



Tafelgesprekken

Open leven - 4: Commitment

Vorbereiding

Stap 1: Vraag de deelnemers om hoofdstuk 4 van *Open leven* te lezen. Stuur de deelnemers ruim een week van tevoren een mail waarin je hen hieraan herinnert.

Stap 2: Stuur in deze mail ook de gespreksvragen mee (zie hieronder) zodat mensen zich beter kunnen voorbereiden en zelf kunnen nadenken over vragen die zij hebben.

Stap 3: Maak een samenvatting van hoofdstuk 4. Verwerk die in een hand-out of PPT of zet het op een flap-over.

Stap 4: Bid voor de deelnemers, voor je co-leider en jezelf dat jullie tijdens de avond iets van de Geest van Jezus zullen ervaren en opgebouwd en bemoedigd zullen worden.

Maaltijd

Geniet samen van het eten en van ontspannen gesprekken.

Samenvatting

Geef de hoofdgedachten van het hoofdstuk kort weer (aan de hand van een hand-out, PPT of flap-over).

Feedback en inventarisatierondje

Grijp terug op de uitdaging van de vorige bijeenkomst:

- Aan het einde van de vorige avond is de vraag besproken wat je zou willen doen om de kamer van hoop in de praktijk te brengen. Wat heb je gedaan? Wat waren je ervaringen?

Doe daarna een rondje met deze drie vragen:

- Wat sprak je aan in het hoofdstuk?
- Waar gingen je hakken in het zand?
- Waar wil je vanavond over doorpraten?

Ga vervolgens in gesprek over onderstaande vragen. Vink van tevoren aan welke vragen je wilt bespreken (maar gebruik ze niet als dwangbuis).

Gespreksvragen

Ervaar jij de oproep tot loslaten van controle als beklemmend of als bevrijdend? Ken jij momenten van overgave? Vertel eens...

Heb jij ervaring met het gesprek tussen je hart en een Bijbeltekst? Beschrijf eens wat dat met je doet. Heb jij ervaring met Bijbelstudie? Vertel eens...

Spreekt de beschrijving van de christelijke gemeente als een plek waar mensen kunnen leren om Gods liefdevolle wil in de praktijk te brengen jou aan? Ben jij geëngageerd aan het opbouwen van de christelijke gemeente? Wat houdt je tegen?

Heeft het dienen en bemoedigen van anderen een grote plek in je leven? Wat is makkelijker voor je, dingen doen of iets zeggen?

Wil jij de uitdaging op p. 90 van het boek de komende weken aangaan? Hoe ga je dat doen? En hoe wil je de komende weken oefenen met het loslaten van controle



Tafelgesprekken

Open leven - 4: Commitment

over de vervulling van je verlangens en het gesprek tussen je hart en een Bijbeltekst?

Oefeningen

Steek een kaars aan en zet die in het midden. Neem vervolgens als groep tijd voor één of meerdere gebedsoefeningen:

Oefeningen

Laat ieder een papiertje nemen en daarop 2-3 dingen schrijven waar je heel erg naar verlangt. Voor deze oefening is het belangrijk dat anderen niet kunnen zien wat je opschrijft. Nadat iedereen dit heeft opgeschreven neem je het papiertje in een gebalde vuist en zit je voor een paar minuten in stilte terwijl je nadenkt hoezeer je verlangt naar de vervulling van die verlangens. Op een gegeven moment leest de leider de woorden van Jezus in Getsemane voor: "Laat het niet gebeuren zoals ik het wil, maar zoals u het wilt." Wie eraan toe is kan vervolgens het papiertje in een open hand leggen, of het naar een hoek in de kamer brengen waar een kruis staat. Mocht je dit niet willen, overweeg dan om het papiertje met het verlangen erop mee naar huis te nemen en te kijken wat er gebeurt als je het de komende tijd in gebed brengt. Belangrijk bij deze oefening is dat er geen enkele emotionele druk is voor mensen om iets te doen waar ze niet aan toe zijn, en dat na deze oefening de papiertjes vernietigd worden die mogelijk achter zijn gebleven bij een kruis.

Doe als groep een *lectio divina*. Neem bijvoorbeeld de tekst van Johannes 8:2-11. Laat iemand het twee keer langzaam voorlezen. Iedereen kiest dan iets wat aanspreekt of raakt. Laat iedereen vervolgens zelf nadenken over zijn/haar woord, de zin, of het beeld. Vraag je af: Wat is de verbinding tussen dit 'woord' en wat zich afspeelt in je hart en leven? Hoe spreekt het verhaal tot jouw situatie? Na 10 minuten nodig je mensen uit om iets van hun reflecties te delen. Neem vervolgens tijd voor gebed (persoonlijk of als groep) en zit dan nog een paar minuten in stilte.

Lees met elkaar Efeziërs 4:1-24. Vraag een deelnemer om vers 1-6 in eigen woorden samen te vatten en te vertellen wat dit voor de christelijke gemeente betekent. Doe dat ook met vers 11-15 en 21c-24. Bespreek met elkaar wat je vindt van het beeld dat Paulus schetst van de christelijke gemeente.

Zet wat zachte muziek op (b.v. Taizé-muziek) en nodig mensen uit om op hun knieën rond een kruis te gaan zitten (zorg dat er voldoende kussens zijn voor onder je knieën). Voor christenen symboliseert het kruis onder meer de totale zelfovergave van Gods liefde voor deze wereld. Terwijl je geknield zit, mijmer over de liefde van deze God. Bespreek naderhand met elkaar wat deze oefening met je doet.

Tips

Tip 1: Beeld van de kerk

Christenen zijn soms best enthousiast over de christelijke gemeente/kerk. Zij voelen iets aan van wat Jezus bedoelde met de gemeente. Maar verwacht niet dat deelnemers die weinig ervaring hebben met de kerk een positief beeld hebben. Het kan natuurlijk wel zo zijn dat zij een positief beeld hebben, maar vaak is hun beeld niet dat de gemeente bedoeld is als een leerschool van liefde. Probeer tijdens de gesprekken te achterhalen wat voor beelden mensen hebben bij de kerk.

Tip 2: Hulp bij meditatie

2Er zijn verschillende Bijbel leesroosters als mensen willen oefenen om vaker te mediteren op Bijbelteksten. Zie



Tafelgesprekken

Open leven - 4: Commitment

bijvoorbeeld de site van het Nederlands Bijbelgenootschap: www.debijbel.nl/bijbeltekst-van-de-dag, of de site van Taizé: www.taize.fr/nl_article158.html. Er zijn ook verschillende apps. Bijvoorbeeld de app 'Bidden Onderweg' van de Jezuiten waar een tekst gelezen wordt en enkele vragen worden gesteld. Maar er is nog veel meer. Wie zoekt die vindt...

Verdieping

Wil je je verder inlezen lees dan de [verdiepingstekst](#) over het belang van overgave.