

Handleiding
voor groepen

Colours

ONTDEK HOE KLEURRIJK JE BENT!

Inspirerend
doe-boek voor
Jonge meiden

MARIJE VAN DEN BERG & COBY KREMER

Ontwerp omslag en startpagina's: Studio Olivier, studio-olivier.nl

Foto's binnenwerk: Hanneke Span, spanfotografie.nl

Opmaak: Robin Veltman

De bijbelteksten in deze handleiding zijn ontleend aan De Nieuwe Bijbelvertaling,
© Nederlands Bijbelgenootschap 2004/2007, tenzij anders aangegeven.

© 2016 UITGEVERIJ Royal Jongbloed - HEERENVEEN
Alle rechten voorbehouden.
www.royaljongbloed.nl

Inhoud

VOORWOORD	4
AAN DE SLAG	5
MEIDEN	5
LOCATIE	5
COMMUNICATIE	5
AANMELDEN	5
MATERIALEN	6
PRAKTISCHE TIPS	6
INDELING TRAINING	6
GROEPJES	6
GESPREKSVRAGEN	7
GEBED	7
LAATSTE STUDIE	7
AANDACHTSPUNTEN EERSTE TRAINING	7
HEARTPREPARATION	7
COMMUNICATIE DEELNEEMSTERS	8
TECHNIEK	8
MUZIEK	8
ONTVANGST MEIDEN	8
START TRAINING	8
TIPS OM SAMEN TE SCHRIJVEN EN TE DELEN	9
1 GOUD - JIJ BENT GOUD	10
2 GEEL – WEET WAT JE DENKT	14
3 ZILVER – STA OP EN SCHITTER	18
4 WIT – JIJ BENT VRIJ	22
5 ROOD - HARTVERWARMEND	25
6 PAARS – BEST FRIENDS FOREVER	28
7 TURKOOIS – RUN LIKE A GIRL	32
8 BLAUW – GEWOON IMPERFECT	36
9 ORANJE – OH HAPPY DAY	40
10 ROZE – LET’S TALK ABOUT LOVE	43
11 GROEN – GROEI EN BLOEI	46
12 COLOUR – COLOUR YOUR WORLD	50

VOORWOORD

COLOUR is een creatief schrijfboek voor meiden. Het is geschreven om jonge meiden door middel van schrijfoopdrachten, filmpjes en muziek te stimuleren een proces in te gaan waarbij ze ontdekken wie ze zelf zijn, wie God is en wat het betekent als je God betreft bij het leven van elke dag. Het boek gaat uit van het principe dat God de Ontwerper is van het leven en we voor de handleiding ervan juist bij Hem mogen zijn. Na de publicatie van COLOUR zijn er in Nederland al veel initiatieven gestart waarbij COLOUR met meidengroepen of op catechisatie behandeld werd. Bij veel initiatiefnemers rees toen de vraag hoe je COLOUR nu het beste met elkaar kunt behandelen. Daar spelen we nu op in met deze handleiding.

Deze handleiding gaat je helpen in de voorbereiding van 12 studies naar aanleiding van COLOUR. Deze studies zijn ter ondersteuning van het gebruik van het boek COLOUR en geven een stuk extra verdieping om als COLOURgroep mee aan de slag te kunnen gaan. Elke studie bestaat uit een korte bijbelstudie, waarna je als groep aan de slag gaat met COLOUR en je met elkaar kunt delen wat je opgeschreven hebt. Zo ga je met elkaar door de 12 hoofdstukjes heen.

De handleiding is geschreven voor jou als gesprekleidster. Afhankelijk van de grootte van de groep is er sprake van meer of minder voorbereiding. Wanneer je met een groep van ongeveer 6-8 meiden werkt, kan dit goed plaatsvinden in een woonkamer en heb je vaak alles wel in huis om gasten te ontvangen. Mocht je met meerdere kleine groepjes zitten, dan heb je vaak meer ruimte of een andere locatie nodig om de studies met elkaar te doen. Hoe groter de groep, hoe belangrijker het is om goed voorbereid en doordacht met een training te beginnen. Deze handleiding zal je de tools geven voor een goede voorbereiding.

Veel zegen met jouw groepje meiden!
Coby & Marije

Aan de slag

Wil je een COLOUR groep starten, dan zijn er een aantal dingen waar je rekening mee moet houden. Dit hoofdstuk bespreekt een aantal belangrijke dingen.

Meiden

Allereerst is het belangrijk dat je nadenkt voor welke meiden je de groep open zou willen stellen. Is het voor een bestaande groep, zoals een meidenclub of catechisatie; is het een groep meiden uit je kerk; stel je de avond open voor iedereen die wil komen? Zorg dat je duidelijk communiceert voor wie de avonden zijn.

Ideeën:

- Behandel COLOUR tijdens een meidenweekend;
- Neem het mee als verdiepingsmoment tijdens een weekendje weg met vriendinnen;
- Start een groep voor de jonge meiden van de tiener- of jongerengroep;
- Organiseer een interkerkelijke training in jouw dorp of stad;
- Vraag een aantal meiden de training te volgen waarbij ze allemaal een ongelovige of randkerkelijke vriendin uitnodigen om mee te gaan.

Locatie

Bepaal aan de hand van het aantal meiden welke locatie geschikt is om de training te geven. Het is handig als je met elkaar aan tafel kunt zitten om te schrijven.

Houd er rekening mee dat wanneer je in een gebouw terecht komt, je wat decoratie meeneemt om de zaal gezellig aan te kleden. Bedenk of de gevoelsmatige drempel van het gebouw laag genoeg is om alle meiden die je op het oog hebt, aan te moedigen om te komen. Voor sommige meiden is een kerkgebouw al een behoorlijke drempel om naar een training te komen, een huiskamer is dan vaak wel laagdrempelig.

Communicatie

Plan de data van te voren, zodat je die gelijk kunt communiceren naar de meiden. Je kunt de training voor 12 weken achter elkaar plannen, of bijvoorbeeld om de twee weken. Het is vaak wel fijn om even een weekje vrij te hebben tussendoor. Let bij de planning van je data goed op dat je feestdagen, vakanties en dank-/bid dagen vrijhoudt. Moedig de meiden aan de data goed in de agenda te noteren en start zo mogelijk een appgroep zodat je altijd even een reminder kunt sturen. De beste manier om meiden uit te nodigen is persoonlijk. Je kunt via Facebook of andere social-mediakanalen, via de kerk of plaatselijke krant, ook ruchtbaarheid geven aan de training. Mond-tot-mondreclame werkt altijd het beste.

Aanmelden

Het is belangrijk dat de meiden zich bij je aanmelden. Zorg dat je of een emailadres communiceert in de uitnodiging of dat er een telefoonnummer vermeld staat. Noteer de naam, het emailadres en eventueel het postadres (dan kun je van te voren een welkomstkaartje sturen) van de meiden. Vraag ook of ze via jou een COLOUR willen bestellen. Daarnaast kun je informeren of ze aangesloten zijn bij een kerk of gemeente. Wanneer de groep groter is dan 6-8 personen is het belangrijk dat je na het aanmelden groepjes maakt, bijvoorbeeld op basis van leeftijd, woonplaats of gewoon random. Het is belangrijk dat er bij elk groepje een groepsleidster zit die assisteert bij de gespreksmomenten. Vraag God voordat je de groepjes gaat maken of Hij je wil helpen bij de groepsindeling.

Materialen

Het is belangrijk om voor elke deelnemster een COLOUR te bestellen. Ze zijn te bestellen via de website www.marijevdberg.nl, maar ook verkrijgbaar bij de christelijke boekhandel. De studies snijden altijd een nieuw onderwerp aan ter verdieping op het boek COLOUR, daarom is het handig als de meiden ook hun bijbel meenemen.

Praktische tips

- Zorg ervoor dat de ruimte gezellig aangekleed is, bijvoorbeeld met leuke kledjes, kaarsjes en bloemen.
- Regel zelf koffie, thee, koffiemelk en suiker. Je kunt bijvoorbeeld 3 thermoskannen met 3 soorten thee klaarzetten, zodat de dames kunnen kiezen uit 3 soorten thee.
- Zorg voor wat lekkers bij de koffie. Je kunt aan het einde van elke training vragen wie er de volgende keer wat lekkers mee wil nemen. Bij een grote groep kun je dat aan meerdere meiden vragen.
- Begin de laatste studie met een maaltijd of een high tea.

Indeling training

Jij hebt alle vrijheid om de training in te vullen zoals je zelf, of het team, het prettig vindt. Je kunt bijvoorbeeld ook altijd een Do It Yourself (DIY) uit het boek met elkaar maken tijdens de avond. Hieronder staan een richtlijn voor een avondprogramma die je daarvoor aan kunt houden.

- 18.45 uur Locatie op orde brengen, gezellig maken, koffie thee maken en gebed met het team.
- 19.15 uur Inloop meiden, koffie- en theemoment.
- 19.30 uur Start met gebed. Zijn er muzikanten bij, zing vooral met elkaar. Laat degene die de zangleiding heeft deze liederen voorbereiden. Er staan bij de voorbereiding van elke studie ook een aantal liederen die op deze studie van toepassing zijn.
- 19.45 uur Start studie.
- 20.00 uur Ga in de groepjes uiteen. Laat de meiden de bijbehorende schrijfoopdrachten uit COLOUR maken. Als groepsleider leid je elke opdracht in, waarna je na het schrijven de meiden in de gelegenheid stelt datgene wat ze opgeschreven hebben te delen. Zie: Tips om samen te schrijven.
- 21.30 uur Rond met elkaar af met gebed.
- 21.45 uur Einde avond. Rond als team af, bespreek met elkaar hoe de avond verlopen is en bid met elkaar dat God de naprediker mag zijn van alle woorden die deze avond gesproken zijn. Let erop dat je op een vertrouwelijke manier omgaat met alles wat in jouw groepje gedeeld is. Beloof nooit geheimhouding aan een van de meiden, maar ga wel kostbaar om met wat ze je toevertrouwen.

TIP: Je kunt ook elke avond beginnen met eten. Neem dan 45-60 minuten voor de start van het programma de tijd om met elkaar te eten.

Groepjes

Het is belangrijk dat je altijd voordat groep samen komt, zelf de stof bent doorgegaan. Dat kun je doen door alvast de schrijfoopdrachten van COLOUR te maken die deze studie aan bod komen. Als groepsleider ben je verantwoordelijk voor het gesprek dat in de groep plaatsvindt. Kwetsbaar zijn is altijd moeilijk, maar het is wel de sleutel tot openheid. Wanneer jij de keuze maakt om je hart te delen, is dat een aanmoediging voor de andere mensen in jouw groepje.

Veiligheid scheppen is een van de belangrijkste dingen in je groepje. Dat betekent dat het belangrijk is om aan te geven dat alles wat in het groepje besproken wordt, ook bij het groepje blijft en dat er niet over gepraat wordt met derden.

Gespreksvragen

Na de schrijfp opdrachten is er tijd voor gespreksvragen. Bekijk bij jouw groep of daar nog behoefte aan is of dat het schrijven en het delen van de schrijfp opdrachten al voldoende is geweest. Is deze behoefte er wel, dan zijn daar gespreksvragen voor beschikbaar. Deze zijn niet verplicht, maar kunnen gebruikt worden als leidraad. Wanneer jij een groepje hebt dat gemakkelijk praat zijn ze wellicht niet nodig en wanneer er tijdens een avond doorgepraat wordt over een ander thema dat speelt, is het juist goed om daar op in te gaan.

Gebed

Sluit altijd het moment met je groepje af met gebed. Dit kun jij doen, maar daag de meiden ook uit om zelf te bidden. De een is dat meergewend dan de ander. Je kunt dit oefenen door een kringgebed. Hierbij bidt iedereen met de klok mee, dus iedereen komt aan bod. Degenen die niet willen of durven bidden zeggen: amen. Een andere manier van groepsgebed is een popcorngebed. Je vraagt of iemand wil beginnen met bidden, en jij sluit af. Degenen die willen bidden kunnen steeds verder gaan nadat iemand anders het gebed beëindigd heeft.

Vraag mensen om je heen om voor de meiden en voor jullie als staf te bidden. Het is echt belangrijk om de COLOUR groep te draaien met bidders om je heen. Geef hierin ook concrete gebedspunten aan, dit kan bijvoorbeeld via de mail of via een WhatsAppgroep. Deel hierin niet de namen van de meiden, maar enkel de gebedspunten.

Laatste studie

Tijdens de laatste studie kun je met een high tea of een gezamenlijke maaltijd afsluiten.

Het is mooi wanneer je ook de tijd neemt om eens verhalen te delen. Wat heb je geleerd tijdens de training, wat neem je mee naar huis en met welk thema wil je nog meer aan de slag? Wanneer je daar de laatste avond geen tijd aan wilt/kunt besteden, kun je ook een terugkeermoment plannen. Tijdens die avond kun je lekker bijpraten, verhalen delen en evalueren.

Ter afsluiting kun je wat speciaals meegeven aan alle meiden. Het mooiste is wanneer je alle meiden een persoonlijk kaartje schrijft, met daarop ook een bemoedigende bijbeltekst. Natuurlijk kun je ook wat creatiefs, of een nadenkertje geven ter herinnering.

Ideeën:

- Kaars met een label eraan;
- Per post een persoonlijk kaartje;
- Een glazen potje met een waxinelichtje erin;
- Een roos;
- Een warmtezak met graan of kersenpitten erin. Deze kun je zelf maken en vullen.

Aandachtspunten eerste training

Tijdens de eerste training is het altijd even wennen. Zorg dus dat je ruim van tevoren aanwezig bent en dat je goed voorbereid van start gaat. Zorg dat je als groepsleidster je eigen voorbereiding hebt gedaan, je weet wat de inhoud is van de studie en je het thema zelf al doorleeft hebt. Dan kun je ontspannen de meiden ontmoeten wanneer ze komen.

Heartpreparation

Wanneer je een groep leidt, is het altijd goed om ook zelf van te voren na te denken over de thema's die behandeld worden tijdens een training. Doorleef het hoofdstuk al voordat je de COLOUR training hebt. Lees jezelf in en overdenk voor jezelf de vragen. Wanneer je de stof zelf behandeld hebt, bid dan ook met en voor elkaar als staf. Bemerkt je dat bepaalde thema's heftig voor je zijn, ga er dan juist ook persoonlijk mee aan de slag. Ga er over in gesprek met iemand die je hierin kan helpen, coachen en die voor je bidt. Verwacht niet van jezelf dat jij, als staf, alles moet weten en alle processen al lang doorlopen moet hebben.

Zelfs Paulus schrijft daarover in Fillippenzen 3: 1-16. Menselijk gezien had hij alles goed voor elkaar en kon hij zichzelf op van alles laten voorstaan. Maar hij benoemt daarin ook dat hij bij lange na nog niet volmaakt is, maar zich ernaar uitstrekt om het mysterie van God te ontdekken, te verkennen en toe te passen in zijn eigen leven. Hij duikt in het proces en de ontdekkingstocht die God voor hem klaar heeft liggen en waarin hij nog meer van de grootheid, liefde, goedheid en trouw van God mag ontdekken. Laat dat je houding zijn. Je hoeft niet alle wijsheid in pacht te hebben. Het gaat er niet om wat jij als staf allemaal weet, maar dat je steeds weer op Jezus wijst en Wie Hij is. Dan mag je met alle heiligen, met de meiden die de training volgen, ontdekken wat de hoogte, de breedte, de diepte en de lengte van Zijn liefde is, die alle kennis te boven gaat.

Communicatie deelneemsters

Stuur alle meiden een bevestigingsmail waarin je met hen communiceert waar, wanneer en hoe laat je hen verwacht. Vertel ze wat ze moeten meenemen en hoe het programma eruit ziet. Vertel ze waarom jij ernaar uitkijkt om hen te ontmoeten en met elkaar COLOUR te gaan behandelen.

Tip: Stuur elke deelnemer van te voren een persoonlijk kaartje waarin je zegt dat je er naar uitkijkt haar te ontmoeten.

Techniek

Zorg dat je een eventueel filmpje of de muziekfilmpjes van tevoren getest hebt. Speel je het af op een tv of via een beamer, zorg dan dat het goed werkt. Regel eventueel externe boxen zodat het geluid ook goed verstaanbaar is. Mocht je met een beamer werken, zorg dan ook voor een haspel.

Muziek

Komt er iemand waarvan jij weet dat ze een muziekinstrument speelt, vraag haar dan om wat liederen voor te bereiden en deze geprint mee te nemen of zorg voor liedbundels. Bij elke studie zijn er liederen opgeschreven die je zou kunnen zingen met elkaar.

Ontvangst meiden

Verdeel als team de taken: wie verzorgt de koffie, wie heeft de avondleiding en gaat voor in gebed en vertelt de meiden wat ze kunnen verwachten van de komende trainingen? Zorg dat de koffie en thee klaarstaat. Is de eerste avond in een woonkamer, dan is een versgebakken taart of cake natuurlijk een heerlijk welkome geur op een eerste avond. Zorg dat de ruimte lekker warm is en er een gezellige sfeer hangt met kaarsjes aan, verse bloemen of een eigen creatie. Wanneer je met een grote groep werkt, is het fijn wanneer er iemand bij de deur staat om de meiden te ontvangen en ze de weg te wijzen in het gebouw waar je de training geeft. Geef ze dan ook meteen hun (eventuele) naamkaartje.

Start training

- Koffie/thee moment met het lekkers.
- Heet de dames welkom, vraag of er ook meiden alleen gekomen zijn of dat er mensen zijn die het spannend vinden.
- Vertel wat de meiden kunnen verwachten, geef een voorbeeldstructuur van de training zodat ze weten wat ze een beetje kunnen verwachten. Stel jezelf en de andere stafleden voor.
- Begin met gebed.
- Zing met elkaar een aantal liederen.
- Start de studie.
- Laat de meiden de bijbehorende schrijfoopdrachten in COLOUR maken. Deel met elkaar na elke opdracht wat er geschreven is.
- Je kunt na de schrijfoopdrachten nog in gesprek met elkaar met behulp van de gespreksvragen. Dit hoeft niet, peil of daar behoefte aan is in je groepje.
- Sluit af met gebed.

Schrijftips

Het gaat bij het schrijven niet om mooi of goed schrijven. Maar wel om te schrijven over wat hen bezighoudt en over wat belangrijk is. Door te schrijven worden de deelnemers zich meer bewust van wat er in hun hart leeft.

Tips voor het schrijven:

- Schrijf zo snel als je kunt
- Houd je pen op het papier en houd je pen in beweging.
- Weet je het niet meer? Herhaal dan het laatste woord net zolang tot er iets nieuws in je opkomt. Schrijf hierover verder tot het aantal regels vol of de tijd om is.
- Schrijf datgene op wat het eerst bij je bovenkomt. Sociaal gewenst antwoorden zijn niet nodig.
- Vergeet dat de juiste antwoorden moet geven. Er is geen goed of fout in wat je schrijft.
- Verander je tekst niet tijdens het schrijven.
- Schrijf bij alles wat je schrijft de datum.
- Lees je tekst ten slotte hardop voor.

Tip: Benoem als leiding bovenstaande tips regelmatig /tussendoor wanneer je met elkaar aan het schrijven bent.

Tips om samen te schrijven en te delen

Bij elk hoofdstuk vind je een indeling die je kunt gebruiken wanneer je in een groep schrijft. Na elke schrijfopdracht is er gelegenheid om als groep te delen wat er is geschreven. Het is belangrijk om als leiding van de groep de volgende afspraken te maken en te bewaken.

- Wat in de groep wordt voorgelezen, blijft in de groep. Kom er ook bij de ander later niet op terug. Zo blijft het voor iedereen veilig.
- Wanneer je leest, lees je alleen datgene wat je hebt geschreven. Je hoeft niets uit te leggen of in te leiden.
- Geef geen waardeoordeel over elkaars schrijfsels. Luister alleen. Geef elkaar altijd de gelegenheid om te passen (je beurt voorbij te laten gaan), zonder dat je hier uitleg over hoeft te geven.
- Benoem als leiding de ruimte/gelegenheid dat ze bij jou kunnen aankloppen over iets wat ze hebben geschreven en waar ze nog over willen doorpraten. Het schrijven kan best confronterend of emotioneel zijn.



Goud

JIJ BENT GOUD!

You are you,
that is truer than true.
There is no one alive
who is youer than you.

~ Dr. Seuss ~

1 Goud - Jij bent Goud

Intro

Vol lof wordt er over haar geschreven. Een vrouw die alles wat ze had, achterliet: haar volk, haar vertrouwde omgeving, haar familie en vrienden. Alles wat ze kende liet ze achter zich om in een vreemd land een nieuw bestaan op te bouwen. Vandaag de dag zou je af en toe nog een kaartje of een appje kunnen sturen naar je familie. Maar in de tijd dat deze vrouw leefde, was de keuze om je huis en haard te verlaten echt definitief. Op het moment dat haar in het leven teleurgestelde schoonmoeder, deze jonge vrouw weer terug naar huis stuurde, zei ze met volle overtuiging de bekende woorden: 'Uw volk is mijn volk en uw God mijn God. Waar u sterft, daar wil ik ook sterven, en daar wil ik ook begraven worden. Alleen de dood kan ons scheiden. De Heer mag me straffen als ik u in de steek laat' [Ruth 1:16-18]. Ruth liet werkelijk alles achter! Zij had Gods hart gezien in het leven van haar schoonmoeder, en wilde niets anders dan met haar meegaan. Ondanks het feit dat haar man en andere schoonfamilie overleden was. En dan kom je in het buitenland aan, in een klein dorpje waar iedereen elkaar kent. Daar liep ze dan in Bethlehem als een buitenlandse vrouw, maar iedereen die haar verhaal hoorde, was diep geraakt. Ze werkte hard om een nieuw bestaan op te bouwen en om eten op de plank te krijgen voor haar en haar schoonmoeder. De akker waar ze aren raapte was van Boaz. Ook hem was over haar verteld, en hij wenste haar toe dat ze rijkelijk gezegend zou worden door God onder Wiens vleugels ze haar toevlucht gezocht had. Uiteindelijk trouwt ze ook met deze man en bouwt ze een leven met hem op. Hoe wonderlijk is het dat Ruth als buitenlandse opgenomen staat in het geslachtsregister van de Here Jezus! Zelfs vandaag de dag mag je onder de indruk zijn van haar moed, haar kracht en haar prachtige hart.

Leestips:

Ruth

Mattheüs 1:1-6

1 Samuel 16:7

Hashtags:

#Mooizoalsjebent #Echteschoonheid #Jijbentgoud #Kostbaar

Liedjes:

599	-	Nog voordat je bestond
617	-	Een machtig Maker
643	-	Al voor mijn leven is ontstaan

Gold - Britt Nicole

Tell me - Chairmaine

Belangrijke voorbereidingen

Benodigdheden:

- Laptop, beamer en boxen

Schrijftips:

- Schrijf zo snel je kunt.
- Houd je pen op papier en houd je pen in beweging.
- Weet je het niet meer? Herhaal dan het laatste woord net zolang tot er iets nieuws in je opkomt. Schrijf hierover verder tot het aantal regels vol is.
- Schrijf datgene op wat het eerst bij je bovenkomt. Sociaal gewenste antwoorden zijn niet nodig.
- Vergeet dat je juiste antwoorden moet geven. Er is geen goed of fout in wat je schrijft.
- Verander je tekst niet tijdens het schrijven.
- Schrijf bij alles wat je schrijft de datum.
- Lees je tekst tenslotte hardop voor.

p. 12

Schrijf het naamgedicht en deel dit met elkaar
Vul de open zin aan. Mijn naam betekent voor mij....

Beantwoord de vraag: 'Ben je vernoemd?'

Deel de geschreven teksten met elkaar. Geef eerst iedereen de gelegenheid om de eerste schrijfo opdracht te delen. Daarna maak je opnieuw een rondje om de tweede schrijfo opdracht te delen.

p. 13

Maak de spiegelopdracht (help elkaar eventueel daarbij).

Deel met elkaar het elfje.

p. 14

Opdracht voor thuis: lees een magazine, of kijk een avondje tv.

Maak de open zinnen en beantwoord de vraag: 'Door welke bril kijk jij naar jezelf?'

Geef elkaar daarna de gelegenheid om de geschreven teksten met elkaar te delen.

Tip: Wijs erop dat je niet alles hoeft te delen. Het kan zijn dat je niet alle zinnen wilt voorlezen. Maak bij elke open zin of vraag een rondje. Zo is er bij elke open zin of vraag de gelegenheid om te passen.

p. 15

Lees met elkaar Psalm 139:1-6 en vul de open zin aan: 'Bij het lezen van dit bijbelgedeelte....'

Lees nogmaals Psalm 139:1-6. Welk zinnetje of welk woord uit deze bijbeltekst raakt je het meest en waarom?

Deel de geschreven teksten met elkaar. Deel eerst met elkaar de open zin en daarna de schrijfo opdracht. Welk zinnetje of welk woord raakt je en waarom?

Gespreksvragen:

Wat vind jij inspirerend aan het levensverhaal van Ruth?

Bekijk met elkaar het filmpje Dove-Beautyschets, van pagina 11, en verbreed je blik. Waarin herken je dit filmpje in je leven?

Vind jij het moeilijk om jezelf te aanvaarden zoals je bent?

Lees met elkaar Psalm 8. Hier staat dat God jou gekroond heeft met glans en glorie. In een andere vertaling staat er eer en heerlijkheid. Wist je dat dit betekent dat God jou als een sieraad gemaakt heeft, kostbaar en waardevol?! Wat betekent dat voor jou?

Geel

WEET WAT JE DENKT!



You cannot have
a positive life and
a negative mind.

~ Joyce Meyer ~

2 Geel - Weet wat je denkt

Intro

Je zou het maar zijn. Een baby die direct na de geboorte ongewenst wordt weggelegd. Zo beschrijft Ezechiël een baby die symbool staat voor het volk van Israël. Veel ongewenste kinderen worden vandaag de dag niet eens geboren, omdat ze voor de geboorte al geaborteerd worden. Andere kinderen worden wel geboren en ter adoptie beschikbaar gesteld, of groeien op in de wetenschap dat ze eigenlijk geen bestaansrecht hebben. Deze vrouw in de Bijbel is ook zo geboren. Ze is te vondeling neergelegd, maar nog niet eens gewassen en verzorgd na de geboorte. En dan, dan komt God voorbij die de zorg overneemt voor dit meisje en leven over haar uitspreekt. 'LEEF!', zegt God tegen haar en Hij overlaadt haar met alle liefde en zorg die ze nodig heeft. Ze groeit op met God als Vader. Met Hem danst ze door de grasvelden en rent ze enthousiast op Hem af zoals een kind op haar vader af rent. Ze vliegt Hem in de armen en Hij draait rondjes met haar. Ze hebben het goed met elkaar en ze geven elkaar een liefdevolle knuffel. En het verhaal wordt nog mooier. Naast dat Hij haar verzorgt, bekleedt Hij haar met prachtige, geborduurde zijden kleding en overlaadt haar met sieraden. Ten slotte krijgt ze een kroon op haar hoofd. Toen ze opgroeide, werd ze zo mooi dat het overal bekend werd. Ze had een schoonheid die volmaakt was door de glorie die God op haar gelegd had. Hier ligt een groot contrast tussen het totaal ongewenst zijn en het bekleed worden met de waardigheid en glorie die God geeft. Zo vaak kunnen je gedachten gevoed worden door al het negatieve in je leven, door alles wat je overkomen is of wat er over je uitgesproken is. Maar ga het ontdekken dat God je wil bekleden met Zijn waardigheid en glorie!

Leestips:

Ezechiël 16:4-14

Johannes 1:12-13

Filippenzen 4:4-8

Hashtags:

#Gedachten #Emoties #Zelfbeeld #Strijd #Waarheid

Liedjes:

518	-	Heer, U bent altijd bij mij
520	-	Wees mijn verlangen
737	-	Aan Uw tafel
724	-	Vandaag is de dag

Tied to the ground - Charmaine

Who you say you are - Britt Nicole

Belangrijke voorbereidingen

Benodigdheden:

- Post it's

Schrijftips:

- Schrijf zo snel je kunt.
- Houd je pen op papier en houd je pen in beweging.
- Weet je het niet meer? Herhaal dan het laatste woord net zolang tot er iets nieuws in je opkomt. Schrijf hierover verder tot het aantal regels vol is.
- Schrijf datgene op wat het eerst bij je bovenkomt. Sociaal gewenste antwoorden zijn niet nodig.
- Vergeet dat je juiste antwoorden moet geven. Er is geen goed of fout in wat je schrijft.
- Verander je tekst niet tijdens het schrijven.
- Schrijf bij alles wat je schrijft de datum.
- Lees je tekst tenslotte hardop voor.

p. 22

Maak de schrijfopdracht met de zon.

Deel met elkaar de zonnestralen en datgene wat je eruit hebt gelicht.

Tip: je hoeft niet alles te delen. Je kan er ook voor kiezen om alleen de zonnestralen te delen of alleen de paar regels die je eruit hebt gelicht. Maar natuurlijk mag je ook helemaal passen of alles voorlezen.

p. 23

Maak de schrijfopdracht met de regendruppels en de opdracht die erna komt. Geef elkaar de gelegenheid om te delen wat je hebt geschreven. Dit kunnen alleen de regendruppels zijn of ook wat je hebt geschreven hoe het komt dat je deze gedachten bent gaan geloven of hebt binnengelaten.

p. 24

Maak de schrijfopdracht. Geef elkaar de gelegenheid om te delen. Dit kan best emotioneel zijn. Emoties komen en gaan. Die mogen er zijn.

p. 15

Doe de schrijfopdracht.

Geef bij het delen aan welke tekst je heeft geraakt en lees voor wat je hebt geschreven.

Maak met elkaar de schrijfopdrachten en deel deze met elkaar.

Gespreksvragen:

Pak allemaal eens minimaal 3 post-it's. Laat minimaal 3 groepsleden op een post-it schrijven wat ze bijzonder aan jou vinden. Luister terwijl je dit doet het nummer Beautiful van Mercy Me. [Tinyurl.com/Beautiful-MercyMe](https://tinyurl.com/Beautiful-MercyMe)

Lees met elkaar 2 Korinthe 10 vers 3-6:

‘Natuurlijk, ik ben een zwak mens, zoals iedereen. Maar ik doe mijn werk niet met menselijke kracht, ik vertrouw op Gods kracht! God maakt mij sterk. Zo kan ik vechten voor de waarheid! Ik strijd tegen alles wat mensen beweren. Al hun mooie woorden, hun grote verhalen en geweldige ideeën. Ik laat zien dat dat allemaal onzin is. Want de kennis over God is de enige waarheid. En we moeten alleen Jezus Christus gehoorzamen. Dan zal ik ervoor zorgen dat iedereen die niet wil luisteren, gestraft wordt.’

Ben jij je er bewust van dat negatieve gedachten juist een middel zijn van de duivel om jou bij God vandaan te houden? Weet je dat je deze gedachten ruimte kunt bieden of er voor kunt kiezen ze ‘gevangen’ te nemen?

Hoe kun je negatieve gedachten vervangen voor waarheid? Wat is daarin belangrijk?

Zilver

STA OP EN SCHITTER!



A kingdom
woman sets her eyes
on Jesus. He strengthens
her to be all she was
created to be.

~ Tony Evans ~

3 Zilver – Sta op en Schitter

Intro

In het liefdeslied van Hooglied wordt ze bezongen, al zegt ze al snel: 'Kijk niet zo naar me omdat ik donker ben' (Hgl. 1:5). Vandaag de dag is een bruine huid iets wat men mooi vindt, maar vroeger betekende dit dat je buiten gewerkt had en dus arm was. Hoe lichter je huid, hoe mooier je was. Maar deze dame had een paar broers die haar in hun tuin lieten werken. Ze was bezig om alles en iedereen te helpen, maar daarbij had ze geen tijd meer voor haar eigen wijngaard. Haar geliefde roept haar dan op om tevoorschijn te komen. Hij vindt haar zo mooi dat hij haar omschrijft als een lelie tussen de distels, een meisje dat zo opvalt dat hij zijn liefde aan haar wil betonen. 'Sta vlug op, mijn liefste, mooi meisje, kom met me mee! Verberg je niet, zoals een duif die een nest maakt in de bergen. Laat me je gezicht zien, want dat is zo mooi! Laat me je stem horen, want die klinkt zo prachtig!' (Hgl. 2:13-14). Hij ziet dingen in haar die ze zelf niet ziet. Misschien vindt ze zichzelf helemaal niet mooi, is ze onzeker, is ze zich niet bewust dat er zoveel mooie dingen in haar zitten. En dan komt haar geliefde voorbij die juist veel meer in haar ziet dan zichzelf. Hij roept haar op om te gaan staan en zichzelf te laten zien. Om zich niet langer te verstoppen of te verschuilen, maar om haar schoonheid te laten zien en haar stem te laten horen! Hoe mooi is het wanneer iemand in jou ziet wat je zelf misschien nog niet gezien hebt. Het is geweldig als iemand anders jou uitdaagt om uit te stappen in het ontwikkelen van jezelf, zodat je een nieuw stuk schoonheid bij jezelf ontdekt. Het feit is wel, dat daar voor jou een actiepunt ligt. Sta op, kom in beweging! Houd er mee op jezelf te verstoppen achter welk masker dan ook en laat jezelf zien! Een nieuwe weg inslaan is spannend, maar je kunt het!

Leestips:

Hooglied 2:10-15

Jesaja 60:1-5

Hashtags:

#Schitter #Jezelfzijn #Aanvaarding #Vrijheid #Mooi

Liedjes:

- 544 - Meer dan rijkdom
- 550 - Liefdevol trekt U mij dicht aan Uw hart
- 560 - Mijn eerste liefde doet vuur oplaaien
- 578 - U redde mij en riep mijn naam
- 705 - Toon Mijn liefde

Blinding light - Switchfoot, Adam Young of Owl City Remix

When we come alive - Switchfoot

Ready or not – Britt Nicole feat. Lecrae

Belangrijke voorbereidingen

Benodigdheden:

- Magazines
- Lijm
- Scharen

Schrijftips:

- Schrijf zo snel je kunt.
- Houd je pen op papier en houd je pen in beweging.
- Weet je het niet meer? Herhaal dan het laatste woord net zolang tot er iets nieuws in je opkomt. Schrijf hierover verder tot het aantal regels vol is.
- Schrijf datgene op wat het eerst bij je bovenkomt. Sociaal gewenste antwoorden zijn niet nodig.
- Vergeet dat je juiste antwoorden moet geven. Er is geen goed of fout in wat je schrijft.
- Verander je tekst niet tijdens het schrijven.
- Schrijf bij alles wat je schrijft de datum.
- Lees je tekst tenslotte hardop voor.

p. 32

Maak alle opdrachten op deze pagina. Deel elkaars schrijfsels per open zin of vraag. Geef elkaar elke keer weer de gelegenheid om te passen.

p. 33

Maak een lijstje en kies één item uit wat voor jou op dit moment het belangrijkste is en vul de open zin aan: Ik wil....

Geef elkaar de gelegenheid om te delen. Laat ze kiezen uit het lijstje met de open zin, alleen het lijstje of alleen de open zin of helemaal niets.

p. 34

Voer de creatieve opdracht uit wanneer hier tijd voor is of laat deze opdracht thuis doen.

p. 35

Maak de schrijfopdracht. Na te hebben geschreven is er de gelegenheid om te delen.

Gespreksvragen:

God heeft jou uniek gemaakt , Hij heeft zoveel unieke eigenschappen in jou gelegd en jij mag die ontdekken. Je hoeft jezelf niet te verstoppen achter welk masker dan ook. Hoe kun je met elkaar een omgeving creëren waarin je jezelf durft te laten zien?

Lees Hooglied 2:15 'Vang de vossen voor ons, vang die kleine vossen. Want ze vernielen onze wijngaard, en die bloeit juist zo mooi!'

Wanneer je gaat staan, is dit steeds weer een keuze. Het is als het ware een groeiproces zoals die plaatsvindt bij fruit. Het is een proces van bloesem naar mooie vruchten die je kunt plukken. Een super mooi proces, waarbij de bloesem ook ontzettend kwetsbaar is. De vossen die door de wijngaard heen renden, sloegen met hun staart de bloesem stuk. Daarom staat hier ook in de tekst dat je de vossen moet vangen.

Wat zijn 'vossen' in jouw leven die de bloesem in jouw leven, de processen waarin jij zit, weer stuk maken? Dit kunnen bijvoorbeeld vrienden zijn die je altijd ontmoedigen of iemand die negatief over je praat, verkeerde keuzes die je steeds weer maakt, of negatieve gedachten die zorgen dat je je steeds verstoppt. Deel deze eens met elkaar, en bid hierin ook dat je de kracht en moed mag ontvangen om dit bespreekbaar te maken.

Wit

JIJ BENT VRIJ

Wanneer hij zegt dat we vergeven zijn, laten we ons schuldgevoel dan loslaten. Wanneer hij zegt dat we waardevol zijn, laten we hem dan geloven. Wanneer hij zegt dat hij voor ons zorgt, laten we dan stoppen ons zorgen te maken. Gods daden zijn het krachtigst als onze inspanningen vruchteloos zijn.

~ Max Lucado ~

4 Wit – Jij bent vrij

Intro

Op heterdaad betrapt! Iedereen die haar zag lopen wist het en had al een mening over haar klaar. Ze moest zich schamen! Wat zij gedaan had, betekende echt het einde. Letterlijk en figuurlijk. Wij mensen zien altijd zo goed wat andere mensen fout doen of wat ons niet aanstaat bij hen. Het is zoveel gemakkelijker om een ander te bekritisieren dan je eigen hart eens onder de loep te nemen. Maar dat is juist hetgeen waar Jezus op wijst in deze situatie. Hij wijst deze vrouw niet af, omdat ze nu eenmaal zichtbaar een verkeerde keuze gemaakt heeft. Maar hij spiegelt het hart van degenen die haar beschuldigen. Kijk nu eens niet naar de ander, naar wat je ziet in het leven van je broer, vriendin of kerklid. Kijk eens in je eigen hart en zie wat je daar aantreft. Ga daar zelf eens mee aan de slag, in plaats van met een oordeel klaar te staan over anderen. Dat is wat Jezus tegen deze mannen zegt. Wat een moment moet dat geweest zijn. Je kon vast een speld horen vallen. Muisstil keek iedereen Jezus aan toen Hij zei: 'Wie van jullie heeft nooit iets verkeerd gedaan? Die moet als eerste een steen naar de vrouw gooien' [Joh.8:7]. De omstanders hoorden het en lieten de woorden van Jezus eens diep tot zich doordringen. Op dat moment werd iedere aanwezige zich bewust van zijn eigen zondige hart. Hun geweten sprak, en de een na de ander droop af. Eerst gingen de leiders van het volk weg en na hen vertrok de rest. Jezus en de vrouw bleven achter. Hij keek haar aan en vroeg haar waar al haar aanklagers waren gebleven. Ze waren allemaal verdwenen, bewust van het feit dat zij ook niet zonder fouten waren. Vervolgens zei Jezus de legendarische woorden: 'Ik veroordeel je ook niet. Ga naar huis, en doe vanaf nu geen verkeerde dingen meer' [Joh. 8:11]. Hoe zou deze vrouw zich gevoeld hebben? Wat een tegenstrijdige gevoelens zal ze gehad hebben. Eerst de doodsangsten die ze uit moest staan, toen de menigte in agressie klaar stond om haar te doden. Daarna de vrijspraak van Jezus. Wat een moment van bevrijding, opluchting en dankbaarheid! Ken jij deze vergevende houding van Jezus?

Leestips:

Johannes 8:1-11

Kolossenzen 2:13-14

Psalm 51:8-13

Hashtags:

#Genade #Kracht #Verwachtingen #Jijbentgoedgenoeg #Onvoorwaardelijk

Liedjes:

578 - U redde mij en riep mijn naam

654 - Dank U voor deze nieuwe dag

720 - God maakt vrij

743 - Jezus, ik kom naar U

752 - Geef God alle eer!

The sun is rising - Britt Nicole

Endless praise - Planetshakers

Belangrijke voorbereidingen

Benodigheden:

- Geen

Schrijftips:

- Schrijf zo snel je kunt.
- Houd je pen op papier en houd je pen in beweging.
- Weet je het niet meer? Herhaal dan het laatste woord net zolang tot er iets nieuws in je opkomt. Schrijf hierover verder tot het aantal regels vol is.
- Schrijf datgene op wat het eerst bij je bovenkomt. Sociaal gewenste antwoorden zijn niet nodig.
- Vergeet dat je juiste antwoorden moet geven. Er is geen goed of fout in wat je schrijft.
- Verander je tekst niet tijdens het schrijven.
- Schrijf bij alles wat je schrijft de datum.
- Lees je tekst tenslotte hardop voor.

p. 42, 43, 44

Maak de schrijfopdrachten op deze bladzijde en geef daarna de gelegenheid om dit met elkaar te delen.

p. 45

Maak de schrijfopdracht, maar deel deze opdracht niet. Dit is een moment voor jezelf en God.

Gespreksvragen:

Wat is het beeld dat jij van God hebt?

Wanneer je denkt aan de overspelige vrouw, wat vind je dan van de reactie van de mensen? Herken je ook in je eigen leven dat mensen snel oordelen? Oordeel jij zelf ook snel?

Hoe kun je Gods genade aanvaarden in je eigen leven?

Hoe kun je genadig zijn naar de mensen om je heen? Vind je dat moeilijk?

Denk je dat er vrijheid ligt in het ontdekken Wie God in jouw leven wil zijn? Kan het je vrijheid brengen wanneer je kunt aanvaarden wie je zelf bent? Hoe kun je die vrijheid praktisch toepassen in je leven?

Rood

HARTVERWARMEND



Ik heb duizenden keren gefaald en toch blijft u mij uw genade tonen. Mocht ik toch weer struikelen, dan word ik steeds weer opgevangen door uw genade.

~ Hillsong, From the inside out ~

5 Rood - Hartverwarmend

Intro

Soms kun je leven met geheimen. Je kunt een masker opzetten zodat niemand om je heen zich bewust is van wat er echt in jouw hart speelt. Niemand hoeft zo te weten welke keuzes je maakt, welke negatieve gedachten je in de ban houden of op welke manier jij omgaat met de uitdagingen in je leven. Wanneer je met geheimen leeft, kan een ontmoeting met Jezus je leven voor 100 procent ondersteboven zetten! Bijvoorbeeld wanneer je echt ontdekt wat Jezus' bedoeling was met Zijn komst hier op aarde. Dat blijft namelijk niet alleen bij de mogelijkheid om je te verzoenen met God en gaat niet alleen over vergeving van je zonden. Maar met Jezus in je leven, verander je zelf! Jezus is op reis van Judea naar Galilea. Op zijn tocht ging hij niet om Samaria heen zoals veel Joden deden omdat ze niets met de Samaritanen te maken wilde hebben. Jezus trok door Samaria heen en vermoeid stopte hij bij de bron van Jakob. Het was midden op de dag en de discipelen gingen naar het stadje om eten te kopen. Je zou denken dat er niemand bij de bron zou zijn. De vrouwen uit Sichar gingen altijd vroeg water halen, omdat het dan nog niet zo warm was om met water te zeulen. Maar toen Jezus bij de bron zat, kwam er wel een vrouw water halen. Jezus ging het gesprek met haar aan, terwijl ze én vrouw én Samaritaan was. Hij vroeg haar wat te drinken. Verbaasd omdat ze aangesproken werd door een Joodse man, beantwoordde de vrouw de vraag van Jezus en ze begonnen een gesprek. Het blijkt dat Jezus alles van haar weet en haar levend water aanbiedt. Enigszins verrast vraagt de vrouw zich af over welk water Jezus het heeft. Hij legt haar uit dat je van gewoon water altijd weer dorst krijgt, maar van het water dat je van Hem kunt drinken je in eeuwigheid geen dorst meer zult krijgen. Daar komt bij dat het niet alleen je dorst lest, maar het zal een bron worden waarbij het water vloeit tot in het eeuwige leven. Jezus spreekt hier niet over lichamelijke dorst, maar over de dorst van je hart. Jezus wil jouw hart vullen, waarbij je mag ontdekken dat in Hem alle vrijheid, liefde en genade ligt waar je als mens zo naar verlangt. In God mag je leven, bewegen en zijn. Hij wil het begin en het einde zijn van elke dag die jij leeft. Je hoeft daarbij geen dingen te doen omdat je denkt dat je daardoor waardevol genoeg zou zijn voor God. Want Jezus heeft alles al in orde gemaakt. Hij kan je zo vol maken met Zijn genade dat je zelf een bron kunt worden!

Leestips:

Johannes 4:1-30

Hashtags:

#Hart #Binnenkant #Vrijheid #Genade #Liefde

Liedjes:

- 689 - Spreek, o Heer door Uw heilig woord
- 749 - Hoe kan ik anders
- 751 - Ik zie het kruis van mijn Verlosser
- 755 - Laat ons Christus zien

Look like love- Britt Nicole

Belangrijke voorbereidingen

Schrijftips:

- Schrijf zo snel je kunt.
- Houd je pen op papier en houd je pen in beweging.
- Weet je het niet meer? Herhaal dan het laatste woord net zolang tot er iets nieuws in je opkomt. Schrijf hierover verder tot het aantal regels vol is.
- Schrijf datgene op wat het eerst bij je bovenkomt. Sociaal gewenste antwoorden zijn niet nodig.
- Vergeet dat je juiste antwoorden moet geven. Er is geen goed of fout in wat je schrijft.
- Verander je tekst niet tijdens het schrijven.
- Schrijf bij alles wat je schrijft de datum.
- Lees je tekst tenslotte hardop voor.

p. 52

Maak de schrijfopdracht. Deel deze opdracht niet met elkaar maar geef de deelnemers een aantal minuten om hier even over na te denken.

p. 53

Maak de eerste twee vragen en geef daarna de gelegenheid om dit te delen. Benoem dat je ook één van de twee vragen kan delen. Geef altijd deze mogelijkheid aan: alles delen, een deel delen of passen.

De laatste opdracht op deze bladzijde is een thuisopdracht. Geef deze mee.

p. 54, 55

Maak de schrijfopdrachten op deze bladzijde en geef daarna de gelegenheid om dit met elkaar te delen.

Gespreksvragen:

Wat betekent Gods onvoorwaardelijke liefde voor jou?

Lees 1 Johannes 4:16-19

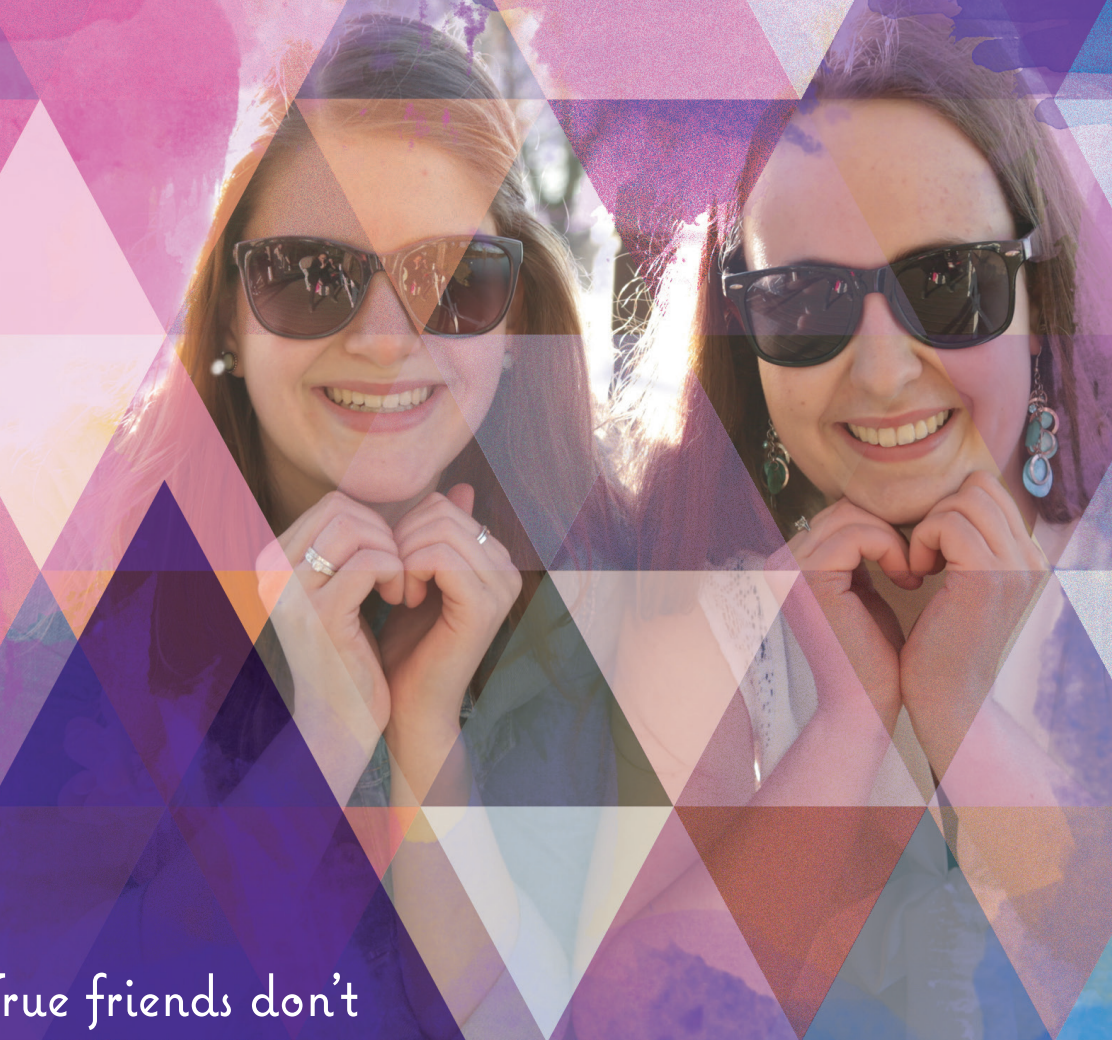
‘We hebben Gods liefde leren kennen toen we in Christus gingen geloven. Gods liefde is in ons. God is liefde. Iedereen die in liefde leeft, hoort voor altijd bij God. En God blijft voor altijd in hem. Gods liefde is volmaakt in ons. Daarom kunnen we vol vertrouwen zijn op de dag dat God zal rechtspreken over de wereld. Want ook al leven we nog in deze wereld, toch lijken we al op Jezus Christus. Als Gods liefde in ons is, hoeven we niet meer bang te zijn voor zijn oordeel. Volmaakte liefde laat alle angst verdwijnen. Angst betekent dat je bang bent voor Gods straf. Wie daar bang voor is, heeft geen volmaakte liefde in zich.’

Hoe kun jij je hart laten vullen met de liefde van God?

Wat betekent dat concreet in het leven van elke dag?

Pairs

BEST FRIENDS FOREVER



True friends don't
hinder your relationship
with God, they encourage it.

~ Jarriid Wilson ~

6 Paars – Best friends forever

Intro

‘Daarom zeg ik je nog een keer: Je moet sterk en dapper zijn. Je hoeft nergens bang voor te zijn. Want ik ben je God. Ik ben altijd bij je, waar je ook heen gaat.’ (Joz. 1:9). Deze woorden kreeg Jozua te horen toen hij na Mozes de leiding van het volk Israël overnam. Mozes had het volk uit Egypte geleid, door de woestijn heen tot aan het beloofde land. Toen werd het stokje overgedragen aan Jozua, die eerst twee verkenners voor zich uitstuurde naar Jericho. Tijdens die verkenningstocht overnachtten de verkenners bij Rachab. Al snel werd bekend dat er twee Israëlieten in Jericho waren en de klopjacht naar de mannen begon. Toen de soldaten bij Rachab aan de deur kwamen, vertelde ze hen dat de mannen inderdaad bij haar waren geweest, maar dat zij er weer vandoor waren. Maar de waarheid was dat zij de mannen op haar dak verborgen had. Ze vertelde de verkenners dat de mensen in Jericho gehoord hadden van de grootheid van God. Ook zei ze dat ze geloofde dat de Here God, een God is boven in de hemel én op aarde. Ze bood hen haar vriendschap en bescherming aan, waarbij ze hen vroeg haar en haar familie ook te gedenken op het moment dat Jericho zou vallen. Uiteindelijk komen de mannen terug bij Jozua en vertellen ze hem over de vriendschap die Rachab hun geboden had. Ze redde het leven van de twee verkenners, en daarmee ook haar eigen leven en dat van haar familie. Echte vriendschap is van levensbelang. Het is zo ontzettend belangrijk dat je mensen om je heen hebt die in je geloven en je uitdagen om het beste in je naar boven te halen. Vrienden die je corrigeren, maar juist ook goede dingen over je uitspreken en je aanmoedigen. Nu is het fijn wanneer jij goede vrienden hebt, maar de grote vraag is: ben jij een goede vriendin voor de mensen om jou heen?

Leestips:

Jozua 2:1-24

Spreuken 28:23

Spreuken 27:17

Hashtags:

#BFF #Vriendschap #Relaties #Eerlijkheid #Investeren

Liedjes:

699 - Ik weet: Hij leeft

700 - Een nieuwe dag

709 - De hemel vertelt

711 - Zijn trouw kleurt de morgen

What a friend I've found - Delirious?

Play the song - Charmaine

Belangrijke voorbereidingen

Schrijftips:

- Schrijf zo snel je kunt.
- Houd je pen op papier en houd je pen in beweging.
- Weet je het niet meer? Herhaal dan het laatste woord net zolang tot er iets nieuws in je opkomt. Schrijf hierover verder tot het aantal regels vol is.
- Schrijf datgene op wat het eerst bij je bovenkomt. Sociaal gewenste antwoorden zijn niet nodig.
- Vergeet dat je juiste antwoorden moet geven. Er is geen goed of fout in wat je schrijft.
- Verander je tekst niet tijdens het schrijven.
- Schrijf bij alles wat je schrijft de datum.
- Lees je tekst tenslotte hardop voor.

p. 62

Maak de schrijfoopdracht op deze bladzijde en geef daarna de gelegenheid om dit met elkaar te delen.

p. 63

Maak de open zinnen op deze bladzijde af. Geef daarna de gelegenheid om met elkaar te delen. Maak een rondje per open zin. Geef de deelnemers ook hier weer de mogelijkheid om bij elke zin even voor zichzelf na te gaan of ze willen delen of liever passen.

p. 64

Maak de schrijfoopdrachten op deze bladzijde en geef daarna de gelegenheid om dit met elkaar te delen.

p. 65

Maak een naamgedicht met de naam van een vriendin. Deel dit niet in de groep maar eventueel met die vriendin op een later moment.

Beantwoord de twee vragen op deze bladzijde. Geef na elke vraag de gelegenheid om te delen. Ook hier kan weer gekozen worden om alles, een deel of niets te delen.

Gespreksvragen:

Rachab hielp de verkenner van de vijand en bood als het ware haar vriendschap aan. Met gevaar voor haar eigen leven koos ze ervoor de God waar ze al over gehoord had, te dienen. Wat een moed heeft zij gehad! Heb jij ook wel eens moed nodig gehad, bijvoorbeeld om een vriendin te zijn voor iemand die gepest werd, of om een grens aan te geven aan een vriend(in)?

Lees Spreuken 24:3-6:

'Alleen met wijsheid kun je een huis bouwen, alleen met inzicht maak je het stevig, alleen door kennis krijg je kamers vol prachtige spullen. Alleen door wijsheid krijg je kracht, alleen door inzicht word je sterk, alleen door veel overleg kun je een oorlog winnen.' Soms heb je best moeilijke met keuzes maken in je leven. Welke mensen of vrienden om je heen kun jij om raad vragen?

Hoe kun jij een goede vriend of raadgever zijn voor de mensen om jou heen?

Turkoo's

RUN LIKE A GIRL!

Nothing is
more impressive
than a woman who
is secure in the unique
way God made her.

~ Onbekend ~

7 Turkoois – Run like a girl

Intro

Er is niets indrukwekkender dan een vrouw die zelfverzekerd is omdat ze ontdekt heeft op welke unieke manier God haar gemaakt heeft. Je mag vol trots zijn dat je een vrouw bent! God schiep de mens naar Zijn evenbeeld, mannelijk en vrouwelijk. Zijn complete beeld ligt in de mensheid, waarbij Hij uit Adam een stuk rib weghaalde en daarvan de vrouw vormde. Het evenbeeld van God ligt dus in man en vrouw samen. Als vrouw ben je gelijkwaardig aan een man, maar ook anders. We denken, reageren, voelen, communiceren en interpreteren anders. Er bestaan veel opvattingen over mannen en vrouwen, maar die gelden niet altijd voor elke man of elke vrouw. Een ding is echter zeker, mannen en vrouwen zijn verschillend. We vullen elkaar aan. In Spreuken 31 staat het loflied over het vrouw zijn. Wanneer je dit loflied op de sterke vrouw leest, dan zien veel vrouwen dat als een meetlat voor zichzelf. Je kunt het loflied op twee manieren lezen. De eerste manier is dus het loflied lezen als een lijstje waaraan jij jezelf meet, waarna je tot de conclusie komt dat je niet voldoet aan het beeld van de perfecte vrouw. De tweede manier is het lezen terwijl je je verwondert over hoe ontzettend veelzijdig God de vrouw gemaakt heeft. Die tweede manier is beter, omdat je ervan kunt leren hoe bijzonder je bent. Je hebt een schatkist aan talenten en mogelijkheden. Je bent bijzonder, gewoon alleen al op de manier waarop God jouw vrouwenbrein ontworpen heeft. Zo is de scheiding tussen je linker en rechter hersenhelft namelijk minder groot dan bij de man, wat betekent dat jouw linker en rechter hersenhelft beter met elkaar verbonden zijn. Dit resulteert erin dat het talentencentrum van de vrouw verbonden is aan haar emoties. Daarom zijn de meeste vrouwen beter in het onder woorden brengen van hun emoties dan mannen. Als vrouw kun je dus ook eerder oog hebben voor leed in de levens van mensen en kun je het vermogen hebben tussen de regels door te proeven wat er nog meer speelt. De compassie van de vrouw, de inzet en veelzijdigheid, de bemoediging en het zorgen voor de mensen om haar heen is zo ontzettend mooi!

Hashtags:

#Vrouw-zijn #Trots #Ongesteld #Hormonen #Feest

Liedjes:

- | | | |
|-----|---|-------------------------------------|
| 507 | - | Het is goed om U te ontmoeten |
| 571 | - | Dit is de dag die de Heer ons geeft |
| 603 | - | Ruil je rouwkleed in |
| 643 | - | Al voor mijn leven is ontstaan |

Belangrijke voorbereidingen

Benodigdheden:

- Laptop, beamer en boxen

Schrijftips:

- Schrijf zo snel je kunt.
- Houd je pen op papier en houd je pen in beweging.
- Weet je het niet meer? Herhaal dan het laatste woord net zolang tot er iets nieuws in je opkomt. Schrijf hierover verder tot het aantal regels vol is.
- Schrijf datgene op wat het eerst bij je bovenkomt. Sociaal gewenste antwoorden zijn niet nodig.
- Vergeet dat je juiste antwoorden moet geven. Er is geen goed of fout in wat je schrijft.
- Verander je tekst niet tijdens het schrijven.
- Schrijf bij alles wat je schrijft de datum.
- Lees je tekst tenslotte hardop voor.

p. 72

Maak de creatieve opdracht op deze bladzijde. Laat de deelnemers in tijdschriften beelden en uitspraken zoeken die iets weergeven van wie ze zijn. Geef daarvoor 10 minuten. Voorkom dat ze te lang gaan zoeken. Het is belangrijk om datgene uit te knippen of scheuren wat ze als eerste aanspreekt. Dat maakt dat ze dicht bij hun gevoel blijven en dat het niet teveel tijd in beslag neemt. Na afloop de gelegenheid geven om te presenteren. Elke deelnemer krijgt de gelegenheid om iets te vertellen bij de collage die ze hebben gemaakt. Let op de tijd: neem ongeveer 2-5 minuten per deelnemer, afhankelijk van de grootte van de groep en hoeveel tijd je hier aan wilt besteden.

p. 73

Maak de schrijfopdrachten op deze bladzijde. Geef daarna de gelegenheid om na elke schrijfopdracht iets te delen.

p. 74

Dit is een extra opdracht. Wanneer er tijd is kun je deze op de avond zelf maken, anders is het een opdracht voor thuis.

p. 75

Maak de schrijfopdracht van deze bladzijde. Geef daarna de gelegenheid om dit met elkaar te delen.

Gespreksvragen:

Kijk eens het filmpje Run like a Girl op [Tinyurl.com/stajevrouwtje](https://tinyurl.com/stajevrouwtje). Wat vind je van dit filmpje? Is het herkenbaar?

Lees Spreuken 31: 30-31 : 'Je hebt niets aan een vrouw die alleen maar lief en mooi is, want haar schoonheid zal verdwijnen. Maar een vrouw met eerbied voor de Heer moet je waarderen. Beloon haar voor haar harde werken, geef haar de eer die ze verdient.'

Wat is in onze maatschappij belangrijker: Charme en schoonheid of het geloven in God?

Wat vind jij belangrijker, en waarom? Hoe kun je dit toepassen in jouw leven?



Blauw

GEWOON IMPERFECT

Kwetsbaarheid is de plaats waar liefde, een gevoel van thuis zijn, vreugde, moed, empathie en creativiteit ontstaan. Het is de oorsprong van hoop, empathie, verantwoordelijkheid en authenticiteit. Als we meer duidelijkheid willen over ons doel in het leven of als we een diepgaander en een meer zinvol spiritueel leven willen, dan is kwetsbaarheid de weg daarnaartoe.

~ Brené Brown ~

8 Blauw – Gewoon imperfect

Intro

Hoe kwetsbaar kun je zijn, wanneer je als jong meisje wees wordt. Dat overkwam Esther. Haar oom ontfermde zich over haar en nam haar op in zijn huis. Hij zorgde voor haar, leerde haar dingen over het leven en hij had het beste met haar voor. Ze groeide op tot een bijzonder mooie jonge vrouw, wat zeker ook zichtbaar was voor anderen. Toen de zoektocht naar een nieuwe koningin begon, was Esther een van de meisjes die meegenomen werd naar het huis van de koning. Ze was een bijzonder meisje, want Hegai, de bewaarder van de meisjes, behandelde haar met extra zorg. Hij zorgde ervoor dat ze de beste hulp van zeven dienstmeisjes kreeg en ze kreeg de mooiste kamers in het vrouwenverblijf. Toen ze bij de koning moest verschijnen, vroeg ze Hegai om advies over wat ze aan moest trekken voor ze voor hem verscheen. Er staat zo mooi omschreven dat Esther genade verwierf in de ogen van alle mensen die ze in het hof ontmoette. Zelfs ook bij de koning, die haar kroonde als Zijn koningin. Maar de sfeer in het land veranderde toen Haman, de minister van de koning, een wet instelde die de uitroeiing van het volk van Israël zou betekenen. Mordechai, de oom van Esther, moedigde haar aan om op te komen voor haar eigen volk. Hij stelde haar de vraag of zij misschien juist op deze tijd als koningin aangesteld was. Want zij had als koningin misschien wel de enige mogelijkheid om deze ramp te voorkomen. Met gevaar voor eigen leven, want het was namelijk niet toegestaan ongevraagd bij de koning te verschijnen, ging Esther zijn paleis in. Op het moment dat koning Ahasveros haar zag, reikte hij haar zijn gouden scepter toe, waardoor ze hem toch mocht naderen. Ze was op dat moment zo kwetsbaar; het had het einde van haar leven kunnen zijn. Esther durfde haar vraag niet rechtstreeks te stellen. Nadat ze de koning en Haman uitgenodigd had, schraapte ze tijdens de tweede maaltijd alle moed bij elkaar om op te komen voor haar volk. Daarmee redde ze haar volk. Er werd een koninklijk bevel ten gunste van de Joden uitgestuurd. Zij mochten zichzelf verdedigen op de dag dat ze aangevallen zouden worden! Wat een bijzonder krachtige en kwetsbare vrouw was Esther! Omdat zij opstond in kwetsbaarheid redde ze haar eigen volk!

Leestips:

- Esther 2:1-18 en 4:14
- Psalm 51:1-12
- Johannes 4:7-30

Hashtags:

#Meetlat #Kwetsbaarheid #Vertrouwen #Vergelijken #Godstrouw

Liedjes:

- | | | |
|-----|---|---------------------------------|
| 575 | - | Jezus alleen |
| 505 | - | Toon Uw heerlijkheid |
| 561 | - | Nederig van hart |
| 717 | - | Stil, mijn ziel, wees stil |
| 753 | - | Nu ik bij U kom in Uw heiligdom |
| 756 | - | Ik wil zijn in de schuilplaats |

Oceans – Hillsong United

No longer slaves - Bethel Music

Belangrijke voorbereidingen

Benodigdheden:

- Laptop, beamer en boxen

Schrijftips:

- Schrijf zo snel je kunt.
- Houd je pen op papier en houd je pen in beweging.
- Weet je het niet meer? Herhaal dan het laatste woord net zolang tot er iets nieuws in je opkomt. Schrijf hierover verder tot het aantal regels vol is.
- Schrijf datgene op wat het eerst bij je bovenkomt. Sociaal gewenste antwoorden zijn niet nodig.
- Vergeet dat je juiste antwoorden moet geven. Er is geen goed of fout in wat je schrijft.
- Verander je tekst niet tijdens het schrijven.
- Schrijf bij alles wat je schrijft de datum.
- Lees je tekst tenslotte hardop voor.

p. 82, 83

Maak de schrijfopdrachten. Geef daarna de gelegenheid om dit met elkaar te delen.

p. 84

Maak een woordgedicht met het woord 'kwetsbaarheid' of 'kwetsbaar'. Geef de gelegenheid om dit met elkaar te delen.

Maak de open zinnen af en de afsluitende vraag op deze bladzijde. Geef daarna de gelegenheid om dit per open zin en vraag met elkaar te delen.

p. 85

Maak de drie open zinnen over vertrouwen af. Geef daarna per open zin de gelegenheid om dit met elkaar te delen.

Lees de bijbeltekst uit Mattheüs [deze is in het boek afgedrukt] en maak de bijbehorende schrijfopdracht. Maak een elfje. Geef daarna de gelegenheid om dit met elkaar te delen.

Gespreksvragen:

Kijk met elkaar het filmpje van Nick Vujicic. Wat kun je leren van zijn levensverhaal?

[Tinyurl.com/verhaalvanNick](https://tinyurl.com/verhaalvanNick)

Brené Brown zegt: 'Kwetsbaarheid is de plaats waar liefde, een gevoel van thuis zijn, vreugde, moed, empathie en creativiteit ontstaan.' Herken je dat ook in jouw leven?

Wat heb jij nodig om jezelf kwetsbaar op te stellen? Wat maakt het moeilijk? Hoe kun je de komende tijd kwetsbaarheid in de praktijk brengen?

Oranje

OH HAPPY DAY

Ureugde is
niet de afwezigheid
van lijden. Het is de
aanwezigheid van God.

~ Robert Schuller ~

9 Oranje – Oh happy day

Intro

Je zou maar opgroeien in slavernij en vervolgens gered worden. Je zou maar geboren worden te midden van onderdrukking, waarbij je moest vrezen voor je eigen leven omdat toen alle jongetjes om het leven gebracht werden. Wat een tijd van angst moet het volk van Israël gekend hebben toen ze in Egypte in de slavernij leefden. Elke dag zwoegen, veel te zwaar werk doen en bang zijn voor mishandeling. Ze smeekten tot God en Hij hoorde het roepen van het volk en zorgde voor de verlossing. Bij die bevrijding uit slavernij werd de grootheid en de macht van God zichtbaar door alle wonderen heen. Moet jij het jezelf eens voorstellen, dat de grootheid van God zo ontzettend zichtbaar zou zijn als in de tijd van Mozes. Mirjam had als klein meisje gezien hoe haar broertje als een van de weinige Joodse jongetjes bleef leven, en opgroeide aan het hof. Ze wist hoe haar broer het recht in eigen handen genomen had, en uiteindelijk moest vluchten voor zijn eigen leven. Hoe moet het geweest zijn toen haar broer na jaren weer tevoorschijn kwam, en vertelde dat God hem gezonden had om Zijn volk te verlossen. Na alle bizarre wonderen gingen ze dan ook op weg naar het beloofde land, het land dat al aan Abraham voorzegd was. Ze waren nog maar net op pad, toen ze ingesloten werden tussen de rode zee en de Egyptenaren die aan kwamen stormen. De jubelstemming van het moment dat ze weg mochten gaan, eindigde al snel toen ze de stofwolk achter zich zagen. Het volk was in paniek, maar Mozes gaat staan en spreekt: 'Wees niet bang! Wacht maar rustig af. Vandaag zullen jullie merken hoe de Heer jullie redt. Jullie zullen die Egyptenaren nooit meer zien. En jullie hoeven zelf niets te doen, want de Heer zal voor jullie vechten.' Op bovennatuurlijke wijze toont God zijn macht. Mirjam, die al zoveel van God in haar leven gezien had, pakte haar tamboerijn en zette de polonaise in. Alle vrouwen volgden haar met tamboerijnen en in reidans.

Leestips:

- Exodus 14 en 15

Hashtags:

#Dankbaarheid #Vreugde #Vrede #Perfectionisme #Goedisgoedgenoeg

Liedjes:

- | | | |
|-----|---|-----------------------|
| 733 | - | Tienduizend redenen |
| 735 | - | Als de berg Sion |
| 757 | - | Uw liefde is geweldig |
| 764 | - | Zegekroon |
| 769 | - | Bouw Uw Koninkrijk |

This is our time - Planetshakers

God's great dance floor – Chris Tomline, Reyer remix

Belangrijke voorbereidingen

Benodigdheden:

- Magazines
- Scharen
- Lijm

Schrijftips:

- Schrijf zo snel je kunt.
- Houd je pen op papier en houd je pen in beweging.
- Weet je het niet meer? Herhaal dan het laatste woord net zolang tot er iets nieuws in je opkomt. Schrijf hierover verder tot het aantal regels vol is.
- Schrijf datgene op wat het eerst bij je bovenkomt. Sociaal gewenste antwoorden zijn niet nodig.
- Vergeet dat je juiste antwoorden moet geven. Er is geen goed of fout in wat je schrijft.
- Verander je tekst niet tijdens het schrijven.
- Schrijf bij alles wat je schrijft de datum.
- Lees je tekst tenslotte hardop voor.

p. 92

Maak de schrijfopdrachten. Geef daarna de gelegenheid om dit met elkaar te delen.

p. 93

Maak de open zinnen op deze bladzijde af. Geef daarna de gelegenheid om dit per open zin met elkaar te delen.

p. 94

Maak de creatieve opdracht op deze bladzijde, inclusief het elfje. Geef daarna elkaar de gelegenheid om je art journal te laten zien en het elfje voor te lezen.

p. 95

Maak de schrijfopdracht van deze bladzijde. Geef daarna de gelegenheid om dit met elkaar te delen.

Gespreksvragen:

Lees met elkaar het lied van Mirjam uit Ex. 15:21: 'Zing voor de Heer! Hij is machtig en sterk. Alle paarden en soldaten heeft hij de zee in gejaagd.'

Wat heeft God in jouw leven gedaan? Waarin kun jij in wat je hebt meegemaakt, Gods grootheid zien?

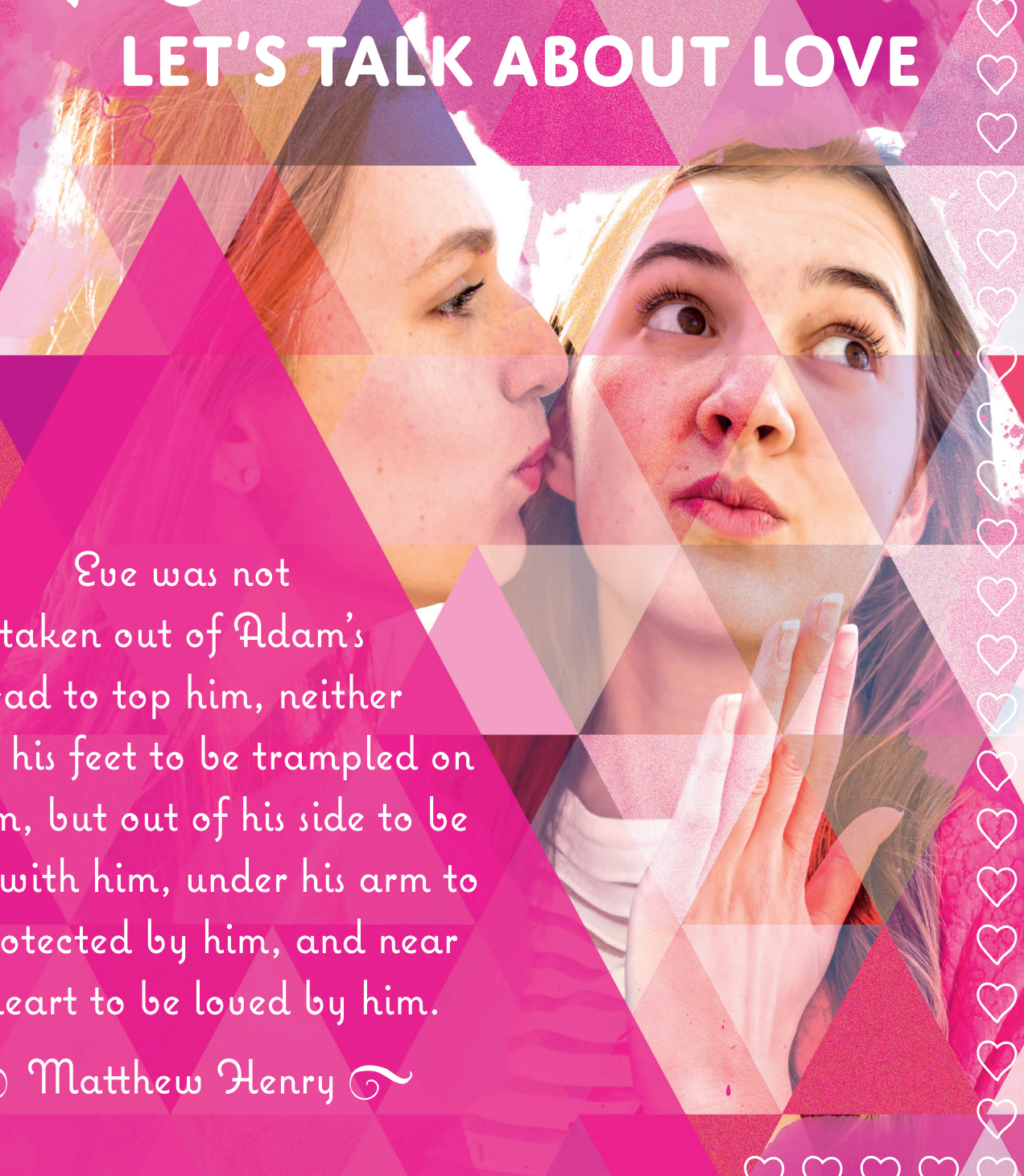
Deel met elkaar de collage die je op pagina 94 gemaakt hebt. Waarvoor kun jij dankbaar zijn in je leven?

Dank met elkaar voor de zegeningen in je leven en bid met en voor elkaar voor de moeilijke dingen of de vragen die je hebt.



Roze

LET'S TALK ABOUT LOVE



Eve was not
taken out of Adam's
head to top him, neither
out of his feet to be trampled on
by him, but out of his side to be
equal with him, under his arm to
be protected by him, and near
his heart to be loved by him.

~ Matthew Henry ~

10 Roze – Let's talk about love

Intro

Vol verwondering keek hij naar haar. Vanaf het moment dat hij haar zag, was hij helemaal ondersteboven van haar verschijning. Met open mond stond hij erbij terwijl ze stap voor stap dichterbij kwam. Hij jubelde het uit: Zie dat dan! Dat is mijn vrouw! Vlees van mijn vlees, been van mijn gebeente! Een vrouw! Het is zo mooi om te lezen en tot je in te laten dringen hoe Eva voor 100 procent totaal gewenst was door Adam. Hij daagt elke man uit om zo vol liefde en overgave helemaal te gaan voor zijn toekomstige vrouw: Verlaat je vader en moeder, zorg ervoor dat je je eigen broek op kan houden. Beloof je vrouw je trouw en toewijding en dan mag je samen tot een vlees zijn. Dat is een diepe lichamelijke verbinding die enkel en alleen ligt in het beleven van seksualiteit. Adam is zo vol liefde en respect voor de vrouw, dat hij elke man oproept om met eer met zijn vrouw om te gaan. Eva was de eerste vrouw die ten huwelijk gegeven werd, en wel door haar Maker. God gaf Eva weg aan Adam, en vertrouwde haar toe aan zijn zorg. Heb je wel eens beseft hoe bijzonder dit is dat God zijn kostbare dochter weggeeft en toevertrouwt aan een man? Het huwelijk is bedoeld als jezelf geven aan een eerbare man die vol liefde voor jou zou willen zorgen, die voor 100 procent verantwoordelijkheid wil nemen voor jou en die jou op handen draagt. Dat is misschien wel juist wat we vandaag de dag zo weinig terug zien. Toewijding en trouw zijn woorden die moeilijk in de praktijk toe te passen lijken. Er zijn zoveel mensen die scheiden en zoveel mensen die voor het huwelijk met elkaar naar bed gaan en daarin het meest kwetsbare van zichzelf zomaar delen met iemand anders. De diepte van het huwelijk en seksualiteit is als een geheim. Het gaat zo diep dat het moeilijk is om te bevatten wat het eigenlijk allemaal met je doet. God is de Ontwerper van het leven, en Hij weet als geen ander wat het met je doet als je Zijn tips voor het leven niet naleeft. Hij daagt jou uit om met eer met jezelf om te gaan en met jezelf om te laten gaan! Juist omdat dat het beste is voor jou zelf.

Leestips:

- Genesis 2:22-25
- Efeziërs 5:22-33
- 1 Petrus 3:7

Hashtags:

#Liefde #Seksualiteit #Jongens #Kostbaar #Respect

Liedjes:

741 - Als een vuur van binnen

Love alone is worth the fight - Switchfoot

Love somebody - Charmaine

Belangrijke voorbereidingen

Benodigdheden:

Geen

Schrijftips:

- Schrijf zo snel je kunt.
- Houd je pen op papier en houd je pen in beweging.
- Weet je het niet meer? Herhaal dan het laatste woord net zolang tot er iets nieuws in je opkomt. Schrijf hierover verder tot het aantal regels vol is.
- Schrijf datgene op wat het eerst bij je bovenkomt. Sociaal gewenste antwoorden zijn niet nodig.
- Vergeet dat je juiste antwoorden moet geven. Er is geen goed of fout in wat je schrijft.
- Verander je tekst niet tijdens het schrijven.
- Schrijf bij alles wat je schrijft de datum.
- Lees je tekst tenslotte hardop voor.

p. 102

Maak de schrijfoopdrachten van deze bladzijde. Geef de gelegenheid om de laatste schrijfoopdracht van deze bladzijde met elkaar te delen.

p. 103

Maak beide schrijfoopdrachten van deze bladzijde. Geef de gelegenheid om de schrijfoopdrachten met elkaar te delen.

p. 104

Maak de schrijfoopdracht van deze bladzijde. Geef de gelegenheid om de schrijfoopdracht met elkaar te delen.

p. 105

Maak de schrijfoopdracht van deze bladzijde of geef de opdracht als thuisopdracht. Deel deze opdracht NIET met elkaar.

Gespreksvragen:

Lees Spreuken 3:3

‘Wees altijd goed en trouw. Denk steeds aan mijn lessen, denk er altijd aan.’

Hoe kun jij leren om trouw te zijn? Hoe kun je nu vast oefenen om later het beste met je toekomstige man voor te hebben en hem trouw te zijn?

Zie je om je heen dat het moeilijk is om trouw te zijn? Waarom zou dat zo zijn?

Hoe kun jij met eer met jezelf omgaan en met je om laten gaan? Bespreek dat eens met elkaar. Hoe kun je dat doen in onze maatschappij? Wat heb je daarvoor nodig?

Groen

GROEI EN BLOEI!



Vanuit alles
waar jij nu doorheen
gaat zal iets moois groeien,
en dat ben jij.

~ Onbekend ~

11 Groen – Groei en Bloei

Intro

Wanneer je geboren wordt, heb je een samenstelling van genen van zowel je vader als je moeder. Die samenstelling maakt jou tot een uniek persoon, waarin je eigenschappen hebt van allebei je ouders. Misschien herken je de kenmerkende gezichtsuitdrukkingen van je vader wel in jouw spiegelbeeld, of zijn er bepaalde karaktereigenschappen die je van je moeder geërfd hebt. Maar dat doet niets af aan je uniciteit. Ook heb jij je hele leven de tijd om dingen te leren. Jij kunt gevormd worden in je karakter. Dat is dan ook de oproep die Paulus geeft in Romeinen 12, waarin hij zegt dat je niet gelijk moet worden aan de wereld, maar vernieuwd mag worden in je denken, zodat jij je leven tot eer van God in mag zetten. Een vrouw uit de Bijbel die karakter heeft, is Abigaïl. Ze was een mooie vrouw, die getrouwd was met een super rijke man. Ze staat bekend als een respectabele, slimme vrouw maar haar man was een harde en slechte man. Daar waar David met zijn mannen in dezelfde omgeving hadden geleefd als de schaapherders van Nabal en hen met respect behandeld hadden, beledigde Nabal David. David werd daar ontzettend boos over en wilde dat Nabal betaald zetten. Abigaïl kwam ter ore hoe haar man David beledigd had en zij besloot daarin zelf actie te ondernemen. Zij ging dan ook naar David toe om hem met voedsel te overladen. Nabal was een man waar niet mee te praten viel, hij was behoorlijk hardleers en eigenwijs. Uiteindelijk kostte deze daad hem zijn leven. Abigaïl ging naar David toe om met hem in gesprek te zijn en hem de wraak te besparen die hij voor ogen had. Ze had als vrouw zoveel geleerd in haar leven dat ze opkwam voor het goede. Ze zag de grootheid van God in het leven van David en was zich ervan bewust dat God voor David een blijvend koningshuis voor ogen had. Ze gaf David de raad om geen bloed te vergieten, waarna hij besloot haar advies op te volgen. Hij stuurde haar in vrede naar huis. Nabal had in zijn leven ook de mogelijkheid te leren van de keuzes die hij maakte, om te luisteren naar de raad van goede mensen en om zijn karakter te laten vormen. Net zoals David luisterde naar de raad van de wijze raad van Abigaïl. Zo heb ook jij steeds weer de keuze om het goede te doen, om je karakter te laten vormen en de wijsheid die God geeft door Zijn woord en de Heilige Geest, toe te passen in jouw leven.

Leestips:

1 Samuel 25
Galaten 5:22
Efeze 2:10

Hashtags:

#Karaktervorming #Groeï #Uitdaging #Godsmeesterwerk #Proces

Liedjes:

730 - Ik herleef
713 - Alles wat ik ben behoort U toe
715 - Wat hou ik van Uw huis
763 - Ik heb U nodig
Let praise awaken - Life@Opwekking
Tokyo - Charmaine

Belangrijke voorbereidingen

Benodigdheden:

- Laptop, beamer en boxen
- Verf
- Kwasten

Schrijftips:

- Schrijf zo snel je kunt.
- Houd je pen op papier en houd je pen in beweging.
- Weet je het niet meer? Herhaal dan het laatste woord net zolang tot er iets nieuws in je opkomt. Schrijf hierover verder tot het aantal regels vol is.
- Schrijf datgene op wat het eerst bij je bovenkomt. Sociaal gewenste antwoorden zijn niet nodig.
- Vergeet dat je juiste antwoorden moet geven. Er is geen goed of fout in wat je schrijft.
- Verander je tekst niet tijdens het schrijven.
- Schrijf bij alles wat je schrijft de datum.
- Lees je tekst tenslotte hardop voor.

p. 112

Maak de eerste schrijfo opdracht van deze bladzijde en geef de gelegenheid om dit te delen. Maak vervolgens de tweede schrijfo opdracht van deze bladzijde en geef de gelegenheid om dit met te delen.

p. 113 - 114

Maak de opdracht van deze bladzijdes. Geef de gelegenheid om dit te delen. Laat de karaktereigenschappen voorlezen die ze hebben omcirkelt. Bespreek datgene waar ze graag in willen groeien.

p. 115

Maak de schrijfo opdracht en geef na afloop de gelegenheid om met elkaar te delen.

p. 116

Extra: creatieve opdracht

Gespreksvragen:

Vanuit alles waar jij nu doorheen gaat, zal iets moois groeien, en dat ben jij. Hoe kun jij groeien door de processen waar jij in zit?

Helpt het wanneer je focust op waarin je zou kunnen groeien, in plaats van op de heftigheid van wat je misschien wel meemaakt?

Bekijk met elkaar het filmpje Masterpiece van de Skit Guys.

[Tinyurl.com/skit-guys-masterpiece](https://tinyurl.com/skit-guys-masterpiece)

Herken jij het dat het soms echt wel moeilijk is als God je karakter aan het vormen is? In welke vrucht van de Geest word jij op dit moment gevormd [Galaten 5:22]? Wat mag je hierin leren?

Colour

JIJ BENT EEN
SCHATKIST AAN KLEUR!

Vriendelijke
woorden kunnen
kort zijn en makkelijk
uitgesproken worden, maar
hun echo duurt eendeloos voort.

~ Moeder Teresa ~

12 Colour – Colour your World

Intro

Er zou toch eens een palmboom naar jou vernoemd worden. Er was in Israël een bekende palmboom, namelijk de palmboom van Debora. Daar kwam het volk naartoe als er onenigheid was en ze rechtspraak nodig hadden. Debora, de vrouw van Lappidoth, gaf als richter leiding aan Israël. Het volk werd in die tijd onderdrukt en Debora had een woord voor Barak waarin ze hem opdroeg de strijd aan te gaan. Barak vroeg haar om mee te gaan want zonder haar wilde hij de strijd niet aangaan. Debora ging mee, maar dat had wel als gevolg dat Barak niet de eer zou krijgen omdat Sisera, de vijand, overgeleverd zou worden aan een vrouw. Die vrouw was Jaël, die Sisera doodde waardoor het volk verlost was van de Kanaänieten. Debora zingt na de strijd in haar lied over de dagen dat de wegen verlaten waren en de mensen die de paden bewandelden kronkelwegen gingen. De dorpen lagen er verlaten bij, totdat zij opstond. Ze was als een moeder in Israël. Hoe hopeloos was de situatie van het volk van Israël toen ze al twintig jaar getiranniseerd werden door de Kanaänieten. Totdat Debora opstond om een ander geluid te laten horen. Zij stond op om haar wijsheid uit te delen aan haar volk. Daarnaast stond Jaël op om een einde te maken aan het leven van de man die de Israëlieten bedreigde, en zo mocht elke vrouw en elke man in Israël opstaan om recht te brengen in hun land. Vandaag de dag is de wereld zo turbulent, zoveel mensen zijn bang voor wat de toekomst brengt en is er veel onrecht. Veel mensen zijn eenzaam of hebben het moeilijk in hun leven. Datgene wat Debora zag in Israël, is misschien ook wel hetgeen wat jij ziet in jouw omgeving. Er zijn mensen die hulp nodig hebben, die wachten op het moment dat jij opstaat. Jij kunt opstaan om als een moeder, een dochter, een vriendin te zijn voor degenen die dat nodig hebben. Dat van betekenis zijn, ligt niet in de grote dingen. Jij hebt veel mogelijkheden om van betekenis te zijn voor andere mensen, juist in de kleine dingen! Jij mag uitdelen van datgene wat God in jou gelegd heeft aan talenten, mogelijkheden en Zijn gaven. Sta jij op?!

Leestips:

Richteren 4

Mattheüs 25:35-40

1 Korinthe 12:12-31

Hashtags:

#Talent #Ontdek #Ontwikkelen #Deeluit #Colour

Liedjes:

- 705 - Aan de maaltijd wordt het stil
- 747 - Wij geloven in een keerpunt in de tijd
- 732 - Wat een wonder dat ik meewerken mag
- 734 - Adem om van U te zingen

Fighting Furies – Charmaine

Still that girl – Britt Nicole

Belangrijke voorbereidingen

Benodigdheden:

- Laptop, beamer en boxen

Schrijftips:

- Schrijf zo snel je kunt.
- Houd je pen op papier en houd je pen in beweging.
- Weet je het niet meer? Herhaal dan het laatste woord net zolang tot er iets nieuws in je opkomt. Schrijf hierover verder tot het aantal regels vol is.
- Schrijf datgene op wat het eerst bij je bovenkomt. Sociaal gewenste antwoorden zijn niet nodig.
- Vergeet dat je juiste antwoorden moet geven. Er is geen goed of fout in wat je schrijft.
- Verander je tekst niet tijdens het schrijven.
- Schrijf bij alles wat je schrijft de datum.
- Lees je tekst tenslotte hardop voor.

p. 122-123

Maak de schrijfofdracht en geef de gelegenheid om dit te delen met elkaar.

p. 129

Maak de schrijfofdracht en geef de gelegenheid om dit te delen met elkaar

Gespreksvragen:

Lees met elkaar Filippenzen 2:3-4

'Jullie moeten jezelf niet beter vinden dan een ander, of opscheppen over jezelf. Nee, jullie moeten bescheiden zijn en een ander belangrijker vinden dan jezelf. Denk niet alleen aan jezelf, maar zorg juist voor elkaar.'

Hoe kun je dit bijbelgedeelte toepassen in je eigen leven?

Wat heb jij nodig om je talenten uit te delen? Heb je wel eens gedachten over dat je niet goed genoeg bent of dat anderen het beter kunnen?

Waar zou jij in willen groeien? Maak het concreet: hoe ga jij jezelf daarin ontwikkelen?