# SURVIVAL 101

## Hoe om isolasie-tyd te oorleef:  Wees dankbaar

***"If the only prayer you said in your whole life is 'thank you' that would be sufficient."***

## Inleiding  (welcome)

Wat doen jy of wat het jou tot dusver gehelp om hierdie isolasietyd te oorleef?
Om te oorleef het ons sekere vaardighede of hulpmiddels nodig.  Aangeheg is 'n speletjie wat julle in groepe of as gesinne saam kan doen wat julle dalk hiermee kan help.

## Skriflesing:  Lees Efesiers 1:3-8

Paulus is in die tronk as hy hierdie brief skryf.   Hy is dus ook in isolasie of 'n unieke vorm van afsondering, maar hy gebruik die geleentheid om hierdie gelowiges in Efese aan te moedig.  En hy begin deur vir hulle uit te daag om vir God dankie te sê.

- **Die heel eerste om te oorleef – moet hulle leer om vir God dankie te sê.   Waarvoor moet hulle God dank in die vlg verse:**
    - **V 3**
    - **V 4**
    - **V 5 en 6**
    - **V 7**

  Wat is daar in jou lewe waarvoor jy God kan dankie sê?  (Dink aan spesifieke goed wat God vir jou gegee en gedoen het?)

- **Waarom dink julle is dit belangrik om vir God te dank – selfs al gaan dit swaar en werk dinge nie uit nie?**

  *Maak ons minder selfsugtig – kyk weg van onsself*
  *Begin goed waardeer wat ons as van selfsprekend aanvaar*
  *Leer om God te vertrou*
  *Bly van Hom afhanklik*

- **Geestelik open *thanksgiving iets anders in ons harte*.** Vir 'n verhouding met die Here om gesond te wees, moet ons leer om dankie te sê.  **Psalm 100:4** *"I will enter his gate with thanksgiving in my heart..."*

- **Wat het Jesus gedoen?**  Kyk hoeveel keeer staan daar in die teksgedeelte "***in** Jesus"* of *"**deur** Christus Jesus"***.**  Watter verskil dink julle maak Jesus se dood en opstanding vir gelowiges in hierdie tyd waar ons opofferings moet maak en "swaarkry"?

## Skriflesing:  Lees Efesiers 1:15-20

- In vers 18 skryf Paulus dat hy bid **dat God hulle "geestesoë" sal oopmaak** – of in ander woorde die oë van hule harte sal oopmaak.  **Hoekom dink julle is dit nodig dat ons harte anders moet kyk na God en na mense en na ons omstandighede *of in ander woorde, dat God ons harte verander*?**  Hoe kan dit ons help om meer dankbaar te wees?

- Een van die sake waaroor ons baie bekommerd is in hierdie tyd is ons eie toekoms, gesondheid, ons is bekommerd oor wat vir ons en ons mense voorlê.  **Wat wil die volgende verse daaroor sê:**

  - **"watter hoop sy roeping inhou" – v 18**
    Hoop is iets wat vas staan, iets waarvan God oortuig is – dit is anders as in ons tyd waar hoop verwys na dalk of miskien  of 'n vae 'n moootlikheid.
    God se plan met ons – roeping – staan vas.

  - **"watter rykdom daar is in die heerlike erfenis wat Hy vir die gelowiges bestem het" – v 18**
    Ons het 'n toekoms. Ons name staan in God se testament.
    Watter verskering moet dit vir ons wees in hierdie onseker tye?

  - **"hoe geweldig groot sy krag is" – v 19**
    Paulus vergelyk dit met die krag waarmee God vir Jesus uit die dood opgewek het – dit is dieselfde krag wat tot ons beskikking is...

    **As jy vandag van hierdie krag kan kry – wat sal jy doen?**

    **Hoe gaan jy hierdie krag kry?**

    *(Wat het danksegging hiermee uit te waai... dalk die sleutel?)*

## Ons uitdaging is: (*works*)

i. Hoe kan ons mekaar in hierdie tyd help?

ii. Watter belofte uit hierdie gedeelte gaan jy hierdie week aan vashou?

## Ons bid vir: (*worship)*

1. Challenge mekaar om net dankie te sê in julle gebede hierdie week.
2. Maak 'n lys van al die sake waarvoor julle vir God gaan dankie sê.
3. Noem een saak uit hierdie gedeelte wat jy geleer het en wat jou die meeste challenge en vra die groep om vir jou daarvoor te bid.