



**05 Mei – 11 Mei 2025**

## **Persiapan**

- › Biasakanlah untuk tidur tidak terlalu larut, dan biasakan juga untuk tidur cukup, sehingga saudara dapat menyembah Tuhan di pagi hari dengan keadaan terbaik. Biasakanlah untuk memberikan yang terbaik kepada Tuhan, termasuk waktu, keadaan fisik dan juga suasana hati.
- › Sediakanlah waktu yang leluasa, bukan suasana terburu-buru. Saudara bisa mengukur sendiri waktu yang leluasa itu berapa lama. Dianjurkan setidaknya saudara alokasikan waktu 30 menit. Dalam perkembangannya, durasi dapat disesuaikan.
- › Biasakanlah Saat Teduh di waktu yang sama setiap hari.
- › Biasakanlah Saat Teduh di tempat yang sama setiap hari.
- › Yang paling penting ketika kita melakukan Saat Teduh adalah sikap hati kita. Haruslah sikap hati kita untuk menyembah Dia dan untuk mendapatkan wahyu dari Tuhan.

*Tetapi jawab Samuel: "Apakah Tuhan itu berkenan kepada korban bakaran dan korban sembelihan sama seperti kepada mendengarkan suara Tuhan? Sesungguhnya, mendengarkan lebih baik dari pada korban sembelihan, memperhatikan lebih baik dari pada lemak domba-domba jantan.*

**1 Samuel 15:22**

- › Hindari pembacaan Alkitab hanya berupa rutinitas pembacaan. Pastikan setiap pagi yang kita lakukan adalah mendekat kepada Tuhan untuk mendengarkan suaraNya.

## **Mengucap Syukur dan Memuji Tuhan**

- › Mulailah hari ini dengan mengucap syukur dan memuji Tuhan. Ucapkanlah syukur untuk segala hal yang saudara ingat untuk disyukuri.
- › Naikkanlah pujian kepada Tuhan. Jika saudara tidak memiliki lagu tertentu, naikkanlah pujian ini: **"Kudatang ke hadiratMu membawa pujian".**

Kudatang ke hadiratMu membawa pujian  
Dengan segenap hatiku kumemuji Engkau  
ya Tuhan, Allahku Kau patut ditinggikan  
sembah mulialah namaMu di bumi, sembah mulialah namaMu  
Kusembah Kau, kusembah Kau di tempat yang Maha Tinggi  
Segala puji hormat kemuliaan bagiMu Tuhan  
Kusembah Kau, kusembah Kau di tempat yang Maha Kudus  
Allahku ya Rajaku

## **Saat Teduh**

1. **DOA.** Sebelum mulai membaca ayat, berdoalah kepada Tuhan: Mintakan pengertian dan wahyu untuk dapat mengerti pembacaan Alkitab yang dilakukan dengan baik.
2. **PEMBACAAN AYAT-AYAT.** Bacalah ayat-ayat berikut dengan baik. Jangan dibaca terlalu cepat. Bacalah perlahan-lahan dan beberapa kali. Ayat-ayat renungan:

3. **Adakah hikmat atau pengertian apa yang Tuhan nyatakan? Tuliskanlah!** Dari pembacaan tersebut, tuliskanlah hal apa yang perlu diperhatikan atau dilakukan:
  - > Adakah hikmat atau pengertian apa yang Tuhan nyatakan? Tuliskanlah!
  - > Adakah janji yang Tuhan berikan? Tuliskanlah!
  - > Adakah dosa atau teguran apa yang Tuhan nyatakan? Bertobatlah!
  - > Perintah apa yang Tuhan katakan? Turutilah!
5. **PENERAPAN.** Bagaimana cara saudara mempraktekkan pembacaan tersebut hari ini? Tuliskanlah!
6. **RENUNGAN SEPANJANG HARI.** Dari rangkaian ayat tersebut, ayat mana yang akan saudara renungkan hari ini? Hafalkanlah! Jika tidak ada yang khusus, saudara bisa menghafalkan Ayat Hari ini.

## Doa Pribadi

Setelah saudara melakukan semua hal di atas, di bagian akhir ini:

- > Ambillah waktu untuk bersyukur atas hikmat dan bimbingan yang Tuhan berikan.
- > Mintakanlah pengertian untuk mengetahui kehendak Allah dan semakin mengenal Allah.
- > Mintalah kekuatan-Nya untuk taat dan melakukan kehendak Allah, setiap hari.
- > Naikkanlah doa dan permohonan untuk keadaan atau kebutuhan saudara serta keluarga saudara pada hari ini.

---

## Nats Renungan Harian Minggu ini

- > Senin 5 Mei: Diciptakan menurut Gambar Allah
  - **Pembacaan:** Kejadian 1: 24–31
  - **Ayat Hari Ini:** Kejadian 1:27
- > Selasa 6 Mei: Maju dan Dudukilah
  - **Pembacaan:** Ulangan 1:19–33
  - **Ayat Hari Ini:** Ulangan 1:21
- > Rabu 7 Mei: Allah memberikan Kemenangan
  - **Pembacaan:** Ulangan 20:1–20
  - **Ayat Hari Ini:** Ulangan 20:4
- > Kamis 8 Mei: Pasti Mengalahkan
  - **Pembacaan:** Bilangan 13:1–33
  - **Ayat Hari Ini:** Bilangan 13:30
- > Jumat 9 Mei: Berharga dan Mulia
  - **Pembacaan:** Yesaya 43:1–7
  - **Ayat Hari Ini:** Yesaya 43:4
- > Sabtu 10 Mei: Perkenanan Tuhan
  - **Pembacaan:** Bilangan 14:1–10
  - **Ayat Hari Ini:** Bilangan 14:8
- > Minggu 11 Mei: Sepenuhnya Mengikut Tuhan
  - **Pembacaan:** Bilangan 14:11–38
  - **Ayat Hari Ini:** Bilangan 14:24