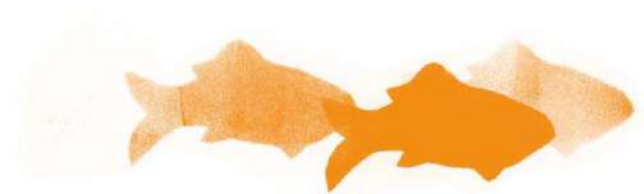


Volgen is...

Journal 4



VOLGEN IS...

JOURNAL 4



In deze reeks zijn reeds verschenen:

Deel 1 – geschikt voor jongeren van 12 tot 13 jaar
Geloven is... Gids voor de gidsen
Geloven is... Journal

Deel 2 – geschikt voor jongeren van 12 tot 13 jaar
Jezus is... Gids voor de gidsen
Jezus is... Journal

Deel 3 – geschikt voor jongeren van 14 tot 15 jaar
Leven is... Gids voor de gidsen
Leven is... Journal

Deel 4 – geschikt voor jongeren van 14 tot 15 jaar
Volgen is... Gids voor de gidsen
Volgen is... Journal

Colofon

Follow Up! biedt een complete leeromgeving.
Naast dit boek is er voor de catecheten een Gids en een Toolbox.
Follow Up! wordt gerealiseerd door Kerkpunt en Buijten & Schipperheijn
Motief.

ISBN 978-94-6369-238-0 (Journal)

ISBN 978-94-6369-237-3 (Gids voor de gidsen)

ISBN 978-94-6369-155-0 (Toolbox)

Auteurs: José Korsaan en Corjan Matsinger

Vormgeving: Theresia Koelewijn

© 2023 Buijten & Schipperheijn Motief, Amsterdam. Behoudens uitzonderingen krachtens de Auteurswet van 1912 mag niets uit deze uitgave worden verveelvoudigd, opgeslagen of openbaar gemaakt, op welke wijze dan ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgevers. Voor het maken van kopieën uit deze uitgave, ook voor zover toegestaan door de Auteurswet, zijn vergoedingen verschuldigd. Voor betaling van vergoedingen en voor toestemming voor het overnemen van gedeelten in bloemlezingen, readers en andere compilatiewerken wenden men zich tot de uitgevers.

INHOUD

Meeting 1	PRAY TO CONNECT	6
Meeting 2	PRAY MINDFUL	10
Meeting 3	PRAY OFFLINE	14
Meeting 4	PRAY PARADE	18

Meeting 5	DE ROEPING VAN DE DISCIPELEN	22
Meeting 6	ANDREAS, DE NUMMER 1	26
Meeting 7	PETRUS	30
Meeting 8	JAKOBUS EN JOHANNES, ZONEN VAN DE DONDER	34

Meeting 9	MARTA, MARIA EN LAZARUS	38
Meeting 10	MARIA UIT MAGDALA, DE APOSTEL DER APOSTELEN	42
Meeting 11	JUDAS, DE VERRADER	46
Meeting 12	MATTEÛS DE TOLLENAAR EN SIMON DE ZELDOT	50

Meeting 13	VRIENDSCHAPPEN	54
Meeting 14	LIEFDE EN SEKS	58
Meeting 15	LASTIG, DE BIJBEL IS NIET ZO DUIDELIJK	63
Meeting 16	LADIES NIGHT & MANCAVE	67

Meeting 17	DIEREN	70
Meeting 18	SLAVENWERK	76
Meeting 19	RONNIE	82
Meeting 20	INZOOEN	86

Meeting 1

PRAY TO CONNECT

BIJBELTEKSTEN

Filippenzen 4:6-7

Maak je geen zorgen, maar vraag God alles wat je nodig hebt. Bid tot God, wat er ook gebeurt. En dank hem altijd. Dan zal God zijn vrede aan jullie geven. Dat is een vrede die geen mens ooit gekend heeft. Die vrede zal jullie gevoel en jullie gedachten beschermen tegen al het kwaad. Want jullie horen bij Jezus Christus.

Romeinen 8:26

De heilige Geest steunt ons als we het moeilijk hebben. Wij weten niet welke bedoeling God heeft met ons lijden. En we weten daarom niet wat we moeten bidden. Maar de heilige Geest zelf bidt voor ons, beter dan een mens het ooit zou kunnen. Zo smeekt hij God om ons te helpen.



Countdown

Optie 1 – Afkijken

Wie zie jij weleens bidden?

.....

Wanneer heb jij meegemaakt dat iemand heel mooi, intens bad?
Zodat je merkte: dit meent hij of zij écht!

.....

.....

Wanneer maak jij mee dat iemand 'gewoon bidt omdat het nou eenmaal de gewoonte is'?

.....

.....

Wie is voor jou een voorbeeld-bidder? Wat leer je van hem of haar?

.....

.....



Optie 2 – Denkstof. Werkt bidden wel?

Noteer opvallende uitspraken of opmerkingen.





Level Up

Daniël 6:11-14

Toen Daniël hoorde over de nieuwe wet, ging hij naar huis. Eén van zijn kamers had ramen in de richting van Jeruzalem. Daar ging hij altijd bidden, iedere dag drie keer, voor een open raam. Ook op die dag knielde hij en bad hij tot zijn God. Op dat moment renden de mannen zijn huis binnen. En ze zagen dat Daniël aan het bidden was.

Ze gingen direct naar de koning en zeiden: 'Koning, u hebt toch gezegd dat iedereen dertig dagen lang alleen aan u iets

mag vragen? U hebt toch verboden ook maar iets te vragen aan een ander mens, of tot een god te bidden? Wie dat wel doet, moet toch in een kuil met leeuwen gegooid worden?' De koning zei: 'Ja, dat heb ik gezegd. Het is een wet van Meden en Perzen. Daaraan kan niets veranderd worden.' De mannen zeiden: 'Daniël, die man uit Juda, trekt zich niets aan van u en uw wet. Driemaal per dag knielt hij om tot zijn God te bidden!'

Achtergrondinformatie

Wist je dat...

Meer dan de helft van de Nederlanders regelmatig bidt?



Vrede van God (toelichting bij Filippenzen 4:6-7)

In deze tekst gaat het over een rust die het verstand te boven gaat. Dat kan best irritant zijn om te horen, vooral als je daar niks van merkt. Je kunt je afvragen of je dan wel goed genoeg gelooft. En toch... Ook als je die onrust voelt, zit er een laag onder, omdat je wél met God bezig bent. Je merkt dat God bij je is, wát er ook gebeurt.

Pray to connect (toelichting bij Romeinen 8:26)

Bidden is een manier om met God te communiceren. Dat kan hardop, maar ook in gedachten, in stilte. Je hoeft geen speciale skills te hebben om te bidden. Je mag gewoon met God praten zoals je bent. Stuntelig, huilend, met prachtige volzinnen, juichend of vol met vragen. Of gewoon afwachtend. De heilige Geest weet wat je bedoelt en Hij bidt met jou mee (Romeinen 8:26).

Het gaat er vooral om dat je weet dat er Iemand is die je volledig begrijpt en, soms op wonderlijke manieren, jou steunt en helpt.



Follow

Verbind (delen van) zinnen met een icoontje dat je gevoel weergeeft.

-  = mooi, interessant
-  = snap ik niks van
-  = wat een onzin
-  = dit raakt me



Filippenzen 4:6-7

Maak je geen zorgen, maar vraag God alles wat je nodig hebt. Bid tot God, wat er ook gebeurt. En dank hem altijd.

Dan zal God zijn vrede aan jullie geven. Dat is een vrede die geen mens ooit gekend heeft. Die vrede zal jullie gevoel en jullie gedachten beschermen tegen al het kwaad. Want jullie horen bij Jezus Christus.





Meeting 2

PRAY MINDFUL.

BIJBELTEKSTEN

Matteüs 14:13

[Johannes is kortgeleden vermoord door Herodes.]

Toen Jezus hoorde wat er gebeurd was, vertrok hij. Hij ging met de boot naar een stille plek om alleen te zijn. Maar de mensen hoorden waar hij heen ging. Ze kwamen uit hun steden en liepen over het land mee met de boot.

Matteüs 11:28 (NBV21)

Kom allen bij Mij, jullie die vermoeid zijn en onder lasten gebukt gaan, Ik zal jullie rust geven.

Matteüs 6:33-34 (NBV21)

Zoek liever eerst het koninkrijk van God en zijn gerechtigheid, dan zullen al die andere dingen je erbij gegeven worden. Maak je dus geen zorgen voor de dag van morgen, want de dag van morgen zorgt wel voor zichzelf. Elke dag heeft genoeg aan zijn eigen kwaad.

**Countdown****Optie 1 - Spirituele talen**

Hoe zoek jij meestal contact met God? Ontdek jouw spirituele taal.

<input type="checkbox"/> Ik zie God in de natuur	<input type="checkbox"/> Ik ervaar God in mijn zintuigen, muziek, eten, aanraking	<input type="checkbox"/> Ik voel me verbonden met herkenbare rituelen en tradities, God bestaat al eeuwen!
<input type="checkbox"/> Ik houd van eenvoud, zonder afleiding vind ik rust bij God	<input type="checkbox"/> Ik ben liever bezig: ik kom op voor onrecht, daarin ervaar ik God	<input type="checkbox"/> Ik ben enthousiast en steek andere mensen aan om ook te geloven
<input type="checkbox"/> Ik ben vooral een denker, dromer en ik zoek in stilte God op	<input type="checkbox"/> Ik ben zorgzaam en zie het als iemand hulp nodig heeft, ik weet dat God daarvan geniet	<input type="checkbox"/> Ik ben een denker, ik kan goed analyseren. Door vragen te stellen, logisch te denken, zoek ik God.

Maak een top 3 van jouw belangrijkste spirituele talen door 3 vinkjes in de kolommen te zetten.

Optie 2 - Kom tot rust**'In Your presence' - Jason Upton**

Vader, ik wacht
Ik wil van U horen
Weten dat U goedkeurt
Wat ik zeg en doe
Want niks maakt mij zo tevreden
Als wanneer U mijn naam zegt
Dus zeg dat U mij nooit verlaat
Dan komt alles goed

Refrein:
In uw aanwezigheid
Is er geen angst meer
In uw aanwezigheid
Dat is waar ik hoor te zijn
In uw aanwezigheid



Vader, ik kom weer terug
 op de dingen die ik vroeger deed
 Want ergens op mijn reis
 Ben ik de waarheid kwijtgeraakt
 Maar niks maakt mij zo tevreden
 Als wanneer U mijn naam zegt
 Dus zeg dat U mij nooit verlaat
 Dan komt alles goed

© 2007 Jason Upton, vertaling Buijten & Schipperheijn



Follow

Hoe word jij soms gestoord?

door mijn mobiel
 een van m'n ouders die me
 vraagt om een klusje te doen
 gamen
 lawaai buiten
 spullen in mijn kamer
 mijn eigen gedachten
 een volle agenda
 iets anders:

Ik maak me druk om... ik heb zorgen over...

.....

.....

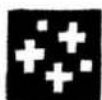
.....

.....

.....

.....

.....



Level Up

Optie 1 - Bijbelse bidder, Elia: Pray mindful

1 Koningen 19:11-13

De Heer zei tegen Elia: 'Kom naar buiten, ga op de berg staan om mij te ontmoeten.'

Toen kwam de Heer voorbij.

Het begon met een zware storm. Het waaide zo hard dat de berg begon te schudden en de rotsen openscheurden. Maar de Heer was niet in de storm.

Na de storm kwam er een aardbeving. Maar daarin was de Heer ook niet. Na de aardbeving kwam er een vuur, maar de Heer was ook niet in het vuur.

Na het vuur klonk er alleen het zachte suizen van de stilte. Toen Elia dat hoorde, deed hij zijn mantel voor zijn gezicht. Hij liep naar buiten en ging voor de opening van de grot staan. Daar hoorde hij een stem die zei: 'Waarom ben je hier, Elia?'



Optie 2 - In stilte lezen

God ontmoeten in de stilte

Je kunt God op verschillende manieren 'ontmoeten'. Dat kan in kerkdiensten, via Bijbel-lezen of tijdens gesprekken die je hebt. God laat zich (soms) ook vinden in de stilte. Elia ontmoette God pas ná een storm, aardbeving en vuur. Na veel lawaai en onrust. Pas in het zachte suizen van de wind kon Elia horen wat God zei.

Stil worden, stil zijn, gaat niet vanzelf. Het vraagt oefenen. Heel veel oefenen. In het begin zullen veel gedachten je afleiden, dat is heel normaal. Toch kan iedereen oefenen in stil worden. Gedachten, woorden die dan komen, kunnen fluisteringen van God zijn, die jou richting kunnen geven.

Lees langzaam Psalm 131:1-2

Een lied van David. Voor de reis naar Jeruzalem.

**Heer, ik voel me niet beter dan anderen,
ik denk niet dat ik belangrijk ben
of dat ik alles kan.
Nee, ik ben rustig en stil,
ik voel me veilig bij u,
zoals een kind in de armen van zijn
moeder.**

- Wat spreekt je aan?
- Wat doet het met je? (Wat voel je erbij?)
- Wat kun je ermee in je leven?
- Neem tijd om te bidden, waarin je je gevoel, je vragen en gedachten tegen God zegt. Waar wil je God voor danken?



Challenge

Neem deze week elke dag een moment tijd om stil te zijn, alleen maar stil zijn. Ga op een rustige plek zitten. Op de grond, buiten of op je bed.