หลักการของ

เอกลักษณ์

และ

ฐานะในพระคริสต์

ดรุณาทร

คู่มือสร้างเยาวชนผู้นำ

หลักการของ
เอกลักษณ์
และ
ฐานะในพระคริสต์

คู่มือสร้างเยาวชนผู้นำ

มูลนิธิดรุณาทร

หลักการของเอกลักษณ์และฐานะในพระคริสต์

คู่มือสร้างเยาวชนผู้นำ ของ มูลนิธิดรุณาทร (คอมแพสชั่น ประเทศไทย)

ออกแบบและจัดทำเนื้อหา โดย
Compassion International 12290 Voyager Parkway, Colorado Springs, CO 80921 www.compassion.com

แปลและจัดทำฉบับภาษาไทย โดย
มูลนิธิดรุณาทร (คอมแพสชั่น ประเทศไทย) 57/7 ถนนทุ่งโฮเต็ล ซอย 3 ตำบลวัดเกต อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ 50000 โทร 0 5326 6426-9 แฟกซ์ 0 5324 0442 www.compassionth.com

ฉบับแปลครั้งแรก พฤศจิกายน ค.ศ.2009
ฉบับปรับปรุง มีนาคม ค.ศ.2016
ออกแบบปกและจัดรูปเล่ม โดย ปริญญา ปราบอริพ่าย
ดาวน์โหลดหนังสือได้จากเว็บไซต์ของมูลนิธิดรุณาทร
www.resource.compassionth.com (ตั้งแต่ มีนาคม ค.ศ.2016)

คู่มือสร้างเยาวชนผู้นำ
คอมแพสชั่นได้จัดทำ “คู่มือสร้างเยาวชนผู้นำ” ขึ้นเพื่อเสริมสร้างและพัฒนาศักยภาพ ความเป็นผู้นำสำหรับเยาวชนในโครงการ โดยสนับสนุนให้คริสตจักรนำไปจัดกระบวนการเรียนรู้กับกลุ่มเยาวชนเป้าหมายตามบริบทและความเหมาะสม “คู่มือสร้างเยาวชนผู้นำ” ประกอบด้วยเนื้อหา 10 หัวข้อหลัก (10 เล่ม) ที่จำเป็นต้องศึกษา ได้แก่

- การเริ่มต้นสู่การดูแลสำหรับพี่เลี้ยงและน้องเลี้ยง
- หลักการของเอกลักษณ์และฐานะในพระคริสต์
- ทักษะความฉลาดทางอารมณ์
- การเป็นผู้อารักขาร่างกายและการปฏิบัติเพื่อสุขภาพที่ดี
- พระคัมภีร์สอนอย่างไรเกี่ยวกับเรื่องเพศ มิตรภาพ การออกเดท การคบหากัน และการแต่งงาน
- การช่วยเหลือคนอื่นให้เอาชนะการกระทำที่เป็นอันตรายต่อสุขภาพและหลักการของการมีอิทธิพลและให้ความรู้แก่เพื่อน
- โลกทัศน์คริสเตียนและเปรียบเทียบระบบความเชื่อ
- ทักษะการทำธุรกิจและการทำการค้าขนาดย่อม
- หลักการบริหารการเงินเบื้องต้น
- มุมมองของพระคัมภีร์เกี่ยวกับความยากจนและเข้าใจในความรับผิดชอบทางสังคม

เนื้อหาในหนังสือทุกเล่มอยู่บนฐานของพระคริสตธรรมคัมภีร์ซึ่งคริสเตียนให้ความสำคัญว่าเป็นแก่นในการดำเนินชีวิตที่ควรปฏิบัติตาม ทั้งนี้ หนังสือทุกเล่มไม่ได้จัดทำขึ้นเพื่อแสวงหาผลกำไร ต้องได้รับอนุญาตจากมูลนิธิดรุณาทร หรือ คอมแพสชั่น(ประเทศไทย) ก่อนนำไปใช้

วัตถุประสงค์

หลังจากใช้คู่มืออภิปรายนี้แล้ว ท่านสามารถที่จะ :

- จำได้ว่าข้อความที่ท่านได้รับเหล่านี้มีผลต่อทัศนคติของท่าน และความสัมพันธ์ของท่านกับพระเจ้าอย่างไร
- เข้าใจความจริงเกี่ยวกับคำพูดลบ และรู้ว่าสิ่งนั้นมีผลกระทบต่อพฤติกรรมอย่างไร
- เข้าใจตัวเราที่แท้จริงในพระคริสต์
- จำได้ถึงความรักของพระเจ้าที่มีต่อเรา และรู้ว่าพระองค์ต้องการจะมีความสัมพันธ์กับเรา แม้กระทั่งในยามที่เราเกิดความสงสัยหรือสิ้นหวัง

แหล่งข้อมูล

พระคัมภีร์ทุกข้อที่นำมาอ้างอิงในเอกสารฉบับนี้มาจากพระคัมภีร์ฉบับอมตธรรมเพื่อชีวิต เว้นแต่ระบุไว้เป็นอย่างอื่น

หมายเหตุ : เอกสารฉบับนี้ได้รับความคุ้มครองจากกฎหมายลิขสิทธิ์ จึงไม่อนุญาตให้มีการดัดแปลงข้อความที่มีการตัดตอนไปใช้ในขั้นตอนของการแปลหรือการปรับให้เข้ากับบริบทไม่ว่าในกรณีใด ๆ

สารบัญ

จากการโดนกระทำสู่พระคุณ 4–5

คำพูดลบ ๆ ที่เคยได้รับแต่เยาว์วัย 6–7

ความทรงจำในวัยเด็ก 8–9

การกบฏและด้านมืด 10–11

เมื่อ พระเจ้า เข้ามา 12–13

ความสงสัยและความสิ้นหวัง 14–15

เอกลักษณ์อันเปี่ยมด้วยสง่าราศีของ พระคริสต์ 16–17

ความสัมพันธ์ที่แท้จริงกับ พระเจ้า 18

การศึกษาและการนำไปใช้ต่อเนื่องในอนาคต

จากการถูกกระทำสู่พระคุณ

เรื่องราวต่อไปนี้เป็นการเดินทางจากการถูกกระทำสู่พระคุณของผู้หญิงคนหนึ่ง ซึ่งเปรียบได้ง่าย ๆ กับมนุษย์ทุกคนที่เคยได้รับประสบการณ์ของคำพูดลบที่เข้ามา แต่อาจจะแตกต่างกันไปบ้าง คำพูดลบเหล่านั้นมีผลกระทบต่อทั้งผู้ชายและผู้หญิงเท่า ๆ กัน ซึ่งผู้อ่านคู่มือนี้จำเป็นจะต้องใคร่ครวญคำพูดที่เคยทำให้เจ็บปวดเมื่อครั้งยังเด็ก และดูว่าคำพูดเหล่านั้นกระทบต่อทัศนคติ และความสัมพันธ์ของเรากับพระเจ้าอย่างไร

คำพูดลบที่เคยได้รับแต่เยาว์วัย

ฉันเกิดในครอบครัวที่ติดเหล้าอย่างหนัก ทุกวันอาทิตย์ทุกคนในครอบครัวจะใส่เสื้อผ้าที่ดูดีที่สุดไปโบสถ์ ซึ่งคุณพ่อของฉันทำหน้าที่เป็นปฏิคม ส่วนคุณแม่ก็สอนรวีวารศึกษา ขณะที่ต่อหน้าคนภายนอกนั้น ครอบครัวของฉันดูเหมือนเป็นสมาชิกคริสตจักรที่ดี แต่ก็ไม่มีใครรู้ว่าในบ้านนั้นเกิดอะไรขึ้นบ้าง ฉันถูกลงโทษด้วยการข่มเหงทางเพศ ทางอารมณ์ และทางกายด้วยวิธีต่าง ๆ หลายอย่างตั้งแต่ยังเล็ก จริงอยู่ที่บางครั้งมีคำพูดที่บอกว่าฉันสามารถทำอะไรก็ได้ แต่การถูกละเมิดนั้นแฝงความหมายที่ซ่อนเร้นเอาไว้ ฉันได้เรียนรู้ถึงการไม่เป็นที่ยอมรับ ฉันไร้เดียงสาเกินไป ฉันยังฉลาดไม่พอ ไม่สูงพอหรือไม่สวยพอ ส่งเสียงดังเกินไป อยู่ไม่สุข ไม่ควรทำสิ่งนี้หรือสิ่งนั้น ฉันเรียนรู้ว่าฉันจำเป็นที่จะต้องเข้าใจชีวิตโดยสัญชาตญาณของตนเองโดยที่ไม่มีใครมาสอน ฉันมักจะได้ยินคำพูดที่ทำให้รู้สึกว่า ไม่ว่าฉันจะทำสิ่งไหน สิ่งนั้นมักจะดีไม่พอ ดังนั้นฉันจึงพยายามอย่างมากที่จะให้ตนเองเป็นที่ยอมรับ

ด้วยความที่ว่าครอบครัวของฉันย้ายบ้านบ่อย ฉันจึงต้องเปลี่ยนที่เรียนหลายที่ และเพื่อที่จะปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมใหม่ ๆ ภายนอกฉันจึงเป็นคนที่ดูเหมือนมีความมั่นใจ และเข้ากับคนง่ายแต่ภายในแล้วกลับไม่รู้สึกปลอดภัยและขี้อาย ความกลัวลึก ๆ ข้างในนั้นมักจะแสดงออกมาทางความคิดว่า “ถ้าหากใครรู้จักฉันจริง ๆ แล้วละก็...” ฉันมีเพื่อนทั่ว ๆ ไปมากมาย แต่เพื่อนแท้นั้นกลับไม่มีเลย

และด้วยคำพูดต่าง ๆ ที่ฉันเคยได้รับจากที่บ้าน ก็ได้ส่งผลถึงภาพลักษณ์ของพระเจ้าในความคิดของฉัน ฉันมองพระเจ้าว่าพระองค์เป็นใครบางคนที่ฉันไม่สามารถทำให้พระองค์พอพระทัยได้ เป็นคนที่เข้มงวดมากเกินไป และก็มักจะรวนเร เปลี่ยนวิธีการควบคุมดูแลลูกของพระองค์บ่อย ๆ เหมือนกับที่พ่อแม่ของฉันเป็น ฉันไม่เคยลดละ หรือหยุดความตั้งใจที่จะทำให้พระองค์พอพระทัย หรือทำตัวให้ดีพอที่จะตอบแทนความรักของพระองค์เลย

การนำไปใช้ส่วนตัว

ผู้ชายหลายคนก็ได้รับคำพูดลบเมื่อครั้งเป็นเด็กเช่นกัน คำพูดเหล่านี้อาจจะมีรูปแบบแตกต่างกันกับผู้หญิง แต่ผลกระทบนั้นก็มีมากเหมือนกัน

- คำพูดด้านบวกอะไรบ้างที่เราเคยได้รับเมื่อตอนที่ยังเด็ก?
- แล้วคำพูดด้านลบล่ะ?
- ผลของคำพูดเหล่านั้นทำให้เรามองพระเจ้าอย่างไร?
- พระคำของพระเจ้าพูดอย่างไรเกี่ยวกับคำพูดเหล่านั้น? อภิปรายหัวข้อนี้กับกลุ่มดูแล หรือผู้ให้คำปรึกษา

ให้เรามาดูกันว่าคำพูดที่เราเคยได้รับมานั้นมีผลต่อชีวิตเราอย่างไร จากที่เราได้อ่านมานั้น ให้เราคิดถึงผลกระทบจากคำพูด (ทั้งบวกและลบ) ที่มีต่อชีวิตของเรา

จดบันทึก

ความทรงจำในวัยเด็ก

ความทรงจำวัยเด็กของฉันมีไม่มากนัก เมื่อเวลาผ่านไปหลายปีฉันก็ลืมมันเกือบหมด แต่เมื่อความทรงจำเหล่านั้นย้อนกลับมาอีกครั้ง ฉันก็เริ่มจำประสบการณ์ต่าง ๆ ที่เคยมีได้มากมาย บางเรื่องก็สนุกสนานรื่นเริง ฉันจำได้ว่าเคยปั้นจระเข้จากดินน้ำมันที่มาจากชุดการประสูติของพระเยซู เคยเข้าเรียนที่พิพิธภัณฑ์เด็กแถวบ้าน อ่านหนังสือ จับงู จับกิ้งก่าในทุ่งนาหลังบ้าน เล่นวิ่งไล่จับในคืนฤดูร้อนกลางแสงไฟริมถนน และวันคริสตมาสที่ฉันได้ปืนกับหมวกคาวบอยเป็นของขวัญ

ความทรงจำที่เคยมีจากเหตุการณ์เหล่านี้ช่วยพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ให้ดีขึ้น แม้ว่าบางอย่างอาจจะดูไม่เป็นปกติของคนทั่วไป ฉันเป็นคนรักธรรมชาติและสัตว์ทุกชนิด แม้แต่สัตว์เลื้อยคลานและพวกแมลงที่ไม่เป็นที่ชื่นชอบเท่าไรนัก ฉันก็รักมัน ฉันชอบที่จะออกมาเที่ยวนอกบ้าน โดยเฉพาะตอนเช้ามืดและตอนเย็นจะเป็นเวลาที่ฉันอุทิศตัวให้กับหนังสือและกระหายหาความรู้อย่างมาก

แต่ความทรงจำอันเลวร้ายก็หวนกลับมาเช่นกัน ฉันจำคืนที่มีใครบางคนบุกมาที่เตียงของฉัน สิ่งนี้บอกกับฉันว่า แม้จะอยู่ในบ้านของตัวเอง ฉันก็ไม่ปลอดภัยอยู่ดี

ทุกครั้งที่ฉันทำผิดพลาด แม้แต่เรื่องที่ไม่เคยมีใครสอน หรือเรื่องที่ฉันไม่รู้ ก็มักจะได้รับคำตำหนิอย่างเจ็บแสบ คำพูดเหล่านี้คอยเตือนฉันว่าอย่ายอมเปิดช่องว่างให้ถูกทำร้าย และจะต้องมีความรู้และความสามารถก้าวหน้ากว่าคนอื่นหนึ่งก้าวเสมอ

ฉันรักการร้องเพลง แต่ก็มักจะถูกดุว่า "หยุดร้องซักที" หรือไม่ก็พูดมากเกินไปแล้ว คำพูดเหล่านี้ทำให้ฉันคิดว่าแม้แต่เสียงของฉันก็ยังก่อความรำคาญให้คนอื่น (ลองคิดดูสิว่าฉันจะประหลาดใจขนาดไหน เมื่อฉันเป็นวัยรุ่น ฉันเพิ่งรู้ว่าอันที่จริงฉันร้องเพลงเพราะ)

มักจะมีคนบอกฉันเสมอว่าฉันเป็นคนน่าเกลียด โง่ และไร้ค่า แม้ว่าบางครั้งคำพูดเหล่านี้จะเป็นคำพูดที่ใช้ในมุขตลก หรือเป็นการเย้าแหย่กันเล่นเท่านั้น แต่ฉันก็เชื่อในคำเหล่านี้

จากที่เคยเป็นคนฉลาดกลับรู้สึกว่าเป็นคนโง่ รู้สึกว่าเป็นคนไม่มีของประทานอะไรที่ใช้การได้ รู้สึกว่าตัวเองไม่มีคุณค่า

การนำไปใช้ส่วนตัว

ผู้เป็นพ่ออาจจะใช้กำลังและอำนาจอย่างผิด ๆ เพื่อที่จะให้ลูกชายอยู่ภายใต้การบังคับบัญชาของตน เด็กผู้ชายมักจะรู้สึกกดดันที่จะต้องทำตัวให้สมกับเป็น “ชายชาตรี” จึงหันไปเอาดีทางด้านกีฬา แม้ว่าเขาจะไม่ชอบก็ตาม เขาอาจจะถูกเยาะเย้ยหากมีรูปร่างที่ผอมบาง เด็กผู้ชายบางคนที่มีความสนใจในด้านดนตรี ศิลปะ หรือวิชาการก็เช่นกัน ที่บ่อยครั้งมักจะถูกล้อเลียนและถูกตั้งแง่ว่าเป็นชายหรือไม่ แม่ที่ปกป้องลูกชายมากเกินไปจะทำให้เด็กรู้สึกเหมือนว่าตนไม่ใช่เด็กผู้ชาย และการทารุณทางเพศนั้นเกิดขึ้นกับเด็กผู้ชายได้เช่นกัน

ในทำนองเดียวกันกับเด็กผู้หญิง ที่หากว่าความสนใจของเด็กผู้หญิงคนหนึ่ง เอนเอียงไปทางด้านกีฬา หรือเครื่องกล มากกว่าทักษะ “ความเป็นกุลสตรี” ที่ควรจะมีอย่างคนทั่วไป เด็กคนนั้นก็อาจจะถูกล้อเลียนได้ เด็กอาจจะได้ยินได้ฟังมาจากพ่อแม่หรือคนในสังคมว่าเธอคือชนชั้นสอง เพียงเพราะว่าเธอเป็นหญิง

การทารุณทางเพศนั้นไม่ได้เกี่ยวกับการสัมผัสร่างกายเสมอไป การทารุณทางเพศอาจเป็นได้ทั้งการมองเห็น เช่น ผู้ปกครองเปิดเผยการมีเซ็กซ์ของตนให้ลูกเห็น หรือการแสดงความคิดเห็นที่ยั่วยุอารมณ์ทางเพศ

- คำพูดที่เราเคยได้รับสอนอะไรแก่เรา?
- สิ่งเหล่านี้ได้บอกความจริงเกี่ยวกับตัวเราหรือไม่? ทำไมหรือ ทำไมจึงไม่คิดเช่นนั้น?

จดบันทึก

การกบฏและด้านมืด

เมื่อฉันโตขึ้น คำพูดเหล่านั้นก็ยังมีมาเรื่อย ๆ การเข้าสู่วัยหนุ่มสาวตั้งแต่อายุน้อย ๆ นั้นนำไปสู่การทารุณทางเพศ ทั้งทางร่างกายและทางคำพูดมากขึ้น ฉันเริ่มรู้สึกว่าถ้าหากฉันไม่มีรูปร่างที่ดี ก็จะไม่มีใครมาสนใจฉัน เมื่อฉันเอาตัวเองไปเปรียบเทียบกับเพื่อนในห้องเรียนที่มีรูปร่างดีกว่า ฉันมักจะมองว่าตัวเองน่าเกลียดกว่าเพื่อน ๆ ฉันจึงนำไหวพริบ สติปัญญา และทักษะความเป็นผู้นำที่ติดตัวมาแต่กำเนิดมาใช้ในทางที่เสี่ยง เพื่อที่จะเอาชนะวิถีของสังคมให้ได้

ฉันกลายเป็นหัวโจกให้กับกลุ่มของพวกที่แบ่งแยกในโรงเรียนโดยการแสดงท่าทีกบฏ แน่นอนว่าการเป็นพาลเกเรในสมัยนั้นดูยังนุ่มนวลเมื่อเทียบกับมาตรฐานของสมัยนี้ แต่ก็ก่อให้เกิดสิ่งที่เหมือนกันคือ การทำให้ตนเองล้มเหลว การยอมรับที่ฉันเสาะแสวงหาจากครูและผู้ใหญ่คนอื่นๆนั้นกลับถูกปฏิเสธ เพราะฉันมี “ปัญหาทางพฤติกรรม” จนกระทั่งก่อนจะเข้าโรงเรียนมัธยม คุณครูก็สังเกตเห็นพรสวรรค์ภายในตัวฉันนอกเหนือจากความก้าวร้าวที่เป็นเปลือกภายนอกนั้น แต่ในความคิดของฉัน มันน่าเสียดายที่ไม่มีใครมองเห็นลึกเข้าไป ว่ามีเด็กผู้หญิงที่กำลังเจ็บปวดอยู่ข้างใน

ดังนั้น ฉันเลยทุ่มตัวให้กับดนตรีและศิลปะ ใช้เวลาหลายต่อหลายชั่วโมง หมกตัวล็อคห้อง เล่นกีตาร์ หรือไม่ก็วาดรูปและระบายสี หรือไม่ก็คิดอะไรเรื่อยเปื่อย

ฉันเคยใฝ่ฝันว่าจะเป็นนักดนตรีที่ยิ่งใหญ่ แต่ลึก ๆ ข้างในนั้น ฉันก็รู้ดีว่าทักษะที่มีอยู่ และความสามารถในการเรียนรู้ดนตรีด้วยตนเองของฉันนั้นไปได้ไม่ไกล

ฉันเคยฝันว่าได้เข้าเรียนที่สถาบันศิลปะชั้นนำ และได้รับแรงหนุนจากคนที่มองเห็นของประทานของฉันจากครูสอนศิลปะของฉัน น่าเสียดายที่เมื่อฉันเล่าเรื่องนี้ให้แม่ฟัง ซึ่งก็เป็นศิลปินเช่นกัน และเพราะการที่แม่ขาดความกระตือรือร้น ทำให้ฉันทิ้งความฝันนั้น และไม่เคยที่จะไล่ตามมันเลย

ฉันเคยคิดฝันว่าอยากจะให้พ่อแม่เป็นคนที่ยอมรับฉันอย่างที่เป็น รู้สึกชื่นชมในของประทานของฉัน และไม่ดูถูกในสิ่งที่ฉันไม่มี

ฉันรู้สึกอยากมีใครสักคนที่จะคอยรับฟังสิ่งที่ฉันพูด โดยที่ไม่ตัดสิน หรือตำหนิติเตียน

ในตอนนั้น ฉันคิดอยากจะได้รับความช่วยเหลือจากพระเจ้าจริง ๆ

การที่ฉันกระหายหาความรัก การยอมรับ คุณค่า และความหมายของชีวิต ทำให้ฉันเข้าไปมีส่วนร่วมกับหน่วยงานบริการ กิจกรรมของคริสตจักร และชมรมต่าง ๆ แต่ฉันก็ยังมีแต่ความว่างเปล่า จนฉันเริ่มไปเสาะหาสิ่งเหล่านี้จากไสยศาสตร์ ดนตรี วรรณกรรม และศิลปะด้านมืด เพื่อที่จะหล่อเลี้ยงความต้องการนี้ ยิ่งฉันเข้าสู่ด้านมืดมากเท่าไหร่สิ่งเลวร้ายก็มากขึ้นเท่านั้น ฉันเริ่มที่จะภูมิใจใน “ความสำเร็จ” ที่ได้จากวงการไสยศาสตร์ ถือโชคชะตา และเวทย์มนต์ด้านมืด

ที่โรงเรียน ฉันสามารถรักษาผลการเรียนให้ดีขึ้นได้ด้วยความพยายามเล็กน้อย ทำให้มีเวลาที่จะทำงานอดิเรกอย่างอื่นเพิ่มมากขึ้น พ่อแม่ของฉันท่านทำงานทั้งคู่ จึงไม่ค่อยรู้ว่าทุกวันหลังจากเลิกเรียนนั้น ฉันมักจะถูกกักตัวเป็นการลงโทษ ไม่ก็ถูกพักการเรียน ไม่ก็แอบดื่มไวน์ที่แม่มักจะหมักไว้ในโรงครัว หรือไม่ก็สูบบุหรี่

ฉันพยายามที่จะอยู่ห่าง ๆ จากยาเสพติดผิดกฎหมาย และเพศสัมพันธ์ที่ผิดศีลธรรมโดยอาศัย “ศีลธรรมตามสะดวก” เพราะว่าแผนการที่ฉันวางไว้นั้นจะไม่มีการเข้าคุก หรือมีลูก แต่ฉันก็ยังคงทำหลายสิ่งหลายอย่างให้ใกล้กับเส้นอันตรายมากที่สุดเป็นกิจวัตร

การนำไปใช้ส่วนตัว

- เราจะอธิบายลักษณะพฤติกรรมในชีวิตของผู้หญิงคนนี้ว่ามีลักษณะอย่างไร?
- แล้วในชีวิตของเราเองมีลักษณะที่เหมือนกันกับผู้หญิงคนนี้หรือเปล่า?
- สำหรับเด็กผู้ชาย พฤติกรรมเหล่านี้จะแตกต่างออกไปอย่างไร?
- แล้วในชีวิตเพื่อน ๆ ของเรา หรือพี่น้องของเราล่ะ เราเห็นลักษณะพฤติกรรมที่คล้ายกันบ้างไหม?

จดบันทึก

เมื่อพระเจ้าเข้ามา

ช่วงฤดูร้อนขณะที่ฉันอยู่ชั้นม.2 จะขึ้นม.3 คุณพ่อก็ประกาศว่าเราจะย้ายบ้านกันอีกครั้ง ฉันจึงคัดค้านเพราะฉันเริ่มรู้สึกว่าปรับตัวเข้ากับที่นี่ได้แล้วจนถึงเคยได้รับการเลือกตั้งให้เป็นประธานชมรมศิลปะอีกด้วย แต่พ่อกลับพูดเผิน ๆ ว่า "มันไม่เป็นอะไรหรอกน่า ก็เหมือนกับเราเอามือออกจากถังที่ใส่น้ำ เดี๋ยวน้ำมันก็จะกลับมาเข้าที่ไม่ทิ้งหลุมหรือช่องว่างเอาไว้หรอก" พูดง่าย ๆ ก็คือจะไม่มีใครคิดถึงฉัน ซึ่งก็ชัดเจนอยู่แล้วว่าฉันไม่ได้สำคัญอะไรกับใครเลย

ที่โรงเรียนใหม่นั้น ฉันเหนื่อยกับการที่ต้องพยายามเป็นเพื่อนที่ถูกยอมรับในสังคมใหม่อีกครั้ง อย่างไรก็ตาม นี่เป็นโรงเรียนที่ 8 ของฉันแล้ว

แต่พระเจ้าทรงมีแผนการอื่นรอไว้แล้ว คือฉันได้เข้าร่วมคณะนักร้องประสานเสียงเล็ก ๆ ซึ่งเป็นหนึ่งในวิชาเรียน คนที่อยู่ช่วงเสียงเดียวกับฉันคนหนึ่งก็เริ่มชักชวนฉันไปเรียนพระคัมภีร์ ไม่เพียงแค่นั้น แต่ยังไปทานข้าวเที่ยงกับฉันและนัดเจอกันระหว่างคาบเรียน เธอยังนั่งรถเมล์ทั้งไปและกลับจากโรงเรียนกับฉันอีกด้วย จริง ๆ แล้วการเอาใจใส่แบบนี้ก็ทำให้ฉันรำคาญเหมือนกันเพราะฉันรู้ดีว่าพวกเด็กดื้อ ๆ ทั้งหลายคงไม่อยากยุ่งกับฉันแน่ ๆ ถ้าฉันยังคงไปไหนมาไหนกับ "คนบ้าพระเยซู" อย่างนี้ ฉันก็เลยเริ่มสูบบุหรี่อีกครั้ง เพื่อจะทำให้เธอคนนี้ออกห่างจากฉันไป แต่ว่ามันไม่สำเร็จ เพราะเพื่อนใหม่คนนี้ก็ยังไม่ไปไหน

ท้ายที่สุด ด้วยความพยายามที่อยากให้เพื่อนคนนี้เลิกเซ้าซี้ฉันในเรื่องศึกษาพระคัมภีร์ ฉันจึงลองไปเข้าร่วมการเรียนพระคัมภีร์นั้น ฉันต้องยอมรับว่าน่าประหลาดใจมากที่ฉันรู้สึกว่าสิ่งนี้น่าสนใจ รู้สึกสนุก และฉันรู้สึกว่าตัวเองเป็นที่ยอมรับ

ดังนั้นฉันจึงไปที่นั่นอีกครั้งในอาทิตย์ถัดไป และทุกอาทิตย์ที่ฉันไปได้ ฉันใช้เวลาหลายเดือนกว่าจะเข้าใจอย่างแท้จริงว่า ความรอดนั้นไม่ใช่สิ่งที่เราต้องจ่ายเพื่อได้มา แต่แท้จริงแล้วเป็นของขวัญที่เราได้มาเปล่า ๆ เมื่อฉันฉวยความจริงของข่าวประเสริฐนี้ได้ ฉันก็ยึดถือมันไว้

แต่ฉันเองก็ยังไม่ได้เข้าใจความจริงของข่าวประเสริฐนี้ทั้งหมด แต่ฉันแน่ใจว่า ฉันไม่สามารถหาทางไปสวรรค์ได้เอง หรือชำระความบาปของตนได้ ฉันมองภาพของพระเจ้าผ่านทางพ่อฝ่ายโลกของฉัน ใช่ นั่นก็คือ พระเจ้ารักฉันมากพอที่จะให้ฉันไปสวรรค์ แต่พระองค์ก็ไม่ค่อยชอบฉันมากเท่าไหร่ ฉันรู้ว่าด้วยความพยายามอันอ่อนกำลังของฉันนั้น ไม่เพียงพอที่จะทำให้พระองค์พอพระทัย ฉันจึงรับใช้พระองค์ด้วยความรักที่มีอยู่อย่างท่วมท้น ฉันรู้สึกว่าหากฉันทำอะไรพลาดไปสักนิด พระเจ้าก็คงพร้อมที่จะลงโทษฉันอย่างโหดร้าย

ฉันหยุดเป้าหมายในชีวิตส่วนตัวเอาไว้ก่อน และไปเรียนพระคัมภีร์ที่สถาบันพระคริสต-ธรรม เมื่อศิษยาภิบาลขอให้ฉันช่วยงานโรงเรียน ฉันจึงเปลี่ยนวิชาเอกเป็นศึกษาศาสตร์ การที่ฉันอยู่ในคริสตจักรและมหาวิทยาลัยที่เข้มงวด ทำให้ฉันคอยแต่คิดว่า ทรงผมของฉันถูกระเบียบหรือเปล่า กระโปรงยาวพอหรือไม่ ฉันไปโบสถ์ทุกครั้งที่คริสตจักรเปิดหรือเปล่า และออกไปเคาะประตูเพื่อนำวิญญาณหรือไม่ (บางสิ่งภายในจิตวิญญาณที่ขลาดกลัวของฉันเห็นว่าเป็นสิ่งน่ากลัว) ฉันสอนชั้นเรียนรวีมากพอหรือเปล่าหรือทำงานรับใช้ในการพาเด็กมาคริสตจักรมากพอหรือยัง เผื่อว่า แค่บางที ฉันอาจจะชนะใจพระเจ้าได้ แต่ฉันก็รู้ดีว่า ถึงแม้ว่าจะพยายามมากแค่ไหน พระเจ้าก็คงรอที่จะจับผิดฉันอยู่ดี เหมือนกับพ่อของฉัน

ฉันตั้งโรงเรียนคริสเตียน และสอนที่นั่นเป็นเวลาหลายปี ในระหว่างที่อยู่ที่นั่น ฉันส่งต่อความเจ็บปวดของฉันเองให้แก่เด็กโดยไม่ตั้งใจหรือบางครั้งก็รู้อยู่แก่ใจ แต่ก็ยังทำ แม้ว่าฉันจะรักเด็ก ๆ มากเท่าที่จะมากได้แต่ภาชนะที่ว่างเปล่าใบนี้ก็ให้อะไรไม่ได้มากนัก ฉันแสดงออกโดยการใช้ชีวิตแบบ "ทำร้ายคนหนึ่ง จากคนหนึ่งสู่อีกคน" ก็คือใครที่เจ็บปวดก็จะทำให้คนอื่นเจ็บปวดด้วย เหมือนสัตว์เลี้ยงที่เวลามันบาดเจ็บ มันชอบทำท่าจ้องจะตะครุบนายมัน

การนำไปใช้ส่วนตัว

- ชีวิตของเราเคยแสดงท่าทีของ “คนที่เจ็บปวดทำร้ายคนอื่น” ถ้าเคย เคยอย่างไร?
- แล้วคนใกล้ชิดกับเราล่ะ มีใครใช้ชีวิตแบบนั้นอยู่รึเปล่า? เราจะทำอะไรได้บ้าง หากคนนั้นมาทำให้เราเจ็บ?
- ขอพระเจ้าเปิดเผยให้เราได้เห็นว่า สิ่งที่เป็นตัวกระตุ้นที่แท้จริงให้เรารับใช้พระเจ้าคืออะไร จริงหรือไม่ที่เราทำเพราะเรารักพระองค์? จริง ๆ เราทำเพราะเราต้องการสิ่งตอบแทนจากพระองค์หรือเปล่า? หรือเป็นเพราะเรากลัว ถ้าเราไม่รับใช้พระองค์? (ไม่ต้องบอกเพื่อน ๆ ก็ได้ แต่ให้พูดกับพระเจ้า นอกจากว่าอยากจะแบ่งปันกับเพื่อน ๆ เอง)

จดบันทึก

ความสงสัยและความสิ้นหวัง

ตลอดเวลาที่ฉันทำงานที่โรงเรียน ฉันเริ่มจะมีความปรารถนาที่จะเป็นมิชชันนารีในต่างประเทศ ฉันแบ่งปันเรื่องนี้กับศิษยาภิบาล แล้วเขาก็บอกกับฉันว่า คริสตจักรที่ฉันรับใช้อย่างสัตย์ซื่อมามากกว่า 10 ปีนั้น อาจจะไม่รับผิดชอบ หรือสนับสนุนฉัน เพราะว่าฉันไม่เหมาะกับการเป็นมิชชันนารี ฉันสงสัยว่าทำไมการทำงานที่คริสตจักรถึงเหมาะสมกับฉัน แต่ถ้าฉันจะทำงานอย่างเดียวกัน เพียงแต่คนละประเทศเท่านั้นทำไมกลับไม่เหมาะ

ในที่สุดการเปลี่ยนศิษยาภิบาลนั้น ทำให้ฉันได้รับการสนับสนุน และช่วง 2-3 ปีที่ได้รับการสนับสนุนนั้นฉันก็ได้ออกภาคสนาม ฉันทุ่มเทชีวิตทั้งหมดในการที่จะเป็นส่วนหนึ่งของวัฒนธรรมที่นั่นมากเท่าที่จะมากได้ ฉันเรียนภาษาจากสิ่งรอบตัว และหาที่พักในหมู่บ้านได้อย่างรวดเร็ว ฉันรู้สึกปรับตัวเข้ากับที่นี่ได้อย่างง่ายดาย แต่ก็ยิ่งพบว่าตัวเองแปลกจากเพื่อนร่วมงานมากขึ้นทุกที

การใช้ชีวิตอยู่ภายนอกวัฒนธรรมประจำชาติของตนเองนั้น ทำให้ภายในใจและความคิดของฉันนั้นเกิดคำถามขึ้นมากมาย ว่าฉันเชื่อในอะไร สงสัยว่าตัวเองเป็นใคร หรือแม้แต่สงสัยเกี่ยวกับตัวเองในเรื่องที่ไม่กล้าจะพูดถึงนัก

เนื่องจากว่าเดี๋ยวนี้ฉันได้รู้จักผู้เชื่อที่มีความเชื่อแบบต่าง ๆ ฉันเริ่มเข้าใจว่าพระเจ้าไม่ได้ถูกขังไว้ในกล่องแคบ ๆ ตามที่ภูมิหลังเป็นคนยึดหลักศาสนาดั้งเดิม ฉันเริ่มพบกับความชื่นชมยินดี และการยอมรับจากผู้อื่นในเรื่องของความคิดอย่างที่ฉันไม่เคยมีมาก่อน พวกเขาพูดถึงความสัมพันธ์กับพระเจ้าที่อยู่เหนือกว่าความเข้าใจของฉัน เมื่อฉันกล้าที่จะเอ่ยเรื่องนี้กับเพื่อนร่วมงานความคิดของฉันก็ถูกยั้งเอาไว้ด้วยความเห็นที่รวดเร็วว่า “พวกเขาดูมีความสุขก็จริง แต่มันไม่ใช่ความสุขที่แท้จริง”

ฉันเริ่มถามตัวเอง (และพระเจ้า) ว่าการมีความสัมพันธ์กับพระองค์นั้นจริง ๆ แล้วมันหมายถึงอะไร? แค่เกี่ยวกับการทำอะไรสักอย่างเพื่อพระองค์อย่างเดียวหรือไม่ หรือจริง ๆ แล้วมันมากกว่านั้น? การอ่านพระคัมภีร์และการอธิษฐานเป็นมากกว่ากิจกรรมที่คริสเตียนต้องทำเพียงเพราะว่านั่นเป็นสิ่งที่ถูกต้องหรือเปล่า?

ฉันตั้งคำถามกับตัวเองลึกลง ๆ และน่ากลัวมากขึ้นเรื่อย ๆ และคำถามเหล่านี้ก็มักจะถูกกำจัดออกไป แต่ไม่นานมันก็จะกลับมาอีกเรื่อย ๆ และกลับมาพร้อมกับความรุนแรงมากขึ้นเรื่อย ๆ ทำไมฉันถึงต้องสู้กับความโกรธอยู่เรื่อย ๆ ? ฉันพยายามจะนึกถึงข้อพระคัมภีร์และอธิษฐาน แต่ความโกรธก็ยังพลุ่งพล่านขึ้นเรื่อย ๆ บางครั้งก็มากขึ้นจนควบคุมไม่ได้ ทำไมฉันถึงรู้สึกว่าตัวเองไม่สามารถจะรักใครได้จริง ๆ ? (มีคนมาชอบฉันมากมาย และหลายครั้งก็ถึงขั้นขอแต่งงาน แต่ฉันก็จบความสัมพันธ์โดยไม่รู้สึกอะไรเลย) ฉันสนุกที่มีเพื่อนฝูงเยอะ ๆ ทำสิ่งดี ๆ ให้พวกเขา แต่ถึงกระนั้น ฉันก็ไม่เคยเปิดเผยตัวตนที่แท้จริงกับพวกเขาเลย ทำไมฉันถึงรู้สึกเหมือนตัวเองเป็นคนหลอกลวงอย่างนี้? ฉันหนีความรู้สึกที่ว่า “หากใครได้รู้จักใจของฉันจริงๆ เขาคงจะไม่อยากยุ่งกับฉันแน่ ๆ” มันเป็นไปไม่ได้ซึ่งก็เหมือนกับที่ฉันเคยรู้สึกเมื่อตอนเด็ก ๆ

ถึงกระนั้นฉันก็ยังคงเป็นผู้นำในการศึกษาพระคัมภีร์ การสอน และนำเพลงในค่ายด้วยท่าทีภายนอกที่กระตือรือร้น แต่ภายในนั้นกลับว่างเปล่า

หลังจากที่ทำงานเช่นนี้มาหลายปี ความว่างเปล่านั้นก็มีมากขึ้นจนถึงจุดที่ทำให้ฉันกลายเป็นคนไม่กล้าสบตากับใคร กลัวว่าคนจะเห็นความสับสนวุ่นวายภายในฉัน เหนือสิ่งอื่นใดความทรงจำในวัยเด็กและการทารุณต่าง ๆ ก็เริ่มโผล่ขึ้นมา ฉันเริ่มตระหนักว่าบ้าน “แสนวิเศษ” ที่ฉันเชื่อว่าฉันเคยมีนั้นมันไม่สมบูรณ์ และมีแต่อันตราย ดังนั้นฉันจึงรู้สึกอับอายที่จะเชื่อคำโกหกของตัวเอง

ฉันเริ่มกลัวการขับรถตามถนนในภูเขาคนเดียว เพราะว่าหลายครั้งที่ความรู้สึกอยากจะขับลงหน้าผานั้นเกือบจะเอาชนะฉันได้ ฉันรู้สึกสิ้นหวัง ไม่อยากจะมีชีวิตอยู่ต่อไป และเกิดความกลัวว่า ตนเองจะกลายเป็นคนสิ้นคิด

การนำไปใช้ส่วนตัว

- เมื่อคุณอยู่เงียบ ๆ คนเดียว เคยเกิดคำถามหรือข้อสงสัยเกิดขึ้นในใจหรือ ความคิดของคุณ หรือไม่? ถ้าเคย สิ่งนั้นคืออะไร(อาจจะไม่จำเป็นต้องแบ่งปันกับคนในกลุ่มก็ได้ถ้าคุณไม่ต้องการ)

- คุณเคยรู้สึกเหมือนตัวเองเป็นคนหลอกลวง หรือไม่จริงใจ บ้างไหม? ทำไม? เมื่อไหร่บ้าง?

จดบันทึก

หลักการของเอกลักษณ์และฐานะในพระคริสต์

เอกลักษณ์อันเปี่ยมด้วยสง่าราศีของพระคริสต์

การที่ชีวิตฉันมาถึงจุดจบอย่างแท้จริง และไม่มีหนทางให้หันกลับอีกต่อไป ฉันจึงเริ่มสั่งหนังสือที่คิดว่ามันน่าจะช่วยฉันได้ ฉันอยู่คนเดียวและพึ่งตัวเองมาตลอด ฉันจึงคิดว่าจะสามารถแก้ปัญหาเหล่านี้ได้ด้วยตัวเอง แต่ความพยายามที่จะแก้ไขปัญหานี้คนเดียวนั้น มีแต่จะทำให้ฉันจมอยู่กับความหดหู่และสิ้นหวังมากขึ้นทุกที ๆ

ครั้งนี้มีเพื่อนของฉันคนหนึ่งอยู่ที่บ้าน ฉันโทรทางไกลหาเธอและเปิดใจของฉันออก (ซึ่งเป็นสิ่งที่ฉันไม่เคยทำกับใครมาก่อน) ถึงขนาดที่ว่า ฉันเล่าถึงการทารุณอันแสนทรมานที่ฉันเคยได้รับ ฉันไม่เคยบอกเรื่องที่น่าอับอายนี้กับใครไม่เคยเลย แล้วเพื่อนฉันตอบกลับมาว่าเธอไม่รู้ว่าจะช่วยฉันได้อย่างไร แต่เธอรู้จักคนคนหนึ่งเป็นผู้ให้คำปรึกษาซึ่งเป็นคริสเตียนอยู่อีกเมืองหนึ่ง และเขาน่าจะช่วยได้

ฉันจึงโทรหาคนคนนั้นทันที และเปิดอกคุยอีกครั้ง ผู้ให้คำปรึกษาคนนั้นถามฉันว่า ฉันจะมาได้เร็วที่สุดวันไหน ฉันตอบว่า “คืนก่อนวันคริสตมาส” ดังนั้นฉันเลยขึ้นเครื่องบินไปที่นั่นและอยู่ที่หน้าบ้านผู้ให้คำปรึกษาคนนั้นในคืนก่อนวันคริสตมาส

ผู้ให้คำปรึกษาและคนอื่น ๆ ใช้เวลา 2-3 วันแรกในการแสดงความรักของพระเจ้ากับฉัน ซึ่งเป็นอะไรที่ยากสำหรับฉันมากที่จะรับมัน ด้วยความรักที่มากมายขนาดนั้นจึงเหมือนกับว่าบาดแผลมากมายได้ถูกเปิดออก ฉันอยู่กับผู้ให้คำปรึกษาคนนี้เป็นเวลาเกือบ 6 สัปดาห์ ในระหว่างนั้น ผู้ให้คำปรึกษาก็ได้ให้แนวคิดสำคัญมากมายดังนี้ :

- พระเจ้าทรงเป็นผู้ใด
- ฉันเป็นใครในสายพระเนตรของพระเจ้า
- ฉันเป็นคนพิเศษสำหรับพระเจ้ามากแค่ไหน

หลายสัปดาห์ต่อมาหลังจากการล้วงลึกอดีตของฉันแล้ว ฉันก็เริ่มหาคำตอบของคำถามที่เคยคุกคามฉัน ฉันรักใครไม่เป็นเพราะฉันไม่เคยมีประสบการณ์ความรักที่แท้จริง ฉันรู้สึกอายเพราะว่าการกระทำของคนอื่น แต่การกระทำเหล่านั้นไม่ใช่ความผิดของฉัน ฉันสู้กับความโกรธก็เพราะฉันไม่เคยปลดปล่อยความโกรธเกี่ยวกับการถูกข่มเหงที่เก็บอยู่ข้างใน ฉันรู้สึกว่าตัวเองเหมือนเป็นคนหลอกลวงก็เพราะฉันมองไม่เห็นว่าที่จริงแล้ว ฉันเป็นใครในสายพระเนตรของพระเจ้า

การนำไปใช้ส่วนตัว

- ถ้าเราจะอ้างอิงถึงเนื้อหาที่อ่านมาว่าเราต้องต่อสู้กับความสงสัยมากมาย แล้วสำหรับเรา คำตอบของพระเจ้าเกี่ยวกับข้อสงสัยเหล่านั้นคืออะไร เราเชื่อว่าพระเจ้าจะตอบแบบใด?

- หาข้อพระคัมภีร์มา 10 ข้อที่แสดงถึงเอกลักษณ์อันเปี่ยมด้วยสง่าราศีในพระคริสต์ ห้ามใช้ข้อพระคัมภีร์ที่พูดถึงแต่ว่าเรามีบาปหนา หรืออื่น ๆ ถ้าเราต่อสู้กับการอยากจะรู้ว่าเราเป็นใครสำหรับพระเจ้า เราก็จะรู้ข้อพระคัมภีร์เหล่านั้นดีอยู่แล้ว หาข้อพระคัมภีร์ที่บอกว่าเรามีค่ามากขนาดไหนสำหรับพระเจ้า เราพิเศษมากแค่ไหน พระองค์รักเราไม่ว่าเราจะเป็นใครและรักเราอย่างที่เราเป็นมากแค่ไหน ฯลฯ

- หาที่ปรึกษาคริสเตียน หรือผู้นำที่เป็นผู้ใหญ่ฝ่ายจิตวิญญาณหลาย ๆ คนในละแวกที่คุณอยู่ เพื่อคนที่กำลังเผชิญกับปัญหาเช่นนี้จะสามารถได้รับความช่วยเหลือ ถ้าหากเรากำลังต่อสู้กับปัญหาเหล่านี้ โปรดตระหนักว่าจะต้องได้รับความช่วยเหลือเช่นกัน

จดบันทึก

ความสัมพันธ์กับพระเจ้าที่แท้จริง

แม้ว่าฉันจะรู้จักกับพระเยซูในฐานะพระผู้ไถ่ของฉันมามากกว่า 30 ปี ฉันกลับเพิ่งตระหนักได้ว่าฉันเป็นที่รักมากขนาดไหน ฉันเริ่มรู้ว่าพระเจ้าไม่เพียงแต่รักฉันเท่านั้น แต่พระองค์อยากจะมีความสัมพันธ์ที่แท้จริงกับฉันด้วย

เป็นครั้งแรกที่ฉันเข้าใจว่าพระเจ้าพระบิดานั้นไม่เหมือนกับพ่อฝ่ายโลกของฉันเลย ขณะที่ฉันรู้สึกว่าตัวเองต้องทำอะไรสักอย่างเพื่อจะได้รับความรักจากพ่อฝ่ายโลก ในที่สุดฉันก็รู้ว่าไม่มีอะไรที่จะทำให้พระเจ้ารักฉันมากขึ้นหรือน้อยลงเลย พระเจ้าทรงเป็นพระบิดาที่รักฉันอย่างไม่มีเงื่อนไข และต้องการสิ่งที่ดีที่สุดให้ฉันเสมอ

ในกลุ่มที่คริสตจักร ฉันได้เริ่มที่จะเรียนรู้เกี่ยวกับวินัยและการปฏิบัติฝ่ายจิตวิญญาณหลายอย่าง ก่อนหน้านี้ฉันได้เรียนรู้เกี่ยวกับการไปโบสถ์ การอ่านพระคัมภีร์ อธิษฐานและเป็นพยาน ฯลฯ แต่สิ่งเหล่านี้ก็ไม่ได้เกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์เลย แต่เป็นเรื่องของการทำเพื่อพระเจ้า ในอีกทางหนึ่ง วินัยเหล่านี้ก็เกือบจะเหมือนกับเครื่องรางที่คอยระงับพระพิโรธของพระเจ้า

การฝึกวินัย อย่างเช่น การใคร่ครวญ การพักสงบ การเฝ้าเดี่ยว การจดจ่อ การอ่านพระคัมภีร์ และการรักษาวันสะบาโต สิ่งเหล่านี้ฉันได้เรียนรู้ว่ามันเป็นเพียงการอยู่กับพระเจ้าและชื่นชมยินดีต่อหน้าพระพักตร์พระองค์

ยิ่งกว่านั้น การที่พระเจ้านำผู้คนที่อาศัยอยู่ในความรักของพระคริสต์เข้ามาสู่ชีวิตของฉันทำให้ฉันเริ่มยอมรับตัวเองมากขึ้นทีละนิด ๆ ฉันเริ่มเข้าใจว่าฉันมีของประทานและเป็นที่รักของผู้อื่น

การนำไปใช้ส่วนตัว

- คุณเห็นด้วยกับเรื่องราวของผู้หญิงคนนี้หรือไม่? ถ้าเห็นด้วยคุณเห็นด้วยตรงจุดไหน?
- เรื่องราวของผู้หญิงคนนี้ทำให้คุณนึกถึงใครในชีวิตของคุณหรือไม่? คุณจะช่วยคน ๆ นั้นให้เขารู้ได้อย่างไรว่าเขาเป็นใครในพระคริสต์?
- คิดใคร่ครวญว่าพระเจ้าทรงสร้างเราให้เป็น ชาย หญิง สูง เตี้ย อ้วน ผอม หรือให้เรามีของประทานต่างกัน ฯลฯ อย่างไร เราอยู่สุขสบายอย่างที่เราเป็นขนาดไหน? เราเคยคิดอยากจะเปลี่ยนอะไรในตัวเราหรือเปล่า? ถ้าเคย ทำไม?
- คุณเห็นว่าพระเจ้าพระบิดาเป็นเหมือนกับพ่อของเราบนโลกนี้หรือไม่? ตามความคิดของเรา เราเห็นในแง่บวกหรือแง่ลบ?
- เลือกข้อพระคัมภีร์ที่พบในบทก่อนหน้ามา 2 ข้อ และท่องจำข้อเหล่านั้น ท่องข้อพระคัมภีร์นั้นกับตัวเองบ่อย ๆ
- ขอเพื่อนสนิทสักคนหนึ่งที่จะช่วยเราให้เราเห็นเอกลักษณ์ของเราในพระคริสต์ ขอให้เพื่อนคนนี้ช่วยแก้ไขเรา เมื่อเราพูดเกี่ยวกับตัวเองในแง่ลบ

จดบันทึก

การศึกษาและนำไปใช้ต่อเนื่องในอนาคต

- จดบันทึกวิธีที่พระเจ้าทรงสำแดงความรักของพระองค์ให้แก่เราในแต่ละวันอย่างน้อย 1 เดือน (บันทึกนี้จะจดลงที่ไหนก็ได้ เป็นที่ ๆ เราเขียนความคิดความรู้สึกและประสบการณ์ลงไป อาจจะเป็นในสมุด หรือในคอมพิวเตอร์ก็ได้) บันทึกเหล่านี้อาจจะเป็นเรื่องธรรมดา ๆ เช่น ได้ต่อแถวที่สั้นตอนที่กำลังรีบพอดี ได้ทานอาหารจานโปรดโดยไม่ได้ตั้งใจ เจอเหรียญตอนที่ต้องการเงินพอดี ฯลฯ

- ดูที่เงินธนบัตรของเรา มันอาจจะยับยู่ยี่ บางทีอาจจะมีรอยขาด รอยแปะเทปกาว แต่เงินนั้นยังมีค่าอยู่หรือไม่? ทำไม? อภิปรายสิ่งเหล่านี้ในกลุ่มดูแลของเรา เมื่อใดก็ตามที่เราใช้เงินธนบัตรซื้อของ ให้คิดถึงข้อความเหล่านี้

หากคุณเคยเผชิญกับการทารุณข่มเหงเมื่อเป็นเด็ก โปรดหาใครสักคนหนึ่งที่จะ ช่วยคุณให้พบกับพระเจ้าได้ ไม่ว่าจะเป็นศิษยาภิบาล ผู้รับใช้ หรือที่ปรึกษาที่เป็นผู้ใหญ่ฝ่ายวิญญาณก็อาจจะช่วยเราหาผู้ให้คำปรึกษาซึ่งเป็นคริสเตียนที่เข้มแข็งที่อยู่ใกล้ ๆ กับเราได้ คุณอาจจะต้องการความช่วยเหลือที่เป็นแบบมืออาชีพ แต่ควรจะหาคริสเตียนที่ยึดหลักตามพระคัมภีร์ด้วย

หากคุณรู้จักใครที่เคยถูกทารุณ ให้หาทางช่วยคน ๆ นั้น ให้มองเห็นตัวเขาเองอย่างที่พระเจ้ามอง การศึกษาบทเรียนเกี่ยวกับการปกป้องเด็กเยาวชนขององค์กร เป็นการศึกษาวิธีที่จะช่วยผู้ที่เจ็บปวดจากการถูกทารุณ ให้เราตัดสินใจเอาเองว่าจะเป็นผู้ให้การช่วยเหลือเด็ก ๆ เหล่านี้หรือไม่

Compassion® Releasing children from poverty in Jesus' name | มูลนิธิดรุณาทร