



Een kringpaper bij het maandthema van oktober 'innerlijke vrede' De preek kun je hier terugvinden: <https://www.youtube.com/watch?v=cjUW-SO4eJo>.

Bespreekvragen

- Wat roept het thema *innerlijke vrede* bij jou op? Verlang je naar innerlijke vrede?
- Ervaar jij momenteel innerlijke vrede of vooral onrust? Kun je daar oorzaken van aanwijzen?
- Herken je dat invloeden van buitenaf (nieuws, persoonlijke omstandigheden) grote invloed hebben op de aan- of afwezigheid van innerlijke vrede? Herken je ook een verlangen daar meer los van te komen? (bekijk eventueel met elkaar 25:00 – 27:00)
- Innerlijke vrede ontvangen heeft ook te maken met het doen van het goede (Fil 4,11). Heb je daar voorbeelden van? Dat je door iets kleins of iets groots te doen de vrede (van God!) ervaarde?
- Innerlijke vrede ontvangen heeft vooral ook te maken met jezelf delen met God. Je zorgen niet opstapelen maar delen met God. Een uitlegger bij Filippenzen 4,6-7 zegt het zo: “De zorgen die mensen dwars kunnen zitten, komen uit het hart van de mens. De vrede die op het gebed ontvangen wordt, komt uit het hart van God.” Wat vind je van die uitspraak? (bekijk eventueel met elkaar 38:48-44:18).
- Lees samen hardop Filippenzen 4,1-11. Neem vervolgens vijf minuten stilte waarin iedereen voor zichzelf nogmaals de tekst leest, en de onderstaande vragen beantwoord. Ga vervolgens in gesprek.

- Wat doet dit gedeelte met je? Wat vind je mooi of moeilijk?

- Wat zegt deze tekst over wie Jezus Christus is?

- Wat leert het je over innerlijke vrede?

Oefening

Vrede vind je in Gods aanwezigheid. Dicht bij Hem, ontvang je vrede. Bid voor jezelf of als kring het gebed hieronder. Doe je het als kring? Kies dan één persoon uit die de woorden uitspreekt en na een paar minuten de stilte weer doorbreekt en iedereen uitnodigt om terug te keren. Bespreekt daarna de vraag: wat deed dit met je?

Ik ben niet wat ik doe.

Ik ben niet wat ik heb.

Ik ben niet wat mensen over me zeggen. Ik ben Gods geliefde kind.

Dat is wie ik ben.

Dat kan niemand van me afnemen.

Ik hoef me geen zorgen te maken.

Ik hoef me niet te haasten.

Ik kan Jezus vertrouwen

en Zijn liefde met de wereld delen.