



MICHA CURSUS
GOED EN RECHT DOEN

Goed en recht doen



Tweede
herziene
druk

Werkboek voor deelnemers

Inhoud

	<i>Voorwoord</i>	4
Bijeenkomst 1	<i>Alles wat ik gekregen heb ...</i>	8
Bijeenkomst 2	<i>De weg van je God gaan</i>	18
Bijeenkomst 3	<i>Hoe draag ik bij aan duurzaamheid?</i>	28
Bijeenkomst 4	<i>Voor wie ben ik een naaste?</i>	38
Bijeenkomst 5	<i>Micha in de praktijk</i>	48
Bijeenkomst 6	<i>Wat past bij mij?</i>	56
Bijeenkomst 7	<i>... Alles wat ik te geven heb</i>	66
Bijlage A	<i>Praktische tips</i>	72
Bijlage B	<i>De millenniumdoelen</i>	77
Bijlage C	<i>Handige literatuur en websites</i>	79
Bijlage D	<i>Overeenkomst met mijzelf</i>	82
	<i>Colofon</i>	83

Voorwoord

Geloven is doen. Goed doen. En recht doen. De Michacursus helpt je om de daad bij het Woord te voegen. Er zijn genoeg cursussen waarbij je praat, leest en voornemens formuleert, maar daar blijft het dan vaak bij. De Michacursus gaat een stap verder. In deze cursus ga je daadwerkelijk aan de slag.

Wat is de Michacursus?

De Michacursus is een cursus van zeven bijeenkomsten waarin je ontdekt hoe waardevol het is om te groeien in je betrokkenheid op mensen en je zorg voor de schepping. Het doet er toe wat jij doet. Jouw omgang met het milieu, jouw gedachten over kwetsbare mensen in de samenleving, de spullen die je koopt, het doet ertoe. Want jij kunt het verschil maken. Het verschil tussen verbondenheid en eenzaamheid, tussen duurzaamheid en uitputting, het verschil tussen helpen en aan het lot overlaten. De Michacursus helpt jou om je betrokkenheid op de mensen met wie en de wereld waarin je leeft vorm en inhoud te geven.

Waarom heet deze cursus de Michacursus?

Micha staat bekend als de profeet die fulmineert tegen onrecht. Zijn boodschap is niet mis: woedend is de Heer op de leiders, de machthebbers van Israël die het recht verdraaien voor geld, die het volk misleiden met mooie woorden en intussen de armen een poot uitdraaien. Nee, brandoffers wil Hij niet, zolang mensen aan hun levensstijl niets veranderen. Het onrecht kwetst de Heer tot in het diepste van zijn hart. Zijn jullie Mij dan vergeten? Weten jullie niet meer dat Ik jullie heb bevrijd van het onrecht dat jullie in Egypte overkwam? Ben Ik zo onduidelijk geweest over hoe je moet leven?

Dan spreekt Micha de bekende woorden in hoofdstuk 6 vers 8:

“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.” [NBV]

Tijdens het Micha Campagne-jaar 2006-2007 hebben tal van organisaties wereldwijd zich laten uitdagen door deze

Bijbelse oproep. Tegelijkertijd werd de ACCRA verklaring besproken in veel kerkelijke gemeenten. Sindsdien proberen deze organisaties en gemeenten concreet bij te dragen aan het recht in de (internationale) samenleving, de zorg voor het milieu en de realisatie van de millenniumdoelen ook door christenen wereldwijd. In diezelfde periode is de Michacursus in Nederland ontwikkeld. De Michacursus helpt mensen – gelovig of niet - bij het nadenken over en bijdragen aan een betere samenleving vanuit de Bijbelse oproep die de profeet Micha doet.

Voor wie is de Michacursus?

De Michacursus is gemaakt voor iedereen die meer wil weten over de Bijbel én die tegelijkertijd meer wil betekenen voor mens en milieu. Veel mensen weten dat christenen de Bijbel lezen, bidden en naar de kerk gaan. Het christelijk geloof gaat over hoe jij leeft met 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 Michacursus is bedoeld voor mensen die zich afvragen ‘hoe doe ik dat?’. De Michacursus is bedoeld voor mensen die concreet de daad bij het woord willen voegen.

Het is leuk wanneer je als bestaande groep (vrienden, burens, wijkkring, Bijbelstudiegroep et cetera) de Michacursus volgt. Maar je kunt je ook alleen inschrijven en samen met anderen een groep worden.

De Michacursus kan worden verzorgd door het diaconale orgaan van je eigen kerk, door interkerkelijke organisaties of door particuliere initiatieven. De Michacursus is niet gebonden aan een of meerdere bepaalde kerkelijke richtingen. Evenmin is de Michacursus gebonden aan een of meerdere (initiatiefnemende) organisaties. Iedereen die wil groeien in ‘recht en goed doen’, kan de cursus volgen en/of opzetten. Er is één kwaliteitsvoorwaarde: cursusleiders moeten de toerustingsbijeenkomst hebben gevolgd voordat zij de Michacursus gaan leiden.

Wat is het doel van de Michacursus?

Door het volgen van de Michacursus:

- denk je na over wat God in de Bijbel bedoelt met recht doen,
- ontdek je dat God jou in de Bijbel oproept tot dienstbetoon en het bestrijden van onrecht,
- krijg je handvatten om iets te doen dat bij jou past en waarmee jij bijdraagt aan een betere samenleving,
- ontdek je hoe zinvol en leuk het is om (met een groep) iets te betekenen voor iemand die of iets dat hulp nodig heeft.

De Michacursus is een cursus waarin je merkt dat plezier hebben en waardevol bezig zijn bij elkaar horen. We wensen je dan ook veel plezier tijdens deze cursus!

Hoe ziet een bijeenkomst van de Michacursus er concreet uit?

Elke bijeenkomst begint met een gezamenlijke maaltijd. Vervolgens bestudeer je met elkaar het onderwerp van de bijeenkomst. Je luistert naar een inleiding van de cursusleider. Je leest en bespreekt diverse Bijbelgedeelten. Je maakt en bespreekt verschillende opdrachten. Je vertelt over jezelf en de vragen die je hebt. Je kijkt samen naar filmfragmenten. De vijfde bijeenkomst is een praktijkmoment. In de eerdere bijeenkomsten heb je al als groep nagedacht over welk project je wilt doen. Nu is het moment om je naaste te ontmoeten en daadwerkelijk de handen uit de mouwen te steken. (Zie voor een uitgebreide beschrijving van de praktijkdag de inleiding op hoofdstuk 5.) Tijdens de zesde bijeenkomst evalueer je het praktijkmoment. De zevende bijeenkomst is een slotbijeenkomst waarbij je belangstellenden uitnodigt om met hen te delen wat je hebt geleerd en ontdekt.

Hoe gebruik je het werkboek en het MichaMagazine?

Elke cursist krijgt dit werkboek. Hierin staan alle onderwerpen en opdrachten beschreven. Je haalt het meeste uit de Michacursus wanneer je voorafgaand aan de bijeenkomst het bijbehorende hoofdstuk leest en eventueel al een paar individuele opdrachten maakt.

Na elke bijeenkomst krijg je een (of meerdere) huiswerkopdracht(en) mee.

Meer achtergrondinformatie biedt het MichaMagazine. Dit tijdschrift kun je kopen of downloaden van www.michacursus.nl. Je leest er pakkende verhalen van mensen die al stappen hebben gezet op weg naar goed en recht doen. Je ziet aangrijpende foto's die de waarheid niet verhullen. In het werkboek is in elk hoofdstuk aangegeven welke artikelen uit het MichaMagazine aansluiten op de onderwerpen uit het hoofdstuk.

„Het milieuprobleem is veel te complex. Wat je er ook tegen doet, het helpt niet. Dat dacht ik toen ik aan de Michacursus begon. Nu weet ik bijvoorbeeld hoe belastend de vleesproductie is voor het milieu, en hoe oneerlijk dit is ten opzichte van miljarden naasten. Daarom eten wij met ons gezin nog maar vier keer per week vlees. Dat scheelt 20% op onze ecologische voetafdruk. Toen ik eenmaal dit inzicht had, was het voor ons logisch om minder vlees te gaan eten. Als iedereen die stap zet, wordt het probleem minder complex. Zonder de Michacursus was ik nooit tot deze afweging gekomen.”

Annemiek, getrouwd en moeder van drie kinderen

„De Michacursus prikkelt je bewustwording over diaconale onderwerpen, waardoor je daadwerkelijk in beweging komt. Denk groot over Christus, maar begin diaconaal juist met de kleine dingen die zo waardevol zijn voor je naaste en voor jezelf.”

Johan, diaken van een Protestantse Gemeente

„Door de Michacursus is het begrip 'gerechtigheid' in onze gemeente gaan leven. Er is een grotere betrokkenheid ontstaan bij diaconaal werk. Door de projecten die we hebben gedaan, zijn we als kerk dieper verankerd in de samenleving van de stad.”

Bart, diaken van een Gereformeerde kerk vrijgemaakt

*Verantwoordelijkheid zonder middelen
maakt machteloos en moedeloos*



1 Alles wat ik gekregen heb...

Vraag je je wel eens af wat de kern van je leven is? De profeet Micha zegt: de kern van je leven is recht doen, trouw betrachten en nederig de weg van je God gaan. Niets anders. Als je dat doet, krijgt je leven meer waarde voor God en voor de mensen om je heen. De profeet Micha deed zijn oproep nadat hij zag hoeveel onrecht er om hem heen plaatsvond. Rijke mensen bouwden bijvoorbeeld hun huizen ten koste van de armen in die samenleving. Zij respecteerden niet dat ieder een eigen stukje grond van het land toekwam. De samenleving van toen lijkt in dat opzicht op onze mondiale samenleving. Ook nu is er ongelijkheid die er niet hoeft te zijn. In dit hoofdstuk onderzoek je wat je allemaal hebt gekregen. Je staat stil bij jouw materiële en immateriële rijkdom. Je denkt na over de manier waarop jij recht zou kunnen doen aan de mensen en de schepping. Recht doen maakt trouwens ook jezelf rijker. Want door recht te doen aan anderen komen zij én jij beter tot Gods' bestemming met het leven.

De doelen van deze bijeenkomst zijn:

- stilstaan bij de doelen en de opbouw van de Michacursus;
- nadenken over Micha's oproep om recht te doen aan elk schepsel van God;
- een helder beeld krijgen over wat volgens Jezus écht waarde heeft;
- nadenken over alles wat je gekregen hebt, omdat dát de middelen zijn waarmee jij recht kunt doen.

Recht doen

Gezegende mensen zijn mensen die tot hun bestemming komen. De bestemming die God met hen voorheeft. Het zijn mensen die tot hun recht komen. Tot hun recht in de relaties die zij hebben. Relaties met de schepper, met andere mensen en met de natuur. In verstoorde relaties gebeurt precies het tegenovergestelde. In verstoorde relaties vindt vaak onrecht plaats. Mensen laten elkaar dan niet tot hun recht komen. Er ontstaat al gauw een machtsrelatie waarbij de een wordt uitgebuit, gekleineerd of misbruikt door de ander. Ook de natuur lijdt onder een verstoorde relatie tussen mens en

milieu. Jezus is naar de aarde gekomen om relaties te herstellen. De relatie met God, relaties tussen mensen onderling en relaties tussen mensen en de schepping. Hij vertelde hoe wij elkaar en de natuur recht kunnen doen en liet dat in zijn eigen leven zien. In Jezus' leven vallen woord en daad samen. Jezus laat zien hoe we relaties kunnen herstellen door aan anderen recht te doen.

Matteüs 25 vers 31 tot 40 (Jezus over de jongste dag):

Wanneer de Mensenzoon komt, omstraald door luister en in gezelschap van alle engelen, zal hij plaatsnemen op zijn glorierijke troon. Dan zullen alle volken voor hem worden samengebracht en zal hij de mensen van elkaar scheiden zoals een herder de schapen van de bokken scheidt; de schapen zal hij rechts van zich plaatsen, de bokken links. Dan zal de koning tegen de groep rechts van zich zeggen: "Jullie zijn door mijn Vader gezegend, kom en neem deel aan het koninkrijk dat al sinds de grondvesting van de wereld voor jullie bestemd is. Want ik had honger en jullie gaven mij te eten, ik had dorst en jullie gaven mij te drinken. Ik was een vreemdeling, en jullie namen mij op, ik was naakt, en jullie kleedden mij. Ik was ziek en jullie bezochten mij, ik zat gevangen en jullie kwamen naar mij toe." Dan zullen de rechtvaardigen hem antwoorden: "Heer, wanneer hebben wij u hongerig gezien en te eten gegeven, of dorstig en u te drinken gegeven? Wanneer hebben wij u als vreemdeling gezien en opgenomen, u naakt gezien en gekleed? Wanneer hebben wij gezien dat u ziek was of in de gevangenis zat en zijn we naar u toe gekomen?" En de koning zal hun antwoorden: "Ik verzeker jullie: alles wat jullie gedaan hebben voor een van de onaanzienlijksten van mijn broeders of zusters, dat hebben jullie voor mij gedaan." [NBV]



Opdracht 1.1 (groepsopdracht)

Door deze opdracht lees je de Bijbeltekst nauwkeurig en probeer je Gods' boodschap te begrijpen.

Lees met elkaar deze tekst en bespreek wat je leest. Maak aantekeningen van wat je opvalt of wat nieuwe inzichten voor je zijn.



Opdracht 1.2 (groepsopdracht)

In deze opdracht denk je na over de manier waarop jij recht doet aan anderen. Door dat te delen met de groep leer je hierover te praten en tegelijkertijd kom je wellicht op nieuwe ideeën door wat anderen vertellen.

Wie worden bedoeld met de 'onaanzienlijksten van mijn broeders en zusters'?

Wat heb jij - recent of langer geleden - wel eens gedaan 'voor een van de onaanzienlijksten van mijn broeders of zusters'? Vertel dit aan elkaar. Hoe is het voor je om hierover te praten?

Wat zou je wel willen doen, maar vind je moeilijk om daadwerkelijk te doen?

Heeft iemand jou - recent of langer geleden - recht gedaan? In welke situatie was dat? Wat deed die persoon? Wat heb jij toen ervaren?

Alles wat God mij heeft gegeven

Jezus spoort je aan om barmhartig te zijn naar de mensen om je heen. Om te helpen en te delen en zo elkaar recht te doen. Soms gaat dat spontaan. Als vanzelf help je een verdwaalde kleuter zijn vader of moeder terug te vinden. Soms moet je je ertoe zetten om er voor anderen te zijn. Dan komt je zieke vader eigenlijk niet goed uit in je volle agenda. Of de honger in Afrika is zo ver weg dat je het ook in je hoofd ver weg kunt stoppen. De Bijbelse aansporing om barmhartig te zijn is er daarom niet voor niets. God doet een appèl op onze verantwoordelijkheid. Onze verantwoordelijkheid naar elkaar en naar de schepping. Als de Heer je verantwoordelijkheid geeft, geeft Hij je ook de middelen die je nodig hebt. Het is noodzakelijk om daarbij stil te staan. Want als je alleen verantwoordelijkheid krijgt, maar niet beschikt over middelen, dan maakt dat je machteloos en moedeloos. Je weet dan dat er een plicht is, maar zonder middelen kun je er niets mee. En je blijft zitten met een schuldgevoel dat je lam slaat. Zó werkt God niet. Hij doet een appèl, Hij geeft je verantwoordelijkheid én Hij geeft je de middelen die je nodig hebt. Welke middelen heb jij gekregen van de Schepper? Dat onderzoeken we in de volgende opdrachten. Je kijkt naar je talenten, tijd en geld.

Talenten



Opdracht 1.3 (individuele opdracht met groepsbespreking)

In deze opdracht onderzoek je welke talenten en kwaliteiten je van God hebt gekregen.

Probeer eens met een aantal kernwoorden te beschrijven wat God jou geeft en heeft gegeven in termen van gaven en talenten, (kern) kwaliteiten, opleidingen, mogelijkheden.

Welk centraal thema kun je in deze opsomming vinden?

Wat gebruik je en wat heb je tot nu toe misschien laten liggen?

Tijd



Opdracht 1.4 (individuele opdracht met groepsbespreking)

Deze opdracht geeft je inzicht in je tijdsbesteding.

God geeft je de tijd: 7 dagen per week, 24 uur per dag, 60 minuten per uur. En Hij geeft je de mogelijkheden om de tijd in te delen. Vaak is het, door de drukte van alledag, lastig om tijd te besteden aan zaken die jij prioriteit wilt geven.

Maak een top-7 van dingen waaraan je veel tijd besteedt:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____

Maak een top-7 van dingen die je echt belangrijk vindt:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____

Vorm groepjes van 2 of 3 personen. Vergelijk jouw beide top-7's met die van de andere cursisten en bespreek hoeveel tijd je besteedt aan de dingen die je echt belangrijk vindt. Wat helpt je om nog meer tijd hiervoor vrij te maken?



Opdracht 1.5 (groepsopdracht)

De opdracht Klok of kompas laat je verder nadenken over waaraan je het liefst je tijd besteedt. Je leest een aantal principes over timemanagement.

Geld



Opdracht 1.6 (individuele opdracht met groepsbespreking)

In deze opdracht denk je na over je geldbesteding en word je je bewust dat consumeren een morele daad is.

Naast talenten en tijd geeft God ons veel middelen. Geld speelt daarbij een centrale rol, want in onze Westerse samenleving kun je niet zonder geld. Geld is het ruilmiddel dat je nodig hebt om in je levensonderhoud te voorzien, en ook om leuke dingen mee te doen. Waaraan je geld uitgeeft, laat zien wat jij belangrijk vindt. Waarin je je geld investeert, maakt duidelijk waaraan jij prioriteit geeft. Consumeren is dan ook een morele daad. Meestal sta je hierbij niet zo bewust stil. Ben je bereid erover na te denken aan de hand van de volgende vragen?

Als je boodschappen doet, wat is voor jou dan een belangrijke afweging bij de keuze van je producten?

Stel je koopt een nieuwe wasmachine. Waar let je op? Wat geeft de doorslag?

Als je spaart of aandelen koopt, met welke argumenten kies je voor een bepaalde spaarrekening of investeer je in een bedrijf?

Als je geld geeft aan een goed doel, welke reden heb je daarvoor?

Wat is jouw motto ten aanzien van geld?

Als je hierover nadent, ben je dan tevreden of zou je iets willen veranderen? Wat zou je eventueel willen veranderen?

Als je iets wilt veranderen, wat heb je nodig om tot die verandering te komen?

Geraakt worden



Opdracht 1.7 (huiswerkopdracht)

Door deze opdracht verzamel je gebeurtenissen uit het nieuws die jou raken. Tijdens de volgende bijeenkomst ga je hiermee als groep aan de slag.

Volg het lokale en mondiale nieuws in de komende week via de media.

Noteer hieronder dagelijks welk nieuws je het meest raakt. Neem, indien mogelijk, een of meerdere berichten op papier mee.

Ga op de laatste dag voor de tweede bijeenkomst na of er een rode lijn zit in de onderwerpen die jou raken. Kun je een centraal thema (of meerdere thema's) benoemen?

Afsluitende tekst

In 2 Korintiërs 9 vers 10 staat:

God, die zaad geeft om te zaaien en brood om te eten, zal ook u zaad geven en het laten ontkiemen, zodat uw vrijgevigheid een rijke oogst opbrengt. [NBV]

Verdieping



Opdrachten

Opdracht 1.5 vind je op de website.



MichaMagazine

Bij dit hoofdstuk sluiten de volgende artikelen uit het MichaMagazine aan:

- Dream bigger
- Micha, de profeet van recht en goed
- 'De valkuil van het activisme' Interview met Jan Huijgen