

korps kadet

DE
RECHTVAARDIGE
JEZUS

HEER HEB
MEDELYDEN

HUNGER
GAMES

HET IS
EEN PROCES

MAKE LOVE
NOT WAR

IN HET
BEGIN

DE
BUITEN
STAANDERS

BRENGLE

→ SPEEL → LEES → BESPREEK

→ SCHRIJF → BID → GOOGLE



HUNGER GAMES

'So we eat some more, throw up on the floor, go back to the store. We're so hungry, so pathetic.'

EAT SOME MORE - ALICE COOPER

("Dus we eten nog wat meer, kotsen op de vloer en gaan terug naar de winkel. We zijn zo hongerig, zo zielig.")

Honger? We zeggen zo gemakkelijk dat we 'vergaan van de honger', maar de meesten van ons eten minstens drie keer per dag. Veel landen worstelen met kinderobesitas, terwijl andere landen juist strijden tegen kindersterfte. Waar hongeren wij zelf naar? Zijn we hongerig naar Gods Woord? Vandaag kijken we naar wat vasten is en wat het betekent voor volgelingen van Jezus.

VRAAG EEN VRIJWILLIGER OM DE ONDERSTAANDE TEKST HARDOP VOOR TE LEZEN.

LEG UIT

VASTEN WIL ZEGGEN DAT JE VRIJWILLIG AFZIET VAN IETS (MEESTAL VAN VOEDSEL) GEDURENDE EEN BEPAALDE PERIODE. IN DE BIJBEL VASTTEN DE ISRAËLIETEN OP BEPAALDE FEESTDAGEN EN VAAK TIJDENS PERIODEN VAN GEBED EN INKEER. JEZUS VASTTE TOEN HIJ IN DE WOESTIJN OP DE PROEF WERD GESTELD (MATTEÛS 4:1-11) EN DE APOSTELEN VASTTEN TOEN ZIJ BELANGRIJKE BESLISSINGEN MOESTEN NEMEN (HANDELINGEN 13:1-3). VASTEN KAN EEN GOEDE MANIER ZIJN OM JE TE RICHTEN OP GOD EN HET KAN JE AANZETTEN TOT GEBED.

TIPS BIJ HET VASTEN

- VAST WANNEER JE TIJD DOORBRENGT MET GOD, NIET ALS JE DRUK BEZIG BENT MET JE WERK
- VAST NIET IN JE EENTJE, MAAR DOE HET SAMEN MET ANDERE GELOVIGEN
- DRINK TIJDENS HET VASTEN VOLOP WATER EN AF EN TOE WAT VRUCHTENSAP
- VASTEN DOOR TWEE MAALTIJDEN OVER TE SLAAN KAN EEN PRIMA BEGIN ZIJN
- SOMMIGE MENSEN VINDEN HET PRETTIG OM TE VASTEN VAN DINGEN ALS HET INTERNET, FRISDRANK, SCHOENEN... (NEE, DOE SCHOENEN TOCH MAAR NIET. TREK ALTIJD SCHOENEN AAN.)

BESPREEK Ga in gesprek over deze vragen:

- Onze samenleving gaat ongemak liever uit de weg en is vaak hebberig, terwijl Jezus verwacht dat wij vasten. Discussieer hierover.
- Waarop wil Jezus dat wij ons richten tijdens het vasten? Hoe kan vasten daarbij helpen?
- Hoe zouden jouw vrienden of familie reageren als jij ging vasten?



- Hoe denk jij zelf over vasten? Wat betekent dat voor je geloof en je leven?

SCHRIJF Beantwoord de volgende vragen:

- Waarom zou je als volgeling van Jezus moeten overwegen om te vasten?

.....
.....

- Wees praktisch: waar zou je van vasten?

.....
.....

- Wees concreet: hoe lang zou je vasten?

.....
.....

- Kies tijd en plaats: hoe zou jij het vasten kunnen integreren in je dagelijkse levenspatroon?

.....
.....

- Wees persoonlijk: ken jij iemand met wie je samen zou kunnen vasten?

.....
.....



BTW In sommige situaties kan het ongezond zijn om meer dan één maaltijd over te slaan. Hoewel het er bij vasten om gaat dat je honger ervaart, moet het wel op een veilige manier gebeuren. Als je overweegt om te gaan vasten, bespreek dit dan eerst met je ouders, jeugdleiders en officieren.



BIJBELTEKST OM TE ONTHOUDEN

“Gelukkig zijn de barmhartigen, want zij zullen barmhartigheid ondervinden.” Matteüs 5:7



MISSIE Oké, en nu aan de slag: Probeer deze week... van iets te vasten om je te kunnen richten op God.



ALS JE MEER WILT WETEN

- **Lees:** Het verhaal ‘Jezus die vast in de woestijn’ Matteüs 4:1-11.
- **Kijk:** ‘Super Size Me’ (2005) (AL), een documentaire die voedsel en hebzucht ter discussie stelt.
- **Ontdek:** Vraag je korps-officieren hoe zij denken over vasten en hoe dat samenhangt met discipelschap en ‘werken aan een rechtvaardiger samenleving.’



GOOGLE

- Christelijk vasten
- Jezus in de woestijn

