VORM & VOLG

# HOU JOU OË OP JESUS

EREDIENS | 19 JUNIE 2022 | HEB 12:1-3

## 1. KUIER

Maak koffie of tee en maak seker almal het 'n kombersie of is warm genoeg!

- Gee vir almal 'n oomblik om terug te dink aan hulle week. Wanneer jy terugdink, probeer jou week soos 'n fliek in jou kop afspeel. Soos wat dit afspeel, probeer om gebeure raak te sien wat jy in besonder voor ***dankbaar*** is. Deel dit met mekaar.
- Dink nou weer terug aan jou week (soos 'n fliek wat afspeel) en probeer dan om gebeure raak te sien wat dalk vir jou meer ***uitdagend, frustrerend, pynlik of moeilik*** was. Deel dit ook mekaar, indien jy gemaklik voel.

## 2. STEMMING

- Steek ‘n kers aan.
- Speel die volgende lied. (Gebruik die QR kode om jou te neem na die Youtube skakel. Jy kan ook die volgende intik by Youtube: *"Turn Your Eyes Upon Jesus (Church Online) - Hillsong Worship"*)

- Terwyl jy luister, probeer om jou oë gerig te hou op die vlammetjie wat brand.

*"Turn your eyes upon Jesus*
*Look full in His wonderful face.*
*And the things on earth will grow strangely dim*
*– in the light of His glory and grace."*

# 3. DIALOOG

Lees Heb 12:1-3 saam.

Lees ook saam die vertaling van The Message:

*Do you see what this means—all these pioneers who blazed the way, all these veterans cheering us on? It means we'd better get on with it. Strip down, start running—and never quit! No extra spiritual fat, no parasitic sins. Keep your eyes on Jesus, who both began and finished this race we're in. Study how he did it. Because he never lost sight of where he was headed—that exhilarating finish in and with God—he could put up with anything along the way: Cross, shame, whatever. And now he's there, in the place of honor, right alongside God. When you find yourselves flagging in your faith, go over that story again, item by item, that long litany of hostility he plowed through. That will shoot adrenaline into your souls!*

- Hoe help die verhaal ons om God dalk anders, of selfs beter te verstaan?
- In die teks lees ons die volgende woorde: ...*"laat ons elke las van ons afgooi, ook die sonde wat ons so maklik verstrik, en laat ons die wedloop wat vir ons voorlê, met volharding hardloop..."*

*Gerard Hughes beskryf sonde soos volg:*

*"Sin is anything that blocks me from freely experiencing, and responding to, the love of God. It is anything that separates me from God, others and my true self. Sin is when we do not allow God to be the God of love and compassion to us and through us."*

- Dink aan jou eie lewenswedloop. Wat is die dinge in jou eie lewe wat jou weerhou om vrylik God se liefde te ervaar?

Paulus skryf in Fillipense 4 van sy lewenswedloop. Hy skryf hoe hy weet hoe dit voel om arm te wees en hy weet hoe dit voel om ryk te wees. Hy is deur dit alles. Vir hom is daar niks meer wat hy nie kan deurmaak nie, want hy kan alles en enige iets deurmaak, want die Here is sy bron van krag.

- In jou eie lewenswedloop en jou eie woorde - wat beteken dit vir jou om jou oë op Jesus gerig te hou?

# 4. GEBED

Draai twee-twee na mekaar en deel, soos wat jy/julle gemaklik voel, die struikelblokke, uitdagings of dalk vreugdes wat tans op jou lewenswedloop na vore kom.

Bid vir mekaar.

Sluit af met 'n gesamentlike gebed.