



ใจดี
และปล่อยเป็นอิสระ

LINDA COCHRANE

สารบัญ

บทที่ 1 ฉันจะรู้ได้อย่างไรว่าฉันต้องการการรักษาที่ไหนดบ้าง	1
บทที่ 2 พระลักษณะของพระเจ้า	8
บทที่ 3 การปลดปล่อยและการปฏิเสธ	25
บทที่ 4 ความโกรธ	34
บทที่ 5 ความจำเป็นที่ต้องให้อภัย	47
บทที่ 6 ความซิมเสร้า	56
บทที่ 7 ได้รับการให้อภัยและปลดปล่อยเป็นอิสระ	67
บทที่ 8 การยอมรับ	81
บทสรุป	90

บทที่ 1

ฉันจะรู้ได้อย่างไรว่าฉันต้องการการรักษาที่โหนบ้ำง

18 “ฟัง เสียง ใน หมู่บ้าน รามาท
เป็น เสียง ร้องไห้ ด้วย ความ เสียใจ ยิ่ง
คือ เสียง ร้องไห้ ของ ราเชล เรื่อง ลูกๆ ของ เธอ
เธอ ก็ ไม่ ยอม ให้ ใคร ปลอบโยน เพราะ ลูกๆ ของ เธอ ตาย แล้ว”

มัทธิว 2:18

การเศร้าโศกเสียใจเป็นเรื่องปกติและเป็นสิ่งดีที่จะแสดงออกเมื่อเกิดการสูญเสียจากความตาย มันเป็นกระบวนการที่เจ็บปวดแต่เป็นทางหนึ่งที่จะช่วยปลดปล่อยความเศร้าโศกเสียใจของเรา หลังจากการทำแท้งผู้หญิงหลายคนอาจพยายามฝังกลบความเศร้าโศกของตัวเองหรือปิดกั้นอารมณ์และวิ่งหนีจากพระเจ้า แต่ท้ายที่สุดแล้วพวกเขาจะต้องเผชิญกับความจริงที่ว่า การทำแท้งเป็นการจบชีวิตลูกที่ยังไม่ได้เกิดมาของเธอ

ความโศกเศร้าที่เกิดจากการทำแท้งนั้นเป็นเหมือนกันกับความโศกเศร้าของผู้หญิงที่แท้งลูก ทั้งสองกรณีต่างก็ประสบกับขั้นตอนการปฏิเสธ ความโกรธ ความหดหู่ และการยอมรับ ทั้งคู่ต่างประสบกับความรู้สึกผิดแต่แหล่งที่มาของความรู้สึกผิดนั้นต่างกัน ผู้หญิงที่แท้งลูกรู้สึกผิดเพราะเธอไม่รู้ว่าเธอมีส่วนเกี่ยวข้องกับการเสียชีวิตของลูกของเธออย่างไร ส่วนผู้หญิงที่เลือกทำแท้งนั้นรู้สึกผิดเพราะเธอรู้ว่า เธอมีส่วนเกี่ยวข้องอย่างไรต่อการเสียชีวิตของลูกของเธอ

การปลดปล่อยเป็นขั้นตอนแรกของการโศกเศร้าหลังจากการทำแท้ง ในขั้นตอนนี้ผู้หญิงอาจคิดว่าขอบคุณพระเจ้าที่ฉันไม่ได้ตั้งครรภ์อีกต่อไป ความไม่แน่นอนทั้งหมดตลอดเวลาที่ผ่านมามีจบลงแล้วและฉันรู้สึกโล่งอก แต่ในไม่ช้า ความความรู้สึกโล่งใจนี้ก็จะหายไปและเมื่อความคิดของพวกเขากลับไปคิดถึงประสบการณ์ที่เกิดขึ้นจริงๆ การปฏิเสธก็จะเกิดขึ้น มันยากที่จะรับมือกับความทรงจำของประสบการณ์การทำแท้ง ผู้หญิงพยายามที่จะปฏิเสธว่าการทำแท้งเป็นการฆ่าลูกของเธอ เธออาจจะคิดว่าไม่ ฉันไม่ได้ฆ่าลูก ฉันแค่ยุติการตั้งครรภ์ หรือไม่ก็ มันยังไม่ใช้ลูกสักหน่อย ในตอนนั้นมันเป็นแค่ชิ้นเนื้อ

การเอาตัวเองออกจากการปฏิเสธนี้ ปกติจะใช้เวลามากกว่า 1 ปีและเป็นกระบวนการที่แตกต่างกันออกไปในแต่ละคน สำหรับผู้หญิงบางคนการปฏิเสธอาจจบลงเมื่อพวกเขาได้เห็นรูปภาพพัฒนาการของทารกและตระหนักว่า ทารกที่ยังไม่ได้เกิดของพวกเขาเป็นมนุษย์แล้วในตอนที่เราทำแท้ง ส่วนผู้หญิงอีกกลุ่มหนึ่งเผชิญหน้าต่อการสูญเสียเมื่อพวกเขาตั้งครรภ์ตามแผนที่วางไว้ แล้วมองว่ามันเป็นแค่ชิ้นเนื้อนั่นล่ะ แต่พอมาถึงตอนนี้กลับมองว่าเป็นทารก ผู้หญิงหลายคนจะยอมรับความจริงต่อการกระทำของเธอ เมื่อพวกเขาหยุดวิ่งหนีจากพระเจ้าและเริ่มแสวงหาพระองค์ด้วยสิ้นสุดใจ

เมื่อออกจากการปฏิเสธได้แล้ว ผู้หญิงก็จะรู้สึกโกรธ พวกเขาอาจจะคิดว่าคลินิคน่าจะบอกความจริงกับฉันเกี่ยวกับพัฒนาการของทารก พวกเขาน่าจะบอกฉันเกี่ยวกับการยกบุตรบุญธรรม พ่อแม่ของฉันไม่ควรจะกังวลมากจนเกินไปว่าคนอื่นจะคิดยังไง หรือพระเจ้าน่าจะหยุดฉันไม่ให้ทำแท้ง ในขั้นนี้ผู้หญิงจะจมอยู่กับสิ่งที่พวกเขาถูกทำร้ายจากคนอื่นและตำหนิพวกเขาเหล่านั้นที่ทำให้เธอตัดสินใจทำแท้ง

ความโกรธนี้บ่อยครั้งจะไม่ได้ถูกระบายออกมาและอาจนำไปสู่ความขมขื่นใจและมีผลกระทบต่อด้านอื่นๆในชีวิต

การกำจัดความโกรธนี้ ผู้หญิงจะต้องเรียนรู้ที่จะให้อภัย การให้อภัยเป็นหนึ่งในขั้นตอนที่ยากที่สุดของการรักษาและบ่อยครั้งที่ผู้หญิงจะสร้างเงื่อนไขให้คนอื่นทำก่อนที่พวกเขาจะให้ให้อภัยอย่างแท้จริง เธออาจคิดว่า ฉันจะให้ให้อภัยพ่อของเด็กในท้องถ้าเขาแสดงให้เห็นว่าเขาเสียใจ หรือฉันจะให้ให้อภัยพ่อแม่ของฉันถ้าเขาแสดงให้เห็นว่าเขาสนใจฉันมากกว่าที่จะสนใจว่าคนอื่นจะคิดยังไง ผู้หญิงเหล่านี้สุดท้ายแล้วพวกเขา

สามารถเปลี่ยนการตอบสนองต่อความเจ็บปวดและความโกรธของพวกเขาได้ หลังจากนั้นก็ยังสามารถเลือกที่จะให้อภัยได้โดยไม่มีเงื่อนไขและเปิดใจสำหรับความรักได้อีกครั้ง

ขั้นตอนอีกขั้นหนึ่งของการโศกเศร้าอาจเป็นความหดหู่ บทบาทของผู้หญิงที่มีต่อการสูญเสียลูกของเธออาจเต็มไปด้วยความรู้สึกผิด ความอับอาย การลงโทษตัวเอง และรู้สึกสงสารตัวเอง ในขั้นนี้แหละที่พฤติกรรมที่เป็นอันตรายมักจะเกิดขึ้นได้ เช่น เล่นยาเสพติด ดื่มแอลกอฮอล์หรือพยายามฆ่าตัวตาย ผู้หญิงบางคนรู้สึกอยากลงโทษตัวเองโดยไม่รู้ตัวซึ่งอาจพบได้ในความเจ็บป่วยทางจิตหรือทำให้ตัวเองเกิดอุบัติเหตุบ่อย

พวกเขาพยายามบรรเทาความเจ็บปวดจากความรู้สึกผิดผ่านทางพฤติกรรมเหล่านี้ แต่พวกเขามักจะล้มเหลว พวกเขาอาจจะคิดว่า ฉันน่าจะพึงใจได้สำนึกของฉันหรืออย่างน้อยฉันน่าจะเลือกที่จะให้กำเนิดชีวิตหรือ ฉันน่าจะต่อต้านคนที่อยู่รอบข้างฉัน การที่จะออกจากขั้นหดหู่ นั้น ผู้หญิงจะต้องไม่โกรธตัวเองอีกต่อไปแต่จะยอมรับความผิดของตัวเองและตอนนี้ยอมให้ตัวเองถูกโอบกอดด้วยความรักที่ให้อภัยของพระเจ้า

ขั้นตอนสุดท้ายของการเศร้าโศกคือการยอมรับ ถึงตอนนี้ผู้หญิงได้ให้อภัยคนเหล่านั้นที่ทำให้พวกเขาเจ็บปวดและพวกเขาได้ยอมรับการให้อภัยจากพระเจ้าแล้ว พวกเขาได้ยอมรับอารมณ์ทั้งหมดที่มากับความเศร้าโศกและได้เผชิญหน้ากับมันตรงๆ พวกเขาเริ่มแสดงความกตัญญูต่อประสบการณ์ในการเติบโตและปรารถนาที่จะแบ่งปันเรื่องราวกับคนอื่นว่าพวกเขาได้เรียนรู้อะไรบ้าง ในการยอมรับนั้น ผู้หญิงกระตือรือร้นที่จะมองที่พระเจ้าว่าพระองค์ทรงเปลี่ยนประสบการณ์อันเจ็บปวดให้เป็นพระพรในชีวิต พวกเขามีความเข้าใจอย่างลึกซึ้งในแผนงานของพระเจ้าสำหรับชีวิตของพวกเขาและมองเห็นได้ว่ากระบวนการที่เจ็บปวดของความโศกเศร้านี้ อยู่ในแผนงานของพระองค์อย่างไรบ้าง

คำถามในส่วนนี้อามาจากประสบการณ์ของผู้หญิงที่เคยทำแท้งในขณะที่ยังอ่านคำถามเหล่านี้ คุณอาจมีอารมณ์และการตอบสนองทางกายร่วมด้วย ขอให้คุณจดบันทึกมันไว้ด้วย การตอบคำถามเหล่านี้อย่างซื่อตรงจะทำให้คุณสังเกตเห็นชีวิตในบางส่วนของคนที่ได้รับผลกระทบจากการทำแท้ง

1. คุณพบว่าตัวคุณเองมีปัญหาในการปิดบังความรู้สึกที่เชื่อมโยงกับการทำแท้งหรือไม่ หรือบางทีคุณบอกตัวเองให้ลืมมันซ้ำแล้วซ้ำเล่าหรือไม่
2. เมื่อมีการพูดถึงการทำแท้งในที่สาธารณะ คุณพบว่าตัวเองมีปฏิกิริยาตอบสนองทางกาย เช่น แหม่วท้อง ขบگرام หรือกลืนหายใจใช่หรือไม่
3. คุณพบว่าคุณหลีกเลี่ยงหนังสือ นิตยสารและรายการโทรทัศน์ที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับการทำแท้งใช่หรือไม่ คุณเปลี่ยนเรื่องในการสนทนาเมื่อต้องพูดถึงเรื่องการทำแท้งใช่หรือไม่
4. คุณได้รับผลกระทบเมื่อเห็นสิ่งที่ย้ำเตือนเกี่ยวกับการทำแท้ง เช่น เด็กทารก ผู้หญิงที่กำลังตั้งครรภ์ เสื้อผ้าเด็ก ใช่หรือไม่
5. มีช่วงเวลาไหนเป็นพิเศษที่คุณพบว่าตัวเองหดหู่ ป่วย หรือเกิดอุบัติเหตุบ่อย เช่น ครบรอบวันที่คุณทำแท้งหรือเดือนที่เป็นกำหนดคลอดของลูกของคุณ
6. คุณรู้สึกแค้นใจหรือไม่ให้อภัยคนที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการทำแท้งใช่หรือไม่ อาจเป็นพ่อแม่ของคุณ แฟน สามี หมอที่ทำแท้งหรือแม้แต่ตัวเอง
7. คุณพบว่าตัวเองกำลังใช้เหตุผลเพื่อให้ตัวเองมั่นใจว่าชีวิตของคุณดีขึ้นเมื่อไม่มีลูกที่เคยอยู่ในท้องใช่หรือไม่
8. คุณคิดว่าคุณอาจจะมีสถานการณ์ที่ต้องเผชิญกับการทำแท้งโดยไม่ได้ตั้งใจอีกไหม
9. ทัศนคติต่อสายสัมพันธ์เปลี่ยนไปไหม คุณพบว่าคุณกำลังหลีกเลี่ยงการมีสายสัมพันธ์หรือกลายเป็นพึ่งพาสายสัมพันธ์มากขึ้นไหม เป็นเรื่องยากสำหรับคุณไหมที่จะมีสายสัมพันธ์ที่ลึกซึ้ง

10. คุณเริ่มใช้ยาหรือดื่มแอลกอฮอล์หรือไม่ หรือคุณเพิ่มปริมาณการกินหลังจากการ
ทำแท้งหรือไม่
11. คุณเคยประสบกับภาวะซึมเศร้าเป็นเวลานานหรือไม่ คุณเคยคิดฆ่าตัวตายไหม
12. คุณเคยมีพฤติกรรมแปลกๆบ้างไหม เช่นหิวแหว่ได้ยินเสียงของลูกร้อง ผันร้าย
เห็นภาพย้อนอดีต เห็นภาพหลอนซึ่งสิ่งเหล่านี้เกี่ยวข้องกับการทำงานแท้งในอดีตของคุณ
13. คุณเคยรู้สึกว่างเปล่าแล้วนำไปสู่ความรู้สึกสูญเสียอย่างสุดซึ่งบ้างไหม
14. เมื่อพูดถึงการทำแท้งของคุณ คุณเอาชนะความเศร้าโศก ความโกรธหรือความรู้สึก
ผิดได้หรือไม่
15. คุณจำใจที่จะปกปิดการทำแท้งของคุณจากบางคนในชีวิตคุณหรือไม่ หรือคุณจำใจที่
จะต้องบอกคนเกี่ยวกับการทำแท้งของคุณหรือไม่
16. คุณพบว่าคุณพยายามอย่างมากที่จะประสบความสำเร็จในด้านอาชีพ การศึกษา
หรือความสัมพันธ์เพื่อที่จะพิสูจน์ว่าคุณเลือกถูกที่ได้ทำแท้งหรือไม่
17. ถ้าตอนนี้คุณมีลูก คุณได้เลี้ยงเค้าด้วยความรักหรือประคบประหม่อมั่กเกินไป
ไหม คุณไม่สามารถมีความผูกพันกับลูกของคุณในตอนนี้ใช่หรือไม่
18. ถ้าคุณยังไม่มีลูก คุณกลัวไหมว่าคุณจะไม่สามารถมีลูกได้ คุณกลัวไหมว่าคุณอาจจะ
ต้องทนทุกข์กับความเจ็บปวดทางกายเนื่องจากการทำแท้งในอดีต
19. คุณไม่เติบโตทางอารมณ์หลังจากการทำแท้งใช่หรือไม่ คุณพบว่าคุณกำลังย้อนรอย
เดิมที่เป็นอันตรายอยู่หรือไม่

20. คุณกำลังปฏิเสธตัวเองทุกอย่างเพื่อเป็นการลงโทษตัวเองใช่หรือไม่ คุณกำลังประสบกับความผิดปกติในการกินหรืออย่างอื่นบ้างไหม

21. คุณมีแนวโน้มที่จะมองชีวิตตัวเองก่อนและหลังการทำแท้งบ้างไหม การนับถือตนเองของคุณเปลี่ยนไปไหม

22. คุณหมกมุ่นอยู่กับเรื่องของความตายหรือการตายบ้างไหม คุณหมกมุ่นอยู่กับความคิดถึงลูกที่ถูกทำแท้งไปแล้วบ้างไหม

23. สายสัมพันธ์หรือความคิดเกี่ยวกับพระเจ้าของคุณเปลี่ยนไปหรือไม่หลังจากการทำแท้ง การทำแท้งทำให้คุณออกห่างจากพระเจ้าหรือนำคุณเข้าใกล้พระเจ้ามากขึ้น

24. ความทรงจำเกี่ยวกับการทำแท้งเจ็บปวดมากกว่าประสบการณ์จริงหรือไม่

หลังจากตอบคำถามเหล่านี้แล้ว คุณอาจจะต้องระวังด้านอื่นๆในชีวิตของคุณที่ได้รับผลกระทบจากการทำแท้งด้วย ใช้พื้นที่ว่างต่อไปนี้จดบันทึกด้านอื่นๆว่ามีอะไรบ้าง

แนวทางอภิปรายกลุ่ม

ฉันจะรู้ได้อย่างไรว่าฉันต้องการรักษาที่ไหนบ้าง

รอบเปิด

หนึ่งด้านในชีวิตของฉันที่ได้รับผลกระทบจากการทำแท้งคือ.....

อธิษฐานเปิด

ข้อทอ้งพระคัมภีร์

คนที่ โศกเศร้า มี เกียรติ จริงๆ เพราะ พระเจ้า จะ ปลอดภัย เขา

มัทธิว 5:4

คำถามเพื่อการอภิปราย

1. คุณจำรายละเอียดอะไรได้บ้างจากประสบการณ์การทำแท้งของคุณ
2. คุณได้รับผลกระทบอะไรบ้างจากการทำแท้ง
3. อารมณ์ ร่างกายและจิตวิญญาณของคุณเปลี่ยนไปอย่างไรบ้างหลังจากที่คุณทำแท้ง

รอบปิด

ฉันต้องการแสวงหาการเยียวยาของพระเจ้าในด้าน.....

อธิษฐานปิด

บทที่ 2

พระลักษณะของพระเจ้า

คูลี พระเจ้าคือผู้ช่วยให้รอดของข้าพเจ้า
ข้าพเจ้าจะไว้วางใจในพระองค์และข้าพเจ้าจะไม่กลัว
เพราะพระยาห์เวห์ พระยาห์เวห์นั่นแหละเป็นกำลังและที่ปกป้องของข้าพเจ้า
และพระองค์ได้มาเป็นผู้ช่วยให้รอดของข้าพเจ้า”
อิสยาห์ 12:2

พระเจ้าคือใคร พระองค์เข้าถึงได้ไหม เราสามารถไว้วางใจพระองค์เมื่อเราเจ็บปวดได้ไหม เราเข้าใจจริงๆหรือว่าพระองค์คือใคร มันสำคัญที่จะเข้าใจถึงพระลักษณะของพระเจ้า การเข้าใจว่าพระเจ้าคือใครนั้นทำให้เราเข้าใจพระองค์ได้ การที่เรา รู้จักว่าพระเจ้าคือใครช่วยให้เราอยากเป็นเหมือนพระองค์ รักพระองค์ ปฏิบัติต่อพระองค์ โดยการเชื่อฟังและบอกพระองค์เกี่ยวกับความต้องการของเรา

การศึกษาต่อไปนี้ที่เกี่ยวกับพระนามของพระเจ้า คุณลักษณะของพระองค์ และความสัมพันธ์ของเรากับพระองค์จะช่วยเผยพระลักษณะของพระเจ้าให้เราได้เห็น

พระนามของพระองค์

ยาเวห์-ไจราห์ (พระเจ้าผู้ทรงจัดเตรียมของข้าพระองค์)

1. อ่านปฐมกาล 22:1-14 จากประสบการณ์ของอับราฮัมได้เผยให้เราเห็นถึงพระลักษณะของพระเจ้าอย่างไรบ้าง พระเจ้าทรงทำอะไรให้กับอับราฮัมบ้าง

2. อ่านฮีบรู 9:28 การเสียสละอะไรบ้างที่พระเจ้าทรงเตรียมไว้ให้กับคุณ
3. พระเจ้าทรงสัญญาอะไรกับคุณจากหนังสืออิสยาห์ 61:1-3
4. คุณเห็นพระเจ้าทรงจัดเตรียมอะไรบ้างให้กับคุณ จากประสบการณ์การทำแท้งของคุณ มีด้านไหนบ้างที่คุณต้องการเห็นพระเจ้าจัดเตรียมให้กับคุณอย่างที่พระองค์ได้สัญญาไว้ในหนังสืออิสยาห์ 61:3

ยาเวห์-ราฟา (พระเจ้าเป็นผู้ทรงรักษาของข้าพระองค์)

1. สามวันหลังจากที่โมเสสนำผู้คนผ่านทะเลแดง พระเจ้าทรงสำแดงบางส่วนของพระองค์ให้กับประชาชนของพระองค์ได้เห็น พระเจ้าบอกกับคนของพระองค์ว่า พระองค์คือผู้ไต่ (อพยพ 15:22-26)

2. ภายใต้งูเห่าอะไรบ้างที่ชาวอิสราเอลจะได้รับการรักษา (อพยพ 15:26)

3. พระเจ้าสัญญาที่จะรักษาคุณทางไหนบ้าง

สดุดี 107:19-20

ยากอบ 5:13-16

อิสยาห์ 53:4-5

4. มีขั้นตอนที่ต้องปฏิบัติอะไรบ้างที่คุณสามารถนำข้อพระคัมภีร์เหล่านี้มาประยุกต์ใช้กับการรักษาของคุณ

5. โมเสสโยนต้นไม้ต้นหนึ่งลงในน้ำที่ตำบลมาราห์และเปลี่ยนน้ำที่ขมให้กลายเป็นหวานได้ ที่ทางเขนของพระเยซูก็เช่นกัน สามารถเปลี่ยนประสบการณ์ชีวิตที่ขมขื่นของคุณให้กลายเป็นบางสิ่งที่ยาวนานสำหรับพระองค์ได้ ให้อธิษฐานและขอพระเจ้าให้เป็นผู้รักษา

ของคุณและสำแดงให้คุณเห็นถึงสิ่งที่คุณจำเป็นต้องทำเพื่อให้ได้รับการรักษาให้หายจาก
ประสบการณ์อันขมขื่น

ยาเวห์-ซิดเคนู (พระเจ้าผู้ทรงชอบธรรมของเรา)

1. อ่านเยเรมีย์ 33:14-16 ผู้พูดแทนพระเจ้าเรียกพระองค์ว่าอย่างไร (ข้อ 16)
2. อ่านมัทธิว 1 ใครคือผู้ชอบธรรมจากเชื้อสายของดาวิดที่เยเรมีย์อ้างถึง
(มัทธิว 1:1,17; 1ยอห์น 2:1)
3. ให้หาคำจำกัดความของคำว่า ความชอบธรรมในพจนานุกรม พิจารณาจากความ
หมายที่ได้นี้ คุณคิดว่าทำไมพระเยซูถึงบอกว่าพระองค์ไม่ได้เสด็จมาในโลกนี้เพื่อ
คนชอบธรรม (มัทธิว 9:9-13)
4. ทำอย่างไรเราถึงได้เป็นคนชอบธรรม ใครคือคนที่ไม่ชอบธรรมจากที่อ้างถึงในหนังสือ
โรม 3 : 22-24
5. จากประสบการณ์ในการทำแท้งของคุณ มีด้านไหนบ้างที่คุณคิดว่าไม่ชอบธรรม
ขอให้สารภาพในตอนนี้และขอพระเจ้าให้ยกโทษให้กับคุณ จากหนังสือ 1ยอห์น 1:9
พระเจ้าทรงสัญญาอะไร

เอล รอย (พระเจ้าผู้ทรงเห็น)

1. เมื่อคุณอ่านหนังสือปฐมกาล 16:1-16 ให้จินตนาการว่าตัวคุณอยู่ในสถานที่
ของนางฮาการ์ เกิดอะไรขึ้นกับชีวิตของฮาการ์ที่ทำให้เธอต้องหนีไป

ข้อ 4

ข้อ 5

ข้อ 6

- อธิบายสั้นๆ คุณคิดว่าฮาการ์รู้สึกอย่างไรก่อนที่จะพูดสวรรค์ของพระเจ้าจะปรากฏตัวต่อหน้าเธอ
- อะไรที่เป็นพระลักษณะของพระเจ้าที่ได้เผยให้เห็นต่อฮาการ์จากชื่อที่พระองค์เลือกให้แก่ลูกชายของนาง ความจริงอะไรที่ฮาการ์ได้รับรู้จากชื่อที่นางใช้เรียกพระเจ้า

ข้อ 11

ข้อ 13

- จากวิภฤติในการตั้งครรภ์ของคุณ คุณคิดว่าพระเจ้าเห็นและได้ยินคุณไหม ความประทับใจของคุณที่มีต่อการที่พระเจ้าทรงมองเห็นคุณมีอะไรบ้าง อะไรที่พระเจ้าได้เห็นและได้ยินคุณ
- จากหนังสือสดุดี 10:14 และ 17 ได้เปิดเผยเกี่ยวกับสิ่งที่พระเจ้าทรงเห็นและได้ยินมีอะไรบ้างและพระองค์ทรงตอบสนองต่อสิ่งเหล่านั้นอย่างไรบ้าง
- ความจริงที่พระเจ้าทรงเห็นและได้ยินทุกสิ่งทุกอย่างนั้นสามารถทำให้สบายใจได้ดังที่เห็นในนางฮาการ์หรือมันอาจเป็นสิ่งที่ทำให้ไม่สบายใจได้เช่นกัน อาจมีบางสิ่งในชีวิตของคุณที่คุณไม่อยากจะให้พระเจ้าเห็นจากประสบการณ์ในการทำแท้งของคุณ มีทางไหนที่ควรได้รับการปลอบโยนจากความจริงที่ว่าพระเจ้าทรงเห็นและได้ยินคุณ มีอะไรบ้างที่คุณไม่อยากจะให้พระเจ้าทรงเห็นหรือได้ยินคุณ

ยาเวห์-ชามมาห์ (พระเจ้าผู้ทรงสถิตอยู่ที่นั่น)

1. ในเอเสเคียล 48:30-35 อะไรที่เป็นนัยสำคัญของการที่พระเจ้าตั้งชื่อเมืองว่า ยาเวห์-ชามมาห์
2. ในหนังสืออิสยาห์ 12:6 และเยเรมีย์ 3:17 ได้ทำนายเกี่ยวกับเมืองนี้ไว้ว่าอย่างไร มันถูกเรียกว่าอะไร
3. คำสัญญาอะไรที่พระเจ้าให้คุณยึดไว้เมื่อคุณรู้สึกโดดเดี่ยว ถูกปฏิเสธและถูกทอดทิ้ง

สดุดี 27:9-10

ยอห์น 14:16-18

ฮีบรู 13:5

เฉลยธรรมบัญญัติ 31:6

4. เคยมีเวลาที่คุณรู้สึกว่าพระเจ้าไม่ได้อยู่กับคุณในช่วงเวลาที่คุณทำแท้งบ้างไหม
5. อะไรคือสิ่งที่คุณสามารถทำได้หนึ่งอย่างเมื่อคุณคิดว่าพระเจ้าไม่ได้อยู่ที่นั่นเพื่อคุณ (1 โครินธ์ 28:9)

พระลักษณะของพระองค์

ในส่วนนี้เราจะมาดูพระลักษณะของพระเจ้า การได้รู้จักว่าพระเจ้าเป็นพระเจ้าผู้ทรงฤทธิ์อำนาจและพระองค์ปรารถนาให้คุณไว้วางใจพระองค์เมื่อคุณเจ็บปวดและโศกเศร้าจากการมีประสบการณ์ในการทำแท้ง

ทรงฤทธิ์อำนาจทั้งสิ้น

1. ให้บรรยายฤทธิ์อำนาจของพระเจ้าจากหนังสือเยเรมีย์ 32 :17

2. พระเจ้าสำแดงฤทธิ์อำนาจของพระองค์ทางไหนบ้าง

สดุดี 77:13-20

เอเฟซัส 3:20

โรม 1:6

3. คุณเคยเห็นพระเจ้าสำแดงฤทธิ์อำนาจในทางเหล่านั้นในชีวิตคุณบ้างไหมทางไหนบ้าง

4. พระเจ้าได้ตอบสนองต่อความต้องการอะไรของคุณบ้างด้วยฤทธิ์อำนาจของพระองค์ (2 เปโตร 1:3)

5. คุณเข้าถึงฤทธิ์อำนาจของพระเจ้าได้อย่างไรบ้าง อะไรที่พระเจ้าตั้งใจให้คุณใช้ฤทธิ์อำนาจของพระองค์ (กิจการ 1:8)

สามารถปกป้อง

1. ในหนังสือสดุดี 18-1-3, 16-19 จงเลือกคำที่เปรียบเทียบที่เดวิดรู้สึกถึงการปกป้องของพระเจ้า

2. พระเจ้าทรงสัญญาว่าจะปกป้องคุณจากอะไรบ้าง

สดุดี 32:7

สดุดี 34:4

2 เธสะโลนิกา 3:3

3. พระเจ้าทรงปกป้องคุณอย่างไรบ้าง (ยอห์น 17:11)
4. มีเงื่อนไขอะไรบ้างที่พระเจ้าขอจากคุณเพื่อเป็นการเตรียมการปกป้องที่คุณต้องการ (ยอห์น 10: 27)

ทรงรอบรู้ทุกอย่าง

- 1 .พระเจ้าทรงรอบรู้ทุกสิ่งทุกอย่างหรือไม่ (1 ยอห์น3:19-20)
2. มีส่วนไหนในชีวิตของคุณที่พระเจ้าทรงรู้บ้าง

สดุดี 44:20-21

สดุดี 90:8

1 โครินธ์ 4:5

3. มีส่วนไหนในชีวิตของคุณที่ซ่อนไว้จากพระเจ้าบ้าง (ดาเนียล 2:22)
4. มีส่วนไหนจากประสบการณ์ในการทำแท้งของคุณที่คุณคิดว่ามันได้ถูกซ่อนไว้จากพระเจ้า
5. ถ้าคุณเชื่อว่าพระเจ้าทรงรู้ทุกสิ่งทุกอย่าง ให้บอกหนึ่งทางที่คุณสามารถตอบสนองต่อความเชื่อนี้

สดุดี 32:5

สดุดี 46:10

ไม่เคยเปลี่ยนแปลง

1. พระเจ้าเคยเปลี่ยนไปไหม (มาลาคี 3:6; ฮีบรู 13:8)

2. เติมคำลงในช่องว่างที่แสดงถึงพระลักษณะของพระเจ้าที่ไม่เคยเปลี่ยน

กัณดารวิถี 23:19ของพระเจ้าไม่เคยเปลี่ยน

บทเพลงคร่ำครวญ 3:22-23ของพระองค์ไม่มีวันหมดสิ้น

สดุดี 18:50ของพระองค์ไม่มีวันหมดสิ้น

2 เปโตร 3:9ของพระเจ้าไม่เคยเปลี่ยน

3. พระลักษณะอะไรของพระเจ้าที่คุณรู้สึกภูมิใจเพราะสิ่งเหล่านั้นไม่เคยทำให้ผิดหวังและไม่เคยเปลี่ยน

ทบทวนพระนามและพระลักษณะของพระเจ้า

ให้เติมข้อความเหล่านี้โดยใช้พระนามของพระเจ้าและพระลักษณะของพระเจ้าจากที่คุณได้เรียนรู้ในบทนี้โดยไม่กลับไปดูในสิ่งที่เรียนไปแล้ว หลังจากนั้นกลับไปทบทวนช่วงแรกของบทนี้และเติมพระนามของพระเจ้าและพระลักษณะของพระองค์ที่คุณจำไม่ได้ให้สมบูรณ์

พระเจ้าคือเป็น

พระเจ้าคือเป็น

พระเจ้าคือเป็น

พระเจ้าคือเป็น

พระเจ้าคือเป็น

พระเจ้าคือเป็น

พระเจ้าคือเป็น

พระเจ้าคือเป็น

พระเจ้าคือเป็น

2. จงสรุปพระลักษณะของพระเจ้าและการที่คุณจะนำความรู้นี้ไปใช้ในชีวิตประจำวันมา
หนึ่ง ย่อหน้า

สายสัมพันธ์ของพระเจ้ากับเรา

พระบิดาของเราที่สถิตอยู่บนสวรรค์

พระเจ้าอยากเป็นพ่อของเราคุณรู้สึกสบายใจกับความคิดนี้ไหมหรือคำว่าพ่อไปกระตุ้น ความรู้สึกเจ็บปวดหรือความขมขื่นใจไหมการยอมรับพระเจ้าผู้ยิ่งใหญ่ให้เป็นพระบิดาที่สถิตอยู่บนสวรรค์ของคุณอาจจะเป็นการยากถ้าคุณมีสายสัมพันธ์ที่แตกร้าวกับคนที่มียอิทธิพลต่อชีวิตคุณบนโลกนี้ถ้าพ่อหรือแม่ของคุณไม่ได้อยู่ในตอนที่คุณต้องการไม่ว่าจะเป็นเหตุผลอะไรก็ตามเช่นหย่าร้างเสียชีวิตหรือการเสพติดชนิดไหนก็ตามซึ่งอาจทำให้คุณยากที่จะเชื่อว่ามีพระบิดาผู้สถิตอยู่บนสวรรค์ห่วงใยคุณและอยู่ที่นั่นกับคุณเสมอ พ่อแม่ที่เคยทารุณลูกอาจทำร้ายความสามารถของลูกที่จะเชื่อว่าพระเจ้าเป็นพระบิดาเป็นคนที่ปกป้องเขาพ่อแม่เปรียบเสมือนบุคคลผู้มีอำนาจคนแรกต่อลูกของคุณและทำให้ความเข้าใจในพระเจ้าผู้มีอำนาจสูงสุดของเด็กเป็นรูปเป็นร่าง พระสัญญาของเจ้ามีเพื่อสำหรับลูกทุกคนของพระองค์ พระองค์ทรงรักษาสัญญาเสมอ พระองค์ทรงสัญญาที่จะเป็นพ่อของคุณและพระองค์จะไม่เคยเปลี่ยนใจพระบิดาผู้เป็นพระเจ้าของคุณเฝ้ารอคุณให้เข้ามาหาพระองค์ด้วยทุกความต้องการของคุณ พระองค์ต้องการตอบสนองต่อความต้องการของคุณเพื่อความรักและการยอมรับพระองค์อยากให้ความต้องการของคุณทุกอย่างที่พ่อแม่ของคุณไม่สามารถทำให้ได้ เกิดขึ้นได้

1. ชื่อพระคัมภีร์เหล่านี้อธิบายเกี่ยวกับพระเจ้าอย่างไรบ้าง

เฉลยธรรมบัญญัติ 32:6, 18

อิสยาห์ 9:6

มัทธิว 6:8-9

2. พระเจ้าเป็นพระบิดาให้กับใครบ้าง

สดุดี 68:5

1ยอห์น 2:23

กาลาเทีย 3:26

3. ใครที่ได้ชื่อว่าเป็น ลูกของพระเจ้า (ยอห์น 1:12)
 4. คุณเป็นหนึ่งในข้อพระคัมภีร์ที่กล่าวมาข้างต้นนี้บ้างไหม ถ้าใช่ ข้อไหนบ้าง
 5. คุณสามารถเรียกพระเจ้าว่า “พระบิดา” ได้อย่างไร (โรม 8:12-16)
 6. คุณต้องการให้พระเจ้าเป็นพระบิดาที่สถิตอยู่บนสวรรค์ของคุณหรือไม่
 7. ในหนังสือปฐมกาล 1:27 กล่าวว่าพระเจ้าได้สร้างมนุษย์ขึ้นตามพระฉายาของพระองค์พระคัมภีร์บรรยายพระเจ้าว่ามีลักษณะทั้งเพศชายและหญิง พระเจ้าเป็นพระบิดาผู้สถิตอยู่บนสวรรค์ของเรา แต่ในหลายหลายด้านแล้วพระองค์เป็นทั้งพ่อและแม่ของเรา
- อ่านข้อพระคัมภีร์ข้างล่างนี้แล้วตอบว่าข้อไหนอธิบายว่าพระเจ้าเป็นเหมือนพ่อและข้อไหนอธิบายว่าพระเจ้าเป็นเหมือนแม่ ข้อไหนที่คุณคิดว่าพระเจ้าเป็นเหมือนพ่อให้เขียนตัว F ข้อไหนที่คุณคิดว่าพระเจ้าเป็นเหมือนแม่ให้เขียนตัว M และอธิบายเหตุผล

เฉลยธรรมบัญญัติ 1:31

อิสยาห์ 49:15

มัทธิว 7:11

ลูกา 13:34

8. จากหนังสืออิสยาห์ 66:13 ได้เปิดเผยเกี่ยวกับพระเจ้าว่าเป็นพ่อแม่ไว้ว่าอย่างไรบ้าง
9. แม่ปลอบโยนลูกด้วยวิธีไหนบ้าง คุณสามารถจินตนาการว่าพระเจ้ากำลังทำแบบนี้กับคุณได้ไหม
10. พ่อปลอบโยนลูกด้วยวิธีไหนบ้าง คุณสามารถจินตนาการว่าพระเจ้ากำลังทำแบบนี้กับคุณได้ไหม
11. จากหนังสือเศฟันยาห์ 3:17 มีทางที่เฉพาะเจาะจงสามทางที่พระเจ้าจะใช้ปลอบโยนคุณ สามทางนั้นมีอะไรบ้าง
12. ในเวลาที่คุณตัดสินใจทำแท้งคุณได้รับการปลอบโยนหรือให้กำลังใจจากพ่อแม่ของคุณเกี่ยวกับการตัดสินใจของคุณหรือไม่
13. คุณรู้สึกถึงการปลอบโยนและกำลังใจจากพระเจ้าในเวลานั้นหรือไม่ คุณได้รับการปลอบโยนจากพระองค์หลังจากนั้นหรือไม่ ถ้าได้จงอธิบาย

ความรักของพระองค์ต่อเรา

ความรักของพ่อแม่ที่มีต่อคุณนั้นขึ้นอยู่กับการปฏิบัติตัวดีหรือการประสบความสำเร็จ อย่างไม่อย่างหนึ่งหรือไม่ ถ้าไขมันยากสำหรับคุณหรือไม่ที่จะเชื่อว่าพระบิดาผู้สถิตอยู่บนสวรรค์นั้นรักคุณโดยไม่มีเงื่อนไข ถ้าคุณมีพ่อแม่ที่ไม่ค่อยรักซาส์ญญาและเปลี่ยนใจบ่อย มันก็จะยากสำหรับคุณที่จะ เชื่อว่าพระเจ้าทรงรักซาส์ญญาทุกอย่าง และเพื่อตัวคุณเองคุณต้องจำไว้ว่าความรักของพระเจ้านั้นยิ่งใหญ่กว่าความรักของพ่อแม่ของคุณ

1. อย่างแรกเลยในหนังสือยอห์น 4:8 กล่าวว่าพระเจ้าเป็นความรัก ให้อ่าน 1 โครินธ์ 13:4-8 แล้วเขียนประโยคใหม่โดยใช้คำว่า พระบิดาผู้สถิตอยู่บนสวรรค์แทนคำว่า รัก แล้วใช้คำว่า พระองค์แทนคำว่า มัน

ข้อ 4

ข้อ 5

ข้อ 6

ข้อ 7

ข้อ 8

2. เมื่อตอนที่คุณทำแท้ง ความคิดเห็นเกี่ยวกับความรักของคุณแตกต่างจากความรักในข้อพระคัมภีร์เหล่านี้ไหมมีข้อไหนที่เหมือนกันบ้าง
3. หลังจากอ่าน 1 ยอห์น 4:8-11 จงอธิบายความรักของพระเจ้าที่มีต่อคุณมา สองประโยค

การอบรมสั่งสอนของพระองค์

พระเจ้าเป็นเหมือนพ่อแม่ของเราและพระองค์ทรงอบรมเรา การอบรมของพระองค์นั้นดีกว่าของพ่อแม่ของเรา

1. เขียนคำจำกัดความของคำว่า อบรมสั่งสอนจากพจนานุกรม
2. อ่านฮีบรู 12:5-11 อธิบายความแตกต่างระหว่างวิธีการที่พระเจ้าใช้ในการอบรมเรา และวิธีการของพ่อแม่ในโลกนี้ของเรา
3. พระเจ้าอบรมสั่งสอนใคร (ฮีบรู12:6)
4. จากหนังสือสดุดี 39:11 การที่พระเจ้าอบรมสั่งสอนนั้นเพื่ออะไร
5. พระเจ้าอบรมสั่งสอนคุณเป็นการส่วนตัวอะไรบ้าง ใช้พจนานุกรมเพื่อเขียนคำจำกัดความของคำว่าบาปหรือความชั่วช้า
6. คุณมองการทำแท้งของคุณอย่างไร มันเป็นความผิดพลาดใหม่หรือเป็นการตัดสินใจโดยปราศจากความเข้าใจ หรือเป็นสิ่งที่คุณไม่สามารถควบคุมได้ หรือเป็นความบาป
7. คุณกลัวการอบรมสั่งสอนของพระเจ้าจากการทำแท้งหรือไม่ทำไม
8. ทำไมพระเจ้าอบรมสั่งสอนเรา (ฮีบรู12:10)

9. คุณได้อะไรจากการอบรมสั่งสอนของพระเจ้า

ฮีบรู 12:11

สดุดี 94:12-13

10. พระเจ้าอบรมสั่งสอนอย่างไม่ยุติธรรมหรือไม่ (โรม 3:5-6)

11. จะเกิดอะไรขึ้นถ้าคุณปฏิเสธการอบรมสั่งสอนจากพระเจ้า (โรม 2:5-11)

12. เรื่องเปรียบเทียบให้หนังสือลูกา 15:11-31 เป็นตัวอย่างของการตอบสนองของพระเจ้าต่อคนที่รู้ว่าพวกเขาทำผิดแล้วอยากกลับคืนดีกับพระองค์ผู้สถิตอยู่บนสวรรค์ พระเจ้ามีปฏิกิริยาต่อคนเหล่านั้นอย่างไร (ลูกา 15:20)

13. มีอะไรบ้างที่คุณคิดว่าเป็นเหมือนลูกชายที่กลับบ้านไปหาพ่อในเรื่องเปรียบเทียบนี้ ถ้ามีจงอธิบาย

14. คุณเคยเข้ามาหาพระเยซูด้วยเรื่องการทำแท้งของคุณหรือไม่และเรื่องอื่นๆที่คุณรู้สึกว่ามันไม่ถูกต้องบ้างไหมถ้าเคยขอให้คุณเขียนเล่าประสบการณ์นั้นด้วย

15. แต่ถ้าคุณยังไม่พร้อมที่จะ กลับบ้านเหมือนลูกชายในเรื่องนี้ ขอให้คุณเขียนเล่าสั้นๆ เพื่ออธิบายว่าคุณอยู่ในจุดไหนตอนนี้ และคุณอยากอยู่ในจุดไหน

ทบทวน

1. ขอให้ทบทวนในส่วนของสายสัมพันธ์ของพระเจ้ากับเราในตอนนี้และเติมประโยคข้างล่างเหล่านี้ให้สมบูรณ์ด้วยคำพูดของคุณเอง

พระบิดาผู้สถิตอยู่บนสวรรค์ของฉันคือ _____

พระบิดาผู้สถิตอยู่บนสวรรค์ของฉันคือ _____

พระบิดาผู้สถิตอยู่บนสวรรค์ของฉันคือ _____

พระบิดาผู้สถิตอยู่บนสวรรค์ของฉันคือ _____

2. ทบทวนทั้งบทนี้และเขียนประโยคข้างล่างนี้ให้สมบูรณ์

สิ่งที่สำคัญที่สุดที่ฉันได้เรียนรู้เกี่ยวกับพระเจ้าคือ

สิ่งที่สำคัญที่สุดที่ฉันได้เรียนรู้เกี่ยวกับพระบิดาผู้สถิตอยู่บนสวรรค์คือ

ทางหนึ่งที่ฉันจะใช้ความรู้ที่ได้เรียนมานี้มาปฏิบัติจริงคือ

แนวทางอภิปรายกลุ่ม พระลักษณะของพระเจ้า

รอบเปิด

เมื่อฉันเป็นเด็กฉันวาดภาพของพระเจ้าว่าเป็น.....

ตอนนี้ฉันได้เรียนเรื่องพระลักษณะของพระเจ้าจบแล้ว ฉันได้เรียนรู้เกี่ยวกับพระเจ้าว่าพระองค์เป็น.....

อธิฐานเปิด

ข้อท่องพระคัมภีร์

เพราะพระยาห์เวห์นั้นดี

ความรักมั่นคงของพระองค์อยู่ตลอดไป

ความสัตย์ซื่อของพระองค์จะคงอยู่ทุกชั่วอายุ

สดุดี 100:5

คำถามเพื่ออภิปราย

1. พระเจ้าคือใคร
2. พระเจ้าเป็นพระเจ้าที่เราเข้าถึงได้หรือไม่ เราเข้าใกล้ชิดกับพระเจ้าได้อย่างไร
3. เราสามารถไว้วางใจพระเจ้ามากพอที่จะแบ่งปันประสบการณ์การทำแท้งของเรากับพระองค์ได้ไหม มีอะไรบ้างที่ยับยั้งเราไม่ให้ไว้วางใจพระองค์เกี่ยวกับความเจ็บปวดของเรา
4. มีอะไรที่คุณคิดว่าพระเจ้าเป็นเหมือนพ่อบนโลกนี้ของคุณ และสิ่งไหนที่พระองค์ไม่เหมือน

บทที่ 3

การปลดปล่อยและการปฏิเสธ

พระเยซูหันมามองเปโตร ทำให้เขานึกขึ้นได้ถึง
คำพูดของพระองค์ที่บอกว่า
“คืนนี้ก่อนไก่ขัน คุณจะพูดว่าไม่รู้จ้กเราถึงสามครั้ง”
แล้วเปโตรก็ออกไปร้องไห้อย่างขมขื่น
ลูกา 22:61-62

การปลดปล่อยและการปฏิเสธ เป็นปฏิกริยาทางอารมณ์โดยทั่วไปหลังจากการแท้ง ความโล่งอกเป็นความรู้สึกอิสระจากภาระ ความเจ็บปวด และความกระวนกระวาย การแท้ง ให้สัญญาที่จะปลดปล่อยภาระ ความเจ็บปวดและความกระวนกระวายจากการเผชิญกับลูกก่อนที่ผู้หญิงพร้อมที่จะเป็นแม่ การทำแท้งรักษาสัญญาที่มันให้ไว้แต่ในขณะเดียวกันกลับทิ้งภาระใหญ่หลวงอันใหม่ให้กับผู้หญิง ความรู้สึกโล่งอกหลังจากการทำแท้งจะไม่อยู่ตลอดไป การตระหนักได้ถึง ความหมายที่แท้จริงของการทำแท้งว่ามันทำอะไรกับลูกที่ยังไม่ได้เกิดมา นำผู้หญิงไปสู่ขั้นของการปฏิเสธ ผู้หญิงไม่สามารถยอมรับได้ง่ายว่าเธอได้จบชีวิตของลูกที่ยังไม่ได้เกิดมาของเธอ การปฏิเสธเป็นกำแพงแห่งการปกป้องที่เธอได้สร้างขึ้นมาเพื่อให้เข้าใจถึงความเป็จริงของการตัดสินใจของเธอ

ตัวอย่างของการปลดปล่อยและการปฏิเสธในพระคัมภีร์

การปลดปล่อยและการปฏิเสธเป็นวิธีที่ใช้ในการจัดการกับการสูญเสีย และมันยังเป็นวิธีที่ผู้หญิงใช้ในการตอบสนองต่อการทำบาปอีกด้วย ผู้หญิงอาจจะรู้สึกโล่งอกทันทีต่อการกดดันและผลที่ตามมาของการกระทำผิด แต่ในไม่ช้าเธอก็จะต้องเผชิญหน้ากับปัญหาใหม่ในการพยายามแก้ไขการทำผิดพลาด ให้คุณลักษณะของคนในพระคัมภีร์ในข้อต่อไปนี้ คุณคิดว่าพวกเขาพยายามปลดปล่อยจากความกดดันอะไรบ้างที่เป็นสาเหตุให้พวกเขาเลือกที่จะทำบาปและพวกเขามีปฏิกิริยาอย่างไรหลังจากนั้น

1. อ่าน ปฐมกาล 3:1-13 ในปฐมกาล 3:6 คุณคิดว่าเอวามีความกดดันภายในแบบไหนก่อนที่จะกินผลไม้ต้องห้ามนั้น
2. ใครหรืออะไรเป็นสาเหตุที่ทำให้คุณรู้สึกกดดันมากที่สุดก่อนที่จะเลือกการทำแท้ง
3. เอวาแก้ตัวกับพระเจ้าว่าอย่างไรบ้าง (ข้อ13)
4. คุณรู้สึกโดดหลอกจากใครบ้างใหม่ในประสบการณ์การทำแท้งของคุณ
5. อ่าน 2 ซามูเอล 11 ความกระวนกระวายใจอะไรของเดวิดที่ได้รับการปลดปล่อยเมื่อเขาได้ฆ่า (ข้อ27)
6. อะไรเป็นการกระทำที่ผิดที่คุณพยายามปกปิดโดยการทำแท้ง
7. อ่าน 2 ซามูเอล 12 เดวิดมีปฏิกิริยาตอบสนองต่อความจริงที่เขาได้กระทำผิดอย่างไร (ข้อ13)
8. อ่านลูกา 22:54-62 เปโตรปฏิเสธองค์เจ้าชีวิตอย่างไร (ข้อ54)
9. เปโตรพยายามปลดปล่อยตัวเองจากความกดดันอะไรที่ทำให้เขาต้องปฏิเสธองค์เจ้าชีวิต
10. คุณต้องตอบสนองต่อความกดดันทางสังคมอะไรบ้างเมื่อคุณเลือกการทำแท้ง
12. คุณจำเวลาที่จิตใจสำนึกของคุณบอกว่าการทำแท้งมันผิดได้บ้างไหม แล้วคุณตอบสนองต่อความรู้สึกนั้นอย่างไร

13. คุณเชื่อมโยงประสบการณ์ของเอวา เดวิทหรือเปโตรได้ไหม ทางไหนบ้าง

การปฏิเสธการทำแท้ง

1. เพื่อช่วยให้คุณจำแนกความรู้สึกของคุณต่อการทำแท้ง ให้เติมประโยคข้างล่างนี้ให้สมบูรณ์มากที่สุด คุณอาจจะอยากเขียนมากกว่านี้ก็ได้ในสมุดบันทึกของคุณ มันสำคัญที่จะสำรวจความคิดของคุณเกี่ยวกับการทำแท้ง เขียนไปเรื่อยๆจนกว่าจะคิดไม่ออก

การทำแท้งคือ

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.

2. นี่เป็นคำพูดทั่วไปที่พบบมากที่สุดจากผู้หญิงที่อยู่ในขั้นการปฏิเสธ พระคัมภีร์ได้กล่าวถึงคำพูดแต่ละอย่างนี้ไว้อย่างไรบ้าง

“ฉันแค่ยุติการตั้งครรภ์ ฉันไม่ได้ฆ่าลูก”
สดุดี 139:13-16

“การทำแท้งไม่ผิดกฎหมาย แล้วมันจะเป็นสิ่งผิดได้อย่างไรกัน”
สุภาพีต 14:12

“มีการโต้เถียงกันเกี่ยวกับชีวิตเริ่มเกิดขึ้นเมื่อไหร่มาหลายปีแล้ว นักปรัชญาและนักวิทยาศาสตร์การแพทย์ต่างก็ไม่เห็นด้วยกัน ดังนั้นเราเองจึงต้องเป็นคนตัดสินใจเอาเองว่าการทำแท้งเป็นสิ่งที่ถูกต้องหรือไม่” 1 โครินธ์ 1:20

“มันเกิดขึ้นตั้งนานแล้ว ทำไมเพิ่งจะมาพูดถึงตอนนี้
ไม่จำเป็นต้องมีใครรู้ว่าเกิดอะไรขึ้น”

ฮีบรู 4:13

“คนรอบข้างฉันคิดว่ามันเป็นทางเลือกที่ถูกต้อง เขาบอกว่ามันเป็นเพียงแค่ชิ้นส่วนของเนื้อเยื่อเท่านั้น”

กาลาเทีย 1:10

3. คำกล่าวต่างๆก่อนหน้านี้อันไหนที่ตรงกับสถานการณ์ของคุณ มีคำกล่าวอย่างอื่นอีกไหมที่คุณจำได้ว่าคุณบอกกับตัวเองเพื่อปฏิเสธความจริงที่ว่าคุณได้จบชีวิตลูกของคุณ

4. ข้อพระคัมภีร์ข้างล่างนี้อธิบายถึงการปฏิเสธความบาปของแต่ละคนอย่างไร

เยเรมีย์ห์ 5:3

เยเรมีย์ห์ 5:23

เยเรมีย์ห์ 6:15

เยเรมีย์ห์ 8:6

การเริ่มต้นของชีวิต

ชีวิตเริ่มต้นที่การปฏิสนธิ การเกิด หรือเมื่อไหร่สักทีหนึ่งในครรภ์ใช่หรือไม่ พระคำของพระเจ้าเท่านั้นที่มีฤทธิ์อำนาจสุดท้ายต่อคำถามที่ถกเถียงกัน

1. ข้อพระคัมภีร์ต่อไปนี้เปิดเผยเกี่ยวกับชีวิตเกิดขึ้นเมื่อไหร่ในสายพระเนตรของพระเจ้า

อิสยาห์ 46:3

เยเรมีย์ห์ 1:4-5

สดุดี 139 :13-16

ลูกา 1:41-44

2. ชีวิตของลูกที่ไม่ได้เกิดมาของคุณเริ่มเมื่อไหร่
3. อ้างอิงจากหนังสือพัฒนาการของทารกในครรภ์ ให้อ่านรอยพัฒนาการทางร่างกายของลูกในห้องของคุณก่อนที่คุณทำแท้ง เขียนบันทึกความจริงที่คุณประทับใจเกี่ยวกับชีวิตในครรภ์

- 1.
- 2.
- 3.

ผู้หญิงเสมือนผู้เลี้ยงดู

มันง่ายกว่าที่จะเข้าใจว่าทำไมผู้หญิงถึงอยู่ในชั้นการปฏิเสธร้อยยาวนานหลังจากการทำแท้ง เมื่อคุณมองที่สัญญาตัญญาณที่พระเจ้ามอบให้กับผู้หญิงเพื่อเลี้ยงดูและปกป้องลูกของตัวเองแทนที่จะฆ่าลูก

1. อ่าน 1พงศกษัตริย์ 3:26-28 จำไว้ว่าพระเจ้าได้เสนอที่จะให้ทุกอย่างที่กษัตริย์โซโลมอนขอ และโซโลมอนได้ขอสติปัญญาในการปกครองประชาชนของเขา จากข้อพระคัมภีร์ที่ให้อ่านไปนี้ เป็นเรื่องที่โซโลมอนแสดงการใช้สติปัญญาที่พระเจ้ามอบให้ต่อหน้าผู้คนเป็นครั้งแรก ในเรื่องแม่ตัวจริงของทารกมีปฏิกริยาอย่างไรเมื่อได้ยินว่าควรแบ่งทารกออกเป็นสองส่วน
2. ให้คุณลองจินตนาการเอาตัวเองไปอยู่ในสถานการณ์นี้ว่า โซโลมอนกำลังอุ้มลูกที่ยังไม่ได้เกิดของคุณขึ้นมา จากผู้หญิงทั้งสองคนนี้ คุณเป็นคนไหน ณ เวลาที่คุณได้ทำแท้งลูกของคุณ แล้วในตอนนี้นี่ละ
3. ในหนังสืออพยพ 1:22 ผู้หญิงฮีบรูถูกสั่งให้ทำอะไรกับลูกชายของเขา ?
4. แม่ของโมเสสทำอย่างไร (อ่าน อพยพ 2:1-3)
5. จากสถานการณ์ของแม่ๆ ในหนังสืออพยพ 1:2 มีอะไรบ้างที่คล้ายกับสถานการณ์ของคุณ และมีอะไรบ้างที่แตกต่างกัน

การเผชิญหน้ากับความจริง

การยอมรับความจริงที่ว่าการทำงานหนักเป็นการจบชีวิตชีวิตหนึ่งถือว่าเป็นขั้นแรกในการโคกเศร้ำเสียใจ การเผชิญหน้ากับความจริงทำให้ผู้หญิงเข้าใจถึงการตอบสนองทางอารมณ์ของเธอต่อการทำงานหนักคือการตอบสนองต่อการสูญเสียลูก

จงเติมประโยคเหล่านี้ให้สมบูรณ์

ฉันทำแท้งเพื่อปลดปล่อยตัวเองจากการกดดันของ _____

ฉันทำแท้งเพราะฉันรู้สึกกระวนกระวายเกี่ยวกับ _____

ฉันทำแท้งเพราะฉันกลัวคนรอบข้างจะคิดว่าฉัน _____

สิ่งหนึ่งที่ฉันบอกกับตัวเองเพื่อปฏิเสธการสูญเสียคือ _____

ถึงจุดหนึ่งที่ฉันไม่อาจปฏิเสธการสูญเสียได้อีกต่อไปคือ _____

สิ่งหนึ่งที่ฉันไม่รู้แต่ตอนนี้ฉันเข้าใจแล้วคือ _____

บทบาทของคุณ

คำถามข้างล่างต่อไปนี้จะช่วยให้คุณมองเห็นถึงเหตุผลที่แท้จริงที่คุณทำแท้ง ความรับผิดชอบมากแค่ไหนที่คุณต้องยอมรับมันจากการตัดสินใจทำแท้ง ความรับผิดชอบมากขนาดไหนที่คุณทำให้คนอื่นต้องรับมันและในด้านไหนที่คุณเป็นเหยื่ออย่างแท้จริง ถ้าคุณทำแท้งมากกว่า 1 ครั้ง ให้เริ่มจากการทำแท้งที่ทำให้คุณบอบช้ำทางจิตใจมากที่สุดและตอบคำถามที่เกี่ยวข้องกับการทำแท้งนั้น

ภาวะตั้งครรรภ์

การทำงานหนักเป็นการเลือกโดยสามีภรรยาเมื่อไม่ต้องการให้เกิดการตั้งครรรภ์ ในสมัยนี้เมื่อถึงช่วงเวลาแห่งการมีเพศสัมพันธ์ แรงกระตุ้นส่วนมากจะเกิดจากผู้ชายเมื่ออยากมีกิจกรรมทางเพศ ผู้หญิงมักจะเห็นว่าการมีเพศสัมพันธ์เป็นส่วนหนึ่งของสายสัมพันธ์ ส่วนใหญ่คู่รักมักจะไม่มีใครยอมรับผิดชอบที่จะป้องกันไม่ให้เกิดการตั้งครรรภ์ แล้วทีนี้ใครจะเป็นคนรับผิดชอบล่ะ เป็นสิ่งสำคัญที่จะมอง

ว่าภาวะตั้งครรภ์ก็เป็นส่วนหนึ่งของประสบการณ์ในการทำแท้งเพราะนี่เป็นเวลาที่มีการรับผิดชอบต่อการทำแท้งได้เริ่มขึ้นแล้ว

1. คุณรู้จักกับพ่อของลูกในท้องได้อย่างไร
2. คุณตัดสินใจที่จะมีเพศสัมพันธ์กับแฟนครั้งแรกเมื่อไหร่
3. ความพึงพอใจภายนอกอะไรที่ทำให้คุณตัดสินใจมีเพศสัมพันธ์
4. ความพึงพอใจภายในอะไรที่ทำให้คุณตัดสินใจมีเพศสัมพันธ์
5. คุณมีความเข้าใจในสายสัมพันธ์นี้อย่างไรบ้าง
6. คุณบอกกับตัวเองอย่างไรถึงโอกาสที่จะตั้งครรภ์เมื่อมีเพศสัมพันธ์
7. คุณได้คุยกับพ่อของเด็กในท้องถึงโอกาสที่จะตั้งครรภ์บ้างไหม ถ้าได้คุย เข้าใจถึงประเด็นนี้อย่างไร แล้วคุณล่ะ
8. คุณมีความเชื่อในเรื่องของพรหมจรรย์หรือความซื่อสัตย์ของการแต่งงานและเพศสัมพันธ์อย่างไร
9. อะไรที่คุณรู้แล้วในตอนนี้อย่างที่คุณหวังว่าเมื่อก่อนคุณน่าจะรู้

การตัดสินใจ

1. คุณคิดอะไรและรู้สึกอย่างไรเมื่อคุณสงสัยว่าคุณอาจจะตั้งครรภ์
2. คุณได้บอกใครบ้างไหมว่าคุณอาจจะตั้งครรภ์และคนที่คุณบอกมีปฏิกิริยาอย่างไรและเขาได้แนะนำอะไรไหม
3. คุณรู้ได้อย่างไรว่าคุณตั้งครรภ์และคุณมีปฏิกิริยาอย่างไรเมื่อรู้ผลว่าตั้งครรภ์
4. หลังจากที่คุณรู้ผลแน่ชัดว่าคุณตั้งครรภ์ คุณบอกใครบ้างและคนที่คุณบอกมีปฏิกิริยาอย่างไรและเขาได้แนะนำอะไรไหม
5. คุณเลือกที่จะไม่บอกใครบ้าง เพราะอะไรถึงไม่บอก
6. คุณได้รับการให้คำปรึกษาไหม และเขาแนะนำอะไรคุณบ้าง
7. คุณมีความคิดเห็นอย่างไรเกี่ยวกับการทำแท้งก่อนที่คุณจะตั้งครรภ์
8. นอกจากตัวคุณเอง ใครที่คุณยอมให้มีอิทธิพลอย่างมากต่อการตัดสินใจของคุณ

9. คุณรู้สึกว่าคุณด่วนตัดสินใจไปไหม เพราะอะไร
10. การตัดสินใจที่ดีจำเป็นต้องมีอะไรบ้าง แล้วคุณมีสิ่งเหล่านั้นไหม
11. ใครเป็นคนรับผิดชอบต่อการตัดสินใจในการทำแท้ง
12. มีส่วนไหนบ้างเกี่ยวกับการตัดสินใจที่คุณนึกไม่ออก

กระบวนการ

1. คุณจำเกี่ยวกับขั้นตอนการทำแท้งได้ไหม จงอธิบายความรู้สึกของคุณก่อน ระหว่างและหลังการทำแท้ง บันทึกให้ละเอียดทั้งความรู้สึกทางร่างกายและอารมณ์
2. คุณมีความเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ ร่างกายและจิตวิญญาณหลังจากการทำแท้งอย่างไรบ้าง
3. คุณคิดว่าอะไรเป็นผลกระทบที่ใหญ่ที่สุดจากการทำแท้งของคุณ

แนวทางการอภิปรายกลุ่ม การปลดปล่อยและการปฏิเสธ

รอบเปิด

สิ่งที่ยากที่สุดที่ฉันต้องเผชิญในการทำแท้งคือ _____

อธิษฐานเปิด

ข้อท่อนพระคัมภีร์

เราจะให้หัวใจดวงใหม่แก่เจ้าและเอาวิญญาณใหม่วางไว้ในตัวเจ้า
เราจะเอาหัวใจหินออกจากเจ้าและให้หัวใจที่มีเลือดเนื้อแก่เจ้าแทน
เอเสเคียล 36:26

คำถามเพื่อการอภิปราย

1. คุณมีความกลัวอะไรบ้างเมื่อคุณทำแท้ง
2. คุณมีความกดดันอะไรบ้างที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจของคุณ
3. ในตอนนั้นคุณมีความเข้าใจเกี่ยวกับการทำแท้งอย่างไรบ้าง แล้วในตอนนี้นี้อะไร
4. ในตอนไหนของชีวิตคุณที่เริ่มรู้สึกเสียใจต่อการตัดสินใจทำแท้ง

รอบปิด

สิ่งหนึ่งที่ฉันได้ปฏิเสธตอนทำแท้ง แต่ตอนนี้ฉันไม่อาจปฏิเสธมันได้อีกต่อไปคือ _____

อธิษฐานปิด

บทที่ 4

ความโกรธ

ระวังตัวให้ดี อย่าให้ใครพลาดไปจากความเมตตากรุณาของพระเจ้า
แล้วระวังอย่าให้มีรากขมขื่นงอกขึ้นมาก่อปัญหา
ที่จะทำให้คนจำนวนมากต้องต่างพร้อย

ฮีบรู 12:15

ความโกรธเป็นอารมณ์ที่มีอำนาจมาก มันเป็นหนึ่งในอารมณ์ที่รุนแรงที่สุดของมนุษย์เมื่อความโกรธเกิดขึ้นมันต้องการการตอบสนอง ความโกรธจะไม่หายไปด้วยตัวของมันเอง การปฏิเสธ มันหาทางที่จะแสดงออกตัวมันเองและมีแนวโน้มที่จะเกิดเป็นรากแห่งความขมขื่น ความโกรธที่แสดงออกโดยปราศจากการควบคุมตัวเองเป็นอันตรายอย่างยิ่ง มันจะทำร้ายหลายหลายคนที่อยู่ในทางของมันนั้น

สำหรับผู้หญิงที่รู้สึกเสียใจต่อการตัดสินใจในการทำแท้งความโกรธเป็นส่วนสำคัญอย่างยิ่งของประสบการณ์หลังการทำแท้ง ผู้หญิงอาจจะรู้สึกโกรธตัวเองโกรธพระเจ้าและคนเหล่านั้นที่พวกเขารักและไว้วางใจมากที่สุดในช่วงเวลาที่เธอตัดสินใจทำแท้ง

มีหลายสิ่งหลายอย่างที่ทำให้พระเจ้าโกรธ เราจะมาดูสิ่งเหล่านั้นและแนวทางที่ พระองค์ได้วางไว้ให้กับเราเพื่อติดตามความโกรธของเรา และเราจะมาดูด้วยว่าพระเจ้าสามารถช่วยเหลือเราได้อย่างไรเมื่อความโกรธของเราได้กลายมาเป็นความขมขื่นใจ

ความโกรธที่มีอำนาจ

ในพระคัมภีร์มีตัวอย่างมากมายที่พระเจ้าทรงสำแดงความโกรธของพระองค์

1. ความโกรธของพระเจ้าได้ถูกอธิบายไว้ว่าอย่างไรจากข้อพระคัมภีร์ข้างล่างนี้

เฉลยธรรมบัญญัติ 29:28

สดุดี 78:49

สดุดี 90:7

2. พระลักษณะของพระเจ้าที่มีอิทธิพลต่อความโกรธของพระองค์มีอะไรบ้าง

อพยพ 34:6-7

สดุดี 33:5

สดุดี 78:38

3. มีเหตุผลอะไรที่พระเจ้าโกรธซ้ำจากหนังสืออิสยาห์ 18 :19

4. ทำไมพระเจ้าโกรธกษัตริย์ซาโลมอนในหนังสือ 1พงศกษัตริย์ 11:9-10

5. ทำไมพระเจ้าโกรธชาวอิสราเอลในหนังสือ เฉลยธรรมบัญญัติ 9:7

6. อ่านหนังสือสุภาษิต 6:16-19 แล้วเขียนบันทึกใจอย่างที่คุณพระเจ้าทรงเกลียดชัง

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.

7. คุณคิดว่าพระเจ้าโกรธคุณสำหรับการกระทำที่คล้ายๆกันกับสิ่งเหล่านั้นที่ได้อธิบายไว้ในคำถามที่ผ่านมาไหม ถ้าใช่ ข้อไหนบ้าง

8. เราควรกลัวต่อความโกรธของพระเจ้าหรือไม่ (สดุดี90:11)

9. ผู้ที่เขียนหนังสือสดุดีมีประสบการณ์ต่อความโกรธของพระเจ้าจากหนังสือสดุดี76:7 อย่างไรบ้าง

10. ผู้ที่เขียนหนังสือสดุดีสามารถมีความหวังในขณะที่เผชิญกับความโกรธของพระเจ้าได้อย่างไร (สดุดี 130:3-4)

11. เราสามารถรอดจากความโกรธของพระเจ้าและได้รับการให้อภัยของพระองค์ได้อย่างไร (กิจการ 13:38; โรม 5:8-11 ; เฮสเสโลนิกา 1:10)

ความโกรธของเจ้านั้นทรงพลังและมีอำนาจมากและพระองค์สำแดงมันในทางที่มีอำนาจมาก ความโกรธของเจ้านั้นยิ่งใหญ่เช่นเดียวกับความเกรงกลัวที่มีในพระองค์ แต่เรารอดจากความโกรธของพระเจ้าผ่านทาง การให้อภัยของพระเยซูคริสต์ ดูในหนังสือโรม 3:21-26

ความโกรธของพระเยซู

พระเยซูก็มีอารมณ์เช่นเดียวกับที่พวกเรา มีพระคัมภีร์ไบเบิลกล่าวถึงพระเยซูร้องไห้ และเริ่มโกรธเมื่อพระองค์เห็นหลายสิ่งหลายอย่างไม่ถูกต้องในโลกนี้ และพระองค์ใช้ความโกรธของพระองค์เพื่อให้เห็นถึงการตัดสินใจได้เสร็จสิ้นแล้ว เราต้องทำตามตัวอย่างของพระเยซูในเรื่องของการแสดงออกถึงความโกรธ

1. อ่านยอห์น 2:13-16 อะไรเป็นสาเหตุทำให้พระเยซูโกรธ
2. พระเยซูมีปฏิกิริยาอย่างไร และเกิดความเปลี่ยนแปลงอะไรบ้างเพื่อให้เกิดผลดีขึ้นสืบเนื่องมาจากปฏิกิริยาการตอบสนองของพระองค์
3. จินตนาการว่าตัวคุณเองอยู่ในวิหารและกำลังมองดูพระเยซู คุณคิดยังไงเกี่ยวกับสิ่งที่วิธีที่พระเยซูได้ตอบสนอง
4. อ่านมาระโก 3:1-6 อะไรทำให้พระเยซูโกรธ (ข้อ 5)
5. พระเยซูแสดงออกถึงความรู้สึกโกรธของพระองค์อย่างไร ความเปลี่ยนแปลงอะไรที่เกิดขึ้นเนื่องมาจากปฏิกิริยาการตอบสนองของพระองค์
6. คุณคิดว่าพระเยซูได้ทำอะไรผิดไปไหมเมื่อพระองค์ได้สำแดงความโกรธของพระองค์
7. พระเยซูได้ทำบาปไหมเมื่อพระองค์โกรธ (ฮีบรู 4:14-15)
8. มีอะไรบ้างไหมที่เกี่ยวกับการทำแท่งที่คุณยังโกรธอยู่ในอดีตและตอนนี้ก็ยังคงโกรธอยู่

9. คุณคิดว่าพระเยซูอยากให้คุณแสดงความโกรธนั้นอย่างไร

ความโกรธของเรา

พระเยซูไม่เคยทำบาปเมื่อพระองค์โกรธ แต่พระองค์ได้แสดงออกถึงความโกรธของพระองค์ การแสดงออกถึงความโกรธของพระองค์ชอบธรรมเสมอ เพราะพระองค์เป็นผู้ชอบธรรม การแสดงออกถึงความโกรธของเราไม่ได้ชอบธรรมเสมอไปเพราะว่าเราไม่ได้เป็นคนชอบธรรม

การแสดงออกถึงความโกรธของเราอาจจะเป็นอันตรายมาก มันอาจจะทำลายคนรอบข้างและสายสัมพันธ์ของเราแต่เราสามารถเรียนรู้ที่จะเป็นเหมือนกับพระเยซูและยอมให้ความโกรธของเรากระตุ้นให้เราเห็นว่าการตัดสินใจได้เสร็จสิ้นแล้วในสังคมของเรา

ในบทนี้เราจะมาดูว่ามีอะไรบางอย่างที่อาจจะทำให้เราบาปเมื่อเราโกรธ เราได้เรียนรู้อะไรบ้างจากพ่อแม่ของเราเกี่ยวกับการแสดงออกถึงความโกรธและแนวทางที่พระเจ้าได้ให้กับเราเพื่อแสดงออกถึงความโกรธ

1. พระเจ้าได้เตือนอะไรกับเราที่เกี่ยวข้องกับการแสดงออกถึงความโกรธของเราในหนังสือเอสเฟซัส 4:26
2. การยอมให้พระอาทิตย์ตกดินที่เกี่ยวข้องกับความโกรธของเราหมายถึงอะไร ทำไมมันถึงผิดที่จะโกรธมากกว่าหนึ่งวัน
3. ธรรมชาติของเราเป็นอย่างไรที่จะอธิบายว่าทำไมเราจำเป็นที่จะต้องมีความสามารถในการแสดงออกถึงความโกรธของเรา

โรม 1:29-32

โรม 7:18

กาลาเทีย 5:19-21

4. จงยกตัวอย่างจากชีวิตของคุณเองเมื่อคุณแสดงออกความโกรธที่มาจากธรรมชาติของความบาปของตัวเอง
5. เมื่อเราโกรธมีอะไรบ้างที่เราทำแล้วเป็นความบาป

ตัวอย่างจากพ่อแม่ของเรา

ความโกรธเป็นอารมณ์ที่เรามีมาตั้งแต่เกิด เมื่อเราเติบโตขึ้นเราได้มองเห็นพ่อแม่ของเราและเรียนรู้ที่จะเลียนแบบวิธีการแสดงออกความโกรธจากพวกเขา ตอบคำถามข้างล่างต่อไปนี้เพื่อจะหาว่าคุณได้เรียนรู้อะไรจากพ่อแม่ของคุณบ้าง ถึงแม้ว่าเราไม่สามารถที่จะตำหนิพ่อแม่ของเราในการแสดงออกความโกรธของเราแต่การได้เข้าใจว่าเราเรียนรู้มาจากไหนจะช่วยให้เราประเมินความต้องการเพื่อการเปลี่ยนแปลง

1. พ่อของคุณแสดงความโกรธอย่างไร เค้ามักจะพูดว่าอะไรหรือทำอะไรเมื่อเขาโกรธ
2. แม่ของคุณแสดงความโกรธอย่างไร เค้ามักจะพูดว่าอะไรหรือทำอะไรเมื่อเขาโกรธ
3. คุณรู้สึกอย่างไรเมื่อคุณต้องอยู่ในสถานการณ์ที่พ่อหรือแม่โกรธ
4. คุณแสดงความโกรธของคุณอย่างไร คุณพูดหรือทำอะไรเมื่อคุณโกรธ คุณแสดงออกความโกรธเหมือนพ่อหรือแม่ของคุณมากที่สุด

5. คนอื่นรู้สึกหรือมีปฏิกิริยาอย่างไรเมื่อพวกเขาต้องอยู่กับคุณเมื่อคุณโกรธให้ถามคนเหล่านั้นที่อยู่กับคุณเพื่อให้ข้อมูล

6. มีทางไหนบ้างที่คุณอยากแสดงความโกรธแตกต่างออกไปจากที่เคยทำ

ตัวอย่างจากพระเจ้า

1. จากหนังสือสุภาษิตข้างล่างนี้เป็นแนวทางบางอย่างที่พระเจ้าได้วางไว้ให้กับเรา เพื่อให้เราทำตามเมื่อเราแสดงออกความโกรธ จับคู่สุภาษิตให้ถูกต้อง

สุภาษิต 15:1 คนโง่ก็ระบายความโกรธออกมาหมด แต่คนฉลาดก็ระงับความโกรธไว้

สุภาษิต 16:32 คนโมโหร้ายทำให้เกิดการทะเลาะวิวาท คนขี้โมโหก็ทำบาปมากมาย

สุภาษิต 29:11 คำตอบที่สุภาพระงับความโกรธ แต่คำพูดที่รุนแรงกวมนโมโห

สุภาษิต 29:22 ความอดทนดีกว่าพละกำลัง ควบคุมตัวเองได้ ดีกว่ายึดเมืองได้

2. คุณจะสามารถนำเอาความรู้จากหนังสือสุภาษิตเหล่านี้ไปใช้เพื่อช่วยให้คุณแสดงออกความโกรธได้ดีขึ้นอย่างไร

3. สุภาษิตเหล่านี้เน้นที่การควบคุมตนเองในการแสดงความโกรธ การควบคุมตนเองเป็นผลของอะไร จากหนังสือกาลาเทีย 5:22-25 คุณจะมีการควบคุมตนเองได้อย่างไร

4. การควบคุมตนเองนำไปสู่อะไรบ้าง

ยากอบ1:19-20

2 เปโตร 1:5-8

5. มีทางไหนบ้างที่คุณสามารถเลือกที่จะควบคุมความโกรธของคุณ

6. การควบคุมตนเองเป็นสิ่งที่จำเป็นต้องมีการฝึกฝน ลองนึกถึงอาทิตย์ที่ผ่านมาเวลาที่โกรธ คุณมีการตอบสนองอย่างไรต่อความโกรธ ในเหตุการณ์นั้นถ้าคุณได้ใช้การควบคุมตนเองจะเกิดอะไรขึ้น จะไม่เกิดอะไรขึ้นบ้าง

ความปรารถนาที่จะแก้แค้น

เมื่อคนเจ็บปวดสิ่งแรกที่เขาคงตอบสนองคือโกรธ การแสดงออกถึงความโกรธนี้อาจจะเป็นความพยายามที่จะทำให้อีกฝ่ายหนึ่งเจ็บปวดเหมือนกับที่เขาถูกทำให้เจ็บปวดเหมือนกัน ถ้าคนเหล่านั้นเชื่อว่าการกระทำของคนอื่นที่ทำให้เขาเจ็บปวดนั้นไม่ถูกต้องในสายพระเนตรของพระเจ้าพวกเขาอาจจะรู้สึกไม่ผิดที่จะแก้แค้น

1. ในพระคัมภีร์ได้พูดไว้ว่าอย่างไรเกี่ยวกับความต้องการอยากแก้แค้น

สุภาพิต 24:17-18

โรม 12:19

2 เรสะโลนิกา 1:6

2. มีใครบ้างใหม่จากประสบการณ์การทำแท้งของคุณที่คุณอยากให้เขาเจ็บปวดมากเท่าที่คุณเจ็บปวด ถ้ามีคุณได้ตอบสนองต่อความโกรธนี้อย่างไร

3. พระเจ้าอยากให้คุณทำอะไรในการตอบสนองต่อความโกรธ

โรม 12:20-21

เอเฟซัส 4:32

โคโลสี 3:13-14

4. มีทางไหนบ้างที่คุณสามารถตอบสนองต่อความโกรธหลังการทำแท้งโดยอ้างจากพระคัมภีร์ข้างต้น

รากแห่งความขมขื่น

การทำแท้งเป็นประสบการณ์ที่ทำให้ผู้หญิงหลายคนรู้สึกโกรธ ถ้าคุณมีประสบการณ์ที่เกิดขึ้นเร็วๆ นี้ความโกรธของคุณอาจจะยังใหม่ ถ้าการทำแท้งของคุณเกิดขึ้นเมื่อหลายปีมาแล้วความโกรธนี้อาจจะกลายเป็นรากแห่งความขมขื่นในชีวิตของคุณ ผู้หญิงมักจะยังคงความโกรธกับคนที่พวกเขารักและไว้วางใจมากที่สุดในช่วงประสบการณ์ที่แย่นั้น

1. จากประสบการณ์การทำแท้งของคุณที่คุณมีใครยังคงโกรธอยู่บ้างไหม ให้อิฐฐาน ขอพระเจ้าที่จะช่วยเปิดเผยความจริงกับคุณ

2. คุณควรทำอย่างไรกับความโกรธที่อยู่มานานแล้ว (เอเฟซัส 4:31 ; โคโลสี 3:8)

3. จะเกิดอะไรขึ้นถ้าคุณไม่กำจัดความโกรธนี้

เอเฟซัส 4:26-27

ฮีบรู 12:15

1ยอห์น 2:9-11

4. คุณมีด้านไหนของความโกรธบ้างที่น่าเป็นห่วงเกี่ยวกับประสบการณ์ในการทำแท้งที่คุณได้พยายามปกปิดหรือซ่อนมันไว้ พระเจ้าได้เคยตรัสกับคุณเกี่ยวกับด้านไหนบ้างของความโกรธหลังการทำแท้งไหม

5. เราจะออกจากความมืดของความโกรธได้อย่างไร

เอเฟซัส 5:11

1ยอห์น 1:6-7

ความขมขื่นในจิตใจของคุณไม่สามารถปกปิดหรือปฏิเสธได้ มันจะต้องถูกเปิดเผย พระเจ้าสั่งให้คุณกำจัดมันออกไป ทางหนึ่งที่คุณสามารถกำจัดมันได้คือการนำมันออกจากความมืดและนำมันเข้ามาสู่ความสว่าง

ผู้หญิงอาจจะมีเป้าหมายที่จะโกรธคนเหล่านี้จากความโกรธหลังการทำแท้ง

- คนที่ไม่ได้บอกความจริงเกี่ยวกับการทำแท้ง
- เพื่อนที่บอกว่าการทำแท้งเป็นวิธีที่ดีที่สุด
- ตัวเองที่ยอมให้เกิดการตั้งครรภ์โดยไม่ได้วางแผน
- พ่อของลูกในท้องที่ไม่ได้อยู่ที่นั่นด้วยเพื่อให้กำลังใจหรือช่วยเหลือทางการเงิน
- พ่อแม่ของตัวเองที่สนับสนุนการทำแท้ง
- ตัวเองที่ไม่เข้มแข็งพอที่จะเลือกให้กำเนิดลูก

- พระเจ้าที่ยอมให้เธอตั้งท้องหรือไม่หยุดเธอเมื่อทำแท้ง

สงบจิตใจของคุณและขอพระเจ้าที่จะสำแดงให้คุณเห็นพื้นที่ของความขมขื่นที่เกิดจากการทำแท้ง ขอพระองค์ให้สำแดงให้คุณเห็นว่ามีใครบ้างที่คุณยังโกรธอยู่ ใช้พื้นที่ว่างข้างล่างนี้เขียนจดหมายถึงพระเจ้าบอกพระองค์ถึงเหตุผลที่คุณยังโกรธกับบุคคลเหล่านี้และบอกพระองค์อย่างเจาะจงว่าเขาเหล่านี้ทำให้คุณเจ็บปวดยังไ้ การทำแบบฝึกหัดนี้มีวัตถุประสงค์เพียงแค่นำสิ่งที่อยู่ในความมืดเป็นเวลานานออกมาสู่ความสว่างดังนั้นพระเจ้าจึงจะสามารถเยียวยาฉันได้

พระบิดาเจ้า,

ข้าพระองค์โกรธ _____ (ชื่อ) _____ ที่เขา _____

_____ (ชื่อ) _____ ทำให้ลูกเจ็บปวดเมื่อ

ขั้นต่อไปของการกำจัดความขมขื่นคือการให้อภัยคนที่ทำให้คุณเจ็บปวด การให้อภัยไม่ใช่เรื่องง่าย โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อคุณเจ็บปวดมาหลายปีแล้ว ในบทหน้าจะเป็นการเปิดเผยถึงแผนงานของพระเจ้าเพื่อการเรียนรู้ว่าเราจะสามารถให้อภัยคนอื่นได้อย่างไร

ทบทวน

จงสรุปสิ่งที่คุณได้เรียนรู้เกี่ยวกับความโกรธโดยการเติมประโยคข้างล่างนี้ให้สมบูรณ์

ความโกรธของพระเจ้าคือ

พระเยซูแสดงความโกรธโดย

สิ่งที่เกี่ยวข้องกับการทำแท้งที่ทำให้ฉันโกรธคือ

ฉันอยากตอบสนองต่อความโกรธนี้โดย

เมื่อฉันโกรธมีหลายทางที่ฉันได้ทำบาปคือ

ฉันได้เรียนรู้ที่จะแสดงความโกรธของฉันโดย

ฉันจะฝึกการบังคับตัวเองเมื่อฉันโกรธโดย

เป็นเวลานานแล้วที่ฉันมีความโกรธต่อ...

ฉันอยากเรียนรู้ที่จะให้อภัย

แนวทางอภิปรายกลุ่ม ความโกรธ

รอบเปิด

สิ่งที่ฉันทโกรธมากที่สุดเกี่ยวกับการประสบการณ์การทำแท้งของฉันคือ...

อธิฐานเปิด

ข้อท่อนพระคัมภีร์

“ถ้าโกรธ ก็อย่าทำบาป”

ควรกำจัดความโกรธนั้นให้หมดไปก่อนดวงอาทิตย์ตกดิน

เอเฟซัส 4:26

คำถามเพื่อการอภิปราย

1. พระเจ้าทรงสำแดงความโกรธของพระองค์ทางไหนบ้าง พระเจ้าทรงโกรธเกี่ยวกับการทำแท้งหรือไม่
2. คุณมีปฏิกิริยาอย่างไรเมื่อคุณโกรธ
3. คุณมีการตอบสนองต่อความโกรธเกี่ยวกับประสบการณ์การทำแท้งของคุณอย่างไร
4. พระเจ้าต้องการให้คนตอบสนองต่อความโกรธนี้อย่างไรในตอนนี

รอบปิด

หนึ่งอย่างที่ฉันได้เรียนรู้เกี่ยวกับความโกรธคือ...

บทที่ 5

ความจำเป็นที่ต้องให้อภัย

ให้ ผ่อนหนัก ผ่อนเบา ซึ่ง กัน และ กัน และ ยกโทษ ให้ กัน ด้วย
ถ้า ใคร มี เรื่อง กัน ก็ ให้ ยกโทษ กัน องค์ เจ้า ชีวิต ยกโทษ
ให้ กับ คุณ อย่าง ไร ก็ ให้ ยกโทษ ให้ กัน และ กัน อย่าง นั้น ด้วย
โคโลสี 3:13

การให้อภัยเป็นของพระเจ้าของเรา ความคิดเกี่ยวกับการให้อภัยเริ่มมาจากพระองค์ พระองค์จัดเตรียมมันไว้สำหรับคนที่ถูกผูกไว้กับความล้มเหลวที่ยังคงต้องการกลับมาหาพระองค์เพื่อแสวงหาความเมตตาการุณาและการให้อภัยของพระองค์ ในเวลาของพระคัมภีร์เดิม พระเจ้าสอนให้คนของพระองค์ทำการถวายเครื่องบูชาเพื่อขอการให้อภัย ต่อมาพระเจ้าส่งพระบุตรของพระองค์คือพระเยซูเพื่อเป็นเครื่องบูชาสำหรับการให้อภัยจากความบาปทั้งหมดของเรา โดยทางพระองค์แล้วพวกเราจึงได้รับการให้อภัย เพราะเราได้รับการให้อภัยเราจึงสามารถเลือกที่จะแบ่งปันการให้อภัยของพระเยซูคริสต์กับคนอื่นๆ

พระเจ้าผู้ทรงให้อภัย

1. ความจริงอะไรเกี่ยวกับพระเจ้าและการให้อภัยที่พระองค์ยื่นให้กับเราได้ถูกเปิดเผยในข้อพระคัมภีร์ต่อไปนี้ข้างล่างนี้

สดุดี 103 :2-5

มีคาห์ 7:18-19

2. พระเจ้าทรงทำอะไรเมื่อเราสารภาพบาปของเรา

สดุดี 32 :5

สดุดี 65:3

สดุดี 86:5

3. ใครสามารถได้รับการให้อภัยของพระเจ้าได้บ้าง

1ยอห์น 2:9

กิจการ 3:19

กิจการ 10:43

ให้อภัยและรับการให้อภัย

พระเจ้าเป็นผู้เดียวที่สามารถให้อภัยต่อความบาปของมนุษย์ที่มีต่อพระองค์ พระองค์เป็นผู้พิพากษาที่ยิ่งใหญ่ พระองค์ทรงตัดสินที่เจตนาในจิตใจของมนุษย์ และปฏิเสธที่จะให้อภัยต่อคนเหล่านั้นที่จิตใจของเขาปฏิเสธพระองค์

พระเจ้าสามารถที่จะปฏิเสธการให้อภัยต่อใครก็ได้ เพราะพระองค์ทรงเป็นพระเจ้า พวกเราไม่ได้อยู่ในฐานะที่จะปฏิเสธการให้อภัยใครได้ เพราะพระเจ้าได้ให้อภัยเราอย่างมาก

อ่านเรื่องเปรียบเทียบในหนังสือมัทธิว 18:21-35 และจินตนาการเอาตัวเองและประสบการณ์ในการทำแท้งในเรื่องที่อ่าน โดยเปรียบเทียบตัวเองเป็นคนรับใช้ที่ไม่ให้อภัย เจ้านายคือพระเจ้า เพื่อนที่เป็นผู้รับใช้คือ ใครก็ได้ที่คุณไม่สามารถให้อภัยได้จากประสบการณ์การทำแท้งของคุณ

1. หนี่อะไรที่เจ้านายของคุณได้ยกเว้นให้กับคุณ (หรือความบาปอะไรที่พระเจ้ายกโทษให้กับคุณ)

2. ใครที่คุณไม่สามารถให้อภัยได้ เพราะอะไร
3. จากเรื่องที่คุณอ่าน คนรับใช้ปฏิบัติต่อเพื่อนคนรับใช้อย่างไร (ข้อ 29-30)
4. พระเยซูอยากให้คนปฏิบัติต่อเพื่อนคนรับใช้ของคุณอย่างไร(ข้อ 33)
5. พระเยซูจะปฏิบัติต่อคุณอย่างไรถ้าคุณไม่ให้อภัยจากใจต่อเพื่อนผู้รับใช้ของคุณ (ข้อ 34-35)

การให้อภัยต่อคนที่ไม่ได้รู้สึกเสียใจ

มันยากที่จะให้อภัยกับคนที่ไม่ได้รู้สึกเสียใจต่อสิ่งที่เขาทำ คุณอาจจะอยากสร้างเงื่อนไขก่อนที่คุณจะสามารถให้อภัยใครก็ตามที่มีส่วนในการทำแท้งของคุณ คุณอาจจะต้องการให้คนคนนั้นแสดงให้คุณเห็นว่าเขาเสียใจหรือสารภาพความรู้สึกผิดก่อนที่คุณจะให้อภัยได้

1. เพื่อเป็นการช่วยตัดสินใจว่าคุณกำลังต่อต้านการให้อภัยคนอื่นอยู่หรือไม่ ให้เติมประโยคข้างล่างเหล่านี้ที่ตรงกับตัวคุณให้สมบูรณ์
 - ฉันจะให้อภัย _____ (ชื่อ) _____ ถ้าเขา...
 - ฉันจะให้อภัยพ่อของลูกถ้า.....
 - ฉันจะให้อภัยแม่ของฉันถ้า
 - ฉันจะให้อภัยพ่อของฉันถ้า
 - ฉันจะให้อภัยบุคลากรที่คลินิกทำแท้งถ้า
 - ฉันจะให้อภัยหมอถ้า
 - ฉันจะให้อภัยศิษยาภิบาลที่โบสถ์ของฉันถ้า
 - ฉันจะให้อภัยเพื่อนของฉันถ้า
 - ฉันจะให้อภัยน้องสาวหรือพี่สาวของฉันถ้า
 - ฉันจะให้อภัยพี่ชายหรือน้องชายของฉันถ้า

ฉันจะให้ภัยพระเจ้าถ้า

ฉันจะให้ภัยตัวเองถ้า

2. จากพระธรรมลูกาบทที่ 17:3-4 เงื่อนไขในการให้อภัยคืออะไร
3. คุณยังคงต้องการให้อภัยคนอื่นอยู่ไหมถ้าเขาไม่ได้รู้สึกเสียใจที่เขาทำให้คุณเจ็บปวด (มาระโก 11:25-26)
4. ถ้าคุณรู้ว่ามิใคร่ที่โกรธเคืองคุณอยู่ คุณกำลังรอที่คนนั้นจะมาหาคุณเพื่อการให้อภัยคุณก่อนหรือไม่ (มัทธิว 5:23-24)
5. ในข้อพระคัมภีร์แต่ละข้อต่อไปนี้ ใครเป็นคนที่สามารถให้อภัยคนอื่นก่อนที่เขาจะเห็นสัญญาณของการกลับใจ
กิจการ 7:59-60
2 ทิมโทธี 4:1, 14-17
ลูกา 23 : 34
6. เคยมีใครที่ทำให้คุณเจ็บปวดจากประสบการณ์ในการทำแท้ง ได้มาขอให้คุณให้อภัยเขาบ้างไหม คุณจะเต็มใจที่จะให้อภัยเขาไหมถึงแม้ว่าถ้าเขาไม่เคยมาขอ

ความเมตตากรุณามีชัยชนะเหนือการตัดสิน

พระเจ้าต้องการให้เราให้อภัยเพราะพระองค์ได้ให้อภัยเราแล้ว พระองค์อยากให้เราแสดงความเมตตากรุณาต่อผู้อื่นเพราะว่าพระองค์ได้สำแดงความเมตตากรุณาต่อเราแล้ว พระคัมภีร์ไบเบิลสอนเราให้ไม่ตัดสินคนอื่นหรือไม่แล้วเราก็จะถูกตัดสินเช่นเดียวกับที่เราตัดสินคนอื่น เราสามารถเลือกที่จะไม่ตัดสินคนเหล่านั้นที่ทำให้เราเจ็บปวดและเลือกที่จะมีความเมตตากรุณาต่อพวกเขาแทน

การมีความเมตตากรุณาหมายถึงเราจะไม่หวังในใจเราอีกต่อไปว่าคนที่ทำให้เจ็บปวดสมควรได้รับผลจากสิ่งที่พวกเขาทำ ไม่หวังที่จะเห็นพวกเขาถูกลงโทษอีกต่อไป ในการปลดปล่อยผู้อื่นจากการตัดสินของเรานั้น เราจะเป็นผู้ได้รับการปลดปล่อยจากพันธนาการของการไม่ให้อภัย

1. ผลของการแสดงความเมตตากรุณาต่อผู้อื่นคืออะไร (ลูกา 6:35-36)
2. ผลของการไม่แสดงความเมตตากรุณาต่อผู้อื่นคืออะไร (ยากอบ 2:13)
3. จงหาคำจำกัดความของคำว่า การตัดสิน ทำไมเราไม่ควรตัดสินพี่น้องของเรา คำจำกัดความของคำว่า การตัดสินคือ

โรม 14:10

2 โครินธ์ 5:10

4. เราจะถูกตัดสินอย่างไรถ้าเราตัดสินคนอื่น (มัทธิว 7:1-2)
5. อ่านมัทธิว 7:3-5 การเอาไม้ซุงออกจากตาของตัวเองนั้นรวมไปถึงการมองที่หลายๆด้านที่คุณได้ทำร้ายคนอื่นด้วยในช่วงการทำแท้งของคุณ ให้ขอพระเจ้าสำแดงให้คุณเห็นถึงด้านต่างๆที่คุณได้ทำให้คนอื่นเจ็บปวดกับคนที่คุณโกรธและบันทึกลงไปว่ามีอะไรบ้างที่เข้ามาในใจคุณ

6. คุณได้ขอให้พระเจ้าให้อภัยที่คุณทำให้คนอื่นเจ็บปวดหรือยัง ขอให้คุณหยุดและอธิษฐานตอนนี้เลยและขอให้พระองค์ให้อภัยคุณ เขียนคำอธิษฐานของคุณลงข้างล่างนี้

ให้อภัยมาก, รักมาก

เมื่อคุณเห็นอย่างชัดเจนว่าคุณได้รับการให้อภัยมากขนาดไหน คุณจะให้อภัยคนที่ทำให้คุณเจ็บปวดได้ง่ายขึ้น

1. อ่าน ลูคา 7:36-50 ผู้หญิงคนนี้ได้รับการให้อภัยจากการทำอะไรผิด (ข้อ 47-48)
2. ผลจากการที่เธอได้รับการให้อภัยแล้วคืออะไร (ข้อ50)

สันติสุขจะไหลหลั่งเข้ามาในจิตใจเมื่อคุณได้รับการให้อภัย เช่นเดียวกันกับเมื่อคุณให้อภัยคนอื่น คุณได้แทนที่ความโกรธและความเกลียดในจิตใจด้วยความรักและสันติสุขต่อพี่น้องของคุณ

3. เราจะปฏิบัติต่อคนที่ทำให้เราเจ็บปวดอย่างไร

ลูคา 6:27-28

1 เปโตร 3:9

4. ถ้าเราเลือกที่จะรักซึ่งกันและกัน จะเกิดอะไรขึ้นกับสายสัมพันธ์ของเรากับพระเจ้า (1ยอห์น 4:12)

5. คุณพร้อมหรือยังที่จะให้อภัยต่อคนเหล่านั้นที่ทำให้คุณเจ็บปวด จงเขียนจดหมายถึงพระเจ้าเกี่ยวกับคนที่คุณโกรธ ในตอนนี้ให้ปลดปล่อยเขาเหล่านั้นจากการตัดสินของคุณ ให้กลับไปดูในตอน ความโกรธและ เขียนชื่อแต่ละคนลงในข้อความแห่งการให้อภัย

พระเจ้า, ข้าพระองค์ให้อภัย _____ (ชื่อ) _____ ที่เขา _____

พระเจ้า, ข้าพระองค์ให้อภัย _____ (ชื่อ) _____ ที่เขา _____

พระเจ้า, ข้าพระองค์ให้อภัย _____ (ชื่อ) _____ ที่เขา _____

6. เมื่อคุณได้ให้อภัยคนอื่น คุณได้เป็นพยานให้พวกเขาเห็นถึงการให้อภัยของพระเยซูคริสต์ในโลกนี้ด้วย พระเยซูตายเพื่อทุกคนที่ได้ทำให้คุณเจ็บปวดในอดีต ในปัจจุบันและในอนาคต กลับไปอ่านตอนที่คุณสร้างเงื่อนไขในการให้อภัย เติมประโยคข้างล่างนี้ให้สมบูรณ์ด้วยพระคำของพระเยซูคริสต์จากหนังสือลูกา 23:34 ทำแบบฝึกหัดนี้ซ้ำจนกว่าคุณได้เลือกที่จะให้อภัยคนเหล่านั้นที่ทำให้คุณเจ็บปวด

พระบิดาเจ้าข้า, ข้าพระองค์ให้อภัย _____ (ชื่อ) _____ ที่เขา _____

เขาไม่รู้ว่าเขากำลังทำอะไรอยู่

พระเจ้า, ข้าพระองค์ให้อภัย _____ (ชื่อ) _____ ที่เขา _____

เขาไม่รู้ว่าเขากำลังทำอะไรอยู่

เมื่อคุณได้กำจัดรากอันขมขื่นแล้ว คุณจะต้องตรวจสอบจิตใจของคุณทุกวันเพื่อให้แน่ใจว่าความขมขื่นใจจะไม่กลับมาอีก อ่านหนังสือสดุดี 4:4 และสดุดี 139:23-24 เขียนคำอธิษฐานเพื่อขอให้พระเจ้าสำรวจจิตใจของคุณทุกวัน

7. พระเจ้าจะฟังคำอธิษฐานของคุณหรือไม่ถ้าคุณยังมีจิตใจที่ยังไม่ให้อภัย
(1 เปโตร 3:9-12)

ทบทวน

เขียนย่อหน้าสั้นๆสรุปสิ่งที่คุณได้เรียนในหัวข้อของการให้อภัย

แนวทางการอภิปรายกลุ่ม ความจำเป็นที่ต้องให้อภัย

รอบเปิด

หนึ่งสิ่งที่คุณได้เรียนรู้เกี่ยวกับการให้อภัยและฉันอยากนำมาเอาไปใช้ คือ...

อธิษฐานเปิด

ข้อท่องพระคัมภีร์

*ให้ เมตตา ต่อกัน เห็นอก เห็นใจ กัน และ อภัย ให้กัน และ กัน
เหมือนกับ ที่ พระเจ้า ได้ อภัย ให้กับ คุณ ผ่านทาง พระคริสต์
เอเฟซัส 4:32*

คำถามเพื่อการอภิปราย

1. จงยกตัวอย่างเหตุการณ์ในชีวิตของคุณเมื่อคุณได้รับการให้อภัยจากคนอื่นและคุณได้ให้อภัยคนอื่น เหตุการณ์เหล่านั้นมีผลต่อชีวิตคุณอย่างไรบ้าง
2. จงให้เหตุผลหลายๆข้อว่าทำไมมันถึงยากที่เราจะให้อภัยคนอื่น
3. ทำไมพระเจ้าถึงอยากให้เราให้อภัยคนอื่น
4. มีใครในชีวิตของคุณบ้างที่คุณอยากให้อภัยจากเหตุการณ์การทำแท้ง

รอบปิด

1 สิ่งที่คุณพบว่าเป็นสิ่งยากที่จะให้อภัยคือ _____

อธิษฐานปิด

บทที่ 6

ความซิมเศร้า

สดุดี 32:1-5

ความสุขของคนที่มีความผิดของเค้าได้รับการให้อภัยแล้วคืออะไร มันช่างน่าชื่นชมยินดีเหลือเกินที่ความบาปได้ถูกปกปิดไว้หมดแล้ว มันช่างน่าโล่งใจอย่างยิ่งแทนคนที่ได้สารภาพความบาปของเขาและพระเจ้าได้ลบบันทึกความบาปทั้งหมดนั้นไปแล้ว มีครั้งหนึ่งที่ฉันไม่ยอมรับว่าฉันเป็นคนบาปและควาไม่เชื่อสัตย์นั้นและที่ทำให้ฉันทุกข์ทรมานและทำให้ในแต่ละวันฉันเต็มไปด้วยความคับข้องใจ ทั้งวันทั้งคืน พระหัตถ์ของพระองค์ทรงทำให้ฉันรู้สึกหนักอึ้งความเข้มแข็งของฉันแห้งเหือดไปเหมือนน้ำในวันที่แดดแรง จนกระทั่งฉันได้ยอมรับความผิดบาปทุกอย่างของตัวเองต่อพระองค์ในที่สุดและหยุดที่จะแอบซ่อนมันไว้ ฉันบอกกับตัวเองว่า “ฉันจะสารภาพความผิดบาปทั้งหมดต่อองค์เจ้าชีวิต” และพระองค์ทรงยกโทษให้กับฉัน ความผิดทั้งหมดมันหายไปแล้ว

สุภาษิต 14:13

การหัวเราะไม่สามารถเป็นหน้ากากให้จิตใจที่หนักอึ้งได้ เมื่อการหัวเราะสิ้นสุดลง ความเศร้าโศกยังคงอยู่

ความซิมเศร้าเป็นอีกอารมณ์หนึ่งที่เกิดขึ้นได้หลังจากการทำแท้ง จากหลายๆ เหตุผล ผู้หญิงบางคนแสดงความโกรธที่อยู่ภายในจากการเลือกทำแท้งและนั่นนำมาสู่การซิมเศร้า ความผิดและความวิตกกังวลที่มีต่อความไม่ถูกต้องและความ

ถูกต้องในการตัดสินใจมักจะทำให้ผู้หญิงเอาตัวเองเข้าไปพัวพันกับการโทษตัวเอง และสมเพชตัวเองซึ่งจะนำไปสู่ความซึมเศร้า ความซึมเศร้าอาจเป็นผลมาจากความรู้สึกเศร้าโศกเสียใจที่ไม่สามารถปลดปล่อยไปได้เนื่องจากไม่มีที่ในสังคมที่จะให้ไว้อาลัยต่อการสูญเสียในการทำแท้งลูก เมื่อความซึมเศร้าโจมตี ความสนใจของผู้หญิงจะถูกทำให้เลี้ยวเข้าไปด้านในและมุ่งสนใจแต่ตัวเองและการสูญเสีย

ตัวอย่างในพระคัมภีร์เกี่ยวกับความเศร้าโศก

ในพระคัมภีร์เต็มไปด้วยผู้คนที่มีหัวใจและจิตวิญญาณแตกสลาย คนที่เต็มไปด้วยความเศร้าโศกและเสียใจ

1. เอสเธอร์ 4:1-3 ได้บรรยายพิธีไว้อาลัยในพระคัมภีร์เดิม พวกเขาทำสิ่งไหนที่ทำให้คนอื่นรู้ว่าพวกเขากำลังไว้อาลัยอยู่
2. แล้วคุณล่ะ ทำสิ่งไหนที่เป็นการไว้อาลัยให้กับการสูญเสียลูกในครรภ์จากการทำแท้ง
3. ในหนังสือบทเพลงคร่ำครวญ เราจะพบชื่อพระคัมภีร์หลายๆชื่อที่บรรยายถึงหัวใจที่เจ็บปวดของเยเรมีย์ห์ ในหนังสือเยเรมีย์ห์ 3:48-51 มีข้อไหนบ้างที่บรรยายประสบการณ์จากการทำแท้งของคุณบ้าง
4. เยเรมีย์ห์หากการปลดปล่อยเจอจากที่ไหน (บทเพลงคร่ำครวญ 3:21-26)
5. ช่วยบรรยายว่าคุณได้พบกับการปลดปล่อยจากความเจ็บปวดใจทางไหนบ้าง
6. พระเจ้าได้ให้สัญญาอะไรกับคนเหล่านั้นที่ไว้อาลัย
(สดุดี 30:11-12 ; อีสยาห์ 61:1-3)

ความผิด (ตราบาป)

ตราบาป เป็นผลมาจากการฝ่าฝืนกฎของพระเจ้า ผู้หญิงที่ได้ฝ่าฝืนกฎของพระเจ้า จำเป็นต้องนำเอาความบาปของเรอมอบให้กับผู้ให้อภัยที่ยิ่งใหญ่ ถ้าเธอกลับใจ และหยุดทำสิ่งที่ทำให้เธอรู้สึกผิดนั้น ตราบาปนั้นก็จะถูกกลบด้วยโลหิตของ

พระคริสต์ ความรู้สึกผิดนั้นจะยังคงอยู่เมื่อเธอเลือกที่จะไม่ยอมรับการให้อภัย
ของพระเจ้าตราบาปอาจนำไปสู่การซึมเศร้า

1. คุณยังคงรู้สึกผิดกับการทำแท้งอยู่หรือไม่ ถ้ายังรู้สึกผิดอยู่ มีเหตุผลอะไร
ที่ยังรู้สึกเช่นนั้น
2. มีตัวอย่างของความผิดในหนังสือเยเรมีย์ห์ 2:22 มีความพยายามในการ
ทำอะไรเพื่อปกปิดความผิดนั้น
3. แล้วคุณล่ะ ได้ทำอะไรบางอย่างที่จะปกปิดความผิดที่คุณทำไปแล้ว
4. มีอะไรที่สามารถล้างความผิดของคุณได้บ้าง (ฮีบรู 10:19-22 ; ตีตัส 3:5
สดุดี 51:2)
5. ให้ทบทวนเรื่องของเดวิท ด้วยการอ่านหนังสือเหล่านี้ 2 ซามูเอล บทที่
11 และ 12 ในหนังสือสดุดี 51:1-17 เดวิทอธิษฐานต่อพระเจ้าเพื่อให้
พระเจ้ายกโทษให้ที่เขาทำผิดบาปทางเพศและฆ่าคนตาย ให้ดูคำว่า
สำนึกผิด (ข้อ 17) ในพจนานุกรม และเขียนคำจำกัดความของมัน

-
6. ในสดุดี 38 เดวิทได้บรรยายความรู้สึกผิดของเขา ให้เขียนโดยใช้คำพูด
ของตัวเองเกี่ยวกับอาการซึมเศร้าของเดวิทแล้วเทียบกับประสบการณ์
ของตัวเอง

ข้อ 4

ข้อ 5

ข้อ 6

ข้อ 7

ข้อ 8

ข้อ 9

ข้อ 10

ข้อ 11

7. ความผิดได้ถูกบรรยายในหนังสือ สดุดี 32:3-4 ว่าอย่างไร
8. ให้อาหารรูปคนที่กำลังแบกภาระหนักอยู่
9. เดวิดพบวิธีปลดปล่อยตัวเองจากความผิดได้อย่างไร (สดุดี 32:5-7)

ความอับอาย

หลายครั้งที่ผู้หญิงจะรู้สึกอับอายหลังจากการทำแท้ง เธออาจจะไม่ยอมรับตัวเองที่ได้ทำแท้งและอาจจะกลัวว่าคนอื่นจะทิ้งเธอด้วย ด้วยความพยายามที่จะปกป้องตัวเองจากการถูกทัก เธออาจจะซ่อนการตัดสินใจของเธอจากคนรอบข้างหรือเธออาจจะบอกกับทุกคนที่เธอเจอและเมื่อบอกแล้วเธอก็จะถามเขาเหล่านั้นว่า “คุณยังคงรักฉันหรือไม่เมื่อคุณได้รู้เรื่องแล้ว”

1. ที่ผ่านมามีใครบ้างที่คุณได้ปิดบังเรื่องการทำแท้งกับเขา ถ้ามี ทำไมคุณถึงปิดบังเรื่องนี้กับเขาเหล่านั้น
2. แล้วตอนนี้ คุณอยากบอกพวกเขาเหล่านี้ไหม ถ้าคุณอยากบอก คุณจะบอกพวกเขาอย่างไร
3. ประสบการณ์จากการทำแท้งตอนไหนบ้างที่คุณยังคงทำให้คุณรู้สึกอับอาย
4. จากพระคำของพระเจ้า พระองค์ได้สัญญาไว้ว่าอย่างไรเกี่ยวกับการปลดปล่อยจากความอับอาย (สดุดี 25:3 ; อีซยาห์ 54 :4-8 ; สดุดี 34:4-5) จงอธิบายถึงครั้งสุดท้ายที่คุณรู้สึกแจ่มใส
5. พระคริสต์ทำอะไรอย่างเดียวกันกับที่ทำบนไม้กางเขน (ฮีบรู 12:2)
6. จงเขียนคำจำกัดความของคำว่า ปฏิเสธ

7. คุณสามารถ ปฏิเสธ ความอับอายในอดีตของคุณได้อย่างไรบ้าง
(2 โครินธ์ 4:2 ; 2 ทิโมธี 2:15 ; 1 ยอห์น 2:28)

จากความวิตกกังวลสู่ความกล้ากล้า

ความวิตกกังวลหลังการทำแท้งอาจจะมีไม่มากนัก แต่สิ่งกวนใจอย่างหนึ่งที่มีจะมาพร้อมกับความคิดที่ว่า , ฉันสงสัยว่า ลูกที่ทำแท้งไปนั้นเป็นเพศผู้หญิงหรือเพศผู้ชาย, ฉันสงสัยว่าถ้าฉันเก็บเด็กไว้ ชีวิตของฉันจะเป็นอย่างไร หรือ ผู้หญิงอาจจะมีความคิดที่รู้สึกเจ็บปวดมากกว่านี้

1. คุณมีคำถามหรือความคิดเจาะจงอะไรที่เกี่ยวกับการทำแท้งของคุณที่คอยรบกวนจิตใจคุณเป็นประจำไหม
2. จะเกิดอะไรขึ้นถ้าคุณยอมให้ความวิตกกังวลเหล่านี้สิ่งสถิตยอยู่ในจิตใจของคุณไปเรื่อยๆ (ลูกา 21:34)
3. พระเจ้าอยากให้คุณทำอะไรกับความวิตกกังวลเหล่านี้
(สดุด 55:22 , 1 เปโตร 5:7)
4. วิธีที่สำคัญที่สุดที่คุณสามารถปลดปล่อยความวิตกกังวลต่างๆของคุณคืออะไร (ฟิลิปปี 4:6-7)
5. มีอะไรช่วยคุณได้บ้างเมื่อคุณมีความวิตกกังวล คุณมีคนที่คุณสามารถอธิษฐานด้วยได้ไหม ถ้าไม่มี ให้ทูลขอกับพระเจ้าให้นำคู่อธิษฐานมาให้คุณด้วย อธิษฐานตอนนี้เลย มอบความกังวลนั้นไว้กับพระองค์คุณคาดหวังว่าจะได้รับพรสวรรค์อะไรบ้าง (ฟิลิปปี 4:7)
6. ถ้าความวิตกกังวลของคุณไม่ได้รับการปลดปล่อย มันอาจจะนำคุณไปสู่ความกล้ากล้า กล้ามเป็นความเจ็บปวดที่ยิ่งใหญ่ทางร่างกายและจิตใจ

บรรยายออกมาเป็นภาพของคนที่มีความกลัดกลุ้มในความคิดคุณ

1. เยเรมีย์แสดงออกทางกายอย่างไรเมื่อเขามีความกลัดกลุ้ม (เยเรมีย์ 4:19)
2. พระเยซูมีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายอย่างไร เมื่อพระองค์อิฐฐานด้วยความกลัดกลุ้ม (ลูกา 22:24)
3. ผู้เขียนบทเพลงสดุดีได้พบคำตอบอะไรในความกลัดกลุ้มของเขา (สดุดี 18:16 & 16)
4. น้ำตาอาจจะเป็นส่วนใหญ่ของความกลัดกลุ้ม ในหนังสือสดุดี 6:6 ได้พูดถึงการร้องไห้ด้วยความกลัดกลุ้มไว้ว่าอย่างไรบ้าง
5. พระเจ้าทรงสัญญาอะไรในหนังสือ สดุดี 126:5 เกี่ยวกับน้ำตา
6. พระเจ้าทรงทำอะไรกับน้ำตาของคุณ (สดุดี 56:8) บันทึกลง คริสเตียนในสมัยแรกจะถูกฝังพร้อมกับขวดน้ำตาของเขาเพราะเขารู้ว่าพระเจ้าให้คุณค่ากับมัน ให้ดูการแปลข้อพระคัมภีร์นี้จากหลายเวอร์ชัน บางเวอร์ชันแปลว่าน้ำตาถูกกักเก็บในหนังแว่น บ้างก็ว่าในขวด หรือบันทึกในหนังสือม้วน
7. ให้ย้อนกลับไปคิดถึงตอนที่คุณรู้สึกกลัดกลุ้มเรื่องการทำแท้งของคุณ คุณจะบรรยายถึงสิ่งแวดล้อมในตอนนั้นของคุณอย่างไร ความกลัดกลุ้มของคุณมีลักษณะอย่างไร
8. ในช่วงเวลาแห่งความกลัดกลุ้มใจนั้น ความจริงในหนังสือ โรม 8:26 จะเป็นแหล่งของการปลอบประโลมใจที่ดีมาก ความจริงนั้นคืออะไร

คุกแห่งความซึมเศร้า

หลายครั้งที่ความซึมเศร้าเป็นความรู้สึกเหมือนอยู่ในพันธนาการ ถูกล่ามไว้ในชั้นความโศกเศร้าทางอารมณ์

1. อ่านสดุดี 107:10-11 นักโทษรู้สึกอย่างไรและทำไมถึงรู้สึกอย่างนั้น
2. คุณเคยรู้สึกแบบนี้บ้างไหม ด้วยเหตุผลเดียวกันหรือไม่

3. อะไรเป็นตัวช่วยนักโทษเมื่อเขาารู้สึกหม่นหมองที่สุด (สดุดี 107:13-14)
4. พระเจ้าทรงสัญญาจะปลดปล่อยคุณให้เป็นอิสระจากพันธนาการอะไร (โรมัน 6:17-18 ; โรมัน 8:18-22 ; กาลาเทีย 5:1)
5. พระวิญญาณใหม่ที่คุณได้รับเมื่อคุณถูกปลดปล่อยให้เป็นอิสระแล้วคืออะไร สืบเนื่องจากหนังสือโรม 8 :15-17

วัฏจักรของความซึมเศร้า

เมื่อผู้หญิงซึมเศร้า เป็นเพราะพวกเธอทนทุกข์จาก “ลูกตาคุต” ตาของพวกเธอกรอกกลับเข้าไปด้านในและโฟกัสแต่ตัวเองและปัญหาของตัวเอง ยิ่งพวกเธอจดจ่อแต่ข้างในมากเท่าไร พวกเธอก็จะรู้สึกแย่ยิ่งกว่าเดิมและมันจะยากขึ้นสำหรับพวกเธอในการไปสู่อย่างก้าวที่สำคัญของสุขภาพที่ดี ข้อพระคัมภีร์ข้างล่างนี้ได้แนะนำวิธีออกจากวัฏจักรนี้อย่างไรบ้าง

1. ตาของคุณควรโฟกัสไปที่ไหน (ฮีบรู 12:1-2)
2. ใจของคุณควรโฟกัสไปที่ไหน (โคโลสี 3:2)
3. ทศนคติของคุณเป็นอย่างไร

เอเฟซัส 4:22-24

ฟิลิปปี 2:5-7

1 เปโตร 4:1-2

4. คุณจะจำข้อพระคัมภีร์ข้อไหนได้ถ้าความซึมเศร้ามาเยือน

ความคิดที่จะฆ่าตัวตาย

ความคิดที่จะฆ่าตัวตายรบกวนผู้หญิงหลายคนที่เสียใจกับการตัดสินใจทำแท้ง มีเหตุผลแตกต่างกันไปแต่เหตุผลที่พบบ่อยคือเธอรู้สึกไร้ค่าที่จะมีชีวิตต่อไปหลังจากที่ได้ทำลายชีวิตของลูก เธออาจจะอยากไปอยู่กับลูกในสวรรค์ ผู้หญิงหลายคนไม่ต้องการเผชิญกับสายสัมพันธ์ในอนาคตเนื่องจากประสบการณ์ในอดีต บางคนรู้สึกโกรธสังคมที่ทำให้เธอรู้สึกโดดเดี่ยวกับความรู้สึกผิด บางคนกลัวที่จะเผชิญหน้าต่อพระเจ้า

1. กัณฑ์การวิถึ 11:1-15 โมเสสขอพระเจ้าปล่อยให้เขาตาย พระเจ้าตอบว่าอย่างไรในข้อ 17
2. คุณยอมให้คนอื่นอยู่ช่วยแบกรับความเศร้าโศกของคุณบ้างไหม ใครที่คุณยอมให้ทำแบบนั้น คุณไม่เต็มใจที่จะแบ่งปันภาระที่คุณแบกอยู่นี้กับคนใกล้ชิดหรือเปล่า
3. ในหนังสือสดุดี 68:19 บอกว่า มีคนช่วยแบ่งเบาภาระของคุณในแต่ละวัน คนนั้นคือใคร
4. ความรับผิดชอบที่คริสเตียนมีต่อกันและกันคืออะไร

โรม 15:1

กาลาเทีย 6:2

1 เธสะโลนิกา 5:14

5. ยูดาสทรยศต่อพระเยซูและหลังจากนั้นเขาก็ฆ่าตัวตาย (มัทธิว 27:5)
เปโตรก็ทรยศพระเยซูเหมือนกันด้วยการปฏิเสธพระองค์ถึงสามครั้ง แต่
เปโตรตอบกลับการกระทำของตัวเองต่างจากยูดาอย่างไร
(ลูกา 22:61-62)
6. โยบ ก็อยากตายเพื่อหนีจากภาระของเขาเหมือนกัน อ่าน โยบ 3 โยบรู้
สึกอย่างไรในแต่ละข้อต่อไปนี้
 ข้อ 24
 ข้อ 25
 ข้อ 26
7. สรุปลงได้ในประโยคเดียวว่าพระเจ้าตอบโยบว่าอย่างไร ในหนังสือ
โยบ 38:4-13
8. พระเจ้าทรงสำแดงความรักและการให้อภัยต่อโยบอย่างไร (42:10)
9. คุณคิดว่าคุณเหมือนใครมากที่สุด โมเสส เปโตร หรือ โยบ คุณคิดว่า
พระเจ้าจะปลอบโยนคุณเหมือนกับที่พระองค์ปลอบโยนคนของพระองค์
เหล่านั้นไหม

ทางเลือก

การฆ่าตัวตายเป็นความพยายามที่สิ้นหวังเพื่อหลบหนีการมีชีวิตอยู่จากการทำแท้ง
ยังมีทางเลือกอื่นอีกทางหนึ่ง

1. ข้อพระคัมภีร์เหล่านี้กล่าวถึงชีวิตของคุณในฐานะคริสเตียนไว้อย่างไร
 2 โครินธ์ 5:7
 กาลาเทีย 2:20

2. ในหนังสือยอห์น 10:10 เปรียบเทียบซาตานเหมือนกับขโมย มันอยากทำอะไรคุณ
3. พระเยซูมาเพื่อมอบชีวิตแบบใหม่ให้กับคุณ
ยอห์น 10:10
ยอห์น 5:24

ทบทวน

ให้ทบทวนบทนี้ในหัวข้อ ความซึมเศร้าและให้สรุปว่าคุณรู้สึกอย่างไรในเวลาแห่งความซึมเศร้าและคุณจะจัดการกับความรู้สึกแบบนี้อย่างไรในอนาคตด้วยการเติมประโยคเหล่านี้ให้สมบูรณ์

ฉันได้เรียนรู้หนึ่งอย่างเกี่ยวกับความรู้สึกผิดของตัวเองคือ

วิธีใหม่หนึ่งวิธีที่ฉันได้เรียนรู้ที่จะรับมือกับความวิตกกังวลคือ

ฉันมีแนวโน้มที่จะซึมเศร้าเวลาที่ฉันคิดถึง...

เมื่อฉันพบว่าตัวเองซึมเศร้า ฉันวางแผนที่จะ...

เวลาที่ฉันรู้สึกอยากฆ่าตัวตายคือ....

ฉันมีความหวังถึงชีวิตใหม่เมื่อฉันรู้สึกอยากฆ่าตัวตาย เพราะว่า

แนวทางการอภิปรายกลุ่ม ความซึ้งเศร้า

รอบเปิด

เมื่อนั่งซึ้งเศร้า ฉัน.....

อธิฐานเปิด

ข้อท่อนพระคัมภีร์

พระองค์เอาพวกเขาออกมาจากความมืดมิดราวกับความตาย
และตัดโซ่ตรวนที่มัดตัวเขาออกเสีย
ขอให้พวกเขาขอบคุณพระยาห์เวห์สำหรับความรักมั่นคงขอพระองค์
และสิ่งน่าทึ่งทั้งหลายที่พระองค์ทำให้กับมวลมนุษย์
สดุดี 107:14-15

คำถามเพื่อการอภิปราย

1. ความรู้สึกอะไรบ้างถ้าไม่ได้แสดงออกมาสามารถนำไปสู่ความหดหู่
2. ในสังคมของเรามีทางไหนบ้างที่เราแสดงออกถึงความเศร้าโศก
3. คุณแสดงออกถึงความเศร้าโศกจากการทำแท้งของคุณอย่างไรบ้าง
4. ทำไมคุณถึงคิดว่าความรู้สึกอยากฆ่าตัวตายถูกเชื่อมโยงอย่างใกล้ชิดกับการทำแท้ง
5. พระเจ้ารักษาความซึ้งเศร้าอย่างไรบ้าง

รอบปิด

หนึ่งสิ่งที่ฉันได้เรียนรู้เกี่ยวกับความซึ้งเศร้าของฉันคือ

อธิฐานปิด

บทที่ 7

ได้รับการให้อภัยและปลดปล่อยให้เป็นอิสระ

ดังนั้นถ้าพระบุตรปลดปล่อยให้คุณเป็นอิสระ

คุณก็จะเป็นอิสระจริงๆ

ยอห์น 8:36

หลายครั้งที่เราพบว่าผู้หญิงมักจะยอมรับการให้อภัยจากพระเจ้าได้ยาก หลังจากการทำแท้ง พวกเขายังคงยอมให้ตัวเองถูกประณาม พวกเขาได้ร้องขอการให้อภัยของพระเจ้าแต่พวกเขายอมรับมันได้ยาก พวกผู้หญิงที่เสียใจต่อการตัดสินใจในการทำแท้งของเธออาจจะต่อสู้กับความรู้สึกไม่มีคุณค่าที่ได้ตัดสินใจแบบนี้ไป หลายคนคิดว่าพวกเขาถูกรัดด้วยผ้าสักหลาดสีแดง แต่อีกหลายคนอาจจะพยายามทำหลายสิ่งหลายอย่างเพื่อให้ได้รับการให้อภัย

พระเจ้าได้ส่งพระบุตรของพระองค์เพื่อปลดปล่อยเราให้เป็นอิสระจากพันธนาการแห่งความบาปของเรา ความรู้สึกไม่ได้รับการให้อภัยนั้นบ่อยครั้งมักจะเกิดจากความรู้สึกผิด พวกเราได้รับการปลดปล่อยให้เป็นอิสระจากพันธนาการนี้แล้วเมื่อเราได้ตระหนักตั้งแต่แรกถึงการมีอยู่ของความบาป เมื่อเราตระหนักถึงความบาปว่ามันเป็นแหล่งของความรู้สึกผิด ให้เราได้นำเอาความจริงจากพระคำของพระเจ้ามาใช้กับชีวิตของเรา ถ้าเราไม่เชื่อและฟังคำแห่งความจริงของพระเจ้าซึ่งเกี่ยวข้องกับความบาปของเรา เราก็จะยังคงตกอยู่ในพันธนาการทางอารมณ์นั้น มันจะทำให้เราพิการทางอารมณ์ด้วยความรู้สึกผิดและไร้ค่า แต่ถ้าเราเชื่อและทำตามพระคำของพระเจ้า เราก็จะได้รับการปลดปล่อยให้เป็นอิสระจากพันธนาการทางอารมณ์และเริ่มเดินในทางสว่างของการให้อภัยและความรักจากพระเจ้า

ทาสของความบาป

1. การทำความเข้าใจ ว่าจิตวิญญาณเราอยู่ที่ไหนเมื่อเราเลือกการทำแท้ง อาจจะช่วยให้เรายอมรับการให้อภัยจากพระเจ้า ถ้าคุณไม่ใช่คริสเตียนตอนที่คุณเลือกการทำแท้ง ข้อพระคัมภีร์ ข้างล่างนี้ช่วยให้คุณเข้าใจถึงเหตุผลที่คุณตัดสินใจทำได้อย่างไรบ้าง
ยอห์น 8:42-45
เอเฟซัส 4:17-18
โคโลสี 1:21
ติตัส 3:3
2. จากข้อพระคัมภีร์ข้างบนนี้ ข้อไหนที่อธิบายถึงความเข้าใจทางฝ่ายจิตวิญญาณ ในขณะที่คุณทำแท้งได้ดีที่สุด
3. ถ้าคุณได้รู้จักพระเยซูในเวลาที่คุณทำแท้ง ข้อพระคัมภีร์ข้างล่างเหล่านี้ช่วยให้คุณเข้าใจเหตุผลของคุณในการเลือกการทำแท้งขณะที่คุณเป็นคริสเตียนได้อย่างไร
อิสยาห์ 29:13
เยเรมีย์ห์ 7:21-24
โรม 7:18
1 เปโตร 5:8-9
4. จากข้อพระคัมภีร์ข้างบนนี้ ข้อไหนที่อธิบายถึงสภาพทางฝ่ายจิตวิญญาณในขณะที่คุณทำแท้งได้ดีที่สุด
5. คุณได้ขอให้พระเจ้ายกโทษให้กับการที่คุณเอาชีวิตของคุณไปหรือยัง

6. จากหนังสือ 1 ยอห์น 1:9 พระเจ้ามีความสัตย์ซื่อต่อการทำอะไรถ้าเราสารภาพความบาปของเรา
7. คุณยังคง “ไม่รู้สึกรู้สา” ถึงการได้รับการให้อภัยอีกหรือไม่ การให้อภัยไม่ได้ขึ้นอยู่กับความรู้สึกต่างๆ เราต้องเชื่อ ว่าเราได้รับการให้อภัยแล้ว เราได้รับการให้อภัย เพราะเรามีความเชื่อในพระเจ้าแห่งความรักและการให้อภัย คุณกำลังรอให้ “รู้สึกรู้สา” ถึงการให้อภัย หรือคุณกำลังเดินในทางของการให้อภัยโดยความเชื่อ

ทาสของพระเจ้า

คุณเป็นทาสของความบาปมาก่อนที่คุณจะยอมรับพระเยซู เมื่อคุณเริ่มติดตามพระเยซู การที่คุณก้าวเดินด้วยความเชื่อและให้พระเยซูเป็นองค์เจ้าชีวิต เมื่อนั้นคุณได้กลายเป็นทาสของพระองค์แล้ว

1. อ่านหนังสือโรม 6:15-23 คุณได้รับผลกระทบอะไรบ้างจากการเป็นทาสของความบาป จากข้อพระคัมภีร์ข้างล่างนี้
 - ข้อ 16
 - ข้อ 19
 - ข้อ 20
 - ข้อ 21
 - ข้อ 23
2. คุณได้ประโยชน์อะไรบ้างจากการเป็นทาสของพระเจ้า
 - ข้อ 16
 - ข้อ 18
 - ข้อ 19
 - ข้อ 22
 - ข้อ 23

3. คุณได้รับการปลดปล่อยให้เป็นอิสระจากอะไร (วิวรณ์ 1:4-6)
4. ใครปลดปล่อยคุณให้เป็นอิสระ และ คุณรักษาอิสระนั้นไว้อย่างไร (ยอห์น 8:31-36)
5. มีอะไรบ้างที่คุณอยากได้รับการปลดปล่อยให้เป็นอิสระจากประสบการณ์ในการทำแท้ง

การต่อสู้เพื่ออิสรภาพ

เมื่อได้รับการให้อภัยแล้ว ก็ไม่มีความจำเป็นต้องรู้สึกผิดอีกต่อไป พระเจ้าต้องการให้คุณเดินในทางของการให้อภัยของพระองค์ พระองค์ต้องการให้คุณยอมรับมันเป็นของขวัญ มีอะไรอีกบ้างไหมที่คุณได้ปฏิเสธตัวเองเนื่องจากการทำแท้ง คุณได้ลงโทษตัวเองไปแล้วอะไรบ้าง ความต้องการลงโทษตัวเองเหมือนเป็นการบอกกับพระเจ้าว่า การเสียสละของพระบุตรพระองค์ไม่เพียงพอที่จะลบล้างบาปของคุณเองได้ มีทางไหนอีกบ้างไหมที่พระเจ้าสามารถทำได้เพื่อลบล้างบาปนั้นของคุณ

1. คุณรู้สึกถึงการประณามต่อความบาปของคุณในอดีตบ้างไหม ถ้ารู้สึก คุณต้องทำอะไรบ้างเพื่อเป็นอิสระจากการประณามนั้น (โรม 8:1-4)
2. ศัตรู สามอย่างที่ขัดขวางคุณไม่ให้เดินในทางของการให้อภัย คือ มาร เนื้อหนังของคุณ และโลกนี้ให้อ่านข้อพระคัมภีร์เหล่านี้แล้วจดบันทึกว่าศัตรูเหล่านี้ขัดขวางคุณอย่างไรบ้างและวิธีการที่จะเอาชนะมัน
 - วิธีการที่มารใช้
 - 1 เปโตร 5:8-9
 - วิวรณ์ 12 :10-11
 - วิธีในการเอาชนะมาร
 - เอเฟซัส 6:10-18

- เนื้อหาทำงานขัดขวางคุณอย่างไร

1 เปโตร 5:8-9

- วิธีในการเอาชนะเนื้อหา

2 โครินธ์ 10:5

- โลกต่อสู้กับคุณอย่างไรบ้าง

1 ยอห์น 2:15-16

ยอห์น 15:18-19

- วิธีในการเอาชนะโลก

1 ยอห์น 5:3-5

3. จากทั้งหกด้านข้างบน คุณกำลังต่อสู้กับอันไหนมากที่สุด ให้เจาะจงสิ่งที่คุณจะทำในอาทิตย์นี้เพื่อจะเอาชนะมัน

โซ่ตรวนแห่งการชดเชย

คุณเคยพยายามทำหลายอย่างเพื่อให้ได้รับการให้อภัยไหม ผู้หญิงหลายคนพยายามชดเชยความรู้สึกผิดจากการทำแท้งด้วยการมีลูกอีกทันทีหลังจากการทำแท้งนั้น หลายคนกลายเป็นยอดมนุษย์แม่หรือไม่ก็กลายเป็นคนบ้างาน การพยายามชดเชยความผิดและความรู้สึกที่ไม่ได้รับการให้อภัยมันมักจะไปด้วยกัน

1. ใช้พจนานุกรม หาความหมายของคำว่า ชดเชย

2. อะไรคือทางเดียวเท่านั้นที่ความบาปของเราจะได้รับการชดเชย (โรม 3:23-25)
3. คุณกำลังหาทางได้รับการให้อภัยอยู่หรือไม่ มีทางไหนที่คุณได้ลองทำไปแล้วบ้าง
4. จากแผนงานของพระเจ้านั้น การได้รับการให้อภัยจากความบาปทำได้อย่างไร

เอเฟซัส 2:1-9

ดีดัส 3:5

ฮ็อนและตะปูแห่งการชดใช้

เราไม่สามารถทำสิ่งต่างๆเพื่อให้ได้รับการให้อภัยแต่เราสามารถทำงานเพื่อพระเจ้าเพราะเราได้รับการให้อภัยแล้ว เราไม่สามารถแทนที่ชีวิตที่สูญเสียชีวิตไปแล้วจากการทำแท้ง แต่เราสามารถทำการชดใช้ให้กับสิ่งที่ทำลงไปแล้วได้ เราสามารถช่วยเหลือผู้หญิงคนอื่นๆที่ต้องการการให้กำลังใจและสนับสนุนจากเรา เรายอมใช้ความสามารถพิเศษและพรสวรรค์ของเราเพื่อพระเจ้าจะใช้เราในงานของพระองค์

1. ใช้พจนานุกรมหาความหมายของคำว่า ชดใช้
2. ข้อพระคัมภีร์ข้างล่างนี้มีตัวอย่างของการชดใช้ ให้หาว่าการชดใช้ทำได้อย่างไรในแต่ละกรณี

กันดารวิถี 5:5-8

เอเฟซัส 4:28

ลูกา 19:5-8

3. พระเจ้ามีแผนงานอะไรกับชีวิตคุณหลังจากที่คุณได้สารภาพความบาปต่อพระองค์ (ฮีบรู 9:14-15)
4. มีอะไรบ้างที่คุณอยากทำเพื่อเป็นการรับใช้เมื่อคุณได้รับการให้อภัยแล้ว

การยืนยันมั่นคงใจของการให้อภัย

1. คุณพูดด้วยความมั่นใจได้ใหม่ว่า “ฉันได้รับการให้อภัยแล้ว” การยืนยันมั่นคงใจในความรักและการให้อภัยของพระเจ้าได้ถูกกล่าวไว้เพิ่มเติมในหนังสือสวดติ 103 ให้เขียนแต่ละข้อขึ้นมาใหม่โดยขึ้นต้นประโยค ด้วย “ฉันได้รับการให้อภัยแล้ว เพราะว่า” หรือ “ฉันถูกรัก เพราะว่า.....” ยกตัวอย่าง เช่น ข้อ 3 อาจเขียนใหม่ได้คือ “ฉันได้รับการให้อภัยแล้วเพราะว่าพระองค์ให้อภัยต่อความบาปทั้งหมดของฉัน”

ข้อ 4

ข้อ 5

ข้อ 8

ข้อ 9

ข้อ 10

ข้อ 11

2. คุณอยู่ไกลแค่ไหน เมื่อพระองค์ยกเอาความบาปของคุณออกไป (สดุดี 103:12)
3. พระเจ้าทำอะไรหลังจากที่พระองค์ให้อภัยต่อความบาปทั้งหมดของคุณ (อิสยาห์ 43:25)

สรรพสิ่งใหม่ในพระเยซู

ถ้าคุณอยู่ในพระคริสต์ คุณก็เป็นสิ่งที่ถูกสร้างขึ้นใหม่ จากข้อพระคัมภีร์ข้างล่างนี้เป็นคำบรรยายว่าคุณคือใครในพระคริสต์

1. จดบันทึกโดยอ้างจากข้อพระคัมภีร์เหล่านี้ว่าคุณเป็นใครถ้าคุณได้ยอมรับพระเยซูเป็นองค์เจ้าชีวิตแล้วและบอกด้วยว่าแต่ละข้อต่อไปนี้มีคามหมายต่อคุณโดยส่วนตัวอย่างไรบ้าง

2 โครินธ์ 5:20

1 เปโตร 2:9

1 เปโตร 2:11

2. เรามีตำแหน่งอะไรในครอบครัวของพระเจ้า จงอธิบายว่าข้อพระคัมภีร์แต่ละข้อต่อไปนี้มีคามหมายต่อคุณโดยส่วนตัวอย่างไร

เอเฟซัส 1:5

โรม 8:17

3 .คุณมีตำแหน่งอะไรในครอบครัวของคุณ อะไรคือข้อแตกต่างระหว่างการอยู่ในครอบครัวของพระเจ้าและการอยู่ในครอบครัวของคุณ

ตอนนี้ลูกของคุณอยู่ที่ไหน

การทำแท้งเป็นการจบแผนงานของพระเจ้าสำหรับการมีอยู่ทั้งทางร่างกายและจิตวิญญาณบนโลกใบนี้ ข้อพระคัมภีร์ข้างล่างนี้สอนเราเกี่ยวกับการมีอยู่ทั้งทางร่างกายและจิตวิญญาณในสวรรค์

1. อ่าน 2 ซามูเอล 12:15-23 ทำไมกษัตริย์ดาวิดถึงอดอาหารและร้องไห้คร่ำครวญ การกษัตริย์ดาวิดให้เหตุผลอะไรในการหยุดอดอาหาร (ข้อ 22-23)
2. กษัตริย์ดาวิดบอกเป็นนัยว่าเขาจะเจอลูกชายของเขาที่ไหน
3. จากข้อพระคัมภีร์นี้บอกเกี่ยวกับจิตวิญญาณของคนที่ยาแล้วไว้ว่าอย่างไร (ปัญญาจารย์12:6-7)
4. เปาโลพูดถึงคนที่ตายไปแล้วไว้ว่าอย่างไร (2โครินธ์ 5:6-8)
5. ลูกของคุณตอนนี้อยู่ที่ไหน คุณเชื่อว่าลูกของคนที่ถูกทำแท้งอยู่บนสวรรค์หรือไม่ อธิบายเหตุผลด้วย

6. คุณคิดว่า คุณจะจำลูกของคุณในสวรรค์ได้หรือไม่ คุณจะรู้สึกอย่างไรเมื่อคุณพบกับลูกของคุณ คุณนึกภาพเค้าออกหรือไม่
7. จากหนังสือวิวรณ์ 22 :3-4 เราจะได้พบกับบางคนและเขาชื่อใคร
8. คุณจินตนาการณ์อย่างไรเกี่ยวกับสวรรค์สำหรับลูกของคุณ

ลูกของคุณ

ผู้หญิงพบว่า การตั้งชื่อลูกจะช่วยให้เธอพิสูจน์ได้ว่า เธอได้สูญเสียลูกไปแล้ว ผู้หญิงหลายคนรู้สึกสะเทือนอารมณ์อย่างมากเมื่อเธอได้ตั้งชื่อลูกที่เธอได้ทำแท้งไป บ่อยครั้งที่การทำแท้งทำให้ผู้หญิงมีความสับสนทางอารมณ์เป็นอย่างมากเช่นเดียวกับที่ความบอบช้ำทางจิตใจจากการทำแท้งมีความกำกวมกับโศกนาฏกรรมแห่งการสูญเสียของเธอ การตั้งชื่อลูกจะช่วยให้เกิดการจดลำดับความวุ่นวายทางอารมณ์ ช่วยจดจ่อต่อความเศร้าโศกเสียใจและเปิดประตูน้ำแห่งความเศร้าโศกที่ไม่ได้แสดงออกมาในหลายปีที่ผ่านมา ให้ได้รับการปลดปล่อย ชื่อช่วยกอบกู้ศักดิ์ศรีของภาพลักษณ์ที่เสียหายของลูกที่ยังไม่ได้เกิดมา ถ้าลูกของคุณได้เกิดมาเขาหรือเธอจะต้องมีชื่อ แบบฝึกหัดข้างล่างต่อไปนี้ มีจุดมุ่งหมายที่จะช่วยให้คุณจดจ่อกับความโศกเศร้า ปลดปล่อยอารมณ์ความรู้สึกและตั้งชื่อให้กับลูกของคุณ

1. ให้คุณหาเวลาที่จะอธิษฐานโดยไม่ถูกรบกวน ใช้เวลาอย่างเต็มที่ ขอพระเจ้าให้ช่วยคุณเข้าใจว่าลูกของคุณคือใคร บอกพระเจ้าทุกสิ่งทุกอย่างที่คุณต้องการจะพูดกับลูกของคุณ ตั้งชื่อให้กับลูกของคุณ หลังจากนั้นให้อุทิศลูกของคุณให้องค์เจ้าชีวิตดูแล
2. เขียนจดหมายถึงพระเจ้าเกี่ยวกับเรื่องที่คุณได้ทำแท้งโดยใช้หนึ่งประโยคหรือทุกประโยคข้างล่างต่อไปนี้

พระบิดาเจ้า,

สิ่งหนึ่งที่ข้าพระองค์ไม่เคยได้บอกกับลูกของข้าพระองค์คือ

สิ่งหนึ่งที่ข้าพระองค์ไม่มีโอกาสได้ทำให้กับลูกของข้าพระองค์คือ

สิ่งหนึ่งที่ข้าพระองค์กลัวอยู่เสมอคือ

ข้าพระองค์เจ็บปวดมากที่สุดเมื่อนึกถึง

สิ่งหนึ่งที่ข้าพระองค์เสียใจอยู่เสมอคือ

ข้าพระองค์อยากตั้งชื่อลูกของข้าพระองค์ว่า

เมื่อข้าพระองค์ได้เจอกับลูกของข้าพระองค์บนสวรรค์ข้าพระองค์อยากจะ

3. เพื่อเป็นการขอบคุณองค์เจ้าชีวิตที่ดูแลลูกของคุณ ให้คุณสร้างสรรค์บางสิ่งบางอย่างโดยใช้ความสามารถพิเศษของคุณ อาจจะเป็นการแต่งกลอน การเต้น การวาดภาพ บทเพลง งานปั้น คุณอาจจะปลูกต้นไม้หรือทำสวนและรดน้ำพรวนดินมันเพื่อเป็นที่ระลึกถึงลูกของคุณและความกตัญญูต่อองค์เจ้าชีวิตของเรา

ทบทวน

จงเติมประโยคข้างล่างต่อไปนี้ให้สมบูรณ์เพื่อสรุปในสิ่งที่เรียนรู้เกี่ยวกับการให้อภัยในบทนี้

1. ฉันได้รับการให้อภัยเพราะว่า
2. ฉันไม่จำเป็นต้องลงโทษตัวเองอีกต่อไปเพราะว่า
3. เนื่องจากฉันได้รับการให้อภัยแล้วฉันอยากจะ
4. ลูกของฉันคือ

แนวทางอภิปรายกลุ่ม

ได้รับการให้อภัยและปลดปล่อยให้เป็นอิสระ

รอบเปิด

ฉันอยากจะได้รับการให้อภัยสำหรับ

อธิฐานเปิด

ข้อท่องพระคัมภีร์

1 ยอห์น 3:19-20

แบบนี้เราถึงแน่ใจว่าเราอยู่ฝ่ายความจริง ถึงแม้ว่าบางครั้งใจของเราอาจจะฟ้องว่าเราผิด แต่เราก็ยังสามารถที่จะมีสันติสุขต่อหน้าพระเจ้าได้ เพราะพระเจ้านั้นยิ่งใหญ่กว่าใจเรา และพระองค์รู้ทุกสิ่งทุกอย่าง

คำถามเพื่อการอภิปราย

1. คุณรู้ได้อย่างไรเมื่อพระเจ้าได้ให้อภัยคุณแล้ว
2. มันเป็นไปได้ไหมที่จะทำงานเพื่อให้ได้รับการให้อภัย พระเจ้าให้อภัยเราได้อย่างไร
3. มีเหตุผลอะไรบ้างที่ยากสำหรับผู้อื่นจะยอมรับการให้อภัยจากพระเจ้าหลังจากการทำแท้ง

4. มีอะไรบ้างที่คนเราเปลี่ยนเมื่อเขาได้รับพระคริสต์ เขาได้กลายเป็นใคร
5. คุณเชื่อว่าตอนนี้ลูกของคุณอยู่ที่ไหน
6. การได้รับอนุญาตให้เสร้างาน คุณมีความปรารถนาในจิตใจอะไรบ้างต่อลูกที่ไม่ได้เกิดของคุณ

รอบปิด

เนื่องจากสิ่งที่พระเยซูได้ทำเพื่อฉัน ฉันไม่จำเป็นต้อง.....อีกต่อไปแล้ว

อธิฐานปิด

บทที่ 8

การยอมรับ

อิสยาห์ 43:18-19

พระองค์พูดว่า “ไม่ต้องจดจำถึงสิ่งที่เกิดขึ้นไปแล้ว
หรือไปคิดถึงอดีต ดูลี เรากำลังจะทำสิ่งใหม่
และตอนนี้มันกำลังเกิดขึ้นแล้วเจ้าไม่เห็นหรือ
เราจะทำทางในทะเลทรายและให้พวกแม่น้ำในที่แห้งแล้ง

ในขั้นตอนของการยอมรับ ผู้หญิงยอมรับว่าการทำแท้งเป็นการจบชีวิตของเด็กที่ยัง ไม่ได้เกิด พวกเขาเรียนรู้วิธีการใหม่ๆที่จะตอบสนองต่อความรู้สึกผิดและความเศร้าโศกหลังจากการทำแท้ง พวกเขายอมรับว่าการทำแท้งเป็นส่วนหนึ่งของอดีต พวกเขาไม่ต้องจมอยู่กับความทรงจำที่เจ็บปวดและไม่ต้องซ่อนมันไว้อีกต่อไป พวกเขาได้แสดงออกทางอารมณ์ถึงความเศร้าโศกและไม่ถูกมันกัดกินอีกต่อไป พวกเขามีความหวังว่าพวกเขาจะได้พบกับลูกของเธอในสวรรค์และรอคอยวันนั้นอย่างใจจดใจจ่อ

ในขั้นนี้ผู้หญิงได้เป็นอิสระโดยการให้อภัยกับคนที่ทำให้เธอเจ็บปวด พวกเขาเปิดใจที่จะอธิษฐานเผื่อคนเหล่านั้น และรักพวกเขา การให้อภัยคนอื่นเป็นการตัดรากของความขมขื่น การยอมรับการให้อภัยของพระเจ้าทำให้พวกเขาก้าวออกมาจากหมอกดำของความหดหู่และการ พันผูกของความรู้สึกผิด และก้าวเข้าสู่ความชื่นชมยินดีในองค์เจ้าชีวิตเพื่อมีชีวิตอย่างที่พระเจ้าต้องการให้พวกเขาเป็นชีวิตที่ถวายเกียรติให้แก่พระเจ้า

ความหวังของเรา

1. จากทุกหยดน้ำตาและความเจ็บปวดความหวังที่ยิ่งใหญ่ที่คุณตั้งตารอคืออะไร

อิสยาห์ 25:8

อิสยาห์ 35:10

มัทธิว 5:4

2. จากหนังสือ 1ทิโมธี 4:10 คุณฝากความหวังไว้ที่ใคร

3. ในอนาคตเมื่อประสบการณ์ความเจ็บปวดของคุณกลับมาหาคุณอีกคุณ
สามารถหาความหวังและการหนุนใจจากที่ไหนได้บ้าง (โรม15:4)

4. จากหนังสือสดุดี 119:50-52 ผู้แต่งได้รับการปลอบประโลมใจเมื่อเขาเจ็บ
ปวดจากที่ไหน

5. ถอดความคำอธิษฐานของเปาโลสำหรับตัวคุณเองจากหนังสือโรม 15:13

6. ในด้านไหนของชีวิตคุณ ที่คุณพบว่ามีความหวังใหม่ได้เกิดขึ้นจากความเศร้า
โศกเสียใจจากการทำแท้ง

การให้อภัยด้วยการกระทำ

ถ้าคุณบอกว่าคุณได้ให้อภัยคนเหล่านั้นที่ทำให้คุณเจ็บปวดแล้วคุณ
จำเป็นต้องแสดงออกด้วยการกระทำด้วย

1. จากหนังสือ 2 โครินธ์ 5-8 คุณจะแสดงว่าคุณให้อภัยด้วยการกระทำได้อย่างไร
2. คุณจะแสดงว่าคุณรักคนอื่นได้อย่างไร (ยอห์น 15:12)
3. คุณจะสามารกรักคนอื่นได้อย่างไร (1ยอห์น4:19)
4. ใครเป็นคนมอบความรักที่คุณจำเป็นต้องมีต่อคนอื่นให้กับคุณ (โรม 5:5)

จากความรู้สึกผิดสู่ความชื่นชมยินดี

เมื่อคุณได้ขอมรับการให้อภัยจากพระเจ้าในชีวิตของคุณแล้วความชื่นชมยินดีก็จะมาแทนที่ความรู้สึกผิด

1. หลังจากที่ถูกซาตริย์เดวิดได้ขอมรับการให้อภัยจากพระเจ้าแล้วเขาได้ทำอะไร จากหนังสือสดุดีข้างล่างเหล่านี้

สดุดี 16:11

สดุดี 30:11-12

2. หนังสือโยบ 20:5 กล่าวถึงสิ่งที่เกิดขึ้นกับความชื่นชมยินดีของคนที่ไม่รู้จักองค์เจ้าชีวิตอย่างไร
3. ในหนังสือ 1 เปโตร 1:1-9 ทำไม “คนต่างด้าวในโลกนี้” ถึงมีความชื่นชมยินดี “มากเกินคำบรรยาย”

4. ให้อธิบายความรู้สึกครั้งล่าสุดที่คุณรู้สึกชื่นชมยินดีมากเกินไปจนคำบรรยาย
5. คุณรู้สึกชื่นชมยินดีกับใคร (โรม 12:15)
6. ในช่วงเวลาที่คุณโศกเศร้าคุณสามารถที่จะมีความชื่นชมยินดีไปกับคนที่รู้สึกชื่นชมยินดีใหม่
7. ขั้นตอนสามขั้นอะไรที่คุณสามารถทำได้เพื่อให้ความชื่นชมยินดีของคุณสำเร็จสมบูรณ์ (ยอห์น 15:9-12)

ข้อ 9

ข้อ 10

ข้อ 12

8. โดยยึดจากข้อพระคัมภีร์ในหนังสือยอห์น คุณสามารถทำอะไรในอาทิตย์นี้เพื่อที่จะนำความชื่นชมยินดีกลับมาในชีวิตของคุณ

ทิศทางใหม่

จากผู้หญิงที่รู้สึกผิดมาเป็นผู้หญิงที่มีความชื่นยินดี ตาของเธอปราศจากความเจ็บปวดและกำลังแสวงหาพระพักตร์ขององค์เจ้าชีวิตและทิศทางของพระเจ้าเพื่อการรักษาด้วยการอธิษฐานและพระคำของพระองค์และแผนงานของพระเจ้าสำหรับชีวิตของเธอ เธอแสวงหาทางของพระเจ้าด้วยสิ้นสุดใจทางที่พระองค์ต้องการเพื่อเปลี่ยนความบาปในชีวิตของเธอให้กลายเป็นการอวยพรที่ชาวบริสุทธ์ดั่งหิมะ

การไว้วางใจในพระเจ้าจะทำให้ทุกสิ่งทุกอย่างทำงานด้วยกันเพื่อสิ่งที่ดีรวมถึงการทำแท้งของเธอด้วย

คุณรู้สึกว่าคุณได้ทำลายแผนงานของพระเจ้าในชีวิตของคุณเพียงเพราะคุณเลือกการทำแท้งหรือไม่

คุณรู้สึกเจ็บปวดไหมเมื่อคิดว่าชีวิตของคุณจะเป็นยังไงถ้าคุณแค่เลือกอีกทางที่ไม่ใช่การทำแท้ง

1. อ่านคำพยานของเปาโลในหนังสือกิจการ 26:4-29 จงอธิบายว่าคุณคิดว่าเปาโลรู้สึกอย่างไรเมื่อเขาพูดถึงเรื่องเกี่ยวกับในอดีตที่เขาได้กดขี่ข่มเหงคริสเตียน (ข้อ 9-11)
2. พระเจ้าบอกเปาโลเกี่ยวกับแผนงานที่พระองค์มีให้ในชีวิตของเขาอย่างไร (ข้อ 16-18)
3. เปาโลได้ใช้เรื่องราวในอดีตของเขาเพื่อทำให้แผนงานของพระเจ้าสำหรับชีวิตของเขาสำเร็จได้อย่างไร (ข้อ 29)
4. จงเปรียบเทียบประสบการณ์ชีวิตของคุณกับของเปาโล มีความคล้ายคลึงและความแตกต่างอะไรบ้าง (ข้อ 4-11)
5. .คุณจะสามารถใช้เรื่องราวในอดีตของคุณเพื่อถวายเกียรติให้กับพระเจ้าเหมือนกับที่เปาโลทำในหนังสือกิจการ 26:29 ได้อย่างไร

6. คุณคิดว่ามีความแตกต่างอะไร ระหว่างการพยายามที่จะลืมเกี่ยวกับการทำแท้งของคุณและคำพูดของเปาโลในหนังสือฟิลิปปี 3:13-14
7. คำสัญญาอะไรที่พบได้ในหนังสืออิสยาห์ 43:18-19 ที่สนับสนุนหนังสือฟิลิปปี 3:13-14
8. แผนงานชนิดไหนที่องค์เจ้าชีวิตได้มีให้กับชีวิตของคุณ (เยเรมีย์ 29:11-14)
9. อะไรคือสามอย่างที่เราจะทำเมื่อเราเชื่อในจิตใจว่าพระเจ้ามีแผนงานในอนาคตสำหรับเรา (ข้อ12)
10. คุณควรมีทัศนคติอย่างไรเมื่อคุณแสวงหาพระเจ้า (ข้อ13)
11. พระเจ้าเรียกคุณให้ทำงานรับใช้อะไร (2 โครินธ์ 5:17-19)

การเริ่มใหม่

1. ผ่านทางบาดแผล ความทุกข์ทรมาน ความเจ็บปวดใจ และเส้นทางต่างๆ ของการมองที่ความจริงของประสบการณ์ในการทำแท้งของคุณ จงบอกโยชน์ที่คุณได้รับมา 1 อย่าง (2 โครินธ์ 1:3-4)
2. เพื่อสรุปความรู้สึกของคุณขึ้นการยอมรับ ให้คุณเติมประโยคเหล่านี้ให้สมบูรณ์

สิ่งหนึ่งที่ฉันไม่สามารถยอมรับได้ในตอนนั้นแต่ในตอนนี้นั้นฉันสามารถยอมรับได้แล้วคือ...

ในอนาคตถ้าฉันต้องเผชิญกับความรู้สึกเจ็บปวดฉันจะ...

ฉันได้ให้อภัย _____ (ชื่อ) _____ ที่เขา

ฉันได้ให้อภัยตัวเองแล้วสำหรับ...

ฉันได้ยอมรับการให้อภัยของพระเจ้าสำหรับ...

ตอนนี้ฉันมีความหวังว่า...

ตอนนี้ฉันมีความชื่นชมยินดีใน...

ฉันรู้สึกขอบคุณสำหรับ...

ทางหนึ่งที่ฉันได้เติบโตขึ้นคือ...

ทางหนึ่งที่ฉันสามารถช่วยเหลือคนอื่นให้เติบโตได้คือ...

ตอนนี้ฉันได้วางแผนว่า...

แนวทางการอภิปรายกลุ่ม การยอมรับ

รอบเปิด

ในตอนนี้อย่างหนึ่งที่ฉันได้ยอมรับเกี่ยวกับการทำแท้งของฉันคือ

อธิฐานเปิด

ข้อท่องพระคัมภีร์

แต่คุณได้อะไรบ้างจากการใช้ชีวิตแบบนั้น สิ่งที่คุณได้คือสิ่งที่คุณละอายกับมันตอนนี้ เพราะสิ่งเหล่านั้นนำไปถึงความตาย แต่ตอนนี้คุณได้เป็นอิสระจากบาปและมาเป็นทาสของพระเจ้าแล้ว ผลที่คุณจะได้รับคือความบริสุทธิ์ที่นำไปถึงชีวิตที่อยู่กับพระเจ้าตลอดไป

โรม 6:21-22

คำถามเพื่อการอภิปราย

1. ในอนาคตเมื่อคุณต้องเผชิญหน้ากับความทรงจำที่เจ็บปวดคุณวางแผนที่จะจัดการกับมันอย่างไร
2. คุณคิดว่าพระเจ้าอยากให้คุณทำอะไรกับพื้นที่ในชีวิตของคุณที่ได้รับการเยียวยารักษาแล้ว

3. 3.คุณมีแผนงานอะไรที่จะจัดการกับพื้นที่ในชีวิตของคุณที่ยังคงต้องการการ
เยียวยารักษาจากพระเจ้า

รอบปิด

สิ่งหนึ่งที่ฉันจะจดจำไว้เสมอเกี่ยวกับช่วงเวลาแห่งการเยียวยารักษาในครั้งนี้คือ

อธิฐานปิด

บทสรุป

ความทรงจำเกี่ยวกับประสบการณ์ทำแท้งของคุณจะกลับมา จงอย่าเสียกำลังใจ การเยียวยาของคุณจะไม่หายไปไหน เมื่อความทรงจำนั้นกลับมาให้ถามตัวเองว่าความคิดเหล่านั้นเป็นความเชื่อมั่นหรือเป็นข้อกล่าวหา มันเป็นความเชื่อมั่นของพระวิญญูณบรุษุทธิ์ของความบาปใหม่ที่จำเป็นต้องจัดการกับมันไหม หรือมันเป็นความบาปเก่าที่ซาตานกำลังกล่าวหาฉันอยู่ ถ้ามันเป็นพระวิญญูณบรุษุทธิ์ให้นำความคิดนี้มอบให้กับองค์เจ้าชีวิตในคำอธิฐาน แต่ถ้ามันเป็นซาตานที่กำลังกล่าวหาคุณอยู่ขอให้สู้กับมันและจำไว้ว่าคุณได้รับการให้อภัยและได้รับความรักอย่างแท้จริงโดยองค์เจ้าชีวิตของเราแล้ว

ให้อ่านพระคัมภีร์ไบเบิลเป็นประจำทุกวันด้วยจิตใจที่แสวงหาคำตอบในทุกอย่างที่คุณต้องการ ใคร่ครวญในสิ่งที่คุณอ่านเมื่อคุณกำลังพบว่าจิตใจของคุณกำลังเวียนวนอยู่ในความเจ็บปวดและความทรงจำเดิมๆ การท่องข้อพระคัมภีร์เป็นวิธีที่ดีมากที่จะช่วยให้คุณใส่ความจริงในจิตใจของคุณและปกป้องการเดินเข้าไปในความคลางแคลงใจหรือความไม่ไว้วางใจ

ให้เข้าร่วมกับคริสตจักรท้องถิ่นอยู่เป็นประจำ การนมัสการและการสามัคคีธรรมเป็นกลุ่มจำเป็นอย่างยิ่งสำหรับการเติบโตที่เข้มแข็งในองค์เจ้าชีวิต กลุ่มนมัสการจะช่วยคุณเข้าไปใกล้ชิดกับพระเจ้าโดยการสอนของศิษยาภิบาล การสามัคคีธรรมในกลุ่มเล็กๆ จะช่วยให้คุณต้องการของคุณได้รับการหนุนน้ำใจ

อย่าคาดหวังว่าความรู้สึกเศร้าโศกเสียใจของคุณจะหมดไปในช่วงเวลาอันสั้น ใช้เวลาตัวเองที่จะเยียวยารักษา เมื่อคุณเศร้า จงร้องไห้เถิด เมื่อคุณโกรธ จงอธิษฐานและคุยกับคนอื่นเกี่ยวกับความโกรธของคุณ อย่าปฏิเสธการมีอยู่ของอารมณ์ที่รุนแรงเหล่านี้เพราะมันจะทำให้ความเศร้าโศกยาวนานขึ้น อย่าเปรียบเทียบตัวเองกับคนอื่น ความโศกเศร้าเป็นกระบวนการของแต่ละบุคคลและเป็นส่วนตัว ให้แบ่งปันคำพยานของการเยียวยารักษา กับคนอื่นในสถานะที่คุณพยานของการให้อภัยและความรักจากพระเจ้าในชีวิตของคุณ

องค์เจ้าชีวิตเยียวารักษาโดยหลายๆทาง ผ่านทางคำอธิษฐาน พระคำ
ของพระองค์และการให้คำปรึกษา การศึกษาพระคัมภีร์นี้ได้หนุนน้ำใจให้คุณ
แสวงหาการเยียวยาจากพระคำของพระเจ้า ให้หาคุณอธิษฐานที่คุณสามารถพึ่งพาได้
ในเวลาที่คุณประสบปัญหา ให้รู้แหล่งที่คุณสามารถหาที่ปรึกษาที่เป็นคริสเตียนได้
ขอพระเจ้าอวยพรคุณ

