Jong volwassenes

Wys my die weg, Here

WELKOM

Laat almal in die groep hulle asem ophou. Kyk wie hulle asem die langste kan ophou.

Die vryduiker Vitomir Maričić het op 14 Junie 2025 ’n nuwe wêreldrekord opgestel deur sy asem vir 29 minute en 3 sekondes op te hou, terwyl hy op die bodem van ’n 3 m diep swembad in Kroasië gelê het. Wat dink julle van hierdie rekord?

’n Paar minute sonder suurstof kan dodelik wees; daarom het ons ’n onwillekeurige refleks om asem te haal. Asem gee lewe. Vandag gaan ons gesels oor die Heilige Gees wat met suurstof (asem) vergelyk word.

WONDER

Lees Romeine 8:12-17 saam.

Gesels saam:

- Wat is die verskil tussen “vlees” en “Gees” soos Paulus dit hier gebruik?
- Hoe lyk ’n lewe waar ’n mens “met die leiding van die Gees leef”?
- Voel julle soms soos ’n slaaf van sekere gewoontes, vrese of verwagtings?
- Hoe behandel julle ander mense wanneer hulle foute maak? En julleself wanneer julle foute maak?
- Wat help julle om met die leiding van die Gees te leef? Dink aan gebed, Bybellees, mentors, musiek, en so meer.

WEES

Kyk die video “**Understand how the Holy Spirit works in the Bible**” saam.

Gesels saam:

- Wat val julle in die video op oor die Heilige Gees?
- Hoe help dit julle om God se teenwoordigheid in die wêreld te verstaan?

WEGSTUUR

Doen hierdie week moeite om jou lewe in te rig volgens dit wat God van ons verwag. Gaan soek ’n prentjie op YouVersion of Pinterest wat jy as jou “lock screen” kan gebruik om jou daagliks te herinner dat jy ’n Geesgedrewe lewe moet lei.