

# DODATEK A

re:generacja PODSTAWOWE PRZEKONANIA

Wierzmy, że przyjęcie poniższych prawd jest kluczem do tego, aby doświadczyć jedynej trwałej radości w życiu. Każda lekcja w programie re:generacja jest oparta na tych prawdach. Wiemy, że nie każdy, kto włącza się w program, będzie rozumiał czy akceptował te dogmaty. Re:generacja jest bezpiecznym miejscem, gdzie można uczciwie pracować nad pytaniami i wątpliwościami dotyczące tych prawd. Modlimy się za Ciebie, abyś pracując nad tym materiałem, zrozumiał, zaakceptował i nauczył się stosować te prawdy w każdej dziedzinie swojego życia i we wszystkich swoich relacjach. Prawda jest sprawą kluczową, a wierzymy, że to są podstawowe i najważniejsze prawdy.

**Biblia:** Wierzmy, że Biblia jest natchnionym, w każdym pojedynczym słowie, Słowem Boga, bezbłędnym w oryginalnych pismach, jak również najwyższym i ostatecznym autorytetem w kwestiach doktryny i praktyki. (2 List Tymoteusza 3:16-17; 2 List Piotra 1:21; Ewangelia Jana 17:17)

**Trójca:** Wierzmy, że jest jeden Bóg, że Ojciec, Syn i Duch Święty jest Bogiem, oraz że Ojciec, Syn i Duch Święty są odrębnymi osobami. (Ks. Powtórzonego Prawa 6:4; Ew. Mateusza 28:19-20; 2 Koryntian 13:14; 1 Koryntian 8:6; Kolosan 2:9; Dzieje 5:3-4)

**Jezus Chrystus:** Wierzmy, że Pan Jezus Chrystus, odwieczny Syn Boga, stał się człowiekiem, nie zaprzestając być Bogiem. Został poczęty z Ducha Świętego i narodził się z dziewicy Marii, aby móc objawić Boga, wypełnić prorocstwo i odkupić grzeszną ludzkość. Wierzmy, że zrealizował nasze zbawienie dzięki swej zastępczej ofierze na krzyżu, złożeniu w grobie i cielesnemu zmartwychwstaniu. Wierzmy, że nasze odkupienie i zbawienie są gwarantowane dzięki Jego prawdziwemu, cielesnemu powstaniu z martwych i że jest On jedyną drogą zbawienia (Ew. Jana 1:1. 14. 18; 14:6; Ew. Łukasza 1:35; List do Rzymian 3:24-26; 4:25; Dzieje Apostolskie 4:12; List do Filipian 2:5-8; 1 List do Tymoteusza 2:5). Wierzmy, że Jezus Chrystus jest widzialnym obrazem niewidzialnego Boga, pierworodnym wobec każdego stworzenia, stwórcą nieba i ziemi i Tym, który je podtrzymuje oraz Głową Kościoła. Wierzmy, że Jezus Chrystus jest teraz w niebie, wywyższony na prawicy Ojca, gdzie jako Arcykapłan dla swego ludu służy jako nasz Orędownik i wstawia się za nami (List do Kolosan 1:15-19; List do Hebrajczyków 1:3; 3:1; 7:23-25; 1 List Jana 2:1-2).

**Duch Święty:** Wierzmy, że Bóg Duch Święty jest osobą, która ogranicza działanie zła na świecie i przekonuje ludzi o grzechu, sprawiedliwości i sądzie. Mieszka we wszystkich, którzy wierzą w Jezusa. Od chwili, gdy ktoś uwierzy w Syna, Duch chrzci wierzących w jedno ciało, opieczętowuje ich na znak zbawienia, odradza do nowego życia, daje każdemu duchowe dary i jest w pełni obecny, aby nieustannie napełniać (kontrolować i prowadzić) tych, którzy są Jego własnością. (Ew. Jana 16:7-11; 3:8; 14:16-17; 1 Koryntian 12:4-11, 13; Efezjan 4:30; 5:18; 1 Tesaloniczan 5:19)

**Człowiek:** Wierzmy, że człowiek został stworzony jako niewinna istota na obraz i podobieństwo Boga, ale ten pierwszy człowiek zgrzeszył, ściągając na siebie i swoje potomstwo śmierć fizyczną i duchową (Ks. Rodzaju 1:27; 2:17; 3:19), i nie jest w stanie zrobić nic, aby zasłużyć na Bożą przychylność, stąd potrzebuje zbawienia (Izajasza 59:1-2; List do Rzymian 6:23). Wierzmy, że ludzkość w swej grzesznej naturze jest zbuntowana przeciwko Bogu i Jego dobremu planowi na życie i sposób oddawania Bogu czci (List do Rzymian 1:20-24; List do Efezjan 2:1-3). Bunt ludzkości wywołuje zamieszanie co do dobra i zła i krzywdzi ludzi, prowadząc ostatecznie do sądu, rozpacz i śmierci (Ks. Rodzaju 1:31; Galatów 5:16-21; 1 Koryntian 6:19-20; List Jakuba 1:13-15). Wierzmy, że Bóg stworzył ludzi na swój obraz i przypisał im konkretną płęć, męską (mężczyzna) i żeńską (kobieta), stwarzając ich odrębnymi istotami z seksualnego i biologicznego punktu widzenia, ale o tej samej godności i wartości osobistej (Ks. Rodzaju 1:26-28). Wierzmy, że Bóg ustanowił małżeństwo jako związek na całe życie jednego mężczyzny i jednej kobiety (Ks. Rodzaju 2:18; Ew. Mateusza 19:4-9; List do Efezjan 5:31-33). Ci, którzy akceptują Boży plan w kwestii seksu, płci biologicznej i małżeństwa i żyją według tego planu, doświadczają błogosławieństwa wynikającego z dobrego projektu Boga (Psalm 1:1-3; Psalm 128:1-4); a decyzyje, aby zmienić czy zmodyfikować Bożą wolę dla małżeństwa, seksu czy płci, są częścią cierpienia człowieka i prowadzą do rozpacz (List do Rzymian 1:21-22; List Jakuba 1:13-15). Wierzmy, że Bóg kocha ludzi i szuka ich pomimo naszego buntu (List do Rzymian 5:8). Oferuje przebaczenie, uleczenie i obfite życie każdemu, kto w pokorze zwróci się do Niego (Ew. Jana 3:17; 10:10; List do Tytusa 3:3-7; 1 List Piotra 5:6-7).

**Zbawienie:** Wierzmy, że zbawienie jest suwerennym darem Boga, który człowiek przyjmuje poprzez osobistą wiarę w Jezusa Chrystusa i Jego ofiarę za grzech. Wierzmy, że człowiek zostaje usprawiedliwiony łaską przez wiarę, niezależnie od uczynków (Dzieje Apostolskie 13:38-39; List do Rzymian 6:23; Efezjan 1:4-5; 2:8-10). Wierzmy, że Jezus Chrystus jest jedynym środkiem do zbawienia i że nikt nie jest zbawiony bez świadomej, osobistej decyzji zaufania Chrystusowi jako swemu jedynemu Zbawicielowi (Ew. Jana 14:6; Dzieje Apostolskie 4:12; List do Rzymian 10:9-10). Wierzmy, że wszyscy prawdziwi wierzący wybrani przez Boga, kiedy zostaną zbawieni, są bezpieczni w Chrystusie na zawsze (List do Rzymian 8:1. 29-30. 38-39; Ew. Jana 10:27-30).

**Powtórne przyjście:** Wierzmy w przyszły, widzialny i cielesny powrót Jezusa Chrystusa na ziemię, powszechnie nazywany powtórnym przyjściem, aby rządzić narodami i ustanowić swe królestwo na ziemi (List do Filipian 3:20; Ew. Mateusza 24:15-31; Ks. Zachariasza 14:4-11; Objawienie Jana 19:11-21).

# DODATEK B

## Z MATERIAŁÓW ANONIMOWYCH ALKOHOLIKÓW

Dwanaście Kroków Anonimowych Alkoholików zostało przedrukowanych i zaadaptowanych za zgodą Alcoholics Anonymous World Services, Inc. ("AAWS"). Zgoda na przedruk i adaptację nie oznacza, że organizacja Alcoholics Anonymous jest związana z tym programem. A.A. jest programem uzdrowienia wyłącznie z alkoholizmu – wykorzystanie Kroków A.A. lub zaadaptowanej wersji w związku z programami czy działaniami

wzorowanymi na A.A., ale które odnoszą się do innych problemów lub stosowane są w kontekstach innych niż A.A. nie oznacza nic innego. Dodatkowo, choć A.A. jest programem duchowym, A.A. nie jest programem religijnym. Stąd A.A. nie jest związane ani stowarzyszone z żadnym odłamem, wyznaniem czy konkretnymi wierzeniami religijnymi.

### DWANAŚCIE KROKÓW ANONIMOWYCH ALKOHOLIKÓW

1. Przyznaliśmy, że staliśmy się bezsilni wobec alkoholu - że przestaliśmy kierować własnym życiem.
2. Uwierzyliśmy, że Siła większa od nas samych może przywrócić nam zdrowy rozsądek.
3. Postanowiliśmy powierzyć naszą wolę i nasze życie opiece Boga, jakkolwiek Go pojmujemy.
4. Zrobiliśmy gruntowny i odważny obrachunek moralny.
5. Wyznaliśmy Bogu, sobie i drugiemu człowiekowi istotę naszych błędów.
6. Staliśmy się całkowicie gotowi, aby Bóg uwolnił nas od tych wszystkich wad charakteru.
7. Zwróciliśmy się do Niego w pokorze, aby usunął nasze braki.
8. Zrobiliśmy listę wszystkich osób, które skrzywdziliśmy i staliśmy się gotowi zadośćuczynić im wszystkim.
9. Zadośćuczyniliśmy osobiście wszystkim, wobec których było to możliwe, z wyjątkiem tych przypadków, gdy zraniłoby to ich lub innych.
10. Prowadziliśmy nadal obrachunek moralny, z miejsca przyznając się do popełnianych błędów.
11. Dążyliśmy poprzez modlitwę i medytację do coraz doskonalszej więzi z Bogiem, jakkolwiek Go pojmujemy, prosząc jedynie o poznanie Jego woli wobec nas oraz o siłę do jej spełnienia.
12. Przebudzeni duchowo w rezultacie tych kroków, staraliśmy się nieść to posłanie innym alkoholikom i stosować te zasady we wszystkich naszych poczynaniach.

# DODATEK C

## JAK PORADZIĆ SOBIE Z BÓLEM WYWOŁANYM PRZEMOCĄ NA TLE SEKSUALNYM

Bóg Cię kocha.

Ofiarom przemocy może być bardzo trudno przyjąć tę prawdę. Po krzywdzie, jakiej doznali, niektórzy z ofiar zastanawiają się, czy Bóg rzeczywiście istnieje i się troszczy. Bywa też czasem, że wątpią w to, że Bóg może nadal ich kochać, po tym, co się wydarzyło. Przemoc na tle seksualnym jest okropnym dowodem na to, że jesteśmy grzesznymi, zranionymi ludźmi otoczonymi przez grzesznych, zranionych ludzi.

Przemoc na tle seksualnym jest powszechna w różnych kulturach i dotyczy mężczyzn i kobiet. Z wielu powodów (brak zrozumienia, zaprzeczanie, wyparte wspomnienia itp.) ludzie mogą nawet nie zdawać sobie sprawy z tego, że zostali wykorzystani. Ofiary często mylnie mają w sobie poczucie winy i wstydu, ponieważ sprawcy próbują ich przekonać, że byli winni tej przemocy.

Znaczna część programu re:generacja koncentruje się na złamaniu, jakiego doświadczamy w tym świecie, i naszej roli w przyczynianiu się do tego (szczególnie Krok 1 i 4). Choć ofiary przemocy NIE są odpowiedzialne za przemoc, jakiej się wobec nich dopuszczono, SĄ odpowiedzialne za swoje wybory i zachowania w reakcji na to wykorzystanie – nawet jeśli te reakcje wynikają z krzywd doznanych w przeszłości. Z powodu nieporozumień, kłamstw i emocji związanych z doznałą przemocą, ofiary mają często problem z określeniem, na kim spoczywa odpowiedzialność za grzech.

Prosimy o zapoznanie się z definicjami przemocy na tej stronie, jeśli podejrzewasz albo wiesz, że doświadczyłeś przemocy na tle seksualnym w przeszłości.

Jeśli zostałeś wykorzystany, wiedz, że Bóg o tobie nie zapomniał. On zna twój ból i pragnie cię uzdrowić. On może wynagrodzić ci lata zniszczone bólem spowodowanym przemocą. Bóg ogromnie cię kocha.

### Definicje przemocy

**Przemoc:** wszelkie działania, które świadomie krzywdzą lub ranią drugą osobę. Również wzorce zachowań stosowane do manipulacji albo kontrolowania kogoś. Istnieją różne rodzaje przemocy: emocjonalna, psychiczna, fizyczna lub na tle seksualnym.

**Przemoc seksualna:** WSZELKA aktywność seksualna (werbalna, wizualna, emocjonalna, fizyczna) podjęta bez przyzwolenia\* (zgody), która polega na wykorzystaniu drugiej osoby do zaspokojenia swoich seksualnych czy emocjonalnych potrzeb.

Ta aktywność może być osiągnięta przy użyciu siły, zawstydzenia, przymusu, zwiedzenia albo za pomocą autorytetu.

\*Nota: osoba nie może dać „przyzwolenia”, jeśli on lub ona nie może w sposób uzasadniony przyjąć albo odrzucić czyichś założeń natury seksualnej. Wiek ofiary, okoliczności, poziom zrozumienia i bycie w zależności/reacji ze sprawcą może ograniczać zdolność wyrażenia zgody na to.

### Radzenie sobie z bólem wywołanym przemocą na tle seksualnym

Na dalszych stronach znajdują się pytania, które pomogą ci zidentyfikować, jakiej przemocy doświadczyłeś i jakie skutki tego doświadczenia mają wpływ na twoje obecne życie. Znajdziesz również przykładowo uzupełnione podsumowanie zadośćuczynienia oraz plan zadośćuczynienia. Przeczytaj uważnie te pytania i podane przykłady. **Uzupełnij każdą lekcję dotyczącą doznanej przemocy po zakończeniu odpowiedniego Kroku w programie, chyba że będą inne zalecenia.** Dodatki będą bardziej zrozumiałe i skuteczne, jeśli najpierw ukończysz odpowiedni Krok w programie. Lekcje dotyczące są uzupełnieniem lekcji z danego Kroku, nie zastępują ich. Wiedz, że Bóg może uleczyć ból z przeszłości i przynieść ci nadzieję na przyszłość.

„Bliski jest Pan tym, których serce jest złamane, a wybawia utrapionych na duchu”. (Psalm 34:19)

„Bo ocali biedaka, który woła o ratunek, i ubogiego, który nie ma pomocy. (...) Z ucisku i gwałtu wyzwoli ich życie, Bo krew ich jest droga w oczach jego”. (Psalm 72:12; 14)

„[Bóg] Pustynię zmienił w zbiorniki wód, a ziemię suchą w źródła wód”. (Psalm 107:35)

# KROK 7 PODĄŻAJ

Te zaś [pisma] są spisane, abyście wierzyli, że Jezus jest Chrystusem, Synem Boga, i abyście wierząc mieli żywot w imieniu jego. (Jana 20:31)

## NAJCZĘSTSZE KŁAMSTWA DOTYCZĄCE PRZEMOCY A BOŻE SŁOWO

### Kłamstwo:

Jestem głupi.

### Prawda:

Zostałem cudownie stworzony. (Psalm 139:14)

### Kłamstwo:

Jestem bezwartościowy.

### Prawda:

Jestem cenny, wykupiony krwią Chrystusa. (1 Koryntian 6:20)

### Kłamstwo:

Jestem brudny, zniszczony i nie do naprawienia.

### Prawda:

Zostałem obmyty, usprawiedliwiony, uświęcony w imieniu Chrystusa i w Duchu Świętym. (1 Koryntian 6:11)

### Kłamstwo:

Nie da się mnie kochać.

### Prawda:

Nic mnie nie odłączy od miłości Bożej w Chrystusie.

(Rzymian 8:37-39)

### Kłamstwo:

Bóg nie może mnie użyć. On nie chce mnie użyć.

### Prawda:

Jestem Bożym dziełem, stworzonym w Chrystusie do dobrych uczynków, jakie dla mnie Bóg przeznaczył. (Efezjan 2:10)

### Kłamstwo:

Mój grzech mnie określa (to, co mi zrobiono lub co ja zrobiłem).

### Prawda:

Zostałem ukrzyżowany z Chrystusem i powstałem do nowego życia w Nim. Wierzę, że krew Jezusa mnie określa. (Galacjan 2:20)

### Kłamstwo:

Nie można mi przebaczyć.

### Prawda:

Nie mam autorytetu, aby sobie przebaczyć, ale Bóg mi przebaczył. Jego Słowo jest autorytetem w moim życiu. (Kolosan 1:13-14)

# DODATEK C

## PRZEMOC NA TLE SEKSUALNYM

Jesteś ważny dla Boga. Bóg cię wybrał. Ma plan dla twojego życia. Praca, jaką wykonałeś do tej pory, jest potężnym ciosem zadany kłamstwom szatana.

Podczas gdy po Krokach 4, 5 i 6 można poczuć wielką ulgę, teraz możesz zauważyć, jak bardzo przemoc, jakiej doświadczyłeś, miała wpływ na to, jak postrzegasz siebie (swoją tożsamość).

**Pyt.1:** Przeczytaj swoją odpowiedź na Pyt. 1 z Kroku 7 z Tygodnia 1, Dzień 3. Które z wypisanych tam imion są wynikiem doznanej przez ciebie przemocy? Wyień je poniżej. Dodaj kolejne imiona/określenia, które wiążą się z wykorzystaniem, a których nie było na twojej pierwszej liście.

- Ze strony rodziny:
- Ze strony innych ludzi (łącznie z twoim krzywdzicielem):
- Od siebie:

**Pyt.2:** Jak te powyższe imiona (te, które przyjąłeś i te, z którymi walczyłeś) wpłynęły na twoje myślenie i zachowania względem siebie samego, innych i Boga? Albo, jak radziłeś sobie z życiem?

Szatan jest ojcem kłamstwa. Nie ma w nim prawdy. Używa wszelkich potrzebnych środków (zwłaszcza cierpienia), aby cię oddzielić od Boga. Na szczęście Jezus jest Twoim adwokatem. On jest drogą, prawdą i życiem. Chrystus przyszedł, aby nadać ci imię. Przyszedł, aby oczyścić, usprawiedliwić i uświęcić (odłączyć) cię, abyś mógł być odzwierciedleniem obrazu Boga. Przeczytaj Jana 20:31 znajdujący się na marginesie, a następnie przyjrzyj się liście najczęstszych kłamstw, z jakimi zmagają się ofiary przemocy, i porównaj je z Bożą prawdą.

## KROK 7 PODĄŻAJ

Czasami pozwalamy bólowi i wiktyimizacji\* spowodowanej wydarzeniami z przeszłości dawać pozwolenie na to, jak reagujemy na Boga i innych. „Ofiary” mogą (w swoim odbiorze) pomniejszać szkody, jakie wyrządzają innym, porównując je ze swoim bólem z przeszłości. „Ofiary” wierzą w kłamstwa, że nikt tak naprawdę nie rozumie ich cierpienia albo że ich ból jest ważniejszy niż zranienia, które zadają innym. Jednak Bóg nie chce, aby żaden grzech (nasz czy zadany nam) określał to, jak reagujemy na innych ludzi i na Niego. Chrystus jest dla nas przykładem do naśladowania. Przeczytaj 1 Piotra 2:21-25, znajdujący się na marginesie.

Chrystus doznał przemocy z powodu naszego grzechu. On niewinnie wycierpiał Boży gniew z powodu grzechów tego świata. On zna cierpienie bardziej niż ktokolwiek inny. A jednak, Jego cierpienie nie określiło Go, Chrystus nie używał go do zniesławienia czy grożenia komukolwiek. On zaufał Ojcu w tym cierpieniu, wierzył w charakter Ojca, aby cię kochać. Przez Ducha Świętego, Chrystus teraz mieszka w tobie. Możesz Go naśladować, Bóg może użyć tego, przez co przeszedłeś dla Swojej chwały, dla dobra innych i także dla twojego dobra.

**Pyt.3:** W jaki sposób pozwoliłeś, by twoja wiktyimizacja\* usprawiedliwiła twoje grzeszne zachowanie?

\*Wiktyimizacja – proces traktowania siebie jako ofiary [przyp. tłum.]

Porzucenie etykiety nadanej nam w przeszłości może być przerażające, ale też uwalniające, aby nie być dłużej skrępowanym dawnym bólem. Kiedy Bóg określa twoją tożsamość i polegasz na Nim, aby kierował twoją przyszłością, odnajdujesz nadzieję i cel swojego życia. Przyjrzyj się liście „Twoja tożsamość w Chrystusie” z Kroku 7, Tydzień 1, Dzień 3.

Zostaliśmy stworzeni, aby odzwierciedlać Boży obraz w zepsutym i zniszczonym świecie. Doznana przez ciebie przemoc nie dyskwalifikuje cię z bycia w Bożym planie. On może odkupić twoją brzydką przeszłość i użyć jej dla Swojej chwały. Musisz Mu tylko zaufać, pójść za Nim i pozwolić Mu dokonać niezbędnych zmian w tobie, abyś stał się bardziej podobny do Jezusa.

Zaufaj Bogu, abyś mógł żyć tak, jak Bóg to dla ciebie zaplanował. Zamień kłamstwa związane z doświadczonym przez ciebie wykorzystaniem na prawdę płynącą z Bożego Słowa. Pozwól, by Chrystus określił twoją tożsamość, a nie grzech, opinie innych ludzi, czy nawet twoje własne odczucia. Bóg zna cię lepiej, niż ty siebie znasz. Jesteś Jego dzieckiem, które zostało wybrane, któremu przebaczone i które zostało usprawiedliwione w Chrystusie. On może odkupić przeszłość. On zna cel dla twojej przyszłości.

„...gdyż i Chrystus cierpiał za was, zostawiając wam przykład, abyście wstępowali w jego ślady; On grzechu nie popełnił ani nie znaleziono zdrady w ustach jego; On, gdy mu złorzeczono, nie odpowiadał złorzeczeniem, gdy cierpiał, nie groził, lecz poruczał sprawę temu, który sprawiedliwie sędzi; On grzechy nasze sam na ciele swoim poniósł na drzewo, abyśmy, obumarzy grzechom, dla sprawiedliwości żyli; jego sińce uleczyły was. Byliście bowiem zbłąkani jak owce, lecz teraz nawróciliście się do pasterza i stróża dusz waszych. 1 Piotra 2:21-25.

### TWOJA TOŻSAMOŚĆ W CHRYSZUSIE

[Jestem] kochany, akceptowany/przyjęty, wybrany, [zostało mi] wybaczone, [jestem] niewinny, sprawiedliwy, święty, wolny, [jestem] nowym stworzeniem, dziedzicem, przyjacielem, świętym, współpracownikiem, Jego świętą, członkiem Jego Ciała, zjednoczony z Nim w duchu, w społeczności z Nim, tym, który przynosi duchowy owoc, mam Jego naturę, mam do Niego bezpośredni dostęp, mogę znać Boga, mogę wypełniać Bożą wolę, przeznaczonym do wykonywania dobrych dzieł.

**MODLITWA NA KONIEC:** Boże, ufam Ci i powierzam moją przeszłość, przyszłość i teraźniejszość. Pomóż mi przyjąć moją tożsamość w Chrystusie. Pomóż mi wypełniać Twoją wolę, żebym mógł żyć zgodnie z celem i planem, jaki dla mnie masz.

## KROK 8 PRZEBACZ

„...Ojcie, jeśli chcesz, oddał ten kielich ode mnie; wszakże nie moja, lecz twoja wola niech się stanie”.

(Jezus Chrystus, Łukasza 22:42)

„On ci jest ublaganiem za grzechy nasze, a nie tylko za nasze, lecz i za grzechy całego świata”. (1 Jana 2:2)

### CZĘSTE POWODY, DLA KTÓRYCH NIE CHCEMY PRZEBACZAĆ INNYM:

- złe rozumienie, czym jest przebaczenie.
- Biblia nie stanowi dla nas autorytetu.
- Boimy się, co z tego wyniknie: „kiedy się otworzę, mogę znowu zostać zraniony”.
- Używamy doznanej krzywdy jak tarczy, broni albo wymówki dla naszego grzechu.
- Zapominamy, jak wiele Chrystus nam wybaczył.
- Nieposłuszeństwo.

### ZŁE ROZUMIENIE, CZYM JEST PRZEBACZENIE:

- Przebaczenie nie jest usprawiedliwianiem grzechu.
- Przebaczenie nie jest uwalnianiem winnego od domagania się sprawiedliwości.
- Przebaczenie nie jest zaprzeczaniem bólowi czy tłumieniem gniewu.
- Przebaczenie nie jest uczuciem ani nie jest warunkowe.
- Przebaczenie nie jest zapomnianiem.
- Przebaczenie nie jest obdarzaniem kogoś zaufaniem.
- Przebaczenie nie jest pojednaniem.

## DODATEK C

### PRZEMOC NA TLE SEKSUALNYM

Przebaczenie jest kluczowe dla doświadczania pokoju.

Często dług grzechu, spowodowany głębokimi ranami przemocy, nie może być uzdrowiony w tym świecie. Ani twój krzywdziciel, ani społeczeństwo nie mogą wynagrodzić ci doznanych szkód. Być może nie ma nikogo na tej ziemi, kto byłby w stanie w pełni zrozumieć twój ból i wstyd.

Jednak Chrystus zna twój ból i wstyd. On był znienawidzony, grożono Mu, dokonano przemocy wobec Niego, powieszono Go nago w miejscu publicznym, zabito Go. On wie, co to znaczy niewinnie cierpieć. Prawda jest taka, że Chrystus był ofiarą twój grzechu. To zdumiewające, ale Chrystus doznał przemocy i cierpienia z woli Ojca. Chrystus wybrał poddanie się woli Ojca, aby otworzyć ci drzwi do przebaczenia (Łukasza 22:42). Twoja dusza jest dla Boga ważna.

Jezus był ofiarą także tej przemocy wyrządzonej tobie. Chrystus cierpiał za każdy grzech, aby każdy (łącznie z twoim krzywdzicielem) miał możliwość otrzymania przebaczenia (1 Jana 2:2). Dla Boga ważna jest także dusza twój krzywdziciela.

Skoro Bóg przyjmuje krew Chrystusa jako wystarczającą zapłatę za grzechy świata, czy rozważałeś to, że krew Chrystusa jest wystarczającą zapłatą także za przemoc, jakiej się wobec ciebie dopuszczono? Jeśli twój krzywdziciel odrzuci Chrystusa, czy wierzysz, że Boży gniew będzie wystarczającą zemstą za tę przemoc? Kiedy przebaczasz innym dług ich grzechów wobec ciebie, przenosząc swoje roszczenia na Boga, domagając się sprawiedliwości, ci ludzie już nie są twoimi dłużnikami, a stają się dłużnikami Boga. Jesteś wolny, by ich kochać, wiedząc, że sprawiedliwości stanie się zadość.

Przebaczenie uwalnia cię do uczciwego zajęcia się własnym bólem i grzechem. Bóg pragnie, aby twoje życie nie było skrupowane grzechem – ani twoim, ani grzechami popełnionymi wobec ciebie. Bóg pragnie, abyś żył w pokoju.

Przeczytaj ponownie obie listy do lekcji z Kroku 8, znajdujące się na marginesie.

**Pyt.1:** Co (jeśli tak jest) powstrzymuje cię przed przebaczeniem swojemu krzywdzicielowi/-om?

Ofiary przemocy często myślą: „Ja nie umiem sobie tego tak po prostu wybaczyć”. „Przebaczenie sobie samemu” jest częstym określeniem, używanym do opisanego uwolnienia samego siebie od poczucia własnej winy i wstydu. Przebaczenie sobie samemu nie jest jednak biblijne. Kiedy chrześcijanin mówi: „Nie mogę sobie tego wybaczyć”, oznacza to, że ona czy on błędnie zatrzymuje winę i wstyd za grzech, za który Chrystus już zapłacił. Prawda jest taka, że dla Chrystusa radością było wycierpieć krzyż, aby uwolnić chrześcijan od poczucia winy i wstydu (Hebrajczyków 12:1-2).

Pamiętaj, że nie można zrobić nic, aby zasłużyć na łaskę. Albo przyjąłeś Bożą łaskę jako dar – przez wiarę, dzięki krwi Chrystusa, albo nie przyjąłeś. Jeśli przyjąłeś Chrystusa, twój dług został w pełni spłacony.

## KROK 8 PRZEBACZ

Wstyd jest jednym z najbardziej niszczących produktów ubocznych doznanej przemocy. To zniszczenie, jakie odciska grzech na twojej tożsamości (tego, jak siebie postrzegasz). Ofiary przemocy często przyjmują na siebie metki z napisem: „brudny”, „zniszczony”, „bezwartościowy”, „nie do pokochania”. Te metki czy etykiety mogą być czymś, co powiedział o nich krzywdziciel albo inna osoba. Ofiary przyczepiają sobie same takie metki. Jednak to są kłamstwa.

Ocalałeś dzięki Chrystusowi. Jezus cię uratował. Jako Boże dziecko, jesteś czysty, prawy, wartościowy, niewinny i kochany. Nie definiuje cię żaden grzech. Krew Jezusa oznaczyła cię jako „bezcenny”.

W końcu duma i bałwochwalstwo nieustannie próbują ci wmówić, że to, co czujesz, myślisz albo co inni myślą o tobie, jest ważniejsze niż to, co Bóg mówi o tobie. Jeśli to jest prawda, to znaczy, że grzech zapuścił korzenie.

Przebaczenie sobie nigdy nie uwolni cię od poczucia winy i wstydu. Wolność od poczucia winy i wstydu przyjmuje się, kiedy zaufa się, że to, co Chrystus mówi o twojej duszy i twojej tożsamości, jest prawdą.

**Pyt.2:** Jakich kłamstw szatan używa, aby kusić cię do trzymania się wstydu?

Pamiętaj, że przebaczenie jest decyzją, nie uczuciem. Módl się żarliwie modlitwą przebaczenia o swojego krzywdziciela (ilu ich było). Być może będziesz musiał wracać do tej modlitwy, gdy przypomną ci się zranienia albo jakieś nowe sprawy wyjdą na jaw, ale Bóg pragnie nieść za ciebie ciężar doznanej przemocy. Przebacz swoim krzywdzicielom dzisiaj.

### Modlitwa przebaczenia:

*Drogi Boże, **Staję** teraz uczciwie wobec prawdy, że zostałem zraniony z powodu [wymień krzywdę]. Wiem, że Ty dobrze znasz moje cierpienie i że martwisz się z powodu mojego bólu. Proszę, ulecz mnie. **Powierzam** Ci moje zranienia. Wiem, że Twoje sądy są słuszne i że pragniesz, aby każdy żałował za swe grzechy, aby otrzymać przebaczenie w Chrystusie, tak samo jak ja przyjąłem dar Twego przebaczenia. Postanawiam więc wybaczyć [imię osoby]. **Oddaję** Ci prawo do wymierzenia sprawiedliwości. Zrzekam się na Twoją rzecz prawa do przeprosin, spłaty długu, goryczy lub tego, aby wykorzystać ten grzech dla własnej korzyści. Jezu, **Dziękuję** Ci i wywyższam za to, że spłaciłeś moje długi i stałeś się ofiarą pojednania dla świata – nawet dla tych, którzy mnie skrzywdzili! Pomóż mi kochać [imię osoby] Twoją miłością dzięki nadprzyrodzonej mocy Ducha Świętego, który żyje we mnie.*

„Skoro i my mamy wokół siebie tak wielką chmurę świadków, zrzućmy z siebie wszelki ciężar i grzech, który nas tak łatwo osacza, w cierpliwości biegnijmy w wyznaczonym nam wyścigu; Patrząc na Jezusa, twórcę i dokończyciela wiary, który **z powodu przygotowanej mu radości wycierpiał krzyż, nie zważając na hańbę**, i zasiadł po prawicy tronu Boga. (Hebrajczyków 12:1-2, tłum. UBG)

### CZĘSTE POWODY, DLA KTÓRYCH NOSIMY WSTYD

- **Próby zasłużenia sobie na łaskę:** Staramy się coś zrobić, żeby sobie przebaczyć albo żeby zasłużyć na przebaczenie, zamiast zaufać przebaczeniu Chrystusa, że ono jest ostateczne.
- **Zagubiona tożsamość:** Wiara, że to, co się tobie przydarzyło, określa to, kim jesteś i jaką masz wartość, zamiast tego, co Bóg zdecydował o tobie.
- **Duma:** Wiara w to, że jesteś „ponad” swoje grzeszne zachowanie lub że to, co sam o sobie myślisz (dobrego lub złego) jest ważniejsze od Bożej opinii.
- **Bałwochwalstwo:** Wiara, że opinia innych osób o tobie czy to, co ci się przydarzyło, jest ważniejsze od Bożej opinii.

## KROK 9 NAPRAW

„Dążcie do pokoju ze wszystkimi i do święcenia, bez którego nikt nie ujrzy Pana”. (Hebrajczyków 12:14)

„Wszystko niech się dzieje u was w miłości”.  
(1 Koryntian 16:14)

### NIEZROZUMIENIE, CZYM JEST ZADOŚĆ- UCZYNIENIE:

- Zadośćuczynienie/naprawianie nie jest wzięciem na siebie całej odpowiedzialności za konflikt, ale wzięciem 100% odpowiedzialności za swój grzech w tym konflikcie.
- Zadośćuczynienie/naprawianie nie jest usprawiedliwianiem czyjegoś grzechu.
- Zadośćuczynienie/naprawianie nie jest zaprzeczeniem swojemu bólowi ani tłumieniem gniewu.
- Zadośćuczynienie/naprawianie nie uwalnia cię od konsekwencji ani nie czyni cię odpowiedzialnym za czyjeś konsekwencje.
- Zadośćuczynienie/naprawianie nie jest pojednaniem.

### KIEPSKIE MOTYWY DO ZADOŚĆUCZYNIENIA/ NAPRAWIANIA:

- żeby uzyskać zadośćuczynienie od innej osoby
- żeby naprawić swój wizerunek
- żeby ktoś cię lubił
- żeby cię usłyszano
- żeby kogoś zranić
- żeby siebie ukarać za grzech

## DODATEK C

### PRZEMOC NA TLE SEKSUALNYM

Bóg Cię kocha. On nie chce, żeby twoje życie było kontrolowane przez jakiegokolwiek grzech – ani grzechy, które popełniłeś, ani te, których się dopuszczono wobec ciebie.

Gruntowny obrachunek odkryje zaskakujące skutki doznanej przez ciebie przemocy. Może myślałeś, że zostawiłeś to wykorzystanie w przeszłości, ale teraz zdałeś sobie sprawę, że szkody spowodowane przemocą nie zostały w przeszłości. Dotknęły każdej dziedziny twojego życia, szczególnie twoich najważniejszych relacji.

Wyobraź sobie życie bez tajemnic. Nie musisz chronić ani zarządzać grzechem. Nie jesteś motywowany potencjalnymi konsekwencjami grzechu czy zranień, tylko Bożą miłością. Twoje działania nie wypływają z dawnych wydarzeń czy z unikania bólu, lecz z Bożego planu. Twojej tożsamości nie określają grzechy, które ci wyrządzono (albo ty wyrządziłeś), ale określa cię to, co Jezus zrobił dla ciebie. Możesz być osobą wnoszącą pokój (rozjemcą), kochać innych miłością Chrystusową – nawet swoich wrogów. Przeczytaj wersety zamieszczone na marginesie.

Zadośćuczynienie (naprawianie) jest częścią biblijnego procesu wprowadzania pokoju. To wysiłek mający na celu pogodzenie się z innymi i branie odpowiedzialności za swój grzech, nie szukając usprawiedliwienia dla swojego grzechu i nie mając oczekiwań ze strony innych – nawet, jeśli twoje przewinienie jest bardzo małą częścią tego konfliktu.

**Pyt.1:** Gdy badałeś swój obrachunek, jakie skutki doznanej przemocy najbardziej cię zaskoczyły w tym, jakie masz podejście do życia i relacji?

Kiedy zajmujesz się zadośćuczynieniem za grzech, który był związany z doznaną przemocą, miej w pamięci, że to, jak i co naprawiasz, będzie się zmieniać w zależności od okoliczności i zaangażowanych w to osób. Dlatego ważne jest, by poprosić wierzących ludzi o biblijne rady.

Pamiętaj też, że nie jesteś odpowiedzialny (w 0%) za wyrządzoną ci krzywdę. Nie ma znaczenia, czy znalazłeś się w niewłaściwym miejscu i czasie, czy jak byłaś ubrana, czy jak twoje ciało zareagowało na krzywdziciela. Ten, kto wybrał wyrządzenie ci krzywdy, w 100% jest winny. To, co się tobie przydarzyło, i tego konsekwencje, które twój krzywdziciel musi ponieść, nie są twoją winą.

Wiedz także, że doznana przez ciebie przemoc nie może być wymówką dla twoich grzesznych sposobów radzenia sobie w życiu, w relacjach z ludźmi czy z Bogiem. Zadośćuczynienie, naprawianie jest braniem odpowiedzialności za swój grzech, a nie przrzucaniem winy na kogoś innego za wyrządzoną przez ciebie krzywdę. Jesteś odpowiedzialny za swój grzech. Twój ból go nie usprawiedliwia.

Napraw krzywdy wyrządzone ludziom poprzez swoje grzeszne sposoby radzenia sobie z doznaną przemocą. Łącznie z osobami, które cię skrzywdziły i tymi, pośrednio dotkniętymi przez twoją przemoc. Wzorce zachowania, które pomogły ci przetrwać przemoc, mogą zniszczyć wiele relacji. Przystuduj kolumnę „Natura mojej reakcji” w swoim obrachunku, aby zobaczyć grzeszne wzorce, które skrzywdziły innych. Pomogą ci w tym przykłady znajdujące się na dalszych stronach.

# KROK 9 NAPRAW

**Pyt.2:** Jakie masz pytania dotyczące sposobu naprawiania i z kim powinieneś coś naprawić w związku z doznaną przez ciebie przemocą? Wymień poniżej.

Zadośćuczynienie jest procesem, który niekiedy wymaga czasu i uważnego zaplanowania. W pewnych przypadkach, nie powinno się dokonywać zadośćuczynienia w sposób bezpośredni, ponieważ to mogłoby być niebezpieczne (np. zadośćuczynienie za noszoną w sercu nienawiść do członków gangu, którzy cię zgwałcili). W innych przypadkach, bezpośrednie zadośćuczynienie zaraz po skonfrontowaniu wyrządzonej krzywdy, może być najlepszym sposobem, żeby sprawca nie uciekł przed wymiarem sprawiedliwości (przykładowo: wezwanie policji w celu zgłoszenia przestępstwa, ale później poproszenie o przebaczenie za inne sposoby – poza dostępnymi w prawie – w jakie próbowałeś się zemścić na sprawcy). W takich sytuacjach, napisz list z zadośćuczynieniem (poczekaj z wysłaniem go), podejmij właściwe działania i módl się, aby Bóg otworzył drzwi, żeby mógł się rozpocząć proces pojednania. W trudnych sytuacjach, nie decyduj samodzielnie o kierunku podejmowanych działań. Módl się, szukaj przykładów w Biblii i poproś o radę wierzących ludzi (Przypowieści 11:14).

**Pyt.3:** Czy potrzebujesz dokonać zadośćuczynienia za coś, co jest związane z doznaną przez ciebie przemocą i nie wiesz, jak masz postąpić, żeby to zrobić właściwie? Wymień te sprawy poniżej.

Dokonywanie zadośćuczynienia za to, co złego zrobiliśmy jest aktem posłuszeństwa, żeby kochać innych miłością Chrystusa. Zadośćuczynienie innym podkreśla wartość prawdy, lecz zranienia wyrządzone innym z powodu doznanej przez nas krzywdy i odbudowuje zaufanie. Otwiera drogę do miłosierdzia, przebaczenia i łaski. Zaczyna uwalniać cię od skutków dawnych grzechów, abyś dzisiaj mógł żyć zgodnie z Bożą wolą.

**MODLITWA NA KONIEC:** Boże, daj mi odwagę i mądrą radę, abym mógł naprawić moje grzeszne reakcje na doznane przeze mnie krzywdy. Uwolnij mnie od mojej przeszłości, abym mógł doświadczyć Twojej woli w przyszłości.

**PODEJMIJ DZIAŁANIE:** Podziel się odpowiedziami z tej lekcji ze swoim mentorem. Poproś o pomoc w określeniu swoich działań naprawczych – podsumowania Planu Naprawczego oraz Planu naprawczego, związanych z doznaną przemocą. Przeczytaj przykłady zamieszczone na dalszych stronach.

## CECHY BIBLIJNEGO ZADOŚĆUCZYNIENIA

- postawa pokory
  - szczere i konkretne wyznanie grzechu
  - przeprosiny
  - prośenie o wybaczenie
  - gotowość do zadośćuczynienia za wyrządzone straty
- Uwaga: nie szukasz zadośćuczynienia krzywd wyrządzonych tobie
- gotowość do świadczenia o Chrystusie
  - kroki do zmiany

„Gdy nie ma umiejętnego kierownictwa, naród upada; lecz gdzie jest wielu doradców, tam jest bezpieczeństwo”. (Przypowieści 11:14)

# KROK 9 NAPRAW

## Podsumowanie zadośćuczynienia

### PODSUMOWANIE MOJEGO ZADOŚĆUCZYNIENIA/PLANU NAPRAWCZEGO ZWIĄZANEGO Z DOZNANĄ PRZEZE MNIE PRZEMOCĄ

Za co powinienem zadośćuczynić?	Jakie zadośćuczynienie (ZAPŁATĘ) mogę zaoferować albo na jakie powinienem się przygotować?	Czy jest coś do omówienia z moim mentorem lub innymi chrześcijanami w moim życiu przed dokonaniem zadośćuczynienia?
Mój mąż (który mnie nie skrzywdził)	Powinam poprosić go o wybaczenie za to, że czułam lęk wobec niego, jakby był moim wrogiem, a przecież nie był niczemu winny. Za to, że pozwoliłam, aby doświadczony przeze mnie ból dyktował, jak będę odnosić się do niego jako głowy naszego domu. Za to, że unikałam współżycia, nie chciałam o tym rozmawiać ani pracować nad tym problemem. Mój strach wynikał z dawnego bólu i sprawiał, że nie traktowałam mojego męża jako głowy naszego domu, unikałam seksu, nie chciałam z nim o tym rozmawiać, ani pracować nad tym problemem. Powinam przeprosić go za to, że pozwoliłam, aby to jego miłość, a nie Boża miłość, definiowała moją wartość i tożsamość, i za przerzucanie na niego mojego poczucia bezwartościowości – z obawy, że on też tak mnie widzi. Powinam poszukać biblijnych porad, aby popracować nad naszą komunikacją, opowiedzieć mu o moich lękach i szczegółach z przeszłości i pracować nad emocjonalną/seksualną bliskością.	Czy jest coś jeszcze, o czym powinienam powiedzieć? Czy mam powiedzieć o wszystkich szczegółach z okresu, kiedy mnie wykorzystano? Jeśli nie, co pomijam i dlaczego?
Moja matka (która ignorowała przemoc wobec mnie lub nie uwierzyła, że ojczym mnie wykorzystywał)	Powinam poprosić ją o przebaczenie tego, jak ją traktowałam, będąc już osobą dorosłą. Pozwoliłam, żeby gniew przerodził się w gorycz i urazę. Wycofałam się z życia rodzinnego. Bardziej się bałam, że sekret rodzinny wyjdzie na jaw (wybierałam udawany spokój), zamiast dbać o prawdę (wprowadzanie spokoju). Karałam ją, utrudniając jej kontakt z moimi dziećmi, nawet po tym, gdy rozwiodła się z moim ojczymem.	Jak się zachowam, jeśli ona nadal będzie zaprzeczać wykorzystywaniu mnie lub obarczy mnie winą za problemy rodzinne? Jakie szczegóły mam jej opowiedzieć, jeśli mnie o to zapyta? Kiedy, jeśli w ogóle, zaufam jej, żeby umożliwić jej kontakt z moimi dziećmi? Jak mam obecnie czcić swojego ojca i matkę?
Moja siostra (za moją namową rozpoczęła aktywność seksualną)	Powinam poprosić ją o przebaczenie za wprowadzenie jej w aktywność seksualną, której nauczyłam się z powodu doznanej wykorzystania; za to, że zachęciłam ją do robienia różnych rzeczy z sąsiadem; za to, że manipulowałam nią, aby brała w tym udział i trzymała to w sekrecie. Powinam poprosić ją o wybaczenie, że będąc dorosłą osobą, tak długo zwlekałam, zanim porozmawiałem z nią o tym, co się wtedy wydarzyło.	Na co powinienem się przygotować, jeśli chcę zacząć omawiać rodzinne sekrety? Jakie szczegóły mam jej opowiedzieć? Czy powinienem zaprosić do tej rozmowy moją żonę i szwagra? Jaką pomoc mogę zaoferować siostrze? A co, jeśli ona tego nie pamięta? Czy może ją to zranić?
Moja krzywdzicielka (pozostaje na wolności)	Powinam poprosić ją o przebaczenie za to, że jej nienawidziłam i fantazjowałam o zemście; za oskarżanie jej o wszystkie moje problemy; za to, że nie zgłosiłam tego, co zrobiła wcześniej, choć wiedziałam, że krzywdzi też innych i ma myśli samobójcze.	Co muszę zrobić, żeby się przygotować do spotkania z nią twarzą w twarz? Czy mam się z nią podzielić Ewangelią? Jaka szkoda może potencjalnie wyniknąć z tego spotkania?
Mój krzywdziciel (pozostaje na wolności)	Powinam poprosić go o przebaczenie za to, że postrzegałam go jako potwora zamiast człowieka stworzonego przez Boga, za krzywdzenie go w moich snach i nieskonfrontowanie się z nim wcześniej, aby ochronić go przed nim samym. Nie będę prosić o przebaczenie ani nie przyjmę winy za przemoc wobec mnie ani za to, jak go traktowałam w czasie, gdy mnie wykorzystywał.	Czy mam się z nim spotkać? Czy to może być niebezpieczne dla mnie lub dla innych? Jeśli nie, czy mam napisać do niego list na ten temat? Jeśli mam się z nim spotkać, czy muszę kogoś ze sobą zabrać na to spotkanie? Poproszę o radę liderów i osoby z kościoła.

# KROK 9 NAPRAW

## Plan zadośćuczynienia

### MÓJ PLAN ZADOŚĆUCZYNIENIA ZWIĄZANY Z DOZNANĄ PRZEZE MNIE PRZEMOCĄ

Nazwisko	Data rozpoczęcia zadośćuczynienia/Sposób	Data zadośćuczynienia/Sposób	Uwaga: Wypisz swoje obawy, pytania do doradcy, plan naprawy itp.
Mój mąż (nie był moim krzywdzicielem)	W ciągu najbliższych dwóch dni zaproszę go na randkę, żeby móc porozmawiać. Potrzebuję znaleźć opiekunkę.	Jakoś przed końcem przyszłego tygodnia.	Czy mam opowiedzieć wszystkie szczegóły dotyczące wykorzystania mnie? Jeśli nie, co mam pominąć i dlaczego? Czy ktoś powinien ze mną iść, żeby mnie wspierać? Co jeśli on nie będzie chciał, aby jakaś osoba trzecia nam pomagała?
Moja matka (nie była moim krzywdzicielem)	Napiszę list w przyszłym tygodniu, żeby poukładać swoje myśli i przeczytać go mojemu mentorowi. Ustalę termin spotkania z mamą w przyszłym miesiącu.	Koniec przyszłego miesiąca/list i spotkanie twarzą w twarz	Omówię z moim mentorem możliwe reakcje wobec mojej mamy, gdyby chciała zaprzeczyć, że doznałam przemocy, albo zapytała o jakieś konkretne szczegóły. Ustalimy z mężem i z pomocą wierzących doradców to czy/kiedy pozwolić naszym dzieciom na kontakty z moją rodziną.
Moja siostra (którą zraniłem)	Napiszę, co zamierzam powiedzieć siostrze, i omówię to z moją żoną w przyszłym tygodniu. Umówię się na spotkanie z moją siostrą i jej mężem.	Do końca lata/spotkanie twarzą w twarz, z moją siostrą, żoną i szwagrem.	Poproszę wspólnotę o modlitwę. Czy powinienem mieć plan, jak postąpić wobec rodziny po ujawnieniu tajemnicy? Jak mam zareagować, jeśli siostra nie będzie chciała o tym rozmawiać?
Mój krzywdziciel (w więzieniu)	Zacznę proces umawiania spotkania twarzą w twarz. Do końca miesiąca napiszę sobie, co mam mu powiedzieć.	?? w zależności od decyzji sądu/ spróbuję umówić się na spotkanie twarzą w twarz.	Gotowość do podzielenia się Ewangelią. Omówię moje nadzieje i oczekiwania, jakie wiąże z tym spotkaniem. Przygotuję się na różne reakcje z jej strony, też kiepską. Jeśli odwiedziny nie będą możliwe, napiszę list.
Mój krzywdziciel (pozostaje na wolności)	Do końca przyszłego miesiąca napiszę sobie, co powiem. Ustalić spotkanie z liderami kościoła, aby omówić obawy i kolejne kroki.	?? W ciągu najbliższych dwóch tygodni spotkam się z liderami z kościoła. Omówię z nimi kwestię, czy w tym samym czasie mam dokonać zadośćuczynienia i rozwiązywać konflikt. Czy mam zgłosić popełnione przestępstwo? Zakończyć ten temat w przeciągu 2 miesięcy.	?? Czy zgłosić popełnione przestępstwo? Czy mam oddzielić moje zadośćuczynienie od skonfrontowania grzechu? Jeśli dokonam zadośćuczynienia bez skonfrontowania grzechu/zgłoszenia popełnionego przestępstwa, to przyniesie to więcej szkody czy pożytku? Czy zgłaszam popełnienie przestępstwa, a zadośćuczynienia dokonam w późniejszym okresie?

# DODATEK D

Podsumowanie mojego zadośćuczynienia wobec: \_\_\_\_\_

Za co powinienem zadośćuczynić?	Jakie zadośćuczynienie (ZAPŁATĘ) mogę zaoferować albo na jakie powinienem się przygotować?	Czy jest coś do omówienia z moim mentorem lub innymi chrześcijanami w moim życiu przed dokonaniem zadośćuczynienia?

**Podsumowanie mojego zadośćuczynienia wobec:** \_\_\_\_\_

Za co powinienem zadośćuczynić?	Jakie zadośćuczynienie (ZAPŁATĘ) mogę zaoferować albo na jakie powinienem się przygotować?	Czy jest coś do omówienia z moim mentorem lub innymi chrześcijanami w moim życiu przed dokonaniem zadośćuczynienia?

# DODATEK E

Mój plan zadośćuczynienia: \_\_\_\_\_

Nazwisko	Data rozpoczęcia zadośćuczynienia/Sposób	Data zadośćuczynienia/Sposób	Uwaga: Wypisz swoje obawy, pytania do doradcy, plan naprawczy itp.

**Mój plan zadośćuczynienia:** \_\_\_\_\_

Nazwisko	Data rozpoczęcia zadośćuczynienia/Sposób	Data zadośćuczynienia/Sposób	Uwaga: Wypisz swoje obawy, pytania do doradcy, plan naprawczy itp.

**Mój plan zadośćuczynienia:** \_\_\_\_\_

Nazwisko	Data rozpoczęcia zadośćuczynienia/Sposób	Data zadośćuczynienia/Sposób	Uwaga: Wypisz swoje obawy, pytania do doradcy, plan naprawczy itp.

**Mój plan zadośćuczynienia:** \_\_\_\_\_

Nazwisko	Data rozpoczęcia zadośćuczynienia/Sposób	Data zadośćuczynienia/Sposób	Uwaga: Wypisz swoje obawy, pytania do doradcy, plan naprawczy itp.

# CYTATY I UWAGI

Cytaty biblijne, o ile nie zaznaczono inaczej, pochodzą z Biblii Warszawskiej, <https://www.biblia.info.pl/biblia.html>

## Krok 7, Podążaj:

- s. 11 definicja „podążać” w: Dictionary.com, pełna definicja: Random House, Inc. Dictionary.com, strona odwiedzona 30 września 2013 .
- s. 12 definicja „trwać” w: Dictionary.com, pełna definicja: Sanctify. Random House, Inc. Dictionary.com, strona odwiedzona 30 września 2013.
- s. 14 def. „nadprzyrodzony” w: Dictionary.com, pełna definicja: Sanctify. Random House, Inc. Dictionary.com, strona odwiedzona 30 września 2013 .
- s. 17 definicja „imię” w: Dictionary.com, pełna definicja: Random House, Inc. Dictionary.com, strona odwiedzona 6 marca 2013.
- s. 17 definicja „tożsamość” w: Dictionary.com, pełna definicja: Random House, Inc. Dictionary.com, strona odwiedzona 6 marca 2013.
- s. 18 definicja „odebrać” w: Merriam-Webster.com. Merriam-Webster, strona bez daty utworzenia, odwiedzona 8 marca 2013. [merriam-webster.com/dictionary](http://merriam-webster.com/dictionary).
- s. 19 cytat z: Williams , Neil H., Gospel Transformation, Jenkintown, PA: World Harvest Mission, 2006.  
Nota: Cytaty biblijne dotyczące tożsamości w Chrystusie pochodzą z: Jana 1:12; 15:14; 15:16; Rzymian 8:1; 8:17; 1 Koryntian 6:17; 6:19; 12:27; 2 Koryntian 1:21; 5:17; 6:1; Efezjan 1:1; 1:6; 2:18; Filipian 2:13; Koloosan 1:14; 2:10; 3:12; 2 Tymoteusza 1:7; Hebrajczyków 13:5; Jakuba 1:5; 1 Piotra 2:5; 2 Piotra 1:4; 1 Jana 3:3.
- s. 20 cytat z: Einstein A., The World as I See It [tytuł wydania polskiego: Jak wyobrażam sobie świat. Przemyslenia i opinie], Secaucus, New Jersey, Citadel Press 2000. 1.
- s. 21 definicja „upodobnić się” w: Dictionary.com, pełna definicja: Random House, Inc. Dictionary.com, strona odwiedzona 30 września 2013.
- s. 21 definicja „chwała” w: Merriam-Webster.com. Merriam-Webster, strona bez daty utworzenia, odwiedzona 8 maja 2013, [merriam-webster.com/dictionary](http://merriam-webster.com/dictionary).  
cytat z: Tozer, A.W. Worship: The Missing Jewel (Uwielbienie – utracony klejnot ewangelicznego chrześcijaństwa) jako cytat z Vernon K. McLellan, Twentieth Century Thoughts That Shaped the Church (Poglądy człowieka XXw., które ukształtowały kościół), Tyndale House Publishers, 2000, s. 265.  
cytat z: Piper J., A Hunger For God: Desiring God through Fasting and Prayer (Głód Boga: pragnienie Boga wyrażane w poście i modlitwie), Crossway, 1997.

cytat z: Calvin Coolidge. <http://www.quotationcollection.com/tag/purpose/quotes>, strona odwiedzona 29 Marca 2013; z przemowy wygłoszonej 25 czerwca 1924.

- s. 22 cytat z: Piper J., Desiring God (Pragnienie Boga), Multnomah Books of Random House Inc., 2003.
- s. 23 cytat z: Lewis C.S., Mere Christianity: Book 2 (Chrześcijaństwo po prostu), The Shocking Alternative, 1952; Harper Collins, 2001.
- s. 23 definicja „obfity” w: Dictionary.com, pełna definicja: Random House, Inc. Dictionary.com, strona odwiedzona 30 września 2013.
- s. 23 definicja „uświęcony” w: Dictionary.com, pełna definicja: Sanctify. Random House, Inc. Dictionary.com, strona odwiedzona 30 września 2013. <https://dictionary.reference.com/browse/sanctify>.
- s. 24 definicja „pokorny” w: Merriam-Webster.com. Merriam-Webster, strona bez daty utworzenia, odwiedzona 31 października 2012: [merriam-webster.com/dictionary](http://merriam-webster.com/dictionary).
- s. 27 definicja „celnicy” w: Orr J., M.A., D.D., w: International Standard Bible Encyclopedia, pod hasłem cło: zbieranie cła: Pod okupacją Rzymską. 1915. [biblestudytools.com](http://biblestudytools.com), strona odwiedzona 30 września 2013.
- s. 28 definicja „Abraham”. Unger, Merrill F., The New Unger’s Bible Dictionary: Revised and Updated Edition. Chicago, wydanie III.: Moody Press, 1988, s. 15.
- s. 30 cytat z: Piper J., The Pleasures of God: Meditations on God’s Delight in Being God, Multnomah Books, 2000.
- s. 29 definicja „uczeń”. [przetłumaczone jako: „inni wierzący”] Orr J., M.A., D.D., The International Standard Bible Encyclopedia: hasło: uczeń. 1915. [biblestudytools.com](http://biblestudytools.com), strona odwiedzona 30 września 2013.
- s. 30 definicja „czwarta straż nocna” w: Thayer i Smith. Thayer’s and Smith’s Bible Dictionary, Greek Lexicon entry for Proi, 1999.
- s. 32 definicja „uświęcony” – referencje na stronie 23.
- s. 36 definicja „trwać” – referencje na stronie 12.
- s. 38 definicja „umywanie stóp” w: Orr J., M.A., D.D., The International Standard Bible Encyclopedia: pod hasłem: „stopa” 1915. [biblestudytools.com](http://biblestudytools.com), strona odwiedzona 30 września 2013.  
cytat z: Graham B., BrainyQuote.com, strona odwiedzona 16 maja 2013, <http://www.brainyquote.com/quotes/quotes/b/billygraha401823.html>

## Krok 8, Przebacz:

- s. 44 definicja „przebaczyć” w: Dictionary.com, pełna definicja: Random House, Inc. Dictionary.com, strona odwiedzona 21 maja 2013.

- s. 45 definicja „ofiara pojednania” w: Dictionary.com, pełna definicja: Random House, Inc. Dictionary.com, strona odwiedzona 22 maja 2013.
- s. 45 definicja „pojednać” w: Merriam-Webster.com. Merriam-Webster, strona bez daty utworzenia, odwiedzona 19 kwietnia 2013, merriam-webster.com/dictionary.
- s. 47 definicja „przebaczyć” – referencje na stronie 44.
- s. 47 definicja „zadośćuczynienia” w: Dictionary.com, pełna definicja: Random House, Inc. Dictionary.com, strona odwiedzona 23 maja 2013.
- s. 47 definicja „pojednać” – referencje na stronie 45.
- s. 51 definicja „pomsta” w: Merriam-Webster.com. Merriam-Webster, strona bez daty utworzenia, odwiedzona 3 czerwca 2013, merriam-webster.com/dictionary.
- s. 53 cytat z: Ten Boom C., Corrie Ten Boom Story on Forgiving, Ten Boom Hiding Place, strona odwiedzona 26 czerwca 2012 i 23 maja 2013, <https://tenboomhidingplace.typepad.com/blog/2012/06/corrie-ten-boom-story-on-forgiving.html>.
- s. 53 cytat z: Warren R., The Purpose Driven Life (tytuł wydania polskiego: Życie świadome celu). Grand Rapids, Zondervan 2002.
- s. 55 cytat z: Spurgeon, Charles. Christian Classics, Ethereal Library. „Chastisement (No. 48),” „A Wise Desire (No. 33)”. Spurgeon’s Sermons Vol 1. 1855, strona odwiedzona 25 Maja 2013. <https://www.ccel.org/ccel/spurgeon/sermons01>.
- s. 57 definicja „Talents and Denarii”. Net Bible: Matthew 18:24, Note 36 „talent,” 1996-2006 Bible.org. 28 Maja 2013; Smith, William, Or. Smith’s Bible Dictionary: „Denarius.” 1901. <https://www.biblestudytools.com>, strona odwiedzona 28 Maja 2013 .
- s. 58 cytat z: Strobel L., God’s Outrageous Claims: Discover What They Mean for You. Grand Rapids, MI. Zondervan 1997. s. 20.
- s. 58 cytat z: Ten Boom C., Tramp For The Lord, Fort Washington PA., CLC Publications 1974.
- s. 62 cytat z: Pope A., An Essay On Criticism. Na: Poetry X., Ed. Jough Dempsey, strona odwiedzona 27 marca 2004 i 28 października 2013. <https://poetry.poetryx.com/poems/1909/>.
- s. 63 cytat z: Lewis C.S., The Joyful Christian: 127 Readings from C.S. Lewis, New York, McMillan Company, 1977. s. 143.
- s. 63 definicja „Agape”. Wikipedia contributors. „Greek words for love” Wikipedia, The Free Encyclopedia. Strona odwiedzona 10 Września 2013 i 28 października 2013.
- s. 65 cytat z: Chesterton G.K., Christian Classics, Ethereal Library, Heretics: XII. Paganism and Mr. Lowes Dickinson. 1905, strona odwiedzona 28 października 2013. <http://www.ccel.org/ccel/chesterton/heretics.xii.html>.
- s. 68 cytat z: Omartian S., 7 Prayers That Will Change Your Life Forever, Nashville Tennessee, Thomas Nelson 2006.
- s. 69 definicja „zmierzyć się z” w: Merriam-Webster.com. Merriam-Webster, strona bez daty utworzenia, 2011 r, odwiedzona 24 czerwca 201, merriam-webster.com/dictionary
- s. 69 definicja „uwolnić się od” Merriam-Webster.com. Merriam-Webster, strona bez daty utworzenia, 2011 r, odwiedzona 24 czerwca 2013, merriam-webster.com/dictionary.
- s. 69 definicja „powierzyć” Merriam-Webster.com . Merriam-Webster, strona bez daty utworzenia, 2011 r, odwiedzona 24 czerwca 2013, merriam-webster.com/dictionary
- s. 69 definicja „wysławiać” Merriam-Webster.com. Merriam-Webster, strona bez daty utworzenia, 2011 r, odwiedzona 24 czerwca 2013. merriam-webster.com/dictionary.
- s. 73 definicja „zadośćuczynienia” – referencje na stronie 47.

### Krok 9, Napraw:

- s. 79 definicja „zadośćuczynienia” – referencje na stronie 47.
- s. 81 definicja „zadośćuczynienia” – referencje na stronie 47.
- s. 89 definicja „przeprosiny” w: Dictionary.com, pełna definicja: Random House, Inc. Dictionary.com, strona odwiedzona 8 sierpnia 2013 .
- s. 90 definicja „rekompensaty” w: Dictionary.com, pełna definicja: Random House, Inc. Dictionary.com, strona odwiedzona 8 sierpnia 2013.