

Bibeltext

Ordspråksboken 4:23

Att du vakar över ditt innersta är viktigare än något annat, för därifrån utgår livet.

Filipperbrevet 4:8

Och nu, syskon, det som är sant, det som är värt respekt och det som är rätt, rent, värt att älska och tala väl om, allt som är förtjänstfullt och värt beröm, håll det i era tankar.

Samtalsfrågor

1. Det finns många saker som händer runtomkring oss och mot oss som vi inte kan kontrollera. Men vårt tankeliv är helt och hållet vårt eget ansvar. Håller du med om det?
2. Vårt sinne är som en segelbåt och vinden är all den input som får oss att sväva iväg åt olika håll. Hur kan vi göra för att styra vårt segel dit vi vill? Eller med andra ord: Hur kan vi styra vilka tankar vi släpper in?
3. Emellanåt kan man behöva göra en hjärtkontroll. Hur gör man det?
4. Du är den personen som pratar mest till dig själv. Vad du upprepar om dig själv blir till slut en del av din identitet. Hur kan vi bli bättre på att prata in rätt sanningar i våra liv.
5. Kan vi hjälpa varandra med detta?