

Vruchtvlees 3 | Geloof, zachtmoedigheid en zelfbeheersing

Bekijk de video, ga het geloofsgesprek aan en doe een opdracht rondom de aspecten: geloof, zachtmoedigheid en zelfbeheersing!



Onderdeel van programma

Voor wie
16+

Vruchtvlees

Duur
60+ minuten

Vruchtvlees 3 | Geloof, zachtmoedigheid en zelfbeheersing

Wat leuk dat je interesse hebt in de serie Vruchtvlees! Bekijk eerst de video met elkaar. Het is de bedoeling dat je de video op *pauze* zet, nadat je de uitleg van de twee opdrachten gepresenteerd hebt gekregen door Marieke. Ga daarna met elkaar in gesprek en kies een opdracht. Als jullie daarmee klaar zijn druk je weer op *play* en bekijken jullie de uitleg over de Eindopdracht. Zet de video daarna weer op *pauze*. Doe samen de eindopdracht. Kijk daarna de video af en sluit de bijeenkomst af.

Video

1. Gesprek

- Tijdsduur: 15-20 minuten
- Benodigdheden: de vragen en stellingen

Ga met elkaar in gesprek! Begin met het bespreken van de stellingen. Daarna kunnen jullie andere vragen over dit thema bespreken.

Stellingen

- *Geloof is een geschenk van God.*
 - Waarom wel of waarom niet? Hoe ervaar jij het?
- *Geloven is niet verbonden aan auditieve beperkingen of aan bepaald woordgebruik.*
 - Waarom wel of waarom niet? Hoe ervaar jij het?

Gespreksvragen

- Welk aspect is voor jou het belangrijkste: geloof, zachtmoedigheid of zelfbeheersing?
- Hoe oefen of train jij je in geloof / zachtmoedigheid / zelfbeheersing?
- Ervaar jij wel eens onrecht?
 - Wanneer en hoe?
 - Wat vind je het moeilijkste aan onrecht?
 - Als jij reageert op de persoon die je onrecht aandoet: reageer je dan vanuit een zachtmoedige houding, kun je jezelf beheersen?
 - Kun je een voorbeeld noemen van wanneer je jezelf moest beheersen? Wat zou er gebeurd zijn als je dat niet had gedaan?
- Hoe kun je zelfbeheerst en zachtmoedig zijn tegen mensen met vooroordelen over bijvoorbeeld doof-zijn of..?
- Wie is voor jou een voorbeeld in geloof?
- Ben jij betrouwbaar?
- Wil jij groeien in je geloof? Wat heb je daarvoor nodig?
- Mis je iets in jouw geloof? Hoe zou je dit kunnen veranderen?

2. Opdrachten

Kies 1 opdracht uit onderstaande opdrachten A of B. Je kunt ook samen met de groep bepalen welke opdracht het wordt. Willen jullie nog een opdracht doen? Voel je vrij om dat te doen. Doe aan het eind van deze bijeenkomst in ieder geval de 'eindopdracht'. In deze opdracht kijken jullie terug op de vorige bijeenkomsten.

A: Jouw geloofsbelijdenis

- Tijdsduur: 30 minuten
- Benodigdheden: pen en papier of telefoon/filmcamera.

Waar geloof jij in? Maak met elkaar een 'geloofsbelijdenis'. Dat kan aan de hand van geschreven tekst, maar ook door een video op te nemen waarin jullie vertellen waarin en wat je gelooft. Voor inspiratie over de opbouw van een geloofsbelijdenis kun je kijken op [deze website](#).

B: Zachtmoedigheid of zelfbeheersing in de praktijk

- Tijdsduur: 20 minuten

- Benodigheden: telefoon, WiFi en Whatsapp.

Wat betekent zachtmoedigheid volgens jou? En wat zelfbeheersing?

Waar zie jij zachtmoedigheid en/of zelfbeheersing terug in onze maatschappij, in Nederland of de wereld? Zoek op internet naar berichten over mensen die volgens jou zachtmoedig zijn of zichzelf beheersen. Vertel elkaar wat je gevonden hebt.

Kun je zelf het gevonden voorbeeld in praktijk brengen? Ga er dan de komende week mee aan de slag. Houd elkaar op de hoogte via Whatsapp.

Liedsuggesties

Hieronder vind je liedsuggesties die passen bij de aspecten: geloof, zachtmoedigheid en zelfbeheersing.

- Psalm 62
- [Breng ons samen - Sela](#)
- [Ik geloof in God, de Vader](#) - Opwekking 347
- [The creed - Hillsong](#)

Eindopdracht

- Tijdsduur: 30 minuten
- Benodigheden: papier (minimaal A4), pennen, stiften, potloden.

A - Zijn de aspecten van de vrucht van Geest in jouw leven in balans? Daar kun je op een creatieve manier mee aan de slag gaan.

De vrucht van de Geest ontvang je van de Geest, door je geloof in Jezus. Je gaat dan vrucht dragen, als gelovige, christen en discipel. Draag jij vrucht? Zie je de 9 aspecten van de vrucht terug in jouw leven? Ga daar kort met elkaar over in gesprek.

De huidige situatie

Breng voor jezelf in kaart hoe 'groot' elk aspect van de vrucht in jouw leven is. Zijn de aspecten in balans of merk je dat je moeite hebt met één aspect of meer aspecten? Groeien alle aspecten of staan sommige stil? Probeer dit alles op een creatieve manier weer te geven. Denk aan een grafiek, tekening, boom met vruchten etc.

De gewenste situatie

Je hebt net de huidige situatie op een creatieve manier weergegeven. Wat is jouw gewenste situatie? Wil je meer groeien in bepaalde aspecten? Wil je ergens meer aandacht aan besteden de komende tijd? Probeer dit weer te geven in het kunstwerk dat je net gemaakt hebt. Bespreek samen wat de wensen of doelen van iedereen zijn en ga er de komende tijd mee aan de slag.

B - Heb je met elkaar meerdere of alle video's bekeken? Kijk dan nu met elkaar terug op deze en de vorige bijeenkomsten.

- Wat vond je van de serie, het thema en de bijeenkomsten?
- Wat heb je geleerd? Vraag aan iedereen in de groep om zijn/haar verhaal te delen.
- Wat blijft je het meest bij?
- Heb je nog vragen?
- Ga je in de toekomst iets doen met alles wat je gehoord, ontdekt en geleerd hebt?

