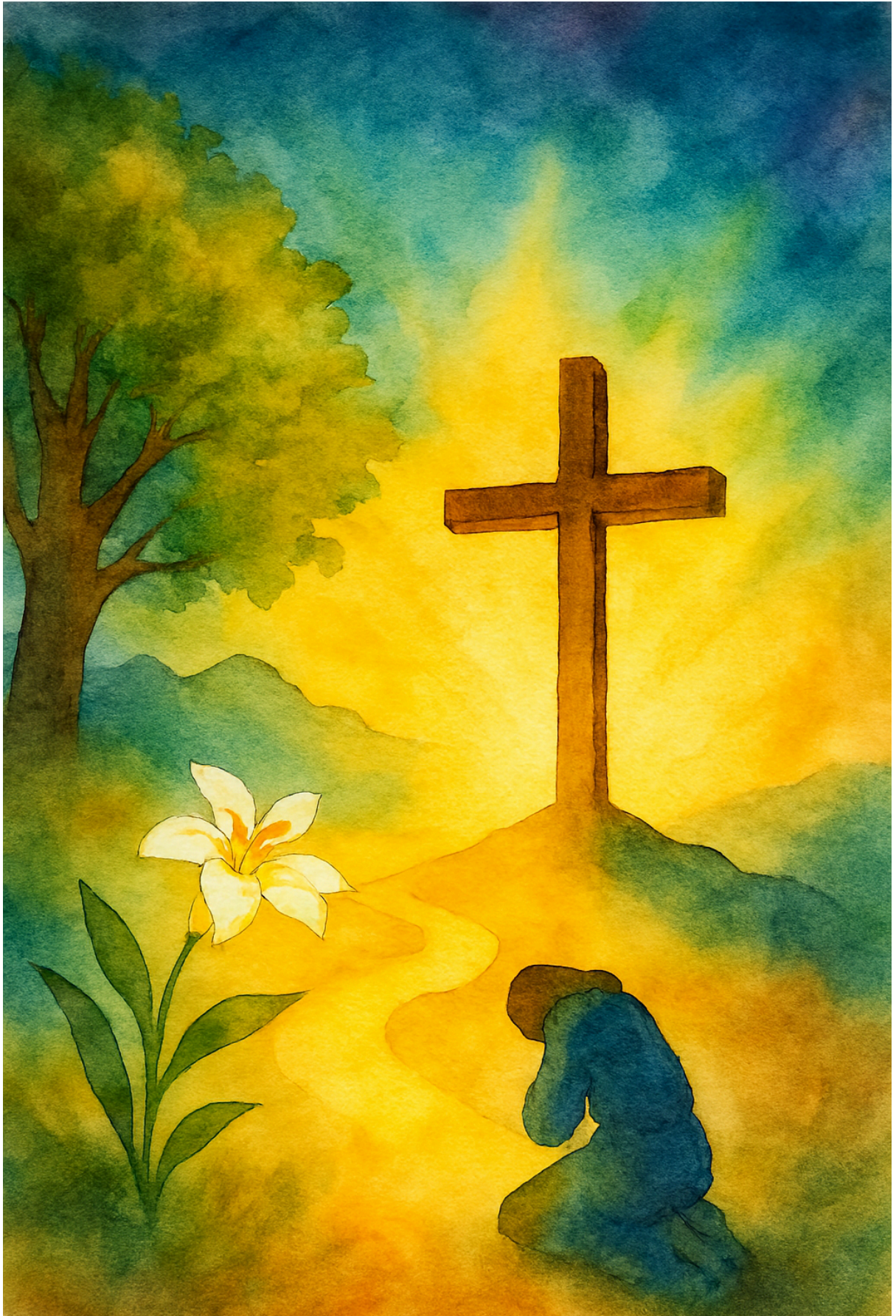




Dit Begin Met 'n Dood

Bybel les: Johannes 12:24

"Voorwaar, voorwaar Ek sê vir julle: As die koringkorrel nie in die grond val en sterf nie, bly dit alleen; maar as dit sterf, dra dit baie vrug."

Die Storie:

Dink aan 'n koringkorrel. As jy dit in jou hand hou, bly dit net een korrel. Maar as jy dit in die grond gooi en dit "sterf" – dit breek oop en lyk of dit vergaan – dan gebeur iets wonderliks. Dit spruit uit en word 'n groot plant wat honderde nuwe korrels dra! Die "dood" van die een korrel beteken die lewe van baie ander.

Hoekom dit saak maak:

Jesus gebruik hierdie beeld om te sê dat ware lewe, ware groei, met 'n dood begin.

1. **Christus se dood:** Sy dood aan die kruis het sonde en die duiwel verslaan. Sonder dit was daar geen hoop vir ons nie.
2. **Ons eie "dood":** Om in Christus te groei, moet ons ons "ou ek" – ons eie wil, selfsug, sonde – laat "sterf". Dit beteken om te sê: "Jesus, U wil is belangriker as my wil."

Toepassing:

- Wat is een area in jou lewe waar jy dalk jou "ou ek" moet laat "sterf" (bv. trots, 'n slegte gewoonte, 'n vriendskap wat jou van God wegtrek)?

- Hoe kan die kennis dat Jesus eerste gesterf het vir jou, jou help om hierdie stappe te neem?

Bybelteks om te onthou:

"Ek is saam met Christus gekruisig; en ek lewe nie meer nie, maar Christus leef in my."
– Galasiërs 2:20

Die Krag vir Groei

Bybel les: Galasiërs 5:22-23

"Maar die vrug van die Gees is liefde, blydschap, vrede, lankmoedigheid, vriendelikheid, goedheid, geloof, sagmoedigheid, selfbeheersing."

Die Storie:

Stel jou voor jy wil 'n nuwe vrugte boom kweek. Jy kan probeer om kunsmatige vrugte aan die takke vasplak, maar dit sal oneg wees en sal nie groei nie. Die enigste manier om ware vrugte te kry, is om die boom gesond te hou – water, sonlig en goeie grond te gee – sodat dit *vanself* vrugte dra.

Hoekom dit saak maak:

Ons kan nie deur ons eie krag "Christen-vrugte" produseer nie. Die "vrugte" soos liefde en vrede kom nie deur onself te forseer nie. Hulle is die **vrug van die Gees**. Wanneer die Heilige Gees in ons woon en ons aan Hom oorgee, begin Hy hierdie eienskappe in ons lewens natuurlik te groei.

Toepassing:

- Watter "vrug" uit die lys voel vir jou die moeilikste om te hê (bv. selfbeheersing met jou foon, vrede oor skoolwerk)?

- In plaas daarvan om harder te probeer, probeer om eenvoudig te bid: "Vader, vul my en produseer hierdie vrug in my."

Bybelteks om te onthou:

"As ons dan deur die Gees lewe, laat ons ook deur die Gees wandel." – **Galasiërs 5:25**

Groei Voed met Woord & Gebed

Bybel les: Mattheüs 4:4

"Maar Hy antwoord en sê: Daar staan geskrywe: Die mens sal nie van brood alleen lewe nie, maar van elke woord wat uit die mond van God uitgaan."

Die Storie:

Net soos jou liggaam voedsel nodig het om te groei, so ook jou siel. As jy net een keer per week eet, sal jy swak en siek word. Om geestelik sterk te word, het jou siel daaglikse voedsel nodig.

Hoekom dit saak maak:

1. **God se Woord is jou voedsel:** Wanneer jy die Bybel lees, "eet" jy geestelike voedsel. Dit gee jou krag om versoeking te weerstaan (soos Jesus in die woestyn gedoen het) en leer jou hoe God wil hê jy moet lewe.
2. **Gebed is jou asemhaling:** Gebed is nie net 'n lysie van versoeke nie. Dit is 'n gesprek met God. Dit is soos om asem te haal – dit hou jou geestelike lewe lewendig! Dit is hoe jy na God luister en Hom ken.

Toepassing:

- Wat is een praktiese stap wat jy kan neem om God se Woord meer in jou lewe te hê? (Bv. 'n Bybel-app, 'n dagboek, 'n vers per dag onthou).

- Hoe kan jy jou gebedslewe meer soos 'n gesprek laat voel en minder soos 'n plig?

Bybelteks om te onthou:

"U woord is 'n lamp vir my voet en 'n lig op my pad." – **Psalm 119:105**

Groei Saam & Stry Dapper

Bybel les: Efesiërs 6:12

"Want ons stryd is nie teen vlees en bloed nie, maar teen die owerhede, teen die magte, teen die wêreld heersers van die duisternis van hierdie eeu, teen die bose geeste in die lug."

Die Storie:

Bome in 'n woud groei nie alleen nie. Hul wortels is onder die grond verbind en hulle help om mekaar sterk te hou in storms. Maar daar is ook gevare, soos insekte of siektes, wat die boom kan aanval.

Hoekom dit saak maak:

1. **Gemeenskap (Die Woud):** Ons is nie bedoel om alleen Christen te wees nie. Ons groei saam! Om Sabbat saam te wees, jeuggroep by te woon en vriende te hê wat ook in Jesus glo, hou jou sterk en bemoedig jou.
2. **Geestelike Stryd (Die Storm):** Jy is in 'n ware stryd. Slegte gedagtes, druk van vriende, versoekings – dit is almal deel van die geestelike stryd. Maar wees nie bang nie! God het jou 'n volle wapenrusting gegee (Efesiërs 6:13-17) – waarheid, geregtigheid, vrede, geloof, verlossing – om jou te beskerm.

toepassing:

- Wie is die mense in jou lewe wat jou help om geestelik te groei?

- Watter stuk van God se wapenrusting (bv. die skild van geloof) het jy vandag die meeste nodig, en hoekom?

Bybelteks om te onthou:

"En laat ons op mekaar ag gee om tot liefde en goeie werke aan te spoor... laat ons mekaar vermaan." – **Hebreërs 10:24-25**

Vraelys & Refleksie

Deel 1: Wat het ek geleer? (Sirkel om regte antwoord)

1. Ware geestelike lewe begin wanneer...

- a) Ek gedoop is.
- b) My "ou ek" sterf soos die koringkorrel.
- c) Ek begin kerk toe gaan.
- d) Ek die Bybel deurlees.

2. Die vrugte soos liefde en vrede kom...

- a) Wanneer ek myself forseer om dit te hê.
- b) Wanneer ek oud genoeg is.
- c) Vanself deur die krag van die Heilige Gees in my.
- d) Net vir spesiale mense.

3. God se Woord vir my siel is soos...

- a) Musiek in my ore.
- b) 'n Speletjie op my foon.
- c) **Voedsel** vir my liggaam.
- d) 'n Slaappil.

4. Die geestelike stryd is...

- a) Net 'n simboliese idee.
- b) Té 'scary' om oor te dink.
- c) 'n Werklike stryd teen bose magte, nie teen mense nie.
- d) Net vir volwassenes.

Deel 2: Diep Dink Vrae

1. **Die Koringkorrel:** Noem een konkrete ding in jou lewe wat jy vandag aan God wil oorgee (laat "sterf") sodat Hy nuwe lewe daarin kan bring. (Bv. my angs oor toetse, my houding teenoor my gesin, my tyd op sosiale media).
2. **Vrugte Pluk:** Kyk weer na die lys van die vrug van die Gees in Galasiërs 5. Watter een sien jy die meeste in jou lewe? Watter een wil jy graag meer hê? Bid eenvoudig en vra God om daardie vrug in jou te groei.
3. **Geestelike Dieet:** Beskryf hoe jou "geestelike dieet" tans lyk. Hoeveel "eet" jy van God se Woord? Hoe gereeld "asem" jy deur gebed? Wat is een ding wat jy kan doen om hierdie dieet gesonder te maak?
4. **My Stryd:** Identifiseer een area waar jy die geestelike stryd die sterkste voel (bv. onsekerheid, verlokking om te lieg, jaloesie). Watter stuk van God se wapenrusting (Efesiërs 6) kan jou help om hierdie stryd te wen? (Bv. Die helm van verlossing om jou gedagtes te beskerm).
5. **My Groeiplek:** Wie is twee mense (vriende, jeugleier, familielid) met wie jy oor jou geloof kan praat en wat jou kan help om in Christus te groei? Hoe kan jy hierdie week dalk met een van hulle verbind?

Kontak Lr Servaas Viljoen 0828566845 of servaas@3engele.co.za