VRUGTE VAN DIE GEES VRAE:

GEDULD: (Patience)
1. Wat is geduld?
2. Wat is van die goed waarvoor jy geduldig moet wees?
3. Is dit moeilik vir jou om geduldig te wees?
4. Hoe kan jy geduld wys?

SELFBEHEERSING: (self-control)
1. Wat is selfbeheersing?
2. Hoekom is selfbeheersing belangrik?
3. Wie is verantwoordelik vir besluite wat jy neem en dinge wat jy doen?
4. Hoe kan jy selfbeheersing wys?

GETROUHEID: (Faithfulness)
1. Wat is getrouheid?
2. Hoe kan JY getrou wees?
3. Waaraan kan jy getrou wees?
4. Hoe kan jy getrouheid wys?

VREDE: (Peace)
1. Wat is vrede?
2. Wat is die goed waaroor JY worry?
3. Wat moet jy doen wanneer jy begin worry?
4. Hoe kan jy vrede wys?

VREUGDE / BLYDSKAP: (Joy)
1. Wat is vreugde/blydskap?
2. Hoe/hoekom het jy vreugde?
3. Hoe kan ons vreugde wys?

LIEFDE: (Love)
1. Hoe sal jy liefde beskryf?
2. Watter kwaliteite van liefde is vir jou moeilik om aan ander te wys?
3. Op watter maniere kan jy liefde aan die "unlovables" in jou lewe bewys?

GOEDHEID/GOEDHARTIGHEID: (Goodness)
1. Wat is goedheid?
2. Op watter maniere kan jy goedheid wys/bewys?

SAGMOEDIGHEID/NEDERIGHEID: (Gentleness)

1. Wat is sagmoedigheid?
2. Aan wie moet ons sagmoedigheid bewys?
3. Hoe kan jy sagmoedigheid bewys?

VRIENDELIKHEID/GAAF: (kindness)

1. Wat is kindness?
2. Op watter maniere kan jy dit aan ander bewys?
3. Wie en hoe het iemand dit al aan JOU bewys?
4. Is dit maklik om kindness teenoor almal te bewys?

INLIGTING OM DIE GROEPLEIERS TE HELP:

GEDULD: (Patience)
* geduld is om te wag vir die regte tyd – sonder om te kla.
* die regte tyd is God se tyd
* die vermoë om aan te hou en uit te hou – selfs onder moeilike omstandighede – met 'n positiewe verwagting dat dinge gaan uitwerk en beter word.

SELFBEHEERSING: (self-control)
* om beheer oor jou eie gedrag te hê
* om NEE te sê vir versoekings!
* om selfbeheersing te hê is nie altyd maklik nie
* die satan gaan probeer om jou te kry om verkeerde keuses te maak
* jy moet sterk staan en die Heilige Gees vertou om jou te help om die regte keuses te maak – VERAL wanneer dit nie maklik is nie!
* en dit alles is deel van selfbeheersing!

GETROUHEID: (Faithfulness)
* om jouself tot iets of iemand te verbind (commit)
* om betroubaar te wees beteken mense kan op jou staatmaak
* jy is lojaal – jy doen wat jy sê jy gaan doen
* dis nie altyd maklik om getrou te wees nie
* getrouheid vra vertroue in God
* om getrou te wees beteken nie dat jy alles altyd gaan verstaan nie
* dit beteken ons vertou God – Wie Hy is – Wie Hy sê Hy is – en wat Hy sê Hy kan doen!

VREDE: (Peace)
* regte vrede is die resultaat van 'n verhouding met God hê
* vrede beteken nie dat daar nie worries en dalk konflik gaan wees nie, maar 'n kalm wete binne-in jou dat God in beheer is van die situasie, maak nie saak hoe rof dit om jou lyk nie!
* dis normal om te worry en angstig te wees as jy na die slegte omstandighede om jou kyk
* die Bybel sê dat ons in sulke tye na God moet gaan, vir Hom vertel waaroor jy bekommerd is – en dat Hy vir jou vrede ten spyte van jou omstandighede sal gee – i.p.v. tantrums gooi en kla en moan daaroor en so dinge net erger laat raak

VREUGDE / BLYDSKAP: (Joy)
* vreugde/blydskap kom as gevolg van die genade van God – dat Hy my sondes vergewe

het en dat ek ‘n ewigheid saam met Hom gaan deurbring
* dis nie ‘n menselike emosie wat kom en gaan nie
* dit word aan jou deur die Heilige Gees gegee en word veral in moeilik omstandighede gesien!
* vreugde/blydskap kom nie van of deur ons omstandighede soos geluk nie – dis ook ‘n heeltemal ander tipe emosie as geluk

<u>LIEFDE</u>: (Love)
* mens kry verskillende soorte liefde
* romanties, vriende, ouer en kind, broer en suster ens.
* ons het almal “unlovable” mense in ons lewens – dis die mense wat jy regtig sukkel om net mee ‘nice’ te wees – vergeet nog lief te hê!
* die vrug van die Gees – LIEFDE – is bedoel vir die “unloveables” in jou lewe – nie vir die “lovealbes” nie – dis in elk geval maklik om hulle lief te hê!

<u>GOEDHEID/GOEDHARTIGHEID</u>: (Goodness)
* om goed te wees vir en teenoor die mense rondom jou
* om te help wanneer iemand sukkel (help iemand oor die straat / deel jou broodjie ens)
* vrygewigheid

<u>SAGMOEDIGHEID/NEDERIGHEID:</u> (Gentleness)
* sagmoedigheid is om mense met sagte hande te behandel
* om mense nie net altyd te veroordeel nie, maar eers te luister en dan eerder te help as om weg te wys
* Jesus het dit met die vrou wat op owerspel betrap is gedoen – Hy kon haar veroordeel het, maar Hy het nie – Hy het haar weggestuur met die woorde “gaan en sondig nie meer nie”
* daar IS gevolge vir ons sondes – maar Jesus het klaar die prys vir Sy kinders daarvoor betaal – behandel ander ook met sagmoedigheid!

<u>VRIENDELIKHEID/GAAF</u>: (kindness)
* om mense goed te behandel, sonder dat jy iets daaruit kry of iets terug te verwag
* maak nie saak wat hulle gedoen het
* dit vat “nice” ‘n stappie verder
* om ander mense se behoeftes in ag te neem, en partykeer voor jou eie te stel
* simpatiek / menslik / sag
* om ander mense te behandel soos JY behandel wil word!