

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: Wierzymy, 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: Wierzymy, 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: Wierzymy, 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. Wierzymy, że zrealizował nasze zbawienie dzięki swej zastępczej ofierze na krzyżu, złożeniu w grobie i cielesnemu zmartwychwstaniu. Wierzymy, 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). Wierzymy, że Jezus Chrystus jest widzialnym obrazem niewidzialnego Boga, pierworodnym wobec każdego stworzenia, stwórcą nieba i ziemi i Tym, który je podtrzymuje oraz Głową Kościoła. Wierzymy, 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: Wierzymy, 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: Wierzymy, 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). Wierzymy, 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; Galacjan 5:16-21; 1 Koryntian 6:19-20; List Jakuba 1:13-15). Wierzymy, 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). Wierzymy, 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 decyzje, 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). Wierzymy, 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: Wierzymy, że zbawienie jest suwerennym darem Boga, który człowiek przyjmuje poprzez osobistą wiarę w Jezusa Chrystusa i Jego ofiarę za grzech. Wierzymy, 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). Wierzymy, że Jezus Chrystus jest jedynym środkiem do zbawienia i że nikt nie jest zbawiony bez świadomej, osobistej decyzji zaufania Chrystusowi jako swemu jednemu Zbawicielowi (Ew. Jana 14:6; Dzieje Apostolskie 4:12; List do Rzymian 10:9-10). Wierzymy, 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: Wierzymy w przyszły, widzialny i cielesny powrót Jezusa Chrystusa na ziemię, powszechnie nazywany powtórny 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, SA 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 doznaną 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 zapomiał. 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.

*Uwaga: osoba nie może dać „przyzwolenia”, jeśli on lub ona nie może w sposób uzasadniony przyjąć albo odrzucić czyichś zalotów 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 1 PRZYNAJ

DEFINICJE PRZEMOCY

PRZEMOC:

Każde działanie, które celowo krzywdzi lub rani inną osobę. Również wzorzec zachowań wykorzystywany do manipulowania lub kontrolowania drugiej osoby. Przemoc może mieć naturę emocjonalną, mentalną, fizyczną lub seksualną.

PRZEMOC SEKSUALNA:

KAŻDA czynność seksualna (słowna, wizualna, emocjonalna, fizyczna) wykonywana bez zgody* (przyzwolenia), która wykorzystuje inną osobę w celu zaspokojenia potrzeb emocjonalnych lub seksualnych drugiej osoby. Czynność ta może być wykonywana przy użyciu siły, zastraszenia, pod przymusem, przez oszustwo lub mocą autorytetu.

* **UWAGA:** Osoba również nie „zgadza się”, jeśli nie potrafi rozsądnie przyjąć lub odrzucić seksualnych naciśków. Wiek ofiary, okoliczności, zdolność zrozumienia i relacja współzależności od sprawcy mogą ograniczać zdolność do udzielenia zgody.

DODATEK C

DODATEK NA TEMAT PRZEMOCY

Bóg cię kocha.

Ofiarom przemocy trudno tę prawdę zaakceptować. Doświadczywszy krzywdy, niektórzy zastanawiają się, czy Bóg w ogóle istnieje albo czy Mu na nich zależy. Niektórzy wątpią, czy Bóg może wciąż ich kochać, bo czują się tak zniszczeni. Przemoc jest bolesnym dowodem na to, że jesteśmy grzesznymi, cierpiącymi ludźmi otoczonymi przez grzesznych, cierpiących ludzi.

Może jesteś pewien, że przemoc jest częścią twojej historii, a może zastanawiasz się, czy to, czego doświadczyłeś, było przemocą – niezależnie od tego ważne jest, abyś posiadał poprawną definicję przemocy, przyglądając się swej przeszłości. Przeczytaj definicje przemocy znajdujące się na marginesie.

Pyt. 1: Czy definicje znajdujące się na marginesie zmuszają cię do zastanowienia się nad kwestią przemocy? Wyjaśnij.

Przemoc może być trwającym procesem albo pojedynczym incydentem. Może być dokonana przez obcą osobę, przyjaciela, niańkę, trenera, nauczyciela, pastora albo zaufanego członka rodziny. Może dotknąć każdego. Czasem wspomnienia przemocy są szczegółowe i precyzyjne, a innym razem mogą być niejasne i odległe.

Powszechne jest, że ofiary minimalizują lub wyrzucają z pamięci wspomnienia przemocy. Ofiary mogą nawet przekonać same siebie, że przemoc nie miała na nich wpływu. Prawda jest jednak taka, że przemoc wpływa niszcząco na ciało, umysł i ducha osoby. Ten wpływ może uwidocznić się w różnych dziedzinach życia. Często fizyczne, emocjonalne, psychologiczne, relacyjne i duchowe problemy mogą mieć źródło w szkodach wywołanych przemocą.

W Kroku 1 przyznajesz, że jesteś bezsilny wobec swych uzależnień, zepsucia i grzesznych wzorców – że nie radzisz sobie z życiem o własnych siłach. Jeśli jesteś ofiarą przemocy, musisz też przyznać, że nie masz władzy nad tą przemocą z przeszłości; oznacza to przyznanie, że przemoc, której doświadczyłeś, nie wynikała z twojej winy.

Ofiary przemocy często noszą w sobie fałszywe poczucie winy i wstydu, ponieważ sprawcy mogą próbować je przekonać, że były chętnymi uczestnikami albo że przemoc została dokonana z ich winy. Jednakże mimo twierdzeń sprawcy czy uczuć ofiary, ofiara NIE JEST odpowiedzialna za dokonaną na niej przemoc. Niezależnie od tego, co sprawca ci powiedział, i niezależnie od tego, jak zareagowałeś ty albo twoje ciało, przemoc nastąpiła nie z twojej winy.

Czasami ludzie obwiniają Boga za przemoc, której doświadczyli, i oskarżają Go o to, że temu nie zapobiegł. Pracując nad Krokiem 1, pamiętaj, że to nie Bóg był sprawcą tej przemocy. Przemoc jest skutkiem decyzji podjętej przez sprawcę, z wykorzystaniem wolnej woli.

Spróbuj rozróżnić między tym, co jest grzechem sprawcy, a co twoim grzechem. To rozróżnienie pomoże ci określić kroki ku uzdrowieniu. Nie jesteś odpowiedzialny za wybór, jakiego dokonał twój krzywdziciel. Odpowiadasz za swe własne decyzje i zachowania, nawet jeśli wynikły one z przemocy.

KROK 1 PRYZNAJ

Pyt.2: W Pytaniu 5 z Tygodnia 1, Dnia 2 odpowiedziałeś, w jaki sposób ukrywałeś swój własny grzech. Jak próbowałeś ukryć przemoc, której doświadczyłeś?

Pyt.3: W Pytaniu 5 z Tygodnia 1, Dnia 3 opisałeś szkody wywołane swymi decyzjami. Przeczytaj ponownie definicję przemocy, później opisz szkody, jakie poniosłeś z powodu decyzji sprawcy.

Ukrywanie przemocy wymaga wiele wysiłku. Sama myśl o zdradzeniu faktu przemocy komuś innemu może być przerażająca i wydawać się niemożliwa. Czasami ofiary okłamują same siebie, aby ukryć tajemnicę. Używają kłamstw takich jak: „To było dawno temu i nie było wcale takie złe” albo „To nie ma już teraz na mnie wpływu”. Jednakże brak szczerości w kwestii przemocy utrudnia zauważenie związku między przemocą a własnymi niezdrowymi lub grzesznymi zachowaniami.

Zaprzeczanie grzechowi i izolowanie się daje tylko fałszywe poczucie bezpieczeństwa. Zaprzeczenie ograbia nas z możliwości doświadczenia prawdziwej bliskości w relacjach i utrzymuje w pułapce grzesznych wzorców. Zaczynj budować system wsparcia. Podejmij ryzyko, aby zaufać innym i opowiedzieć im szczerze o swej przeszłości. Zobaczysz, że istnieją godni zaufania ludzie, którzy będą cię wspierać, kochać i zachęcać. Będą wiedzieć o tobie wszystko, a jednak będą cię kochać.

Przypomnij sobie Jana 16:33. Jest nadzieja na uzdrowienie ze skutków przemocy seksualnej. W Kroku 1 podjąłeś odważną decyzję, aby przyznać się do grzechu w swoim życiu i coś z nim zrobić. Teraz twoim pierwszym krokiem ku uzdrowieniu ze skutków przemocy jest przyznać się, że doznałeś przemocy i że przemoc nie wynikała z twojej winy.

Zadanie, jakie stoi przed tobą, może wydawać się zbyt trudne, ale jest to podróż ku uzdrowieniu i wolności. Nie jesteś w niej sam. Bóg jest z tobą, prowadząc cię po ścieżce ku uleczeniu. Podejmując każdy kolejny krok razem z Nim, zaczniesz rozumieć, że jest On godzien zaufania, że stworzył cię celowo i że może uczynić wszystko nowym.

„To powiedziałem wam, abyście we mnie pokój mieli. Na świecie ucisk mieć będziecie, ale ufajcie, Ja zwyciężyłem świat”.
(Jezus Chrystus, Jana 16:33)

MODLITWA NA KONIEC: Panie, nie mam kontroli nad tym, co mnie spotkało. Proszę pomóż mi, abym nie przyjmował na siebie winy za to, co mój krzywdziciel postanowił mi zrobić. Potrzebuję Twojego uzdrowienia w tej dziedzinie mojego życia.

DODATEK C

DODATEK NA TEMAT PRZEMOCY

Bóg istnieje naprawdę, zależy Mu na tobie i chce cię uleczyć.

Ofiary przemocy często mają wątpliwości dotyczące Bożej natury. Jeśli zostałeś skrzywdzony, naturalne jest kwestionować charakter Boga, czy nawet Jego istnienie. Może zadajesz sobie pytanie: „Jeśli Bóg jest dobry, jak mógł pozwolić na to, co mi się przytrafiło? Dlaczego nie powstrzymał przemocy, jeśli zależy Mu na mnie? Gdzie jest Bóg teraz?”. Może nawet boisz się Boga, myśląc, że to On najbardziej cię skrzywdził.

Szczerze przyznanie się do swoich myśli i uczuć jest ważne. Myśli i uczucia są prawdziwe, mogą odzwierciedlać kryjące się za nimi przekonania i mogą wpływać na twoje postępowanie. Jednakże nie zawsze można im ufać, ponieważ mogą być zniekształcone przez przemoc lub ograniczoną perspektywę.

Dla uzdrowienia istotna jest prawda. Ból i wstyd wywołane przemocą mogą pozostawić cię z wieloma kłamstwami. Twój krzywdziciel mógł powiedzieć czy zrobić rzeczy, które pozostawiły cię z poczuciem braku wartości i samotności. Może wierzysz, że jesteś już tak zniszczony, że nie ma szans na naprawę. Kiedy czytasz, co Biblia mówi na temat Boga, ciebie i twojego krzywdziciela, może być ci trudno przyjąć Boże Słowo, bo stoi ono w całkowitej sprzeczności z kłamstwami związanymi z przemocą.

Przeczytaj ponownie Psalm 139:13-16. Przyjmij ten Psalm jako prawdę na swój temat. Umieść w Psalmie swoje imię i przeczytaj go na głos. Zostałeś cudownie stworzony przez Boga. Ma On plan na twoje życie. Przemoc, jakiej doświadczyłeś, i jakiegokolwiek grzeszne decyzje, jakie podjąłeś, nie zmienią tego.

Pyt.1: Jak się czujesz, czytając Psalm 139 z twoim imieniem? Czy wierzysz w to, co ten Psalm mówi o Bogu i o tobie?

„Bo Ty stworzyłeś nerki moje, ukształtowałeś mnie w łonie matki mojej. Wysławiam cię za to, że cudownie mnie stworzyłeś. Cudowne są dzieła twoje duszę moją znasz dokładnie. Żadna kość moja nie była ukryta przed tobą, choć powstawałem w ukryciu, utkany w głębiach ziemi. Oczy twoje widziały czyny moje, w księdze twej zapisane były wszystkie dni przyszłe, gdy jeszcze żadnego z nich nie było”.

(Psalm 139:13-16)

Każda istota ludzka stworzona przez Boga jest Jego objawieniem – ale nie każdy ludzki uczynek. Z miłości do nas Bóg dał nam wolność wyboru. Czyny twego krzywdziciela były jego wyborem. To nie Bóg sprawił, że ta osoba cię skrzywdziła, a krzywdza nie odzwierciedla Bożego charakteru, ani tego, co Bóg myśli o tobie.

Cierpienie jest naturalnym skutkiem tego, że ktoś zdecydował się zbuntować przeciwko Bożej woli – woli zarówno dla krzywdziciela, jak i dla ofiary tego buntu. Mimo to Bóg może odkupić niszczące doświadczenia przemocy i wykorzystać je dla dobra w twoim życiu i w życiu innych ludzi. Bóg może cię uleczyć, odnowić i pokazać nowy cel życia. Może trudno w to uwierzyć, ale pamiętaj, że Bóg widzi wszystko z perspektywy wieczności; widzi, jak będzie wyglądać życie tych, którzy Mu zaufają i tych, którzy wybiorą własną drogę.

KROK 2 UWIERZ

Pyt.2: Jak twoje postrzeganie natury Boga ukształtowało się pod wpływem grzechów, które inni popełnili wobec ciebie, zamiast pod wpływem Pisma Świętego?

Bóg wie o złu, jakie popełniono wobec ciebie; jest to dla Niego ważne i ma władzę, aby zareagować na tę przemoc. Jest wszechwiedzący, wszechmocny, zawsze obecny i doskonale sprawiedliwy. Fakt, że Bóg dopuścił do przemocy, jakiej doznałeś, nie oznacza, że jest niedoskonały albo niesprawiedliwy. Świętość Boga tak naprawdę gwarantuje, że w końcu dokona się *absolutna* sprawiedliwość za krzywdy, jakie przecierpiałeś (zob. Tydzień 2, dzień 4). Bóg obiecuje dzień sprawiedliwości i gniewu dla tych, którzy nie będą żałować za swoje grzechy (2 Piotra 3:9).

Ból wywołany przemocą może zaślepić nas wobec faktu, że jesteśmy oddzieleni od Boga z powodu naszej własnej grzesznej natury, a nie z powodu tego, co ktoś nam zrobił. Czasem tak bardzo skupiamy się na grzechu naszego krzywdziciela, że nie jesteśmy w stanie zobaczyć naszej własnej grzeszności. Miałeś grzeszną naturę, zanim doznałeś krzywdy... nawet jeśli ta krzywda jest pierwszą rzeczą, jaką pamiętasz.

Rozważając Bożą świętość, niektórzy ludzie czują się przytłoczeni wstydem wynikającym ze swoich grzechów lub grzechów popełnionych przeciwko nim, i reagują ukrywaniem się przed Bogiem (jak Adam i Ewa). Czasami ofiary przemocy, na skutek traumy, widzą Boga jako despotę, który chce ich karać lub kontrolować. Jednakże lęki i wstyd wynikający z grzechu zazwyczaj zniekształcają prawdziwy obraz Bożej natury.

Prawda jest taka, że Bóg szuka cię, bo pragnie głębokiej więzi z tobą. Zależy Mu na tobie i chce cię uleczyć. Tylko Jego moc może przynieść nadprzyrodzone uzdrowienie i odnowę. Bóg obiecuje dzień, kiedy skończy się wszelkie cierpienie, a On zetrze wszystkie twoje łzy, jeśli przyjdiesz do Niego (Izajasza 25:8).

„Pan nie zwleka z dotrzymaniem obietnicy, chociaż niektórzy uważają, że zwleka, lecz okazuje cierpliwość względem was, bo nie chce, aby ktokolwiek zginął, lecz chce, aby wszyscy przyszli do upamiętania”.

(2 Piotra 3:9)

Wszechmocny Pan zniszczy śmierć na wieki i zetrze łzę z każdego oblicza, i usunie hańbę swojego ludu na całej ziemi, gdyż Pan powiedział.

(Izajasza 25:8)

„Wzywałem twojego imienia, Panie, z głębokiego dołu. Wysłuchałeś mojego głosu: Nie zamykaj swojego ucha na wołanie i błaganie moje! Zbliżyłeś się do mnie, gdy cię wzywałem. Mówiłeś: Nie bój się! Ty, Panie, prowadziłeś moją sprawę, wybawiłeś moje życie. Ty, Panie, widziałeś moją krzywdę, wymierz mi sprawiedliwość!”

(Lamentacje Jeremiasza 3:55-59)

PODEJMIJ DZIAŁANIE: Przeczytaj Lamentacje Jeremiasza 3:55-59, później poniżej napisz modlitwę. Wołaj do Boga o pomoc. Poproś Go, aby podjął się twojej obrony. Poproś, aby odkupił twoje życie i przywrócił ci cel.

KROK 3 ZAUFAM

DODATEK C

DODATEK NA TEMAT PRZEMOCY

Bóg kocha cię i jest godzien zaufania.

Zaufanie jest istotną podstawą autentycznej miłości. Aby naprawdę kogoś poznać i dać się poznać drugiemu człowiekowi, trzeba się odsonić – oddać kontrolę nad niektórymi z najgłębszych sfer swojego życia. Żadna relacja nie będzie naprawdę bliska, jeśli nie będzie w niej takiej otwartości.

Jeśli jesteś ofiarą przemocy, doświadczyłeś ogromnego zawiedzionego zaufania. Intymne sfery twego życia zostały zagarnięte (nie poddane z własnej woli) przez kogoś za pomocą kontroli, manipulacji lub władzy – czasem przez osobę, którą kochałeś i na której polegałeś. Ta przemoc i utrata kontroli może wywołać zagubienie w sferze właściwych granic otwartości. Ma to wpływ na inne relacje. Możesz odsonić się zbyt łatwo i znów zostać zranionym albo możesz postanowić, że już nikomu nie zaufasz, aby utrzymać kontrolę nad swoim życiem i ograniczyć ryzyko zranienia. Zagubienie w tym, komu można zaufać albo na ile można zaufać, prowadzi do bólu, samotności i płytkich relacji.

Zaufanie Bogu może wydawać się niemożliwością. Może wołałeś do Boga, natykając się tylko na mur milczenia, a przemoc trwała. Może czujesz się zapomniany lub odrzucony przez Boga. Może wierzysz, że nie jest On godzien zaufania albo że widzi cię jako niegodnego Jego uwagi. Jak ktoś, kto cię kocha i ma moc powstrzymać przemoc, mógł pozwolić, aby nadal miała miejsce? Czy Bóg rozumie ból i odrzucenie, jakie czujesz? Jak możesz zaufać Bogu, który nie ochroni cię przed krzywdą?

Pyt.1: Jak fakt, że twój krzywdziciel zawiódł twoje zaufanie, wpływa na ustalanie granic zaufania w relacjach z innymi? Z Bogiem?

„Na tym polega miłość, że nie myśmy umiłowali Boga, lecz że On nas umiłował i posłał Syna swego jako ubłaganie za grzechy nasze. Umiłowania, jeśli Bóg nas tak umiłował, i myśmy powinni nawzajem się miłować”.

(1 Jana 4:10-11)

Przemoc może też skrzywić twoje rozumienie miłości i tego, co to znaczy być kochanym. Powszechnym kłamstwem krzywdzicieli jest to, że sama przemoc jest wyrazem miłości. Ofiary przemocy często wierzą, że miłość jest warunkowa – że trzeba na nią zasłużyć, w oparciu o zdolność zaspokojenia pragnień drugiej osoby. Ofiary mogą się zastanawiać, czy są w ogóle godne miłości, bo same postrzegają siebie jako „uszkodzone”, „zużyte” czy niezdolne do zasłużenia na czyjąś przychylność. Ponieważ przemoc może zniekształcić twoje rozumienie miłości, potrzebujesz jasnego przykładu prawdziwej miłości.

Biblijnym obrazem prawdziwej miłości jest Jezus Chrystus (1 Jana 4:10-11). Boża miłość do ciebie nie jest warunkowa – jest to miłość ofiarna. Nie możesz zrobić nic, aby Bóg kochał cię bardziej, ani nic, aby kochał cię mniej. Nie wymaga, abys zapracował na Jego miłość. Przeciwnie, ponieważ jesteś tak cenny dla Niego, sam posłał swego Syna jako ofiarę, aby otworzyć ci drogę do przyjęcia Jego miłości. Bóg ofiaruje ci swoją miłość jako dar. Daje ci wolność, aby przyjąć lub odrzucić tę miłość.

KROK 3 ZAUFAJ

Boża miłość do ciebie była kosztowna. Jezus, w największym przejawie miłości, jaki kiedykolwiek znał świat, z własnej woli poszedł na krzyż, aby przyjąć na siebie twoje grzechy i grzechy całego świata. Był brutalnie pobity i upokorzony. Doświadczył ogromnego wstydu i wisiał nagi na krzyżu, na widoku publicznym. Jezus wie, co to znaczy zostać zdradzonym, wyszydzonym, pobitym i porzuconym. Bardziej niż ktokolwiek z nas rozumie zniszczenie, jakie niesie grzech. Jezus rozumie ból wywołany przemocą – nie jesteś sam. Chrystus doświadczył tego wszystkiego, abyś mógł poznać prawdziwą miłość Boga! Ta miłość do ciebie jest wierna, ofiarna, ogromna i całkowicie bezwarunkowa.

Pyt.2: Jak przemoc wpłynęła na twoje rozumienie miłości lub na twoją zdolność, aby dawać i przyjmować miłość?

Bóg nie spał, kiedy doznawałeś przemocy. Zależy Mu na tobie i martwi się strasznymi skutkami przemocy w twoim życiu. Bardzo dobrze zna ból, jakiego doświadczyłeś. Nie musisz rozumieć, dlaczego Bóg pozwolił na tę przemoc, aby wiedzieć, że jest On godzien zaufania i że Cię kocha – Chrystus udowodnił na krzyżu swoją prawdziwą miłość do ciebie. Może nie będziesz mógł zrozumieć, dlaczego pozwolił na tę przemoc, dopóki nie będziesz gotowy dopuścić Go do zniszczonych sfer swego życia. Bóg szuka cię, aby cię uzdrowić.

Przeszłości się już nie zmienia, ale twoje serce może zostać uleczone. Bliska więź z Jezusem jest lekarstwem na cierpienie wywołane grzechem. Możesz zaufać Bogu, że cię uleczy i poprowadzi ku obfitemu życiu, które jest w Nim. Prawdziwa miłość Chrystusa, a nie przemoc z przeszłości, może zdeterminować twoją przyszłość (Jana 10:10).

Pyt.3: Co powstrzymuje cię przed zaufaniem Bogu w kwestii bólu wywołanego przemocą w przeszłości lub nadzieją na przyszłość?

„Złodziej przychodzi tylko po to, by kraść, zarżynać i wytracać. Ja przyszedłem, aby miały życie i obfitowały”.

(Jezus Chrystus,
Ewangelia Jana 10:10)

MODLITWA NA KONIEC: Panie, daj mi odwagę, abym w zaufaniu powierzył Ci swoje życie, swoją wolę i ból wywołany przemocą. Usuń przeszkody, które postawiłem między Twoją miłością a moim sercem.

DODATEK D

MENTORING

Mentor w programie *re:generacji* jest **przewodnikiem** spoza grupy *re:generacji*, któremu uczestnik programu daje władzę, aby konfrontował go z prawdą na temat jego życia dla jego duchowego rozwoju i uzdrowienia.

Jedynymi wymaganiami w stosunku do mentora jest to, że **musi być oddanym chrześcijaninem tej samej płci, żyjącym w oparciu o biblijne podstawy i dobrze rozumiejącym ewangelię.**

Inne cechy (niewymagane), które czynią idealnego kandydata na mentora, to:

- istniejąca już przed *re:generacją* relacja z uczestnikiem, która może być kontynuowana po uzdrowieniu;
- ktoś, kto już jest oddany duchowemu rozwojowi uczestnika. *Uwaga: jeśli jakaś grupa chrześcijan jest już oddana uczestnikowi, może on poprosić kilka osób z tej grupy o wspólny mentoring;*
- ktoś, kto mieszka blisko uczestnika;
- ktoś z doświadczeniem uzdrowienia jest pomocny, ale nie jest to wymagane.

Jeśli uczestnik nie ma relacji z osobą odpowiednią na mentora, powinien najpierw szukać mentora w istniejącym kręgu znajomych oddanych chrześcijan tej samej płci. Jeśli uczestnik nie ma żadnych relacji z oddanymi chrześcijanami na początku programu, może spróbować znaleźć mentora w *re:generacji*.

Oczekiwania wobec mentora obejmują:

Bycie wzorem życia opartego na Chrystusie

- **Zrozumienie ewangelii:** zdolność przekazania tego, jak nawiązać relację z Chrystusem (1 List do Koryntian 15:3-4; List do Rzymian 6:23) i że codzienność z Jezusem przynosi nowe życie i wolność (Ew. Jana 15:1-5; List do Rzymian 8:13).
- **Uczniostwo:** być wzorem autentycznego podążania za Chrystusem (1 Koryntian 11:1), włącznie z wyznawaniem grzechów, uczestnictwem w biblijnej wspólnoty, przebaczeniem i zadośćuczynieniem (1 List do Tymoteusza 4:12; List do Hebrajczyków 13:7-8; List Jakuba 5:16).
- **Modlitwa** z uczestnikiem i za niego (Efezjan 3:14-21; List do Rzymian 1:11-12).

Zbudowanie szczerej, zdrowej relacji, kierując uczestnika jednocześnie do Chrystusa i Pisma Świętego

- **Poznawać i wspierać uczestnika** w jego zmaganiach, zachęcając go i okazując mu miłość, aby dzielić jego ciężary (Galacjan 6:2). Mentor nie będzie starał się zmieniać uczestnika na lepsze, ale będzie kierował go ku Bogu przez Pismo Święte (Hebrajczyków 4:12).
- **Określenie oczekiwań/granic** dotyczących częstotliwości kontaktów mentor/uczestnik oraz oczekiwań co do postępów w programie (codziennie, co tydzień, w dłuższej perspektywie).
- **Kochając w prawdzie i łasce** (Efezjan 4:15; Przysłów 28:23; 1 Koryntian 13:1).

Angażowanie się w proces uzdrowienia uczestnika – krok po kroku

- **Pomoc w podjęciu odpowiedzialności:** zachęcanie uczestników do udziału w życiu kościoła, w spotkaniach *re:generacji* i realizowaniu pracy domowej, w 24-godzinnych okresach trzeźwości i w planach opieki (Hebrajczyków 3:13).
- **Pomoc w obrachunku, pokucie i zadośćuczynieniu:** słuchanie relacji z obrachunku i wspieranie uczestników w dokładnym przechodzeniu przez te kroki (Rzymian 8:1; Hebrajczyków 10:24-25).
- **Pomoc w sytuacjach konfliktowych:** jeśli istnieje taka potrzeba, pomoc innym uczestnikom lub liderom *re:generacji* w rozwiązaniu konfliktu w biblijny sposób (Mateusza 18:15-17; Przysłów 6:1-5).
- **Komunikowanie się z liderami grupy *re:generacji*,** w razie potrzeby, co do tego, jak najlepiej okazać miłość uczestnikowi programu na każdym kroku procesu uzdrowienia (udostępnić numer telefonu i adres e-mailowy).

Liderzy *re:generacji* zapewniają szkolenie mentoringowe i zachęcają do niego wszystkich mentorów niezależnie od ich wcześniejszych doświadczeń. Rozmawiaj z liderami *re:generacji* na temat informacji dotyczących szkolenia.

CYTATY I ODNOŚNIKI

Cytaty biblijne pochodzą z Biblii Towarzystwa Biblijnego w Polsce. Definicje angielskich terminów zostały przetłumaczone. Poniżej są podane terminy i źródła w języku angielskim. Numeracja stron jest zgodna z podręcznikiem w wersji angielskiej.

Krok 1 PRZYZNAJ:

- s. 11 „**kontynuować**” – tłumaczenie definicji z: *Dictionary.com Unabridged*, Random House Inc., strona odwiedzona 1 listopada 2013.
- s. 11 „**odnowić**” (ang. regenerate) – tłumaczenie definicji z: *Dictionary.com Unabridged*, Random House Inc., strona odwiedzona 30 września 2013.
- s. 14, 16 „**grzech**” (ang. sin, hebr. hatat) – w: Walter A. Elwell, *Baker’s Evangelical Dictionary of Biblical Theology: The Biblical Terminology of Sin*, Grand Rapids Michigan, Baker Books, 1996. biblestudytools.com, strona odwiedzona: 30 września 2013.
- s. 17 Lewis C. S., *Mere Christianity* (polskie wydanie: *Chrześcijaństwo po prostu*), HarperSanFrancisco, San Francisco 2001. s. 47-48.
- s. 18 „**chaos**” (ang. chaos) – tłumaczenie definicji z: *Dictionary.com Unabridged*, Random House Inc., strona odwiedzona 30 września 2013.
- s. 18 „**wina**” (ang. guilt) – odwołanie do Gilkerson L., „Guilt vs. Shame: Why Definitions Matter”. Breaking Free Blog. February (luty) 2013. covenanteyes.com, strona odwiedzona 30 września 2013.
- s. 18 „**wstyd**” (ang. shame) – odwołanie do Gilkerson L., „Guilt vs. Shame: Why Definitions Matter”. Breaking Free Blog. February (luty) 2013. covenanteyes.com, strona odwiedzona 30 września 2013.
- s. 25 „**choroba**” (ang. disease) – tłumaczenie definicji z: *Dictionary.com Unabridged*, Random House Inc., strona odwiedzona 30 września 2013.
- s. 27 „**nawrócić się**” (ang. repent) – w: Walter A. Elwell, *Baker’s Evangelical Dictionary of Biblical Theology: The Biblical Terminology of Sin*, Grand Rapids Michigan, Baker Books, 1996. biblestudytools.com, strona odwiedzona 30 września 2013.
- s. 29 „**adwersary**” (ang. wróg), – tłumaczenie definicji z: *Dictionary.com Unabridged*, Random House Inc., strona odwiedzona 30 Sep 2013.
- s. 30 „**ciało**” (ang. the flesh) – tłumaczenie definicji z: Easton Matthew George M.A., D.D., *Illustrated Bible Dictionary*, Third Edition, Thomas Nelson, 1897. biblestudytools.com, strona odwiedzona 30 września 2013.
- s. 31 „**oddawanie czci**” (ang. worship), – tłumaczenie definicji z: *Dictionary.com Unabridged*, Random House Inc., strona odwiedzona 30 września 2013.
- s. 31 Tozer A. W., *Who Put Jesus on the Cross? and Other Questions of Christian Faith*, 1st Wingspread Publishers ed. Camp Hill, Wingspread, Pennsylvania 2009, s. 170.
- s. 32 Pascal B., *Pascal’s Pensees* (polskie wydanie: *Mysli*), Echo Library, Teddington 2008, s. 94.
- s. 33 Lewis C. S., *The Problem of Pain* (polskie wydanie: *Problem cierpienia*), Later Printing ed. Harper, San Francisco 2001, s. 83.
- s. 34 *Modlitwa o pogodę ducha* (ang. *The Serenity Prayer*). Prezentowana w niniejszym programie wersja jest pierwszą i oryginalnie autorstwo przypisuje się Reinholdowi Niebuhrowi. Choć sam Niebuhr osobiście nie potwierdził, że w całości jest jej autorem, jednak miał wpływ na jej powstanie: w: Niebuhr R., *The Essential Reinhold Niebuhr: Selected Essays and Addresses*, CT: Yale University Press, New Haven 1987, s. 251. Pełne autorstwo *Modlitwy o pogodę ducha* pozostaje nieznanne.

Krok 2 UWIERZ:

- s. 41 „**przekonanie (wierzenie)**” (ang. belief) – tłumaczenie definicji z: *Dictionary.com Unabridged*, Random House Inc., strona odwiedzona 30 września 2013.
- s. 42 „**wiara**” (ang. faith) – tłumaczenie definicji z: *Dictionary.com Unabridged*, Random House Inc., strona odwiedzona 30 września 2013.
- s. 42 „**przekonanie**” (ang. conviction) – tłumaczenie definicji z: *Dictionary.com Unabridged*, Random House Inc., strona odwiedzona 30 września 2013.
- s. 47 „**świadomie przeoczyć**” (ang. turn a blind eye) – tłumaczenie definicji z: *Dictionary.com Unabridged*, Random House Inc., strona odwiedzona 30 września 2013.
- s. 50 „**uwierzytelnić**” (ang. authenticate), – tłumaczenie definicji z: *Dictionary.com Unabridged*, Random House Inc., strona odwiedzona 30 września 2013.
- s. 51 Uwaga: więcej informacji uwierzytelniających Biblię można znaleźć tu: <https://www.gotquestions.org/Bible-mythology.html>;

- Warfield Benjamin, *Inspiration and Authority of the Bible*, P & R Publishing 1948;
- McDowell Josh, *Evidence that Demands a Verdict* (wydanie polskie: *Sprawa zmartwychwstania*), San Bernardino, California, Here's Life Pub., Inc., 1989;
- Meldau John, *Messiah in Both Testaments*, Denver Colorado, The Christian Victory Pub. Co., 1967;
- McDowell Josh, *More Than a Carpenter* (wydanie polskie: *Więcej niż cieśla*), Wheaton Illinois, Tyndale House Publishers 1977;
- Kenyon Frederic (sir), *The Bible and Archaeology*, Harper and Row, New York 1940;
- Geisler Norman and Ronald Brooks, *When Skeptics Ask*, Victor Books, Wheaton Illinois 1990.
- s. 54 Voltaire, *Philosophical Dictionary*, Dover Publications, Mineola N.Y. 2010, s. 35.
- s. 55 Newton Isaac, *Principia (On the Shoulders of Giants)*, Running Press, Mineola N.Y. 2005, s. 426.
- s. 55 – Tozer A.W., *The Knowledge of the Holy: The Attributes of God, Their Meaning in the Christian Life* (wydanie polskie: *Poznanie Świętego*), HarperOne, San Francisco 1978, s. 73.
- s. 56 „**suwerenny**” (ang. sovereign), przymiotnik; tłumaczenie definicji z: merriam-webster.com/dictionary, strona odwiedzona 30 września 2013.
- s. 55 Uwaga: *The Case For A Creator*, Illustra Media (video dostępne na YouTube). *The Discovery Institute*, www.discovery.org, *Questions about Intelligent Design*; <http://www.gotquestions.org/evidence-intelligent-design.html>; Meyer Stephen, *Darwin's Doubt: The Explosive Origin of Animal Life and the Case for Intelligent Design*, HarperOne, San Francisco 2013.
- s. 58 „**święty**” (ang. holy) – Unger Merrill F., *The New Unger's Bible Dictionary*, Revised and Updated Edition, Moody Press, Chicago 1988, s. 581.
- s. 60 cytata ze św. Augustyna w: Schaff Phillip, Cleveland Coxe Arthur (red.), *Nicene and Post-Nicene Fathers. First Series, Volume VIII, St. Augustine: Expositions on the Psalms*, Cosimo Classics, New York 2007, s. 210.
- s. 61 „**bliskość**” (ang. intimate) – definicja z: *Dictionary.com Unabridged*, Random House Inc., strona odwiedzona 30 września 2013.
- s. 61 „**wytrwałość**” (ang. steadfast) – tłumaczenie definicji z: *Dictionary.com Unabridged*, Random House Inc., strona odwiedzona 30 września 2013.
- s. 61 „**utrapienie**” (ang. affliction) – tłumaczenie definicji z: *Dictionary.com Unabridged*, Random House Inc., strona odwiedzona 30 września 2013.
- s. 62 Alcorn Randy, *If God Is Good: Faith in the Midst of Suffering and Evil*, Multnomah Books, Colorado Springs 2009, s. 194.
- s. 63 „**dzień gniewu**” (ang. tribulation) – tłumaczenie definicji z: *Dictionary.com Unabridged*, Random House Inc., strona odwiedzona 30 września 2013.
- s. 64 „**serce**” (ang. heart) – Unger Merrill F., *The New Unger's Bible Dictionary: Revised and Updated Edition*, Moody Press, Chicago 1988, s. 544.
- s. 64 „**nawrócenie**” (ang. repentance) – Unger Merrill F., *The New Unger's Bible Dictionary: Revised and Updated Edition*, Moody Press, Chicago 1988, s. 1073.
- s. 66 Pierwszy artykuł Mniejszego Katechizmu Westminsterkiego – Westminster Assembly, *Westminster Shorter Catechism*, trzecia edycja, Publisher, Publishing City, 2011. Więcej informacji http://en.wikipedia.org/wiki/Westminster_Shorter_Catechism.
- s. 67 Lewis C.S., *The Weight of Glory* (polskie wydanie: *Brzemię chwały*), The Macmillan Company, New York 1949.
- s. 67 „**przywrócić**” (ang. restore) – tłumaczenie definicji z: *Dictionary.com Unabridged*, Random House Inc., strona odwiedzona 30 września 2013.
- s. 68 Piper J., *Desiring God: Meditations of a Christian Hedonist [desiring God Updated]*, Multnomah Publishers, Portland Oregon 1986,
- p 47. Uwaga: Aby uzyskać więcej informacji o Westminster Assembly, zobacz również http://en.wikipedia.org/wiki/Westminster_Shorter_Catechism

Krok 3 ZAUF AJ:

- s. 75 „**jarzmo**” (ang. yoke) – tłumaczenie definicji z: Easton Matthew George M.A., D.D., *Illustrated Bible Dictionary*, Third Edition, Thomas Nelson, 1897.
- s. 75 „**łaska**” (ang. grace) – tłumaczenie definicji z: Collins World English Dictionary – Complete & Unabridged 10th Edition, HarperCollins Publishers. Dictionary.com <http://Dictionary.reference.com/browse/grace>, strona odwiedzona 2 października 2013.
- s. 75 „**miłosierdzie**” (ang. mercy) – tłumaczenie definicji z: Elwell Walter A., *Baker's Evangelical Dictionary of Biblical Theology*, Baker Books, Grand Rapids Michigan 1996; biblestudytools.com, strona odwiedzona 30 września 2013.
- s. 77 „**prześlągnięcie**” (ang. atonement) – tłumaczenie definicji z: *Dictionary.com Unabridged*, Random House Inc., strona odwiedzona 30 września 2013.
- s. 78 „**serce**” (ang. heart) – por. wyjaśnienie na s. 54.
- s. 79 „**okup**” (ang. ransom) – tłumaczenie definicji z: *Dictionary.com Unabridged*, Random House Inc., strona odwiedzona 30 września 2013.

- s. 81 „**Mesjasz**” (ang. Messiah) – tłumaczenie definicji z: Unger Merrill F., *The New Unger's Bible Dictionary: Revised and Updated Edition*, Moody Press, Chicago 1988, s. 839-841.
- s. 81 „**zmartwychwstanie**” (ang. resurrection) – tłumaczenie definicji z: Collins World English Dictionary – Complete & Unabridged 10th Edition, HarperCollins Publishers, w Dictionary.com: <http://Dictionary.reference.com/browse/resurrection>, strona odwiedzona 2 października 2013.
- s. 82 Uwaga: jeśli potrzebujesz przyjrzeć się niektórym starotestamentowym prorocstwom mesjańskim, które wypełniły się w Jezusie, wejdź na stronę <http://www.accordingtothescriptures.org/prophecy/353prophecies.html>, artykuł: „353 Prophecies Fulfilled in Jesus Christ” (353 prorocstwa wypełnione w Jezusie Chrystusie) [accordingtothescriptures.org](http://www.accordingtothescriptures.org), strona odwiedzona 10 października 2015.
Uwaga: Jeśli chciałbyś sprawdzić informacje o statystycznym prawdopodobieństwie wypełnienia przez Jezusa prorocstw Mesjańskich, zobacz: http://sciencespeaks.dstoner.net/Christ_of_Prophecy.html#c9; Stoner Peter W., M.S. i Robert C. Newman, S.T.M. PhD., *Science Speaks: Scientific Proof of the Accuracy of Prophecy and the Bible*, Moody Press, Chicago 2009, Wydanie online poprawione w listopadzie 2005; poprawione i sformatowane w html przez Dona W. Stonera, Copyright c 2002 Donald Wayne Stoner. Strona odwiedzona 10 października 2014.
- s. 83 Wells H.G. – cytat z: Wells H.G., Stringer Ph., *The Foundations of Our World, Tom I, From Creation to the Middle Ages*, The Old Paths Publications, Inc. 2011, s. 263.
- s. 83 Gandhi M., *Gandhi on Non-Violence (new Directions Paperback)*, Thomas Merton (red.), New Directions, New York 2007, s. 47.
- s. 83 Napoleon Bonaparte – cytat z: Abbot John S.C., *Napoleon Bonaparte*. 1st World Publishing, 2007.
- s. 84 „**bluźnierstwo**” (ang. blasphemy) – tłumaczenie definicji z: *Dictionary.com Unabridged*, Random House Inc., strona odwiedzona 30 września 2013.
- s. 85 Lewis C.S., *Mere Christianity* (polskie wydanie: *Chrześcijaństwo po prostu*), HarperSanFrancisco, San Francisco 2001, 52.
- s. 85 Uwaga: Więcej referencji biblijnych na poparcie tożsamości Jezusa: Mateusza 1:18-25, 4:2, 7:21-23, 22:15-46, 24:36, 26:46-48; Marka 2:1-12, 4:38; Łukasza 2:6-7, 2:41-49, 2:52, 5:12-13, 8:23-33, 19:1-8; Jana 4:16-18, 5:21-23, 5:30-32, 5:40, 7:18, 8:19, 10:30, 11:35, 11:42-44, 14:9, 14:14, 15:23, 17:5, 19:28, 20:28-29; Hebrajczyków 4:15; Dzieje 1:12-14.
- s. 86 „**namaszczony**” (ang. anointed) – tłumaczenie definicji z: Elwell Walter A., *Baker's Evangelical Dictionary of Biblical Theology: Anoint*, Baker Books, Grand Rapids, Michigan 1996; biblestudytools.com, strona odwiedzona 30 września 2013.
- s. 86 „**wolność**” (ang. liberty) – tłumaczenie definicji z: *Collins World English Dictionary – Complete & Unabridged 10th Edition*, HarperCollins Publishers, <http://Dictionary.reference.com/browse/liberty>, strona odwiedzona 2 października 2013.
- s. 87 „**błogosławiony**” (ang. blessed) – tłumaczenie definicji z: *Dictionary.com Unabridged*, Random House Inc., strona odwiedzona 30 września 2013.
- s. 87 „**obfite**” (ang. abundant) – tłumaczenie definicji z: *Dictionary.com Unabridged*, Random House Inc., strona odwiedzona 30 września 2013.
- s. 88 Uwaga: Unger Merrill F., *The New Unger's Bible Dictionary: Revised and Updated Edition*, Moody Press, Chicago 1988, s. 840. Zobacz także: Rodzaju 22:18; 2 Samuela 23:5; Psalm 2:7; Izajasza 9:6-7, 42:1; Zachariasza 3:8, 6:12; Daniela 7:13-14, 10:16-18.
- s. 91 „**przebłaganie**” (ang. propitiation) – tłumaczenie definicji z: Unger Merrill F., *The New Unger's Bible Dictionary: Revised and Updated Edition*, Moody Press, Chicago 1988, s. 1044.
- s. 92 „**wypart się**” (ang. emptied) – tłumaczenie definicji z: *Dictionary.com Unabridged*, Random House Inc., strona odwiedzona 30 września 2013.
- s. 94 „**faryzeusze**” (ang. Pharisees) – tłumaczenie definicji z: Elwell Walter A., *Baker's Evangelical Dictionary of Biblical Theology: Pharisees*, Baker Books, Grand Rapids, Michigan 1996. biblestudytools.com, strona odwiedzona 30 września 2013.
- s. 94 „**celnicy**” (ang. Tax Collectors) – tłumaczenie definicji z: Unger Merrill F., *The New Unger's Bible Dictionary: Revised and Updated Edition*, Moody Press, Chicago 1988, s. 1254.
- s. 94 „**usprawiedliwić**” (ang. justify) – tłumaczenie definicji z: *Dictionary.com Unabridged*, Random House Inc., strona odwiedzona 30 września 2013.
- s. 95 „**iść pod sąd**” (z ang. liable) – tłumaczenie definicji z: *Dictionary.com Unabridged*, Random House Inc., strona odwiedzona 30 września 2013.
- s. 95 „**obluda**” (ang. hypocrisy) – tłumaczenie definicji z: *Collins World English Dictionary – Complete & Unabridged 10th Edition*, HarperCollins Publishers, <http://Dictionary.reference.com/browse/hypocrisy>, strona odwiedzona 2 października 2013.
- s. 97 „**ukrzyżowanie**” (ang. crucified) – tłumaczenie definicji z: Smith William Dr., *Smith's Bible Dictionary: Crucifixion*. 1901, biblestudytools.com, strona odwiedzona 30 września 2013. Zobacz rów-

niez: Online Entymology Dictionary: *Excruciate*. Douglas Harper, 2010. Etymonline.com. <https://www.etymonline.com/word/excruciate>, strona odwiedzona 30 września 2013.

- s. 98 „**sprawiedliwość**” (ang. righteousness) – tłumaczenie definicji z: *Collins World English Dictionary – Complete & Unabridged 10th Edition*, HarperCollins Publishers, <http://Dictionary.reference.com/browse/righteousness>, strona odwiedzona 2 października 2013.
- s. 99 „**uświęcony**” (ang. sanctified) – tłumaczenie definicji z: *Dictionary.com Unabridged: Sanctify*. Random House, Inc. Dictionary.com; <http://Dictionary.reference.com/browse/sanctify> – strona odwiedzona 30 września 2013.
- s. 99 „**przymierze**” (ang. covenant) – tłumaczenie definicji z: *Collins World English Dictionary – Complete & Unabridged 10th Edition*, HarperCollins Publishers, <http://Dictionary.reference.com/browse/covenant>, strona odwiedzona 2 października 2013.
- s. 99 Piper J., *Fizy Reasons Why Jesus Came to Die*, Crossway, Wheaton, Illinois 2006, s. 91.
- s. 99 Uwaga: dobre źródło do studiowania dowodów na temat zmartwychwstania Jezusa:
– Strobel L., *The Case For Christ. Część 3: Researching the Resurrection*, Zondervan, Grand Rapids, Michigan 1998;
– Habermas Gary R. i Licona Michael R., *The Case for the Resurrection of Jesus*, Kregel Publications, 2004.
- s. 100 „**potępić**” (ang. condemn) – tłumaczenie definicji z: *Dictionary.com Unabridged: condemn*. Random House, Inc. Dictionary.com, strona odwiedzona 30 września 2013.
- s. 102 „**trwać**” (ang. abide) – tłumaczenie definicji z: verb. *Dictionary.com Unabridged: abide*. Random House, Inc. Dictionary.com, strona odwiedzona 30 września 2013.
- s. 103 „**usprawiedliwić**” (ang. justify) – zobacz odnośnik na s. 94.
- s. 103 „**odkupienie**” (ang. redemption) – zobacz odnośnik do słowa „przywrócić” (ang. restore) na s. 67.
- s. 103 „**odnowić**” (ang. regenerate) – zobacz odnośnik na s. 11.

