

# Studieactiviteit 1:

## Overpeinzen en persoonlijke openbaring

Wat heb je over het ontvangen van openbaring geleerd? In het eerste gedeelte van Helaman 10 lezen we dat Nephi openbaring en macht van God ontvangt. Dat voorbeeld van Nephi leert ons hoe wij beter openbaring van de Heer kunnen ontvangen en herkennen.

Lees Helaman 10:1–3 en ga na wat ertoe leidt dat Nephi openbaring van de Heer ontvangt.

Let op het woord *overleggende* in vers 2 en 3. Markeer dat woord eventueel in je Schriften.

Iets wat we uit deze verzen kunnen leren, is dat de dingen van de Heer overpeinzen ons voorbereidt om openbaring te ontvangen.

- Hoe zou je overpeinzing omschrijven aan iemand die niet weet wat dat is?
- Waarom helpt overpeinzing ons om openbaring te ontvangen?

President M. Russell Ballard van het Quorum der Twaalf Apostelen heeft uitgelegd:



Het is belangrijk om stil te zijn en de Geest te volgen. We hebben gewoon te veel afleiding om onze aandacht vast te houden. Het is in de wereldgeschiedenis nog nooit zo erg geweest.

Iedereen heeft tijd nodig om te mediteren en zich te bezinnen. Zelfs de Heiland van de wereld vond daar tijd voor tijdens zijn sterfelijke bediening. (M. Russell Ballard, 'Wees stil en weet dat ik God ben' [CES-devotional voor jongvolwassenen, 4 mei 2014], [broadcasts.ChurchofJesusChrist.org](https://broadcasts.ChurchofJesusChrist.org).)

- Wat zijn enkele afleidingen waardoor het moeilijk kan zijn om geestelijke zaken te overpeinzen?
- Wat zijn enkele 'dingen van de Heer' waar je de tijd voor kunt nemen om te overpeinzen?
- Welke ervaringen heb je gehad, of heb je weet van, waarbij overpeinzing tot openbaring heeft geleid?

Bedenk een doel dat je kunt stellen om deze waarheid op jezelf toe te passen. Noteer je doel eventueel in je studiedagboek.