



Christfulness

Creatief bestaan in Jezus - Ef. 4, 13

Jaarthema Oosterparkkerk Amsterdam
Seizoen 2010 – 2011

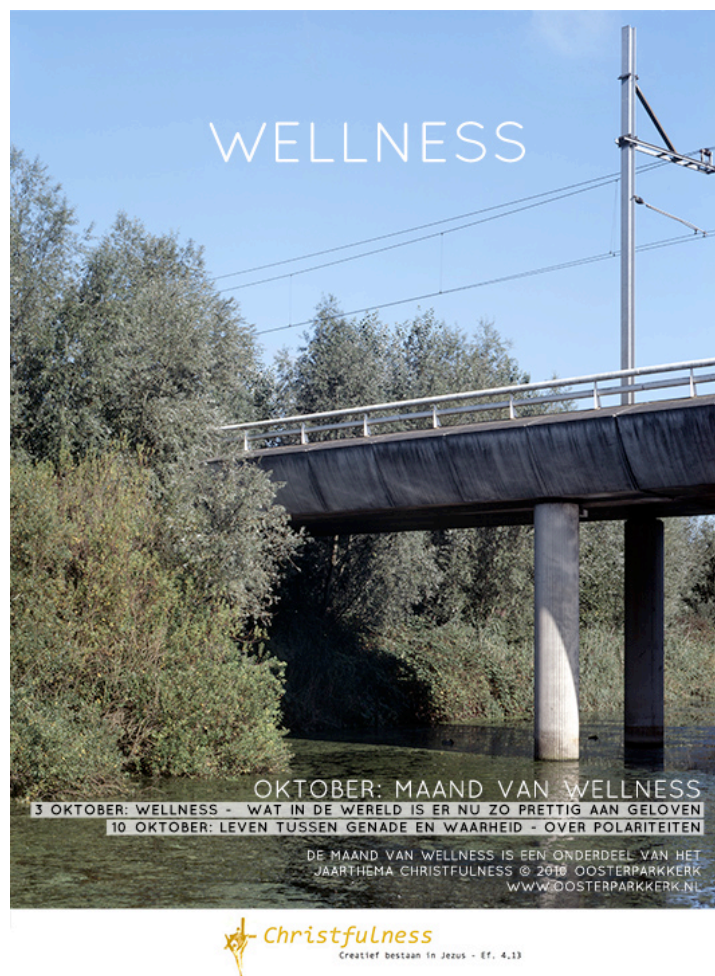
Deel 2

Wellness -
Gods heil voor mensen
Wat is er in de wereld plezierig aan geloven?

Amsterdam, september 2010 – juni 2011

Inhoud

Voorwoord	Pag. 3
Wellness	Pag. 4
Persoonlijke verwerking	Pag. 10
Verwerking in Kringen	Pag. 11



Voorwoord

Na de eerste dikke reader (horend bij het opstartweekend, :S), nu een dunner exemplaar. Maar wel vol van Jezus! Tenminste, dat is de bedoeling. Of misschien nog wel beter gezegd: dat de inhoud jou tot volheid van Jezus mag brengen.

Christfulness. Da's pas wellness! Zo zou je het thema van oktober onder woorden kunnen brengen. Dat klinkt wat populair. En dat is het ook. Want echte wellness die Christus geeft is niet populair, maar zeer ernstig. En tegelijk zo geWELdig. En WELdadig. Ik hoop dat we dat samen mogen ontdekken.

In deze reader staat de preek van zondag 3 oktober 2010 en de daarbij passende verwerkingsmaterialen. Tevens wordt er verwezen naar de vorige reader voor de ademoefeningen. Want we blijven leven op de adem van God (Ps. 103). Laten we ons daarvan steeds meer bewust worden. Dan zullen we ook steeds voller van Jezus zijn, al hier en u!

De preek van 10 oktober wordt apart in een reader op Internet gezet.

Gods zegen bij de bespreking van het thema Wellness!

Roelof Telgenhof,
Duiwendrecht, 28 september 2010.

Bovenstaande poster/flyer is van de hand van Christiaan Bruijn. Hij zal ook de komende thema's op deze manier vorm geven.

Christfulness

Wellness (Gods heil voor mensen)
Wat in de wereld is er plezierig aan geloven?

Gelezen tekstgedeeltes zijn Jer. 29, 1 – 14 en Ef. 3, 14 – 21 en 4, 7 - 13

Wellness

Wellness is een hype! En wie wil dat ook niet. Een heerlijk fijn gelukkig leven. Toch? Positieve gevoelens, lekker in je vel zitten, een strak imago. En overal wordt er op gezinspeeld: doe dit, koop dat, ga hier naar toe en dan... Wellness!

Maar ook: voortdurend de nabijheid van de Heer voelen, geloofsgroei zodat de hemel in je hart is. Of: een stabiel christen – leven dat uitblinkt in duidelijkheid over hoe dingen zijn (standpunten) en moeten (gedrag). En een zekere toekomst met een prachtig Zwitserleven pensioen (...). Hier en later in de hemel. Alles onder control, voor een wellness van jewelste, voor nu en straks, voor mij en m'n nageslacht...

Maar wat een frustratie!

Want wat lukt het vaak niet. Dat heilzame wellness leven. Wat staat er veel in de weg. En wat is er veel wat ik niet wil. En wat is er vaak weinig van wat ik zo uliem graag wel wil...

Wellness. Je verlangt er toch naar? Een leven van harmonie, in vreugde en liefde, behoeftevervulling op alle vlakken... Rust, vrede, Gods liefdevolle Vaderhand op je ziel. Zijn streling aan je leven.

Wat verlang je hier naar. Maar wat is dit frustrerend. Als je met je aandacht en actie voortdurend hierop gericht bent. Op wat voor manier dan ook. Hoe onheilzaam kan dat niet zijn! Want wat ik verlang en wat ik wil, war ik me naar uitstrek, dat is er vaak niet. Of bijna niet. En wat blijkt er daarvoor in de plaats dan juist weinig wellness te zijn.

Ballingschap (vs. 1 – 4)

We willen wat er niet is. Misschien is dat wel de diepste angel in dit hele verhaal. En niet alleen in dat van ons. Maar ook in dat van die Judeëers daar in Babyon. Die uit hun eigen land, van hun eigen have, waren weggevoerd naar "den vreemde" (letterlijk in ellende = uit – landig). Alles wat ze hadden opgebouwd, alle vastigheid van een eigen samenleving, alle veiligheid van een eigen koninkrijk en alle ruimte om dat leven te leven waar hun verlangens werden ontmoet... Wellness. Het was weg. Afgepikt. Teniet gedaan. Verwoest.

Ballingschap. Leven in ellende. Het is *echt* niet fijn. Verlangens worden gefrustreerd. Waar het leven voor bedoeld is, wordt gesmoord. Weg alle ruimte. Dat is echt zo. Je voelt het aan je lijf en je hart, elke dag. Soms schreeuwt het om leven (vgl. Ps. 84, 3c)!

Valse profeten

En dan klinken er ineens, of misschien wel telkens, van die stemmen. Stemmen die zeggen: doe dit, dan kom je er onderuit. Doe dat man, dat ontvang je het leven. Hier is het leven toch niet voor bedoeld. Nee, daarom, doe dat. Verbreek het houten juk dat over je nek ligt. En zo is het toch ook? Het juk is toch verbroken? De ballingschap is voorbij Nieuw leven nu! Wellness today!
Ja, die stemmen steken dan zomaar de kop op. Terug naar Jeruzalem. En wel in twee jaar! God zegt het...

Ja, God zegt inderdaad wel zoiets. Zoeits. Maar is dat helemaal wat God zegt? Het doet in bv Jer. 28 min of meer denken aan de opmerkingen van de satan in Gen. 3: het heeft wel iets van waarheid (God zal redding, heil, brengen), maar niet de gehele waarheid (nl. langs Zijn Weg).

Zo ontstaat er valse hoop onder de Judeëers. Chenanja, een collega van Jeremia, wordt daar hard mee geconfronteerd. Hij verbreekt zgn in Naam van God het houten juk. Maar dat blijkt maar een halve waarheid. Jeremia laat zien dat er nog iets is wat belangrijk is, en dat vooraf gaat aan het verbreken van dat juk: de Ware toedracht van wat er is gebeurd en van wat er nu is.

En haast en passent blijkt nog even wie dan de ware profeet is... Chenanja moet zijn valsheid met de dood bekopen, nadat Jeremia dit had voorspeld/geprofeteerd. Zo staat hier ineens de ware profetie van Jeremia tegenover de valse van Chenanja... (zie h. 28).

De ware toedracht

Want de ware toedracht is, zoals de Heer door de mond van Jeremia laat zien, anders... Die is wel heel pijnlijk. Ballingschap is echt niet fijn. Verstoken van je geboortegrond en ~recht, opgesloten in een getto... En daar wil je natuurlijk van af. Dat hadden de valse profeten goed begrepen. Maar, en dat is wat hier duidelijk mag worden, daar moet je niet onderuit willen op een eigen manier, onder die pijn vandaan. Dat lijkt misschien wel goedkoper (zo snel mogelijk van die pijn af), maar het is uiteindelijk duurkoop... En het zal zich tegen je keren vroeg of laat.

Dit blijkt ook uit de geschiedenis van Juda in dit verband. Opstandelingen (die dus achter de valse profeten aanliepen) komen uiteindelijk om. Opstanden worden bikkelhard neergeslagen.

En zij die God geloven, keren inderdaad terug (zie Jer. 52 en 2 Kron. 36). Na 70 jaar.

Waarom moet je niet onder die pijn van de ballingschap uitwillen? Dat is dan wel een vraag die opkomt denk ik.

Het onder ogen zien van de ware toedracht van het leven (onze ellende en wanhoop, ballingschap, vreemdelingschap) doet je beseffen dat echt heil (wellness) alleen van God kan komen doordat alleen Hij de kern van onheil weg kan halen. Er moet echt iets gebeuren, zeg maar.

Juist de ballingschap doet je echt terugverlangen naar Thuis. Daar kom je alleen achter als je de pijn van de gebrokenheid onder ogen ziet: zo is het nu; en niet anders. En bovendien: ik ben er zelf ook vaak nog debet aan... Dus dat is een ander punt hier: zie onder ogen waar je mee verantwoordelijk voor bent. En leer daar voor te staan. "Dit is wat ik en wat wij met elkaar tot stand hebben gebracht". Wie zijn wij, wie ben ik dat we hier zo snel mogelijk af willen?

Juist in die aanvaarding en in dat verantwoordelijkheid nemen ligt ook het geduldige uitstrekken naar God. Incl. De vrucht daarvan in het hier en nu. En dat uitstrekken heeft dan niet direct iets van "Heer, red ons!" maar meer van "Hier zijn we Heer. Dit is wat we zijn. Gebroken. Door eigen toedoen zitten we nu hier".

Dat heet ook wel: belijden. "Dit is wat er is Heer, dit is wie ik ben. Zo erg ben ik er aan toe. Dat ik totaal vervreemd ben van mezelf en mijn leven dat U met mij was begonnen".

Lifestyle (vs. 4 – 7)

Dat is ook de sfeer die die verzen 4 – 7 uitstralen. Op zich nogal opmerkelijke verzen niet? Je verwacht misschien wel totaal iets anders. Maar dit is de sfeer: aanvaard waar je nu bent en hoe het is. Bouw daar je leven op. Totdat Ik kom om echte bevrijding te geven. Ik zal in ieder geval bij jullie zijn. En de bloei van het land waar je nu bent zal ook jullie bloei betekenen.

Dat is niet e.o.a. gelaten sfeer. Het is ook niet (zeker niet) een fanatieke wereldtijden of hervormingszin. Maar het is een in verantwoordelijkheid nemen van wat er nu is.

In 1 Tim. 2, 1 - 4 doet Paulus ook zo'n zelfde merkwaardige oproep. Bid voor alle mensen, opdat jullie een rustig en ongestoord leven kunnen leiden. En God wil bovendien dat alle mensen behouden worden en tot erkenning van de waarheid komen!

Dit is een soort van stijl van (zoals men dat vroeger wel zei): wel in de wereld, maar niet van de wereld. Of: niet opgaand in de wereld, niet er tegenover, maar wel in die wereld, voor de wereld.

Offewel: leef in de wereld waar je nu bent in de stijl van God, in gemeenschap met Hem (gebed, vs 11). Draag dit leven in Zijn voortdurende nabijheid. Dan zul je hier midden in de ellende ineens toch iets van leven gaan zien (vergelijk 2 Kron. 36 en teksten over de tronk van Isai en "de woestijn zal bloeien"). En van hoop! Uitzicht.

Teleurstelling (vs. 8 en 9)

Dat zou teleurstelling kunnen opleveren. Ik heb daar lang mee geleefd. Ik verwachtte veel. Maar er kwam zo weinig voor m'n idee. En dat gaf teleurstelling.

Dat ging bij mij zo, omdat ik bleef vasthouden aan mijn verlangens als doelstelling. En zo te weinig erkende wat er was.

Nog een slagje dieper...: ik wilde de hemel op aarde, zodat ik per onmiddellijk ontslagen was van mijn verantwoordelijkheid om mijn gebrokenheid in het licht te brengen en onder ogen te zien. Je kunt wel willen dat datgene wat je verlangt (wat op zich o.k. is) per onmiddellijk er is. Maar zo werkt het niet in het leven. Of anders: zo werkt God blijkbaar niet...

Dus is dat *onheilzaam*. Er komt niet de wellness die je dacht of per se wilde. Wat een teleurstelling.

Nog iets anders gezegd: je blijft luisteren naar die stemmen van de valse profeten: het hoeft niet zo lang te duren man. Het houten juk is verbroken.

Ja, maar er komt een ijzeren voor terug (28, 13). En dat blijft frustreren. Wat een teleurstelling.

Begrijpelijk is het wel, maar heilzaam niet.

Heilzaam is het wel om in onze sores eerlijk te zijn over die ware toedracht van ons leven. En Goddank mogen we daarbij onze blik gericht houden op Gods heil én Zijn weg met ons daar naartoe.

Want laat dat wel even duidelijk zijn: ondanks die ballingschap hier, door eigen toedoen, spreekt God aan de ene kant streng, maar aan de andere kant buitengewoon troostvol (zie vers 11 - 14, maar ook h. 30 en 31). God komt met heil dat niet vergaat, wellness that stays for ever!

Gods heil (vs. 11)

Wellness, heil, wat is dat eigenlijk?

Daar kun je veel over zeggen. En eerlijk is eerlijk, ook onze wellness – hype – dingen hebben daar wel degelijk mee te maken! Daar kun je ook echt even iets proeven, voelen, meemaken van heil dat God echt met ons voorheeft! In de bijbel vindt je iets daarvan terug in de sabbatsgedachte: pauze om de rust van God in gedachten te brengen, te ervaren en te beleven.

In de kern betekent heil in de bijbel: ultieme heelheid en volkomenheid (vgl. Ef. 3, 19 en 4, 13).

In heel de bijbel zie je overal elementen daarvan: bv de bevrijding van Israël uit Egypte, verlossing uit slavernij, vrijkoping, genezing van ziekte, opwekken van doden.

Het ultieme heil in eigen Persoon zie je in Jezus. En in wat Hij zegt en doet. Wie Hij is! Dat is waar Paulus in Efese 3 dn 4 op wijst. En nu het mooiste nieuws: jij en ik mogen steeds voller worden met hem! Dus ook met Gods volkomen wellness voor ons, door Hem.

Dé kern van wat God ons in de bijbel duidelijk wil maken is dit: Ik heb jouw heil (NBG'51), jouw wellness voor ogen (jouw geluk, NBV) en niet je onheil (je vernietiging, eenzaamheid, ellende, pijn, verdriet, leegte). Ik heb jouw heil voor ogen, jouw heelwording, jouw volkomenheid. En door Jezus breng Ik dat in, in jouw leven!

Ken jij echt Gods gedachten over jou? Hij ziet je in je pijn (Ex. 3, vgl. Hosea eap). Hij kent je verlangens. Hij weet waarvoor je gemaakt bent. En Hij weet ook dat het weg is, dat je in ballingschap leeft, in vreemdelingschap. Dat er zoveel is dat van je is weggeroofd. En misschien heb je het zelfs wel nooit gekend!

En Hij weet dat verlangens in de ellende keer op keer worden gefrustreerd.

En wat Hij nu wil is dat jij door hebt dat Hij alleen dat geluk, dat heil, die wellness, terug kan en wil brengen in je leven. En dat laatste is echt: Hij wil dat!

Wij zoeken ons heil in van alles. En luisteren dan maar wat graag naar allerlei valse profeten. Om dan maar zo snel mogelijk van al die ellende af te zijn. Letterlijk. Maar dan ga je uiteindelijk onheil tegemoet. Omdat het heil zoeken dan los is van de Enige die heil kan en wil geven. En van de Weg van heil die Hij met ons wil gaan.

Als er één ding is waarvan ik wil dat dit tot je doordringt vanmorgen, dan wel dit: God heeft jouw heil, jouw wellness, jouw geluk voor ogen! En niet je ongeluk. Ook als Hij zegt: Mijn weg met jou is misschien wel net even anders dan je wil of denkt...

De weg van Heil: Christus (vs. 12 - 14)

Dat is in feite ook wat Jeremia de Judeëers moet voorhouden: Ik ben de Weg van heil, zegt JHWH (vgl. de preek over Ex. 3 - Christfulness, deel 1). En Ik ga de Weg van heil met jullie. Zie hoe Jeremia dat verder uitwerkt in vers 13 en 14. Mooiste: Ik zal jullie terugbrengen vanwaar Ik jullie heb weggevoerd.

Even tussendoor: Huh? Heeft God ons in ballingschap gevoerd?

Het is interessant om te zien hoe de bijbel aan de ene kant dit zo zegt, en aan de andere kant duidelijk laat zien hoe de mens zichzelf telkens opnieuw separeert van God en Zijn levenstroom. En soms geeft de bijbel er ook blijk van dat alle ellende je overkomt (zo bv. in Ez. 16, 1 – 14 – je bent geboren uit een verschrikkelijk en zondig geslacht! Maar Ik heb je gezien en gered – hoe bemoedigend is dit! Want wat kun je slachtoffer zijn van dingen die jou zijn overkomen, bv door trauma, opvoeding of het ontbreken daarvan! Maar God heeft je zien liggen in je nood).

Ik denk dat je dit zo moet zien: als je je als mens meer of minder losmaakt van God als Voorziener in je leven (of daarvan losgemaakt wordt door anderen of omstandigheden die ver boven je uitgingen), zul je navenant minder van Gods leven ontvangen. En dan dus uiteindelijk ook heil, wellness, levensgeluk ontberen. Zo is de orde van God nu eenmaal. Dus de vraag voor jou zou kunnen zijn: in hoeverre beweeg ik me met mijn levensstrategieën naar God toe of van God af... Weet je dat niet? Misschien moet je er dan eens over nadenken of met anderen over praten. Doel van kerkzijn is iig juist hierin met elkaar op te trekken, deze dingen met elkaar te delen. Zodat je elkaar kunt blijven bemoedigen op weg te blijven in de goede richting.

God gaat, juist temidden van onze ellende, in onze ballingschap, met ons op weg naar terugkeer! Hij doet ons weer terugkeren. Kijk wat er staat in vers 12: jullie zullen Mij aanroepen en Ik zal naar jullie luisteren (vgl. Ex. 3, 7 en 8). En dan: Jullie zullen Mij zoeken en ook vinden!

Hoor je hierin ook de woorden van Jezus: zoek en je zult vinden, klop en de deur zal voor je worden opgedaan, vraag en je zal gegeven worden (Luc. 11, 1 – 13 – En daar gaat het om de inwoning van de drie-enige God!).

Als jullie Mij tenminste zoeken met hart en ziel... zegt Hij erbij... Ja, het gaat ergens over. Weet je waar vooral over? Over de vraag of je echt wilt dat God zo in je leven komt. Over dat Hij echt in al je ellende binnen mag komen en mag gaan helen. Over de vraag of je echt beseft dat je alleen door Zijn heling heil, wellness zult zien.

Ten diepste gaat het hier over contact. Verbinding. Daar komt Gods heil tot stand (vgl. Ps. 121, 3 en 4 (ber.) en zie ook Jac. 5, 16).

En dat is wat God bedoelt als Hij zegt: Ik doe jullie terugkeren vanwaar je komt, als jullie met hart en ziel terugkeren naar Mij. Ik zal alles weer heel maken, zoals het hoort te zijn, waarvoor je gemaakt bent.

Dat is dus met alle elementen van je leven, met huid en haar. De mate van heling hangt direct samen met de mate van hart en ziel van jou die uitgaan naar de levende God. Dat is wat Jeremia duidelijk wil maken.

Dit, hier in vers 13 en 14, lijkt in feite een soort van uitnodiging van God. In ieder geval is het een soort van verlokking! Hiermee wil Hij ons begoochelen. Hiermee wil Hij ons verleiden (vgl. Hos. 2, 16 – 18)! En ons ons geluk terug geven, wat Hem volle vreugde geeft.

Om die uitnodiging of verlokking buitengewoon krachtig te maken, heeft God ons als mensen iets gegeven, dat ons ervan moet overtuigen dat het God echt om ons heil te doen is. En dat Hij daar alles maar dan ook alles voor over heeft: Jezus.

Hier zit een mooie heilshistorische lijn: in Hem geeft God eindelijk weer een koning naar de aard van David. Zoals David van de troon is gestoten waardoor Juda uiteindelijk in Ballingschap kwam, zo is Jezus nu op de troon gekomen om Gods heil alsnog te laten zegevieren!

Want Hij weet wat voor maaxsel wij zijn... (Ps. 103, 14). Daarom is Hij ons tegemoet gekomen in Christus. Om ons er nog meer toe te brengen God de Vader met hart en ziel te zoeken. En te vinden. In Hem.

Want dat is wat Hij belooft: je zult vinden.

Ha, eigenlijk is het nog net even anders: God zegt: "Ik zal me laten vinden" (vs. 14a). Heb je dat gezien? Vgl. een ouder die met een kind verstoppertje speelt... Die laat zich vinden. Toch? En het kind straalt van geluk omdat het gevonden heeft. Dat ook! Hij zal zich laten vinden. Om dán in ons lot een keer te brengen. Eigenlijk kan ik wel zeggen: Hij heeft Zich laten vinden in Jezus. In Hem kunnen we God zien (vgl. vorige preek over Ex. 3)! In Hem is de verbinding er weer met het hart van onze Vader. Zodat het heil, de heling, de ware wellness, kan terugkeren.

Nu en straks.

O.k. Alleen: wat mag ik dan precies nu verwachten? En wat komt dan pas later, in de eeuwigheid zagezegd?

Daar wil ik uiteindelijk nog iets over zeggen, om dan af te sluiten met enkele concretere opmerkingen.

Eén van onze valkuilen, zo bleek al, is dat we nu alles willen aan wellness. En wat we niet willen, mijden we als de beste (nl. pijn). Hét risico is dus dat we ons laten verleiden tot de valse profeten die zeggen dat het nu inderdaad ook allemaal al beschikbaar is. Dit klopt echt niet. Er is wat beschikbaar, maar lang niet alles. Wees daar op bedacht!

Hoewel dat wat er beschikbaar is (om het dus heel utilistisch uit te drukken) al veel te veel is voor een sterfelijk mens om te dragen. Denk maar eens aan zo'n bijzondere ervaring die je soms kunt hebben, als je ineens beseft dat je werkelijk Gods kind bent. Of dat alle zonden je werkelijk vergeven zijn, etc. Vallen in de Geest (als Gods volle waarheid tot ons doordringt) is soms volkomen logisch...

Hét doel van kerk en geloven is de verbinding met Jezus. Om daarin de Weg naar en van heil te leren gaan. Met de uiteindelijke bestemming: terug in Jeruzalem. De volkomen volheid van Christus in ons (Ef. 4, 13).

Voor nu betekent dat

- dat we op weg zijn (maar met een geweldig perspectief)
- dat alles aan wellness er nog lang niet is (denk aan pijn, heimwee, ballingschap, sterfelijkheid, om maar enkele dingen te noemen).
- Maar er is wel degelijk wellness (en voor ons besef ook best veel, zie hierboven) – denk aan de vrucht van de Geest, gemeenschap der heiligen (waarbinnen het heil van God aan ons gebeurt), etc.
- Christus is onze Metgezel onderweg! En dat is reële werkelijkheid die we steeds meer mogen ontdekken. Hij die als geen ander balling is geweest, en er aan dood gegaan is, is onze Leidsman. En Heiland, Hij die heil zal brengen

Christfulness

Concreet betekent dit, dat je je reistas voor onderweg mag vullen met Hem. Richt je hierbij niet op wat er niet is, maar op wat God de Vader in Jezus nu al geeft als Manna voor onderweg (Jezus Zelf vergelijkt Zich als het levende Brood juist ook daarmee). Eet je vol met Hem.

- **aanvaard** met Hem **het leven** zoals dat nu is, neem daar verantwoordelijkheid voor. Jij en ik zijn mede oorzaak van deze ellende. Ballingschap kwam door eigen toedoen! De orde van het door God geschapen leven zorgde voor de rest... Maar erken dat en belijd dat ook.
- **Neem de hand van Jezus** in de jouwe. Hij wil je leiden. Zoek hiernaar. En weet: je zult vinden. Of beter: Hij zal Zich laten vinden.
- Zoek elkaar hierbij in de gemeente. Daarvoor is de kerk. Dan zullen Gods wonderbare daden zichtbaar worden. Anders niet. Dan wordt de kerk vol van Jezus, Christfulness wordt de sfeer en het klimaat. En zie wat dat voor effect heeft (1 Kor 14, 25)
- **Wees eerlijk met jezelf:** waar zoek jij je geluk?
Ps. 37, 4 zegt: zoek je geluk (je wellness) bij de Heer, Hij zal je geven de verlangens van je hart.
Durf je daar op te vertrouwen, je er naar uit te strekken? Zonder dat het moet zijn of gaan zoals jij wilt? Zonder dat je de pijn van de ballingschap wilt mijden
- **Ga eens na of er valse profeten zijn** in je leven, van die stemmen of gevoelens die zeggen: ach, maakt het uit. Of: laat je niet kisten! Kan op allerlei subtiele manieren. Kern: ze zeggen dat je de ware toedracht van je leven niet onder ogen hoeft te zien. Bv. "verstop je er maar voor", zoek je eigen veiligheid, sla om je heen, dat is heilzaam, blij je vast in je verlangens, dan zullen ze wel worden vervuld, etc. Anders gezegd: valse profeten halen je uit de verbinding, met God, met jezelf, met het leven.
Dit is uiteindelijk zeer onheilzaam! Je erkent niet waar je echt bent... Valse profeten maskeren dat.
- Daarom dit als laatste: **zie je pijn onder ogen**. Wat probeer je te mijden? Wat probeer je kwijt te raken zonder er echt naar te hoeven kijken?
Ik weet, dit is erg spannend. Maar bedenk dat juist in het diepst van die pijn iemand op je zit te wachten... Wil je Hem ontmoeten? Daar op die plek?
Niet? Kijk dan nog eens naar het kruis waar Hij hing voor jou, en laat je overtuigen. Hij is daar. En Hij wacht tot je komt. Zoek hulp als het je niet lukt. Juist daar is in de kerk plek voor, realiseer je je dat? Een hele plaats vol met ervaringsdeskundigen.
Dit is de hoop voor de wereld mensen. Dat Jezus zo in ons openbaar mag worden. Zodat mensen komen, zich ter aarde werpen, God aanbidden en zeggen: werkelijk, God is in jullie midden (vgl. tabernakel en tempel)! Let vooral ook op wat hieraan vooraf gezegd wordt door Paulus: "Alles wat de bezoeker heimelijk beweegt (lees: zijn verwarde hart en de ondoorgrondelijke pijn en ellende in zijn leven) zal aan het licht komen (zie 1 Kor. 14, 25). Maw: hij komt de ware toedracht van het leven op het spoor. En ziet dan dat je daarmee in Gods nabijheid heil ontvangt, heling, genezing, bevrijding, wellness! Christwellness om het zo te zeggen.

Enfin: op de kringen zullen we hier verder met elkaar over praten. En één van de dingen die ik erg graag zou willen is: wees eens eerlijk met elkaar. Zonder die eerlijkheid blijft het op z'n best schemerig op de kring en in onze harten. Alleen door zo de liefde van Christus in alle eerlijkheid te praktiseren, mogen we ons gemeente van Christus noemen. Laten we dat zoeken met heel ons hart en heel onze ziel, met al onze kracht en al ons verstand.

En draai jezelf geen rad voor de ogen.

Het is echt erg: ballingschap. En jij zit er midden in. Maak je geen illusies.

En bedenk: God is echt de enige die uitkomst kan en wil geven. In Jezus is Hij nu (om het oneerbiedig te zeggen) beschikbaar. Om je Zijn heil, wellness te brengen.

Nu is het aan jou om je de vuile en lege handen te laten wassen en vullen. En echte wellness te ontvangen.

Christfulness

Wellness - Persoonlijke verwerking

Ademoefeningen

In de vorige reader staat een uitgebreide set met oefeningen om aan de slag te gaan met de basis van je alledaagse leven: je adem. Wij leven op de adem van Gods stem, zegt Psalm 103. En zo is het ook. Doel van de ademoefeningen is, dat je je dit steeds meer bewust wordt: in je adem ligt je basis: Gods Geest in mij. Voor de oefeningen verwijs ik naar deel 1 van deze serie.

Preekverwerking

Voor persoonlijke overdenking en voor latere bespreking op de kringen zijn onderstaande vragen:

1. Hoe belangrijk is wellness voor jou? Wat doe je allemaal om dat te "hebben"?
2. Wat herken je van die frustraties dat dingen niet gaan zoals ze gaan? Wat doe je daarmee?
3. Herken je iets van de genoemde ballingschap of vreemdelingschap in jouw leven? Zo ja, wat dan?
4. Wat voor profetenstemmen ken jij in je leven? Zijn dat ware of valse profeten? Probeer in de stilte~ en ademoefeningen eens een paar van die stemmen op het spoor te komen. Wie/wat zijn het? Wat zeggen ze? Waar doet dit bij jezelf een beroep op?
5. Wat is de ware toedracht van jouw leven? Durf je hier eerlijk over te zijn, bv op de kring?
6. God wil jouw heil en niet jouw onheil, jouw geluk en niet jouw ongeluk. Wat betekent dit voor je? Wat doet het je als je dit op je in laat werken?
7. Waar zoek jij je geluk? Welke plek heeft God daarin?
8. Lees eens Joh. 14, 6 – Wat betekent dit voor je?
9. Hoe zou je het heil dat God in en door Jezus aan jou nu al wil geven, meer kunnen ontvangen? Welke hindernissen zie je bv.?
10. Geef n.a.v bovenstaande preek nog eens een korte definitie van wat Christfulness nu voor je betekent.

Preek in de week

1 ^e dag	<u>Gen. 2, 1 – 17</u>	De mens leeft op de adem van Gods stem, vs. 7
2 ^e dag	<u>1 Kon. 8, 1 – 21</u>	De Heer woont temidden van Zijn volk! Tot heil van allen
3 ^e dag	<u>Jes. 55</u>	Het heil van God is zo anders dan onze ideeën
4 ^e dag	<u>Jer. 31, 27 – 37</u>	Het heil van God – Gods wet (=levensorde) in ons hart
5 ^e dag	<u>Matt. 5, 1 – 16</u>	Gelukkig ben je als ...
6 ^e dag	<u>Matt. 10, 34 – 39</u>	Leven behouden en verliezen
7 ^e dag	<u>1 Pet. 5, 8 – 11</u>	Leef met perspectief!

Christfulness

Wellness - Verwerking Kringen

Inleiding

Als inleiding op de verwerking in de kringen verwijs ik tevens naar de aanwijzingen die in deel 1 staan. Kern: in de kringen gebeurt de christelijke kerk. Alle woorden over genade, vrede, vergeving, verzoening, liefde, etc. "in Christus" worden hier al of niet gepraktiseerd en krijgen hier al of niet gestalte.

Dat is waar we dit seizoen mee aan de slag gaan. Dit is wat een kerk onderscheidt van elke andere groep mensen en het kerk maakt: de liefde van Christus in en door ons in deze wereld (1 Joh. 4).

Verwerking

De verwerking van de preek en de verdere verdieping kun je op de kring als volgt vorm geven (ervan uitgaande dat iedereen ook de persoonlijke verwerking op p. 10 doet):

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 - 30 min. Als er echt grote dingen zijn, ruim hier dan bewust plaats voor in, onmiddellijk of plan het op een ander moment. Bedenk dat dingen die nu aan de orde komen altijd belangrijker zijn dan "de bespreking" e.d. Dus neem daar, als dat nodig is, de benodigde tijd voor.
- 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 dat Hij merkbaar Tegenwoordig is in het midden van de kring.

20:35 **Bespreking / Verwerking bovenstaande preek en verdere verdieping**
(p. 4 - 9)

Besprek het thema Wellness, mede adhv de persoonlijke ervaring van de dienst en de persoonlijke voorbereiding hierboven (p. 10). Gebruik als gesprekslijn de onderstaande gespreksvragen/punten.

- Wat voor betekenis heeft het woord Wellness voor je (gekregen, bv nav van bovenstaande en de kerkdienst over het thema)?
- Probeer eens met elkaar te delen wat nu jouw persoonlijke valse profeten zijn (die dus pijn willen mijden en zsm in de hemel (terug in het beloofde land) willen zijn). Help elkaar om die valse profeten te ontdekken / ontmaskeren. Misschien moet je daarvoor eerst nog nadenken over wat nu zo'n valse profeet eigenlijk is in jouw leven van vandaag. Doe dat zo nodig met elkaar.
- Valse profeten proberen ten diepste dingen te bedekken, te vermijden e.d. Wat voor dingen zijn dat in jouw leven? Probeer daar samen eens naar op zoek te gaan. Zie ook de slotvragen van de preek op p. 9
- Waar zie jij heil in voor jouw dagelijkse bestaan? Waar zie jij geen heil in? M.a.w.: naar welk geluk ben jij (voortdurend?) op zoek ?
- Wat kan in het voorgaande de betekenis van Christfulness zijn? Anders gezegd: wie is Jezus voor jou in deze dingen? Hoe kan het "meer gevuld worden met hem:": hierin een helende (= heil/wellness brengende) rol vervullen?

22:15 **Afsluiting avond**

Sluit af met een lied en met gebed. Neem in dit gebed eventuele punten uit de bespreking mee.