



Christfulness

Creatief bestaan in Jezus - Ef. 4, 13

Jaarthema Oosterparkkerk Amsterdam
Seizoen 2010 – 2011

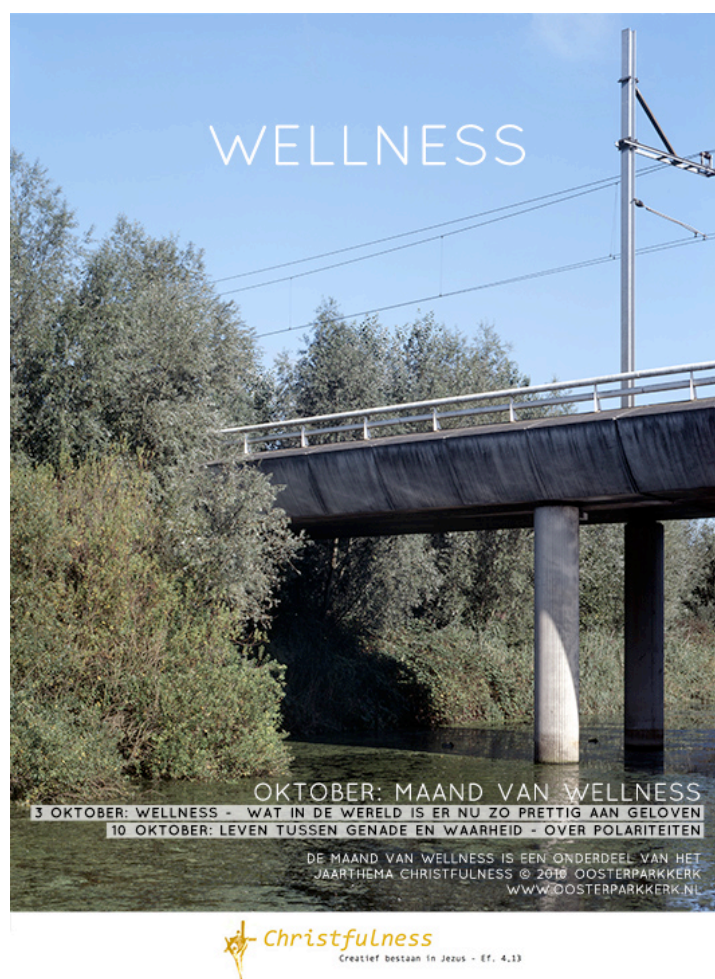
Deel 2a

Wellness -
Leven tussen genade en waarheid
Over de polariteiten waartussen Christwellness gebeurt

Amsterdam, september 2010 – juni 2011

Inhoud

Voorwoord	Pag. 3
Leven tussen genade en waarheid	Pag. 4
Persoonlijke verwerking	Pag. 10
Verwerking in Kringen	Pag. 11



Voorwoord

Zoals aangekondigd hier een tweede reader over het thema Wellness. Misschien komt wellness in de preek die hier volgt, voor je gevoel wat minder scherp in beeld. Dat komt omdat het vooral gaat over iets dat onze Christwellness vaak in de weg staat: onze verstriktheid in dilemma's, polariteiten. Ik hoop dat het nu volgende verhaal duidelijk mag maken dat Jezus ons uit onze verstrikking wil halen en ons zo echt wellness wil geven.

Het is een lastig onderwerp dat in deze reader behandeld wordt. Ik hoop en bid dat dit materiaal toch echt een bijdrage mag leveren aan het leven van jou en anderen, zoals de inhoud ervan mij verder heeft gebracht. De bevrijding uit dilemma's in allerlei polariteiten is echt iets dat heel veel meer rust en vrede van Christus je leven binnen wil brengen.

Gods zegen bij het proces dat Hij met je gaat.

Roelof Telgenhof,
Duivendrecht, 8 oktober 2010.

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

Christfulness

Leven tussen genade en waarheid
Over de polariteiten waartussen Christwellness
gebeurt

Gelezen tekstgedeeltes zijn Jer. 17, 7 – 18, Joh. 1, 1 – 5 en 14 – 18 en 8, 1 – 12

Wat is een leven van Wellness?

De vorige keer is er gezegd dat echte wellness is: samen met God in de werkelijkheid van ons gebroken leven staan en zo op Weg gaan naar een nieuwe toekomst. Dit kan in en met Jezus. Hij is jouw Weg van heil, van wellness. Dat is nu al zoveel dat je er meer dan genoeg aan hebt voor onderweg. En dat wordt volkomen als Jezus terugkomt om Zijn eeuwige Koninkrijk definitief tot stand te brengen, werkelijkheid te laten worden.

Toch zijn er in het leven van hier en nu nog wel steeds allerlei moeilijkheden die het leven van "Christwellness" (om het zo maar even te noemen) in de weg staan. Dit is bijvoorbeeld wanneer je bepaalde keuzes moet maken. Wanneer doe je bv wat, in welke situatie?

Enkele voorbeelden van verschillend soortelijk gewicht: moet Nigel de Jong nu wel in Oranje of niet? Moet het CDA nu wel regeren "onder gedoging van" Geert Wilders of niet?

Iets dichterbij: mogen Homo's met een relatie (en evt. partnerschap) nu wel "gewoon" aan het avondmaal of niet? Is samenwonen nu goed of fout?

En nog iets dichterbij: moet ik nu opkomen voor mezelf, of juist niet? Moet ik nu echt alles van m'n leven delen op de kring, of liever toch maar helemaal niets? En hoe zit dat met het houden van regels in je leven? Is dat alles of niets (laat maar "waaien").

Wat zitten we vaak verstrikt in dilemma's: moet het nu zus of zo, links of rechts, door of terug, open of gesloten, in verbinding of in disconnection...?

Verwarring (lees hierbij Gen. 2, 8 en 9 en 3, 1 – 7)

Dit is best moeilijk en in zo'n dilemma (of polariteit) is er vaak niet zo even een bevredigend antwoord. En dat voel je vaak. Bovendien hebben we vaak diep binnen in onze ziel bepaalde besluiten genomen om in een dilemma bij uitstek één positie te kiezen. We zijn gaan zitten op één pool. Want dat is in verwarring wel zo duidelijk en veilig...

Dat is wat er namelijk aan de hand is: we zijn in de war. Door het eten van de Boom van Kennis van goed en kwaad dachten we juist alles te weten wat er geweten moet worden (en zo het leven in eigen hand te hebben, zoals God te zijn), maar het tegendeel werd waar. Iemand zei het eens zo: voor de zondeval waren we bij de Eeuwige. Maar door de 'val' werd zijn bewust – zijn. We moesten ineens aan de slag met ons denken, voelen en waarnemen om uit te vlooien hoe dingen nu eigenlijk zijn: wat is nu goed en wat is nu kwaad?

Dit heeft ons in verwarring gebracht. We weten het gewoon meestal niet... Al die kennis van goed en kwaad is ons te veel. Dat kan alleen God weten en bevatten! Daardoor zijn we in verwarring, omdat we dingen nu zelf moeten weten, ons daarvan bewust zijn, die ons vermogen te boven gaan. En waar we ons inmiddels ook bewust van zijn (en dat was eigenlijk al direct zo, zie Gen. 3, 6 en 7), is dat er door onze verwarring dingen echt fout gaan. Bv. ineens willen we niet meer weten wie we zijn... We schamen ons voor onszelf en dekken onze kwetsbaarheid af. En hoe we dan wel contact moeten en durven maken? Wat we in ieder geval weten en voelen dat is dat dit ongelooflijk spannend en ingewikkeld is...

Zie je wat er ten diepste gebeurt in Gen. 3? We zijn de verbinding kwijt, met God en met elkaar. En juist die verbinding met God en met elkaar is de Bron van leven.

In Johannes 8 komt dit op een duidelijke maar ook pijnlijke manier naar voren. We gaan daar zo op in. Maar eerst nog iets meer over die zgn. polariteiten.

Polariteiten

In de verwarring (van met name het uit contact met God zijn) raken we de weg kwijt in allerlei dilemma's waar we zo vaak in zitten. Deze dilemma's of polariteiten kun je bv. als volgt onder woorden brengen (het kan vast ook op andere manieren, maar ik heb gekozen voor de volgende formuleringen)

- er helemaal wel zijn of niet zijn,
- alles geven of alles nemen
- helemaal samen of helemaal alleen
- sterk of kwetsbaar zijn
- leven enkel als vreugde – pijn ervaren
- alle dingen zijn of goed, of fout

Herken je dit soort dilemma's in je leven? Ze zitten overal in, in elke keuze waarvoor je gesteld wordt... Je kunt er soms gek van worden.

Als je kinderen moet opvoeden, loop je daar dagelijks meerdere keren tegenaan: dan is er weer dit en dan weer dat. Zodat je soms op een gegeven moment denkt: ze doen ook maar. Ik heb geen zin meer om weer een keuze te moeten maken... Als ouder kun je je daarna dan weer schuldig voelen over dat je iets hebt laten zitten. Pff. Om eindeloos moe van de worden.

Deze dilemma's of polariteiten zijn in feite ruimtes tussen twee totaal tegengestelde polen die elkaar om zo te zeggen uitsluiten. Je kunt daartussen bewegen, maar vaak kies je voor de duidelijkheid en veiligheid één van beide polen als uitgangspunt.

Voorbeeld: hoe ga jij door het leven bv met betrekking tot ontmoetingen met collega's? Mogen zij je echt zien, met al je kwetsbaarheid, fouten en zwakte? Of ben je een hard en onwrikbaar blok beton? Ander voorbeeld: veel snoepen is slecht. Mogen je kinderen (mag jij...) dan toch af en toe een snoepje, of verbied je het helemaal? Of laat je het (omdat je dat kiezen iedere keer zo lastig vindt) maar komen zoals het komt?

Zie je hoe we verstrikt kunnen zitten in allerlei van dit soort thema's? En dat niet alleen vandaag, maar heel ons leven al. En we hebben in de loop van ons (van al allervroegste) leven ook al allerlei posities genomen in allerlei verschillende dilemma's/polariteiten.

De Levensstroom

Dit laatste wordt wat duidelijker als je ons leven bekijkt als een "levensstroom" waarin we voorthobbelen (vgl. Psalm 1 en Jer. 17, 7 en 13; zie ook Ez. 47, 1 – 12 en Openb. 22, 1 en 2. Soms gaat dit lekker rustig, maar soms ook niet. Dan kom je bv. in een stroomversnelling en gebeurt er ineens van alles in korte tijd (bv. bij de geboorte). Het gaat er wat dat betreft is het leven net zo aan toe als bv bij wildwaterkanoën of raften!



Raften is erg leuk, maar soms ook echt erg spannend: ga je ten onder of kom je na die stroomversnelling ook weer boven, zodat je verder kunt gaan...

Op al dit soort momenten maak je keuzes: hoe ga ik met de gegeven situatie, zoals ik die waarneem en interpreteer om? Vaak zijn er drie mogelijkheden: of je laat je gewoon meevoeren in de Levensstroom, of je stapt er linksom uit, of rechtsom (wat dit dan in concreet geval ook moge betekenen).

Deze keuzemomenten zijn die polariteiten. Je kunt er in de ene of in de andere pool gaan zitten. En er tussenin is, of lijkt in ieder geval, heel spannend. Want dat is midden in de stroom...



Gedurende de Stroom des Levens zijn er tal van spannende momenten, waarop je keuzes moet, kunt maken. Die keuzes hebben vaak verstrekkende gevolgen voor hoe jij je leven verder doet...

Nu is het belangrijk je te realiseren, dat verwarring onveilig voelt... Dus vlucht je in eoa stroomversnelling voor je veiligheid liefst maar de wal op. En dat is volstrekt logisch. Want je wilt leven en niet (eventueel) omkomen in de stroom... Daarom zoek je op basis van eoa oordeel (nl. over wat naar jouw idee in de gegeven omstandigheden veiligheid biedt) je toevlucht op één pool van de polariteit... Je springt op de linker of de rechter oever. En geeft daarmee de beweging ertussen op. Nogmaals, dit is logisch. En in sommige levenssituaties is dit soms ook echt nodig! Om je vege lijf en leven te redden! Maar tegelijk maakt dit je ook onvrij en star, voel je dat? En daar komt nog wat bij (en dat is hier nog belangrijker): je raakt hierdoor uit contact! Je raakt de verbinding met de Levensstroom kwijt. En zo ook echt Leven! Dit is wat Jezus duidelijk maakt in Joh. 8.

Jesus in Action (Joh. 8, 1 - 11)

Dat is wat we zien in Joh. 8. Jezus in bijzondere actie.

Neem het verhaal er even bij zodat je mee kan lezen.

Jezus is in de tempel en geeft onderricht. Dan komen daar (vrij plotseling) Farizeëers en Schriftgeleerden bij Jezus, met een vrouw. Ze zetten (of kwakken) haar voor Jezus neer en zeggen: Meester... enzovoort...

Allereerst: ze hebben gelijk. Hier is een vrouw die op heterdaad betrapt is op overspel. Ze is bij een andere dan haar eigen man, in bed gevonden. En de man met haar, terwijl zij niet zijn vrouw was en misschien wel getrouwd was met een ander. En ze hebben gelijk: de wet van Mozes zegt: stenen (Dt. 17, 7). En regel is regel. Dit is de waarheid! "Wat vindt U daarvan?" zeggen ze tegen Jezus?

Nu zijn de Farizeeers en Schriftgeleerden er op uit om Jezus te tackelen. Ze hebben dus in feite niet allereerst hun boog gericht iop deze vrouw, maar gebruiken haar (net als die man zo-even in bed) om hen t.a.v. de zaak met Jezus te bevredigen... Ze doen dit door Jezus voor een onmogelijk (duivels) dilemma te plaatsen: als Hij nu zegt: "doe dit, want de wet van Mozes moeten jullie houden", dan zal Hij het aan de stok krijgen met de Romeinse overheersers. Want die hadden de Joden verboden hun vonnissen (zoals nu zou moeten mbt deze vrouw) ten uitvoer te brengen. Als Jezus aan de andere kant zegt dat dat stenen maar niet moet, dan kunnen ze Hem beschuldigen van ontduiking van hun Joodse wetten. Maar Jezus trapt hier niet in...

Jezus laat Zich niet in het door deze geleerden opgeworpen duivelse dilemma lokken. Maar Hij opent voor hen een mogelijkheid om tot echte communicatie te komen, tot echt contact. Dat doet Hij op een bijzondere manier: Hij bukt zich en schrijft zwijgend met Zijn vinger in het zand.

Wat wil dit nu zeggen?

De Farizeeërs en Schriftgeleerden zijn mannen die de bijbel goed kennen. En ze zijn ook mannen die elke toespeeling op welk stukje uit die bijbel dan ook, onmiddellijk herkennen. Jezus bukt Zich en schrijft in het zand... Onmiddellijk moet er bij hen een licht gaan branden: Jeremia 17!

13 HEER, bron van Israëls hoop,
wie u verlaten, zullen te schande staan,
wie van u weggaan, zullen in het stof worden geschreven,
want ze hebben de HEER, de bron van levend water, verlaten
(Aant. RFT: vgl. 2, 13!, over de waterbakken).

Wat Jezus hier zegt met dit merkwaardige schrijven in de aarde (vertaling Jer. 17, 13 in de NBG '51 vertaling) is: jullie zijn los van God... Jullie zijn het contact kwijt en zijn zo het spoor van het echte leven van en met God bijster geraakt. En nu zoeken jullie je toevlucht in polarisaties, je verliest je in de eenzijdigheid van blote waarheid! Jezus geeft ze de tijd om tot dit inzicht te komen of om dit inzicht te aanvaarden. Maar ze blijven bij hun harde opstelling: deze vrouw is des doods schuldig en moet gestenigd. Zeg wat U vindt!!!

O.K., zie je Jezus denken. Dan toch maar echt dissen die gasten... "Wie van jullie zonder zonde (enkelvoud!) is, laat die als eerste een steen naar haar werpen".

Baff! Die is raak! Zij zonder zonde? Ze durven veel te zeggen en houden ook voortdurend allerlei schijn van maskers op. Maar ze beseffen dat ze dit niet kunnen maken: zeggen dat ze zonder zonde zijn.

In feite worden ze door Jezus in de plomp van de levensstroom gegooid. Jezus probeert hen weer in contact te brengen, weer in levende verbinding met de levende God. Hij zit daar voor hen op z'n hurken, de woorden van de profeet aan te halen.

Maar ze doen het niet: verbinden. Ze druipen af. Ze vertrekken. Opnieuw.

Want weet je: in direct spreekt ~Jezus hier, met die verwijzing naar Jeremia, naar Gods grote genade. God wil je genezen en uit de verwarring halen. Dat waarheid en recht echt bestaan. Maar dat er meer is dan dat alleen.

Dat blijkt vervolgens als je ziet hoe Jezus omgaat met die overspelige vrouw.

Ja, ze is schuldig. Ja, ze heeft overspel gepleegd. Ze heeft zichzelf verloren in het dilemma van geven en nemen.

Deze polariteit heeft iets als: moet ik me voor intimiteit nu echt helemaal geven aan een andere man? Of moet ik me juist totaal afschermen voor elk contact? Of: ik wil liefde en streling, laat ik me daarom maar in sex begeven. Dan heb ik in ieder geval wat).

Maar ze is schuldig. En naar de wet van Mozes moet ze echt gestenigd worden. Wees volmaakt zoals Uw hemelse Vader volmaakt is. En dat geldt ook voor haar. Alleen: wie kan dat? Zelfs de Farizeeërs en Schriftgeleerden niet. Met dat ze deze vrouw voor overspel bij Jezus brengen, gebruiken zij haar om Jezus te tackelen. Over overspel gesproken. Maar: wie kan volmaakt zijn?

Gelukkig: meer dan Mozes is hier, Jezus! Goddank!

"Waar is iedereen gebleven? Heeft Niemand u veroordeeld?". "Nee, niemand Heer".

"Ook ik veroordeel U niet. Ga naar huis (!) en zondig vanaf nu niet meer".

Zie je dat? Jezus veroordeelt niet. En tegelijk zegt Hij: zondig niet meer, leef niet meer in de zonde, uit contact met Mij! Want dan raak je verstrikt (Hebr. 12, 2). En kies je de wal van de stroom. In plaats van in de stroom mee te gaan, op weg naar echt leven.

Genade en waarheid (Joh. 1, 14)

Jezus "opereert" in de ruimte tussen een alles overstijgende polariteit: genade en waarheid. Het is zelfs zo sterk met Zijn persoon verbonden dat Johannes Hem in 1, 14 die Naam geeft: Genade en Waarheid. Hij is dat.

En daarom kan je in en met Hem die akelige polariteiten te boven komen. Ze zijn niet weg of zo, maar je kunt er anders tegenaan gaan kijken. Natuurlijk is er het één of het ander. En natuurlijk is er goed en kwaad. Maar wij zijn als mensen vanuit onszelf niet in staat hierin volmaakt te zijn en te bewegen. We hebben enkel ons bewust – zijn, dat er lastige dingen op ons bordje liggen. En dat maakt elke beweging risicovol.

En nu zegt Jezus met Zijn genade en waarheid:

- ook Ik veroordeel je niet
- ik wil dat je leeft
- Ik wil je genezen en uit die akelige dilemma's halen

Maar ook zegt Hij

- het is ook echt fout, onheilzaam, om overspel te plegen.
- Het is ook onheilzaam om in de zonde (los van Mij) te (blijven) leven
- leef daarom in contact met Mij (vgl Jer. 17, 7 – 8 t.o. vs 13)
- dan zijn die polariteiten niet weg, maar je kunt er een weg in vinden met en door Mij! Omdat het oordeel er vanaf is. (vgl. bv. Jes. 30, 21 en Joh. 14, 15 - 26 of 16, 5 - 15)



*De Levensstroom (Jezus) is vol van genade en waarheid.
 Zo kun, daarin badend, je verder laten meestromen naar Gods volheid*

Wat je met Jezus mag doen is weer in de Levensstroom terugkeren (Hij is die Weg, die Stroom) en dan op al die moeilijke punten onder ogen zien wat er is. En dat "onder de heerschappij brengen" van Zijn genade en waarheid (zie Joh. 8, 11). Dat is: ook Ik veroordeel u niet. Zondig vanaf nu niet meer, maar leef in het Licht van de verbinding met Mij. Dan zal Ik je Mijn genade en waarheid bedienen, temidden van al die risicovolle keuzemomenten, waar ook echt dingen fout kunnen gaan, waar ook echt gevaren zijn en waar ook echt dingen zo vergroeid zijn en verwarring stichten. Maar juist in die malaise (om het zo even te noemen) mag je in Jezus genade ontvangen om uit te leven. En waarheid om in en naar toe te leven.

Aan "lager" wal

Wat moet ik nu doen als ik toch aan lager wal ben of weer verzeild raak?

Belangrijke vraag! Maar eerst is er nog het punt van: hoe weet je of je aan lager wal zit? Hier kun je achter komen als je eens wat beter kijkt/luistert naar hoe je dingen doet.

Hoeveel angst, pijn, verzet, kracht, totale overgave, arrogantie, schichtigheid, etc. is daar vaak wel of niet bij? Soms merk je ook dat je een rol speelt, dat je weggriipt. Of bij anderen bent, maar niet echt contact hebt (bv weglopen bij onenigheid, niet in de ogen durven kijken, niet echt zeggen wat je voelt, etc.). Soms merk je ook dat iets je heel erg treft: dat je er geïrriteerd van wordt of zelfs boos of agressief.

In al deze situaties zit je dan waarschijnlijk ergens op één of andere lagere wal...

Merk je dan (als ik dit zo allemaal noem) dat we voor heel groot deel van ons leven op de wal zitten? Juist daarom zegt Jezus ook (Joh. 15, 5): zonder Mij kun je niets doen!

Alleen met Hem kom je weer in de Levensstroom terecht. Vanwege Zijn genade (Ik veroordeel je niet dat je op de wal zit. Ik snap het) en vanwege Zijn waarheid (Samen zien we onder ogen hoe het nu en hier echt is en dan gaan we er wat aan doen).

Alleen zo kom je op een heilzame manier weer van de wal in de sloot...

Met Jezus kun je namelijk terug naar de plek waar jij eruit gestapt bent, waar je besloten hebt het te doen zoals je het nu doet... Om dan daar met Hem weer in de Levensstroom stappen... Alleen dit is de Weg naar wellness waar we ten diepste naar op zoek zijn. Alleen zo zul je uiteindelijk wellness vinden wat alle verstand te boven gaat (vgl. Ef. 3, 17 - 21)

Christfulness

Wat is nu Christfulness in dit verband?

Dat is dat je er steeds meer van bewust wordt dat Jezus er (echt ter willen van jou, denk nog even aan Jer. 29, 11) op uit is om, in verbinding met jou, die Levensstroom weer in de gaan. Hij wil die Weg/Stroom met je gaan. Want Hij heeft de negatieve afloop van al die polariteiten (dat je het leven kwijtraakt door er in te kiezen) van je afgehaald aan het kruis van Golgotha. Daar heeft Hij eens en voor altijd het grote dilemma overbrugd: de kloof tussen God en mensen. Zodat je en niet meer in de hemel kon zijn en zodat het leven op aarde eigenlijk geen leven meer was.

Hierover wil Jezus in contact treden met jou! En over wat er was en is, over het waarom van uitstappen en over terugkeren en durven meegaan in de Levensstroom, ondanks nieuwe "uitdagingen.

En weet je: het is veilig daar. In die Levensstroom. Want ten diepste is Jezus die Levensstroom Zelf. Je vaart mee op Zijn golven. Op weg naar die volkomen volheid van Christus (Ef. 4, 13).

*"In een leven dat steeds voller wordt van Christus
mogen we er in groeien
om steeds meer in de Levensstroom te blijven.
Dat wil zeggen:
we zien wat er is (en dat kan echt van alles zijn),
en vluchten dan niet (meer) weg in een pool van een polariteit
("veilig" de wal op, uit verbinding),
maar we zoeken er verbinding over met Jezus, de Levensstroom
en bewegen met Hem mee.
Dan zul je genezen en gezond zijn (=wellness),
veilig en welwillend om God te prijzen (Jer. 17, 14)"*

Christfulness

Genade en Waarheid - Persoonlijke verwerking

Ademoefeningen

In de 1^e reader (van september 2010) 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. Leg je persoonlijke verwerking zo vast, dat je dit op de kring in de bespreking kunt gebruiken.

1. Wat herken jij van die dilemma's of polariteiten? Ken je ze ook in je eigen leven? In hoeverre zijn die bedreigend voor jouw wellness?
2. In de preek gaat het o.a. over verwarring waar we sinds de zondeval in leven. Herken je daar iets van? Wat?
3. Hoe maak jij keuzes? Misschien hangt het af van waar het om gaat. Bedenk dan eens hoe je welke keuzes in je leven maakt.
4. Breng voor jezelf eens onder woorden wat polariteiten voor jou zijn.
5. Wat vind je van dat beeld van de Levensstroom (p. 5/6)? Herken je er ook iets van, bv van die keuzemomenten en keuzes die je gemaakt hebt (om dat de rest van je leven zo te doen)? Noem eens waar jij aan de "lagere" wal van de stroom zit? Hoe kom je hier weer weg?
6. Wat heeft de geschiedenis van Joh. 8, 1 – 11, die in de preek hierboven wordt aangehaald, je gezegd over jouw mate van verbinding met Jezus en anderen?
7. In wat voor dingen zou Jezus jou kunnen aanspreken zoals Hij de Farizeeërs aanspreekt? M.a.w.: in hoeverre sta jij klaar met stenen in je handen om anderen te stenigen?
8. Wat herken jij in de situatie tussen Jezus en de overspelige vrouw? M.a.w.: Op wat voor manier/plek kan Jezus jou met genade en waarheid aanspreken?
9. Wat is voor jou in de context van het voorgaande nu Christfulness?

Preek in de week

1 ^e dag	<u>Gen. 3, 1 – 7</u>	We zijn de weg kwijt, in verwarring over juist goed en kwaad (zie ook 2, 8 en 9).
2 ^e dag	<u>Jes. 30, 19 - 22</u>	God wil je de weg wijzen, links of rechts!
3 ^e dag	<u>Ez. 47, 1 - 12</u>	De Levensstroom
4 ^e dag	<u>Jer. 17, 1 - 18</u>	Waar het om gaat is: zoek de verbinding met God!
5 ^e dag	<u>Joh. 8, 1 - 11</u>	Ook ik veroordeel u niet. Ga naar huis en zondig niet meer
6 ^e dag	<u>Ef. 3, 17 – 21</u>	Dit is nu de glorie van Christus. Wortel en grondvest in Hem, zwem in de Levensstroom en laat je meevoeren
7 ^e dag	<u>Openb. 22, 1 - 5</u>	Pure wellness. For ever!

Christfulness

Wellness - Verwerking Kringen

Inleiding

Als inleiding op de verwerking in de kringen verwijs ik tevens naar de aanwijzingen die in de 1^e reader (september 2010) staan. De kern hiervan is: 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)

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

- Hoe heb je de afgelopen 2 weken beleefd in het kader van wellness in Christus??

- Bespreek met elkaar de stelling aan het begin van de preek, dat we in de war zijn met elkaar over goed en kwaad. Wat vind je daarvan, herken je dit, etc.

- Wat vind je van het beeld van de Levensstroom met die polariteiten? Kun / wil je aangeven waar jij op de wal bent beland?

- Lees Joh. 8, 1 – 11 nog een keer samen door. Waar raakt dit verhaal jouw leven? Wat kun/wil je daarmee?

- Probeer eens met elkaar te delen waar Jezus jou moet/mag bedienen met Zijn genade en waarheid (bv ik sluit me altijd af voor anderen omdat ik geen contact durf te maken; of: ik sloof me altijd uit voor anderen, maar kom zelf eigenlijk erg tekort; of: ik neem altijd maar van anderen, maar geven vind ik eigenlijk best moeilijk; etc.). En wat betekent het dat je met Hem de Levensstroom weer opzoekt?

Tot slot: Hoe is dit, om dit zo te delen met elkaar? Spannend? Bedenk dit: alleen Licht verdrijft de duisternis! Juist dit is terug gaan naar de Levensstroom gaan

22:15 **Afsluiting avond**

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

Is er iemand die het zingen kan begeleiden (bv met gitaar of piano)?