



**FEEL
EMBRACE
WIN**

#FEEL

Berani merasakan, mengenal, dan membereskan luka.

Saul - Ignore dengan luka dan memilih diam.

1 Samuel 10:27 TB

Tetapi orang-orang dursila berkata: "Masakan orang ini dapat menyelamatkan kita!" Mereka menghina dia dan tidak membawa persembahan kepadanya. **Tetapi ia pura-pura tuli.**

- **But he ignored the insult and kept silent (AMP)**

Background Saul :

- **Tertolak oleh orang-orang disekitarnya (1 Sam 10:27)**
- **Rendah diri (1 Sam 10:22-23)**
- **Dari kaum terkecil (1 Sam 10:21)**



#EMBRACE

Berani menghadapi dan memeluk didikan, tidak keluar secara premature.

James 1:2-4 MSG

Consider it a sheer gift, friends, when tests and challenges come at you from all sides. You know that under pressure, your faith-life is forced into the open and shows its true colors. **So don't try to get out of anything prematurely..**

Terjemahan

Anggaplah sebagai hadiah yang murni, saudara-saudara, saat ujian dan tantangan datang menghadangmu dari segala penjuru. Kamu tahu bahwa di bawah tekanan, kehidupan imanmu terbuka dan menunjukkan warna aslinya. **Jadi jangan mencoba untuk keluar dari situasi apapun secara premature...**

#EMBRACE

Berani menghadapi dan memeluk didikan, tidak keluar secara premature.

Kabur dari pelatihan (Fakhri Husaini)



- Kabur dari TC Timnas Indonesia.
- Alasan kabur karena kerasnya coaching dari pelatih saat itu.
- Kehilangan kemenangan Sea Games Medali emas 1991

Mencari shortcut (Tonya Harding)



- Peseluncur indah no.1 dunia tahun 1994
- Menyewa orang untuk memukul rivalnya.
- Seumur hidup tidak bisa berkompetensi

#WIN

Menang atas luka, menang atas didikan.

Daud - dihajar karena kesalahan, tidak trauma, dan memberikan lagi yang extra.

2 Samuel 6:5, 7-8 (TB)

Daud dan seluruh kaum Israel menari-nari di hadapan TUHAN dengan sekuat tenaga, diiringi nyanyian, kecapi, gambus, rebana, kelentung dan ceracap.

Maka bangkitlah murka TUHAN terhadap Uza, lalu Allah membunuh dia di sana karena keteledorannya itu; ia mati di sana dekat tabut Allah itu. Daud menjadi marah, karena TUHAN telah menyambar Uza demikian hebatnya; maka tempat itu disebut orang Peres-Uza sampai sekarang.

2 Samuel 6:12-15 (TB)

Diberitahukanlah kepada raja Daud, demikian: "TUHAN memberkati seisi rumah Obed-Edom dan segala yang ada padanya oleh karena tabut Allah itu." **Lalu Daud pergi mengangkut tabut Allah itu dari rumah Obed-Edom ke kota Daud dengan sukacita.** Apabila pengangkat-pengangkut tabut TUHAN itu melangkah maju enam langkah, maka **ia mengorbankan seekor lembu dan seekor anak lembu gemukan.** Dan Daud menari-nari di hadapan TUHAN dengan sekuat tenaga; ia berbaju efod dari kain lenan. Daud dan seluruh orang Israel mengangkut tabut TUHAN itu dengan diiringi sorak dan bunyi sangkakala.

#WIN

Menang atas luka, menang atas didikan.

**Apa yang harus dilakukan jika otot sakit & bengkak
karena latihan?**

Dont stop to exercise.