Wiki / Somo 1 · Utambulisho Katika Kristo

2 Wakorintho / 2 Corinthians 5:14-21

Jina (hiari): _____ Tarehe: _____

Tenganisha kosa la zamani na utambulisho katika Kristo, bila kukwepa wajibu.

1 · Ona na sikiliza

Soma andiko lote na makala kuu kupitia kiungo cha somo. Andika tendo la Mungu au neno muhimu katika muktadha.

2 · Elewa

Historia ya zamani au Kristo: maisha yana msingi gani? Neema ya Kristo huanzisha maisha mapya yenye utu, ukweli na huduma.

3 · Jadili

Familia au kanisa linawezaje kuheshimu utu wa aliyekosea huku likilinda walioumizwa?

Wiki / Somo 1 · Utambulisho Katika Kristo

2 Wakorintho / 2 Corinthians 5:14-21

4 · Chunguza kwa ukweli

Ni kauli gani ya zamani imekuwa ikizuia kukubali neema na kuwajibika? Ni ukweli gani katika andiko unapinga kauli hiyo?

5 · Jaribu hatua moja

Baada ya kiamsha kinywa siku nne wiki hii, soma 2 Wakorintho 5:17-20. Katika daftari, andika kauli moja ya aibu na ukweli mmoja wa andiko. Ndani ya saa 24, timiza ahadi moja ndogo kama hatua ya maisha mapya.

6 · Fuatilia kwa neema

Mwisho wa wiki: tendo lililojaribiwa; kikwazo; swali; msaada unaohitajika; hatua na tarehe inayofuata. Hakuna alama ya thamani ya imani.

Sala: Ee Mungu mwenye neema, utu uliotolewa katika uumbaji na upya wa Kristo viwe msingi wa ukweli, uwajibikaji na huduma. Amina.

Wiki / Somo 2 · Toba na Msamaha

Luka / Luke 15:11-32

Jina (hiari): _____ Tarehe: _____

Eleza toba kama kurudi kwa Baba na chagua tunda moja la uwajibikaji.

1 · Ona na sikiliza

Soma andiko lote na makala kuu kupitia kiungo cha somo. Andika tendo la Mungu au neno muhimu katika muktadha.

2 · Elewa

Kurudi kwa Baba kunabadilisha nini baada ya kosa? Rehema hutangulia marekebisho; toba huzaa ukweli na mwenendo mpya.

3 · Jadili

Rehema inaweza kukaribishaje aliyekosea bila kupunguza ulinzi na haki?

Wiki / Somo 2 · Toba na Msamaha

Luka / Luke 15:11-32

4 · Chunguza kwa ukweli

Ni mwenendo gani unahitaji kukomeshwa? Ni madhara gani yanahitaji kutambuliwa bila visingizio?

5 · Jaribu hatua moja

Jioni ya siku ya pili, andika kosa, madhara na hatua salama ya marekebisho. Soma Zaburi 51:1-12. Panga hatua moja kabla ya mwisho wa wiki kwa ushauri unaofaa. Usilazimishe mawasiliano, msamaha au ukaribu kutoka kwa aliyeumizwa.

6 · Fuatilia kwa neema

Mwisho wa wiki: tendo lililojaribiwa; kikwazo; swali; msaada unaohitajika; hatua na tarehe inayofuata. Hakuna alama ya thamani ya imani.

Sala: Baba mwenye rehema, toba izae ukweli, kuacha uovu na marekebisho yenye hekima. Amina.

Wiki / Somo 3 · Uponyaji wa Majeraha

Zaburi / Psalm 34:15-22

Jina (hiari): _____ Tarehe: _____

Tambua nafasi ya maombolezo na chagua msaada salama bila kuharakisha uponyaji.

1 · Ona na sikiliza

Soma andiko lote na makala kuu kupitia kiungo cha somo. Andika tendo la Mungu au neno muhimu katika muktadha.

2 · Elewa

Imani ina nafasi gani kwa moyo uliovunjika? Ukaribu wa Mungu hutoa nafasi ya ukweli, maombolezo na msaada.

3 · Jadili

Kikundi kinawezaje kusikiliza bila kulazimisha maelezo au hitimisho la haraka la furaha?

Wiki / Somo 3 · Uponyaji wa Majeraha

Zaburi / Psalm 34:15-22

4 · Chunguza kwa ukweli

Ni hisia gani inahitaji nafasi salama? Ni sifa gani zinafanya msikilizaji awe wa kuaminika?

5 · Jaribu hatua moja

Baada ya kipindi cha kusoma, tunga sala fupi ya maombolezo: taja hisia, omba msaada, eleza tumaini dogo. Siku moja wiki hii, panga mawasiliano na mtu salama au huduma inayofaa. Maelezo ya jeraha yanaweza kubaki katika daftari binafsi.

6 · Fuatilia kwa neema

Mwisho wa wiki: tendo lililojaribiwa; kikwazo; swali; msaada unaohitajika; hatua na tarehe inayofuata. Hakuna alama ya thamani ya imani.

Sala: Ee Mungu wa faraja, nafasi ya kulia, hekima ya kupokea msaada na tumaini la Kristo vilete ujasiri wa hatua salama. Amina.

Wiki / Somo 4 · Hasira, Uchungu na Kinyongo

Waefeso / Ephesians 4:25-32

Jina (hiari): _____ Tarehe: _____

Tenganisha hisia za hasira na matendo ya kuumiza; panga mwitikio salama.

1 · Ona na sikiliza

Soma andiko lote na makala kuu kupitia kiungo cha somo. Andika tendo la Mungu au neno muhimu katika muktadha.

2 · Elewa

Hasira inaweza kuonyesha jeraha bila kuwa bwana wa maamuzi? Maisha mapya katika Kristo hutafuta haki kwa kweli, kiasi na huruma.

3 · Jadili

Kuna tofauti gani kati ya kutafuta haki na kutaka mwingine aumie?

Wiki / Somo 4 · Hasira, Uchungu na Kinyongo

Waefeso / Ephesians 4:25-32

4 · Chunguza kwa ukweli

Ni tukio gani huamsha hasira? Ni hofu, jeraha au hitaji gani lipo chini ya hisia hiyo?

5 · Jaribu hatua moja

Kabla ya mazungumzo magumu yanayofuata, andika dalili mbili za hasira na hatua ya kutulia. Katika mazingira salama, eleza tukio, athari na ombi bila matusi. Mwisho wa wiki, rekodi kilichosaidia na sehemu inayohitaji msaada zaidi.

6 · Fuatilia kwa neema

Mwisho wa wiki: tendo lililojaribiwa; kikwazo; swali; msaada unaohitajika; hatua na tarehe inayofuata. Hakuna alama ya thamani ya imani.

Sala: Mungu wa haki, hasira iongozwe na kweli na huruma; maneno na matendo yajenge usalama na amani. Amina.

Wiki / Somo 5 · Uhuru Kutoka Hofu ya Nguvu za Giza

Wakolosai / Colossians 2:13-15

Jina (hiari): _____ Tarehe: _____

Pima madai ya kiroho kwa Kristo na chukua hatua ya hekima badala ya shutuma.

1 · Ona na sikiliza

Soma andiko lote na makala kuu kupitia kiungo cha somo. Andika tendo la Mungu au neno muhimu katika muktadha.

2 · Elewa

Ushindi wa Kristo unawezaje kuongoza maamuzi yanayozungukwa na hofu? Msingi wa uhuru ni Kristo aliyesulubiwa na kufufuka.

3 · Jadili

Huduma inayotegemea Kristo itatofautianaje na huduma inayotumia hofu kudhibiti?

Wiki / Somo 5 · Uhuru Kutoka Hofu ya Nguvu za Giza

Wakolosai / Colossians 2:13-15

4 · Chunguza kwa ukweli

Ni dai gani linahitaji kupimwa kwa andiko na ushahidi? Dai hilo linazalisha amani na kweli au hofu na udhibiti?

5 · Jaribu hatua moja

Dai la kutisha linapojitokeza wiki hii, andika dai, ushahidi unaopatikana na mwongozo wa Wakolosai 2:13-15. Jadili na msomaji wa Biblia wa kuaminika. Chagua msaada unaolingana na tatizo halisi bila kumshutumu mtu kwa uchawi.

6 · Fuatilia kwa neema

Mwisho wa wiki: tendo lililojaribiwa; kikwazo; swali; msaada unaohitajika; hatua na tarehe inayofuata. Hakuna alama ya thamani ya imani.

Sala: Bwana Yesu Kristo, kweli ya msalaba na ufufuo ijenge imani, hekima na upendo usio na shutuma. Amina.

Wiki / Somo 6 · Amani Katikati ya Wasiwasi

Wafilipi / Philippians 4:4-9

Jina (hiari): _____ Tarehe: _____

Tenganisha ukweli na utabiri wa hofu; unganisha sala na hatua inayowezekana.

1 · Ona na sikiliza

Soma andiko lote na makala kuu kupitia kiungo cha somo. Andika tendo la Mungu au neno muhimu katika muktadha.

2 · Elewa

Kuishi kwa uaminifu leo kunawezekanaje wakati kesho haijafunguka? Amani katika Kristo ina nafasi kwa sala, ukweli, utunzaji wa mwili na msaada.

3 · Jadili

Kikundi kinawezaje kutia moyo bila kugeuza dalili za afya kuwa lawama ya kiroho?

Wiki / Somo 6 · Amani Katikati ya Wasiwasi

Wafilipi / Philippians 4:4-9

4 · Chunguza kwa ukweli

Ni nini kinajulikana kwa ushahidi? Ni nini ni utabiri wa hofu? Ni hitaji gani linaweza kuletwa katika sala na kutafutiwa msaada?

5 · Jaribu hatua moja

Baada ya chakula cha jioni siku tatu, tumia safu tatu: ukweli, hofu, hatua. Soma Wafilipi 4:6-9 na andika shukrani moja. Ndani ya saa 24, chukua hatua inayowezekana kama kupata taarifa sahihi au kupanga mazungumzo ya msaada.

6 · Fuatilia kwa neema

Mwisho wa wiki: tendo lililojaribiwa; kikwazo; swali; msaada unaohitajika; hatua na tarehe inayofuata. Hakuna alama ya thamani ya imani.

Sala: Mungu wa amani, kweli iongoze mawazo, hekima iongoze hatua, na msaada upokelewe bila aibu. Amina.

Wiki / Somo 7 · Mizizi ya Mazoea ya Kiroho

Zaburi / Psalm 1:1-6

Jina (hiari): _____ Tarehe: _____

Jenga mpangilio mdogo wa Neno, sala na pumziko; tathmini nusu ya kwanza ya safari.

1 · Ona na sikiliza

Soma andiko lote na makala kuu kupitia kiungo cha somo. Andika tendo la Mungu au neno muhimu katika muktadha.

2 · Elewa

Mazoea yanawezaje kupokea neema bila kujaribu kununua upendo wa Mungu? Neema hutangulia nidhamu; mizizi yenye uhai hukua kwa uaminifu wa kawaida.

3 · Jadili

Nidhamu yenye neema itatofautianaje na ratiba inayopima thamani ya mwamini?

Wiki / Somo 7 · Mizizi ya Mazoea ya Kiroho

Zaburi / Psalm 1:1-6

4 · Chunguza kwa ukweli

Ni tendo gani katika wiki sita limeleta nafasi ya kweli na upendo? Ni desturi gani inahitaji kupunguzwa au kurekebishwa?

5 · Jaribu hatua moja

Baada ya kuamka siku nne, tenga dakika 10: soma Zaburi 1, tafakari, omba na chagua tendo la upendo. Tenga muda unaowezekana wa Sabato kwa ibada, pumziko au rehema. Mwisho wa wiki, jaza tathmini ya katikati katika karatasi ya kazi.

6 · Tathmini ya katikati

Rudia wiki 1-6: ukweli ulioeleweka; tendo lililojaribiwa; kikwazo; msaada unaohitajika; desturi moja ya kuendelea hadi wiki 14.

Sala: Mungu wa uzima, Neno, sala na pumziko vioteshe mizizi ya upendo na uaminifu ndani ya neema ya Kristo. Amina.

Wiki / Somo 8 · Njia ya Kutokea Katika Majaribu

1 Wakorintho / 1 Corinthians 10:1-14

Jina (hiari): _____ Tarehe: _____

Tambua kichocheo na unda mpango wa kutoka mapema pamoja na msaada unaofaa.

1 · Ona na sikiliza

Soma andiko lote na makala kuu kupitia kiungo cha somo. Andika tendo la Mungu au neno muhimu katika muktadha.

2 · Elewa

Njia ya kutokea inaweza kutambuliwaje kabla ya mzunguko wa madhara kurudi? Neema huita kutoka usiri kuelekea ukweli, hatua za kujilinda na msaada.

3 · Jadili

Ujumbe wa “jizuie tu” unakosa nini kuhusu vichocheo, mazingira na huduma ya uraibu?

Wiki / Somo 8 · Njia ya Kutokea Katika Majaribu

1 Wakorintho / 1 Corinthians 10:1-14

4 · Chunguza kwa ukweli

Ni wakati, mahali au hisia gani huongeza hatari? Ni msaada gani unahitaji kuandaliwa kabla ya kishawishi?

5 · Jaribu hatua moja

Kabla ya wakati unaojulikana kuwa na hatari, andika mpango: kichocheo, hatua ya kutoka, mtu salama na msaada wa kitaalamu inapohitajika. Ondoa kishawishi kimoja kwa njia salama. Panga mazungumzo ya kufuatilia mwisho wa wiki bila kuweka maelezo nyeti hadharani.

6 · Fuatilia kwa neema

Mwisho wa wiki: tendo lililojaribiwa; kikwazo; swali; msaada unaohitajika; hatua na tarehe inayofuata. Hakuna alama ya thamani ya imani.

Sala: Ee Mungu mwaminifu, kweli ishinde usiri, hekima itambue njia salama, na neema itie moyo kupokea msaada. Amina.

Wiki / Somo 9 · Mahusiano Yenye Afya

Wakolosai / Colossians 3:12-15

Jina (hiari): _____ Tarehe: _____

Tenganisha msamaha, upatanisho na uaminifu; chagua mpaka wenye heshima.

1 · Ona na sikiliza

Soma andiko lote na makala kuu kupitia kiungo cha somo. Andika tendo la Mungu au neno muhimu katika muktadha.

2 · Elewa

Upendo unawezaje kutunza utu, ukweli na usalama kwa pamoja? Watu wapendwa wa Mungu huitwa kupenda kwa huruma na mipaka yenye hekima.

3 · Jadili

Familia inawezaje kukaribisha mwanzo mpya bila kudai uaminifu wa haraka?

Wiki / Somo 9 · Mahusiano Yenye Afya

Wakolosai / Colossians 3:12-15

4 · Chunguza kwa ukweli

Ni uhusiano gani unahitaji ukweli au mpaka ulio wazi? Ni matendo gani yanaweza kujenga uaminifu polepole?

5 · Jaribu hatua moja

Kabla ya mazungumzo salama wiki hii, andika tukio, athari, hitaji na ombi moja. Eleza mpaka kama hatua ya kulinda utu, bila tishio. Ikiwa mazungumzo si salama, badala yake panga msaada wa ulinzi au ushauri unaofaa.

6 · Fuatilia kwa neema

Mwisho wa wiki: tendo lililojaribiwa; kikwazo; swali; msaada unaohitajika; hatua na tarehe inayofuata. Hakuna alama ya thamani ya imani.

Sala: Mungu wa upendo, huruma na kweli viongoze mahusiano; mipaka yenye hekima itunze utu na usalama. Amina.

Wiki / Somo 10 · Tumaini na Kusudi

Yeremia / Jeremiah 29:1-14

Jina (hiari): _____ Tarehe: _____

Soma ahadi katika muktadha wa uhamisho na unda lengo moja la huduma la siku 30.

1 · Ona na sikiliza

Soma andiko lote na makala kuu kupitia kiungo cha somo. Andika tendo la Mungu au neno muhimu katika muktadha.

2 · Elewa

Kusudi linaweza kuanzaje katika mazingira yasiyochaguliwa? Tumaini la Mungu hualika kujenga, kupanda na kutafuta ustawi wa jirani sasa.

3 · Jadili

Yeremia 29:7 inabadilishaje kipimo cha kusudi kutoka sifa binafsi kwenda ustawi wa jamii?

Wiki / Somo 10 · Tumaini na Kusudi

Yeremia / Jeremiah 29:1-14

4 · Chunguza kwa ukweli

Ni rasilimali tatu zipi zinapatikana sasa? Ni hitaji gani la jirani linaweza kukutana na rasilimali hizo?

5 · Jaribu hatua moja

Siku ya kwanza ya wiki, orodhesha rasilimali tatu na hitaji moja halisi. Kwa ridhaa ya anayehusika, chagua lengo la huduma la siku 30. Weka tarehe, hatua ya kwanza ya wiki hii na mtu wa kushauriana kuhusu maendeleo.

6 · Fuatilia kwa neema

Mwisho wa wiki: tendo lililojaribiwa; kikwazo; swali; msaada unaohitajika; hatua na tarehe inayofuata. Hakuna alama ya thamani ya imani.

Sala: Mungu wa tumaini, vipawa na rasilimali zilizopo zizae kazi ya uaminifu, haki na huduma. Amina.

Wiki / Somo 11 · Kutoka Upweke Kuelekea Ushirika

Zaburi / Psalm 68:4-6

Jina (hiari): _____ Tarehe: _____

Tenganisha upweke na utulivu wa hiari; chagua daraja moja la ushirika salama.

1 · Ona na sikiliza

Soma andiko lote na makala kuu kupitia kiungo cha somo. Andika tendo la Mungu au neno muhimu katika muktadha.

2 · Elewa

Kiti cha ukaribisho kinaweza kufunguliwaje bila kulazimisha ukaribu? Neema ya Kristo hujenga familia yenye nafasi, mipaka na huduma ya vitendo.

3 · Jadili

Kanisa linawezaje kuvuta kiti karibu na meza kwa aliyekuwa ametengwa?

Wiki / Somo 11 · Kutoka Upweke Kuelekea Ushirika

Zaburi / Psalm 68:4-6

4 · Chunguza kwa ukweli

Ni kizuizi gani kipo kati ya upweke na ushirika salama? Ni alama gani ya heshima inaweza kujenga daraja?

5 · Jaribu hatua moja

Katikati ya wiki, tuma salamu au ombi fupi la mazungumzo kwa mtu salama. Shiriki shughuli moja yenye mipaka inayoheshimika, ikiwa mazingira yanaruhusu. Tafuta nafasi moja ya kukaribisha mwingine bila kushinikiza maelezo binafsi.

6 · Fuatilia kwa neema

Mwisho wa wiki: tendo lililojaribiwa; kikwazo; swali; msaada unaohitajika; hatua na tarehe inayofuata. Hakuna alama ya thamani ya imani.

Sala: Mungu wa familia, ukaribisho wenye heshima, mipaka na subira ulete nafasi ya ushirika salama. Amina.

Wiki / Somo 12 · Kujiandaa kwa Mwanzo Mpya Katika Jamii

Warumi / Romans 12:1-2

Jina (hiari): _____ Tarehe: _____

Tengeneza ramani ya siku ya kwanza, siku 7, 30 na 90 yenye msaada na wajibu.

1 · Ona na sikiliza

Soma andiko lote na makala kuu kupitia kiungo cha somo. Andika tendo la Mungu au neno muhimu katika muktadha.

2 · Elewa

Mlango unapofunguka, ni maandalizi gani husaidia hatua za uhuru? Rehema ya Mungu huunda nia mpya na maandalizi ya maisha yote.

3 · Jadili

Jamii inaweza kuunganisha ukaribisho, haki kwa walioathiriwa na msaada wa kuanza tena namna gani?

Wiki / Somo 12 · Kujiandaa kwa Mwanzo Mpya Katika Jamii

Warumi / Romans 12:1-2

4 · Chunguza kwa ukweli

Ni eneo gani bado lina tumaini bila hatua? Ni huduma, nyaraka au mawasiliano gani yanahitaji kuthibitishwa?

5 · Jaribu hatua moja

Katika kipindi kilichopangwa wiki hii, jaza ramani ya siku 1/7/30/90: makazi, afya, nyaraka, kazi au fedha na watu salama. Thibitisha mawasiliano moja na hatua moja ya siku ya kwanza. Andaa njia mbadala ikiwa mpango wa kwanza hautapatikana.

6 · Ramani ya mwanzo mpya

Ramani ya siku 1 / 7 / 30 / 90: makazi; afya; nyaraka; kazi au fedha; mawasiliano salama; njia mbadala.

Sala: Mungu mwenye rehema, nia iliyofanywa upya iongoze maandalizi, msaada salama na hatua za uaminifu. Amina.

Wiki / Somo 13 · Jumuiya na Uwajibikaji

Waebrania / Hebrews 10:19-25

Jina (hiari): _____ Tarehe: _____

Andaa makubaliano ya kufuatiliana kwa hiari yenye muda, mipaka na hatua ya msaada.

1 · Ona na sikiliza

Soma andiko lote na makala kuu kupitia kiungo cha somo. Andika tendo la Mungu au neno muhimu katika muktadha.

2 · Elewa

Kujulikana kunawezaje kujenga uhuru bila kuwa udhibiti? Kristo hufungua njia; jumuiya hutia moyo upendo na matendo mema.

3 · Jadili

Kuna tofauti gani kati ya kamba ya neema inayosaidia na mnyororo wa hofu unaodhibiti?

Wiki / Somo 13 · Jumuiya na Uwajibikaji

Waebrania / Hebrews 10:19-25

4 · Chunguza kwa ukweli

Ni sifa gani za mtu salama zinaonekana? Ni swali gani la kufuatilia litasaidia hatua halisi bila kuvamia faragha?

5 · Jaribu hatua moja

Kabla ya mwisho wa wiki, kwa ridhaa, kubaliana na mtu salama mazungumzo ya dakika 15 kila wiki kwa mwezi mmoja. Tumia maswali manne: ukweli uliojifunzwa, tendo lililojaribiwa, kikwazo na hatua inayofuata. Andika mipaka ya taarifa na namna ya kutafuta msaada wakati wa hatari.

6 · Fuatilia kwa neema

Mwisho wa wiki: tendo lililojaribiwa; kikwazo; swali; msaada unaohitajika; hatua na tarehe inayofuata. Hakuna alama ya thamani ya imani.

Sala: Mungu wa ushirika, kweli yenye upole, mipaka na kubebana mizigo vijenge jumuiya yenye neema. Amina.

Wiki / Somo 14 · Mtazamo wa Milele na Safari Inayoendelea

Wakolosai / Colossians 3:1-17

Jina (hiari): _____ Tarehe: _____

Unganisha tumaini la ufufuo na maamuzi ya sasa; kamilisha mpango wa kuendelea wa siku 90.

1 · Ona na sikiliza

Soma andiko lote na makala kuu kupitia kiungo cha somo. Andika tendo la Mungu au neno muhimu katika muktadha.

2 · Elewa

Kesho ya Mungu inawezaje kuangaza hatua za leo? Ufufuo wa Kristo huleta tumaini la uumbaji mpya na uaminifu wa leo.

3 · Jadili

Tumaini la uumbaji mpya linawezaje kuzaa huduma ya leo badala ya kukwepa wajibu?

Wiki / Somo 14 · Mtazamo wa Milele na Safari Inayoendelea

Wakolosai / Colossians 3:1-17

4 · Chunguza kwa ukweli

Ni ukweli gani wa Kristo umebadilisha uamuzi? Ni eneo gani bado linahitaji msaada na hatua ya kuendelea?

5 · Jaribu hatua moja

Ndani ya saa 24, chagua tendo moja la kuendelea. Jaza mpango wa siku 90: ukweli wa msingi, desturi mbili, mtu salama kwa ridhaa, msaada unaohitajika na tendo la huduma. Weka tarehe za tathmini ya siku 30, 60 na 90; rekebisha mpango kwa neema bila kujipa alama za kiroho.

6 · Zoezi la mwisho na kuendelea

Unganisha safari: ukweli wa Kristo na uamuzi uliobadilika. Mpango wa siku 90: desturi mbili; mtu salama kwa ridhaa; msaada; huduma. Weka tarehe za tathmini ya siku 30, 60 na 90.

Sala: Mungu wa uumbaji mpya, mwanga wa ufufuo uongoze uaminifu wa leo, upendo kwa jirani na tumaini linalodumu. Amina.