



HEALTH TRANSFORMATION #4

# CULTIVATING HEALTHY MINDSET

**26 MARET 2017**

## **SKEMA PERJALANAN ROHANI JEMAAT KELUARGA ALLAH**

<b>DISELAMATKAN</b>	<b>DIGABUNGAN</b>	<b>DIMURIDKAN</b>	<b>DIUTUS</b>	<b>DIBERI MAHKOTA DAN PAHALA DI SORGA</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Melalui Ibadah Raya</li><li>➤ Melalui Seminar/KKR</li><li>➤ Melalui Kelompok Sel</li><li>➤ Melalui Aksi Sosial</li><li>➤ Melalui Penginjilan Pribadi</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Rutin datang Ibadah Raya</li><li>➤ Dalam Kelompok Sel</li><li>➤ Dibaptis</li><li>➤ Menjadi Anggota GBI Keluarga Allah</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Ikut SOM</li><li>➤ Retreat Encounter</li><li>➤ ESBC</li><li>➤ Pemuridan dan Pelayanan</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Melipatgandakan Jiwa-jiwa yang diselamatkan</li><li>➤ Melipatgandakan Kelompok Sel</li><li>➤ Melipatgandakan Pelayanan</li><li>➤ Merintis Gereja Lokal Baru</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Menerima Pahala &amp; Mahkota di Sorga</li><li>➤ Memerintah bersama Tuhan Yesus Kristus</li></ul>

### **S1 = SEMBAH PUJI & DOA SYAFAAT**

#### **Sembah Puji (20 Menit)**

2 lagu Pengagungan - 2 Lagu sesuai tema Firman Tuhan (Silahkan pilih 2 lagu berikut):

1. Kaulah satu-satunya

2. Sungai sukacitaMu

3. Yesus Tuhan

ditinggikan

4. Tahun perkenanan

## **DOA SYAFAAT (10 Menit)**

Pemimpin doa mengajak, menggerakkan & memimpin serta memberi aba-aba kepada anggota Kelompok Sel untuk berdoa syafaat bersama-sama.

1. Supaya setiap jemaat mau terus mengembangkan pola pikir sehat, sehingga roh, jiwa dan tubuh yang terbaik bisa dipersembahkan bagi Tuhan dan pekerjaannya.
2. Tuhan menjaga dan melindungi bangsa Indonesia dan menuntun para pemimpin bangsa yang sudah terpilih, supaya setiap pemimpin memiliki hati yang penuh dengan kasih Tuhan.
3. Keluarga Allah Global: Visi pembukaan gereja-gereja baru dimana-mana, sehingga visi SATU JUTA JIWA DISELAMATKAN tergenapi.
4. Gembala Sidang; Pdt. Obaja Tanto Setiawan dan keluarga.
5. Hamba-hamba Tuhan yang melayani dalam gereja Keluarga Allah.
6. Pergumulan jemaat dan nama-nama yang ditulis di Kartu Penuai.

## **S2 = SUASANA/ICE BREAKER (10 Menit)**

Setelah melakukan ice breaker, jangan lupa menjelaskan pelajaran yang bisa dipetik dari ice breaker yang sudah dilakukan.

**Judul** : **Pola pikir sehat**

**Petunjuk** : KKS menyiapkan ayat pendek (misal; 1 Tes. 5:17 – TETAPLAH BERDOA). Lalu, KKS membagi kelompok sel nya menjadi 2 kelompok (kelompok A dan B). KKS berperan sebagai Host yang akan memberikan pertanyaan. Kelompok A menunjuk 1 orang sebagai pemimpin, kemudian games dimulai dalam hitungan ketiga. Pemimpin dari Kelompok A diberikan ayat pendek yang sudah disiapkan oleh KKS, kemudian jika sudah dihafalkan maka ayat tersebut dibagikan kepada kelompoknya dengan cara; jarak antara ketua kelompok +- 500 cm, tidak boleh bersuara (hanya mimik bibir), kemudian anggota kelompok A yang lain menebak isi ayat yang disampaikan. Begitu juga dilakukan oleh Kelompok B. Catatan: Kelompok yang paling cepat menebak akan menjadi pemenang.

**Pelajaran** : **Belajar mengembangkan Pola Pikir Sehat melalui firman Tuhan.**

### **S3 = SHARING APLIKASI FIRMAN TUHAN (50-60 Menit)**

**GOL** : Semua yang hadir melakukan dan mengalami kebenaran Firman Tuhan.

Pertanyaan : Apa tema kotbah dan pelajaran-pelajaran yang disampaikan minggu lalu?

***\*Saksikanlah bersama-sama video kelompok sel yang sudah disediakan.***

### **HEALTH TRANSFORMATION #4 – TRANSFORMASI KESEHATAN #4**

#### **CULTIVATING HEALTHY MINDSET MENGEMBANGKAN POLA PIKIR SEHAT**

#### **PEMBUKAAN:**

Hari ini kita akan mensharingkan aplikasi firman Tuhan yang sudah kita dengar pada hari Minggu, yaitu tentang 'HEALTH TRANSFORMATION #4 – TRANSFORMASI KESEHATAN #4' dengan tema 'CULTIVATING HEALTHY MINDSET - MENGEMBANGKAN POLA PIKIR SEHAT'

- **PIKIRAN KITA SANGAT MENENTUKAN KESEHATAN KITA.**

- i. PIKIRAN KITA MENENTUKAN KEINGINAN KITA.**
    - a. Baca Kejadian 3:1-6!**
      - **ULAR MENANAMKAN SEBUAH IDE PEMIKIRAN YANG MENGAKIBATKAN HAWA JATUH DALAM DOSA**
    - b. Pikiran kita akan menentukan keinginan kita untuk hidup sehat atau tidak.**
      - **Baca Amsal 4:23!**
    - c. BERITA BAIKNYA KEINGINAN KITA BISA DIUBAH.**
  - ii. PIKIRAN KITA MENENTUKAN TINDAKAN KITA.**
    - a. Baca Yakobus 1:14-15!**
      - **PIKIRAN MENIMBULKAN KEINGINAN, KEINGINAN MELAHIRKAN TINDAKAN.**
    - b. Baca Roma 12:2!**
      - **PERUBAHAN DIMULAI DENGAN PEMBAHARUAN BUDIMU.**
- PERTANYAAN:** Selama ini, bagaimanakah pola pikir Anda tentang kesehatan? Lalu, sudahkah pola pikir Anda tentang kesehatan tersebut menjadi suatu keinginan besar yang harus dan sudah Anda lakukan? Mengapa? Sharingkan!
- iii. FOKUSKAN PIKIRAN PADA KEBENARAN.**

- a. **BERI MAKAN PIKIRAN ANDA DENGAN MATERI-MATERI KESEHATAN SECARA KONSISTEN.**
- b. **BANYAK ORANG HIDUPNYA SALAH, KARENA BERTINDAK ATAS DASAR INFORMASI YANG SALAH.**
- c. **Semua orang yang berhasil adalah orang yang membuat keputusan yang terbaik berdasarkan informasi yang terbaik.**

**DISKUSI & APLIKASI:** Dalam kelompok sel kita masing-masing, kita akan mulai mencari sumber informasi yang benar tentang; makanan sehat, olahraga dan pola pikir sehat sesuai dengan firman Tuhan. Setelah itu kita akan komitmen melakukan hal tersebut dalam kehidupan kita sehari-hari. Minggu depan ceritakan kesaksian Anda dalam kelompok sel, faedah apa saja yang Anda peroleh saat Anda mengembangkan pola pikir dan hidup sehat dalam kehidupan Anda.

**PENUTUP:**

Jadi ambillah komitmen untuk terus bertumbuh dalam kebenaran Firman Tuhan tentang kesehatan dan nikmatilah Transformasi kesehatan yang luarbiasa.

## **Pertanyaan: Siapa yang sudah melakukan dan mengalami anugerah setelah melakukan Firman Tuhan ini?**

- *Anggota yang sudah melakukan dan mengalami anugerah setelah melakukan Firman tersebut diminta untuk bersaksi satu-persatu.*
  - *Kalau ternyata tidak ada anggota yang sudah melakukan dan mengalami anugerah setelah melakukan Firman tersebut, maka pemimpin aplikasi Firman dan KKS yang bersaksi (maka, inilah pentingnya pemimpin aplikasi Firman dan KKS sebelumnya sudah sungguh-sungguh melakukan Firman Tuhan yang akan disharingkan).*
- *Lalu pakailah kesaksian-kesaksian itu untuk:*
  1. *Meneguhkan Firman Tuhan.*
  2. *Menunjukkan faedahnya melakukan Firman Tuhan.*
  3. *Menanyakan bagaimana caranya mereka bisa melakukan Firman Tuhan tersebut.*

*Mendorong semua yang hadir melakukan Firman Tuhan sehingga semua mendapat anugerah.*

**S4 = SASARAN RENCANA (15 Menit)**



*Dilakukan oleh KKS tujuannya untuk mengevaluasi dan merencanakan pertemuan kelompok sel yang akan datang.*

**DOA PENUTUP (5 MENIT)**