

0 Startdag Een wereld van verschil ...via de 7 'hoofdzonden'

Aanwijzingen

Voor het organiseren van een start(zon)dag of gemeentedag over het thema de zeven hoofdzonden (hoogmoed, hebzucht, lust, jaloezie, gulzigheid, woede en luiheid). Bij het woord '(hoofd)zonden' hebben we snel negatieve associaties, maar wat gebeurt er wanneer we deze eens anders bekijken? Welke positieve of inspirerende aspecten liggen er in verborgen? Hoe prikkelen deze 'zonden' ons juist om bepaalde kanten van onszelf en elkaar te leren waarderen? Kunnen de hoofdzonden ons misschien ook op het spoor zetten van onze deugden? Wat brengt het ons, kortom, wanneer we er eens met een open blik naar kijken?"

Vooraf

Het doel bepaalt grotendeels de inhoud en vorm van juist deze startdag. Dus niet '**wat**' (startdag) en dan direct al lange lijsten met '**hoe**' (wie doet wat, wat moet er geregeld worden, wie vragen we voor ...), maar eerst '**waarom**' of '**waartoe**'.

Gaan we voor een halve of een hele dag, of misschien een heel weekend?

Dient de startdag

- als afsluiting van een (zomer)periode waarin we elkaar niet zoveel gezien hebben
- als start van het nieuwe seizoen
- om een nieuw thema te introduceren
- om gewoon een inspirerende ontmoeting te hebben
- enz.

Als je inzet op 'elkaar weer ontmoeten na de zomervakantie' ruim je extra gelegenheid voor ontmoeting in.

Als je inzet op 'introductie nieuw thema' kan je de nadruk leggen op een presentatie van groepen of kringen die zich met dat thema gaan bezighouden.

Praktisch regelen

- Bedenk de meest geschikte **datum en een begin en eindtijdstip**.
- **Overleg met** organist, koster, kerkkoor, jeugdwerkleiding of welke andere gremia er ook maar actief zijn in de gemeente of deze datum ook in hun programma past en wat zij eventueel willen bijdragen van inhoudelijke tot praktische zaken.
- Wordt het **een hele dag of een gedeelte** ervan of is een aangeklede kerkdienst de meest geëigende vorm?
- Bekijk de **ruimte**: kan je werken in groepen omdat er voldoende **binnen-ruimtes** zijn? Is er een ruimte die groot genoeg is om allemaal in te passen voor bijv. een gezamenlijke maaltijd en/of een viering. Zo niet, is het dan mogelijk een ruimte te huren bijv. van scouting of te lenen van een ander kerkgenootschap door bijv. een keer die zondag van gebouw te ruilen. Bekijk ook de '**buiten**' mogelijkheden, zowel direct rondom de kerk als in ruimere omgeving.
- Is de startdag **alleen voor eigen gemeente**? Kan er vruchtbaar **samengewerkt** worden met anderen? En zijn dat andere doopsgezinde gemeenten of 'andere' gemeenten in de buurt?
- Denk aan **publiciteit** en **tijdig doorgeven van data** zodat iedereen er in haar of zijn agenda rekening mee kan houden. Hang eventueel posters op op geëigende plaatsen, zet berichten op social media, roep alle kringen en groepen op en vergeet ook de kinderen en jongeren niet.

De startdag zelf

Inhoud en vorm horen bij elkaar. Soms zijn op allerlei gebied (menskracht, ruimte, enz.) mogelijkheden beperkt of kunnen zich juist (onverwacht) mogelijkheden voordoen. Laat je plannen niet te snel los, want misschien is het met een kleine aanpassing wel mogelijk. Maar als iets echt niet kan, laat dan los wat NIET mogelijk is en laat je inspireren door wat WEL kan. Deze algemene aanwijzingen kunnen je op weg helpen – soms zelfs om het onmogelijk geachte mogelijk te maken!

Natuurlijk hoort er op een startdag een (vorm van) **dienst** te zijn. Het is een goede gelegenheid om er iets 'anders dan anders' van te maken, met naast herkenbare elementen, ook verrassende dingen.

Je kunt de dag beginnen met een dienst, maar het is vaak verrassend – ook als je 'alleen maar' werkt met een aangeklede dienst – om eerst samen op de een of andere manier aan het werk te gaan en samen iets te beleven dat gebruikt kan worden in de dienst. De meest eenvoudige vorm is in groepjes:

- koffiedrinken vooraf met een gesprek of stellingenspel rond het thema,
- samen bij de koffie liederen uitzoeken (als je organist dat aankan om voor de vuist weg te spelen),
- om de bijbellezingen als stemmenspel in te studeren (niet elke tekst leent zich daarvoor, maar verrassend veel teksten wel),
- om een (liturgisch) bloemstuk te maken,
- om koekjes te versieren voor de koffie ná of tijdens de dienst,
- om samen een gebed te maken... de mogelijkheden zijn legio.

Zo'n voorbereiding hoeft allemaal niet zo lang te duren en als er echt niet langer dan de 'gewone' tijd voor een kerkdienst + koffiedrinken beschikbaar is, zal de dienst zelf dus iets korter moeten zijn – ook (of juist!) een 5 minutenpreek kan inspirerend zijn.

Het thema

Deze map volgt het jaarthema van 2022-2023 '**Een wereld van verschil**' met daarbij natuurlijk ook de vraag wat dat betekent. Hoe kijken we naar de wereld? In hoeverre reikt ons geloof ons een vorm van 'omdenken' aan. Hoe ziet die andere wereld eruit en hoe haalbaar is dit visioen?

Maar ook: op welke manieren is het bevrijdend om eens op **verschillende manieren** naar de dingen en naar onszelf te gaan kijken? Wat brengt het ons als we de oude verhalen anders leren lezen? En wat gebeurt er wanneer we oude door kerken vaak gebezigde woorden eens van de andere kant bekijken?

Maken de zeven zogeheten 'hoofdzonden' een wereld van verschil?

In de R.K. kerk en sommige protestantse kerken spreekt men wel van 7 hoofdzonden. De eersten die op dat idee kwamen waren monniken in de derde eeuw n.C. Ze wilden gaan leven zoals Jezus het bedoeld had en trokken zich daarom uit de wereld terug. Ze ontdekten eigenschappen in zich die hen eigenlijk weer naar die wereld terug trokken. Soms werden ze woedend op elkaar. Dan weer wilden ze hebben wat van een ander was. Ze werden verliefd. De een voelde zich boven de ander verheven. Of de een werd jaloers omdat een ander mooier kon zingen. Dan weer had iemand zo'n trek dat hij stiekum ging eten en daardoor niet echt deelde met de anderen die ook honger hadden.

Gregorius de Grote (540-604) stelt dan vast dat er zogenaamd zeven hoofdzonden zijn waar niet alleen de religieuzen maar alle mensen mee te maken hebben. Eeuwenlang zijn mensen opgevoed met het idee dat deze zeven 'hoofdzonden' heel slecht zouden zijn. Maar misschien kunnen we ze alle zeven ook eens van een andere kant bekijken.

De zeven hoofdzonden



Wie kent ze al/nog?

Woede
Jaloersheid
Hebzucht

Hoogmoed
Traagheid
Gulzigheid
Onkuisheid

Zoek bijvoorbeeld op internet eens dit artikel op:

<https://business-bubbles.com/nl/de-7-zonden-zijn-zo-slecht-nog-niet/>

Leuk om met elkaar te lezen en te bespreken, om alvast een beetje in het thema van de startdag te komen.

Het artikel kan ook op de dag zelf dienen als startpunt, bijvoorbeeld om in groepjes te bespreken voor je later die dag de 'carrousel van de zonden' ingaat.

Een proeverij

Net als vorig jaar doen wij hier de suggestie een programma te organiseren waarin een ieder iets 'proeft' van de verschillende onderdelen van het thema, als een soort verkenningstocht langs de onverwachte **verschillende** kanten van de zeven hoofdzonden.

Afhankelijk van de groepsgrootte en/of de ruimte kan je de tocht langer of korter maken en/of de groepen groter of kleiner. Je kunt er voor kiezen dat ieder stil staat bij elk van de zeven subthema's of alleen bij een aantal ervan.

Deze startdag is als een proeverij van het thema, want uiteraard kan je in deze vorm nergens erg diep op in gaan.

Houd vanaf het begin rekening met alle leeftijden al hoeft niet elke opdracht gedaan te kunnen worden door een 5-jarige, maar vaak is het met een kleine aanpassing goed mogelijk dat jong en iets ouder samen de dag beleeft.

Bij de vragen en opdrachten gaat het nooit om 'goed' of 'fout', maar om na te denken hoe jij ergens in staat en dat dan met elkaar te delen zodat je meer hoort dan je eigen verhaal en je geïnspireerd kunt worden door de ervaringen of inzichten van anderen. Om eens met een andere blik te kijken en de dingen eens van de andere kant te zien.

Met de woorden van de popgroep 'Klein orkest' in gedachten (uit hun liedje 'Raar is leuk'): raar is leuk, gewoon dat is zo saai, keer het om, geef de boel een draai.

Kijken met andere ogen levert vaak een verfrissende blik op!

Korte workshops/proeverij:

1. Hoogmoed

Benodigheden: Een stapel lege, lichtgekleurde kaartjes, een stapel pennen en een lijn met paperclips of knijpers. Wordt aan het einde gebruikt

- *Wat voor associatie heb jij bij het woord 'hoogmoed'?*

Het wordt wel omschreven als: overschatting van jezelf en je eigen kunnen.

'Hoogmoed komt voor de val'

- *Wat denk jij bij die zin?*

"Als je maar niet denkt dat je heel wat bent". Vaak hoor ik, vooral van mensen van de oudere generaties, dat ze dit in hun jeugd ingepeperd hebben gekregen. De deugd van bescheidenheid, die moet vooral ge- en beoefend worden. Deel met elkaar in hoeverre je dit herkent.

- *Wat is de kracht van bescheidenheid? Wat is de keerzijde?*
- *Wat is het risico van hoogmoed?*

De uitspraak 'Hoogmoed komt voor de val' blijkt uit het bijbelboek Spreuken te komen. In Spreuken 16: 18-19 (NBV) lezen we:

Hooghartigheid gaat vooraf aan ellende, hoogmoed komt voor de val. Beter in eenvoud leven met de armen dan de buit verdelen met hoogmoedigen.

- *Hoe versta jij deze zin?*
Hoe -denk je- dat deze zin verschil zou kunnen maken in de huidige wereld?

De nadruk op altijd bescheiden moeten zijn, heeft ook een andere kant: het is ook zonde (!) als we ons kleiner maken dan we zijn. Trots kunnen zijn op dat waar je goed in bent of wat je goed hebt gedaan, maakt ook dat we als mens groeien en anderen kunnen inspireren.



Ik ben heel trots op mezelf...

Neem allemaal kaartjes en schrijf op elk kaartje iets van jezelf waar je trots op bent.

Maak vervolgens een rondje om dit met elkaar te delen, door te zeggen:
Ik ben trots op ...

Hang daarna alle kaartje aan de lijn, aan het einde van de dag, als alle mensen die gedaan hebben, hangt er slinger die de kracht van de mensen van de geloofsgemeenschap viert.

2. Hebzucht

Benodigheden: verschillende foto's of plaatjes met afbeeldingen van dingen die mensen graag willen hebben, bijvoorbeeld geld, boeken, sieraden, mooie huizen, een tweede huisje in de natuur, kunstwerken, porselein, een grote tuin, een prachtig kerkgebouw, medailles, etc.

Loop om de foto's heen en kies er een of meer uit waar je 'hebberig' van wordt.

- *Wat maakt dat je juist hier veel van wilt hebben?*
- *Wat heeft het verlangen naar of verzamelen van dit soort dingen je gebracht?*

"Wie op geld uit is, krijgt er nooit genoeg van, en wie op rijkdom uit is, wil altijd meer ..." (Prediker 5:9)

- *Kun je hier een voorbeeld van noemen?*

"... de ogen van een mens krijgen nooit genoeg." (Spreuken 27:20)

- *Kun je hier voorbeelden van noemen?*

"De slaap van de arbeider is zoet, of hij nu weinig of veel te eten heeft, maar de overvloed van een rijke houdt hem uit de slaap." (Prediker 5:11)

- *Wat zegt deze uitspraak van Prediker jou?*
- *Wat heeft deze uitspraak, volgens jou, met een wereld van verschil te maken?*

'Wees de woorden van Jezus indachtig: Hij heeft immers gezegd: 'Geven maakt gelukkiger dan ontvangen.' (Handelingen 20:35)

- *Waarom zou het voor mensen soms zo moeilijk zijn om te ontvangen?*

Met het gebruik van gas blijken we een oorlog te ondersteunen en de aarde uit te putten.

- *In hoeverre ben je van plan minder gas te gebruiken?*
- *In hoeverre -denk je- dat de wijze waarop je eet een wereld van verschil kan maken?*

Om de gedachten verder op gang te brengen over de positieve kant van **hebzucht** kun je het volgende stukje met elkaar lezen:

Ondanks **veel** negatieve gevolgen kan hebzucht ook positieve kanten hebben, zegt sociaal-psycholoog Terri Seuntjens van de Universiteit van Tilburg. Want wie steeds maar meer begeert, doet ook harder zijn best om het te krijgen. Seuntjens: Hebzucht kan een drijfveer zijn, een motief om in beweging te komen. Mensen die hebzuchtiger zijn, doen meer moeite om vooruit te komen. Ambitie is ook een vorm van hebzucht te noemen.'

Omdat hebzucht zich niet alleen op materiële zaken richt, kan deze karaktereigenschap ook op andere terreinen tot iets positiefs leiden: een betere sportprestatie, een meer uitdagende baan. Of hebzucht goed of slecht uitpakt heeft vooral te maken met de balans tussen tevredenheid en de zoektocht naar meer. Héél hebzuchtig zijn gaat ten koste van andere dingen en dan ben je nooit tevreden. Maar helemaal niet hebzuchtig zijn is ook niet goed. Dan streef je nergens naar.' Voor mensen die willen leren wat minder hebberig te zijn een suggestie: oefen om dankbaar te zijn, zoals de boeddhisten doen. 'Als je hebzucht wilt beteugelen, helpt het om stil te staan bij wat je allemaal wél hebt.'

- Wees tot slot een moment stil samen denkend aan dat waar je dankbaar voor bent.

3. Jaloezie

'Het gras bij de burens is altijd groener'. Met die uitdrukking bedoelen we dat het lijkt of bij andere mensen de dingen altijd beter lukken of mooier zijn dan bij onszelf. Het kan om van alles gaan. De ander heeft bijvoorbeeld een mooier huis, een betere baan, een leuker gezin of fijnere vrienden. Dat gevoel van jaloezie kan je gaan beklemmen.

Beroemd bijbelverhaal over jaloezie is dat van Kain en Abel. Als Abels offer wel wordt aangenomen wordt Kain zo kwaad dat hij Abel doodt. (Genesis 4: 3-10).

Ander voorbeeld is: Jozef de zoon van Jacob . Zijn broers merken dat hij vaders lievelingetje is. Jozef krijgt bijvoorbeeld een prachtig kleed en zij niet. Zij gaan hem haten. (Genesis 37: 2-5.). Uiteindelijk zien ze een kans om hem uit de weg te ruimen. (Genesis 37:18-29)

Jaloezie kan grote gevolgen hebben.

- *Welke gevolgen van jaloezie kan jij je herinneren?*

Luister naar dit liedje van Veldhuis en Kemper:

<https://www.youtube.com/watch?v=V8hQt9GOQfY>

Deel met elkaar op welke eigenschappen of personen je wel eens jaloers bent.

- *Welke positieve dingen of drijfveren maakt dat in je los?*
- *Welk verschil zou het voor de wereld betekenen als we niet meer jaloers waren?*

4. Gulzigheid

Benodigheden Zet verschillende schaalpjes neer met lekkere dingen en flessen met lekkere sapjes en ander drinken.

Inleiding:

Gulzigheid omvat een buitensporig verlangen naar eten of naar drinken of snuiven of roken. Je kunt er gewoon niet vanaf blijven. Gulzigheid heeft dan ook een negatief imago.

In Spreuken 25:28 horen we: 'Een persoon zonder zelfbeheersing is als een stad met afgebroken muren.'

- *Wat roept het boven staande bij je op?*

Maat houden is het devies. En tegelijk heeft gulzigheid ook een positieve kant: die van het leven grenzeloos omarmen, de mooie dingen in je opzuigen, je in het leven storten voluit. Dat heeft ook iets inspirerends.

Denk bijvoorbeeld maar aan iemand als Ramses Shaffy, over wie bij zijn overlijden geschreven werd:

"Een man die 'de essentie van het leven', maar ook de levenskunst zelf, in zich mee- en uitdroeg. Ik heb Ramses in mijn leven slechts een aantal keren ontmoet, maar steeds was het hartverscheurend puur. Hij had een enorme energie en een sterk melancholisch vermogen om met een paar woorden een wereld te scheppen waarin je je meteen thuis voelde. Zowel op het podium als privé. Na iedere ontmoeting merkte ik dat ikzelf ook meer energie had. Onze laatste ontmoeting – blijkt nu – was afgelopen jaar toen ik samen met de groep Alderliefste op zijn privé verjaardagspartijtje mocht optreden. We

speelden Sammy, in een iets ander arrangement. Hij was breekbaar maar zoals altijd, met een enorme dosis levenskracht. Zittend op 'zijn troon' overzag hij zijn vrienden en onderging hij wat ze hem voorschotelden. Hij zei niet veel maar zijn gebaren en zijn ogen waren des te intenser en expressiever. Die middag werd Ramses' bijzondere persoonlijkheid in mijn ogen nog meer bevestigd, op het moment dat hij zelf achter de piano ging zitten om iedereen al improviserend te bedanken. Zelfs mijn zoontje Lenno van 9 jaar raakte merkbaar ontroerd. Kippenvel.

Ramses' bewondering voor, en verwondering over letterlijk alles dat het leven biedt, is eigenlijk al poëzie op zich. Zijn vertalingen daarvan in zijn liedjes zijn legendarisch geworden. En natuurlijk, zijn levenslust heeft hem uiteindelijk ook geveld. Maar heel graag had ik deze levenskunstenaar toch nog een aantal jaren 'onder ons' gehad. Al was het maar omdat iedereen hem het leven dat hij zo gulzig tot zich nam, zo gunde."

Ik denk ook aan de stripkenner Han Peekel die te gast was in het tv programma 'De Kost' en daar sprak met Kefah Allush over leven, dood en opnieuw beginnen. Hij schetste een ontroerend beeld van een allesomvattende liefde voor zijn vrouw Thea, haar overlijden aan kanker en z'n dochter die vlak daarna ernstig ziek werd. Een recensent schreef naar aanleiding hiervan:

'Geen opwekkende thema's. Maar de manier waarop hij erover kon praten, de woorden die hij voor zijn observaties en gevoelens wist te vinden, werkten bijna hypnotiserend en boden troost in deze gekke tijd. Net als het simpele feit hoe hij daar aan tafel zat: een man die vastbesloten is ook na dit grote verdriet de schouders eronder te zetten en 'het leven gulzig te omarmen'. Kortom, een voorbeeld. Voor ons allemaal."

- Zit met elkaar in een kring, eet en drink waar je zin in hebt en deel met elkaar voorbeelden van mensen die je inspireren om het leven voluit te leven.
- *Voor welke dingen loop je zelf zo warm dat je je er het liefste helemaal in zou storten?*
- *Wanneer geniet jij mateloos van het leven en in hoeverre maakt dat voor jou een wereld van verschil*

5 Lust

Benodigheden: Een heel aantal afbeeldingen (bijvoorbeeld ansichtkaarten en of uitgeprinte en uitgeknipte foto's van internet) met voorbeelden van mensen/kunstwerken die **door de eeuwen heen** een schoonheidsideaal verbeelden.

Denk maar aan: De Venus van Botticelli, de Egyptische koningin Nefertiti, Michelangelo's David, een afbeelding van een schilderij van Rubens, een geisha, maar denk ook aan meer recente voorbeelden zoals een foto van Rutger Hauer, Doutzen Kroes of Beyonce.

En leg er ook andere afbeeldingen bij: bijvoorbeeld van een ouder iemand met veel rimpels, een vrouw met een geamputeerde borst, iemand met een handicap, iemand met bepaalde opvallende uiterlijk kenmerken, bijvoorbeeld een albino of iemand met heel veel sproeten.

Ter inspiratie kun je ook kijken op:

<https://www.nationalgeographic.nl/photography/2020/01/8x-schoonheid-van-alle-tijden?image=modern-beauty-1-ancient-egypt-dramatic-cosmetics>

<https://www.nemokennislink.nl/publicaties/schoonheidsidealen-in-de-geschiedenis/>

Lust in bijbelse teksten

Lust wordt vaak gezien als iets negatiefs, maar heeft natuurlijk ook het aspect van het trek hebben in eten en het oog hebben voor schoonheid. Zo lezen we in Deuteronomium:23:24

‘Wanneer gij gaan zult in uws naasten wijngaard, zo zult gij druiven eten naar uw lust, tot uw verzadiging; maar in uw vat zult gij niets doen.’

En in Deuteronomium 21: 11

‘...als je dan bij de gevangenen zult zien een vrouw, schoon van gedaante, en je lust tot haar gekregen zult hebben, dan mag je haar trouwen.’

Maar -lezen we dan verder- trek haar eerst de gevangen kleding uit en laat haar haar ouders bewenen. Geef haar tijd... en neem haar dan pas tot vrouw.

Als Jozef slaaf is van de hofbeambte Potifar in Egypte wil diens vrouw – als haar man afwezig is- Jozef bij zich in bed trekken. Maar Jozef verweert zich rent weg. Zij laat zich leiden door haar lust. Hij wil niet het lievelingetje van de vrouw des huizes worden maar kiest voor trouw. Gevolg: zij roept dat hij haar trachtte te verkrachten en hij belandt in de gevangenis. Ook in de gevangenis zette hij zich voor anderen in. Allen die in de gevangenis zaten werden op den duur aan Jozef toevertrouwd.(Genesis 39:11-23)

- *Wat is voor jou het belang van 'lust hebben'?*
- *Welke verslavingen kan 'lust' opwekken?*

In de **gemeenten** is dat lang een ondergeschoven kindje geweest, we wisten niet zo goed hoe daar mee om te gaan. De voorlaatste theoloog des vaderlands Janneke Stegeman heeft geprobeerd de waardering voor die lichamelijke weer op de theologische agenda te krijgen. Zij schrijft bijvoorbeeld:

“Jezus was, tijdens zijn leven, radicaal, grensoverschrijdend, verrassend, ruimtegevend. Zijn woord wil deze wereld omgekeerd. In het Engels: Jezus is *queer*. Niet alleen qua boodschap, vermoed ik dan, maar ook fysiek. Dan gaat het opeens wel over lichamen en wat die verlangen en afscheiden, binnen en buiten de lijnen. *Queer* – dat is ‘**een wereld van verschillend zijn**’ toegepast op ons lichaam en onze identiteit.” En ze stelt: “Het is ook een belangrijk onderdeel van wie we zijn: lichamelijke, het uiterlijk, seksualiteit. Een theologie die bevrijdend is zou ook daar ruimte voor moeten maken.”

Werkvorm: Laat elke deelnemer twee afbeelding uitkiezen die voor hem of haar schoonheid en/of aantrekkelijkheid weerspiegelen. **Laat daarbij ook foto's zien van oudere mannen en vrouwen in gewone kleren met prachtige gezichten en door werken getekende handen.**

- *Vertel elkaar waarom dit beeld je aanspreekt.*
En praat nog wat door over de rol van je eigen uiterlijk en hoe lichamelijke voor jou met je geloof te maken heeft.

6 Luiheid

Benodigheden: papier en potloden of stiften

De Brit Tom Hodgkinson schreef een aanstekelijk boek met de titel: 'Lof der Luiheid'. En zo'n boek hebben we misschien wel nodig, want we zijn in onze samenleving wel heel sterk doorkneed met het idee dat luiheid een zonde is en **dat** we vooral steeds nuttig bezig moeten zijn ('Ledigheid is des duivels oorkussen').

Maar aan dat altijd maar bezig moeten zijn, kunnen we ook ten onder gaan. De ruimte en de creativiteit die luiheid met zich meebrengt is essentieel voor ons mens-zijn.



- Maak allemaal een tekening van hoe jouw ideale vrije, luie dag eruit ziet.
- *Wat brengt zo'n dag jou?*
- *Voor welke mensen in de wereld zou zo'n vrije dag een wereld van verschil uitmaken?*

Illustratie uit de verzameling@karinbuma

7 Woede

Benodigheden: Een stapel kranten, scharen, lijm, twee grote vellen in bijvoorbeeld rood en groen.

Knip woorden of stukjes uit de krant die te maken hebben met woede of boosheid.

Plak de knipsel die voor jou negatief zijn (bijvoorbeeld die alleen te maken hebben met iets destructiefs) op het rode vel en de woorden die ook positieve kant hebben (bijvoorbeeld als het gaat om boosheid die een noodzakelijke verandering teweeg brengt) op het groene vel.

Boos worden is geen zonde volgens de Bijbel. In Lucas 19:45-46 gooit Jezus woedend de tafels van de geldwisselaars in de tempel om met de woorden "jullie hebben er een rovershol van gemaakt".

- *Wanneer is woede volgens jou terecht?*
- *Wanneer vind jij woede onterecht?*

Praat daarna kort door over de verschillende kanten van woede.

Bijvoorbeeld aan de hand van dit citaat van Augustinus:

'Hoop heeft twee prachtige dochters, woede en moed. Woede over hoe de dingen zijn. Moed om te durven geloven dat ze niet zullen blijven zoals ze zijn.'

- *Wat roept dit op? Wat leert het ons over woede?*
- *Welke woede uitbarsting in de wereld ken jij die ook een wereld van verschil teweeg gebracht heeft?*

Extra: De zonden op een rijtje, welke past bij jou?

De Katholieke kerk heeft een lijst met zeven hoofdzonden in gebruik. Maar welke daarvan worden het meest begaan en zijn er verschillen tussen mannen en vrouwen?

Gad Saad, auteur van "The Consuming Instinct: What Juicy Burgers, Ferraris, Pornography, and Gift Giving Reveal About Human Nature", heeft een studie van de jezuïetenpriester Roberto Busa onder de loep genomen. De studie is bekend in de omgeving van de paus, want monseigneur Wojciech Giertych, een theoloog die in dienst van de Paus werkt, citeerde de studie volgens de BBC in de Osservatore Romano, de krant van het Vaticaan. In de studie wordt de frequentie van de zonden per geslacht gerangschikt:

Mannen:		Vrouwen:
Lust	- 1 -	Ijdelheid
Gulzigheid	- 2 -	Jaloezie
Luiheid	- 3 -	Woede
Woede	- 4 -	Lust
Ijdelheid	- 5 -	Gulzigheid
Jaloezie	- 6 -	Hebzucht
Hebzucht	- 7 -	Luiheid

Klein onderzoekje: zet een grote doos neer met daarnaast een stapel papiertjes.

Vraag alle mensen gedurende de dag op een papiertje te schrijven aan welke 'zonde' hij of zij/**die** het makkelijkste ten prooi valt. En dat anoniem in de doos te doen.

Als je wilt kun je het zoals hier boven ook nog uitsplitsen in mannen en vrouwen of bijvoorbeeld leeftijdscategorie. Vraag dan of mensen er een v of een m bijzetten, of in welke leeftijdscategorie ze vallen: 0-20, 20-40, 40-60, 80 plus. Of vinden we al dat splitsen juist onzin?

Aan het einde van de dag kan onthuld worden welke zonde het dicht bij ligt. En geef er dan een draai aan: welke kracht of positieve kant heeft dat juist die 'zonde' eruit springt.

Lunch

Bijna iedereen heeft wat eten betreft wel zogenaamde 'guilty pleasures'. Bijvoorbeeld iets wat je heel erg lekker vindt, maar wat eigenlijk niet zo gezond is. Of iets wat jij graag eten maar waar andere mensen raar tegenaan kijken (een sandwich met pindakaas en banaan bijvoorbeeld, of een tosti met macaroni erop).

Vraag mensen van tevoren een 'guilty pleasure' te bereiden voor de gezamenlijke lunch.

En geniet er samen van!