

## VERWERKING VOOR CONNECTGROEPEN

### Over de preek:

**Spreker:** Oscar Biesheuvel  
**Datum:** 31-12-2023  
**Preekserie:** In Verwachting  
**Titel preek:** Thankyous & Pleases

### Bijbelgedeeltes & bronnen:

**Bijbelgedeeltes:** Zie samenvatting

**Quote 1:** Studies van de afgelopen 20 jaar laten consistent zien dat mensen die dankbaarheid uitoefenen minder symptomen van ziekte hebben, zoals depressie, meer optimisme en geluk ervaren, sterkere relaties hebben, guller gedrag vertonen, naast vele andere voordelen.  
*University of California, Berkeley*

**Quote 2:** Een 'houding van dankbaarheid' is essentieel voor een gezond denken. Dankbaarheid is het begin van geluk.

*Dr. Caroline Leaf, Cognitieve neurowetenschapper*

**Quote 3:** "We moeten dankbaarheid actief beoefenen. Wil je gelukkiger worden, gooi dan je zelfhulpboeken maar in de prullenbak. Want door al dat streven, jagen, vernieuwen en verbeteren worden we niet gelukkiger."

*Quote EenVandaag, Ernst-Jan Pfauth (De Correspondent, Dankboek)*

### Samenvatting preek:

Uit bovenstaande quotes blijkt wel dat 'dankbaarheid' meer is dan alleen 'beleefd zijn'. Het is goed voor je! In deze preek keken we naar een paar voorbeelden van 'waar was Jezus dankbaar voor'? En dat zijn niet altijd de voor de hand liggende dingen. Een paar voorbeelden:

**Dankbaar #1**            **Lees Mat 11:25, Lukas 10:21**

**Dankbaar #2**            **Lees Mat 15:36, Markus 8:6 (Lukas 9:16, Joh. 6:11)**

**Dankbaar #3**            **Lees Joh. 11:41**

**Dankbaar #4**            **Lees Lukas 22:15-19, Mat. 26:27, Markus 14:23**

Je zou kunnen eggen dat Jezus oa. dankbaar is voor:

- ogen van een kind / eenvoudig zijn
- voorziening
- God hoort mij (ook in moeilijke tijden)
- Gods plannen voor mijn leven (ook al zijn die anders dan ik had gekozen)

### Verwerkingsvragen:

- Wat valt jou op aan de momenten dat Jezus God dankt?
- Hoe geef jij dankbaarheid vorm in je leven? Zit daar een verschil in richting mensen of God?
- Wat doet het met jou wanneer iemand jou bedankt?
- Wat vind je makkelijk of moeilijk aan dankbaarheid uiten richting God?
- Als je kijkt naar de voorbeelden van Jezus, waar ligt voor jou dan een uitdaging of mogelijkheid om te groeien?
- Neem de tijd om God te danken, en bid voor elkaar