) die ons maar voortduwen in presteren en doen, of die juist een beschermende schulp van zelfbescherming over ons heen houden. En zo is de verwarring (verstrikking, zegt Hebr. 12, 2) compleet. Zo blijft de liefde en vrede van God buiten ons. En leren we misschien wel met de mond "geloof" belijden, maar voelen we er vaak niets of weinig bij... Of klopt het in ieder geval niet (helemaal) met elkaar. En breekt het leven met Jezus ons te vaak bij de vingers af.

Hoe kun je daarover dan nog aan anderen vertellen en laten zien hoe groot en heilzaam Gods liefde is (zoals Petrus en Johannes het daarover hebben in hun brieven)?

Echte gemeenschap

In de bijbel wordt de relatie tussen God en Zijn volk of tussen Christus en Zijn gemeente vaak vergeleken met het huwelijk. En dat is heel mooi! Want juist in het huwelijk, waarin man en vrouw geroepen zijn tot het worden van één vlees (= een intieme relatie van liefde en trouw), daar komt ook tot uitdrukking hoe diep en intiem God op ons leven betrokken is en wil zijn (zie bv. Hooglied, Hos. 1 en 2 en Ef. 5, 32). Om ons op die manier het leven (weer) te geven!

Vanuit Zichzelf is Hij al lang zo betrokken (vgl. Jezus). Maar van ons uit gezien ligt het wat ingewikkelder...

Want wat durven wij die intieme relatie vaak niet aan! Want het is zo spannend, bedreigend, pijnlijk, om in die relatie ook onszelf onder ogen te komen. En laten we daar geen doekjes om winden: we vinden dat gewoon spannend. Dat geldt echt voor iedereen.

En juist op dit punt is er nog een complicerende factor: Gods liefde komt niet altijd "zo maar even" onmiddellijk tot ons (meestal niet zelfs), maar "gebeurt" door de gemeenschap der heiligen, dat wil zeggen de anderen om ons heen...

Om het anders te zeggen: echte gemeenschap met God kan niet gebeuren zonder gemeenschap met broeders en zusters om je heen... Vgl. nogmaals 1 Joh. 4, maar ook Jak. 5, 16.

Help, dit vind ik eng!

In feite is dit zelfs de diepste kern van (de verkondiging van) de kerk: gemeenschap. Daar wordt het leven (van God) verwekt en geboren. En juist dit is ook de kern die andere mensen zal overtuigen dat we volgelingen van Jezus zijn (vgl. Joh. 13, 34 en 35 en 1 Kor. 14, 25). En in zijn eerste brief geeft Johannes hieraan uitgebreid aandacht (zie h. 4: God wordt zichtbaar in de wereld als Zijn kinderen elkaar liefhebben, vanuit de liefde die ze eerst van God hebben ontvangen in en door Jezus).

Maar, dat is spannend, eng zelfs. Ik ga toch niet m'n vuile was in de kerk of op de kring buiten hangen? Ben je helemaal?

Wat is dat logisch dat je dat zegt. Sterker nog, ik voel dat ook zo. Wat een schaamte kan er zijn, of pijn, of schande. En wat is het beangstigend dat anderen weten wat jou ten diepste beweegt. Wat val je dan door de mand!

Ja, dat is echt waar. Het is zo bedreigend als anderen dreigen te gaan weten waarom ik zo ben als ik ben. Wat kan er niet voor oordeel uitgesproken worden, wat zullen mensen wel niet denken over mij. Wat val ik dan van m'n voetstuk die ik nu juist voor de buitenwacht met zoveel pijn en moeite hoog probeer te houden.

Ik wil hier twee dingen over zeggen:

1. het is waar dat we als mensen boordevol oordeel zitten. We weten het altijd zo goed. Maar wist je, dat het oordeel dat iemnad uitspreekt altijd het oordeel over hemzelf is? Dit is wat Jezus bedoelt als Hij zegt:: Oordeel anderen niet, opdat jezelf niet des te meer geoordeeld zult worden (zie Matt. 7, 1 en Luc. 6, 37). Als mensen hebben we de harde neiging te oordelen over anderen, omdat dit het oordeel over onszelf uit het zicht houdt.
2. De liefde die Jezus ons opdraagt, is juist de liefde waarin we op basis van herkenning van elkaar, juist als het gaat om onze zonden, schande en schaamte, pijn en angst, verder met elkaar kunnen gaan. Want deze liefdevolle herkenningen geven vol begrip over en weer. En we kunnen elkaar de broederkus geven van begripvolle aanvaarding: "tjong, wat worstel jij. Net als ik. Wat bemoedigend om juist hierin elkaars lasten te kunnen dragen".

En dan nog iets: gelukkig zijn we met elkaar onderweg en mogen we gaandeweg, met vallen en opstaan, en in de tijd die daarvoor nodig is, ontdekken (ont – dekken) dat dit de weg is die God met ons voor heeft. Omdat dan namelijk Zijn heil zal gebeuren. Nu al. Juist in die onderlinge gemeenschap die ik hierboven noemde. Alleen daar kan heling geschieden. Juist als de vuilste was vanuit de duisternis van de isolatie in het licht van Gods liefdevolle presentie en gemeenschap wordt gebracht.

Dan is het niet ineens niet meer eng of zo, of niet meer pijnlijk of schaamtevol. Maar dan blijkt dat je juist met de grootste moeiten, schaamtevolle gevoelens, zonden, frustraties of wat er ook maar is, in het Licht van Gods liefde gewoon mag zijn. Zonder dat Hij weggaat. Zonder dat er iemand weggaat... (vgl. Joh. 4). Zodat je tevoorschijn mag komen zoals je echt bent. En vervolgens dan ook present kunt zijn.

Geloven is ervaren

Wat we met elkaar mogen leren, is dat geloven zo gaandeweg steeds meer ervaren mag worden. De liefde van God waar de kerk al eeuwen over spreekt wordt concreet waarneembaar. Omdat je ontdekt wat echte vergeving is, omdat je ontdekt dat God altijd blijft, hoe schuin het er in je leven ook voorstaat. Omdat je ontdekt dat je echte vrede mag voelen over wie je bent, ipv onvrede over wie je denkt dat je bent. Dan wordt geloven het ervaren van de presente Jezus, in en door de broers en zussen om je heen.

En dat dan niet alleen maar omdat dit fijn is. Of omdat je dat ontslaat van allerlei lasten en moeiten (bv. verantwoordelijkheden). Maar omdat je dan gewoon ontdekt wie Jezus eigenlijk is. Zo liefdevol en barmhartig, zo vol van genade en waarheid, zo trouw en berekenbaar, zo eindeloos begripvol, geduldig en teder. Daar wil je gewoon bij zijn. En voor leven!

Christfulness

Er is niets waarvan God verlangt de kerk daar meer mee te vullen dan dit. Want hierin wordt Hij zichtbaar voor de wereld, zegt Johannes (1 Joh. 4, 12).

Anders gezegd: als de kerk, jij en ik met vele anderen, vol worden van Christus, dan gebeurt God aan ons en daardoor aan deze wereld! Dan wordt Zijn bedoeling met de mensen zichtbaar. En dan mogen jij en ik, samen met vele anderen, levende stenen van liefde en gemeenschap vormen die Christus van te voren al had klaargelegd, om te gebruiken voor de bouw van Zijn eeuwig huis, waarvan Hij zelf de hoeksteen is (Ef. 2, 10 en 1 Pet. 2, 1 - 8).

Christfulness

In Hem leven wij - Persoonlijke verwerking

In vervolg op de inleiding en de preek hierboven, volgen er nu een paar oefeningen om een begin te maken met het oefenen van de "Godsvrucht" in de lijn van Christfulness. Lees te oefeningen eerst eens door. En probeer ze eens te doen. En kom tot ontdekking dat je met je aandacht een stuk bewuster kunt leven in de Tegenwoordigheid van God en Zijn heilzaamheid.

Als je aan de oefeningen begint, houd het dan wel een poosje vol om er gevolgen van te merken.

1. Ademen

Ooit blies God Adam de levensadem in zijn neus (Gen. 2, 7). Die adem blaast Hij nog steeds in het leven van mensen. En dan moet je niet allereerst denken aan de heilige Geest, maar gewoon aan de adem die je longen in en uit gaat (door neus en mond).

De adem is de basis van je leven. Veel levensbehoeften en situaties hebben ook met die adem te maken:

- even op adem komen
- wat een verstikkende sfeer hier
- ik ga een luchtje scheppen
- ze is adembenemend mooi
- je liet me zo schrikken, m'n adem stakte gewoon!
- Angst vloog naar haar keel (ze kon geen adem meer krijgen)

Ook de bijbel laat zich hier wel over uit:

- we leven op de adem van Gods stem (Ps. 103, berijmd)
- de adem van God is mijn leven (bv. Gen. 2, 7 of Job. 27, 3; zie ook Hand. 17, 25)
- als God Zijn adem in houdt, sterven wij (Ps. 104, 29)
- de adem kan je benomen zijn (uitgeput zijn, vgl. Dan. 5, 23)
- alles wat ademt, looft de Heer (Ps. 150, 1)

Je ziet dat adem essentieel is voor leven. En ook dat het direct reageert op wat er is in ons leven: schrik, boosheid, verbazing, angst, blijdschap, drukte en stress, etc.

Door je te richten op je adem, krijg je meer zicht op je basis, datgene waar vanuit je leeft.

Ga ergens rustig liggen (op je bed) of zitten (in ontspannen houding). Sluit je ogen. Voel hoe je lichaam raakt aan het bed (of aan de stoel als je ergens op zit).

Richt vervolgens je aandacht op je adem. Adem rustig in, adem rustig uit.

Probeer diep in te ademen, alsof je ademt door gaten in je onderbuik.

Adem rustig in en uit en probeer je aandacht daarbij te houden.

Houd dit ongeveer 2 – 3 minuten vol. Die het rustig (om hyperventilatie te voorkomen)

Als je goed wilt oefenen, herhaal dit dan enkele keren op de dag (bv 's ochtends bij het wakker worden en 's avonds als je weer in bed ligt). Neem hier echt even de tijd voor. Als je deze oefening 2 – 3 x hebt gedaan, kun je 2 een keer proberen.

2. Wat gaat er in je om?

Wat zijn we vaak druk in ons hoofd. Dat merk je als je even stil moet zijn. Even stil zitten lukt vaak nog wel, maar echt rust in je hoofd krijgen...?

Heb je dit ook gemerkt met de adem oefening (1)? Wat moeilijk om bij die adem te blijven vind je ook niet?

Daarom gaan we daar eens naar kijken. Wat gebeurt er eigenlijk allemaal als je stil wilt worden?

Ga weer ergens rustig liggen (of zitten). Sluit weer je ogen. Die oefening 1 weer, maar met dit verschil, dat je na 1,5 min. op je adem gericht te zijn, nu eens al die drukte in je hoofd eens probeert te zien met je bewuste aandacht. Wat is er allemaal? Bijvoorbeeld aan gedachten. Wat voor gedachte komt er in je op? Bekijk dat eens. Ga er niet op in,

hoor of zie het gewoon even aan: "Oh, dat is er". En laat de gedachte dan voorbij gaan, zoals een wolk aan de hemel.

Of: wat voor gevoelens merk je allemaal op? En wat voor prikkels voel je aan je lijf (bv kriebel ergens). En wat voor andere waarnemingen zijn er (bv. geluid van een voorbij vliegend vliegtuig). Neem al deze dingen gewoon waar. Je hoeft er nu even niets mee. Laat ze komen en gaan. Zonder oordeel.

Doe dit ong. 2 minuten. Ga daarna eens na hoe dit was.

In het begin is het wel handig dat je een papertje met een pen naast je hebt liggen. Want dan kun je, wat jij vindt dat je echt niet mag vergeten, toch even opschrijven. Dat maakt je vrij door te oefenen. Na verloop van tijd zul je merken dat je daar minder behoefte toe voelt.

3. Waar ben jij op gericht?

Waar is jouw bewuste aandacht? Waar is die op gericht? Kun je dat sturen?

Begin weer met oefening 1. Deze oefening is altijd de basis van deze bewustzijnsoefeningen. Op deze manier zul je steeds meer in staat zijn om je adem als vaste basis te zoeken. Om van daaruit met besef van zijn al de dingen die er in en rondom je zijn, waar te nemen.

Probeer nu, na ong. 2 minuten, je aandacht eens bewust te richten op iets anders dan je adem en/of al die gedachten, waarnemingen en gevoelens die er telkens al waren. Richt je aandacht bv bewust op je linker voet. Hoe is het daar? Kun je het drukvlak voelen van de vloer op je voetzool? Probeer zo verschillende plekken op je lichaam eens te vinden met je aandacht. Je kunt er ahw bewust naartoe ademen.

4. Jij bent en JHWH is

Doe oefening 3 nog een keer (dus oef. 1 en 2 + aandacht verplaatsen door je lichaam heen). Doe dit ong. 2 – 3 min.

Probeer daarna eens je aandacht bewust te richten op een gedachte, nl deze:

*Heer, U bent rondom mij
Ik leef en beweeg in U.*

Wat je in feite doet is, dat je je met je bewuste aandacht richt op de werkelijkheid die Paulus in Hand. 17, 28 uitdrukt; In Hem leven wij, bewegen wij en zijn wij.

Ook dat is een mooie zin om over te mediteren (want dat is wat je nu aan het doen bent).

5. Besef van "zijn"

Doe weer oef. 1, 2 en 3.

Als je klaar bent, richt je je aandacht op JHWH: Hij die was, is en komt. En Degene waaruit ik ben voortgekomen, op Zijn scheppend Woord.

Je doet dat als volgt:

Richt je weer op je adem. Vervolgens repeteer je bij het inademen de zin: God is er altijd. Bij het uitademen repeteer je de zin: daarom ben ik er ook.

Na verloop van tijd (als je het regelmatig enkele weken lang oefent) zul je merken dat het besef dat jij leeft, beweegt en bent in God, toeneemt. Dit heeft ook effect op je leven van elk moment, op je besef van "zijn".

Als je druk in je hoofd bent, en de onrust is vervelend,. Dan kun je dit soort zinnestjes uit de bijbel al ademend weer meer in je besef laten doordringen. Dat doe je dus door op het ritme van je adem (waardoor God jou het leven geeft) deze waarheden in je bewuste aandacht te brengen. Als je dit oefent, dan zul je merken dat dit steeds meer bepalend gaat zijn voor je leven van elk moment.

Andere zinnestjes die je kan gebruiken, zouden kunnen zijn:

- inademen – Heer, U bent mijn leven
- uitademen – Heer, U bent mijn doel

- inademen – Heer, U hebt mij lief
- uitademen – Heer, Ik leef voor U
- inademen – U in mij
- uitademen – Ik in U
- inademen – Heer, Uw begrip
- uitademen – hier mijn pijn/verdriet/eenzaamheid/ ...
- etc.

Christfulness

In Hem leven wij - Verwerking Kringen

Inleiding

De kerkenraad heeft besloten om dit komende seizoen het jaarthema integraal op de kringen aan de orde te stellen. Zo zijn we echt met elkaar als gemeente een jaar lang bezig met dezelfde dingen. En kunnen we ook buiten de kring om hierover contact maken met anderen.

Daar komt nog dit bij: het thema Christfulness kan alleen maar in de kringen echt "behandeld" worden. Want echte liefdesgemeenschap met Christus gaat altijd via de broers en zussen van de gemeente, zoals die om je heen zijn. "Droogoefenen" zal dus weinig echt resultaat hebben.

Even enkele andere opmerkingen vooraf:

- De bedoeling is, dat iedereen als voorbereiding voor de kringavond de reader integraal doorleest en daarbij noteert wat hij of zij opvallend vindt, niet begrijpt, mooi vindt of juist niet, etc. Deze persoonlijke reflexie dient, naast de inhoud van de preek (van 19 sept. j.l.) en de verdere verdieping, als inbreng voor de bespreking op de kring.
Wel besef ik me dat het een aardige lap tekst is geworden. Ga daar ontspannen mee om. Probeer eea door te lezen en tot je te nemen. Op de kring ben je er samen om het belangrijkste van de inhoud te ontdekken en tot je te nemen. Maar neem er toch echt ook wel even de tijd voor. Laat het niet tegemakkelijk zitten.
- Kies met elkaar een gespreksleider (voor zover je dat niet hebt). Voor de goede voortgang van de gesprekken is dit echt nodig. Een gespreksleider kan zorgen dat een bespreking zorgvuldig en respectvol en veilig is en blijft.
- Persoonlijk kun je ook nog aan de slag gaan met de meditatieoefeningen (zie vorige bladzijde). Deze kun je al dan niet bespreken op de kring. Kies daar met elkaar voor om dit wel of niet te doen.
- Het zou mooi zijn als we op de kringavonden wat meer gaan zingen. Probeer dit te arrangeren. Er is vast iemand die wat gitaar kan spelen, of piano. Of anders doe je het a capella. Je geloof bezingen raakt weer andere stukjes van wie jij bent, dan alleen studie of praten. Vandaar. Zingen kan dus ook een stukje Christfulness zijn dus.
- Het einde van de avond is bewust om 22:15 gepland. Probeer die tijd zo veel mogelijk aan te houden. Mensen die weg willen kunnen dan gaan. Als anderen nog langer willen doorgaan is dat natuurlijk prima. Op deze manier voorkom je echter dat kringavonden gaan uitlopen of dat mensen over hun eigen grenzen gaan door te lang te (moeten) blijven. Ook dit is een stukje Christfulness: je hoeft niet meer te leveren dan dat je kunt. Anders (iets vriendelijker) gezegd: wees er voor zover dat op dit nu voor je mogelijk is.

Verwerking

De verwerking van de preek en de verdere verdieping kun je op de kring als volgt vorm geven:

19:45 – 20:00 **Ontvangst en koffie/thee**

20:00 **Opening van de avond**

- Inleiding / IJsbreker

- Rondje delen – hoe zit iedereen erbij?

Neem hiervoor ong. 20 min. Als er echt grote dingen zijn, ruim hier dan bewust plaats voor in, onmiddellijk of op een ander moment.

- Gebed (evt. met zingen vooraf en erna)
Neem in dit gebed ook de persoonlijke dingen mee die (voor gebed) zijn ingebracht. En vraag een zegen over de avond. Vraag God at Hij merkbaar Tegenwoordig is in het midden van de kring.

20:25 **Bespreking / Verwerking bovenstaande preek en verdere verdieping**
(p. 7 – 14)

- Bespreek, als dat is afgesproken, de persoonlijke meditatieoefeningen. Neem hiervoor ong. 10 minuten.
Richt je vooral op het delen van ervaringen.
- Bespreek de preek adhv onderstaande gesprekspunten (30 – 40 min.)
- Bespreek de verdere verdieping adhv onderstaande gesprekspunten (30 – 40 min.)

Tip – Neem twee avonden

Je kunt er ook voor kiezen preek en verdieping op twee verschillende avonden te bespreken. Eigenlijk is dat wel zo rustig. Het geeft meer ruimte voor diepere bezinningen en ervaringen. Besef: het gaat wel ergens over, daar heb je rustig de tijd voor nodig. Maak hierin gelijk aan het begin een keuze. En bedenk: kies wat goed is voor de kring samen mbt Christfulness, en niet wat moet of hoort of wat past in de strakke planning...

Wat je dan kunt doen is, dat je de eerste avond iets deelt over je persoonlijke meditatieoefeningen (als je dat wilt/hebt afgesproken) en dat je de preek bespreekt. Op de tweede avond kun je dan de verdere verdieping bespreken.

22:00 **Sluit de avond af zoals hieronder voorgesteld**

22:15 **Einde avond**

Toelichtingen

Bespreken van de persoonlijke oefeningen

Op de vorige pagina staan enkele meditatieoefeningen. Als kring kun je met elkaar afspreken deze met elkaar te doen. Ook kun je dit ieder persoonlijk doen en de ervaringen delen c.q. evalueren. Je kan dat ook niet doen. Dan sla je dit onderdeel gewoon over.

Bespreking van de preek over Ex. 3, 12.14 en Hand. 17, 28

- Lees de twee bijbelgedeelten nog een keer door (Ex. 3, 1 – 15 en Hand. 17, 16 – 34)
- Wat is er bij je blijven hangen van de (boodschap van de) preek? Probeer dit met elkaar kort onder woorden te brengen
- Wat heeft je geraakt in de preek (en/of in de dienst)? Misschien heb je de behoefte om hier nog iets extra's over te zeggen. Doe dat dan nu.
- Wat is voor jou de betekenis van "Gods Tegenwoordigheid". Wat heeft dat (om het even populair te zeggen) voor effect op jouw leven? Geeft het rust, voel je je bekeken, is het bedreigend, ervaar je steun, etc.
- Bij de persoonlijke meditatieoefeningen zit een oefening die je wil oefenen in het besef dat God "zijn" is. En dat jij daarin bent, beweegt en leeft. Wat vind je van zo'n oefening? Waarom zou je die wel/niet doen?
- Wat vind je er van om een seizoen lang te gaan oefenen met elkaar om zo voller van Jezus te worden? Wat betekent dat voor jou: vol zijn van Jezus?
- Wat heb jij er tot nu toe van begrepen wat Christfulness is? Breng dit eens kort met elkaar op formule.

Bespreken verdere verdieping (nav 1 Joh. 4)

- Lees met elkaar (nog een keer) 1 Joh. 4. Neem hier even te tijd voor (ong. 5 min.). Noteer wat je raakt en probeer in 1 zin de boodschap van dit gedeelte onder woorden te brengen
- Wat herken je van het eerste deel van de inleiding (inleiding t/m dilemma)? Kun je dit ook betrekken op 1 Joh. 4?
- Wat is er (inhoudelijk) zo anders aan het geschetste zicht op Jezus? Is er iets dat je daarin raakt? Wat dan? Wat kun je daarmee in het licht van 1 Joh. 4?
- Vaak schermen we de diepere geheimen van ons hart veilig af. En dat is begrijpelijk. Waarom? Praat daar eens met elkaar over.
- Herken je zelf ook van die afschermende "bewegingen" als je bv op de kring bent? Wat zouden we daar nu met elkaar mee kunnen doen (bv dat we het vaak niet aandurven dingen met elkaar te delen)? Wat heeft dit met 1 Joh. 4 te maken?
- Probeer met elkaar eens na te gaan hoe geloof en ervaring (bv mbt de christelijke liefde) dichter bij elkaar kunnen komen, zodat geloven ervaren wordt. Hoe zo dat moeten gaan? Wat voor voorwaarden zijn daarvoor nodig? Etc.

Afsluiting van de avond

- Bespreek met elkaar (in hooguit 5 min.), wat nu het meest wezenlijke is wat je aan deze avond hebt gehad?
- Heb je iets meer zicht gekregen op het thema Christfulness? Zo ja, wat dan?
- Wat zijn je verwachtingen voor komend seizoen? En wat mag de kring en de gemeente mbt het jaarthema van jou verwachten?
- Sluit af met lied en gebed (kringgebed).