

CURSUS LEVEN VANUIT RUST

Ontdek wat Gods rust betekent in jouw dagelijks leven.



*Deze werkbladen horen bij Deel 2
Rust in Christus: leven vanuit identiteit*

Stichting RainbowDrops
– Kleurrijke Druppels van Zegeningen –
www.rainbowdrops.nl



Blok 1: Wie je bent in Christus

Wie zijn identiteit vindt in Hem, vindt ook de rust waar het hart naar verlangt.

Kernwoorden

- Identiteit
- Verbondenheid
- Genade
- Nieuwe schepping
- Vertrouwen
- Aanvaarding
- Geborgenheid
- Rust uit volheid

Bijbelteksten

- Efeziërs 1:3-6
- 2 Korintiërs 5:17
- Kolossenzen 3:3
- Romeinen 8:38-39
- Jeremia 2:13



“God houdt niet méér van de toekomstige versie van mij, dan van de huidige.”



Reflectievragen & Opdrachten

Waarin zoek jij nog vaak bevestiging. In iets wat je doet, of in wie je bent?

Wanneer heb jij voor het laatst echt stilgestaan bij het besef: God wilde mij al vóór de schepping van de wereld? Wat doet dat met je?

Als je eerlijk bent: waar probeer jij soms nog je dorst te lessen buiten God om? In wie of wat zoek jij rust die uiteindelijk toch leeg blijkt?

Hoe zou je leven eruitzien als je vandaag werkelijk zou geloven dat Gods liefde niet verandert, ook niet op je slechtste dagen?

- ✓ Adem bewust drie keer diep in en zeg tussen die ademhalingen door: “Ik ben geliefd.”



Blok 2: Maskers en bewijsdrang

Je rust kwijtraken door wie je probeert te zijn.

Kernwoorden

- Bewijsdrang
- Echtheid
- Maskers
- Genade
- Vriendschap met God
- Herstel
- Vertrouwen
- Vrijheid

Bijbelteksten

- Mattheüs 11:28
- Kolossenzen 3:9–10
- Johannes 15:15
- Romeinen 8:1
- Galaten 2:20



***“God vraagt geen prestaties, maar nabijheid.
Vrienden werken niet voor elkaar, maar met
elkaar.”***



Reflectievragen & Opdrachten

Waar draag jij nog een masker? Wat probeer jij te verbergen voor mensen of voor God? En wat zou er gebeuren als je vandaag dat masker zou afzetten?

Wat betekent het voor jou dat Jezus je een vriend noemt, hoe zou dat je manier van werken of dienen kunnen veranderen?

- ✓ Schrijf op een blad één woord dat jouw 'masker' het beste beschrijft (bijv. controle, kracht, vrolijkheid, zekerheid). Leg dat blad vervolgens letterlijk neer.

Bid: "Heer Jezus, vandaag wil ik niet langer doen alsof. Neem mijn masker van mij af en vul de leegte eronder met Uw liefde. Leer mij leven zonder masker: echt, vrij en geliefd.

- ✓ Bid 5 minuten zonder filter. Geen mooie woorden, geen planning, gewoon zeggen wat er is. Dat is "masker afdoen" in de praktijk.



Blok 3: Verbonden met Christus

Het verschil tussen geloven in Christus en leven vanuit Christus

Kernwoorden

- Verbondenheid
- Blijven
- Inwoning van Christus
- Kracht uit rust
- Afhankelijkheid
- Relatie
- Vrucht
- Rust als anker

Bijbelteksten

- Johannes 15:4
- Johannes 14:10
- Galaten 2:20
- Jesaja 49:15-16
- Kolossenzen 1:27



“Rust wordt je kracht en vrede je wapen.”



Reflectievragen & Opdrachten

Wat verandert er in je houding als je rust ziet als kracht in plaats van als pauze?

Waar mag die rust vandaag een wapen worden tegen angst, twijfel of prestatiedruk?

Hoe zou iemand anders vandaag iets kunnen merken van de rust die in jou leeft?



Kies vandaag één situatie waarin je normaal reageert vanuit spanning of haast. Bijvoorbeeld in een gesprek, in het verkeer, of tijdens werkdruk.

Voordat je iets zegt of doet, haal diep adem en zeg in gedachten: “*Christus leeft in mij.*”

Laat dat besef je houding bepalen. Niet om iets te forceren, maar om te herinneren: Zijn kracht is in jou aanwezig. Schrijf daarna kort op wat dat met je deed.



Blok 4: Leven als erfgenaam

*En als we zijn kinderen zijn, zijn we ook zijn erfgenamen:
erfgenamen van God, samen met Christus.*

(Romeinen 8:17 NBV21)

Identiteit

- Geliefd → 1 Johannes 4:9-10
- Kind van God → 1 Johannes 3:1
- Vergeven en vrij → Kolossenzen 1:13-14
- Rechtvaardig → 2 Korintiërs 5:21
- Heilig en uitgekozen → 1 Petrus 2:9
- Drager van Gods Kracht → 2 Timoteüs 1:7
- Huisgenoten van God → Efeziërs 2:19

***“In Christus vind ik rust en identiteit;
zijn Geest is mijn kracht.”***



Reflectievragen & Opdrachten

Welke van deze waarheden vind je het moeilijkst om echt te geloven?

Hoe zou je dag eruitzien als je die éne waarheid voluit omarmde?

Waarin kun jij vandaag handelen als een kind van God, niet als iemand die nog iets moet bewijzen?



Lees deze week eens met nieuwe ogen in je bijbel. Wanneer je bv een brief van Paulus openslaat, of een hoofdstuk in het evangelie, stel jezelf de vraag:

“Wat zegt dit over wie ik ben in Hem?”
Onderstreep wat je tegenkomt. Schrijf het op.

Vraag je daarna af:
“Wat betekent dit voor mij vandaag?”
Wat verandert dit aan hoe ik reageer, werk, bid, leef?”