

De kracht van kwetsbaarheid

De kracht van verbinden

- *Wanneer één lichaamsdeel pijn lijdt, lijden alle andere mee; wanneer één lichaamsdeel met respect wordt behandeld (eer ontvangt) delen alle andere in die vreugde. Welnu, samen bent u het lichaam van Christus en ieder van u maakt daar deel van uit.*

Kwetsbaarheid is....

- *een zwakke plek in software of hardware, over het algemeen veroorzaakt door een programmeerfout.*
- *kwetsbaarheid kan misbruikt worden door een kwaadwillend persoon om die software te laten crashen.*
- *vatbaar voor verwonding of ander onheil.*

Schaamte weerhoudt ons om kwetsbaar te zijn

- *De mens en zijn vrouw waren beiden naakt, maar ze schaamden zich niet voor elkaar. Gen 2:25*
- *Toen gingen hun beiden de ogen open en merkten ze dat ze naakt waren. Daarom regen ze vijgenbladeren aan elkaar en maakten er lendenschorten van. Gen 3:7*
- Maar God, de Heer, riep de mens: Waar ben je? Hij antwoordde: Ik hoorde u in de tuin en werd bang omdat ik naakt ben; daarom verborg ik me. Gen 3:9,10

Afleggen en aantrekken

- *Geef dus uw vroegere levenswandel op en leg de oude mens af, die te gronde gaat aan bedrieglijke begeerten; laat u voortdurend vernieuwen in uw geest en uw denken en trek de nieuwe mens aan, die naar Gods wil geschapen is in waarachtige rechtvaardigheid en heiligheid. Efz 4:22-24*

Kwetsbaarheid tonen maakt je een mooier persoon

Enkele gedachten over kwetsbaarheid in ons dagelijks leven

- Waarom vind ik het moeilijk om kwetsbaar te zijn?
- Wat is er voor jou nodig om kwetsbaar te durven/ willen zijn?
- Neem je verantwoordelijkheid voor jouw aandeel in een bepaalde gebeurtenis – zie Adam en Eva
- Geef aan wat je nodig hebt
- Laat negatieve ervaringen je niet belemmeren om kwetsbaar te zijn