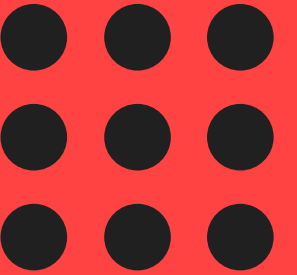




GEREJA BETHEL INDONESIA



# PENUNTUN MEZBAH KELUARGA HARIAN

Tema : "HATI YANG LAPANG"



Penuntun yang menolong jemaat agar dapat dengan sehati membangun Mezbah Keluarga di rumah setiap harinya

MINGGU KE IV  
21 FEBUARI - 26 FEBUARI 2022



# MEZBAH KELUARGA

**Mulailah mezbah keluarga dengan pujian dan penyembahan**

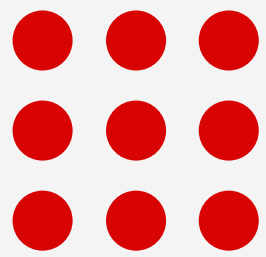
*Tips: Bagi yang tidak bisa bermain musik, gunakan aplikasi Youtube untuk membantu Anda bernyanyi*

**Lanjutkan dengan doa ucapan syukur untuk masuk ke Firman**

**Baca pengantar pembacaan dan ayat Firman secara bergiliran**

**Ambil 5 menit untuk merenungkan Firman Tuhan dan sharing pertanyaan perenungan, penerapan dan aplikasinya**

**Tutup dengan pengakuan dosa & permohonan**



# YESUS SUMBER KELEGAAN

## A. Pujian Penyembahan

### BAPA PEGANG TANGANKU

Bapa pegang tanganku  
Bapa kurindu selalu  
Berada dekat-Mu melihat senyum-Mu  
Bapa ku mengasihi-Mu

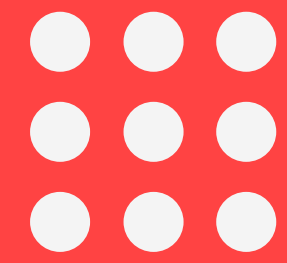
Hadirat-Mu hadirat-Mu  
Membawa kesembuhan bagiku  
Hadirat-Mu hadiratMu  
Membawa kesembuhan

Senin, 21 Febuari 2022

## B. Doa Ucapan Syukur

1. Bersyukur untuk hari baru dalam minggu ini
2. Berdoa untuk pembacaan dan perenungan Firman Tuhan





## C. Pengantar Pembacaan Firman

Dalam hidup ini seringkali kita mengalami sesak hati karena berbagai-bagai pergumulan dan persoalan hidup. Dan tentunya semua orang pernah mengalami keadaan yang membuat sesak hati. Berbagai upaya sering kita lakukan agar lepas dari kesesakkan di hati. Tuhan Yesus menawarkan kelegaan hati bagi mereka yang letih lesu dan berbeban berat. Yesus adalah sumber kelegaan yang sejati. Apa yang kita upayakan untuk memperoleh kelegaan hati seringkali sifatnya sementara. Hanya Yesus yang mampu memberikan kelegaan yang sempurna dan abadi. Oleh karena itu, datanglah kepada Yesus senantiasa dan terus hidup bergantung kepada-Nya.

## D. Pembacaan Firman

Matius 11:25-30

## E. Perenungan

1. Bagaimana agar kita dapat memperoleh kelegaan hati di saat kita berbeban berat? (ayat 28)
2. Mengapa hanya Tuhan Yesus yang sanggup memberikan kelegaan yang sejati kepada kita? (ayat 29)
3. Ceritakan pengalaman Anda mendapatkan kelegaan hati disaat Anda sedang berbeban berat!

## F. Penerapan

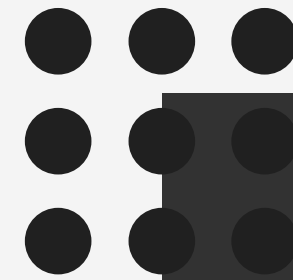
Disaat kita letih lesu dan berbeban berat, datanglah pada Yesus sumber kelegaan yang sejati dan abadi. Kita hendaknya tetap mendekatkan diri kepada Tuhan senantiasa.

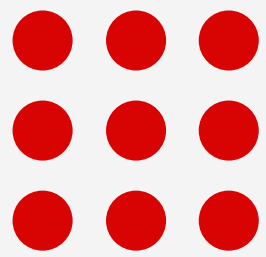
## G. Aplikasi Praktis

Adakah seseorang yang Anda kenal sedang berbeban berat? Ajaklah mereka untuk datang kepada Tuhan.

## H. Pengakuan Dosa Dan Permohonan

1. Mohon ampun jika kita mencari kelegaan hati dengan cara-cara tertentu dan tidak datang kepada Yesus.
2. Tuhan, berikan aku kelegaan hati senantiasa.





# BERGEMBIRA KARENA TUHAN

Selasa, 22 Febuari 2022

## B. Doa Ucapan Syukur

1. Bersyukur untuk pelayanan dan pekerjaan
2. Berdoa untuk pembacaan Firman Tuhan

## A. Pujian Penyembahan

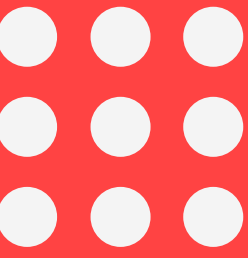
### KAU KUKAGUMI

Belum pernah ada kasih di dunia  
Sanggup menerima diriku apa adanya  
Selain kasihMu Yesus

Takkan ada lagi kasih s'perti ini  
Sanggup mengubahkan hidupku  
Menjadi baru, selain kasihMu Yesus

Kau ku kagumi dalam hati  
Kasih-Mu tiada duanya  
Sampai kini kuakui  
Kasih-Mu tiada duanya





## C. Pengantar Pembacaan Firman

Salah satu ciri orang yang memiliki hati yang lapang, yaitu selalu bergembira dan bersukaria. Ketika berada dalam kesengsaraan, penderitaan dan malapetaka, biasanya orang sulit untuk bergembira dan bersukaria. Pada umumnya orang bergembira karena menerima hal-hal yang baik dan juga saat mereka berada dalam kondisi yang baik dan menyenangkan. Bergembira dan bersukacita karena Tuhan merupakan kegembiraan yang tidak akan tergantung pada situasi dan kehidupan di sekitar kita. Bergembira karena Tuhan menghasilkan kegembiraan yang berkualitas dan konsisten. Oleh karena itu, carilah Tuhan yang dapat memberikan kegembiraan bagi hati.

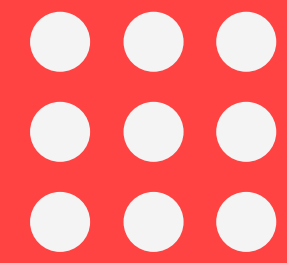
## D. Pembacaan Firman

Mazmur 40:1-17

## E. Perenungan

1. Bagaimana agar kita mendapatkan kegembiraan karena Tuhan? (ayat 16)
2. Bagaimana cara Tuhan memberikan kegembiraan bagi hati kita? (ayat 17)
3. Menurut Anda, apa arti hati yang gembira dan bersukacita itu?





## **F. Penerapan**

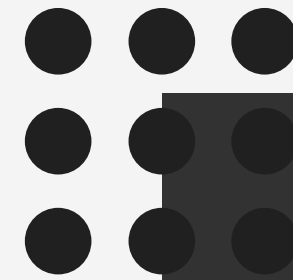
Kita harus selalu mencari Tuhan dan mendekatkan diri kepada Tuhan, karena hanya Tuhanlah sumber bagi hati yang bergembira.

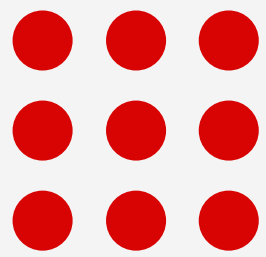
## **G. Aplikasi Praktis**

Biarlah hati Anda bergembira karena Tuhan, bukan karena apapun yang ada dalam dunia ini.

## H. Pengakuan Dosa Dan Permohonan

1. Mohon ampun jika kegembiraan hati kita masih bergantung bukan pada Tuhan.
2. Tuhan, mampukan aku untuk bergembira karena Tuhan, dengan setia mencari Tuhan senantiasa.





# HATI LAPANG KARENA KETAATAN

Rabu, 23 Febuari 2022

## A. Pujian Penyembahan

### MATAKU TERTUJU PADA-MU

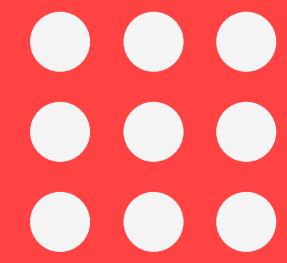
Mataku tertuju pada-Mu  
Seg'nap hidupku kus'rahan pada-Mu  
Bimbing aku masuk rencana-Mu  
Tuk membesarkan k'rajaan-Mu

Ku mau mengikuti  
Kehendak-Mu ya Bapa  
Ku mau s'lalu  
Menyenangkan hati-Mu

## B. Doa Ucapan Syukur

1. Bersyukur atas Firman yang diberikan Tuhan kepada kita
2. Berdoa untuk pembacaan Firman Tuhan





## C. Pengantar Pembacaan Firman

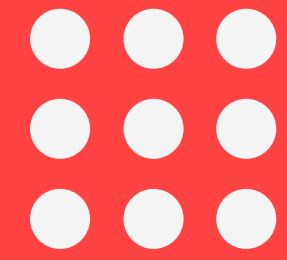
Yesaya 57:20 mengatakan bahwa orang fasik tidak akan pernah tenang, seperti air laut yang berombak-ombak. Uang, kesuksesan, dan hal-hal lain di dunia ini tidak dapat membuat hati menjadi tenang dan lega. Menurut Pemazmur, hati yang lega hanya didapatkan jika seseorang taat kepada Firman Tuhan.

## D. Pembacaan Firman

Mazmur 119:32-45

## E. Perenungan

1. Pemazmur menyukai dan bahkan rindu akan Firman Tuhan (ayat 33, 35, 40)  
Menurut Anda mengapa Pemazmur menyukai dan rindu kepada Firman Tuhan?
2. Apa yang Anda rasakan dalam hati Anda jika Anda dapat taat kepada Firman Tuhan?  
Sebaliknya, apa yang Anda rasakan jika Anda melanggar FirmanNya?



## **F. Penerapan**

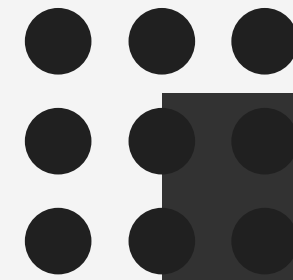
Kelegaan hati diberikan Tuhan kepada orang yang taat kepada FirmanNya. Kelegaan hati tidak diperoleh dengan menjalankan tips-tips praktis tertentu, karena kelegaan tersebut berasal dari Tuhan sendiri karena kita mentaati FirmanNya. Hiduplah dalam ketaatan kepada Firman.

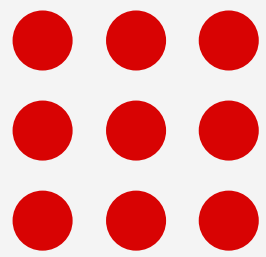
## **G. Aplikasi Praktis**

Jadiah pelaku Firman dalam kehidupan sehari-hari. Mulai dari tindakan kecil sehari-hari.

## H. Pengakuan Dosa Dan Permohonan

1. Mohon ampun jika sering tidak taat kepada Firman Tuhan
2. Tuhan berikan saya kekuatan untuk dapat taat kepada FirmanMu.





# LAPANG HATI

## A. Pujian Penyembahan

### LAYAKLAH

Besar dan ajaiblah karya-Mu  
Adil dan benarlah jalan-Mu  
Raja segala bangsa yg maha kuasa  
Mulia nama-Mu

Layaklah segala bangsa  
Sujud kepada-Mu  
S'bab Kau Allah yang kudus  
Layak di sembah

Kamis, 24 Febuari 2022

## B. Doa Ucapan Syukur

1. Bersyukur untuk pelayanan di gereja
2. Berdoa untuk pembacaan Firman Tuhan





## C. Pengantar Pembacaan Firman

Esau menunjukkan hati yang lapang sekalipun telah ditipu oleh Yakub, saudara kembarnya. Pada saat akan bertemu Esau, Yakub berpikir bahwa Esau akan marah dan akan membunuhnya. Berbagai strategi disusun oleh Yakub untuk menghadapi amukan dan kemarahan Esau. Tetapi saat bertemu dengan Esau ternyata Esau sangat senang dan menerima Yakub dengan kasih dan sukacita. Esau tidak lagi sesak hatinya, tetapi sudah lega, berlapang hati menerima Yakub. Esau punya hati yang luas dan ia mampu keluar dari kepicikan dan kesesakan hati sehingga ia terbuka menerima adiknya dengan sukacita. Hanya dengan lapang hati, seseorang dapat mengatasi kesesakan dan kebencian terhadap orang yang telah menyakitinya. Lapang hati akan memulihkan kembali hubungan yang rusak dengan orang lain.

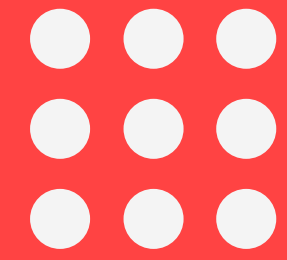
## D. Pembacaan Firman

Kejadian 33:1-20

## E. Perenungan

1. Bagaimana agar kita dapat kembali menerima orang yang telah menyakiti dan merugikan kita? (ayat 4, 5)
2. Apa dampak yang ditimbulkan dengan memiliki sikap hati yang lapang terhadap orang lain?
3. Jelaskan strategi Anda untuk tetap memiliki hati yang lapang!





## **F. Penerapan**

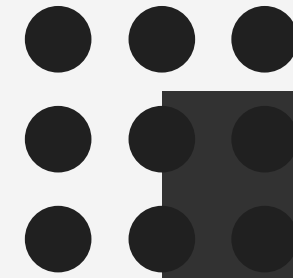
Kita hendaknya memiliki hati yang lapang sehingga kita dapat menerima kembali orang lain yang sudah merugikan dan menyakiti hati kita.

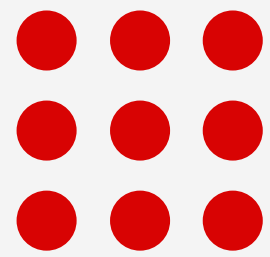
## **G. Aplikasi Praktis**

Hadapi orang yang telah menyakiti dan merugikan Anda dengan hati yang lapang.

## H. Pengakuan Dosa Dan Permohonan

1. Mohon ampun jika kita tidak memiliki hati yang lapang terhadap orang yang menyakiti kita.
2. Tuhan, beri aku hati yang lapang senantiasa di dalam kehidupan sosial bersama orang lain





# KESABARAN

## A. Pujian Penyembahan

### KUSEMBAH KAU

Betapa besar kasih-Mu Allahku  
Sehingga Kau b'rikan Yesus kepadaku  
Supaya aku tidak binasa  
Melainkan beroleh hidup yang kekal

Kusembah Kau, ku sembah Kau  
Engkau yang layak untuk di sembah  
Kusembah Kau, ku sembah Kau  
Engkau yang layak untuk di sembah

Jumat, 25 Febuari 2022

## B. Doa Ucapan Syukur

1. Bersyukur untuk kesehatan dan kekuatan dalam bekerja
2. Berdoa untuk pembacaan dan perenungan Firman Tuhan





## C. Pengantar Pembacaan Firman

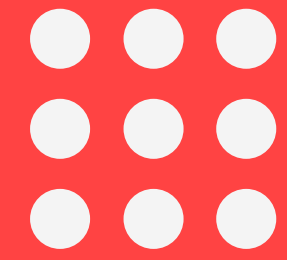
Kesabaran merupakan sikap dan karakter dari orang yang memiliki hati yang lapang. Kitab Amsal mengatakan orang yang sabar melebihi seorang pahlawan. Kesabaran sangat dibutuhkan dalam kehidupan saat ini yang semuanya serba instan dan serba cepat. Dalam menghadapi berbagai permasalahan dan persoalan dengan orang lain, sangat dibutuhkan sikap kesabaran dan penguasaan diri. Kesabaran akan menghasilkan keputusan dan tindakan yang berkualitas dan harmoni hidup dengan orang lain. Dan kesabaran merupakan salah satu karakter yang ditunjukkan dalam daftar buah roh, sehingga hal ini sangat penting ada dalam kehidupan setiap orang percaya.

## D. Pembacaan Firman

Amsal 16:32

## E. Perenungan

1. Mengapa kesabaran itu sangat penting ada dalam diri setiap orang percaya? (ayat 32)
2. Ceritakan pengalaman Anda memiliki sikap dan karakter kesabaran ketika Anda berinteraksi dengan orang lain!



## **F. Penerapan**

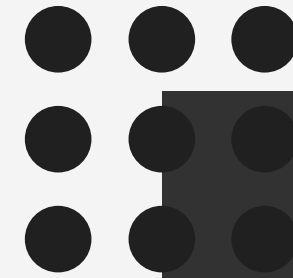
Kesabaran merupakan karakter penting yang harusnya ada di dalam diri kita. Sikap kesabaran membuat kita menghasilkan tindakan yang baik dan menyenangkan orang lain

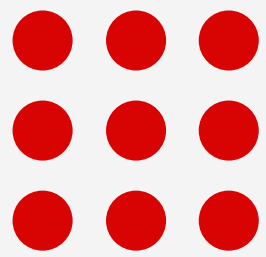
## **G. Aplikasi Praktis**

Menguasai diri ketika Anda sedang marah, dan juga jangan mengambil keputusan yang tergesa-gesa saat pikiran Anda sedang kalut.

## H. Pengakuan Dosa Dan Permohonan

1. Mohon ampun jika selama ini kita tidak sabar dalam bertindak dan berkata-kata.
2. Tuhan, mampukan aku bertindak sabar saat sedang menghadapi persoalan dengan orang lain.





# KASIHILAH MUSUHMU

## A. Pujian Penyembahan

### APAPUN YANG TERJADI

Apa pun yang terjadi di dalam hidupku  
Selalu ku berkata Tuhan Yesus baik  
Dalam segala hal yang terjadi  
Tetap 'ku berkata Tuhan Yesus baik

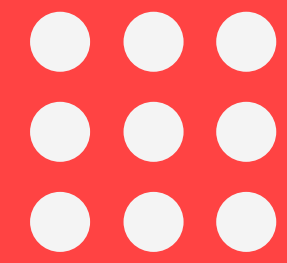
Kusembah Kau, kusembah Kau  
Tak dapat ku membalas kasih-Mu  
Kusembah Kau, kusembah Kau Bapa  
Kurindu selalu menyenangkan-Mu  
Apa pun yang terjadi di dalam hidupku

Sabtu, 26 Febuari 2022

## B. Doa Ucapan Syukur

1. Bersyukur untuk pemeliharaan Tuhan bagi kita
2. Berdoa untuk pembacaan dan perenungan Firman Tuhan





## C. Pengantar Pembacaan Firman

Dimusuhi seseorang adalah satu hal yang tidak menyenangkan. Bahkan hal tersebut dapat membuat kita benar-benar terganggu dan hati kita sesak karena pikiran terus tertuju kepada orang yang memusuhi itu. Firman Tuhan memberikan kebebasan bagi kita dengan cara berdoa bagi orang yang memusuhi dan menganiaya kita

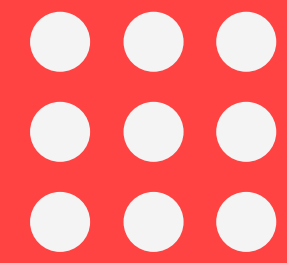
## D. Pembacaan Firman

Matius 5:43-48

## E. Perenungan

1. Menurut Anda, apa tindakan nyata dari mengasihi musuh?
2. Apa yang Anda rasakan dalam hati Anda, setelah Anda berdoa bagi orang yang memusuhi dan menganiaya Anda?





## **F. Penerapan**

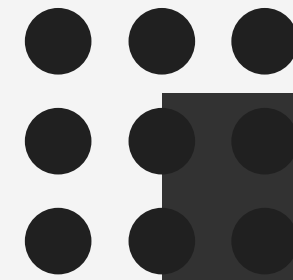
Di atas kayu salib, Yesus berdoa dan memberi pengampunan bagi orang-orang yang memusuhi dan menyalibkanNya. Kita dipanggil untuk meneladani Yesus dan menyatakan identitas kita sebagai anak-anak Bapa di sorga.

## **G. Aplikasi Praktis**

Adakah yang memusuhi dan menganiaya Anda saat ini? Berdoalah dan kasihi mereka!

## H. Pengakuan Dosa Dan Permohonan

1. Mohon ampun jika selama ini kita enggan berdo'a bagi yang memusuhi kita.
2. Tuhan, tolong agar aku mampu mengasihi dan berdo'a bagi orang yang telah menyakitiku





PENUNJUTUN  
MEZBAH KELUARGA HARIAN

**TETAPI KAMI,  
YAITU AKU DAN  
KELUARGAKU,  
AKAN BERIBADAH  
KEPADA ALLAH!"**

YOSUA 24:15

DEPARTEMEN PEMBINAAN KELUARGA BPH GBI

