SAAM-PRAAT-PAPIER 26 NOV 2017

HOE OM DIE HERSTELKNOPPIE TE DRUK??

1 *Ysbrekervraag:* Baie mense voel teen hierdie tyd van die jaar…."my wiele kom af" of "ek kan nie meer nie". Waarom dink jy voel mense so? Wat laat hul so voel?

2 Hoe voorkom 'n mens hierdie *breekpunt* (van wiele-wat-afval of ek kan nie meer nie) ? of Hoe druk 'n mens die herstelknoppie wanneer ons wiele afkom?

☺*Die waarheid: daar is geen kitsresep nie!!!*

☺*Ten diepste gaan dit oor hoe en wat ons oor God en onsself glo* wat die grootste verskil maak mbt die voorkoming en herstel van breekpunt bereik!!

2.1 **Wat ons oor God glo** (en uitleef). Wat in hierdie gedeelte, oor God versterk jou?

> Jes 40:28-31 Weet jy dan nie, het jy nog nie gehoor nie? Die Here is die ewige God, Skepper van die hele aarde. Hy word nie moeg nie, Hy raak nie afgemat nie en sy insig is ondeurgrondelik. (29) Hy gee die vermoeides krag, Hy versterk dié wat nie meer kan nie. (30) Selfs jongmanne word moeg en raak afgemat, selfs manne in hulle fleur struikel en val, (31) maar dié wat op die Here vertrou, kry nuwe krag. Hulle vlieg met arendsvlerke, hulle hardloop en word nie moeg nie, hulle loop en raak nie afgemat nie.

2.2 **Wat ons oor ons eie liggaam glo.**

> 1Ko 6:9-20 Of weet julle nie dat mense wat onreg doen, geen deel sal kry aan die koninkryk van God nie? Moenie julleself mislei nie: geen onsedelikes of afgodsdienaars of egbrekers of mense wat homoseksualiteit beoefen (10) of diewe of geldgieriges of dronkaards of kwaadpraters of bedrieërs sal deel kry aan die koninkryk van God nie. (11) En so was party van julle juis ook. Maar julle het julle sonde laat afwas, julle is geheilig, julle is vrygespreek in die Naam van die Here Jesus Christus en deur die Gees van ons God. (12) Daar is mense wat sê: "Alles is my geoorloof." Ja, maar nie alles is heilsaam nie. "Alles is my geoorloof," sê hulle. Ja, maar ek gaan my nie deur enigiets laat verslaaf nie. (13) Hulle sê ook: "Kos is vir die maag, en die maag vir kos." Goed, maar God sal die een sowel as die ander tot niet maak. 'n Mens se liggaam is nie bedoel vir seksuele losbandigheid nie, maar is daar vir die Here, wat ook oor ons liggaam Here is. (14) God het deur sy krag die Here uit die dood opgewek en so sal Hy ons ook opwek. (15) Weet julle nie dat julle liggaam deel is van Christus nie? Sal ek nou 'n deel van Christus neem en dit 'n deel van 'n ontugtige vrou maak? Beslis nie…. (19) Of besef julle nie dat julle liggaam 'n tempel van die Heilige Gees is nie? Julle het die Heilige Gees, wat in julle woon, van God ontvang, en julle behoort nie aan julleself nie: (20) julle is gekoop, en die prys is betaal. Julle moet God dus in julle liggaam verheerlik.

☺Maak 'n lys uit hierdie gedeelte oor alles wat oor ons en ons liggame gesê word.

☺Wat is die praktiese uitwerking van hierdie waarhede op ons leefwyse ?

☺Hoe help dit ons om anders met ons liggame om te gaan en breekpunt te kan voorkom?