

OBOR BELIA

BUKU 13

BUAH ROH DAN KEHIDUPAN KRISTIAN



Penerbitan Kristian

OBOR BELIA

Penulis: Randy Singkee

Randy banyak terlibat dalam penulisan dan penterjemahan sejak tahun 1993. Dia memperoleh B.A. (Hons) dari Universiti Malaya dan M.Sc. dalam bidang Geographical Information Systems (GIS) dari University of Edinburgh, UK.

Cetakan Pertama: Julai 2010

Penerbit : Wawasan Penabur Sdn. Bhd.
wawasan.penabur@gmail.com
Pencetak : Akitiara Corporation Sdn. Bhd.
Kulit Buku : Chiang Juat Chin
Artis Ilustrasi : Steffisley Mosingki

Petikan Alkitab diambil dari

Alkitab Berita Baik © 1996, Bible Society of Malaysia
Alkitab Terjemahan Baru © 1974, Lembaga Alkitab Indonesia

Hakcipta © 2010 Wawasan Penabur Sdn. Bhd.

Hak Cipta terpelihara. Tidak dibenarkan mengeluarkan ulang mana-mana bahagian artikel, ilustrasi, dan isi kandungan buku ini dalam apa juga bentuk dan dengan cara apa jua sama ada secara elektronik, fotokopi, mekanik, rakaman atau cara lain sebelum mendapat izin bertulis daripada Penerbit.

Isi Kandungan

1	Sebelum Anda Bermula
4	Mukadimah: Buah Roh dan Kehidupan Kristian
	Lembar Kerja
6	Sesi 1: Kita Harus Berbuah
12	Sesi 2: Buah Roh adalah Kasih
18	Sesi 3: Buah Roh adalah Sukacita & Damai
24	Sesi 4: Buah Roh adalah Kesabaran
30	Sesi 5: Buah Roh adalah Kemurahan & Kebaikan
34	Sesi 6: Buah Roh adalah Kesetiaan
38	Sesi 7: Buah Roh adalah Kelemahlembutan
42	Sesi 8: Buah Roh adalah Penguasaan Diri
	Panduan Pembimbing
47	Sesi 1
52	Sesi 2
55	Sesi 3
58	Sesi 4
62	Sesi 5
65	Sesi 6
68	Sesi 7
72	Sesi 8
75	Evaluasi OBOR Belia

Sebelum Anda Bermula...

Memperkenalkan **OBOR BELIA**

OBOR BELIA dituliskan sebab:

- Para belia dan muda-mudi masih mencari program yang lebih berkesan dan yang dapat memenuhi keperluan mereka.
- Para belia dan muda-mudi masih kekurangan pembelajaran sistematik yang dapat meletakkan dasar iman teguh di tengah-tengah tekanan kehidupan moden ini.
- Kebanyakan buku pemuridan tidak dituliskan menurut konteks dan masalah-masalah yang dihadapi oleh belia dan muda-mudi yang hidup sebagai umat Tuhan di negara ini.

OBOR BELIA merupakan kurikulum yang memuat kaedah-kaedah kreatif dan praktikal agar Injil dapat disampaikan sesuai dengan keperluan para belia dan muda-mudi zaman sekarang. Kurikulum ini diolah untuk generasi muda Tubuh Kristus supaya mereka mengenal iman mereka secara mendalam dan hidup setia sebagai umat Tuhan di negara ini. Kurikulum ini akan memberi anda peluang untuk berbincang, bertukaran pendapat, berdoa bersama, belajar daripada satu sama lain, dan berseronok bersama. Setelah mempelajari kurikulum ini, anda akan mengetahui bahawa menjadi seorang Kristian memang relevan, mencabar, teruja dan anda akan menemui apa yang anda kehendaki untuk kehidupan anda.

Cara Menggunakan **OBOR BELIA**

OBOR BELIA dicorakkan untuk pertemuan mingguan yang boleh digunakan di persekutuan di sekolah, rumah atau gereja. Anda juga boleh mengubahsuainya untuk kelompok kecil anda.

Siri buku ini mempunyai dua bahagian besar: Lembar Kerja dan Panduan Pembimbing yang memberi panduan dan aktiviti-aktiviti kreatif untuk topik-topik buku ini.

Panduan Pelajar terdiri daripada Kata-Kata Mutiara, Ayat Mas Alkitab, Aktiviti Bersama, Renungan Firman Tuhan, Renungan Peribadi dan Doa. Panduan Pembimbing pula mempunyai tiga aspek tambahan iaitu Objektif-Objektif Sesi, Aktiviti Pencetus Minat, Jawapan Firman

Tuhan serta kaedah ajaran yang boleh digunakan.

Pembimbing atau pemimpin kelompok harus membaca Lembar Kerja dan Panduan Pembimbing untuk memahami seluruh pelajaran ini dan cara menyelenggarakannya.

Dalam Siri Buku **OBOR BELIA** ini, anda akan menemui yang berikut:



Ayat Mas Alkitab

Ayat ini merupakan ayat yang penting dan perlu direnungi bersama kelompok anda.



Kata-Kata Mutiara

Baca bersama ahli-ahli kumpulan anda dan jelaskannya secara singkat.



Aktiviti Bersama

Bahagian ini memperkenalkan tema utama sesi ini dengan menggunakan pelbagai permainan, lakonan, kertas kerja atau cara yang menarik untuk mencetus minat para peserta.



Renungan Firman Tuhan

Bahagian di mana Firman Tuhan akan dibentang dan dibincangkan. Pelbagai aktiviti dirancang agar mereka dapat melibatkan diri dalam Firman Tuhan.



Renungan Peribadi

Bahagian ini menggabungkan cara-cara kreatif dan praktikal untuk menggalakkan mereka merenungi pelajaran hari itu serta menerapkan kebenaran yang telah dipelajari untuk kehidupan mereka, dan bukan sekedar mengetahuinya sahaja.

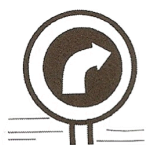


Doa

Pembimbing dan peserta digalakkan menutup setiap sesi dengan doa.

Untuk Pemimpin/Pembimbing

Panduan untuk memimpin dan membimbing sesi disediakan di bahagian akhir buku ini. Anda akan dibekalkan dengan nota-nota tambahan untuk setiap bahagian dalam sesi di Lembar Kerja.



Objektif-Objektif Sesi

Bahagian ini menjelaskan dengan terperinci objektif-objektif sesi. Pembimbing mesti membaca objektif-objektif ini sebelum memulakan pelajaran.



Pencetus Minat

Mencadangkan beberapa teknik pemanasan dan pencetus minat para pelajar dengan menggunakan permainan, lakonan, dan sebagainya.



Aktiviti Tambahan

Aktiviti atau pelajaran tambahan yang diolah untuk memperkuatkan lagi pengajaran Alkitab atau satu pernyataan.

Beberapa Panduan Berguna

*** Baca**

Baca bahagian Lembar Kerja dan Panduan Pembimbing jika anda sedang membimbing satu kelompok supaya anda boleh berfikir dan menyiapkan diri dengan mantap.

*** Doa**

Berdoa agar Tuhan memberi anda kebijaksanaan sewaktu mengendalikan topik dalam perbincangan. Jangan lupa berdoa agar Tuhan menyentuh dan mengubah kehidupan ahli-ahli kumpulan anda.

*** Persiapan**

Bahagian Renungan Firman Tuhan memerlukan paling banyak bimbingan dan ajaran daripada anda. Renungkan contoh-contoh yang dapat menolong anda menjelaskan ajaran anda dalam bahagian lain.

*** Santai & Ketawa**

Jangan terlalu serius dan kalau boleh berjenakalah sekali-sekala. Biar proses pembelajaran itu lebih berinteraksi, partisipasi dan santai.

Buku 13: Buah Roh dan Kehidupan Kristian

Mukadimah

Tidak ada bahagian ayat dalam Alkitab yang menampilkan kontras yang lebih jelas di antara gaya hidup orang percaya yang dipenuhi Roh dengan gaya hidup orang yang dipimpin oleh tabiat manusia berdosa, selain Galatia 5:16-26. Paulus tidak hanya membahas perbezaan gaya hidup secara umum dengan menekankan bahawa Roh dan tabiat berdosa itu saling bertentangan, tetapi dia juga mencantumkan satu senarai khusus perbuatan tabiat berdosa dan buah Roh.

Buah Roh harus dilihat bukan sebagai satu koleksi buah-buah yang tidak mempunyai kaitan antara satu sama lain, atau boleh diabaikan mengikut pilihan peribadi; tetapi merupakan satu gabungan kelakuan hasil daripada satu perhubungan dengan Tuhan yang hidup yang tinggal tetap dalam umat-Nya oleh Roh-Nya.

Bila kita bertumbuh dalam perjalanan rohani dan kehidupan kekristianan kita, kita harus belajar untuk lebih bertekun dalam kehidupan baru dan menjauhi kehidupan lama kita. Walaupun kehidupan lama kita telah disalibkan bersama Kristus, dan kita dikubur bersama Dia dalam pembaptisan, kita harus terus berusaha untuk tidak kembali kepada cara lama kita (lihat Roma 6).

Ini dapat dicapai jika kita bertekad dan belajar berjalan dalam Roh. Firman Allah mengatakan bahawa, "hiduplah oleh Roh, maka kamu tidak akan menuruti keinginan daging." (Galatia 5:16)

Buku ini akan membantu kita bagaimana menerapkan Buah Roh dalam kehidupan kita secara praktikal. Semoga kita semua akan terus berjalan dalam jalan yang direstui Tuhan.

"Tetapi buah Roh ialah: kasih, sukacita, damai sejahtera, kesabaran, kemurahan, kebaikan, kesetiaan, kelemahlembutan, penguasaan diri." (Galatia 5:22-23)

Kita Harus Berbuah





Ayat Mas Alkitab

"Bukan kamu yang memilih Aku, tetapi Akulah yang memilih kamu. Dan Aku telah menetapkan kamu, supaya kamu pergi dan menghasilkan buah dan buahmu itu tetap." (Yohanes 15:16)



Kata-kata Mutiara

Barangsiapa menjadi milik Kristus Yesus, ia telah menyalibkan daging dengan segala hawa nafsu dan keinginannya. Jikalau kita hidup oleh Roh, baiklah hidup kita juga dipimpin oleh Roh.

(Rasul Paulus dalam Galatia 5:24-25)



Aktiviti

Bersama Buah Roh, Karakter & Perintah Allah

Sifat dan karakter yang terdapat pada Buah Roh di Galatia 5:22-23 adalah juga merupakan sifat dan karakter Allah. Semak rujukan ayat-ayat di bawah ini dan tuliskan temuan anda:

Buah Roh	Sifat & Karakter Allah	Perintah dalam Alkitab
Kasih	(1 Yohanes 4:16)	(Matius 22:37-39)
Sukacita	(Zefanya 3:17)	(Filipi 4:4)
Damai	(Ibrani 13:20)	(1 Petrus 3:11)
Kesabaran	(1 Petrus 3:9)	(1 Tesalonika 5:14)
Kemurahan	(Efesus 2:7)	(Kolose 3:12)

Buah Roh	Sifat & Karakter Allah	Perintah dalam Alkitab
Kebaikan	(Mazmur 27:13)	(Galatia 6:10)
Kesetiaan	(Ratapan 3:23)	(Wahyu 2:10)
Kelemah- lembutan	(Matius 11:29)	(Titus 3:2)
Penguasaan Diri	(Lukas 1:51)	(2 Petrus 1:5-6)



Renungan Firman Tuhan

Kita akan mengerti banyak hal tentang buah Roh jika kita melihat proses ini dari sudut pandang cara berkebun. Kerana Tuhan adalah Sang Penanam Buah, maka kita harus bekerja sama dengan Dia agar kehidupan kita dapat menumbuhkan dan mengembangkan buah Roh.

A. Tujuan kita ditanam

1. Yohanes 15:16 menyatakan bahawa kita telah dipilih oleh Tuhan untuk suatu tugas yang khusus. Apakah tugas tersebut dan buah apakah yang harus kita hasilkan?
2. Paulus juga berkata mengenai buah yang seperti itu di Filipi 1:9-11. Paulus menamakan buah itu sebagai buah _____ yang dikerjakan oleh _____ untuk memuliakan dan memuji _____.
3. Dalam Galatia 5:22-23, Paulus mempunyai nama khusus untuk buah tersebut. Apakah sembilan karakter buah tersebut?



Kita tahu bahwa sifat dan karakter ini adalah gambaran tentang Yesus. Dia penuh dengan kasih, sukacita, damai sejahtera, kesabaran, dsb. dan rancangan-Nya adalah agar kita juga memiliki sifat dan karakter yang sama dalam kehidupan kita.

B. Syarat-syarat untuk bertumbuh

4. Baca Yohanes 15: 4, 5. Dalam ayat-ayat ini Yesus membandingkan hubungan kita dengan Dia seperti _____ dengan _____nya.
5. Dia berjanji bahwa apabila kita _____ dan Dia _____ maka kita akan _____.
6. Dia juga berkata bahwa di luar Dia, kita tidak dapat _____.

Satu prinsip yang kita harus fahami adalah: Kehidupan jasmani tidak dapat menghasilkan sesuatu yang rohani; hanya bila kita bersatu dengan Sumber Kehidupan Rohani barulah kita dapat menghasilkan buah yang rohani. Jadi, bagaimana kita dapat mempertahankan kesatuan yang penting dengan Yesus ini?



7. Tuhan menjawab pertanyaan itu di Yohanes 15: 10-12. Menurut ayat-ayat ini, kita akan tinggal di dalam Yesus apabila kita menaati perintah-Nya untuk _____.

C. Dipangkas supaya berbuah



Tuhan juga akan memperhatikan kita sama seperti seorang pekebun memperhatikan tanamannya. Bagian-bagian yang tidak baik dan elok akan dipotong dan dibuang oleh-Nya.

8. Yohanes 15:2-3 mengatakan bahwa Tuhan memangkas ranting-ranting (atau bagian-bagian dalam kehidupan kita) yang _____ dan juga ranting-ranting yang _____. Ini dilakukan agar kita _____. Salah satu cara pemangkasan (atau pembersihan) adalah dengan menerima _____.



Proses pendisiplinan (atau pemangkasan) bukanlah sesuatu yang menyenangkan; kita merasa sakit bila keinginan kita yang berpusat pada diri sendiri itu dihalangi. Tetapi itu adalah satu proses yang bertujuan untuk menguatkan kita.

9. Baca Ibrani 12: 10,11. Tuhan mendisiplin (atau memangkas) kita supaya kita beroleh bagian dalam _____.
Disiplin ini menghasilkan _____
kepada mereka yang dilatih oleh-Nya.



Renungan Peribadi

“Tabiat berdosa” (dalam Bahasa Yunani: *sarx*) menggambarkan tabiat manusia dengan semua keinginan buruk. Tabiat berdosa tetap tinggal dalam orang Kristian setelah mereka bertaubat dan menjadi musuhnya yang berbahaya (Roma 8:6-8, 13; Galatia 5:17,21). Mereka yang melakukan perbuatan tabiat berdosa “tidak akan mendapat bagian dalam Kerajaan Allah” (Galatia 5:21). Oleh kerana itu, tabiat berdosa ini harus dilawan dan dimatikan dalam peperangan yang berterusan oleh kita melalui kuasa Roh Kudus (Roma 8:4-14; Galatia 5:17).

Baca Galatia 5:19-21 dan tuliskan semua jenis buah dosa yang bertentangan dengan Buah Roh.

Santapan Minda

“Yakobus mengupas hubungan antara perilaku dan kepercayaan dalam suratnya di bawah tajuk ‘Iman’ dan ‘perbuatan.’ Dia berkeras bahwa iman tanpa perbuatan adalah mati, mengingatkan kita bahwa bukan sahaja kepercayaan berperilaku, tapi kepercayaan yang benar akan berperilaku yang baik. Tuhan Yesus membuat pernyataan yang sama ketika Dia menjelaskan bahwa orang dapat dikenali daripada buah-buah kehidupan mereka, sama seperti pokok dan tanaman boleh dikenali pasti dengan apa yang mereka hasilkan. Anggur tidak tumbuh di duri, dan buah ara tidak keluar dari tumbuhan berduri! Dengan kata lain, kepercayaan yang berkaliber dapat diukur oleh kualiti perilaku.

~ Stuart Briscoe



Doa

Bila kita tidak memilih untuk menumbuhkan buah Roh, kita akan menghasilkan buah dari sifat dosa kita. Tuhan ingin agar kita bekerjasama dengan Dia supaya kita dapat menghasilkan buah Roh yang indah, yang memiliki nilai kekal, dan bukan buah kedagingan yang pahit dan beracun. Ia menyerahkan pilihannya kepada kita. Adakah anda rindu untuk menjadi orang Kristian yang berbuah, yang kehidupan dan tindakannya mencerminkan karakter Tuhan Yesus sehingga anda dapat menarik orang kepada-Nya?

Jika demikian, berhenti sejenak dan berdoaah seperti berikut:

Bapa yang terkasih, saya ingin menjadi orang Kristian yang berbuah, dan saya memerlukan pertolongan-Mu. Terima kasih untuk karunia Roh Kudus yang menolong saya bertumbuh untuk menjadi semakin menyerupai Yesus. Penuhilah saya setiap hari dengan Roh-Mu. Tolong saya agar peka untuk menaati Firman-Mu dan suara-Mu. Saya percaya Bapa, bahwa Engkau bekerja dalam hidupku sehingga saya semakin mencerminkan kehidupan Kristus dan memberikan kehidupan dan pengharapan kepada dunia yang lapar ini. Amin.

Buah Roh Adalah Kasih





Ayat Mas Alkitab

“Dan pengharapan tidak mengecewakan, kerana kasih Allah telah dicurahkan di dalam hati kita oleh Roh Kudus yang telah dikaruniakan kepada kita.” (Roma 5:5)



Kata-kata Mutiara

Ketika saya telah belajar untuk mengasihi Allah lebih baik daripada orang yang saya sayangi di dunia ini, saya akan mengasihi orang tersayang lebih baik daripada apa yang saya lakukan sekarang Bila hal yang terutama diutamakan, hal-hal yang lain tidak dikurangkan tetapi meningkat.

~ C. S. Lewis, Surat yang bertarikh 8 Nov 1952



Aktiviti Bersama

Tiga Jenis Kasih

Saban hari kita banyak mendengar lagu-lagu atau menonton filem yang bertemakan cinta, samada ianya dalam bentuk rohani ataupun pop. Keterbatasan dalam Bahasa Malaysia tidak membezakan penggunaan kata kasih dan cinta. Tetapi Perjanjian Baru (teks asalnya ditulis dalam Bahasa Yunani) jelas menggunakan tiga jenis kata untuk kasih.

Bincang dalam kumpulan anda contoh-contoh kasih (peristiwa dalam Alkitab, buku-buku cerita, lagu-lagu dsbnya) untuk tiga kategori kasih yang berikut: *Eros* (cinta kasih romantic, jasmani, penuh perasaan dan keinginan), *Phileo* (kasih persahabatan antara kawan-kawan karib) dan *Agape* (kasih paling tinggi dan cara bagaimana Allah mengasihi kita).

<i>Eros</i>	<i>Phileo</i>	<i>Agape</i>



Renungan Firman Tuhan

A. Kasih Tuhan Allahmu

Kerana begitu besar kasih Allah kepada dunia, sehingga Dia memberikan kita Anak-Nya yang tunggal untuk menebus dosa-dosa kita. Kasih (*agape*) yang Allah tunjukkan itu adalah satu kasih rohani yang tidak bersyarat. Ia adalah satu pemberian. Sebab itulah kita mempunyai alasan yang teguh untuk mengasihi Allah.



1. Baca Ulangan 6:4-6. Apakah anda mengasihi Allah? Apakah ini sama dengan mengasihi pasangan, kekasih, ibu bapa, binatang peliharaan atau kegemaran anda?
2. Ayat tersebut mengatakan untuk mengasihi 'dengan segenap hatimu' dan 'segenap jiwamu' dan 'segenap kekuatanmu'. Adakah ini merupakan perintah yang berbeza-beza? Apa yang dikatakan di sini mengenai sifat kasih?
3. Bagaimana anda mengasihi Allah dengan hati (pengertian) anda?
4. Bagaimana anda mengasihi Allah dengan tenaga (kekuatan) anda?
5. Bagaimana anda mengasihi Allah dengan jiwa (kemahuan) anda?

B. Kasih Sesama Manusia



Baca Matius 22:37-40. Mengasihi Allah sama juga dengan mengasihi orang lain, samada mereka yang kita kenal ataupun tidak kenal. Ada orang yang kita suka dan ada juga yang kita tidak suka. Tetapi kita tetap boleh mengasihi mereka dengan kasih Tuhan, kerana kasih tersebut dilimpahkan keluar di dalam hati kita.

6. Adakah anda mengasihi secara intelektual, sungguh-sungguh (waktu dan tenaga) dan emosional (keinginan) terhadap mereka yang anda kenal?
7. Sekarang fikirkan orang yang anda kenal yang paling anda tidak suka. Bagaimana menjawab pertanyaan-pertanyaan ini terhadap orang itu?
8. Baca Matius 7:12. Kalau saya melakukan ini, adakah saya sudah melakukan ketiga-tiga tingkat kasih (hati, jiwa dan kekuatan) yang menjadi kewajiban saya kepada orang lain?
9. Baca kembali Matius 22:39. Adakah ini berbeza dengan Matius 7:12?



Renungan Peribadi

Fikirkan setiap ciri karakter yang disebutkan dalam 1 Korintus 13: 4-7. Adakah itu ada dalam kehidupan anda?

Kasih itu sabar, murah hati, tidak cemburu,
tidak memegahkan diri, tidak sombong,
tidak melakukan yang tidak sopan,
tidak mencari keuntungan diri sendiri,
tidak pemarah,
tidak menyimpan kesalahan orang lain.
tidak bersukacita kerana ketidakadilan,
tetapi kerana kebenaran.
menutupi segala sesuatu,
percaya segala sesuatu,
mengharapkan segala sesuatu,
sabar menanggung segala sesuatu.

Santapan Minda

Aku meminta kepada Tuhan untuk mengambil kesombonganku
dan Tuhan berkata, "Tidak."

Dia mengatakan bukan Dia yang mengambilnya,
tapi akulah yang harus menyerahkan.

Aku meminta kepada Tuhan untuk menyembuhkan penyakitku
dan Tuhan berkata, "Tidak"

Dia berkata, "Rohmu utuh, tubuhmu hanya sementara.
Melalui penderitaan, engkau akan belajar untuk membantu
orang lain yang juga menderita."

Aku meminta kepada Tuhan untuk memberikanku kesabaran
dan Tuhan berkata, "Tidak."

Dia berkata kesabaran adalah hasil sampingan daripada
kesengsaraan. Itu tidak diberikan, tetapi harus didapatkan.

Aku meminta kepada Tuhan untuk memberikanku kebahagiaan
dan Tuhan berkata, "Tidak."

Dia mengatakan bahawa Dia memberikan berkat,
tetapi kebahagiaan bergantung kepada aku sendiri.

Aku meminta kepada Tuhan jauhkan aku dari kesusahan
dan Tuhan berkata, "Tidak."

Dia berkata, "Penderitaan menjauhkanmu dari jerat duniawi
dan membawa engkau lebih dekat kepada Ku."

Aku meminta kepada Tuhan untuk membuat rohku bertumbuh
dan Tuhan berkata, "Tidak."

Dia mengatakan bahawa aku harus tumbuh sendiri,
tetapi Dia akan memangkasku supaya berbuah.

Aku bertanya kepada Tuhan, jika Dia mencintai ku
dan Tuhan berkata, "Ya."

Dia berkata, "Aku memberikan Anak-Ku yang tunggal yang mati
bagimu. Engkau akan berada di syurga suatu hari nanti
kerana engkau percaya."

Aku meminta kepada Tuhan untuk membantu aku
mengasihi orang lain sama seperti Dia mengasihiku
dan Allah berkata, "Ah ... Akhirnya kau mengerti!"

(Author Unknown)



Doa

Sahabat, apakah anda agak rendah dalam hal mengasihi? Mengapa tidak meminta Roh Kudus untuk datang ke dalam hati anda hari ini dan memberikan pengertian supaya kita mengerti tujuan kasih Allah bagi kita? Berdoa juga supaya hati kita terarah kepada tujuan tersebut.

Buah Roh Adalah Sukacita & Damai





Ayat Mas Alkitab

“Saudara-saudaraku, anggaplah sebagai suatu kebahagiaan, apabila kamu jatuh ke dalam berbagai-bagai pencobaan, sebab kamu tahu, bahwa ujian terhadap imanmu itu menghasilkan ketekunan. Dan biarkanlah ketekunan itu memperoleh buah yang matang, supaya kamu menjadi sempurna dan utuh dan tak kekurangan suatu apapun.” (Yakobus 1:2-4)



Kata-kata Mutiara

Jelas sekali bersukacita merupakan satu perintah rohani. Untuk mengabaikan itu, saya perlu mengingatkan anda, bahawa itu adalah satu ketidaktaatan. ~ Charles Swindoll



Aktiviti Bersama

Sukacita & Damai

1. Orang yang manakah mempunyai banyak sukacita?
 - ☐ Orang yang kaya dan terkenal
 - ☐ Pelawak
 - ☐ Orang yang sukacitanya di dalam Tuhan
 - ☐ Orang yang pandai dan cantik
 - ☐ Kanak-kanak yang mempunyai segala yang dia mahu
 - ☐ Orang yang sangat bernasib baik

Alasan anda: _____

2. Apa itu damai?
 - ☐ Tidak ada sengketa dan pergaduhan
 - ☐ Tidak ada peperangan
 - ☐ Tidak ada pertengkaran dan marah-memarahi
 - ☐ Tidak ada penceraian atau perpisahan
 - ☐ Satu keadaan dalam hati
 - ☐ Cuba untuk hidup rukun dengan orang lain

Alasan anda: _____



Renungan Firman Tuhan

A. Sukacita Walaupun Dalam Kesusahan



Kita sering merasa gembira dan sukacita apabila semuanya berjalan lancar dalam kehidupan kita. Tetapi bagaimana kalau kita menghadapi banyak cabaran dan rintangan dalam kehidupan kita? Adakah kita tetap mempunyai sukacita tersebut?

1. Apa yang membawa sukacita kepada diri anda?
2. Adakah sukacita anda bergantung kepada 'mood' (perasaan) atau keadaan di sekeliling anda?
3. Yesus berbicara tentang sukacita kita menjadi penuh. Bagaimana itu boleh terjadi? (Yohanes 15:9-11)
4. Paulus menasihatkan kita supaya sentiasa bersukacita (1 Tessalonika 5:16-18). Bagaimana kita boleh bersukacita sentiasa?
5. Bagaimana kita boleh tetap bersukacita walaupun kita dalam kesusahan? (Nehemia 8: 10,11)



Bila seseorang itu bersedih, cemas atau bimbang, mereka akan berasa sangat lemah. Tetapi sukacita akan membawa kekuatan. Sukacita dalam Tuhan itu adalah kekal dan tidak bergantung kepada keadaan/situasi kita. Bila kita menunjukkan pandangan dan fikiran kita kepada Tuhan di masa kesusahan, kita akan mendapat kekuatan dari-Nya. Demikianlah Buah Sukacita dapat bertumbuh dalam diri kita.

B. Damai Sejahtera

Damai sering dianggap sebagai tidak ada peperangan (samada itu peperangan antara negara yang bersengketa, pergaduhan dalam keluarga, perselisihan faham antara teman-teman atau pertengkaran antara adik-beradik). Damai bukan tentang faktor luaran, tetapi tentang keadaan hati kita. Orang tetap boleh berasa damai ketika kehidupan ini bergelora.



6. Yesus memberitahu kita tentang damai yang Dia berikan. (Yohanes 14:27) Bagaimana kita boleh mengelakkan hati kita daripada

gelisah dan bimbang?

7. Semasa menghadapi kesusahan, bagaimana kita boleh tetap merasa damai? Apa yang anda boleh belajar dari peristiwa Yesus menghentikan taufan di Lukas 8:22-24?
8. Kita juga dipanggil oleh Tuhan sebagai pembawa damai (Matius 5:9). Bagaimana anda boleh menjadi seorang pembawa damai bila ada orang yang sedang berselisih atau bimbang?



Renungan Peribadi

Evaluasi diri:

1. Adakah saya bersukacita walaupun sedang menghadapi satu percubaan besar dalam hidup?
2. Adakah sukacita saya sangat rapuh – senang berubah mengikut keadaan di sekeliling saya?
3. Adakah saya suka membuat orang lain gembira?
4. Adakah keluarga dan teman-teman saya menganggap saya seorang yang penuh dengan sukacita (atau selalu bermuram, marah-marah, murung)?
5. Adakah saya perlukan lebih banyak sukacita dalam kehidupan saya?
6. Adakah saya merasa damai walaupun keadaan di sekeliling saya sangat kacau dan bergelora?
7. Adakah saya memiliki satu hubungan damai dengan Tuhan?
8. Adakah saya mempunyai satu hubungan damai dengan orang lain?
9. Adakah saya seorang pembawa damai atau selalu membuat orang lain berselisihan?
10. Adakah saya perlu lebih banyak damai dalam kehidupan saya?

*
*
*
*
Santapan Minda
*
*
*
*

“Jangan biarkan damai anda bergantung pada apa yang dikatakan orang tentang anda. Apa sahaja yang mereka katakan, samada baik atau buruk tentang anda, tidak akan mengubahkan siapakah anda. Damai dan sukacita yang sejati hanya boleh ditemui di dalam Aku sahaja. Dia yang tidak mahu menyenangkan dan tidak takut untuk mengecewakan orang akan menikmati damai sejati.”

~ Thomas à Kempis dalam buku *‘The Imitation of Christ’*



Doa

Berdoalah supaya anda tetap dipenuhi dengan sukacita dan damai sejahtera walaupun menghadapi banyak cabaran dan rintangan dalam hidup. Berdoa supaya Roh Kudus membantu anda untuk bertumbuh dalam sukacita dan damai yang berasal daripada Allah.

Buah Roh Adalah Kesabaran





Ayat Mas Alkitab

“Hendaklah kamu selalu rendah hati, lemah lembut, dan sabar. Tunjukkanlah kasihmu dalam hal saling membantu. Dan berusaha memelihara kesatuan Roh oleh ikatan damai sejahtera: satu tubuh, dan satu Roh, sebagaimana kamu telah dipanggil kepada satu pengharapan yang terkandung dalam panggilanmu.” (Efesus 4:2-4)



Kata-kata Mutiara

Jika kamu bersabar daripada kemarahan untuk satu hari, kamu akan terlepas daripada seratus hari kesedihan.

~ Peribahasa Cina



Aktiviti Bersama

Kesabaran & Kekecewaan

1. Tuliskan perkara-perkara atau keadaan-keadaan yang membuat anda selalu hilang kesabaran.
2. Kongsikan satu peristiwa bagaimana ketidak-sabaran seseorang telah melukakan hati anda.
3. Kongsikan satu peristiwa bagaimana ketidak-sabaran anda telah melukakan hati orang lain.



Renungan Firman Tuhan

A. Allah dan Kesabaran

1. Baca Keluaran 34:5-7. Apakah ‘tidak cepat marah’ merupakan satu bentuk kesabaran?
2. Allah menggambarkan Diri-Nya sebagai ‘panjang sabar’ sehingga Dia mengampuni kesalahan, pelanggaran dan dosa kita. Apa yang anda dapat belajar dari ayat-ayat ini?

3. Jika Allah menunjukkan panjang sabar terhadap dosa-dosa kita, adakah saya juga perlu menunjukkan panjang sabar terhadap dosa-dosa orang lain terhadap saya? Kenapa dan bagaimana saya boleh lakukan itu?
4. Kita semua faham mengapa kita ingin Allah menunjukkan kesabaran-Nya kepada kita ketika kita berbuat dosa. Namun, mengapa Dia harus melakukannya? Apa faedahnya menunggu?
5. Baca Yoel 2:13 dan 2 Petrus 3:8-9. Mengapa Yoel dan Petrus sama-sama meminta kita berpaling dari dosa-dosa kita?

B. Anda dan Kesabaran

6. Allah sabar terhadap kita. Jadi, apa alasan bagi kita untuk bersabar dengan orang lain? (Baca Matius 18:32-33. Jika anda belum tahu cerita ini, baca Matius 18:23-35)
7. Baca Roma 15:5. Alasan apa yang diberikan oleh ayat ini untuk kita menjadi sabar (menunjukkan ketekunan) terhadap sesama orang Kristian?
8. Baca Efesus 4:1-3. Paulus menekankan apa yang baru saja kita pelajari: bahawa tujuan untuk mencapai kesatuan dalam jemaat, kita harus rendah hati, lemah lembut dan sabar dan menunjukkan kasih dalam hal saling membantu. Apa kaitan kerendahan-hati dan kelemah-lembutan dengan kesabaran?

C. Karakter dan Kesabaran

9. Baca Yakobus 1:2-4. Yakobus mengatakan bahawa ini menjadikan iman kita 'matang dan sempurna'. Bagaimana sampai hal ini menjadi buah dari kesabaran?
10. Kesabaran juga berkait rapat dengan mengampuni. Apa yang diajar oleh Alkitab tentang mengampuni kesalahan orang lain terhadap kita? (Matius 18:21-22)



Renungan Peribadi

Fikir sejenak bagaimana kita harus menerapkan pelajaran rohani tentang kesabaran ini ke dalam realiti kehidupan kita:

1. Adakah anda sabar semasa memandu kereta? Haruskah anda berlaku demikian?
2. Sikap seperti apa yang perlu saya miliki dan tunjukkan terhadap orang berdosa lainnya?
3. Bagaimana dengan pekerjaan saya? Adakah saya tidak sabar menunggu kenaikan pangkat? Adakah saya merasa bahawa saya seharusnya diberi lebih banyak tanggungjawab, lebih banyak wang dan lebih banyak kuasa?
4. Bagaimana dengan kesabaran sewaktu saya sedang menunggu di barisan? Adakah beratur itu hanya membuang waktu?

Santapan Minda

“Anda memerlukan kesabaran; Tuhan akan memberikannya jika anda meminta: tapi tidak akan ada kedamaian sehinggalah kemahuan kita ditundukkan. Selindungilah dirimu di bawah bayang-bayang sayap-Nya; bergantunglah pada penjagaan dan kekuasaan-Nya; Pandanglah Dia sebagai seorang doktor baik yang telah menyembuhkan jiwa anda daripada penyakit dan dosa.”

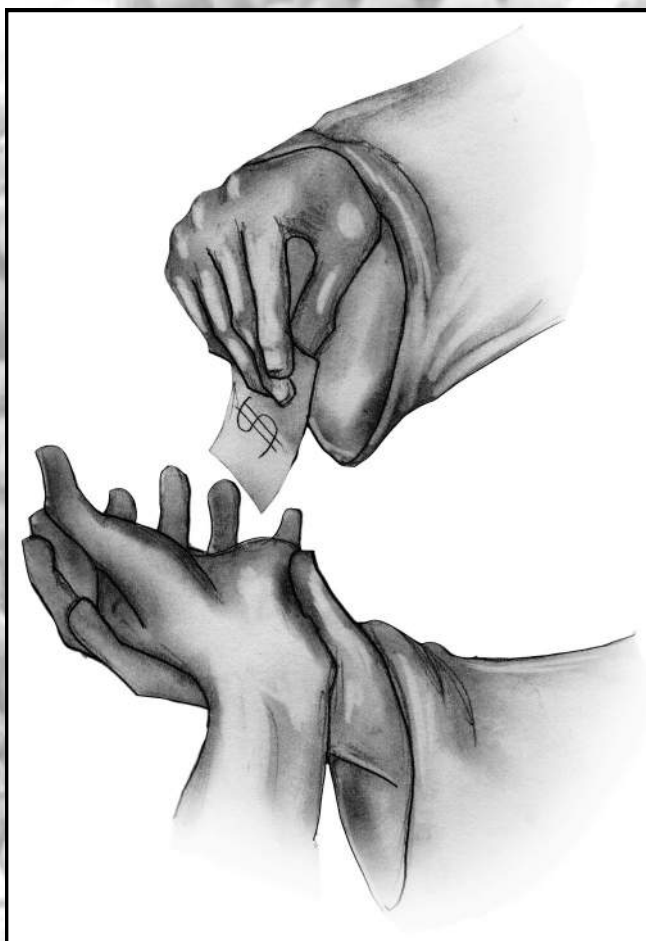
~ John Newton



Doa

Adakah anda merasa tidak sabar? Bagaimana kalau anda memutuskan hal ini: mengisi waktu menunggu dengan pekerjaan yang produktif dan berfaedah. Tunjukkan kemurahan apabila ada yang berlambat-lambat kerana Allah telah bermurah hati kepadamu semasa anda berlambat-lambat melakukan kehendak-Nya. Mahukah anda memutuskan hari ini untuk mencari bantuan Roh Kudus agar menjadi lebih sabar? Berdoalah untuk perkara tersebut.

Buah Roh Adalah Kemurahan & Kebaikan





Ayat Mas Alkitab

“Memang dahulu kamu adalah kegelapan, tetapi sekarang kamu adalah terang di dalam Tuhan. Sebab itu hiduplah sebagai anak-anak terang, kerana terang hanya berbuahkan kebaikan dan keadilan dan kebenaran, dan ujilah apa yang berkenan kepada Tuhan.” (Efesus 5:8-10)



Kata-kata Mutiara

Kerana Allah itu baik dan pemurah, Dia melakukan apa yang baik dan murah hati. Rancangan-Nya ialah untuk memberkati kita dan menunjukkan kebaikan dan kemurahan-Nya kepada manusia sejagat.



Aktiviti Bersama

3 Sikap Kemurahan dan Kebaikan

Menunjukkan kemurahan dan kebaikan adalah sesuatu yang sangat praktikal. Stuart Briscoe dalam bukunya yang bertajuk '*The Fruit of the Spirit*' mengatakan ada tiga sikap kemurahan dan kebaikan yang boleh kita tunjukkan dalam kehidupan seharian kita. Dalam kelompok anda, bincangkan beberapa cara bagaimana itu boleh dilakukan:

Keprihatinan (Simpati)	Kebajikan (Perbuatan Baik)	Kedermawanan (Murah Hati)



Renungan Firman Tuhan

A. Kemurahan itu Sifat Allah

1. Allah menyatakan sifat dan karakter-Nya di Keluaran 34:6-7. Apa yang akan terjadi sekiranya Allah bukan Tuhan Yang Maha Pemurah?
2. Salah satu sifat Yesus adalah kemurahan. Dia selalu mengampuni orang yang yang berdosa dan memberi peluang untuk mereka bertaubat. Apa yang boleh anda belajar daripada Yesus?
3. Bagaimanakah kita juga boleh menumbuhkan Buah Kemurahan dalam kehidupan kita? (Lukas 17:4, Kolose 3:12-13)

B. Kebajikan Mengangkat Kebenaran dan Membenci Kejahatan

4. Apakah sikap Yesus dalam menunjukkan kebaikan kepada orang yang berdosa seperti yang terdapat dalam Lukas 7:37-50?
5. Bagaimana dengan sikap Yesus dalam menegur dan memperbaiki kejahatan? (Matius 21:12-13)
6. Baca Efesus 2:8-10. Apakah alasan kita diciptakan?
7. Bagaimana kita boleh menerapkan kedua-dua bentuk kebaikan (mengangkat kebaikan dan membenci kejahatan/ketidakadilan) seperti yang disarankan oleh Mikha 6:8?



Renungan Peribadi

Saya boleh membuat Roh Kemurahan dan Kebaikan bertumbuh dalam kehidupan saya dengan melakukan beberapa kebaikan dan kemurahan yang praktikal minggu ini:

Kebaikan	Kemurahan

Santapan Minda

“Kata-kata yang baik adalah singkat dan mudah untuk diucapkan, tetapi gema mereka benar-benar tidak berkesudahan.”

~ Mother Teresa

“Biarkan aku melakukan semua yang baik yang boleh aku lakukan, kepada semua orang yang aku mampu, sesering mungkin, kerana aku tidak akan melewati jalan ini lagi.”

~ John Wesley



Doa

Berdoalah supaya kemurahan dan kebaikan Tuhan berlimpah dalam kehidupan anda, dan sebagai respon daripada kebaikan dan kemurahan itu, anda juga dapat menunjukkan kemurahan dan kebaikan kepada orang lain.

Buah Roh Adalah Kesetiaan





Ayat Mas Alkitab

“Benarlah perkataan ini: "Jika kita mati dengan Dia, kitapun akan hidup dengan Dia; jika kita bertekun, kitapun akan ikut memerintah dengan Dia; jika kita menyangkal Dia, Diapun akan menyangkal kita; jika kita tidak setia, Dia tetap setia, kerana Dia tidak dapat menyangkal diri-Nya.” (2 Timotius 2:11-13)



Kata-kata Mutiara

Kesetiaan bermakna anda pegang kepada satu komitmen, pegang kepada janji dan kata-kata anda walaupun itu mempunyai kos tanpa mengambil jalan keluar yang mudah. Kesetiaan juga bermakna anda cuba memperbaiki perhubungan kerana anda menghargai keluarga dan teman-teman anda.



Aktiviti Bersama

Tuntutan Bagasi Kesetiaan

Pada gambar bagasi di bawah ini, tuliskan 5 perkara yang menurut anda harus mengutamakan kesetiaan:



Renungan Firman Tuhan

1. Baca 2 Timotius 2:11-13. Apa yang boleh anda pelajari tentang kesetiaan Allah? Kongsi bagaimana Tuhan telah setia terhadap anda.

2. Baca Wahyu 2:8-11. Apakah karakter dan sifat seorang Kristian yang setia?
3. Baca Matius 25:14-15. Apakah yang menjadi dasar dari tuan tersebut dalam memutuskan pembahagian hartanya?
4. Baca Matius 25:16-23. Kita dapati bahawa orang yang mempunyai sepuluh talenta dan yang seorang lagi dengan empat talenta, masing-masing mendapat harta 100% dan 40%. Empat puluh peratus adalah nilai gagal di sekolah. Mengapa keduanya disebut 'setia'?
5. Baca Matius 25:24-27. Kalau hamba menaruh talenta di bank dan mendapatkan bunga, apakah ia akan diberi pujian? Apakah hamba ini dikecualikan oleh tuannya kerana ia hanya memiliki satu talenta?
6. Apakah yang harus kita lakukan untuk menghindari dari nasib hamba dengan satu talenta?
7. Baca Matius 25:28-29. Mengapa yang satu talenta diberikan kepada hamba dengan sepuluh talenta dan bukan kepada hamba dengan empat talenta?
8. Dengan merenungkan kedua kisah ini, gambaran apakah yang anda mengerti tentang kesetiaan?
9. Bagaimanakah ketidak-setiaan mempunyai kesan yang negatif dalam perkara-perkara berikut:
 - Persahabatan anda
 - Keluarga anda
 - Iman dan kepercayaan anda



Renungan Peribadi

Evaluasi Diri

1. Adakah kawan-kawan anda boleh mengharapkan anda?
2. Adakah anda masih mahu berteman dengan seseorang yang sudah mengecewakan anda?
3. Bolehkah keluarga anda mengharapkan anda?
4. Adakah anda pegang pada janji yang telah anda buat?
5. Adakah anda menganggap diri anda sebagai seorang hamba Kristus yang setia?

Santapan Minda

“... Tuhan mengurniakan kesetiaan di atas keberhasilan, yang menempatkan kita pada tempat berdiri yang sama, samada kita terkenal untuk keberkesanan kita atau tidak diketahui orang akan kesetiaan kita.

~ John Piper



Doa

Inilah cabarannya. Mahukah anda memutuskan (dengan bantuan Roh Kudus) mencari untuk mengerti dengan sepenuhnya kehendak Allah? Dengan meningkatnya pengertian anda akan kehendak Allah, mahukah anda menggunakan talenta semula jadi anda untuk memajukan kehendak Allah? Dengan demikian, berharaplah akan kata-kata ini: ‘Baik sekali perbuatanmu itu, hai hambaku yang setia! . . . Masuklah dan turutlah dalam kebahagiaan tuanmu.’

Buah Roh Adalah Kelemahlembutan





Ayat Mas Alkitab

“Jawaban yang lemah lembut meredakan kegeraman, tetapi perkataan yang pedas membangkitkan marah.” (Amsal 15:1)



Kata-kata Mutiara

Kesombongan membuat kita penuh dengan kepalsuan tetapi kerendahan hati membuat kita lebih nyata.

~ Thomas Merton, *No Man Is An Island* (1955)



Aktiviti Bersama

Kerendahan Hati Musa

“Adapun Musa ialah seorang yang sangat lembut hatinya, lebih dari setiap manusia yang di atas muka bumi.” (Bilangan 12:3).

Kenapa Musa disebutkan sebagai orang yang paling berlemah lembut? Dalam kelompok kecil anda, buat senarai sifat dan karakter Musa dengan melihat ‘kesaksian Allah’ terhadap Musa di Bilangan 12: 6-8.



Renungan Firman Tuhan

A. Tuhan yang Lemah Lembut?

1. Baca Matius 11:28-30. Apa yang boleh kita belajar tentang lemah lembut (rendah hati) dari Yesus?

2. Ayat tersebut menyarankan bahawa kelemahlembutan Yesus menjadikan hidup kita lebih baik. Bagaimana caranya?

B. Anda yang Lemah Lembut?

3. Menurut anda, kenapakah Yakobus menasihati kita untuk menerima pengajaran firman Allah dengan lemah lembut, samada melalui pembacaan ataupun orang yang berkhutbah? (Yakobus 1:21)
4. Baca 1 Petrus 3:15-16. Bagaimana dan kenapakah kita harus bersikap lemah lembut kepada orang lain?
5. Lemah lembut juga harus menjadi satu ciri penting dalam seorang pemimpin. Kenapakah itu sangat penting? (2 Timotius 2:24-25)

C. Warisan bagi Orang Lemah Lembut

6. Baca Filipi 2:5-7. Menurut anda, mengapa Yesus datang ke bumi dan 'mengosongkan' Diri-Nya sendiri?
7. Baca Filipi 2:8. Yesus melepaskan hak-Nya dengan lemah lembut. Bagaimana kita dapat menerapkan konsep ini dalam kehidupan kita?
8. Yesus berkata dalam Matius 5:5 bahawa orang yang lemah lembut akan mewarisi bumi. Bagaimanakah hal tersebut terjadi pada Yesus?
9. Bagaimanakah orang yang lembut dan rendah hati akan mewarisi bumi menurut ayat ini?

10. Haruskah kita selalu menerima dengan lembut apapun ketidakadilan yang terjadi di atas bumi? Baca Mazmur 82:3-4 dan Matius 5:38-42. Rumuskan.



Renungan Peribadi

Kenapakah lemah lembut penting dalam kesaksian seorang Kristian? Bagaimana kelemahlembutan menyentuh kehidupan harian seorang Kristian, dan kehidupan gereja?

Santapan Minda

“Kekuatan pada kelemahlembutan tersembunyi daripada banyak mata dengan apa yang mereka anggap sebagai satu kepatuhan orang yang pengecut. Tapi penilaian yang teliti terhadap Musa, Kristus dan Paulus, menunjukkan bahawa mereka patuh bukan kerana mereka lemah, tetapi kerana mereka memilih untuk menjadi kuat.

~ Stuart Briscoe, 1983



Doa

Adakah anda perlu mengubah cara anda semasa berurusan dengan orang-orang yang menyerang dan mencemooh dirimu dan imanmu? Hanya Allah yang dapat mengubah hati manusia. Mahukah anda meminta Roh Kudus memberi kita sikap yang lemah lembut dan rendah hati? Berdoalah untuk hal tersebut.

Buah Roh Adalah Penguasaan Diri





Ayat Mas Alkitab

“Pencobaan-pencobaan yang kamu alami ialah pencobaan-pencobaan biasa, yang tidak melebihi kekuatan manusia. Sebab Allah setia dan karena itu Ia tidak akan membiarkan kamu dicobai melampaui kekuatanmu. Pada waktu kamu dicobai Ia akan memberikan kepadamu jalan ke luar, sehingga kamu dapat menanggungnya.” (1 Korintus 10:13)



Kata-kata Mutiara

Orang yang mampu mengawal kehendaknya adalah lebih baik [kuat] daripada orang yang menawan sebuah kota. ~ Talmud

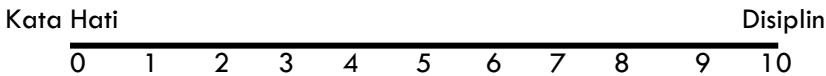


Aktiviti Bersama

Penguasaan Diri

Yakobus menyatakan sesiapa yang dapat mengendalikan lidahnya, dia adalah seorang yang sempurna (Yakobus 3:2). Maka, seseorang yang berjaya adalah orang yang dapat mengamalkan penguasaan diri atau disiplin diri.

Soalan (1): Orang yang suka menurut kata hati mempunyai masalah yang lebih besar jika dibandingkan dengan orang yang berdisiplin. Adakah anda seorang yang suka menurut kata hati atau lebih berdisiplin? Bulatkan skala anda.



Soalan (2): Kongsikan satu situasi bila anda berjaya mempraktikkan penguasaan diri. Kongsikan juga satu situasi di mana anda gagal dalam penguasaan diri. Apa perbezaan yang dapat anda lihat dari kedua-dua situasi ini?



Renungan Firman Tuhan

A. Pelatihan

1. Baca 1 Korintus 9:24-25. Apakah mahkota ‘yang abadi’ itu?

2. Adakah syurga itu seperti satu pertandingan marathon (iaitu hanya ada satu pemenang) atau satu pemenang untuk setiap kategori (contohnya kategori pelajar, penganjur, pelukis dsbnya)? Apa yang sebenarnya Paulus cuba terangkan di ayat-ayat ini?
3. Baca 1 Korintus 9:26-27. Paulus memberikan kita dua lagi analogi: berlari tanpa mengetahui garis penamat, dan pertandingan tinju di mana peninju hanya memukul angin. Bagaimana kita melatih diri kita dalam penguasaan diri?

B. Tujuan-tujuan Pelatihan

4. Baca 1 Korintus 10:6-7. Bagaimanakah anda menjelaskan tujuan pelatihan penguasaan diri ini?
5. Bagaimanakah anda menjelaskan tentang tujuan pelatihan penguasaan diri adalah untuk kesucian diri (kesucian seksual)? (1 Korintus 10:8)
6. Apa maksud “mencobai Allah” dalam ayat 9? Baca Bilangan 21:4-6. Ini adalah peristiwa yang dimaksudkan Paulus. Bagaimanakah anda menerangkan dosa ini?
7. Kenapa kita juga harus menguasai diri daripada bersungut-sungut? (ayat 10)

C. Melawan Pencobaan

8. Apakah peranan kita dan peranan Allah dalam hal pencobaan dan mengendalikan diri? (1 Korintus 10:13)
9. Baca Kolose 3:1-3. Apakah saranan yang diberikan untuk melawan pencobaan? Tujuan apa yang diberikan kepada kita?



Renungan Peribadi

Evaluasi Diri

1. Bahagian kehidupan manakah anda memerlukan lebih banyak penguasaan diri?
2. Adakah anda sangat berhati-hati dengan perkataan dan kata-kata yang diucapkan kepada orang lain?
3. Adakah mereka yang mengenali anda mengatakan anda seorang yang berjaya dalam penguasaan diri?

Santapan Minda

“Jika anda tidak boleh membentuk diri anda sepenuhnya seperti yang anda inginkan, bagaimana anda boleh mengharap orang lain untuk menyukai anda sepenuhnya?”

~ Thomas a kempis



Doa

Paulus adalah penyokong terkuat dalam Alkitab tentang keselamatan melalui kasih karunia sahaja. Tetapi kita dapat melihat dalam ayat-ayat hari ini bahawa hidup kekristianan adalah suatu bentuk kerjasama di mana tujuan-tujuan benar perlu ditetapkan dan usaha gigih harus diberi untuk mencapai tujuan-tujuan tersebut. Allah tidak akan membiarkan masalah-masalah dosa di luar kendali kita, tetapi kita dipanggil untuk hidup dengan pengendalian diri. Mahukah anda berjanji untuk bangkit dari tempat duduk rohani anda dan mulai pelatihan untuk hidup yang benar? Berdoalah untuk itu.

Panduan Pembimbing

Sesi 1: Kita Harus Berbuah



Objektif-Objektif Sesi

1. Memahami Buah Roh adalah sejajar dengan sifat dan karakter Allah.
2. Memahami tujuan kita ditanam oleh Allah adalah untuk berbuah dan bagaimana kita boleh bertumbuh dalam Buah Roh.
3. Mengetahui bahawa Allah mendisiplinkan kita supaya kita bertumbuh.
4. Mengetahui buah-buah lain yang bertentangan dengan Buah Roh.



Pencetus Minat

Tuhan Pekebun Agung

Bahagikan para peserta kepada beberapa kumpulan kecil. Minta mereka membaca Galatia 5:22-23 tentang Buah Roh dan suruh mereka melukis sebuah pohon yang mempunyai beraneka buah untuk melambangkan setiap buah Roh tersebut. Minta mereka jelaskan juga tentang pilihan buah mereka.



Aktiviti Bersama

Buah Roh	Sifat & Karakter Allah	Perintah dalam Alkitab
Kasih	Allah adalah kasih (1 Yohanes 4:16)	Kasihilah Tuhan, Allahmu dan kasihilah sesama (Matius 22:37-39)
Sukacita	Dia bergirang karena engkau dengan sukacita (Zefanya 3:17)	Bersukacitalah senantiasa dalam Tuhan (Filipi 4:4)
Damai	Allah damai sejahtera (Ibrani 13:20)	Carilah perdamaian dan berusaha mendapatkannya (1 Petrus 3:11)
Kesabaran	Dia sabar terhadap kamu (1 Petrus 3:9)	Sabarlah terhadap semua orang (1 Tesalonika 5:14)

Buah Roh	Sifat & Karakter Allah	Perintah dalam Alkitab
Kemurahan	Kemurahan-Nya terhadap kita (Efesus 2:7)	Kenakanlah belas kasihan, kemurahan (Kolose 3:12)
Kebaikan	Aku percaya akan melihat kebaikan TUHAN (Mazmur 27:13)	Berbuat baik kepada semua orang (Galatia 6:10)
Kesetiaan	Besar kesetiaan-Mu (Ratapan 3:23)	Hendaklah engkau setia sampai mati (Wahyu 2:10)
Kelemah-lembutan	Aku lemah lembut dan rendah hati (Matius 11:29)	Bersikap lemah lembut terhadap semua orang. (Titus 3:2)
Penguasaan Diri	Dia memperlihatkan kuasa-Nya [dari akar kata Yunani yang sama] (Lukas 1:51)	Berusaha untuk menambatkan pengetahuan penguasaan diri (2 Petrus 1:5-6)



Renungan Firman Tuhan

A. Tujuan kita ditanam

1. Yohanes 15:16 menyatakan bahwa kita telah dipilih oleh Tuhan supaya kita pergi dan menghasilkan buah dan buah itu tetap. Buah yang terbaik sekalipun mempunyai masa hidup yang terhad; buah itu akan dimakan atau akan layu dan mati. Yesus berbicara tentang buah Roh — perubahan hidup kita sehingga serupa dengan gambar-Nya. Walaupun ini merupakan proses seumur hidup, namun “tuaianya” akan memiliki nilai yang tetap.
2. Paulus berbicara mengenai buah kebenaran yang dikerjakan oleh oleh Yesus Kristus untuk memuliakan dan memuji Tuhan.
3. Buah Roh. Sembilan karakternya adalah: kasih, sukacita, damai sejahtera, kesabaran, kemurahan, kebaikan, kesetiaan, kelemahlembutan, penguasaan diri.

B. Syarat-syarat untuk bertumbuh

4. Dalam Yohanes 15: 4, 5, Yesus membandingkan hubungan kita dengan Dia seperti pokok anggur dengan ranting-rantingnya.

5. Dia berjanji bahawa apabila kita tinggal di dalam Dia dan Dia di dalam kita, maka kita akan berbuah.
6. Dia juga berkata bahawa di luar Dia, kita tidak dapat berbuat apa-apa.

Dengan perkataan lain, Yesus berkata bahawa Dia harus hidup dalam kita, firman-Nya harus tinggal dalam hati kita, dan kita harus benar-benar bersatu dengan Dia agar kita dapat berbuah. Sebagaimana batang pohon memberi makan kepada seluruh tanaman, sehingga menyebabkan daun dan bunganya bertunas, demikian pula kita akan bertumbuh dalam kasih Yesus, kesabaran-Nya, sukacita-Nya, dan damai sejahtera-Nya apabila kita secara aktif mengambil makanan rohani kita dari Dia. Kedua syarat pertama ini tidak sulit untuk dimengerti.

Ketika kita menjadi orang Kristian, Yesus datang untuk tinggal di dalam kita. Apabila kita membaca, merenungkan dan menaati Firman-Nya, maka Firman-Nya tinggal dalam hati kita. Namun demikian, Yesus juga berkata bahawa kita harus tetap tinggal di dalam Dia. Bila kita terpisah dari Dia, kita akan mati secara rohani. Sangatlah penting bahawa kita mengerti prinsip ini: Kehidupan jasmani tidak dapat menghasilkan sesuatu yang rohani; hanya bila kita bersatu dengan sumber kehidupan rohani maka kita dapat menghasilkan buah yang rohani.

7. Pertanyaan yang besar tadi sekarang menjadi pertanyaan yang sangat praktikal: Bagaimana kita dapat mempertahankan kesatuan yang penting dengan Yesus ini? Dalam Injil Yohanes 15:10-12, kita akan tinggal di dalam Yesus apabila kita menaati perintah-Nya untuk saling mengasihi, sama seperti Dia mengasihi kita.

Yesus memberi kita gambaran yang jelas tentang erti tetap tinggal di dalam Dia. Bila kita memilih untuk saling mengasihi dengan kasih-Nya yang penuh pengorbanan itu, maka kita akan menghasilkan buah dengan berkelimpahan. Firman: Filipi 2:12, 13. *"Hai saudara-saudaraku yang kekasih, kamu senantiasa taat; kerana itu tetaplah kerjakan keselamatanmu dengan takut dan gentar, bukan saja seperti waktu aku masih hadir, tetapi terlebih pula sekarang waktu aku tidak hadir, kerana Tuhanlah yang mengerjakan di dalam kamu baik kemauan maupun pekerjaan menurut kerelaan-Nya."*

Keselamatan selalu merupakan pemberian percuma dari Tuhan — sekali dan untuk selamanya. Tidak ada yang dapat kita lakukan untuk mendapatkannya atau menambahnya. Namun demikian, keselamatan juga merupakan pekerjaan yang bertahap untuk "dikerjakan" dengan sungguh-sungguh dalam diri kita oleh ketaatan

kita melalui pertolongan Roh Kudus. Apabila kita ingin menjadi orang Kristian yang berbuah, maka kita harus memilih untuk taat kepada Tuhan.

C. Dipangkas supaya berbuah

8. Yohanes 15:2-3 mengatakan bahawa Tuhan memangkas ranting-ranting (atau bahagian-bahagian dalam kehidupan kita) yang tidak berbuah dan juga ranting-ranting yang berbuah akan dibersihkan-Nya. Ini dilakukan agar kita lebih berbuah banyak. Salah satu cara pemangkasan (atau pembersihan) adalah dengan menerima Firman yang telah Dia katakana kepada kita.
9. Ibrani 12: 10,11. Tuhan mendisiplin (memangkas kita) supaya kita beroleh bahagian dalam kekudusan-Nya. Disiplin ini menghasilkan buah kebenaran kepada mereka yang dilatih oleh-Nya.

“Kerana apa yang ditabur orang, itu juga yang akan dituainya. Sebab barangsiapa menabur dalam dagingnya, ia akan menuai kebinasaan dari dagingnya, tetapi barangsiapa menabur dalam Roh, ia akan menuai hidup yang kekal dari Roh itu.”

Kita lihat di sini hasil-hasil nyata dari pilihan kita. Bila kita menabur untuk menyenangkan sifat-sifat kita yang penuh dosa, maka kita akan menuai kebinasaan, tapi bila kita menabur untuk menyenangkan Roh, maka kita akan menuai dalam Roh (Galatia 6:7b,8). Bila kita tidak memilih untuk menumbuhkan buah Roh, maka kita akan segera menghasilkan buah dari sifat dosa kita. Tuhan ingin agar kita bekerjasama dengan Dia supaya kita dapat menghasilkan buah Roh yang indah, yang memiliki nilai kekal, dan bukan buah kedagingan yang pahit dan beracun. Dia menyerahkan pilihannya kepada kita. Adakah anda rindu untuk menjadi orang Kristian yang berbuah, orang yang kehidupan dan tindakannya mencerminkan karakter Yesus sehingga anda dapat menarik orang kepada-Nya?



Renungan Peribadi

Tidak ada bahagian ayat dalam Alkitab yang menampilkan kontras yang lebih jelas di antara gaya hidup orang percaya yang dipenuhi Roh dengan gaya hidup orang yang dipimpin oleh tabiat manusia berdosa, selain Galatia 5:16-26. Paulus tidak hanya membahas perbezaan gaya hidup secara umum dengan menekankan bahawa Roh dan tabiat berdosa itu saling bertentangan, tetapi ia juga mencantumkan senarai khusus baik dari perbuatan tabiat berdosa maupun buah Roh. Perbuatan tabiat berdosa (Galatia 5:19-21) meliputi:

1. “Percabulan” (Yun. *porneia*) iaitu kelakuan dan hubungan seksual amoral; termasuk menyenangi gambar, film, atau bacaan porno (Kel 20:14; Mat 5:31-32; 19:9; Kis 15:20, 29; 21:25; 1Kor 5:1).
2. “Kecemaran” (Yun. *akatharsia*) iaitu dosa-dosa seksual, perbuatan yang jahat dan kotor, termasuk fikiran dan keinginan hati (Ef 5:3; Kol 3:5).
3. “Hawa nafsu” (Yun. *aselgeia*) iaitu sensualiti, mengikuti nafsu dan keinginan diri sehingga tidak lagi merasa malu dan tidak sopan (2 Korintus 12:21).
4. “Penyembahan berhala” (Yun. *eidololatria*) iaitu menyembah roh-roh, orang atau patung berhala; kepercayaan pada seseorang, lembaga, atau benda yang dianggap berkuasa setara dengan atau lebih daripada Allah dan Firman-Nya (Kol 3:5).
5. “Sihir” (Yun. *pharmakeia*) iaitu ilmu sihir, spiritisme, ilmu hitam, menyembah setan-setan dan penggunaan dadah untuk memperoleh pengalaman-pengalaman “rohani” (Kel 7:11, 22; 8:18; Why 9:21; 18:23).
6. “Perseteruan” (Yun. *echthra*) iaitu maksud dan perbuatan bermusuhan yang hebat; kebencian atau permusuhan yang sangat.
7. “Perselisihan” (Yun. *eris*) iaitu bertengkar, antagonisme, perebutan keunggulan (Rm 1:29; 1Kor 1:11; 3:3).
8. “Iri hati” (Yun. *zelos*) iaitu benci, marah, cemburu akan keberhasilan orang lain (Rm 13:13; 1Kor 3:3).
9. “Geram” (Yun. *thumos*) iaitu kemarahan meledak yang berkobar-kobar dengan kata-kata atau tindakan yang keras (Kol 3:8).
10. “Ambisi yang mementingkan diri” (Yun. *eritheia*) iaitu, mencari kekuasaan (2 Kor 12:20; Flp 1:16-17).
11. “Pertikaian” (Yun. *dichostasia*) iaitu, memperkenalkan ajaran yang memecah-belah yang tidak didukung Firman Allah (Rm 16:17).
12. “Roh pemecah” (Yun. *hairesis*) iaitu pemisahan jemaat kepada berbagai kelompok tertutup yang menghancurkan persatuan gereja (1Kor 11:19).
13. “Kedengkian” (Yun. *phthonos*) iaitu perasaan tidak suka, bercampur benci, terhadap orang lain yang memiliki sesuatu yang kita inginkan.
14. “Kemabukan” (Yun. *methe*) iaitu merosak penguasaan mental atau fisikal dengan minuman keras.
15. “Pesta pora” (Yun. *komos*) iaitu berpesta dan bersukaria secara berlebihan, suasana pesta dengan minuman keras, dadah, kegiatan seks atau yang semacam itu.



Doa

Galakkan mereka untuk berdoa mengikut doa yang telah disediakan.

Sesi 2 : Buah Roh adalah Kasih



Objektif-Objektif Sesi

1. Mempelajari Buah Roh adalah kasih.
2. Mengetahui tiga muka kasih.
3. Mengetahui perintah Allah untuk mengasihi Tuhan dan mengasihi sesama manusia.
4. Merenung erti kasih dan bagaimana kita boleh menerapkan apa yang telah dipelajari tentangnya.



Pencetus Minat

Bahagikan para peserta kepada beberapa kumpulan dan minta mereka berbincang bagaimana 'kasih yang berasal dari Allah' membolehkan orang melakukan perkara yang biasanya tidak mahu dilakukan oleh orang lain:

- ☐ Bekerja dan memperhatikan pesakit kusta di satu koloni orang berkusta.
- ☐ Menjaga kanak-kanak dan orang dewasa yang kurang upaya (mental, fizikal).
- ☐ Menjadi penginjil di kalangan orang-orang yang bersikap memusuhi, atau di pendalaman yang terpencil.
- ☐ Pelayanan memberi makan kepada orang-orang gelandangan.
- ☐ Pelayanan rumah anak yatim dan kanak-kanak terbiar.
- ☐ Pelayanan pesakit AIDS, penagih dadah atau bekas banduan.



Aktiviti Bersama

Jelaskan kepada mereka bahawa kasih mempunyai 'tiga muka', yang dapat dibezakan dari akar kata dalam Bahasa Yunani.

- (1) **Eros** (cinta kasih) – Ini adalah kasih yang disebut dalam semua lagu pop. Ini adalah romantik, jasmani, penuh dengan perasaan dan keinginan. Asasnya adalah yang hanya pandai menerima, dan bukan memberi kerana kasih ini menuntut sehingga orang menyerahkan diri kepada orang lain. Ia tidak tahan lama berseendirian, dan boleh hancur bila tidak dikuatkan dengan kasih persahabatan. Perkahwinan boleh hancur bila cinta kasih itu sudah hilang. Contoh dalam Alkitab adalah seperti cerita Tamar dan Amnon (2 Samuel 13).
- (2) **Phileo** (kasih persahabatan) – Merupakan kasih persahabatan antara kawan-kawan karib. Mereka saling mengasihi kerana

mempunyai kegemaran yang sama, pekerjaan yang agak sama, keperibadian yang cukup sama, ataupun yang berlainan tetapi saling menarik. Kasih ini bersifat murah hati dan pandai member kepada kawan. Contoh dalam Alkitab adalah seperti Daud dan Yonatan, Rut dan Naomi, Paulus dan kawan-kawan sekerjanya.

- (3) **Agape** - iaitu kasih yang memperhatikan dan mencari yang terbaik bagi orang lain tanpa alasan yang menguntungkan (Roma 5:5; 1Kor 13; Efesus 5:2; Kolose 3:14). Ia adalah kasih yang member, melayani, menyerahkan diri, tidak mementingkan diri dan ditawarkan kepada seorang lain tanpa syarat tanpa mengharap balasan. Ia berbeza daripada kasih yang lain kerana dilakukan oleh kehendak bukan fikiran atau perasaan, dan berasal dari Allah bukan manusia.

Kasih agape bukan bergantung kepada tabiat atau kelakuan orang yang dikasihi, melainkan pada penyerahan orang yang mengasihinya. Itulah sebabnya kasih agape dapat terus menerus mengasihi sepasangan yang tidak membalas kasihnya bahkan merosakkannya. Kasih agape menjawab masalah perkahwinan yang kurang memuaskan, masalah jangka panjang atau pendek, dalam kesusahan atau senang, baik atau buruk – dengan cara yang kurang memperhatikan perasaan dan keperluannya sendiri!



Renungan Firman Tuhan

A. Kasihi Tuhan Allahmu

1. Soalan ini bertujuan untuk menguji adakah para peserta dapat membezakan ketiga-tiga jenis kasih menurut Bahasa Yunani (eros, phileo dan agape). Di kebanyakan waktu, kita hanya mengasihi Tuhan di bibir sahaja (iaitu sudah biasa dengan ungkap dalam lagu “I love you Lord” atau “God loves you” sehingga tidak membawa apa-apa maksud yang dari hati!)
2. Hal-hal itu berbeza antara satu sama lain. ‘Hati’ adalah merujuk kepada pengertian kita, ‘jiwa’ menyatakan kemahuan kita dan ‘kekuatan’ menyatakan tenaga kita. Adakah anda mempunyai kasih yang seperti demikian terhadap Tuhan?
3. Itu bererti keinginan semulajadi hati saya.
4. Itu bererti bahawa saya memberikan waktu dan tenaga saya untuk kerajaan Allah.

5. Pertanyaan yang paling sulit adalah 'adakah anda memiliki kasih yang demikian'? Anda dapat mengasihi secara intelektual, dan anda dapat memberikan waktu dan tenaga, tetapi keinginan bukanlah sesuatu yang dapat anda kendalikan.

B. Kasihi Sesama Manusia

6. Biasanya orang akan menjawab 'ya' untuk mengasihi mereka yang kita kenali.
7. Ini adalah satu pertanyaan yang sukar kerana belum tentu kita cuba mengasihi mereka yang tidak kita kenal, apa lagi kalau mereka itu adalah yang tidak kita sukai, berlainan suku/bangsa daripada kita, atau mereka yang berbeza tingkat ekonomi atau sosial daripada kita.
8. Kalau demikian, saya merasa jauh lebih baik kerana saya bergumul dengan pertanyaan yang terakhir. Saya tidak perlu menyukai seseorang untuk memperlakukan mereka dengan adil.
9. Adakah kedua ayat ini menggunakan ukuran 'Apakah yang akan saya perbuat bagi diri saya?'



Renungan Peribadi

Bahagian ini mengajak para peserta untuk merenung apa erti kasih menurut Alkitab. Ini akan menantang/mencabar para peserta adakah kita benar-benar mahu menumbuhkan Roh kasih dalam kehidupan kita?



Doa

Minta mereka mengambil beberapa minit untuk merenung kembali apa yang telah dipelajari dan berdoalah supaya Roh Kudus datang ke dalam hati mereka hari ini dan memberikan pengertian supaya mereka mengerti tujuan kasih Allah. Berdoa juga supaya hati mereka terarah untuk mengasihi.

Sesi 3 : Buah Roh adalah Sukacita & Damai



Objektif-Objektif Sesi

1. Mempelajari Buah Roh adalah sukacita dan damai.
2. Mempelajari bagaimana kita dipenuhi dengan sukacita walaupun dalam kesusahan.
3. Mengetahui erti sebenar damai sejahtera.
4. Bagaimana kita boleh menerapkan apa yang telah dipelajari tentang sukacita dan damai.



Pencetus Minat

Dalam kumpulan yang kecil, bincangkan kenapa Hari Natal sering dikatakan hari yang penuh dengan sukacita dan damai?

Berikut adalah petikan daripada satu perutusan Natal oleh sebuah pemimpin gereja di Indonesia. Anda boleh menggunakan beberapa kata kunci dalam menerangkan damai dan sukacita apabila mereka telah selesai berbincang...

Di tengah sukacita Natal, perayaan kelahiran Yesus Kristus, marilah kita melantunkan mazmur syukur ke hadirat Allah. Dia datang ke dalam dunia untuk membawa damai bagi seluruh umat manusia. Kedatangan-Nya mendamaikan manusia dengan Tuhan dan manusia dengan sesamanya. Dia telah merobohkan tembok pemisah dan membangun persekutuan baru, yang kukuh dan teguh, yang bersumber dan berakar di dalam diri-Nya (Ef. 2:14, dst.). Peristiwa Natal, sebab itu dapat menjadi petunjuk bagi mereka yang rindu untuk hidup dalam damai, khususnya dalam keadaan dewasa ini yang diwarnai ketegangan dan kecenderungan untuk mementingkan diri atau kelompok sendiri.



Aktiviti Bersama

(1) Sukacita

Ada banyak orang yang berpendapat bahawa kalau mereka mempunyai banyak wang, pintar (berpelajaran tinggi dan

berkedudukan) atau sekiranya mereka mempunyai paras yang cantik dan kacak, mereka pasti akan mempunyai sukacita. Tetapi kita juga banyak mendengar tentang kes artis terkenal yang membunuh diri, atau yang mempunyai segalanya (nama, harta, kemewahan) tetapi hidup dalam kesengsaraan.

Tuhan menciptakan kita sedemikian rupa sehingga tidak ada sesuatupun yang boleh memuaskan kita kecuali Diri-Nya. Ada yang mengatakan bahawa, “Tuhan telah menciptakan satu lubang di dalam hati kita di mana hanya Dia sahaja yang dapat mengisikan kekosongan itu.”

“Sukacita” (bahasa Yunaninya adalah *chara*) ialah perasaan senang dan gembira yang berlandaskan kasih, kasih karunia, berkat, janji, dan kehadiran Allah yang dimiliki orang percaya pada Kristus (Lihat Mazmur 119:16; 2 Korintus 6:10; 12:9; 1 Petrus 1:8; Filipi 1:14).

(2) Damai

Damai bukan tentang tidak ada peperangan, pergaduhan, persengketaan, pertengkaran. Kita sering berdoa untuk damai untuk negara dan dunia ini. Tetapi itu bukan damai yang dimaksudkan dalam Buah Roh. Damai bukan sesuatu yang luaran. Tetapi ia adalah keadaan hati kita. Jika anda berasa marah, bimbang atau terganggu – anda tidak akan merasa damai. Begitu juga bila anda merasa ketakutan atau sedang dianiaya.

“Damai sejahtera” (bahasa Yunaninya adalah *eirene*) ialah ketenangan hati dan fikiran yang berlandaskan pengetahuan bahawa semuanya terkawal dan selesai di antara orang percaya dengan Bapanya di syurga (Roma 15:33; Filipi 4:7; 1 Tesalonika 5:23; Ibrani 13:20).



Renungan Firman Tuhan

A. Sukacita walaupun dalam kesusahan

1. Soalan ini lebih berbentuk jawapan peribadi setiap peserta. Anda boleh menyuruh beberapa orang untuk memberitahu para peserta lain apa yang membawa sukacita kepada diri mereka?
2. Tanyakan kalau mereka adalah orang yang ‘moody’ (terlalu ikut perasaan. Melankolik)? Dalam keadaan bagaimanakah sukacita mereka bergantung kepada mood mereka?

3. Kita akan mempunyai sukacita yang penuh sekiranya kita tinggal di dalam Kristus. Tanyakan mereka apa yang dimaksudkan dengan 'tinggal dalam Kristus'? Allah mengasihi kita walaupun kita berdosa (Roma 5:8) Namun, dalam kasih-Nya yang besar, Allah menyingkapkan kepada kita aturan-aturan untuk mencapai hidup yang lebih baik. Jika kita menuruti aturan-aturan tersebut kita mendapatkan keuntungan dari hikmat Allah. Hidup yang lebih baik memberi kita sukacita. Jika kita menyimpang dari aturan kita menderita dan hal-hal tersebut merampas sukacita kita.
4. Kunci dari mendapat sukacita adalah dengan bersyukur. Bersyukur untuk apa sahaja yang terjadi (baik atau buruk). Orang yang tahu bersyukur adalah orang yang lebih banyak sukacita jika dibandingkan dengan mereka yang sentiasa bersungut dan tidak merasa puas dengan apa yang dimilikinya.
5. Kita tetap boleh bersukacita walaupun dalam kesusahan kerana Tuhan adalah perlindungan kita. (dalam Alkitab bahasa Inggeris, ini diterjemah sebagai 'Tuhan adalah kekuatan kita').

B. Damai Sejahtera

6. Kita boleh mengelakkan hati kita daripada gelisah dan bimbang sebab Yesus telah memberi kita Roh Kudus sebagai Penghibur kita (Yohanes 14:26) dan damai sejahtera yang Yesus berikan (ayat 27) adalah yang berkekalan. Apabila jiwa kita merasa aman dan selamat dalam lingkupan Tuhan, kita akan mempunyai damai dalam hati.
7. Kita akan merasa damai sejahtera dalam hidup kita walaupun harus mengharungi 'ombak' dalam kehidupan ini, kerana Yesus adalah Tuhan dan Tuan untuk setiap aspek kehidupan kita.
8. Kita boleh membawa perdamaian kepada mereka yang bertelagah jika kehidupan kita berbuah dengan Buah Damai Sejahtera.



Renungan Peribadi

Galakkan para peserta untuk membuat evaluasi diri sejauh manakah mereka menerapkan pelajaran tentang Buah Sukacita dan Buah Damai Sejahtera dalam kehidupan seharian mereka.



Doa

Ajak mereka berdoa supaya mereka tetap dipenuhi dengan sukacita dan damai sejahtera walaupun menghadapi banyak cabaran dan rintangan dalam hidup; dan bertumbuh dalam Buah Roh Sukacita & Damai.

Sesi 4 : Buah Roh adalah Kesabaran



Objektif-Objektif Sesi

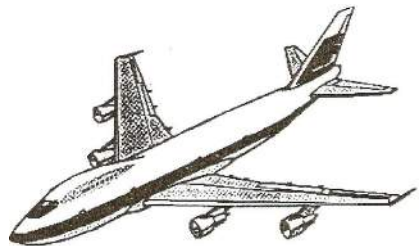
1. Mempelajari Buah Roh adalah kesabaran.
2. Mempelajari tentang kesabaran Allah terhadap manusia
3. Mempelajari erti kesabaran dan bagaimana kesabaran membentuk karakter kita.
4. Bagaimana kita boleh menerapkan apa yang telah dipelajari tentang kesabaran.



Pencetus Minat

Perlepasan Dan Pendaratan

Lukiskan 2 gambar kapal terbang berlepas dan mendarat di atas sehelai kertas yang besar (atau di papan tulis).



Setiap peserta diminta untuk memberitahu sikap/kebiasaan baik apakah yang mereka ingin kekalkan atau tingkatkan (tuliskan di Gambar Pendaratan); dan sikap/tabiat buruk apakah yang mereka ingin buang (tuliskan di Gambar Perlepasan).



Aktiviti Bersama

Aktiviti ini adalah lanjutan daripada Pencetus Minat, tetapi lebih fokuskan kepada 'kesabaran'. Kita selalu merasa kecewa atau marah bila ada yang tidak kena dengan apa yang kita harapkan. Banyak kali kerana ketidak-sabaran kita. Contohnya ketika memandu kereta, menunggu orang, dsbnya. Kita banyak dikecewakan, atau mengecewakan orang dengan sikap tidak sabar.

"Kesabaran" (dalam bahasa Yunani: *makrothumia*) menurut Alkitab adalah ketabahan, panjang sabar, tidak mudah marah atau putus asa (Efesus 4:2; 2 Timotius 3:10; Ibrani 12:1).

Sebenarnya, kata ‘menderita’ juga merupakan cara lain untuk menterjemahkan kata sabar. Adakah anda mahu menderita? *The New Bible Dictionary* mendefinisikan kesabaran sebagai ‘bertahan di hadapan lawan atau tekanan.’



Renungan Firman Tuhan

A. Allah dan Kesabaran

1. *The Interlinear Bible* mengungkapkan bahawa bahasa Ibraninya untuk ‘panjang sabar’ (Keluaran 34:6) bererti ‘menderita.’ Jadi, apa yang Allah sebutkan mengenai diri-Nya sangat mirip dengan kata ‘kesabaran’ yang digambarkan sebagai buah Roh di dalam Galatia 5:22.
2. Dalam konteks ayat ini, dalam cara apa Allah tidak cepat marah? Dalam cara apa Dia sabar? Semua gambaran ini adalah berkenaan dengan bagaimana Allah berurusan dengan manusia yang berdosa. Jadi, tidak cepat marah ertinya tidak cepat marah dengan dosa-dosa kita. Kita harus bersyukur Allah tidak langsung menghukum (atau membinasakan) kita ketika kita berdosa. Dia member kita peluang kedua untuk bertaubat!
3. Jika Allah menunjukkan panjang sabar terhadap dosa-dosa saya, saya juga perlu menunjukkan panjang sabar terhadap dosa-dosa orang lain terhadap saya.
4. Kita semua faham mengapa kita ingin Allah menunjukkan kesabaran-Nya kepada kita sewaktu kita berbuat dosa. Namun, mengapa Dia harus melakukannya? Apa faedahnya menunggu? Kita baca ayat dalam Keluaran tadi, setelah dosa ada penghukuman. Jadi, tampaknya Allah bersabar supaya member kita peluang dan berharap bahawa kita akan berpaling dari dosa-dosa kita dan luput dari hukuman.
5. Mengapa Yoel dan Petrus sama-sama meminta kita berpaling dari dosa-dosa kita? Allah bukan sentiasa menunggu peluang untuk ‘memancung kepala kita.’ Dia bukan menanti-nanti masa yang sesuai untuk membinasakan kita. Sebaliknya, Allah memberi waktu dengan harapan kita akan berpaling kepada-Nya. (Yoel 2:13 dan 2 Petrus 3:8-9)

B. Anda dan Kesabaran

6. Jika Allah menunjukkan kesabaran kepada kita supaya kita boleh

berpaling daripada dosa, maka kita wajib memberikan kesempatan yang sama kepada orang lain. Renungkan hal ini sejenak. Dosa apa yang Allah telah mengampuni anda? Bandingkan dengan dosa dari orang-orang yang menguji kesabaran anda. Bagaimana dengan sikap ibu bapa dalam menangani anak-anak mereka? Bagaimana pula anak-anak dalam menghadapi orang tua mereka?

7. Roma 15:5 menyarankan kerukunan. Kita harus bertekun untuk membantu meningkatkan kesatuan dalam persekutuan kita. Pernahkah anda bertemu seseorang yang berniat menunjuk dosa/kesalahan orang lain? Bagaimana perasaan anda jika ada orang yang selalu menunjuk kesalahan anda? Kerana Allah telah menunjukkan kesabaran (ketekunan) terhadap kita, maka kita perlu menunjukkan kesabaran yang sama terhadap sesama anggota jemaat. Sikap sabar meningkatkan kesatuan dalam jemaat.
8. Dalam Efesus 4:1-3, Paulus menulis tentang rendah hati dan lemah lembut. Apa kaitan kerendahan-hati dan kelemah-lembutan dengan kesabaran? Cuba fikirkan berapa banyak orang Kristian 'menegur' anggota jemaat lainnya kerana angkuh dan tidak menunjukkan kelemah-lembutan?

C. Karakter dan Kesabaran

9. *The New International Version* menerjemah kata terakhir dari ayat 3 dalam Yakobus 1:2-4 sebagai 'kegigihan.' Terjemahan lain menyebut 'kesabaran', 'ketegaran', atau 'ketabahan'. Ini merupakan aspek lain dari kesabaran. Kesanggupan untuk memandang ke depan dalam iman manakala kita melalui percubaan akan membuat kita menjadi lebih matang dan sempurna. Bila kita mengalami hal yang tidak menyenangkan, jika kita bersandar pada Allah, Dia akan menyertai kita. Kita akan memperoleh keyakinan bila percubaan yang berikut datang. Kita memandang ke belakang kepada apa yang Allah telah lakukan di masa lalu dan kita memiliki keyakinan bahawa Dia akan hadir dan kembali menolong. Iman seperti ini memberi kita sikap yang matang.
10. Kita harus terus-menerus mengampuni kesalahan orang terhadap kita. Buah Kesabaran harus ditumbuhkan dalam karakter kita sebagai anak Tuhan.



Renungan Peribadi

Bahagian ini membantu para peserta untuk bagaimana menerapkan Buah Kesabaran dalam kehidupan kita sehari-hari. Ingatkan mereka bahawa kesabaran adalah ketabahan, panjang sabar, tidak mudah marah atau putus asa.



Doa

Mintalah daripada Roh Kudus untuk bertumbuh dalam Roh Kesabaran.

Sesi 5 : Buah Roh Adalah Kemurahan & Kebaikan



Objektif-Objektif Sesi

1. Mempelajari Buah Roh adalah kemurahan dan kebaikan.
2. Mempelajari tiga sikap kemurahan dan sifat kemurahan Allah.
3. Mempelajari kebaikan juga bermaksud untuk mengangkat kebenaran dan membenci kejahatan.
4. Bagaimana kita boleh menerapkan apa yang telah dipelajari tentang kemurahan dan kebaikan.



Pencetus Minat

Jalan Dengan Kepercayaan (5-10 minit)

1. Bahagikan para peserta kepada berpasangan.
2. Tutup mata salah seorang daripada mereka dengan sapu tangan. Dia akan dipimpin oleh pasangannya untuk berjalan-jalan di ruang tersebut.
3. Orang yang memimpin harus mendedahkan pasangan yang ditutup matanya dengan pelbagai ransangan. Contohnya, naik turun tangga atau keluar dari ruang, bantu mereka menyentuh beberapa objek, berjalan dalam kelajuan yang berlainan (berlari-lari anak, melompat) dsbnya. Syaratnya adalah: TIDAK BOLEH BERKATA APA-APAPUN!
4. Selepas 3-5 minit, tukar peranan dan biar yang seorang lagi ditutup matanya.
5. Selepas 3-5 minit, kumpulkan semua orang dan tanyakan perasaan mereka:
 - Apa yang mereka fikirkan tentang orang yang memimpin mereka?
 - Adakah anda merasa tidak dapat kawal apa-apa dan hanya mampu serahkan 'nasib' ke tangan si pemimpin?
 - Apa yang mereka belajar tentang diri mereka?
 - Bagaimana ini dikaitkan dengan hubungan kita dengan Tuhan atau sesama?



Aktiviti Bersama

- (1) **Keprihatinan (simpati)** ialah cuba meletakkan diri kita di dalam situasi yang sedang dialami oleh seseorang. Kita cuba merasa

bersama, dan daripadanya timbul rasa belas kasihan yang membuat kita mengambil keputusan untuk membuat sesuatu bagi membantu mereka yang dalam kesusahan.

- (2) **Kebajikan (perbuatan baik)** ialah satu pilihan. Ia melibatkan kita bersusah payah sedikit untuk melakukan sesuatu yang baik terhadap seseorang (termasuk mereka yang tidak kita kenal). Contohnya, mengambil inisiatif untuk berjalan ke stesen minyak yang terdekat bila anda nampak ada sebuah kereta yang terkandas tidak boleh buat apa-apa kerana kehabisan petrol.
- (3) **Dermawan (bermurah hati)** ialah mengambil peluang untuk membantu seseorang.

“Kemurahan” (dalam bahasa Yunani adalah *chrestotes*) ialah tidak mahu menyakiti orang lain atau menyebabkan penderitaan (Efesus 4:32; Kolose 3:12; 1 Petrus 2:3). Sementara “Kebaikan” (bahasa Yunani ialah *agathosune*) bergairah akan kebenaran dan keadilan serta membenci kejahatan; dapat terungkap dalam perbuatan baik (Lukas 7:37-50) atau dalam menegur dan memperbaiki kejahatan (Matius 21:12-13).



Renungan Firman Tuhan

A. Kemurahan itu Sifat Allah

- 1. Sekiranya Allah bukan Tuhan yang Maha Pemurah, kita pasti akan dibinasakan apabila kita melakukan pelanggaran/dosa! Agama lain cenderung menggambarkan Tuhan yang selalu mencari peluang untuk menghukum pesalah. Tetapi dalam Alkitab Allah menyatakan sifat-Nya yang panjang sabar, pemurah dan pengampun.
- 2. Yesus juga memberi peluang kedua untuk mereka yang berdosa. Kita harus mencontohi Yesus dalam menunjukkan kemurahan kepada orang lain, termasuk musuh kita.
- 3. Kita boleh menunjukkan kemurahan kepada orang lain dengan cara mengampuni, bersimpati kepada mereka, dan mengetahui ada kalanya kita juga memerlukan kemurahan daripada orang lain. Kita harus banyak bersabar terhadap karenah orang lain.

B. Kebaikan Mengangkat Kebenaran dan Membenci Kejahatan

- 4. Yesus mengajar bahawa hanya Tuhan yang boleh menghakimi. Yesus menunjukkan banyak belas kasihan, kebaikan dan kemurahan kepada orang berdosa. Yakobus mengingatkan kita dalam Yakobus

1:16-18 bahwa kebaikan yang mutlak adalah karakter Allah. Dan kerana Allah itu baik, maka segala sesuatu yang berasal dari Allah pastilah yang terbaik dan yang paling sempurna. Di samping itu, karakter Allah yang baik itu tidak pernah berubah. Dia baik di masa lalu, sekarang dan selama-lamanya.

5. Kebaikan juga bererti menegakkan kebenaran. Yesus menunjukkan kebaikan dengan menentang apa yang salah di mata Allah. Kita juga harus mempunyai sifat sedemikian terutama dalam menentang kejahatan dan ketidakadilan.
6. Kita diciptakan untuk melakukan perbuatan baik dan untuk menunjukkan kebaikan. Berapa peratuskah masa anda yang digunakan untuk melakukan perbuatan baik? Jika itu merupakan alasan mengapa kita diciptakan, bagaimana anda menghidupkan tujuan tersebut?
7. Mikha 6:8 mengatakan bahawa Tuhan telah menunjukkan kepada kita apa yang baik, dan Dia menuntut kita berlaku adil, mencintai kesetiaan, dan hidup dengan rendah hati di hadapan Allah. Untuk dapat melakukan itu, kita harus bergantung kepada Allah, hidup dalam Roh, pelajari kehendak Allah dengan membaca firman-Nya. Jawabannya bukanlah 'lakukan lebih banyak perbuatan baik,' namun mencari kehendak Allah dalam melakukan lebih banyak perbuatan baik. Mohon pada Allah untuk membukakan peluang bagi diri anda.



Renungan Peribadi

Galakkan para peserta untuk memikirkan bagaimana mereka boleh mempraktikkan apa yang telah mereka pelajari tentang kemurahan dan kebaikan.



Doa

Ajak mereka untuk berdoa supaya kemurahan dan kebaikan Tuhan berlimpah dalam kehidupan mereka, dan sebagai respon daripada kebaikan dan kemurahan itu, mereka juga dapat menunjukkan kemurahan dan kebaikan kepada orang lain.

Sesi 6: Buah Roh adalah Kesetiaan



Objektif-Objektif Sesi

1. Mempelajari Buah Roh adalah kesetiaan.
2. Mempelajari tentang kesetiaan Allah dan karakter orang Kristian yang dituntut oleh Allah.
3. Mempelajari kita harus setia dengan talenta dan bakat yang diberikan oleh Tuhan.
4. Bagaimana kita boleh menerapkan apa yang telah dipelajari tentang kesetiaan.



Pencetus Minat

Gambaran Kesetiaan

1. Bahagikan para peserta kepada beberapa kumpulan kecil.
2. Berikan setiap kumpulan majalah-majalah dan suratkhbar lama.
3. Suruh mereka mencari apa sahaja yang menggambarkan atau menceritakan tentang kesetiaan.
4. Minta mereka berkongsi apa yang mereka telah kumpulkan.



Aktiviti Bersama

Ada banyak perkara di mana kesetiaan itu diperlukan: dalam perkahwinan, persahabatan, keluarga, sampailah kepada perkara-perkara yang paling kecil di dalam kehidupan kita.

Kesetiaan adalah apabila anda pegang kepada satu komitmen, janji dan kata-kata anda tanpa mengambil jalan keluar yang mudah walaupun itu mempunyai kos. Kesetiaan juga bermakna anda cuba memperbaiki perhubungan kerana anda menghargai keluarga dan teman-teman anda. Kesetiaan adalah tetap teguh dalam perhubungan anda dengan Yesus walaupun ada banyak rintangan dan cubaan.

“Kesetiaan” (bahasa Yunani adalah *pistis*) ialah komitmen yang teguh dan kukuh terhadap orang yang telah dipersatukan dengan kita oleh janji, komitmen, sifat layak dipercayai dan kejujuran (Matius 23:23; Roma 3:3; 1 Timotius 6:12; 2 Timotius 2:2; 4:7; Titus 2:10).



Renungan Firman Tuhan

1. Tuhan adalah setia walaupun kita tidak setia. Dia tidak dapat menyangkal diri-Nya kerana kesetiaan adalah sifat-Nya. (2 Timotius 2:11-13)
2. Karakter dan sifat orang Kristian yang setia adalah setia kepada Tuhan walaupun harus menghadapi ancaman nyawa. Kita harus bertanya kepada diri kita sendiri bagaimanakah kita dapat mencapai tingkat di mana Allah memanggil kita (Matius 25:21) seorang 'hamba yang baik dan setia'?
3. Setiap orang diberi mengikut talenta yang dimiliki mereka. Tuhan telah memberi kita talenta dan bakat yang harus kita gunakan untuk kemuliaan nama-Nya.
4. Kedua-duanya dianggap setia kerana Tuhan tidak menilai adakah anda mempunyai bakat yang lebih banyak atau tidak. Setia akan bakat yang telah diberikan itulah yang menjadi ukuran Tuhan. Semakin cerdas anda, anda memiliki kemampuan semulajadi yang lebih dalam mengerti firman Allah. Talenta semulajadi mungkin diertikan sebagai anda memiliki lebih banyak kesempatan, tetapi itu tidak memainkan peranan dalam keputusan terakhir: 'Baik sekali perbuatanmu itu, hai hambaku yang setia! . . . Masuklah dan turutlah dalam kebahagiaan tuanmu'.
5. Tidak – paling tidak dari kewajiban untuk melakukan sesuatu untuk memajukan pekerjaan sang tuan.
6. Untuk menghindari seperti nasib hamba yang mempunyai satu talenta, kita harus setia dalam menggunakan talenta kita untuk kemuliaan Tuhan walaupun sekecil apapun bakat tersebut. Yang penting adalah kesetiaan dalam pengurusan talenta kita.
7. Yesus cuba mengajarkan kepada kita tentang sifat dari talenta-talenta semulajadi kita. Talenta-talenta tidak statik! Kita mempunyai kemampuan-kemampuan semulajadi yang kita miliki dari lahir. Tetapi, ini menunjukkan rahsia penting Alkitab – bahawa Allah yang sama yang melengkapi kita dengan talenta-talenta semulajadi sejak lahir dapat menambah dan meningkatkan talenta-talenta tersebut dalam masa hidup kalau kita menggunakannya untuk pekerjaan-Nya.
8. Setia dalam segala sesuatu, walau sekecil apapun.
9. Ketidaksetiaan merosakkan perhubungan kita.



Renungan Peribadi

Galakkan mereka untuk mengevaluasi kesetiaan mereka.



Doa

Pimpin mereka untuk berdoa supaya mereka mengerti dengan sepenuhnya kehendak Allah dalam kehidupan mereka. Berdoa supaya mereka akan setia dengan menggunakan talenta semulajadi mereka untuk memajukan kehendak Allah.

Sesi 7: Buah Roh adalah Kelemahlembutan



Objektif-Objektif Sesi

1. Mempelajari Buah Roh adalah kelemahlembutan.
2. Mempelajari Tuhan yang lemah lembut dan perintah supaya kita juga berlemah lembut.
3. Mengetahui apa warisan untuk mereka yang berlemah lembut.
4. Bagaimana kita boleh menerapkan apa yang telah dipelajari tentang kelemahlembutan.



Pencetus Minat

Bayangkan anda sedang dianiaya kerana iman anda. Bagaimana anda dapat menghadapi penganiayaan tersebut dengan Buah Kelemahlembutan? Fikirkan pernyataan Yesus dalam Matius 5:5 bahawa orang yang lemah lembut akan memiliki bumi.

Penjelasan:

Bagaimanakah reaksi seorang Kristian bila dia dianiaya? Adakah dia berteriak kembali? Adakah dia mencaci maki kembali? Adakah dia membalas dengan kelakuan yang agresif? Tidak. Sikapnya adalah sikap yang lemah lembut. Seperti kata Petrus di 1Petrus 2:23, ketika Yesus dicaci maki Ia tidak membalas dengan mencaci maki. Ketika Ia dipukul, ditertawakan dan dihina, Ia tidak membalas dalam bentuk apapun. Ia lemah lembut. Ia tidak melawan.

Itulah erti lemah lembut - Anda tidak melawan. Petrus menasihati orang-orang Kristian supaya meneladani Kristus. Semasa anda ditertawakan, dihina, dipijak-pijak — anda tidak membalas dengan caci maki, tidak berteriak kembali, tidak menjawab dengan kasar. Anda menjadi seperti Dia: lemah lembut dan tidak melawan. Itulah sebabnya Paulus berbicara tentang Kristus yang lemah lembut dan ramah di 2 Korintus 10:1.

Inilah pola kehidupan Paulus di bawah penganiayaan. Kita dapat melihat reaksi Paulus terhadap penganiayaan di 1 Korintus 4:11-12. *“Sampai pada saat ini kami lapar, haus, telanjang, dipukul dan hidup mengembara, kami melakukan pekerjaan tangan yang berat. Kalau kami dimaki, kami memberkati; kalau kami dianiaya, kami sabar; kalau kami*

difitnah, kami tetap menjawab dengan ramah; kami telah menjadi sama dengan sampah dunia, sama dengan kotoran dari segala sesuatu, sampai pada saat ini.”¹⁶

Apakah berkat yang dihasilkan jika kita dianiaya kerana kebenaran? Berkat rohani itu adalah kelemah-lembutan, dan kemudian dalam bentuk mewarisi kerajaan Allah. Buah yang muncul adalah kelemahlembutan. Buah Roh adalah kelemahlembutan dalam penganiayaan. Di mana dapat kita melihat kelemahlembutan yang sejati dari seseorang? Hanya sewaktu terjadi penganiayaan!



Aktiviti Bersama

Musa dikatakan oleh Allah sebagai “seorang yang sangat lembut hatinya, lebih dari setiap manusia yang di atas muka bumi.” (Bilangan 12:3). Kita semua tahu bahawa Musa bukanlah seorang yang sempurna. Dia membunuh seorang Mesir dan menguburnya di pasir. Dia berlawan cakap dengan Allah tentang berjumpa dengan Firaun. Dia marah dengan umat Israel yang banyak bersungut di padang belantara, sehingga dia melepaskan amarahnya dengan memukul batu dan kerana itu dia tidak diperbolehkan oleh Allah untuk masuk ke tanah perjanjian.

Tetapi dia sangat kuat bila berbicara tentang kelemahlembutan bila berhadapan dengan masalah dari Harun dan Miriam, serta masalah dengan isterinya. Ini memang perkara biasa yang terjadi dalam perselisihan antara adik-beradik. Tetapi bila Harun dan Miriam bersikap sombong dan bongkak, dan tidak menghormati adik mereka yang dilantik menjadi pemimpin; Tuhan memanggil mereka bertiga dan di sanalah Allah member kesaksian tentang kelemahlembutan Musa.

Musa menunjukkan sikap yang melawan arus bila menghadapi kritikan dan tentangan. Dia tidak membentak, tidak juga cuba mempertahankan kedudukannya dengan membanggakan diri tentang kedudukan istimewanya di mata Allah. Dia mengawal dirinya daripada berbicara dan memilih untuk mendiamkan diri. Tetapi apabila Miriam dihukum oleh Allah sehingga mendapat penyakit kusta, Musa merayu untuknya daripada Tuhan. Miriam juga membenci isteri Musa, seorang berkulit hitam dari Kush. Tetapi Musa tetap meminta agar Allah menyembuhkan Miriam.

“Kelemahlembutan” (dalam bahasa Yunani, *prautēs*) ialah pengekangan yang berpadu dengan kekuatan dan keberanian; menggambarkan seorang yang boleh marah pada masa yang diperlukan dan boleh tunduk dengan rendah hati apabila itu diperlukan (2 Timotius 2:25;

1 Petrus 3:15). Mengenai kelembutan dalam Yesus, kita boleh lihat dari Matius 11:29 dan Markus 3:5. Mengenai kelemahlembutan Paulus, kita boleh baca dari 2 Korintus 10:1, 10:4-6 dan Galatia 1:9.



Renungan Firman Tuhan

A. Tuhan yang Lemah Lembut?

1. Seorang komentator menulis sebagai berikut: 'Lemah lembut adalah sepenuhnya berhenti memperjuangkan rencana kita dan meyakini bahawa Allah akan berjuang atas nama kita demi terlaksana rencana-Nya.' Lemah lembut Yesus bukanlah bererti Dia orang yang lemah (seperti yang selalu dikatakan oleh mereka yang anti Kristian/Kristus), tetapi Dia mengajar kita untuk melawan arus. Bumi tidak akan dikawal oleh tentera yang gagah, tetapi Yesus berkata hanya yang lemah lembut yang akan mewarisi bumi.

Perhatikan bahawa Matius 11:29 menawarkan 'ketenangan' bagi jiwa kita. Apa yang terkandung di sini mengenai belajar lemah lembut (rendah hati) dari Yesus ialah buah Roh yang ini merupakan kunci untuk memperoleh buah lainnya. Sangatlah mudah untuk beroleh ketenangan jika kita tidak sedang bertarung!

2. Kita telah membahas mengenai Yesus yang menunjukkan kelemahlembutan terhadap kita. Namun Yesus mengatakan 'belajarlah pada-Ku.' Ada sesuatu dalam kelemahlembutan Yesus yang akan memperbaiki hidup kita.

B. Anda yang Lemah Lembut?

3. Yakobus menasihati kita untuk menerima pengajaran firman Allah dengan lemah lembut (Yakobus 1:21). Firman dari Tuhan yang ditanamkan akan menyelamatkan kita. Kita disarankan bukan hanya mengetahuinya, tetapi menerima firman yang Tuhan tanamkan di dalam hati kita dengan lemah lembut, maksudnya dengan hati yang terbuka dan bersiap sedia.
4. Menurut Petrus dunia akan menjahati kita, namun kita harus menjawab dengan cara yang lemah lembut. Jawaban yang lemah lembut dan penuh hormat (bukan memarahi atau bersikap defensif) akan membuat mereka malu akan perbuatan jahat mereka.
5. Pemimpin yang lemah lembut akan lebih mudah memenangkan hati jemaat yang dipimpin oleh mereka berbanding dengan seorang pemimpin yang sombong dan tidak mahu mendengarkan.

C. Warisan bagi Orang Lemah Lembut

6. Yesus datang ke bumi sedemikian rupa sehingga tidak seorang pun dari kita yang dapat mengatakan bahawa Ia memiliki keunggulan duniawi dibanding kita.
7. Tujuan-Nya adalah untuk menjadi seperti kita – bukan untuk memiliki keunggulan atas harta, jawatan dan kekuasaan yang tidak dimiliki oleh orang ramai. Kita dapat menerapkan konsep ini dalam kehidupan kita ketika kita berdebat dan mempertahankan iman dengan melihatnya dari sudut pandang lain: bahawa pihak sana itu bodoh, tidak tahu dan jahat, kita menggunakan cara Yesus yang sangat berbeza untuk memenangkan mereka.
8. Allah Bapa turun tangan dan mengatur segalanya.
9. Allah memenangkan pertempuran mereka. Dia akan membinasakan kejahatan. Hanya orang yang lembut dan rendah hati yang akan tetap tinggal.
10. Kedua ayat ini dapat dipertemukan. Yang satu berbicara tentang membela hak-hak kita, dan yang satu lagi berbicara tentang membela hak orang lain yang memerlukan pertolongan.



Renungan Peribadi

1. Kelemahlembutan tidak ada kaitannya dengan sopan santun atau keramahan. Kelemahlembutan itu berkaitan dengan sikap hati kita semasa kita menerima Firman Allah.
2. Kelemahlembutan itu sangat penting kerana ianya berkenaan dengan keselamatan kita. Tanpa kelemahlembutan, kita tidak dapat menerima Firman Allah, firman yang mampu menyelamatkan jiwa kita.
3. Kelemahlembutan berlawanan dengan mengikuti kehendak hati dan kemarahan manusia. Kerana dikatakan di dalam Yakobus 1:19, kita tidak akan boleh cepat mendengar dan lambat bicara jika emosi kita mudah terbakar.
4. Kelemahlembutan bererti memberi Allah kemerdekaan penuh dan juga kedaulatan penuh untuk mengerjakan perubahan tanpa hambatan di dalam hidup kita.



Doa

Lihat Lembar Kerja.

Sesi 8: Buah Roh adalah Penguasaan Diri



Objektif-Objektif Sesi

1. Mempelajari Buah Roh adalah penguasaan diri.
2. Mempelajari kenapa dan bagaimana kita mengawal lidah kita.
3. Mempelajari tentang tujuan pelatihan dan bagaimana melawan pencobaan.
4. Bagaimana kita boleh menerapkan apa yang telah dipelajari tentang penguasaan diri.



Pencetus Minat

Lukiskan sebuah gambar kereta di atas kertas besar atau papan tulis.

Tuliskan bahagian-bahagian sebuah kereta: tayar, tangki minyak, stering, enjin, radiator, bateri, tali pinggang keledar, kerusi dsbnya.

Tanyakan soalan ini: “Sekiranya kereta ini melambangkan persekutuan/gereja/keluarga anda, bahagian apakah yang mewakili diri anda (dari segi fungsi dan peranan)? Berikan alasan untuk pilihan anda.



Aktiviti Bersama

Aktiviti ini adalah tentang sejauh mana para peserta dapat menguasai lidah mereka. Menurut Yakobus, walaupun lidah merupakan bahagian yang kecil dalam tubuh, ia mampu melakukan banyak pembinaan dan kerosakan sekiranya tidak dikendalikan. Firman Tuhan juga mengatakan bahawa “Hidup dan mati dikuasai lidah, siapa suka menggemakannya, akan memakan buahnya” (Amsal 18:21).

“Penguasaan diri” (dalam bahasa Yunani: *egkrateia*) ialah kemampuan untuk menguasai keinginan dan nafsu diri sendiri, termasuk kesetiaan terhadap ikrar pernikahan dan kesucian (1 Korintus 7:9; 9:25; Titus 1:8; 2:5).



Renungan Firman Tuhan

A. Pelatihan

1. Dalam 1 Korintus 9:24-25, mahkota 'yang abadi?' yang dimaksudkan oleh Paulus adalah hidup kekal/syurga.
2. Tidak. Kerana kalau ianya seperti satu maratón yang hanya ada satu pemenang, Musa sudah sampai ke garisan penamat sebelum kita dilahirkan! Paulus mengajarkan bahawa kita perlu bersikap serius terhadap pelatihan kita dalam perjalanan menuju syurga.
3. Paulus mengajar kita untuk harus mengetahui tujuan akhir daripada satu pertandingan. Kita harus mengerti gerakan apa yang diperlukan. Kerana hadiahnya adalah syurga, Paulus mengatakan keselamatan kita adalah taruhannya! Pelari yang berlari tanpa tujuan atau petinju yang memukul angin adalah orang yang tidak mempunyai tujuan. Atau, walaupun mereka memiliki tujuan, tujuan mereka tidak masuk akal. Pelatihan Paulus adalah tentang menentukan tujuan: tentukan dan pastikan tujuan itu benar.

B. Tujuan-tujuan Pelatihan

4. 1 Korintus 10:6-7 mengajar kita untuk sembah hanya Allah. 'Pelatihan ketat' tersebut diperlukan dalam penguasaan diri untuk mempercayai Allah dan menempatkan Dia di tempat utama. Ini menggantikan sikap kita yang 'mempercayai diri saya dan memberikan tempat utama bagi diri saya sahaja'. Kita perlu mengatakan kepada diri kita 'Menjauhlah!'
5. Pelatihan penguasaan diri untuk kesucian diri (kesucian seksual) adalah sesuatu yang sangat diperlukan di zaman moden sekarang. Banyak anak-anak muda percaya langkah pertama menuju cinta adalah meluangkan waktu dengan seseorang. Kalau anda meluangkan banyak waktu dengan seseorang yang bukan pasangan anda, hati-hati! Kalau anda meluangkan waktu dengan pornografi, anda melakukan pelatihan untuk tujuan yang salah. Billy Graham mempunyai satu aturan iaitu dia tidak akan pernah berdua dalam satu ruangan dengan seorang wanita yang bukan isterinya. Dia memiliki aturan yang berorientasi pada tujuan. (1 Korintus 10:8)
6. Mereka tidak mempercayai Allah. Mereka tidak hormat kepada Allah. Mereka melihat pada hal-hal yang negatif. Bagaimanakah ini menjadi suatu tujuan pelatihan? Dengan memberi hormat kepada Allah! Jangan melihat pada hal-hal negatif. Bukankah ini inti dari mengendalikan diri: menerima rencana Allah, menghormati Dia dan mempercayai Dia?

7. Kita juga harus menguasai diri daripada bersungut-sungut kerana Allah menghendaki kita menjadi manusia yang tahu bersyukur. Adakah kita mempercayai Allah dan memberikan Dia tempat yang utama, adakah kita menghormati Dia, adakah kita memuji Dia menggantikan sikap bersungut-sungut? Ini adalah tujuan-tujuan kita. Kita perlu mengalahkannya (lebih-lebih lagi otak kita) untuk tunduk pada topik-topik ini dengan latihan ketat.

C. Melawan Pencobaan

8. Allah membatasi pencobaan sehingga kemenangan dimungkinkan. Allah memberikan jalan keluar dari pencobaan. Peranan saya adalah untuk menolak pencobaan sekuat kemampuan saya. Mencari pintu yang diberikan Allah sebagai jalan keluar dari pencobaan.
9. Saranan yang diberikan untuk melawan pencobaan adalah dengan menetapkan hati kita pada hal-hal yang diinginkan Allah. Tujuannya adalah untuk mencari tahu apa kehendak Allah.



Renungan Peribadi

Bahagian ini mengajak para peserta untuk melihat sejauh manakah mereka dapat menguasai lidah mereka.



Doa

Ajak mereka untuk berjanji akan untuk bangkit dari tempat duduk rohani mereka dan mulai latihan untuk hidup yang benar. Suruh mereka berdoa untuk itu.

Evaluasi OBOR Belia

Dengan berbesar hati kami mengharapkan anda dapat meluang sedikit masa untuk mengisi Borang Evaluasi ini. Ini adalah supaya ia dapat membantu kami dalam memperbaiki dan meningkatkan lagi material OBOR Belia.

A. Umum

1. Adakah anda (a) Peserta atau (b) Pembimbing?
2. Berapa ramai orang dalam kelompok belajar / Kelompok Sel anda?
☐ Kurang dari 5 orang
☐ 6 hingga 10 orang
☐ 10 hingga 15 orang
☐ Lebih dari 15 orang (Nyatakan: _____)
3. Berapa kerap anda menggunakan bahan pelajaran ini?
☐ Setiap minggu
☐ _____
4. Bagaimana anda menggunakan bahan pelajaran ini?
☐ Ikuti hampir 100%
☐ Mengubahsuaikan untuk disesuaikan dengan kelompok saya.
☐ Hanya menggunakan bahagian-bahagian tertentu
(Nyatakan: _____)
5. Pada umumnya, adakah OBOR Belia ini berguna untuk kelompok anda?

☐ A – Baik sekali	☐ D – Kurang baik
☐ B – Baik	☐ E – Tidak baik
☐ C – Rata-rata sahaja	

B. Soalan Spesifik

6. Bagaimana anda menilai bahagian-bahagian berikut dalam OBOR Belia?
 - a. Topik yang diliputi

- b. Bahagian Aktiviti Bersama
 - c. Bahagian Pencetus Minat
 - d. Bahagian Renungan Firman Tuhan
 - e. Bahagian Renungan Peribadi
 - f. Bahagian Santapan Minda
-
- 7. Adakah OBOR Belia ini memenuhi keperluan kelompok anda?
 - 8. Adakah ia berkesan dalam memenuhi keperluan?
 - 9. Adakah bahan pelajaran ini mudah digunakan?
 - 10. Apa yang paling anda suka tentang bahan pelajaran ini?
 - 11. Apa yang anda anggap paling lemah dalam OBOR Belia?
 - 12. Ada apa-apa cadangan supaya kami dapat memperbaikinya?

*Sila email kepada kami di wawasan.penabur@gmail.com.
Hadiah kecil sebagai ucapan terima kasih akan kami kirimkan kepada anda.*

**Dapatkan kesemua 25 buah buku dalam
siri **OBOR BELIA** dari kami!**



Hubungi kami di wawasan.penabur@gmail.com
atau layari laman web kami di www.wawasanpenabur.org

Siri buku OBOR Belia yang diterbitkan oleh Wawasan Penabur Sdn. Bhd. ini mengandungi tema-tema utama iman Kristian dan isu-isu praktikal yang dihadapi oleh pemuda-pemudi zaman sekarang. Sebanyak 25 buku dalam Siri OBOR Belia yang merangkumi kurikulum 5 tahun telah dirancang untuk kegunaan pemuridan dan persekutuan belia.

Ada empat kategori utama untuk siri OBOR ini: *Asas-asas Iman, Kehidupan dalam Kristus, Isu-Isu Praktikal* dan *Cara Menghadapi Kepercayaan-Kepercayaan Lain*. Semua pelajaran telah ditulis dengan lengkap dan sistematik, mengandungi ajaran Alkitab yang kukuh, bersifat interaktif dan sedia digunakan oleh para pembimbing dan belia.

Buku yang ketiga belas, **"Buah Roh dan Kehidupan Kristian"** ini ditulis untuk membantu kita memahami Buah Roh secara Alkitabiah dan bagaimana kita boleh menerapkan Buah Roh dalam kehidupan kita secara praktikal. Buah Roh merupakan satu gabungan kelakuan hasil daripada satu perhubungan dengan Tuhan yang hidup yang tinggal tetap dalam umat-Nya oleh Roh-Nya. Bila kita bertumbuh dalam perjalanan rohani dan kehidupan kekristianan kita, kita harus belajar untuk lebih bertekun dalam kehidupan baru dan menjauhi kehidupan lama kita. Semoga kita semua akan terus berjalan dalam jalan yang direstui Tuhan.

"Didiklah orang muda menurut jalan yang patut baginya, maka pada masa tuanya pun ia tidak akan menyimpang dari pada jalan itu" (Amsal 22:6).

"Pendekatan buku ini sungguh segar. Aktivitinya yang kreatif dapat menawan minat belia. Kurikulum OBOR Belia yang ditulis menurut konteks kebudayaan Malaysia serta memberi penekanan praktikal sungguh berguna bagi pertumbuhan belia. Saya yakin bahawa kurikulum ini akan menolong mereka untuk berdiri teguh dalam iman, dan membimbing mereka untuk menyumbang terhadap pembangunan masyarakat yang bermoral, bersifat penyayang dan berperihatin."

Rev. Danil Raut, Presiden Sidang Injil Borneo (SIB) Semenanjung

"Masa depan gereja di Malaysia sangat bergantung kepada bagaimana kita mempersiapkan dan memuridkan generasi muda kita hari ini. Mereka adalah aset gereja yang sangat berharga dan merupakan calon pemimpin dalam pelayanan gereja pada masa akan datang. Kita memerlukan bahan pemuridan yang sistematik, menyeluruh dan menekankan pengajaran Firman Tuhan untuk melahirkan satu generasi yang kuat dan berdaya saing dalam dunia yang sangat mencabar ini. Saya ingin mendorong gereja-gereja berbahasa Malaysia dan Orang Asli (OA) menggunakan OBOR Belia ini untuk tujuan memperdalamkan pemahaman Alkitab dan pembentukan supaya mereka boleh bertumbuh sebagai pengikut Kristus. Siri buku ini akan membantu melahirkan generasi muda orang Kristian yang mantap di Malaysia."

Alfred R. Tais, Setiausaha Eksekutif Komisi Bahasa Malaysia,
National Evangelical Christian Fellowship (NECF)