

FROM DISTRACTION TO PURPOSE



AAN DE SLAG

Activiteit

Stap 1:

Pak je telefoon erbij en maak een schermafbeelding van je schermtijd-overzicht.

Sla dit op in een nieuwe notitie op je telefoon.

Schrijf op:

- Waar besteed jij de meeste tijd aan?
- Wat zou je daarin willen veranderen?
- Waar wil jij in uitstappen – en waarom?

Stap 2:

Plan bewust voor deze week:

1. Tijd met God

Bijv. maak een wandeling en eer Hem voor wat je (van Hem) ziet.

Of: lees een Bijbeltekst en schrijf je gedachten op.

2. *Tijd met een ander*

Spreek af met iemand en deel iets wat jou bemoedigd heeft of wat je hebt geleerd. Laat het simpel en echt zijn.

3. *Tijd met jezelf*

Doe iets wat je energie geeft en je hoofd leegmaakt: sporten, creatief bezig zijn, lezen, rust nemen... wat bij jou past.

FROM DISTRACTION TO PURPOSE



In gesprek

Verdiepen?

Ga dan samen aan de slag met de volgende vragen en wissel ideeën en voorbeelden uit. Inspireer elkaar met wat werkt, wat lastig is, en waar je wilt groeien.

1. Hoe houd jij je focus op Gods opdracht voor jouw leven?
2. Waar zie jij Gods hart voor deze wereld?
3. Wat is jouw rol in dat verlangen van God?
4. Met wie mag jij deze week iets delen van wat jij zelf ontvangen hebt?
5. Hoe kun je geloof delen in je dagelijks leven?
 - o Hoe sluit je aan bij waar iemand op dat moment is?
 - o Hoe vertel je iets zonder te 'preken'?