

Plan voor Koninklijke seksualiteit

Goddelijk karakter (op Jezus gaan lijken) Komt binnen bereik door overgave aan God

- Een verbond sluiten met je ogen (Job 31:1). Een duidelijke keuze maken hoe jij wil kijken en hoe je met seksualiteit om wil gaan.
- = Je ogen trainen: Welke plekken, bladen, televisieprogramma's zijn op dit moment gevarenzones? Wat kies je hierin? (bv 1 keer zien kan je soms niets aan doen, 2 keer wel)
- Op welke terreinen wil je concreet bezig met zelfbeheersing en hoe? Breng deze gebieden in gebed (laat er voor bidden door anderen).
- Versen memoriseren die je gaan helpen in de strijd (Ps 119:37, 1 kor 6:18-20, Job 31:1)
- Durf rigoureuze maatregelen te nemen. Vraagt radicaliteit en duidelijkheid.
(bv TV de deur uit, geen internet op kamer, je voornemens op papier zetten, internetfilter, programma die internet bezoek monitort)

Voor mij is hierin belangrijk:

Gemeenschap (in het licht wandelen)

- Accountability, afspraken maken met 1 of 2 vrienden. Wie zijn dat?
- Leer vragen stellen aan je partner. Hoe kan ik naar jou toe verantwoordelijkheid nemen op dit gebied?
- Hoe verbonden ben jij? Lichamelijk, emotioneel, geestelijke en sociaal? Leer je te richten op die vraag. Zelfbevrediging is een symptoom.
- Eerlijk durven zijn naar God en vrienden geeft vrijheid. 1 Joh 1:5-9

Voor mij is hierin belangrijk:

Genade (Maak Jezus het in jou doen?)

- Gaat groeien door gemeenschap. Wie vormt jou gemeenschap? Hoe ziet dat eruit?
- Genade van God direct in en door genade van je vrienden helpt je in genade en vrijheid naar je zelf toe.
- Hoe verlang jij te leven? Waar geloof je in? Ipv hoe moet ik leven?
- Welke denkbeelden/oordelen over jezelf wil je aan Jezus leren geven en loslaten?

Voor mij is hierin belangrijk:

→ Plan bespreken met iemand die je vertrouwd, in je groepje (evaluatie)

→ Wees reëel! Nieuwe nieuwe gewoontes ontwikkelen duurt lang (minimaal 3 weken)