

# O verificare a sănătății spirituale

Proiectul 2 – nota 1



Ca parte a cursului *Dezvoltând Lideri* avem șansa unui "control al sănătății spirituale". Acesta este conceput pentru a te ajuta să-ți dai seama cum merg lucrurile cu o persoană care vrea să-L urmeze pe Isus. Chiar dacă tocmai ai început un astfel de drum sau ești creștin de multă vreme, sperăm că te va ajuta să crești în eficiența și mulțumire ca ucenic al lui Isus. Acest material se bazează pe un control al sănătății realizat de Biserica Highfield, Southampton sub numele de "ucenicie pentru viață", și suntem foarte recunoscători pentru permisiunea de a-l include în *Dezvoltând Lideri*.

## Există anumite ipoteze în spatele ei ...

Ucenicizarea este fundamentală pentru o conducere sănătoasă.

Dumnezeu este interesat de fiecare parte a vieții noastre, așadar ucenicizarea le implică pe toate - nu doar activitățile în mod evident "bisericoase" sau spirituale.

Într-o lume în mișcare rapidă, este bine să se reflecteze la cum merg lucrurile și să privim înainte la următoarea etapă a călătoriei.

Această reflecție va fi mai eficient dacă îți implici mentorul, sau pe cineva într-un rol de ascultare prietenească, pentru a introduce un grad de obiectivitate și pentru a te ajuta să crești în deschidere.

## Folosind verificarea sănătății spirituale

### **Pasul 1: Utilizați formularul de verificare a sănătății spirituale într-un timp de reflecție personală.**

Pune deoparte cam o oră în care este mai puțin probabil să fi deranjat. Alege un loc confortabil. Acest lucru trebuie să fie o experiență plăcută! Acesta NU ESTE un proces de testare sau de evaluare. Poți utiliza rubricile prevăzute să noteze răspunsurile și reacțiile sau poate dorești să faci notițe separate. Tu ești singura persoană care va vedea formularul.

### **Pasul 2: Întâlnește-te cu mentorul tău, pentru a reflecta asupra răspunsurilor tale.**

Cel mult după o zi sau două după completarea formularului să te întâlnești cu acela ce l-ai ales ca mentor pentru a te ajuta să reflectezi asupra răspunsurilor tale. El ar trebui să aibă o copie a întrebărilor cu el. Îți sugerăm să parcurgi formularul pentru verificarea sănătății spirituale acordând o atenție deosebită pentru orice secțiune care te îngrijorează sau te surprinde. Dacă există ceva care ai dori să fie comunicat către liderii bisericii (de exemplu, faptul că dorești să faci un anumit curs sau să câștigi experiență într-un anumit domeniu al vieții Bisericii sau în misiune), mentorul poate face acest lucru pentru tine prin intermediul unui formular separat. Ei vor verifica dacă ești mulțumit cu ceea ce au observat. Aceasta este tot ce vor comunica ei. Toate celelalte aspecte de conversație vor fi confidențiale. Ține minte verificarea sănătății spirituale îți aparține și este agenda ta .

### **Pasul 3: Decide timpul potrivit cu privire la orice decizie pe care poate ai luat-o.**

Reflecția duce în mod normal la acțiune. S-ar putea să te decizi să începi o nouă activitate, să scrii o scrisoare, să renunți la o responsabilitate sau de a lua una nouă. În special, în urma accentului pus în sesiune a2-a pe discipline spirituale, la care disciplină (e) crezi că ai nevoie să lucrezi ? Stabilește propriul calendar și încearcă să rămâi la el. Roagă-te cu privire la intențiile tale. Păstrează formularul într-un loc sigur, astfel încât să te poți uita la el în viitor când vei reflecta asupra modului în care îți merg lucrurile, fiind un ucenic al lui Isus.

### **Pasul 4: Revizuieste cum merg lucrurile cu mentorul tău.**

La începutul părții 2 și 3 din *Dezvoltând Lideri* vă sugerăm să revizuiți cum merg lucrurile, în special zona de discipline spirituale.

**A fi mai mult condus de Isus, a conduce mai mult ca Isus, a conduce mai mult la Isus.**

##  nceputurile

G ndi i-vă înapoi în timp, c nd prima dată a i fost con tien i de călătoria credin ei. C nd  i cum a i devenit cre tini?

## Călătoria p n  în prezent

Care au fost cele mai dificile vremuri de încercare?

G nde te-te la una sau două borne kilometrice sau repere pe parcursul acestei căi. De ce sunt acestea importante?

Pe ce căi sim i că Dumnezeu te-a echipat sa-l sluje ti?

## In relație cu Dumnezeu

Care sunt factorii pozitivi în relația ta cu Dumnezeu ?

Ce împiedică relația ta cu El?

Ce crezi că ar ajuta?

Ai un sentiment al chemării Lui Dumnezeu, cel minunat în viața ta? Dacă da, care este aceasta?

## Casă, prietenie, familie,

Cât de așezată este viața ta de familie ? Sunt aspecte pe care le-ai dorit diferite?

Cine sunt cei mai apropiați prieteni ai tăi?

În ce măsură relația te ajută sau tulbură legătura ta cu Dumnezeu?

Unde întâlnești oameni care încă nu sunt încă creștini?

## Ocupația

Care este ocupația ta (activitatea principală care nu înseamnă un hobby sau o activitate din plăcere)?

Pe o scară de la unu la zece cât de mulțumit ești de ocupația ta? (10 = extrem de satisfăcut) poate vei dori să-ți explici răspunsul.

Cum îți afectează credința ocupația ?

## Pasiuni, interese și relaxare

Dacă ai avea o zi doar pentru tine însuți cum ai alege s-o folosești?

Unde este balanța între ocupație și relaxare în viața ta ?

Este vreo activitate plăcută care ți-ar plăcea s-o încerci?

## Punctele de presiune

Subliniază dacă vreuna dintre următoarele îți provoacă anxietate.

**sănătatea**

**relațiile**

**financiar**

**ocupație**

De cât timp stau lucrurile așa ? Poți vedea ceva în viitor care va schimba situația?

Ce alegere (dacă poate fi una) poți face pentru a avea un efect pozitiv ?

## Viața bisericii

În ce fel contribui tu la viața bisericii sau a altor organizații creștine ?

Ce aspecte ale participării la biserică apreciezi tu cel mai mult?

În ce fel crezi că biserica ta te poate echipa mai bine și te poate încuraja pentru a-l urma pe Isus?

## viitorul

Privind în perspectiva a cinci ani, există aspecte din viața ta pe care le-ai dori să fie altfel? Dacă da, care sunt ele?

Care ar fi cel mai interesant lucru pe care Dumnezeu îți imaginezi îți va cere să-l faci?

Care ar fi cel mai greu lucru pe care Dumnezeu îți imaginezi îți va cere să-l faci?

Care disciplină (e) spirituală privind în perspectiva a cinci ani, le-ai dori să fie altfel. Dacă da, care sunt ele?

## Lucruri practice

Sunt câteva aspecte relevante care nu au fost acoperite de aceste întrebări și ai dori să le discuți?

## Puncte de acțiune

Folosește acest spațiu pentru punctele de acțiune după ce ai meditat la răspunsurile tale cu mentorul tău. Ei de asemenea le vor înregistra pentru a se referi la ele în conversațiile viitoare.

Ce puncte ai dori să fie comunicate celor ce sunt în conducerea bisericii tale? Mentorul tău va scrie toate acestea și îți le va prezenta spre a primi acordul tău.

Care este cel mai interesant lucru ce-l poți imagina că Dumnezeu îți va cere să-l faci?

Care este cel mai greu lucru ce-l poți imagina că Dumnezeu îți va cere să-l faci?

Asupra cărei discipline spirituale crezi că trebuie să te concentrezi?