



## Kringpaper - Dagelijks leven met Jezus

*Januari 2020*

Films reflecteren in veel gevallen het leven, maar dan wel het leven waar alle saaie en gewone momenten uit weg zijn geknipt. In gesprekken zijn we geneigd hetzelfde te doen. Op een feestje deel je successen of die heerlijke momenten op vakantie. Dat je tijdens de vakantie 4 uur in de file hebt gestaan en er allerlei saaie of gewone momenten inzitten van aankleden tot eten is niet noemenswaardig. Het leven moet eerder groter, beter en meeslepender zijn. Hoe vinden we de juiste balans in deze tijd van ongekende mogelijkheden die alleen nog maar verder groeien?

Een risico voor religieuze mensen is dat ze geloven gelijkshakelen aan het beleven van spirituele hoogtepunten. Dat heerlijke gevoel tijdens een christelijk festival, wonderbaarlijke genezingen, aanrakingen van God of bekeringsverhalen in lijn met de wonderbaarlijke bekering van Paulus die Jezus in een fel licht ontmoet en van vervolger een volgeling wordt. Ja, deze dingen gebeuren! Maar dat betekent niet dat God alleen oog heeft en betrokken is bij wonderlijke gebeurtenissen.

Wakker worden, het bed opmaken,  
Tandenpoetsen, sleutels verliezen, eten van  
klikjes, ruzie met je geliefde, mailen,  
filiertijden, vrienden bellen, thee drinken,

slapen, luiers verschonen, ruzies tussen de kinderen oplossen, enz... Wat als al deze gewone alledaagse bezigheden er voor God toe doen? Wat als al deze momenten die voorbij glijden zonder dat we er erg in hebben van waarde zijn in de ogen van God?

In de Bijbel lezen we hoe God ons gemaakt heeft om te rusten, te werken, te spelen, ons lichaam te verzorgen, aandacht en liefde te hebben voor onze familie, vrienden, buurt en ons eigen huishouden. Eén van die teksten is 1 Korintiërs 10:31 "Dus of u nu eet of drinkt of iets anders doet, doe alles ter ere van God." Onder het kopje Bijbelteksten vind je er nog meer.

Er is geen taak te klein of te gewoon om in de taak iets van God en zijn bedoelingen voor deze wereld te reflecteren. Of je nu moeder Theresa of een huismoeder bent, of je nu een revolutionair of een gemiddelde student bent, of je nu met pensioen of volop een bedrijf aan het opbouwen bent, ieders leven wordt geleefd in dagen van 24 uur. Deze maand kijken we naar de gewone alledaagse momenten van het leven en onderzoeken we hoe juist ook op dit niveau van ons alledaagse leven geloof een belangrijke rol speelt.

### **Tip**

Luister samen naar een lied van Matthijn Buwalda: 'Het zijn de dingen die je doet, die niemand ziet, die zeggen wie je bent'

### **Gespreksvragen**

#### Wakker worden:

1. Ben jij een ochtendmens of kom je maar langzaam op gang?
2. Wat zijn jouw ochtendrituelen?
3. Wat zijn je eerste gedachten als je wakker wordt? Hoe bepalend zijn deze voor je dag?
4. Welke oefening zou kunnen helpen bij de start van de dag bepaald te worden bij het feit dat je geliefd bent en onderdeel uitmaakt van Gods wereld?
5. Worstel jij wel eens met het gevoel/de gedachte dat je het liefst de alledaagse bezigheden zou overslaan en het liefst leeft van hoogtepunt naar hoogtepunt?

#### Bed opmaken:

1. Maak jij je bed op? Waarom wel/niet?
2. Welke kleine gewoontes heb jij in je dagelijks leven die iets van het goede leven reflecteren?
3. Is er een alledaagse gewoonte die jou ten positieve heeft veranderd?
4. Is er een alledaagse gewoonte waar je eigenlijk wel iets in zou willen veranderen/vervangen?

#### Tanden poetsen:

1. Zie jij de verzorging van je lichaam als manier om God te eren?
2. Wat vind je ervan dat God in Jezus in een menselijk lichaam is geboren en heeft geleefd op onze wereld?
3. In sommige culturen, religies en filosofieën wordt het lichaam als minderwaardig, als slechts een omhulsel gezien van de ziel en/of het verstand, wat vind jij daarvan?
4. Hoe vind je in het algemeen dat er in onze tijd wordt gekeken naar onze buitenkant, ons lichaam?
5. In 1 Korintiërs 7 heeft Paulus het over ons lichaam als tempel van de Heilige Geest. En in de hele Bijbel zie je dat lichaam en ziel er toe doen voor God. welke morele consequenties haal je daaruit als het gaat om de omgang met je lichaam?
6. Als je nu voor een spiegel zou staan hoe zou je dan naar jezelf kijken? Lukt het om naast alle andere gedachtes en gevoelens over dat ene pukkeltje of plukje haar ook iets van Gods stem te horen die zegt; "ik vind je mooi, ik hou van je en ben deze dag bij je. en zal ik je een geheimpje verklappen dat is voor jou echt het belangrijkste wat er toe doet vandaag, morgen, volgende week en de rest van je leven."
7. Op welke manier doet jouw lichaam mee in het groot maken van God? Welke lichamelijke oefeningen pas je daarbij toe? (knielen, muziek maken, zingen met geheven handen, dansen, je handen vouwen tijdens het bidden, wandelen, hardlopen of...)

## **Geestelijke oefening**

Bedenk 3 alledaagse handelingen die jou iets kunnen zeggen over Jezus en hoe jouw alledaagse leven verbonden is met hem.

### **Voorbeelden:**

- Maak een week lang je bed op en bedenk dat je in het klein meedoet met wat God de schepper in het groot doet namelijk; 'vanuit chaos orde creëren'.
- Bedenk deze week tijdens je douchemomenten dat Jezus met zijn warmte en reinigende liefde aanwezig is in je leven en dat Hij niet alleen de buitenkant maar vooral ook de binnenkant van je leven 'schoonmaakt'.
- Vraag deze week bewust God om een zegen over de levens van de mensen om je heen die je onderweg omringen in de bus, trein, auto, fiets, vliegtuig of lopend. om je heen naar wie God liefde uitgaat: 'Jezus, wij zijn de geliefden'. Sluit af met gebed voor de mensen om je heen of door het Onze Vader te bidden (Matteüs 6,9).