

## Begripsvorming



## Opnieuw beginnen is bevrijdend

Aan het begin van dit jaar zijn we aangemoedigd apostolisch te zijn door het 'in cultuur brengen van waarden als vergevingsgezindheid, barmhartigheid en menswaardigheid. Grote woorden als deze niet in de eerste plaats uit onszelf blijken: hoe kunnen we deze anders in de samenleving brengen? We doen dat door vergevingsgezind te zijn, barmhartig te zijn en menswaardig te zijn.' Terugkijkend op het jaar weten we momenten aan te wijzen waar het (bijna) door de vingers is geglipt en ook waar het voluit heeft doorgewerkt, in eigen leven of in onze omgeving. Uit weekbrief nr. 43, 2014 'Cultuur van liefde en verbondenheid'.

Kijk naar: Opnieuw beginnen <https://www.youtube.com/watch?v=fTCYcXHCwqW>  
en kijk naar de documentaire 'hart en ziel' (NCRV) wraakzucht en vergeving do 19 mrt 2009.  
[http://www.uitzendinggemist.net/aflevering/14133/Hart\\_En\\_Ziel.html](http://www.uitzendinggemist.net/aflevering/14133/Hart_En_Ziel.html) 24 min eventueel tot 16.13

- Heb je wel eens wraakgevoelens gehad?
- Herken je de emoties die erbij horen?
- Wat zit vergeving vaak in de weg?
- Werkt wraak? Wat levert het op?
- Werkt vergeving beter?
- Kun je na vergeving weer opnieuw beginnen?

## Rondgang en opnieuw beginnen

- Is de rondgang een ritueel dat je helpt om opnieuw te beginnen?
- Hoe werkt dat wel/niet voor jou?
- Is er een moment in jou leven geweest dat je letterlijk hebt ervaren dat vergeven bevrijdend kan werken?