

BALANSIRAN ŽIVOT

Mario Dučić
19. travnja 2015.

FOKUS: Kao kršćani moramo imati balansiran život. Ne smijemo stavljati prevelik naglasak samo na jedno područje života, a druga zanemarivati jer će to imati loše posljedice na nas, naš rast u vjeri i sazrijevanje te naše kršćansko svjedočanstvo.

UVOD: Cijeli naš život na zemlji je usredotočen na ravnotežu između posla, obitelji, hrane, vježbanja, duhovnosti, vjerovanja, financija, hobija, odmora, spavanja i tome slično. Kroz cijeli se naš život proteže načelo ravnoteže i iz razloga Bog želi da naši životi budu uravnoteženi.

ČITANJE:

"Sve ima svoje doba, i svaki posao pod nebom svoje vrijeme." Propovjednik 3,1

OSTALI STIHOVI:

Izr 11,1; 1 Kor 14,33; Lev 19,36; Job 31,6; Job 6,2; Izr 6,11; Lk 2,52; Prop 3,1-8; Rim 12,2; 1 Kor 16,19-20; 2 Pt 3,18; Gal 5,22-23; Rim 12,16; Izr 14,8; Izr 14,15; Lk 15,17; Ef 5,15; Kol 1,16-17

RAZGOVOR:

1. Zašto je važno da imamo ravnotežu u svom životu?
2. Što Biblija govori o uravnoteženom životu?
3. Koja su to područja koja moramo imati u ravnoteži?
4. Kako održavamo ravnotežu u području uma?
5. Zašto je važan fizički balans i kako ga održavati?
6. Što podrazumijeva duhovni balans?
7. Što znači imati emocionalni balans?
8. Kako održavati društveni balans?
9. Kako možemo dovesti svoj život u balans?

PRIMJENA:

Napravi inventuru svoga života kako bi vidio postoji li neravnoteža u nekom području tvoga života. Postavi si pitanja poput:

Jesam li mentalno uvravnotežen?

Posvećujem li dovoljno vremena svojoj obitelji?

Radim li previše ili premalo?

Provodim li dovoljno vremena u molitvi i Božjo riječi?

Održavam li svoje tijelo zdravim pazeći na prehranu i dovoljno se krećući?

Kakav je moj društveni život? Imam li prijatelje ili sam zatvoren u svom svijetu?

Nakon što identificiraš područja neravnoteže, traži Boga da ti pomogne dovesti ta područja u ravnotežu.

MOLITVA:

Traži Boga mudrost i uvid kako bi mogao prepoznati područja neravnoteže u vlastitom životu te počeo raditi na tom području. Moli se da Isus bude u centru tvoga života kako bi sve što radiš i svako područje tvog života bilo njemu na slavu.