

Dissipelskap avonture - DAAGLIKSE RITME

Sessie 9 van 10: Die heelword ritme, in watter deel van my lewe kort ek heling?



I. WORD STIL

Gebruik 'n paar minute om ten volle van God se teenwoordig bewus te word. Haal diep asem en nooi God uit om jou te ontmoet.

II. RITME GEBED

!! Lees die gebed 'n paar keer en laat dit oor jou spoel

Here, U is ons Drie-enige God - U is Een, U is heel, U is heel. Sonde skeur ons lewens in flarde. Help ons om heel te word, om te groei in U vrede.

III. LEES EN LUISTER

Lees vandag se teks en oordenking met 'n bewusheid dat God Homself wil openbaar. Alhoewel net een teksvers beklemtoon word, is dit goed om die tekste rondom die vers ook te lees. Omdat jy in hierdie week van hierdie oordenkings in jou gemeenskap doen, wees bewus van dit wat om jou aangaan.

Dag 1: Matteus 5:21-26

Vers 23-24 "As jy dus jou gawe na die altaar toe bring en dit jou daar byval dat jou broer iets teen jou het, laat staan jou gawe daar by die altaar en gaan maak eers vrede met jou broer en kom dan en bring jou gawe.

Hoe gaan dit met die vrede in jou verhoudings? Is daar 'n verhouding waarin jy verwonding beleef? In watter verhouding word jy uitgenooi om alles te laat staan om vrede te gaan maak?

Dag 2: Ps 43

Vers 5 "Waarom is ek so in vertwyfeling en waarom kerm ek so? Vertrou op God! Ja, ek sal weer vir Hom 'n loflied sing. Hy is my helper en my God"

Ons emosies is soos barometers in ons lewens, watter emosies ervaar jy tans? Waarom beleef jy tans hierdie emosies? Hoe kan jy binne hierdie emosies op God vertrou? Hoe kan jy in eerlikheid met jou emosies werk?

Dag 3: Romeine 12:1-3

Vers 1 (Ou Vertaling) "Ek vermaan julle dan, broeders, by die ontferminge van God, dat julle jul liggame stel as 'n lewende, heilige en aan God welgevallige offer—dit is julle redelike godsdiens.

Bid vanoggend deur die verskillende dele van jou liggaam. Hoe gee jy jou oë aan die Here? Jou mond? Jou ore? Jou voete? Jou smaak? Jou hande? Jou bewegings?

OEFENING VAN DIE WEEK:

In hierdie week bid ons vir heelwording(wholeness) vir 'n verskillende deel van ons lewe. Dag 1: Heelheid in ons sosiale lewens Dag 2: Heelheid in ons emosies Dag 3: Heelheid in ons liggaam Dag 4: Heelheid in ons gedagtes Dag 5: Heelheid in ons wil (om nie 'n gebreekte wil te hê). Dag 6: offer jou hele lewe aan die Here.

Dag 4: Filippense 4

Verder, broers, alles wat waar is, alles wat edel is, alles wat reg is, alles wat rein is, alles wat mooi is, alles wat prysenswaardig is—watter deug of lofwaardige saak daar ook mag wees—daarop moet julle julle gedagtes rig.

Waarop is jou gedagtes deesdae gefokus? Hoe kan jy in hierdie dag jou gedagtes op heilsame(r) aspekte rig?

Dag 5: Deuternonomium 30:11-20

Vers 19 "Ek roep vandag die hemel en die aarde tot getuie teen julle dat ek die lewe en die dood aan jou voorgehou het, die seën en die straf. Kies die lewe, sodat jy en jou nageslag kan lewe."

Hoe gaan dit met jou wil? Is jou wil gebreek of is jou wil ge(willig) om die Here te kies? Hoe versterk jy die wilsbesluit(e) in jou lewe? Praat met die Here oor Sy wil en jou wil ...

Dag 6: Galasiërs 3:26-29

Vers 28 "Dit maak nie saak of iemand Jood of Griek, slaaf of vry, man of vrou is nie: in Christus Jesus is julle almal één."

God maak mense divers. In die Jesus-familie is daar groot diversiteit. Hoe kan jy ook lief word vir diversiteit?

IV. DINK NA

Lees deur die volgende vrae en antwoord die 1/2 wat tans tot jou spreek. Dit mag nuttig wees om van jou gedagtes neer te skryf

Wat voel ek sê hierdie teks oor God? Wat sê hierdie teks oor my verhouding met God? Wat sê hierdie teks oor my verhouding met my naaste? Hoe kan ek oor my tyd en hulpbronne reflekteer deur die lens van hierdie teks?

V. WOORD IN AKSIE

Skryf enige praktiese idees of waarhede neer wat jy graag wil saamdra vir jou dag: Wat ervaar jy wil God vir jou sê? Maak die Heilige Gees jou bewus van iemand of om iets prakties te doen?

VI. GEBED VIR DIE DAG

Praat met God oor wat jy gedink en ervaar het in jul tyd saam. Luister ook na Sy hart en wat Hy wil sê