

Programma groepsbijeenkomst Weg van Leven

thema: *Dankbaarheid*

Welkom en opening (10 min.)

Deel 1: gesprek rond het thema (45 min.)

- gezamenlijk lezen van de inleidende tekst bij het thema uit het werkschrift
- bespreken van de volgende vragen in groepjes van 4-5 personen:
 - Waar raakt dit thema aan je eigen bestaan? Denk daarbij ook aan ervaringen en gebeurtenissen uit de afgelopen week.
 - Was er een tekst of beeld in het werkschrift bij dit thema die/dat je met name heeft getroffen? Lees de tekst aan elkaar voor of laat het beeld zien en vertel over jouw ervaring hiermee.
 - Heb je zelf nog nieuwe teksten of gedachten rond het thema opgeschreven in jouw werkschrift? Is er iets daarvan dat je in deze groep wilt delen?

Korte pauze (5 min.)

Deel 2: oefening rond het thema (45 min.)

Er is een keuze mogelijk uit twee werkvormen: Lectio Divina of een meditatieve wandeling.

- werkvorm 1: Lectio Divina (15 min.)

Vorbereiding

Kopieer voor de deelnemers Werkblad 1 met de tekst voor de Lectio Divina.

De groep gaat in een kring zitten. De begeleider legt kort iets uit over de Lectio Divina en leidt de deelnemers door de verschillende stappen. Na de uitleg bij iedere stap is er de nodige stilte.

Tekstgedeelte: 1 Thessalonicenzen 5: 16-24

1. Lectio/lezing

We lezen de tekst langzaam en hardop en luisteren naar wat we horen. Lees de tekst in stilte nog een paar keer over. Sta al lezend stil bij woorden of zinnen die je raken of bij je haken.

2. Meditatio/overweging

Stel jezelf de vraag: Wat roepen deze woorden of zinnen bij mij op? Hoe raken ze aan mijn eigen leven? Welk licht laten ze daarop vallen? 'Herkauw' met deze vragen wat je gelezen hebt.

3. Oratio/gebed

Spreek het verlangen dat de tekst in je oproept uit naar God.

4. *Contemplatio/beschouwing*

Stel je open voor de ontmoeting met de Levende God. Luister naar Gods stem in jou en geef antwoord. Zie je leven in een nieuw perspectief en laat je omvormen door God.

Nagesprek:

Na afloop van de Lectio Divina is er gelegenheid om ervaringen met deze omgang met de tekst uit te wisselen. Vraag: "Heeft de lectio nieuw licht geworpen op het thema 'dankbaarheid'?"

- werkvorm 2: meditatieve wandeling

De begeleider legt de oefening uit:

We gaan een meditatieve wandeling maken rond het thema 'dankbaarheid'. Iedereen kiest een wandelmaatje. We gaan in tweetallen op weg en zorgen ervoor dat we over een half uur weer terug zijn. De eerste 10 minuten van de wandeling mediteert u in stilte over de volgende woorden uit de tekst 'Het zeventvoudige pad van Franciscus van Assisi' van Hein Stufkens:

***In vreugde leef ik dit leven,
om mijn lippen zomaar een glimlach.***

Na 10 minuten vertelt de ene wandelpartner aan de andere wat deze woorden bij hem/haar hebben losgemaakt. Na 10 minuten wisselt u van rol, zodat beide wandelmaatjes in het gesprek aan bod kunnen komen.

Nagesprek:

Na terugkomst van de wandeling rondt de begeleider de oefening af door te vragen wat deze meditatieve wandeling heeft opgeroepen met betrekking tot het thema 'dankbaarheid'.

Afronding (10 min.)

Afronding van deze bijeenkomst en korte terugblik op het project Weg van Leven als geheel. Vraag aan iedere deelnemer: "Wat neem je van *Weg van Leven* mee op je verdere levensweg?"

Sluiting (5 min.)

Werkblad 1 – tekst voor Lectio Divina

1 Thessalonicenzen 5: 16-24

16 Wees altijd verheugd, 17 bid onophoudelijk, 18 dank God onder alle omstandigheden, want dat is wat hij van u, die één bent met Christus Jezus, verlangt. 19 Doof de Geest niet uit 20 en veracht de profetieën niet die hij u ingeeft. 21 Onderzoek alles, behoud het goede 22 en vermijd elk kwaad, in welke vorm het zich ook voordoet. 23 Moge de God van de vrede zelf uw leven in alle opzichten heiligen, en mogen heel uw geest, ziel en lichaam zuiver bewaard zijn bij de komst van onze Heer Jezus Christus. 24 Hij die u roept is trouw en doet zijn belofte gestand.

(Uit: De Nieuwe Bijbelvertaling
© 2004/2007 Nederlands Bijbelgenootschap)