



Een kringpaper bij het maandthema van oktober 'innerlijke vrede'

1. Wat is innerlijke vrede?
2. Ervaar jij innerlijke vrede of onrust? Kan je voorbeelden noemen?
3. Hebben interne of externe factoren meer invloed op jouw innerlijke vrede/onrust?
4. Lees uit de Bijbel Johannes 14:(12-)27
 - Wat valt je op?
 - Wat denk je dat Jezus bedoelt met "Mijn vrede" in vers 27? Hoe verschilt die van de vrede die de wereld biedt?
5. In de context van vers 27 vertelt Jezus Zijn discipelen over de komst van de Heilige Geest (Johannes 14:26). Hoe denk je dat de aanwezigheid van de Heilige Geest in je leven kan bijdragen aan de vrede die Jezus hier belooft?
6. **Bonus:** probeer met elkaar de onderstaande oefening uit. Kies één persoon 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 doet deze oefening met je?

Oefening voor de maand oktober

Vrede vind je in Gods aanwezigheid. Dicht bij Hem, ontvang je vrede. Begin de dag daarom vandaag met het hardop uitspreken van deze woorden, en wees daarna een paar minuten stil. Wat doet 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.