**40 Dagen hier en nu – Kringen**

**Simpel leven & Gul geven**

## Keuzeonderdelen voor kringen

1. **Delen**

**Rondje**

Deel met elkaar:

* Hoe is het met je?
* Wie of wat inspireert jou momenteel? En wat belemmert jou?

Neem de tijd om naar elkaar te luisteren.

**Voorwerp**

Zet vóór deze bijeenkomst een opdracht in de groepsapp: Zoek een voorwerp dat iets zegt over waar jij de afgelopen tijd mee bezig bent geweest en leg het klaar voor de start van de ontmoeting.

Laat om de beurt het voorwerp zien en vertel waarom je dit hebt gekozen.

1. **Inspiratie uit de Bijbel**

**Marcus 4**

Lees samen Marcus 4: 1-20.

* In deze gelijkenis zitten een heleboel beelden: zaad, rotsgrond, distels, vrucht enzovoort. Welk van deze beelden springt er voor jou uit omdat het past bij jou, jouw geloof of jouw leven?
* Hoe zou een simpel leven jou kunnen helpen om wortel te schieten en vrucht te dragen in het geloof?
* Wat voor vrucht zie jij in je eigen leven? Waarin geef jij gul? En waarin zou je meer vrucht willen dragen, meer gulheid willen tonen?

**Woestijn**

Welke teksten in de Bijbel ken jij over leven in de woestijn? Zoek er allemaal één op en lees die goed door. Wat ontdek je in jouw tekst over simpel leven & gul geven? Deel dit met elkaar.

**Naar de praktijk  
Zaaien**  
Neem het meest eenvoudige bloempotje dat je hebt, vul het met potgrond of aarde en zaai er een zaadje in. Laat dit de komende tijd in je huis staan

* als een symbool dat er vrucht ontstaat uit eenvoud
* en als een aanmoediging om simpel te leven en gul te geven.

Tip: Je kunt ook vooraf bij alle kringleden een potje, zakje potgrond en zaadje langsbrengen.

**Goede doelen-quiz**

Waarschijnlijk hebben jullie als gemeente ook het afgelopen jaar gul gegeven aan allerlei goede doelen. Maar weten jullie welke doelen dit waren en waar ze voor staan? Doe een mondkapje-op-mondkapje-af-quiz om dit te ontdekken!

Zoek als quizmaster van te voren informatie op over de goede doelen waar jullie als gemeente aan gegeven hebben (de diaconie kan je hier vast bij helpen). Bedenk minstens tien waar-of-niet-waar uitspraken over deze goede doelen.

* Aan het begin van de quiz gaat iedereen voor z’n schermpje staan met een mondkapje in de hand.
* Je leest de eerste uitspraak voor.
* Degenen die denken dat het waar is doen hun mondkapje op, degenen die denken dat het niet waar is laten ‘m af.
* Je vertelt of het waar was of niet.
* Wie het fout had gaat zitten en doet niet meer mee.
* Dan ga je op dezelfde manier door met de volgende uitspraak en je gaat net zo lang verder tot er 1 winnaar is overgebleven!

**Vasten**

Vasten is een weg tot eenvoudig leven. Je kunt vasten van eten, zoetigheid of alcohol, maar ook van sociale media, TV of kleding kopen. Hoe meer je weglaat, hoe simpeler je leven wordt en hoe beter het lukt om gelovig, dankbaar en gul te leven.

* Hoe kun jij je leven eenvoudiger maken? Wat zou jij in deze veertigdagentijd willen weglaten uit je leven? Hoe zou jij kunnen vasten?
* Het gaat niet om wat je weglaat en om de moeite die dit je kost, het gaat om wat het je oplevert. Wat hoop je dat vasten jou brengt?

**Afsluiting**

Luister als afsluitend gebed naar het lied ‘Hier is mijn hart, Heer’.

<https://www.youtube.com/watch?v=8esh-5HSp1Y>