



DEPARTEMEN KELUARGA BPP GBI

MINGGU KE II
7 JULI 2025 - 12 JULI 2025

PENUNTUN MEZBAH KELUARGA HARIAN

TEMA : "MENTALITAS TAHAN BANTING"

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



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

BERTAHAN DALAM PENDERITAAN

A. PUJIAN PENYEMBAHAN

BAPA KAU SETIA

Bapa Kau setia, Bapa Kau mulia
Tenanglah, jiwaku aman bersama-Mu
Lebih dari harta, Kaulah segalanya
Tenanglah, jiwaku dalam hadirat-Mu

Kau tunjukkan kasih setia-Mu
Kau menyediakan yang kuperlu
Kau setia, Kau mulia
Dulu, sekarang, dan selamanya

Kau tunjukkan kasih setia-Mu
Kau menyediakan yang kuperlu
Kau setia, Kau mulia, Bapa Kau setia

SENIN, 7 JULI

B. DOA UCAPAN SYUKUR

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



C. PENGANTAR PEMBACAAN FIRMAN

Salah satu karakteristik orang yang memiliki mentalitas tahan banting, yaitu mampu bertahan dalam penderitaan. Ada banyak orang yang tidak tahan banting saat ada dalam penderitaan dan tekanan. Orang seperti ini biasanya memilih untuk berhenti atau mundur atau cari aman saja jika menghadapi penderitaan. Firman Tuhan mengatakan bahwa orang yang bertahan dalam penderitaan, apabila ia sudah tahan uji, maka ia akan menerima hasilnya atau menerima apa yang diharapkannya. Tetapi apabila tidak bertahan, maka tidak akan menerima hasil apa-apa. Untuk mencapai hasil, tidak boleh mundur atau berhenti di tengah jalan, harus berlari sampai garis akhir. Bahkan sekalipun menghadapi hambatan dan penderitaan, harus tetap bertahan, jangan mundur, bertahan dan berjalan terus maju. Hanya orang yang bertahan dalam penderitaan, yang akan menerima mahkota dan upah.

D. PEMBACAAN FIRMAN

Yakobus 1:12

E. PERENUNGAN

1. Mengapa kita harus bertahan ketika ada dalam penderitaan?
2. Apa yang dikatakan firman Tuhan bagi orang yang bertahan dalam penderitaan?
3. Bagaimana Anda bisa bertahan dalam penderitaan dan tekanan?



F. PENERAPAN

Jika kita menghadapi tekanan dan penderitaan, jangan berhenti atau mundur. Kita harus tetap bertahan sampai akhir.

G. APLIKASI PRAKTIS

Bertahan sekalipun Anda menderita akan membawa Anda berjalan sampai garis finis.



H. PENGAKUAN DOSA DAN PERMOHONAN

1. Mohon ampun jika kita tidak bertahan dalam penderitaan.
2. Tuhan, mampukan aku bisa bertahan sekalipun saat ada dalam penderitaan.

TIDAK MUDAH PUTUS ASA

A. PUJIAN PENYEMBAHAN

YESUS ENKKAU JURUSLAMATKU

Walau ku harus berjalan
Dalam lembah kekelaman
Perlindungan-Mu oh Tuhan
Nyatalah bagi hidupku
Tiada pernah sedetikpun
Tiada pernah Kau tinggalkan
Sungguh mulia dan sempurna
Hanya Kau layak disembah

Yesus Engkau juru s'lamatku
Dalam janji-Mu kemenanganku
Selamanya 'kan kunyatakan
Besar setia-Mu Tuhan dihidupku

SELASA, 8 JULI 2025

B. DOA UCAPAN SYUKUR

1. Bersyukur untuk kekuatan dan kesehatan.
2. Berdoa untuk pembacaan dan perenungan firman Tuhan.



C. PENGANTAR PEMBACAAN FIRMAN

Salah satu ciri orang yang memiliki mentalitas tahan banting ialah tidak mudah putus asa, pasrah atau menyerah. Tidak mudah putus asa artinya tetap memiliki harapan, terus mencoba dan bangkit lagi meskipun pernah gagal. Orang yang tidak mudah putus asa melihat kegagalan sebagai pelajaran dan motivasi untuk melakukan yang lebih baik lagi. Kegagalan bukan akhir, tetapi bagian dari perjalanan menuju keberhasilan. Rasul Paulus memberikan kesaksian dirinya dan teladan bagi jemaat di Korintus bahwa sekalipun ia mengalami berbagai hambatan dan tekanan dalam pelayanan pekabaran Injil, tetapi ia tidak putus asa. Dalam pelayanan misi, Paulus mengalami berbagai penolakan dari orang-orang yang tidak mau menerima Injil Kristus, tetapi hal itu tidak membuat Paulus mundur atau berhenti melayani. Paulus tidak menyerah, tetapi terus melayani dan semakin tekun memberitakan Injil Kristus.

D. PEMBACAAN FIRMAN

2 Korintus 4:8-9

E. PERENUNGAN

1. Apa ciri orang yang tidak mudah putus asa?
2. Bagaimana rasul Paulus tidak mudah putus asa dalam pelayanan pekabaran Injil?
3. Apa yang Anda lakukan agar tidak mudah putus asa dalam hidup ini?



F. PENERAPAN

Kita harus memiliki mentalitas yang tidak mudah putus asa agar kita tidak berhenti atau mundur, tetapi bangkit lagi dan melakukan hal yang jauh lebih baik lagi.

G. APLIKASI PRAKTIS

Miliki mentalitas yang tidak mudah putus asa, agar Anda bisa bangkit lagi sekalipun Anda terjatuh.



H. PENGAKUAN DOSA DAN PERMOHONAN

1. Mohon ampun jika kita mudah putus asa.
2. Tuhan, mampukan aku memiliki mentalitas yang tidak mudah putus asa.

TANGGUH DAN KUAT

A. PUJIAN PENYEMBAHAN

YESUS KUPERCAYA PADA-MU

Apapun yang terjadi dalam hidupku ini
Tak pernah ku ragukan kasih-Mu Tuhan
Lewat gunung yang tinggi
Dalam lembah yang curam
Tak pernah kuragukan janji-Mu Tuhan

Kau berfirman dan sembuhkanku
Kau bersabda dan s'lamatkanku
Tiada yang mustahil bagi-Mu
Yesus kupercaya pada-Mu

RABU, 9 JULI 2025

B. DOA UCAPAN SYUKUR

1. Bersyukur untuk sahabat dan teman
2. Berdoa untuk pembacaan dan perenungan firman Tuhan.



C. PENGANTAR PEMBACAAN FIRMAN

Yesus mengatakan kepada murid-murid-Nya untuk menguatkan hati mereka ketika menderita penganiayaan. Penderitaan sering membuat orang menjadi lemah dan hilang kekuatannya. Orang yang bermental tahan banting adalah orang yang tangguh dan kuat hatinya, bahkan saat sedang menderita. Orang yang tangguh sukar untuk dikalahkan, tabah dan tahan menderita. Mentalitas ini penting bagi mereka yang sedang berjuang dan bertanding. Dasar dan motif dari mentalitas tangguh dan kuat adalah jaminan Tuhan kepada orang percaya sebagai pemenang bahkan orang-orang yang lebih dari pemenang. Bukan seorang pecundang atau orang yang kalah.

D. PEMBACAAN FIRMAN

Yohanes 16:33

E. PERENUNGAN

1. Mengapa kita harus tangguh dan kuat di dalam hidup ini?
2. Bagaimana Anda membangun mentalitas tangguh dan kuat di dalam diri Anda?



F. PENERAPAN

Mentalitas tangguh dan kuat akan membawa kita menjadi pemenang di dalam hidup ini, kita tidak mudah kalah dan menyerah

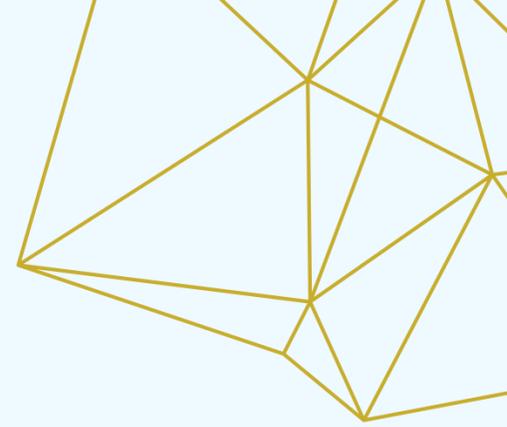
G. APLIKASI PRAKTIS

Bangun mentalitas tangguh dan kuat dalam diri Anda, bahwa Anda adalah seorang pemenang



H. PENGAKUAN DOSA DAN PERMOHONAN

1. Mohon ampun jika kita tidak tangguh dan kuat.
2. Tuhan, mampukan aku bermental tangguh dan kuat.



SEMANGAT JUANG YANG TINGGI

A. PUJIAN PENYEMBAHAN

AKU HENDAK BERSYUKUR

Aku hendak bersyukur pada Tuhan
Kar'na keadilan-Nya
Dan bermazmur bagi nama Tuhan
Yang maha tinggi

Ya Tuhan, Tuhan kami
Betapa mulia-Nya
Nama-Mu Tuhan kami
Dimuliakan atas s'luruh bumi

KAMIS, 10 JULI 2025

B. DOA UCAPAN SYUKUR

1. Bersyukur untuk semangat dan motivasi juang.
2. Berdoa untuk pembacaan firman Tuhan.



C. PENGANTAR PEMBACAAN FIRMAN

Memiliki semangat juang yang tinggi merupakan aset berharga untuk mencapai kesuksesan. Orang yang punya semangat juang yang tinggi di dalam dirinya ada motivasi kuat untuk maju dan berhasil, tidak cepat berpuas diri tetapi memiliki hasrat untuk terus berkembang dan bertumbuh semakin lebih baik dan semakin maksimal. Rasul Paulus menasihati Timotius untuk terus berjerih payah dan berjuang dalam pelayanan pekerjaan Tuhan karena ada pengharapan di dalam Kristus Yesus. Memiliki semangat juang yang tinggi penting untuk mencapai keberhasilan. Orang yang tidak punya semangat juang yang tinggi jangan pernah berharap untuk berhasil. Hidup ini adalah perjuangan, keberhasilan tidak pernah dicapai dengan hanya berpangku tangan atau bermalas-malasan. Tingkatkan semangat juang yang tinggi di dalam mengerjakan sesuatu, karena ada harapan untuk maju dan berhasil. Bekerja keras sekalipun berat dan sulit, karena ada harapan untuk berhasil

D. PEMBACAAN FIRMAN

1 Timotius 4:10

E. PERENUNGAN

1. Apa makna memiliki semangat juang yang tinggi?
2. Bagaimana rasul Paulus menasihati Timotius untuk memiliki semangat juang yang tinggi?
3. Mengapa kita hendaknya memiliki semangat juang yang tinggi di dalam mengerjakan suatu hal?



F. PENERAPAN

Di dalam bekerja, kita harus memiliki semangat juang yang tinggi untuk mencapai hasil kerja yang baik. Jika kita malas maka kita tidak akan memperoleh apa-apa

G. APLIKASI PRAKTIS

Bekerjalah dengan semangat juang yang tinggi agar Anda bisa memperoleh hasil yang Anda inginkan



H. PENGAKUAN DOSA DAN PERMOHONAN

1. Mohon ampun jika kita tidak memiliki semangat juang yang tinggi.
2. Tuhan, biarlah aku memiliki semangat juang yang tinggi di dalam bekerja.

BERDIRI TEGUH DALAM TUHAN

A. PUJIAN PENYEMBAHAN

YANG TERUTAMA

Yang terutama di dalam hidup ini
Meninggikan nama Yesus
Yang terutama di dalam hidup ini
Memuliakan nama-Nya

Halleluya, halleluya
Saya mau cinta Yesus
Halleluya, halleluya
Saya mau cinta Yesus

JUMAT, 11 JULI 2025

B. DOA UCAPAN SYUKUR

1. Bersyukur untuk iman yang teguh di dalam Kristus.
2. Berdoa untuk pembacaan dan perenungan firman Tuhan.



C. PENGANTAR PEMBACAAN FIRMAN

Kristus sumber kekuatan yang memampukan orang percaya dapat berdiri teguh dalam Tuhan. Rasul Paulus meminta jemaat di Filipi agar mereka berdiri teguh di dalam Tuhan. Menghadapi berbagai tekanan dan penganiayaan karena keputusan mereka mengikut Tuhan, Paulus menghendaki mereka tetap kuat di dalam Tuhan, tidak goyah dalam imannya kepada Kristus. Tekanan dan pergumulan hidup memang seringkali dapat membuat iman orang percaya menjadi goyah. Tidak sedikit orang Kristen yang meninggalkan Tuhan karena tidak tahan dalam ujian iman. Tuhan menghendaki agar orang percaya tetap setia dan kuat dalam pertangungan iman sampai akhir. Tuhanlah sumber kekuatan sehingga kita dapat berdiri teguh dalam Tuhan sampai akhir hidup kita.

D. PEMBACAAN FIRMAN

Filipi 4:1

E. PERENUNGAN

1. Apa arti berdiri teguh dalam Tuhan?
2. Mengapa kita hendaknya berdiri teguh dalam Tuhan?
3. Bagaimana agar kita dapat berdiri teguh senantiasa di dalam Tuhan?



F. PENERAPAN

Tuhan menghendaki kita senantiasa berdiri teguh dalam Tuhan sampai akhir hidup kita. Jangan goyah dan jangan berubah setia kita kepada Kristus.

G. APLIKASI PRAKTIS

Tetap setia dan taat kepada Tuhan sekalipun saat ini Anda sedang ada dalam pergumulan hidup.



H. PENGAKUAN DOSA DAN PERMOHONAN

1. Mohon ampun jika kita sering goyah dan berubah setia kita kepada Tuhan.
2. Tuhan, biarlah aku senantiasa berdiri teguh di dalam Tuhan.

— TEKANAN MENDATANGKAN MUJIZAT

A. PUJIAN PENYEMBAHAN

ROH ALLAH YANG HIDUP

ROH ALLAH YANG HIDUP PENUHIKU
Roh Allah YANG hidup puLIHKANKU
TurunLAH URAPAN KE ATASKU
MEMBANGKITKAN KUASA-MU

Membebaskan hidup yang terbelenggu
Memulihkan hati m'reKA YANG TERLUKA
SERTA MENCELIKKAN MATA YANG BUTA
Jadikan HIDUPKU ALAT-MU
DI PENUHI URAPAN BARU
MENYATAKAN KEBESARAN KUASA-MU

SABTU, 12 JULI 2025

B. DOA UCAPAN SYUKUR

1. Bersyukur untuk kekuatan dan kesehatan.
2. Berdoa untuk pembacaan firman Tuhan.



C. PENGANTAR PEMBACAAN FIRMAN

Secara psikis, Hana mengalami tekanan yang berat dari Penina karena Hana tidak bisa memberikan anak kepada Elkana. Tuhan telah menutup kandungan Hana. Oleh karena itu, Hana begitu gusar dan sakit hati karena Penina selalu menyakiti hatinya. Dalam keadaan tertekan, Hana datang ke rumah Tuhan. Hana berdoa dengan sungguh-sungguh di hadapan Tuhan dan ia bernazar jika diberikan anak oleh Tuhan, maka anaknya akan dia persembahkan kepada Tuhan. Akhirnya, doa Hana didengar dan dijawab Tuhan. Satu tahun kemudian Hana melahirkan seorang anak dan dinamainya Samuel. Hana mengalami mujizat Tuhan, karena dalam tekanan hidup yang dialaminya, Hana datang berdoa dan mencari Tuhan dengan sungguh-sungguh.

D. PEMBACAAN FIRMAN

1 Samuel 1:1-28

E. PERENUNGAN

1. Apa yang menyebabkan Hana mengalami tekanan?
2. Bagaimana Hana menang terhadap tekanan dan mengalami mujizat Tuhan?
3. Apa yang Anda lakukan saat ada dalam tekanan hidup?
4. Ceritakan pengalaman Anda mengalami mujizat Tuhan saat ada dalam tekanan hidup!



F. PENERAPAN

Saat kita mengalami tekanan dalam hidup, kita hendaknya datang mencari Tuhan dengan sungguh-sungguh. Maka kita akan mengalami mujizat Tuhan.

G. APLIKASI PRAKTIS

Percayalah bahwa di balik tekanan hidup Anda akan mengalami mujizat Tuhan.



H. PENGAKUAN DOSA DAN PERMOHONAN

1. Mohon ampun jika dalam tekanan hidup kita tidak datang kepada Tuhan.
2. Tuhan, biarlah aku mengalami mujizat saat dalam tekanan.

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

YOSUA 24:15