

Deel 4 | Afhankelijk zijn  
Programmasuggesties (huis)kringen

# Dagboek Geestelijke Groei

Wie in Mij blijft, en Ik in hem, die draagt veel vrucht,  
want zonder Mij kunt u niets doen.

Johannes 15:5b



Robert Tolsma

## INHOUDSOPGAVE

GELOOF (1): WAT BETEKENT GELOOF VOOR JOU?.....	3
GELOOF (2): GELOVEN IN WOORD EN DAAD .....	5
VRIJHEID (1): WELKE VRIJHEID? .....	7
VRIJHEID (2): WANDELEN IN DE VRIJHEID .....	9
BIJLAGE 1: WANDELEN IN DE VRIJHEID.....	12
BIJLAGE 2: KLEIN ORKEST - OVER DE MUUR .....	13

*Robert Tolsma*

**Werkboek Dagboek Geestelijke Groei – Deel 4 | Afhankelijk zijn**  
Programmasuggesties voor (huis)kringen

© 2014, versie 1.0  
CC Excellence, postbus 660, 9200 AR Drachten

[www.excellence-kerken.nl](http://www.excellence-kerken.nl)  
[www.excellence-opleiding.nl](http://www.excellence-opleiding.nl)  
[www.excellence-coaching.nl](http://www.excellence-coaching.nl)

Foto's omslagen: Ann-Jeannette Hober-Boonstra  
Illustraties: Marianne Hoefnagel. Schilderijen met een Betekenis - <http://www.mariannehoefnagel.webklik.nl>  
De Bijbeltekst in deze uitgave is ontleend aan de Bijbel in de Herziene Statenvertaling, © Stichting HSV 2010.

Deze programmasuggesties horen bij **Dagboek Geestelijke Groei – Deel 4 | Afhankelijk zijn**  
ISBN 978-90-814658-4-7 NUR 707

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm of op welke andere manier dan ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

All rights reserved. No portion of this book may be reproduced, stored in a retrieval system, or transmitted in any form or by any means – electronic, mechanical, photocopy, recording or any other – except for brief quotations in printed reviews, without the prior written permission of the publisher.

## GELOOF (1): WAT BETEKENT GELOOF VOOR JOU?

Hieronder tref je suggesties aan voor het bespreken in een (huis)kring, kleine groep of triade. Als leider ben je vrij deze suggesties al dan niet te volgen en aan te passen. Het is een hulpmiddel om tijdens de bijeenkomst over het thema te spreken dat iedereen in het Dagboek is tegengekomen.

De kringbijeenkomst staat in het teken van het sub-thema 'Geloof'. We zijn afhankelijk van God voor wat betreft ons geloof. Ook zijn wij afhankelijk van God in dat Hij doet wat Hij zegt en belooft.

### Doel

Hernieuwd inzicht in wat geloof voor jou betekent.

### Gebed

Open de avond met gebed.

### Ijsbreker, mogelijkheid 1

Stel je voor: Je wilt van een duikplank afspringen. Je vertrouwt er dan op dat de zwaartekracht van toepassing is, anders zou je bijvoorbeeld door de lucht gaan zweven of 'op/tegen het plafond van de zwembadhal vallen'. Zwaartekracht is onzichtbaar. Maar we weten zeker dat als we van de duikplank afspringen, we altijd naar beneden zullen vallen.

Welke overeenkomsten zie je in dit vertrouwen op de zwaartekracht en het vertrouwen of geloof in God?

### Ijsbreker, mogelijkheid 2

NB. Bij deze ijsbreker voorzichtig te werk gaan!

Je verdeelt de kringleden in koppels van twee personen. (Als het een oneven aantal kringleden is, maak dan ook een groep van 3 personen). De beide kringleden gaan achter elkaar staan, met het gezicht dezelfde kant op. De voorste persoon laat zich (als hij/zij dat wil en durft) achterover vallen in de handen van de ander.

Neem kort de gelegenheid om degenen die zich achterover hebben laten vallen, vertellen wat het met hen heeft gedaan. Wissel daarna om en laat de ander achterover 'vallen'. Neem opnieuw de tijd om de ervaringen uit te wisselen. Als er een groepje van 3 is, laat hen dan de oefening dan nog een keer doen.

Besprek nu één of meer van de volgende vragen:

- Wat is ervoor nodig om op de ander te vertrouwen?
- Hoe voelde het om afhankelijk te zijn van de ander?
- Waardoor vertrouwde je de ander wel of niet?



## God spreekt

Lees Hebrëëën 11:1-19.

Print het Bijbelgedeelte uit in de gewenste vertaling of in verschillende vertalingen. Voor ieder kringlid een exemplaar.

Vraag elk kringlid om alle woorden die gaan over 'geloof' een kleur te geven. Laat hen vervolgens de woorden die gaan over 'zien' of 'belofte' of 'beloven' een andere kleur.

Wat valt je door deze verschillende kleuren op?

Enkele gedachten:

De geloofsgetuigen laten in hun leven zien dat als God een belofte doet, Hij dit ook volbrengt. Het is een zekerheid dat er gebeurt wat Hij heeft beloofd. Dat blijkt uit alle voorbeelden die de schrijver noemt.

Het geloof van de gelovigen, is *het zichtbare bewijs* dat God bestaat. Uit hun handel en wandel kunnen omstanders en medegelovigen zien dat God (De Onzichtbare) bestaat.

Bespreek met elkaar:

- Wat zegt dit Bijbelgedeelte over geloof?
- Welke relatie ligt er tussen 'zien' en 'belofte' enerzijds en 'geloof' anderzijds?
- Noem een voorbeeld van iemand die je kent of uit de recente geschiedenis, waaraan je kunt zien dat God bestaat.

## Vragen

Hieronder staan enkele vragen die helpen bij het delen met elkaar. De vragen zijn opgedeeld in categorieën: oogsten (vragen met een 'O' erachter), toepassen (T) en openstaande vragen (V).

- Waar heeft God je de afgelopen week bij bepaald? (O)
- Wat ga je ermee doen? Heb je hierbij hulp nodig en zo ja, hoe kunnen we je daarbij ondersteunen? (T)
- Welke openstaande vragen zijn er nog naar aanleiding van het dagboek? (V)

## Bid voor elkaar en anderen

Deel persoonlijke zaken die je bezighouden met elkaar. Bid daar met elkaar voor. Bid dat God Zich laat zien in de mensen om jullie heen en dat Hij Zich ook zichtbaar maakt in en via jullie.



## GELOOF (2): GELOVEN IN WOORD EN DAAD

Hieronder tref je suggesties aan voor het bespreken in een (huis)kring, kleine groep of triade. Als leider ben je vrij deze suggesties al dan niet te volgen en aan te passen. Het is een hulpmiddel om tijdens de bijeenkomst over het thema te spreken dat iedereen in het Dagboek is tegengekomen.

De kringbijeenkomst staat in het teken van het sub-thema 'Geloof'. We zijn afhankelijk van God voor wat betreft ons geloof. Ook zijn wij afhankelijk van God in dat Hij doet wat Hij zegt en belooft.

### Doel

Aanmoedigen om het geloof uit te leven, geloofsgehoorzaamheid.

### Gebed

Open de avond met gebed.

### Ijsbreker, mogelijkheid 1

Kijk samen [deze korte film](#) (7,21 min.) of [deze film](#) (0,51 min.). Bespreek kort hoe je zelf de liefde, genade en waarheid die je van God hebt ontvangen, ervaart in de praktijk van het leven.

### Ijsbreker, mogelijkheid 2

Spreek met elkaar kort over Jakobus 1:22 "En wees daders van het Woord en niet alleen hoorders. Anders bedriegt u uzelf." Laat iedereen een voorbeeld noemen waarin hij wel hoorder was, maar geen dader.

### God spreekt

Lees Hebrëeën 11:7-8 twee keer met elkaar door.

De volgende vragen kunnen helpen (om op een nieuwe manier) naar de tekst te kijken.

- Hoe zijn het geloven en het doen hier aan elkaar gekoppeld?
- Wat doet God bij Noach en bij Abraham en hoe reageren zij daarop?
- Lees met elkaar Jakobus 2:14-26
- Welke les kunnen we trekken uit dit gedeelte?
- Wat is de juiste manier van geloven volgens Jakobus?

Enkele gedachten:

Geloven is niet iets wat je alleen met het hoofd doet, een overtuiging. Geloof is een houding die je hebt ten opzichte van God. Deze houding bestaat uit je *verstand* dat instemt met de Waarheid, je *hart* dat vertrouwt op God, je *wil* die gehoorzaam is aan God en een *leven* dat je inzet voor een ander.

In het gedeelte dat wij hebben gelezen blijkt dat ook. Zie verder bijvoorbeeld Hebrëeën 5:7-9 en Filippenzen 2:5-18. Daaruit blijkt de houding van de Heer Jezus.



Geef als leider van de groep een getuigenis aan de hand van de eerste drie onderstaande vragen. Bespreek daarna alle vragen met elkaar.

- Noem een voorbeeld waarin je God hebt gehoorzaamd.
- Noem een voorbeeld waarin God je een opdracht heeft gegeven.
- Wat heb je gedaan?
- Hoe gehoorzaam ben je?
- Wat neem je van deze bespreking mee, wat ga je doen?

### Vragen

Hieronder staan enkele vragen die helpen bij het delen met elkaar. De vragen zijn opgedeeld in categorieën: oogsten (vragen met een 'O' erachter), toepassen (T) en openstaande vragen (V).

- Wat heeft God je de afgelopen weken geleerd over geloof? (O)
- Wat ga je ermee doen en hoe ga je dat doen? (T)
- Welke openstaande vragen heb je nog n.a.v. wat je hebt gelezen? (V)

### Gebed

Bid voor elkaar dat je mag groeien in volwassenheid. Deel met elkaar wat er speelt en dank en bid daarvoor. Bid voor elkaar dat je mag groeien in geloofsgheoorzaamheid.



## VRIJHEID (1): WELKE VRIJHEID?

Hieronder tref je suggesties aan voor het bespreken in een (huis)kring, kleine groep of triade. Als leider ben je vrij deze suggesties al dan niet te volgen en aan te passen. Het is een hulpmiddel om tijdens de bijeenkomst over het thema te spreken dat iedereen in het Dagboek is tegengekomen.

Deze kringbijeenkomst staat in het teken van het sub-thema 'Vrijheid'. Vrijheid is nodig om te kunnen veranderen en ontwikkelen. Vrijheid van de last van de zonde, maar ook vrijheid om niet langer slaaf van de zondige wereldse macht te zijn. We zijn afhankelijk van God wat deze vrijheid betreft, onder andere van Zijn genade, maar we moeten ons als gelovige ook bewust zijn van die vrijheid om er gebruik van te kunnen maken.

### Doel

(Opnieuw) bewust worden van de vrijheid die God geeft en waarin wij leven.

### Gebed

Open de avond met gebed. Neem tijd om God te danken voor de vrijheid die Hij geeft.

### Ijsbreker, mogelijkheid 1

Deze weken is het thema 'Vrijheid'. Probeer met elkaar een zo lang mogelijke lijst te maken van zaken waarin en waaraan een mens gevangen kan zitten.

Stel vervolgens de vraag aan ieder individueel om een voorbeeld te noemen waarin Christus je (onlangs) in de vrijheid heeft gezet.

### Ijsbreker, mogelijkheid 2

Vraag voor de kringbijeenkomst een kringlid of hij/zij op de kringavond iets wil vertellen over een aspect of onderdeel van zijn/ haar leven waarin Christus hem/ haar (onlangs) in de vrijheid heeft gezet.

### God spreekt

Lees Deuteronomium 7:8 twee keer met elkaar door.

In deze tekst wordt kort samengevat dat God het volk Israël verlost heeft uit Egypte. Bespreek met elkaar hoe de jaren voor deze verlossing eruit zagen. Bespreek met elkaar hoe het volk onderdrukt werd door de Egyptenaren en noem voorbeelden waaruit blijkt dat het volk onderdrukt werd. Blader daarbij zo nodig door het boek Exodus heen.

Vergelijk de situatie van het volk en hoe wij als mensen slaaf kunnen zijn van zonden en van het zondige systeem. Bespreek met elkaar welke overeenkomsten er zijn tussen de situatie van Israël voor de uittocht en het niet christen zijn. Bespreek daarna welke overeenkomsten er zijn tussen de situatie waarin God Israël heeft verlost en Christus de gelovige verlost.

Lees afsluitend Johannes 8:30-36.



Enkele gedachten:

Het thema van verlossing en vrij worden is sterk in de Bijbel aanwezig. Een zeer markant moment in de geschiedenis is de verlossing van het volk Israël uit de handen van de wereldmacht Egypte. De enorme onderdrukking en slavernij waaronder het volk gebukt ging, komt uiteindelijk tot een einde. God belooft het volk opnieuw een nieuw land waar ze in vrijheid kunnen leven, zolang ze met Hem leven.

In deze verlossingsdaad van God maakt zichtbaar Wie God is en hoe Hij is. Gods heilsplan is om de mens te verlossen uit de slavernij van zonde en kwade machten. Hij wil ons vrij maken. We waren slaven van een ander, nu mogen we zonen en dochters van Hem zijn. En we zijn nu onderweg naar ons beloofde land.

## Vragen

Hieronder staan enkele vragen die helpen bij het delen met elkaar. De vragen zijn opgedeeld in categorieën: oogsten (vragen met een 'O' erachter), toepassen (T) en openstaande vragen (V).

- Op welke gebieden van je leven ervaar je die verlossing en vrijheid heel sterk en in welke gebieden minder of niet? (O)
- Wat heb je de afgelopen weken over vrijheid geleerd? (O)
- Wat ga je hiermee doen in de praktijk van je leven? (T)
- Welke openstaande vragen heb jij nog naar aanleiding van het dagboek? (V)

## Gebed

Neem tijd om met elkaar te delen wat er in je leven speelt. Bid voor elkaar dat de vrijheid die God aan je heeft gegeven steeds meer werkelijkheid wordt in je leven. Bid dat voor de gebieden waarin je je nog gevangen voelt ook deze vrijheid mag doorbreken.





## VRIJHEID (2): WANDELEN IN VRIJHEID

Hieronder tref je suggesties aan voor het bespreken in een (huis)kring, kleine groep of triade. Als leider ben je vrij deze suggesties al dan niet te volgen en aan te passen. Het is een hulpmiddel om tijdens de bijeenkomst over het thema te spreken dat iedereen in het Dagboek is tegengekomen.

Deze kringbijeenkomst staat in het teken van het sub-thema 'Vrijheid'. Vrijheid is nodig om te kunnen veranderen en ontwikkelen. Vrijheid van de last van de zonde, maar ook vrijheid om niet langer slaaf van de zondige wereldse macht te zijn. We zijn afhankelijk van God wat deze vrijheid betreft, onder andere van Zijn genade, maar we moeten ons als gelovige ook bewust zijn van die vrijheid om er gebruik van te kunnen maken.

### Doel

Inzicht krijgen in het leven in vrijheid, het wandelen door de Geest.

### Gebed

Open de avond met gebed.

### Ijsbreker, mogelijkheid 1

[Speel dit lied af](#) (als bijlage 2 tref je de tekst van dit lied aan).

Hier worden twee delen van Duitsland beschreven toen de Muur en het IJzeren gordijn nog bestonden tussen West en Oost Berlijn/ Duitsland. Bespreek met elkaar:

- Welke kenmerken worden van Oost Berlijn genoemd? Welke kanttekeningen geeft de tekstschrijver bij Oost Berlijn?
- Welke kenmerken worden van West Berlijn genoemd? Welke kanttekeningen geeft de tekstschrijver bij West Berlijn?



### Ijsbreker, mogelijkheid 2 (ronde 1 / 10-15 minuten)

Korte discussie over de stelling:

*“Vrijheid is gevaarlijk. Vrijheid kan gemakkelijk leiden tot immoreel gedrag.”*

Noem de stelling waarover gediscussieerd gaat worden. Vraag wie voor de stelling is en wie er tegen is. Laat de voorstanders met elkaar een groep vormen en de tegenstanders ook. Geef beide groepen de stelling op een briefje en laat hen discussiëren. Leid de discussie.

Als kringleider kun je deze discussie gaandeweg voeden door de volgende (prikkelende) inbreng:

- Vrijheid kan alleen functioneren als de mens ook verantwoordelijkheid neemt voor zijn keuzen en de gevolgen daarvan draagt. Maar hoe verantwoordelijk kan de mens eigenlijk zijn voor zijn eigen keuzen?
- Vrijheid kan alleen functioneren binnen bepaalde kaders/ grenzen, als je weet waar je aan toe bent (denk bijvoorbeeld aan ons rechtssysteem/ wettelijke kaders). Maar kaders geven veel mensen ook het gevoel van beperking/ inperking (bijv. ‘niet harder dan 120 km per uur’, terwijl je graag 140 km. per uur wilt rijden). Vrijheid kan dan gemakkelijk verworden tot het overschrijden van de grenzen (dat is pas echte vrijheid). Immoreel gedrag stimuleren we juist door het instellen van allerlei regels (geboden en verboden).

### Ijsbreker, mogelijkheid 2 (ronde 2 / 10 minuten)

Geef ± 10 minuten na de eerste discussieronde een nieuwe stelling, namelijk:

*“Vrijheid in Christus is gevaarlijk. Deze vrijheid kan gemakkelijk leiden tot immoreel gedrag.”*

Vraag wie voor de stelling is en wie er tegen is. Laat de voorstanders met elkaar een groep vormen en de tegenstanders ook. Geef beide groepen de stelling op een briefje en laat hen discussiëren. Leid de discussie.

Als kringleider kun je de vervolgdiscussie voeden door de volgende (prikkelende) inbreng:

- Kunnen wij mensen wel goed om met vrijheid omgaan? Wat leert de geschiedenis ons? (zie bijv. Adam en Eva)
- Paulus waarschuwt ons dat vrijheid kan leiden tot immoreel gedrag: *“Want wij zijn geroepen om vrij te zijn; gebruikt echter die vrijheid niet als een aanleiding voor het vlees, maar dient elkaar door de liefde”* (Galaten 5:13)



## God spreekt

Lees Galaten 5 met elkaar.

In dit hoofdstuk komt heel mooi naar voren hoe kwetsbaar het leven in vrijheid is. Het is als lopen op een bergkam (zie hiernaast). Aan de linkerkant kun je naar beneden afglijden door wettisch te worden. Je kunt naar de rechterkant afglijden door de vrijheid te misbruiken.



In Galaten 5:1-12 gaat het vooral over het *afglijden in het wettische*. In Galaten 13-21 gaat het voornamelijk over het *misbruiken van de genade*.

Vul met elkaar (of in groepjes van 2 of 3 personen) bijlage 1 aan de hand van heel Galaten 5 in. Wat staat er over afglijden naar het wettische of over misbruik van de vrijheid? Wat staat er over het leven in de vrijheid, het wandelen door de Geest?

Tip: Gebruik als er tijd over is ook Romeinen 8:1-17 hierbij.

Onderstaande vragen kunnen helpen bij de verdere bespreking:

- Hoe kun je in de vrijheid blijven wandelen? Wat is het effect daarvan?
- Welke neiging herken je bij jezelf, afglijden naar wettisch worden of het misbruiken van de vrijheid? In welke situaties gebeurt dat? Noem of overdenk eens een voorbeeld uit je eigen leven.
- In welke situaties glijd je juist af naar de andere kant?
- Welke rol spelen geloof en liefde bij het 'lopen in de vrijheid'?

## Vragen

Hieronder staan enkele vragen die helpen bij het delen met elkaar. De vragen zijn opgedeeld in categorieën: oogsten (vragen met een 'O' erachter), toepassen (T) en openstaande vragen (V).

- Wat heeft God je de afgelopen weken geleerd over vrijheid? (O)
- Wat ga je ermee doen? Hoe kunnen wij je daarbij helpen? (T)
- Welke openstaande vragen zijn er nog naar aanleiding van het dagboek? (V)

## Gebed

Neem tijd om met elkaar te delen wat er in je leven speelt. Bid voor elkaar dat je de goede balans mag vinden in het leven in vrijheid.



## BIJLAGE 1: WANDELEN IN DE VRIJHEID



Vul hieronder per categorie in, wat je daarover tegenkomt in Galaten 5 en betrek, als er tijd voor is, ook Romeinen 8:1-17 bij.

### Leven in vrijheid, leven door de Geest

Wettisch	Misbruik vrijheid
<b>Leven in vrijheid, leven door de Geest</b>	



## BIJLAGE 2: KLEIN ORKEST - OVER DE MUUR

Oost-Berlijn, unter den Linden:

Er wandelen mensen langs vlaggen en vaandels.

Waar Lenin en Marx nog steeds op een voetstuk staan.

En iedereen werkt, hamers en sikkels,

Terwijl in parade-pas de wacht wordt gewisseld.

40 Jaar socialisme er is in die tijd veel bereikt...

Maar wat is nou die heilstaat,

Als er muren omheen staan?

Als je bang en voorzichtig met je mening moet omgaan?

Ach, wat is nou die heilstaat, zeg mij wat is ie waard,

Wanneer iemand die afwijkt voor gek wordt verklaard?

Ref.

En alleen de vogels vliegen van Oost- naar West-Berlijn.

Worden niet teruggefloten, ook niet neergeschoten.

Over de muur, over het IJzeren Gordijn,

Omdat ze soms in het westen soms ook in het oosten willen zijn.

Omdat ze soms in het westen soms ook in het oosten willen zijn.

West-Berlijn: de Kurfürstendamm!

Er wandelen mensen langs porno en peepshow.

Waar Mercedes en Cola, nog steeds op een voetstuk staan.

En de neonreclames, die glitterend lokken:

Kom dansen! Kom eten! Kom zuipen! Kom gokken!

Dat is nou 40 jaar vrijheid, er is in die tijd veel bereikt...

Maar wat is nou die vrijheid, zonder huis, zonder baan?

Zoveel Turken in Kreuzberg die amper kunnen bestaan.

Goed... je mag demonstreren, maar met je rug tegen de muur

En alleen als je geld hebt, dan is de vrijheid niet duur.

Ref.

En de vogels vliegen van West- naar Oost-Berlijn.

Worden niet teruggefloten, ook niet neergeschoten.

Over de muur, over het IJzeren Gordijn,

Omdat ze soms in het oosten soms ook in het westen willen zijn.

Omdat er brood ligt soms bij de Gedachtniskirche, soms op het Alexanderplein!

Bron: Songteksten.nl - © Copyright 2014. All Rights Reserved



CC Excellence  
Postbus 660  
9200 AR Drachten

Telefoon: 0512 – 78 58 72  
E-mail: [info@cc-excellence.nl](mailto:info@cc-excellence.nl)

[www.excellence-kerken.nl](http://www.excellence-kerken.nl)  
[www.excellence-opleiding.nl](http://www.excellence-opleiding.nl)  
[www.excellence-coaching.nl](http://www.excellence-coaching.nl)



**CC • Excellence**  
voor Groei in Kerken