



# KENNISMAKEN MET MICHA

## Een introductie op de Micha Cursus

### Introductie

Met deze introductie laten we je kennis maken met Micha. Je gaat nadenken over verschillende thema's die de profeet Micha aan de orde stelde. De inhoud van deze kennismaking is voldoende om een hele avond met je kring, vrienden of jeugdgroep te vullen. We even je zo voorproefje van de Micha Cursus en hopen dat je enthousiast raakt om de hele cursus te volgen.

### Over de Micha Cursus

#### *Wat is de Micha Cursus?*

De Micha Cursus is een cursus van vijf bijeenkomsten en een praktijkdag. De cursus wil laten zien hoe je samen en als individu kunt groeien in goed en recht doen: je betrokkenheid bij mensen en je zorg voor de schepping. Jouw omgang met het milieu, jouw gedachten over kwetsbare mensen in de samenleving, de spullen die je koopt: het doet ertoe. Jij kunt het verschil maken. Het verschil tussen verbondenheid en eenzaamheid, tussen duurzaamheid en uitputting, het verschil tussen helpen en laten verkommen.

Bij elke bijeenkomst hoort een 'Micha monoloog'; een moderne Micha, die ons op een prikkelende wijze aan het denken zet.

[Bekijk de promo](#)

#### *Voor wie is de Micha Cursus?*

De Micha Cursus is gemaakt voor iedereen die wil weten hoe de Bijbel spreekt over gerechtigheid en recht doen. De cursus stimuleert om vanuit gelovig perspectief om te gaan met mens en milieu.

Veel mensen weten dat christenen de Bijbel lezen, bidden en naar de kerk gaan. Maar het christelijk geloof inspireert ons ook tot een manier van samenleven met onze medemensen, met de natuur en met God. Het leven als christen is niet compleet zonder concrete zorg voor de mensen en de schepping om je heen. De Micha Cursus is bedoeld voor mensen die zich afvragen: 'Hoe doe ik dat?' en die concreet de daad bij het woord willen voegen.

#### *Wat ga je leren en ontdekken met de Micha Cursus?*

Door het volgen van de Micha Cursus:

- denk je na over wat God in de Bijbel bedoelt met recht doen,
- ontdek je hoe God jou in de Bijbel oproept tot dienstbetoon en het bestrijden van onrecht,
- krijg je concrete handvatten om iets te doen dat bij jouw talenten en mogelijkheden past en waarmee jij bijdraagt aan een betere samenleving,
- ontdek je hoe zinvol en leuk het is om (met een groep) iets te betekenen, vanuit je geloof geïnspireerd iets te doen. In de cursus is een praktijkdag ingeweven om concreet aan de slag te gaan.

## 1.1 Gods plan voor je leven

Een vraag die veel gelovigen bezig houdt is wat God met hun leven wil. Het liefst ontvangen ze dan een concrete aanwijzing, een woord, een droom, een tekst (het beroemde briefje uit de hemel, waarop staat: 'Ik, je God, heb het liefst dat je vandaag dit doet en morgen dat en volgende week zus en over een jaar zo. Dat je met die en die trouwt, die baan aanneemt en daarheen verhuist.'). In veel gevallen werkt het zo niet. En dat hoeft ook niet, zegt de profeet Micha, want er is jou, mens, allang verteld wat goed is. Je weet wat de Heer van je wil. Daar heb je geen briefje uit de hemel met een uitgewerkt plan voor je leven voor nodig. Als je in het maken van keuzes denkt aan Micha 6:8, recht doen, trouw zijn, en nederig te wandelen met je God, mag je erop vertrouwen dat God met je is, welke keuzes je in je leven ook maakt.

Tijdens de Micha Cursus gaan we aan de slag met de woorden van Micha. We betrekken ze op allerlei terreinen van het leven. Zo praktisch mogelijk en zo persoonlijk mogelijk.

### Opdracht: Zwart op wit

Vul voor jezelf in:

Recht doen betekent voor mij:

Trouw zijn doe ik voor:

Wandelen met God is voor mij:

_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____

## 1.2 Doen of genade?

In de Micha Cursus staan we stil bij de woorden barmhartigheid en gerechtigheid. Ofwel: goed en recht doen.

Het doel van de Micha Cursus is om via bezinning op wat God in de Bijbel tegen ons zegt, te komen tot navolging van Christus. Dat houdt in dat deelnemers aan de cursus zich open stellen voor gedragsverandering. Er zijn immers altijd nog wel stappen te zetten op weg naar een meer duurzame en dienstbare levensstijl.

Maar ligt daardoor de nadruk niet teveel op het doen?

Is de Micha Cursus niet te doenerig?

Komt de genade wel voldoende tot haar recht?

Is het óf doen óf genade?

### Opdracht:

We gaan met elkaar een stellingendiscussie aan. Verdeel de ruimte in een VOOR-vak en een TEGEN-vak. Eén iemand uit de groep leest een stelling voor en de groepsleden worden gevraagd in één van beide vakken te gaan staan. Enkele groepsleden geven een toelichting op hun keuze.

*Stelling 1:* Het gaat niet om wat wij doen, maar om wat Christus heeft gedaan.

*Stelling 2:* Wij gaan toch naar de nieuwe hemel en de nieuwe aarde, daarom hoeven we ons geen zorgen te maken om deze aarde.

*Stelling 3:* Met goede daden verander je de wereld niet.

*Stelling 4:* Hoe meer je je richt op alles wat je 'moet' doen, hoe minder je leeft vanuit genade.

*Stelling 5:* Een geloof zonder dat je er iets mee doet, is dood.

*Stelling 6:* Het gaat niet om wat ik doe maar welk appèl uitgaat van de vluchteling, de asielzoeker, de psychiatrisch patiënt, de mens in de schulden.

*Stelling 7:* Goede daden laten genade weer als nieuw ervaren.

“Er is jou, mens, gezegd wat goed is, je weet wat de HEER van je wil: niets anders dan recht te doen, trouw te betrachten en nederig de weg te gaan van je God.”

(Micha 6:8)

“Door zijn genade bent u nu immers gered, dankzij uw geloof. Maar dat dankt u niet aan uzelf; het is een geschenk van God en geen gevolg van uw daden, dus niemand kan zich erop laten voorstaan.”

(Efeziërs 2 vers 8 en 9)

### 1.2.1 Bezinning:

In de Micha Cursus heeft de bezinning vanuit de Bijbel een belangrijke plaats. Om van daaruit gemotiveerd te raken tot het doen van concrete daden. Uiteindelijk hopen we dat er gedragsverandering optreedt, zodat we anders omgaan met elkaar, met de schepping en onze welvaart. Er zijn vier teksten die je met elkaar kunt bestuderen. Kies als groep er een of twee uit.

Print de tekst(en) uit voor alle leden van de groep. Lees de gekozen tekst(en) gezamenlijk als groep en daarna persoonlijk.

Neem de tijd erover na te denken en deel met elkaar wat de tekst in jouw denken heeft wakker gemaakt. En waar de tekst is gaan 'schuren' in jouw denken.

Lees bijvoorbeeld:

Jesaja 1 vers 11 tot en met 17

Micha 4 vers 1 tot en met 7

Jakobus 1 vers 22 tot en met 27

Mattheüs 25 vers 31 tot en met 46

Bespreek met elkaar (of in groepjes van drie of vier) de volgende vragen:

1. Wat doet deze tekst met jou?
2. Probeer jij te handelen naar wat je hoort? Welke belemmeringen ervaar je daarbij?
3. Wat is in jouw ogen 'genade'?
4. Wat leren deze teksten jou over 'genade'?

### 1.3 Gerechtigheid

[Bekijk het filmpje over 'recht doen'](#)

#### Opdracht: Recht doen

Bespreek in tweetallen:

- Wat valt je op? Wat raakt je?
- Wat is er krom in deze film? Hoe wordt dat recht gemaakt?

En nu samen rondom het bord of de Flipover:

- Schrijf het woord 'gerechtigheid' op het bord – laat iedereen er zijn eigen woord bij schrijven, bespreek het totaalplaatje. Kunnen jullie komen tot een omschrijving van wat gerechtigheid precies is?
- Hoe haalbaar is gerechtigheid? Is onhaalbaarheid een reden om niets te doen?

"Het gaat er niet om gelukkig te worden, maar om gelukkig te maken."

(Koningin Emma, 1858-1934, getrouwd met Wilhelm III)

### 1.4 Vrucht van de Geest

Schrijf elk woord op een apart flapover-vel.

Maak groepjes van circa 4 deelnemers en verdeel de flapover-vellen over de groepjes.

De groepjes bespreken de volgende vragen:

1. Wat betekent dit woord, deze eigenschap?
2. Welke gedrag past bij deze eigenschap?
3. Ken je iemand waarbij deze eigenschap overduidelijk aanwezig is?
4. Zie je voor jezelf mogelijkheden om deze eigenschap verder te ontwikkelen in jouw handelen? Hoe dan?

Na twee minuten doordraaien, zodat elk groepje bij elke flap heeft kunnen reflecteren.

Houd een plenaire terugkoppeling.

"Maar de vrucht van de Geest is liefde, blijdschap, vrede, lankmoedigheid, vriendelijkheid, goedheid, trouw, zachtmoedigheid, zelfbeheersing."

(Galaten 5 vers 22)

### 1.5 Omzien

In een dienstbare levensstijl gaat het allereerst om een manier van kijken die in de Bijbel 'omzien' genoemd wordt. Wat is 'omzien' en hoe werkt dat bij jou?

Zet onderstaande omschrijvingen op een A4 of de beamer en kies een aantal waar jij over wilt doorpraten.

*Omzien naar elkaar en elk ander:*

- Omzien is empathie, je inleven in de ander.
- Omzien betekent uit je veilige wereld stappen. Dat is:
  - anders denken
  - anders kijken
  - lezen over anderen in hun situatie
  - vragen stellen bij wat er om je heen gebeurt
  - niet blijven zitten waar je zit, maar je openstellen
  - je verbijsteren over onrecht
  - komen daar waar je anders niet komt.
- Omzien is de ander ontmoeten. In gesprek gaan, ruiken, tasten en inleven. Maar ook: Echt kijken en tot je door laten dringen; vragen naar wat de ander nodig heeft. Daarvoor is nodig: je zo concentreren op de ander dat je er werkelijk bent, dus je hoofd leeg maken, je open stellen en echt tijd maken

“De kerk  
is pas kerk  
als zij er is  
voor anderen.”  
(Dietrich Bonhoeffer, 1906-1945)

*Hulpvragen om met elkaar hierover in gesprek te gaan:*

- In welke omschrijving van ‘omzien’ kan jij je herkennen?
- Wat heb jij nodig om op deze manier naar mensen om te zien?
- Geldt dit omzien voor mensen in de kerk vooral of ook voor mensen buiten de kerk?  
Probeer hierbij eens twee ‘gezichten uit jouw woonomgeving’ te betrekken!

## 1.6 Micha Cursus

[Bekijk met elkaar de promotiefilm van de Micha Cursus.](#)

Bespreek daarna met elkaar:

1. Wat vond je van deze kennismaking met Micha? Wat heb je ontdekt?
2. Wat heb je ontdekt over gerechtigheid en de thema's?
3. Zou je de Micha Cursus willen volgen? Vanuit welke motivatie?
4. Wat heb jij eventueel nodig voordat je de Micha Cursus kunt/wilt gaan volgen?

## 1.7 Gebed

Bevraag elkaar na deze avond wat je in gebed mag brengen. Denk aan:

- Stimuleren sociale betrokkenheid
- Contact met de burens
- Wat blijft hangen na deze avond en wil je graag in gebed brengen?

Spreek met en voor elkaar deze zegenbede uit:

Moge het geloof waarin wij staan, hoorbaar worden in ons spreken  
Moge de hoop die leeft in ons hart, zichtbaar worden op onze gezichten  
Moge de liefde die ons bezielt, tastbaar worden in ons handelen.  
Amen

Je kunt meer informatie over de Micha Cursus vinden op [www.michacursus.nl](http://www.michacursus.nl).  
Je kunt daar ook de werkboeken en handleiding voor cursusleiders bestellen.

Wil je doorpraten over het thema of heb je vragen/opmerkingen bij de Micha Cursus? Je kunt mailen naar [vragen@michacursus.nl](mailto:vragen@michacursus.nl)

**BESTELLEN**



Micha  
Cursus  
Werkboek