

Paulus en de Efeziërs

Openingsvraag

Welke betekenis heeft de doop voor jou?

Lees samen

Handelingen 19:1-10

Ijsbrekervraag

Welke verschillende stappen heeft God gezet om de redding van de mens mogelijk te maken?

Inspiratie

'Ga dus op weg en maak alle volken tot mijn leerlingen...'¹

Behandel de tekst

Paulus heeft drie zendingsreizen gemaakt. De ene duurde langer dan de andere. Maar in totaal is hij drie keer op reis gegaan om het evangelie te brengen op plaatsen waar de mensen nog nooit van de Here Jezus hebben gehoord. Kort voor het einde van de tweede zendingsreis is hij even in Efeze. We kunnen dat lezen in hoofdstuk 18 vers 21. Nadat Paulus uit Efeze vertrokken was, heeft Apollos er een poos gewerkt. Apollos verkondigt op een krachtige en overtuigende manier dat de Here Jezus echt de Zoon van God is. Ondertussen begint Paulus aan zijn derde zendingsreis. Hij reist door 'de bovenste delen van het land' (vers 1). Deze reis zal in Efeze uitkomen. Ondertussen verlaat Apollos Efeze om in Korinthe aan het werk te gaan. En nu komt Paulus aan in Efeze.

Het Efeze waar het in deze tekst over gaat, was in die tijd één van de grootste en belangrijkste steden van Klein-Azië, met enkele honderdduizenden inwoners. Efeze was daarbij ook een centrum van godsdienst. De tempel van Diana of Artemis werd er gevonden. In die tijd woonden in Efeze echter ook christenen (vers 1). Wanneer Paulus in Efeze komt, vindt hij enkele leerlingen en ging met hen in gesprek. Deze mensen zijn weliswaar gelovigen, maar toch missen ze iets. Tijdens het gesprek komt Paulus er achter wat ze nodig hebben. En dat is de heilige Geest. Hij heeft ze toen gedoopt.

Soms kan iemand in de kerk zitten en toch iets missen. Daarom is het goed om in gesprek te gaan met een medegelovige. Want iemand anders kan soms zien wat je nodig hebt en God vragen om je te helpen zijn wil te doen.

Gespreksvragen

*Paulus vindt in Efeze een aantal leerlingen, kinderen van God. Hij vindt die nadat hij er blijkbaar naar gezocht heeft. Waarom zou je naar medegelovigen zoeken in jouw omgeving?

*De kerk in Efeze was niet zo goed georganiseerd zoals wij dat nu zijn. In die tijd waren er kleine groepen mensen. We zouden nu zeggen: huishgemeenten. Wat is volgens jou het belang van een kleine groep voor de jeugd? Ben je bereid om eentje te starten? Leg uit waarom je het wel of niet zou doen.

Opdracht

Wat is het verschil tussen ergens voor werken en het erven?

¹ Matteüs 28.19, NBV21

Gods grootse plan, met Christus centraal

Openingsvraag

Wat is het verschil tussen ergens voor werken en het erven?

Lees samen

Efeziërs 1:3-14

Ijsbrekervraag

Welk beroep past volgens anderen goed bij jou?

Inspiratie

‘Jullie zijn allemaal kinderen van God, omdat jullie geloven in Jezus Christus’²

Behandel de tekst

Paulus zit in de gevangenis in Rome. Hij hoort dat het niet goed gaat in de gemeente van Efeze. Daarom schrijft hij hun een brief om hen een hart onder de riem te steken. Hij vertelt hun wat God van plan is om te doen. De apostel zegt: ‘Jullie zijn zo rijk gezegend door God. Jullie zijn zo duur gekocht; er is zo’n dure prijs voor je verlossing betaald. Je behoort nu tot God. Dient Hem met lichaam en geest.’ Zo probeert Paulus de christenen in Efeze op te wekken om voor Jezus te leven. Paulus heeft het over rijke zegeningen die God aan de christenen in Efeze geeft. Hij somt die zegeningen op in de verzen 3 t/m 14. Dat klinkt als een loflied, een loflied op God de Vader die ons vanaf het begin heeft ‘uitgekozen om heilig en zuiver voor Hem te staan,’ (vers. 4). Het is ook een loflied op God de Zóón- ‘In Hem zijn wij door zijn bloed verlost en zijn onze zonden vergeven’ (vers. 7). En het is ook een loflied op de heilige Geest ‘...die ons beloofd is...als voorschot op onze erfenis,...’ (vers. 14). Wat alles mooi maakt is dat God ‘ons naar zijn wil en verlangen voorbestemt om door Jezus Christus zijn kinderen te worden.’(vers 5) Wat een voorrecht!

Gespreksvragen

* Vers 3: Hier is sprake van ‘talrijke geestelijke zegeningen’, waarmee God de Efeziërs ‘in Christus’ heeft gezegend. Wat betekent volgens jou ‘zegenen’? Wat ervaar jij als de grootste zegen in jouw leven?

* In vers 13-14 staat dat je als kind van God gemerkt bent met de stempel van de heilige Geest. Dit betekent dat je als gelovige de heilige Geest hebt ontvangen en dat je Gods eigendom bent.

Wat voor invloed heeft dit op onze omgang met elkaar? Voel je dat je waardevol bent of staat het je juist tegen dat je Gods eigendom bent? Leg uit.

*De lofzang van Efeze 1 gaat over de lof tot de Vader (verkiezing), de Zoon (verzoening) en de heilige Geest (verzegeling).

Hoe werken God, Jezus en de heilige Geest samen aan jouw verlossing?

Opdracht

Waar dient een machthebber volgens jou op zijn minst aan te voldoen?

² Galaten 3:26, BGT

De macht van de verheerlijkte Jezus

Opdracht van de vorige week

Waar dient een machthebber volgens jou op zijn minst aan te voldoen?

Lees samen

Efeziërs 1:15-23

Ijsbrekervraag

Wat betekent leiderschap voor jou?

Inspiratie

'Houd van elkaar. Jullie moeten net zo van elkaar houden als ik van jullie gehouden heb.'³

Behandel de tekst

Het gedeelte van vandaag sluit aan op de verzen 3 t/m 14 van hoofdstuk 1, waar Paulus een soort lofzang zingt over zijn ervaring met God en wat God allemaal voor ons heeft gedaan. In vers 15 zegt Paulus 'ik bid heel vaak voor jullie'. Met andere woorden ik heb jullie op het oog, ik denk aan jullie en ik maak me zorgen om jullie. En Paulus is ook dankbaar dat de Efeziërs 'in de Heer Jezus geloven' en dat ze 'van alle christenen houden.' (vers15). Dat is een mooie manier om naar de gemeente te kijken: ik dank God voor jullie. Paulus gaat verder en geeft aan dat alles mogelijk is door 'de enorm groot macht van God'. Het is een macht waar we veel van mogen verwachten. Paulus legt nu uit dat '..Met diezelfde grote macht liet God Jezus opstaan uit de dood...' (vers 19,20). En nu heerst Jezus 'over alle hemelse machten en krachten.' (vers21). Doordat de kerk bij Jezus hoort, gaf God via Jezus de macht aan de kerk; daarom is de kerk belangrijk.(vers 22,23). Jezus is de leider van de kerk en Hij staat altijd klaar om ons bij te staan. Door zijn macht kunnen we omgaan met de uitdagingen in ons leven. Dat is goed nieuws!

Gespreksvragen

* (Lees vers 18). Paulus bidt en geeft zo tegelijk instructies: kijk goed. En kijk naar alle kanten. En doe dat met je hart (in de Bijbel is het hart niet een 'softe' plek maar de plek van je wil, waar je je beslissingen neemt). Vergelijk wat Paulus in vers 18 zegt met wat je nu om je heen ziet in jou gemeente. Zie jij die hoop? Licht toe. Op welke manier kunnen jongeren een verschil maken?

* Paulus zegt dat hij in zijn gebed God onophoudelijk dankt voor de Efeziërs. Wat bedoelt Paulus met "onophoudelijk"?

* Waar ben jij God dankbaar voor?

* Wat doet het met je als je hoort dat iemand voor je bidt? Heb jij ooit voor een vriend(in) gebeden?

Opdracht

Wat heeft God via Jezus voor ons gedaan?

³ Johannes 13:34, BGT.

Hoe God ons redt

Opdracht van de vorige week

Wat heeft God via Jezus voor ons gedaan?

Lees samen

Efeziërs 2:1-10

Ijsbrekervraag

Heb je ooit de kans gehad om met een kabelbaan vanuit een dal naar een bergtop te gaan? Zo ja, wat voelde en ervoer je toen je omhoog ging?

Inspiratie

'Iedereen die bij Christus hoort, hoort bij het nieuwe leven. De oude tijd is voorbij, de nieuwe tijd is gekomen.'⁴

Behandel de tekst

Hoe voelt dat voor jou om een werkstuk te zijn? Iemand heeft jou gemaakt. In de Bijbel vind je het voorbeeld van een pottenbakker. Hij heeft een homp klei en maakt daar op zijn draaischijf een pot, een kruik, of een schaal van. Net als de pottenbaker heeft God ons gemaakt tot wie we zijn. 'God heeft nieuwe mensen van ons gemaakt. Want door Jezus Christus zijn wij mensen geworden die goed leven. Dat was Gods bedoeling, daarvoor heeft Hij ons bestemd.' (vers 10). Wat is Gods doel voor ons? Om het goede te doen. Om van 'God te houden met heel je hart, heel je ziel, heel je verstand en met al je krachten. En om evenveel van je medemens te houden als jezelf.'⁵ Dus in Jezus zijn wij nieuwe mensen. Maar als je in de spiegel kijkt, is dat niet echt zichtbaar aan de buitenkant. Het gaat blijkbaar over mijn binnenkant. Over mijn hart. Mijn hart is opnieuw geschapen: het wil God liefhebben. Mijn gedachten zijn veranderd. Mijn focus is nu op God. Hierdoor zal mijn gedrag veranderen. Ik probeer het goede te doen. Het is fijn om te weten dat je geliefd en waardevol bent. God heeft je een hele grote waarde toegekend. Je bent zijn kind. Dus wie je bent en wat je bent, ben je geworden door Hem. Je bent Gods werkstuk door Jezus Christus.

Gespreksvragen

* Hoe voelt het voor jou om een werkstuk van God te zijn? Licht toe.

* Wat betekent 'genade' voor jou?

Opdracht

Heb jij vrienden die anders geloven dat jij? Zo ja, hoe ga daarmee om?

⁴ 2 Korintiërs 5:17, BGT.

⁵ Lucas 10:27, BGT.

Horizontale verzoening: het kruis en de gemeente

Opdracht van de vorige week

Heb jij vrienden die anders geloven dan jij? Hoe ga je hiermee om?

Lees samen

Efeziërs 2:11-22

Ijsbrekervraag

Als je een boodschap naar de hele wereld kon sturen, wat zou dat dan zijn?

Inspiratie

‘Wie Hem wel ontvingen en in zijn naam geloven, heeft Hij het voorrecht gegeven om kinderen van God te worden.’⁶

Behandel de tekst

‘Jullie waren vreemdelingen,’ zei Paulus tegen de niet-Joden. Voor de Joden waren de niet-Joden buitenstaanders omdat ze niet volgens de Joodse wetten leefden. Er was een ‘scheidingsmuur’ tussen de Joden en de niet-Joden. Maar nu zegt Paulus dat de niet-Joden door in Jezus te geloven geen vreemdelingen meer zijn. Ze horen nu bij Gods volk, want Jezus is ook voor hun gestorven (vers 13). Door zijn dood heeft ‘Christus vrede gebracht tussen Joden en niet-Joden. Hij heeft één volk van ons gemaakt,’ zegt Paulus. ‘Wij waren elkaars vijanden, maar Christus heeft ons bij elkaar gebracht’ (vers 14,15). Met andere woorden: vreemdelingen zijn nu medeburgers geworden. Medeburgers zijn mensen die staan ingeschreven in de burgerlijke stand en wettige inwoners van de stad zijn. De niet-Joden zijn nu ‘officieel’ deel geworden van Gods volk.

Voorheen moesten ze zich aan de Joodse wetten houden om medeburgers te kunnen zijn van Gods volk, zegt Paulus. Maar nu, door de dood van Jezus, ‘zijn de Joodse wetten en regels niet langer nodig om gered te worden’ (vers 15). ‘Christus heeft van ons één volk gemaakt, een nieuw volk van christenen’ (vers 16). Er is nu vrede, niet alleen tussen Joden en niet-Joden, maar ook tussen God en de mens, zegt Paulus (vers 15,16). Jezus bracht ‘Gods boodschap van vrede aan de mensen in Israël en aan de mensen daarbuiten’ (vers 17).

En nu, in Jezus, zegt Paulus, vormen alle gelovigen samen de kerk van Christus. De kerk heeft als basis de ‘boodschap van de apostelen en de profeten’, en Jezus zelf houdt alles bij elkaar (vers 20). Hij zorgt voor de groei van de kerk door het werk van de Heilige Geest.

Gespreksvragen

* Wat betekent ‘scheidingsmuur’ voor jou?

* Welke ‘scheidingsmuur(en)’ zijn er volgens jou in de maatschappij en in de kerk? Welke zou je graag willen zien afgebroken worden? En waarom? Licht toe.

* Lees vers 11-12: Welke problemen hadden de niet-Joden voordat Jezus kwam?

* Wat heeft Jezus gedaan om de ‘muur van vijandschap’ tussen de Joden en niet-Joden af te breken?

Opdracht

Wat is het meest geweldige cadeau dat je ooit hebt gekregen?

⁶ Johannes 1:12, NBV21

Het geheim van het evangelie

Opdracht van de vorige week

Wat is het meest geweldige cadeau dat je ooit hebt gekregen?

Lees samen

Efeziërs 3:1-13

Ijsbrekervraag

Wat is het beste goede nieuws dat je de afgelopen tijd hebt gehoord of meegemaakt?

Inspiratie

'Wij geloven in Christus, en we horen bij hem. Daarom mogen we God nu alles vragen. We kunnen erop vertrouwen dat hij ons zal helpen.'⁷

Behandel de tekst

In Efeziërs, hoofdstuk 3, verzen 1 tot 13, ontdekken we een diepe en betekenisvolle boodschap over Gods liefde en Zijn plan voor ons leven.

Vers 1 begint met Paulus die zichzelf omschrijft als een gevangene van Christus Jezus. Ondanks zijn situatie, zegt Paulus dat hij bereid is zijn eigen vrijheid op te geven om het goede nieuws van Jezus Christus aan de niet-Joden te brengen. Dit toont ons de toewijding en dienstbaarheid die Paulus heeft om anderen het goede nieuws te verkondigen, zelfs in moeilijke tijden.

In verzen 2-6 spreekt Paulus over Gods plan dat verborgen was maar nu bekend is gemaakt door Jezus Christus. Hij benadrukt dat dit plan niet alleen voor een specifieke groep mensen is, maar voor iedereen, ongeacht afkomst, cultuur of achtergrond. Dit herinnert ons eraan dat Gods liefde grenzeloos is en dat we allemaal gelijk zijn voor Hem.

Vervolgens, in verzen 7-10, benadrukt Paulus dat de kracht van Gods genade hem in staat stelt om het goede nieuws te verkondigen. Hij wijst erop dat God een eeuwig plan voor ons heeft, dat verder reikt dan onze verbeelding. Nu heeft hij de gelegenheid om dit plan, dat voorheen verborgen was in God, de Schepper van hemel en aarde, aan iedereen te verkondigen. Paulus legt uit dat door zowel Joden als niet-Joden tot één kerk te vormen, Gods wijsheid voor iedereen duidelijk wordt. 'God heeft dit eeuwenoude plan uitgevoerd door Jezus Christus, onze Heer.' Dat is het goede nieuws.

Tenslotte benadrukt Paulus, in de verzen 11-13, dat door ons geloof in Jezus Christus, we vrijelijk toegang hebben tot God. We mogen God nu alles vragen, zonder angst of terughoudendheid. Dit is een bemoediging om een persoonlijke relatie met God te ontwikkelen, te bidden en Hem te betrekken bij elk aspect van ons leven. Efeziërs 3:1-13 herinnert ons eraan dat we geliefd zijn door een God die onvoorwaardelijk van ons houdt. Hij heeft een prachtig plan voor ons leven en nodigt ons uit om dicht bij Hem te komen. Wees niet ontmoedigd door uitdagingen, maar blijf standvastig in geloof, want we weten dat Zijn genade altijd voldoende is.

⁷ Efeziërs 3:12, BGT

Gespreksvragen

- * Welk geheim wordt in Efeziërs 3:1-13 openbaar gemaakt?
- * Wat is de belangrijke opdracht van de kerk in Gods plan?
- * Op welke manier kun je het Goede Nieuws met je vrienden delen, zodat het positief wordt ontvangen?

Opdracht

Welk voorbeeld van samenwerking heeft jou het meest geïnspireerd?

Het lichaam van Christus is één

Opdracht van de vorige week

Welk voorbeeld van samenwerking heeft jou het meest geïnspireerd?

Lees samen

Efeziërs 4:1-16

Ijsbrekervraag

Als je samen zou moeten werken aan een project met een beroemdheid uit de Bijbel, wie zou je dan kiezen en waarom?

Inspiratie

'Jullie vormen samen één kerk, ieder van jullie hoort erbij. Want jullie horen allemaal bij Christus.'⁸

Behandel de tekst

Efeziërs 4:1-16 is een geweldige passage uit de Bijbel met een waardevolle boodschap.

In dit gedeelte moedigt de apostel Paulus ons aan om te leven op een manier die past bij christenen. Dit betekent dat ons gedrag een getuigenis moet zijn van Gods liefde, vergeving en genade.

In vers 2 herinnert Paulus ons eraan om niet alleen aan onszelf te denken, maar ook vriendelijk en geduldig te zijn naar anderen. Het is van cruciaal belang om goed met anderen om te gaan en conflicten op een liefdevolle en vreedzame manier op te lossen.

Paulus legt in vers 3 uit dat de heilige Geest ons als gelovigen met elkaar verbindt. Als lid van de kerk maken we deel uit van een groter geheel. Dit betekent dat we elkaar moeten ondersteunen, bemoedigen en respecteren, ongeacht onze verschillen in achtergrond, talenten of meningen.

Het is bemoedigend om te weten dat God aan ieder van ons unieke gaven heeft gegeven (vers 8-10). Als jongeren hebben we misschien nog niet ons doel of roeping helemaal gevonden, maar we kunnen onze gaven ontdekken, ontwikkelen en gebruiken om anderen te dienen en bij te dragen aan de groei van de kerk.

In vers 11 noemt Paulus verschillende rollen in de kerk, zoals 'profeten, boodschappers van het goede nieuws, leraren en leiders die anderen ondersteunen in hun geloof'. Hoewel niet alle jongeren een leiderschapsrol in de kerk zullen vervullen, is het belangrijk om te onthouden dat we allemaal een waardevolle rol hebben in het lichaam van Christus. We kunnen elkaar aanvullen en ondersteunen met onze unieke bijdragen aan het koninkrijk van God.

Tot slot benadrukt Paulus in de verzen 13-16 hoe belangrijk het is om geestelijk te groeien. Als jongeren moeten we ons best doen om te blijven groeien in ons geloof, door de waarheid en liefde van Jezus te volgen. Dit betekent dat we regelmatig de Bijbel moeten lezen, bidden en elkaar moeten aanmoedigen om te groeien.

Efeziërs 4:1-16 herinnert ons eraan om nederig, geduldig en liefdevol te zijn in onze relaties, en onze gaven te gebruiken om elkaar te dienen. Als jongeren kunnen we ons laten inspireren door deze boodschap en actief streven naar een positieve impact op de wereld om ons heen.

⁸ 1 Korintiërs 12:27, BGT

Gespreksvragen

* Lees verzen 13-16. Wat denk jij dat de reden is dat God zijn volk gaven heeft gegeven?

* Welke van de kwaliteiten die genoemd worden in vers 2 vind jij het lastigst om mee om te gaan?

Vertel waarom dit voor jou een uitdaging is.

* Welke van de vijf leiderschapsrollen die Paulus noemt in vers 11 spreekt jou het meest aan, en hoe denk je dat je die rol verder kunt ontwikkelen?

Opdracht

Denk eens na wat of wie de grootste invloed heeft gehad op jouw manier van denken, en wat ervoor heeft gezorgd dat die invloed zo sterk was. Probeer je gedachten in woorden om te zetten.

Christus vormt levens, de Geest inspireert woorden

Opdracht van de vorige week

Denk eens na wat of wie de grootste invloed heeft gehad op jouw manier van denken, en wat ervoor heeft gezorgd dat die invloed zo sterk was. Probeer je gedachten in woorden om te zetten.

Lees samen

Efeziërs 4:17-32

Ijsbrekervraag

Als boosheid een kleur had, welke kleur zou het dan zijn volgens jou, en waarom?

Inspiratie

'Houd van elkaar zoals broers en zussen van elkaar houden. Laat altijd zien dat je respect hebt voor de ander.'⁹

Behandel de tekst

In Efeziërs 4:17-32 legt Paulus uit hoe Jezus en de heilige Geest ons kunnen veranderen. Hij zegt dat we onze oude manier van denken en doen moeten loslaten en iets nieuws moeten omarmen.

Paulus begint met te zeggen dat we niet moeten leven zoals mensen die God niet kennen. We moeten ons oude denken en doen achterlaten en iets nieuws aannemen. Het is alsof we een nieuwe jas aantrekken. Nu we Jezus kennen, hoeven we ons niet meer te gedragen zoals mensen die niet in God geloven. Jezus wil ons helpen om anders te denken en te leven.

Paulus heeft een simpele boodschap: eerlijkheid duurt het langst. We moeten eerlijk zijn, niet stelen en anderen niet kwetsen met gemene woorden. In plaats daarvan moeten we goede dingen doen en anderen helpen. Dit laat zien dat we respect hebben voor anderen en hen behandelen zoals we zelf behandeld willen worden.

Paulus herinnert ons eraan dat onze woorden belangrijk zijn. Ze kunnen groeien en bloeien als zaden in de grond. Daarom moeten we vriendelijke woorden gebruiken die anderen blij maken. Boosheid en ruzies moeten we loslaten. We moeten leren vergeven, net zoals God ons vergeeft.

Jezus is de sleutel tot deze verandering. Hij wil ons helpen om goede mensen te worden. De heilige Geest werkt als een speciale kracht die ons van binnen verandert. Deze kracht helpt ons om vriendelijk, blij, vredig en geduldig te zijn. Kortom, we willen niet meer zijn wie we vroeger waren. We willen worden zoals Jezus ons wil hebben. De heilige Geest geeft ons de kracht om dat te doen.

In het kort moedigt Efeziërs 4:17-32 ons aan om een leven te leiden dat anders is dan dat van de wereld om ons heen, met vernieuwde denkpatronen en positief gedrag. Als we ons richten op liefdevolle relaties en anderen respectvol en vergevingsgezind behandelen, zullen we groeien als volgelingen van Jezus en een positieve invloed hebben op de mensen om ons heen.

⁹ Romeinen 12:10, BGT

Gespreksvragen

- ❖ Op welke manier beïnvloedt de verandering van denken en kennen van de waarheid in Efeziërs 4:22-24 hoe je naar jezelf kijkt en keuzes maakt in je dagelijks leven?
- ❖ Efeziërs 4:26 zegt: "Laat de zon niet ondergaan over uw boosheid."¹⁰ Hoe pas je deze raad toe in je leven, vooral bij vrienden en familie als er ruzie is?
- ❖ Paulus schrijft in Efeziërs 4:29 'Zeg geen slechte, negatieve dingen over mensen. Maar zeg, als het nodig is, dingen die het geloof van anderen sterker maken. Zeg iets dat mensen goeddoet' (BGT). Hoe zorg je ervoor dat je in je dagelijkse gesprekken woorden gebruikt die anderen opbouwen en positief beïnvloeden?
- ❖ Volgens Efeziërs 4:32 worden we aangemoedigd om elkaar te vergeven, net zoals God in Christus ons heeft vergeven. Hoe moeilijk vind je het om anderen te vergeven wanneer ze je pijn doen? Hoe kan het begrijpen van Gods genade je aanmoedigen om meer vergevingsgezind te zijn?

Opdracht

Denk na over iemand die jij echt heel slim vindt. Dit kan een bekend of onbekend persoon zijn, zoals een historicus, filosoof, wetenschapper, schrijver, familielid, vriend of zelfs een fictief personage. Waarom vind je dat deze persoon slim is? Geef voorbeelden van dingen die ze doen, hun baan of dingen die ze zeggen..

¹⁰ Efeziërs 4:26, NBV21

Verstandig leven

Opdracht van de vorige week

Denk aan iemand die je slim vindt, bekend of onbekend. Wat maakt deze persoon slim volgens jou? Wat doet of zegt die persoon dat hij/zij jou dat idee geeft?

Lees samen

Efeziërs 5:1-20.

Ijsbrekervraag

Als je één advies zou kunnen geven aan je toekomstige zelf om verstandig te leven, wat zou dat dan zijn?

Inspiratie

‘Gedraag je verstandig tegenover ongelovigen. En gebruik de tijd die God je met hen geeft, goed.’¹¹

Behandel de tekst

In het boek Efeziërs, hoofdstuk 5, verzen 1-20, heeft apostel Paulus een boodschap voor ons jongeren. Hij vertelt over belangrijke dingen zoals liefde, licht en wijsheid. Eigenlijk gaat het over hoe we een goed en betekenisvol leven kunnen leiden.

Laten we eens kijken naar wat hij te zeggen heeft!

Vers 1 begint met een geweldige herinnering: we horen bij God en Hij houdt ontzettend veel van ons. Dit betekent dat we een voorbeeld kunnen nemen aan Jezus en proberen net zo liefdevol en vriendelijk te zijn als Hij was.

Paulus legt uit dat we ons moeten distantiëren van dingen zoals immoreel gedrag en hebzucht (verzen 3-5). Die dingen passen niet bij het nieuwe leven dat we met Jezus hebben gekregen. Als jongeren worden we uitgenodigd om te leven volgens ons geloof. We dienen zuiverheid en eerlijkheid te gebruiken als onze kompas om de juiste keuzes te maken.

Slechte dingen kunnen niet verborgen blijven als we bij Jezus zijn, zegt Paulus(vers 13). Dat betekent dat we moeten stoppen met verkeerde dingen doen en eerlijk moeten zijn. Het licht van Jezus laat zien wat goed is en helpt ons op het juiste pad te blijven.

Daarnaast benadrukt Paulus dat we slim moeten zijn en goede keuzes moeten maken(vers15). We zouden goed moeten nadenken en luisteren naar wat Jezus wil. Hij zegt dat we niet onverstandig moeten zijn, maar juist slim door de heilige Geest te volgen. Dat is een soort innerlijke gids die ons helpt goede dingen te doen en vreugde te ervaren.

Het is ook belangrijk om niet klakkeloos te doen wat iedereen doet, zoals te veel drinken(vers18). In plaats daarvan zouden we moeten proberen vervuld te zijn met de heilige Geest. Dat maakt ons blij en vriendelijk, en dat straalt dan ook uit naar anderen.

Efeziërs 5:1-20 leert ons dat ons geloof in Jezus niet alleen iets is om over te praten, maar ook om in de praktijk te brengen. Als jongeren kunnen we liefdevol en blij zijn, onze tijd goed gebruiken en luisteren naar de heilige Geest. Zo groeien we in ons geloof en kunnen we anderen helpen om ook blij te zijn en vol vreugde te leven.

¹¹ Kolossenzen 4:5, BGT

Gespreksvragen

- ❖ In Efeziërs 5:1 wordt gesproken over het volgen van het liefdevolle voorbeeld van Jezus. Hoe kunnen we als jongeren concreet proberen om vriendelijk en liefdevol te zijn, net zoals Jezus? Zie je voorbeelden in je dagelijkse leven waarin je dit kunt toepassen?
- ❖ Paulus benadrukt dat we als jongeren moeten streven naar zuiverheid en eerlijkheid. (verzen 3-5) Welke uitdagingen zie je in de wereld om je heen die het moeilijk kunnen maken om deze principes te volgen? Hoe kunnen we elkaar als jongeren ondersteunen om deze waarden hoog te houden?
- ❖ In vers 13 zegt Paulus: 'Het licht van Christus maakt zichtbaar wat goed is en wat slecht is.' Hoe denk je dat dit begrip van 'licht' van toepassing is op de keuzes die we maken, vooral in een tijd waarin veel van ons leven online plaatsvindt? Heb je voorbeelden van situaties waarin het licht van Jezus je heeft geholpen om goede keuzes te maken?
- ❖ Paulus moedigt ons aan om de heilige Geest te volgen en te streven naar wijsheid. Hoe kunnen we als jongeren praktisch luisteren naar de heilige Geest in ons dagelijks leven? Wat zijn enkele manieren waarop we onze wijsheid kunnen vergroten en slimme keuzes kunnen maken te midden van de druk van school, vrienden en andere verleidingen?

Opdracht

Denk eens na over de mensen die belangrijk voor je zijn, zoals vrienden, familie en toekomstige partner. Schrijf in het kort op hoe je kunt bijdragen aan het in stand houden van gezonde en liefdevolle relaties.

Man en vrouw: samen bij het kruis

Opdracht van de vorige week

Denk eens na over de mensen die belangrijk voor je zijn, zoals vrienden, familie en toekomstige partner. Schrijf in het kort op hoe je kunt bijdragen aan het in stand houden van gezonde en liefdevolle relaties.

Lees samen

Efeziërs 5:21-33

Ijsbrekervraag

Wat is het coolste of gekste dat jij ooit hebt gedaan om te laten zien dat je iemand leuk vindt?

Inspiratie

'Wees gehoorzaam aan elkaar uit eerbied voor Christus.'¹²

Behandel de tekst

In Efeziërs 5:21-33 legt de apostel Paulus uit hoe we God kunnen eren door onze omgang met anderen, vooral in het huwelijk. Laten we eens kijken naar wat deze woorden voor ons kunnen betekenen, zelfs als we nog niet getrouwd zijn.

Paulus begint in vers 21 te praten over hoe belangrijk het is om elkaar met respect te behandelen. Hij zegt 'Wees gehoorzaam aan elkaar uit eerbied voor Christus.'

Dit betekent dat we naar elkaar moeten luisteren en elkaar moeten behandelen zoals Jezus dat zou doen.

Vers 21 helpt ons ook om van het eerste deel van hoofdstuk 5, waar het over gelovigen in het algemeen gaat, naar het tweede deel te gaan (verzen 22-33). In dit gedeelte legt Paulus uit hoe mannen en vrouwen met elkaar moeten omgaan.

Mannen worden aangemoedigd om van hun vrouw te houden zoals Jezus van de kerk houdt. Dit betekent dat mannen voor hun vrouw moeten zorgen en soms dingen moeten opgeven om haar gelukkig te maken. Vrouwen worden

aangemoedigd om respect voor hun man te hebben en hem te steunen. Paulus zegt dat we kunnen leren van hoe Jezus dat deed. Jezus gaf alles op om de kerk sterker en beter te maken. In onze relaties moeten we ook bereid zijn om dingen op te geven en elkaar te helpen groeien, of we nu vrienden zijn, familie hebben of in een liefdesrelatie zitten.

Paulus bespreekt ook het idee van 'één lichaam'. In vers 31 zegt hij: 'Zo komt het dat een man niet bij zijn vader en moeder blijft. Hij gaat met zijn vrouw leven, en ze worden samen helemaal één.' Paulus gebruikt dit idee om te laten zien hoe Jezus met de kerk is verbonden. Dit laat ons zien dat God wil dat onze relaties sterk zijn. We moeten samenwerken, niet elkaar tegenwerken. Ons doel is om elkaar te helpen groeien en sterker te worden.

Kort samengevat, liefde en respect zijn heel belangrijk in onze relaties. Als we vriendelijk en respectvol met anderen omgaan, eren we God en laten we Zijn licht zien aan de wereld.

¹² Efeziërs 5:21, BGT

Gespreksvragen

- ❖ In Efeziërs 5:21 staat 'Wees gehoorzaam aan elkaar uit eerbied voor Christus.' Dit betekent dat we elkaar goed moeten behandelen en respecteren. Hoe kunnen we laten zien dat we respect voor elkaar hebben en goed met elkaar kunnen omgaan, vooral als het soms lastig is?
- ❖ Efeziërs 5:25-28 vergelijkt de liefde van Jezus voor de kerk met de liefde tussen een man en een vrouw. Hoe kunnen we deze liefdevolle houding laten zien in onze eigen relaties? Denk daarbij aan zorgzaamheid, er voor elkaar zijn en elkaar begrijpen.
- ❖ Efeziërs 5:22-24 zegt dat vrouwen hun man moeten respecteren en mannen hun vrouw moeten liefhebben. Hoe kunnen we dit begrijpen op een manier waarbij mannen en vrouwen gelijkwaardig zijn en elkaar helpen?
- ❖ Efeziërs 5:31 zegt dat een man en een vrouw samen één worden. Wat denk je dat dit betekent? Hoe kunnen we deze gedachte van samen één zijn toepassen in onze relaties en vriendschappen, waarbij we elkaars verschillen en sterke punten waarderen?

Opdracht

Denk terug aan een situatie waarin iemand niet zo aardig tegen je was. Hoe voelde je je op dat moment? En hoe beïnvloedde dat je innerlijke gevoelens en gedachten? Vertel ook hoe je toen reageerde. Zou je, als je er nu aan terugdenkt, op een andere manier kunnen reageren? Zo ja, hoe? Zo nee, waarom niet? Wat heb je over jezelf ontdekt en hoe je reageert in zulke situaties? Probeer je gedachten en gevoelens zo goed mogelijk onder woorden te brengen.

Opperste trouw aan Christus in de praktijk

Opdracht van de vorige week

Als jij door iemand anders niet goed wordt behandeld, hoe reageer je daar dan op in de richting van die persoon?

Lees samen

Efeziërs 6:1-9

Ijsbrekervraag

Stel je voor dat een goede vriend om jouw hulp vraagt bij het bouwen van een boomhut en daarbij aanwijzingen geeft, hoe zou jij hierop reageren en waarom?

Inspiratie

‘Bedenk dat jullie allemaal dezelfde Heer in de hemel hebben. Hij zal iedereen op dezelfde manier beoordelen.’¹³

Behandel de tekst

In het dagelijks leven kom je allerlei situaties en mensen tegen. Maar hoe laat je in al die situaties zien dat je gehoorzaam en behulpzaam bent? Laten we samen ontdekken wat apostel Paulus ons leert in Efeziërs 6:1-9.

In vers 1 zegt Paulus tegen de jongeren: ‘Kinderen, jullie geloven in de Heer. En de Heer wil dat jullie je ouders gehoorzamen. Dat is zoals het hoort.’ Dit betekent niet alleen luisteren naar wat ze zeggen, maar ook respect hebben voor hun wijsheid. Luisteren naar ouders is een manier om te laten zien dat je van ze houdt en ze waardeert. Als we gehoorzaam zijn aan onze ouders, eren we God, zegt Paulus. Hij legt ook uit hoe ouders met hun kinderen moeten omgaan (vers 2). Ze moeten niet te streng zijn, maar hun kinderen waarschuwen voor verkeerde dingen en over God vertellen. Gehoorzaamheid en een liefdevolle behandeling zorgen voor sterke familiebanden.

Een ander belangrijk principe dat we leren is dienstbaarheid. Stel je voor dat je voor je baas werkt, of je nu op school bent, een bijbaantje hebt, of later in je carrière. Paulus zegt: ‘Doe je werk met plezier, alsof je werkt voor de Heer, en niet voor mensen.’ Dat betekent dat je je werk goed en met blijdschap moet doen, alsof je het voor God doet. Als we zo werken, kunnen we een positieve invloed hebben op anderen om ons heen.

Paulus zegt dat God iedereen gelijk behandelt. God maakt geen onderscheid tussen mensen. Hij zegt: ‘Bedenk dat jullie allemaal dezelfde Heer in de hemel hebben. Hij zal iedereen op dezelfde manier beoordelen.’ (vers 9b) Dit betekent dat we aardig moeten zijn voor iedereen, ongeacht hun positie. Of het nu gaat om klasgenoten, leraren, vrienden of collega's, we kunnen God eren door eerlijk en vriendelijk te zijn.

In ons leven is het belangrijk om gehoorzaam en dienstbaar te zijn. Naar onze ouders luisteren, met plezier werken en aardig zijn, zijn manieren om onze geloofswaarden in actie te brengen. Laten we samen beter worden in deze dingen en zo de wereld om ons heen verbeteren. Want door te gehoorzamen en te dienen, laten we zien dat we van God houden en anderen kunnen dat ook doen.

¹³ Efeziërs 6:9, BGT

Gespreksvragen

- ❖ Wat denk je dat het betekent om naar je ouders te luisteren omdat God dat graag wil? Hoe zou je dit elke dag kunnen doen?
- ❖ Wat zijn enkele manieren die ouders en kinderen samen kunnen doen om hun geloof sterker te maken?
- ❖ Wat betekent het om goed te werken, zelfs wanneer je baas er niet is? Hoe kunnen we laten zien dat we voor God werken?
- ❖ Hoe kunnen we ons best doen om aardig te zijn en mensen goed te behandelen, ook al hebben ze niet dezelfde positie of achtergrond als wij? Waarom is dat belangrijk?

Opdracht

Er zijn verschillende oorzaken die rugpijn kunnen veroorzaken, zoals een te zware schoolrugzak, sportblessures, groei en ontwikkeling, ongelukken, enzovoort. Beschrijf een situatie waarin jijzelf of iemand die je kent last heeft van rugpijn. Welke impact heeft dit op jouw of hun dagelijkse leven en activiteiten? Wat kun jij doen om jezelf of die persoon te helpen?

De oproep je rug te rechten

Opdracht van de vorige week

Beschrijf een situatie waarin jijzelf of iemand die je kent last heeft van rugpijn. Welke impact heeft dit op jouw of hun dagelijkse leven en activiteiten? Wat kun jij doen om jezelf of die persoon te helpen?

Lees samen

Efeziërs 6:10-20

Ijsbrekervraag

Heb je weleens een moment gehad waarop je moest kiezen tussen twee dingen en het moeilijk vond? Hoe heb je besloten welke je zou doen?

Inspiratie

'Gebruik Gods wapens, en verdedig je daarmee tegen de slechte bedoelingen van de duivel.'¹⁴

Behandel de tekst

Soms hebben we momenten in ons leven waarin het voelt alsof we in een strijd zijn. Dit kan een innerlijke strijd zijn met twijfels en angsten, of een strijd met moeilijke dingen. Goed nieuws: we hoeven dit niet alleen te doen. In Efeziërs 6:10-20 lezen we over 'geestelijke strijd' en hoe we ons kunnen voorbereiden om te winnen. Hier zijn belangrijke dingen om te onthouden:

Vers 10 begint met de oproep om 'sterk te zijn in de Heer en in de kracht van Zijn macht.' Dit betekent dat we niet alleen op onszelf moeten vertrouwen, maar op God. Hij kan ons helpen.

Verderop praat Paulus over een 'geestelijke strijd'. Dit betekent dat sommige moeilijkheden niet alleen fysiek zijn, dus niet alleen wat we kunnen zien, maar ook spiritueel. Het gaat erom goed te zijn en de juiste keuzes te maken, zelfs als het moeilijk is (verzen 11-12).

Paulus vergelijkt onze voorbereiding op deze strijd met het dragen van een wapenrusting. Denk aan een ridder die zijn harnas aantrekt voordat hij ten strijde trekt. Onze geestelijke bescherming bestaat uit waarheid, goedheid, vrede, geloof, verlossing en het Woord van God, en deze 'wapens' helpen ons sterk te zijn en te winnen (verzen 13-17).

Vers 18 herinnert ons eraan om te bidden en alert te zijn. Gebed is een krachtig hulpmiddel in onze geestelijke strijd. Het stelt ons in staat God om hulp te vragen, kracht en wijsheid te ontvangen, en voor anderen te bidden.

Dus, jongeren, laten we ons voorbereiden om te winnen als we moeilijkheden tegenkomen. Laten we ons 'aankleden' met deze bescherming, praten met God en op Hem vertrouwen. Met God aan onze zijde zijn we in staat om te winnen. Laten we samen sterk zijn en met Gods hulp moeilijkheden overwinnen. Jullie zijn niet alleen, en met God kunnen jullie winnen!

¹⁴ Efeziërs 6:12, BGT

Gespreksvragen

- ❖ In vers 10 zegt Paulus 'Blijf op de Heer vertrouwen. Hij zal jullie steunen met zijn grote macht.' Kun je situaties bedenken waarin we die kracht nodig hebben?
- ❖ Welke van de geestelijke wapens in verzen 13-17 vind je het belangrijkste? Waarom denk je dat dat wapen jou zal helpen in je geestelijke strijd?
- ❖ Waarom is gebed volgens vers 18 belangrijk in onze geestelijke strijd? Heb je voorbeelden van momenten waarop gebed je heeft geholpen?
- ❖ Hoe zou je aan je vrienden uitleggen wat de "geestelijke wapenrusting" is zoals beschreven in verzen 13-17?

Opdracht

Kun je vertellen over een moment in je leven waarop je ruzie moest voorkomen of vrede moest herstellen? Praat in je groep over hoe je de ideeën uit Efeziërs 4:1-6 zou kunnen toepassen om vergelijkbare problemen in de toekomst op te lossen.

Vrede sluiten

Opdracht van de vorige week

Kun je vertellen over een moment in je leven waarop je ruzie moest voorkomen of vrede moest herstellen?

Lees samen

Efeziërs 4:1-6

Ijsbrekervraag

Wat denk jij dat er moet gebeuren zodat mensen in de kerk goed met elkaar kunnen opschieten?

Inspiratie

‘Denk daarom niet aan jezelf, maar wees altijd vriendelijk en geduldig. Verdraag elkaars fouten, en houd van elkaar.’¹⁵

Behandel de tekst

In een wereld met veel verschillen en uitdagingen is het soms lastig om een gevoel van eenheid te behouden. Toch is eenheid heel belangrijk in het christelijk geloof. In het boek Efeziërs, hoofdstuk 4, verzen 1-6, zegt de apostel Paulus dat we moeten proberen om samen één te zijn in ons geloof. Laten we eens bekijken wat dit betekent en hoe jongeren kunnen proberen dit te bereiken.

Paulus begint in vers 1 met de oproep ‘om te leven op een manier die bij christenen past.’ Wat betekent dat eigenlijk? Dit betekent dat we met ons gedrag en onze keuzes moeten laten zien dat we in God geloven. Voor jongeren betekent dit dat ze proberen goede christelijke eigenschappen te tonen, zoals vriendelijkheid, geduld en nederigheid. Dit kan bijvoorbeeld betekenen dat ze aardig zijn tegen anderen, rustig blijven als dingen moeilijk zijn en goede keuzes maken.

Paulus zegt dat eenheid begint met de Geest van God. Hij legt uit dat we moeten zorgen ‘om die eenheid te bewaren, door in vrede met elkaar te leven.’ (vers3). Dit betekent dat we ons moeten laten leiden door de heilige Geest en dat we vrede nastreven in onze relaties en gemeenschappen. Door zich te richten op het ontwikkelen van een vreedzame geest en vreedzame relaties, dragen jongeren bij aan christelijke eenheid.

In verzen 4-6 noemt Paulus zeven belangrijke aspecten in het christelijk geloof: één lichaam, één Geest, dezelfde Heer, hetzelfde geloof, dezelfde doop, dezelfde God, de Vader van alle mensen. Deze aspecten zijn van groot belang voor ons geloof en verbinden christenen over de hele wereld. Ze herinneren ons eraan dat we deel uitmaken van een grotere gemeenschap die wordt gedreven door liefde voor God en elkaar.

Samenvattend, het aannemen van de levenshouding van christelijke eenheid is voor jongeren een waardevolle uitdaging. Het stelt ons in staat om ons geloof in actie te zetten en een positieve impact te hebben op de wereld. Wanneer jongeren zich richten op waardigheid, de Geest laten leiden en de zeven fundamenteën van het christelijk geloof omarmen, kunnen we samen sterk staan in christelijke eenheid en een licht zijn voor anderen in hun gemeenschap.

¹⁵ Efeziërs 4:2, BGT

Gespreksvragen

- Waarom is het belangrijk om samen te werken en vrienden te zijn, zoals vers 3 zegt? Kun je een situatie bedenken waarin vrienden samenwerken?
- In vers 4 staat dat we allemaal bij elkaar horen als gelovigen. Wat denk je dat dit betekent? Hoe kun je goed samenwerken met anderen?
- Hoe kun je proberen om ruzie te vermijden en vreedzaam te zijn, zoals vers 3 zegt? Wat zou je kunnen doen als er problemen zijn?
- Vers 6 zegt dat er maar één God is. Wat denk je dat dit betekent voor ons als gelovigen?

Opdracht

Leg in woorden uit waarom jij vindt dat het gezin superbelangrijk is in het leven van iedereen en in onze samenleving als geheel. Gebruik voorbeelden en uitspraken om te laten zien waarom je dat vindt.