

12 askelta Ehyempään aikuisuuteen

- Opas Kristus-keskeisen parantumisen tielle, 1996
 - osa 12

12 askelta Ehyempään aikuisuuteen

- Opas Kristus-keskeisen parantumisen tielle, 1996

Ehyeksi aikuiseksi – osa 12

- 11.askel ” ”Pyrimme rukouksen ja mietiskelyn avulla kehittämään tietoisista yhteyttämme Jumalaan, sellaisena kuin Hänet käsitimme, rukoilleen ainoastaan tietoa Hänen tahdostaan meidän suhteemme ja voimaa sen toteuttamiseen”.
- 11.askeleen tavoitteena on se, että keskitymme rukoukseen ja mietiskelyyn. Yhdessä 12.askeleen kanssa Rauhan ylläpitäminen.
- Käytetty Raamatunkohta on (Kor. 3:16): ”Antakaa Kristuksen sanan asua runsaana keskuudessanne.”

Ehyeksi aikuiseksi – osa 12

- Terveen ihmissuhteen tärkeä edellytys on rehellinen kanssakäyminen ja tahto olla oma itsensä.
- Jos kumppanit eivät suostu puhumaan keskenään rehellisesti, heidän suhteensa kärsii joka tavalla ja saattaa aikaa myöten särkyä.
- Toisaalta silloin kun kommunikaatio toimii rehellisesti, ihmissuhteet vahvistuvat ja rikki menneitä suhteita voidaan korjata kuntoon.

Ehyeksi aikuiseksi – osa 12

- Suhteemme Jumalaan on tärkein varamme. Eikä meillä voi olla suhdetta Jumalaan, elleimme kommunikoi hänen kanssaan.
- Kun lähestymme Jumalaa rukouksessa ja hiljentymällä hänen eteensä, lähestymme sitä alkulähdettä, josta saamme voimamme, levollisuutemme, johdatuksemme ja eheytemme.
- Jos unohdamme, että meidän on oltava yhteydessä Jumalaan, vedämme itsemme irti voimanlähteestämme.

Ehyeksi aikuiseksi – osa 12

- Suoritamme 11.askeleen harjoittamalla säännöllisesti rukousta ja mietiskelyä, Jumalan eteen hiljentymistä.
- Rukoillessamme puhumme Jumalalle ja pyydämme hänen apuaan.
- Mietiskellessämme kuuntelemme Jumalaa ja toivomme kuulevamme, mitä hän meille sanoo.

Ehyeksi aikuiseksi – osa 12

- Monille ajatus yhteydenpidosta Jumalan kanssa rukouksen ja mietiskelyn avulla tuntuu vaikealta.
- Osaamme rukouksia, mutta emme osaa rukoilla.
- Joillekin mietiskely on vierasta, eivätkä kaikki edes halua kokeilla sitä.

Ehyeksi aikuiseksi – osa 12

- 11.askel on yhteyden pitämistä Jumalaan. Siinä opitaan tuntemaan rukouksen ja mietiskelyn läheisyys ja voima. Siinä pyritään likelle Jumalaa ja etsitään hänen tahtoaan.
- Valmistaudumme 11.askeleeseen opettelemalla suhtautumaan rukoukseen ja mietiskelyyn vakavasti.
- Meillä on taipumus työntää rukous ja hiljentyminen elämässämme ylähyllylle, suhtautua niihin kuin niillä ei olisi paljonkaan merkitystä.

Ehyeksi aikuiseksi – osa 12

- Nyt opettelemme arvostamaan rukousta ja hiljaista mietiskelyä niiden ansaitsemalla tavalla.
- Jos se tuottaa meille suuria vaikeuksia, meidän kannattaa keskustella papin tai kokeneen ryhmäläisen kanssa tai pyytää neuvoa ja näkemyksiä joltakulta läheiseltä ystävältä.

Ehyeksi aikuiseksi – osa 12

- Korkeampi Voima, sellaisena kuin minä sinut ymmärrän,

rukoilen sinua pitääkseni yhteyteni sinuun avoimena ja puhtaana arjen hämmentävästä vaikutuksesta.

Rukoillessani ja hiljentyessäni eteesi pyydän erityisesti että vapautuisin väärästä omatahtoisuudesta, selittelystä ja haaveissa elämisestä.

Rukoilen johdatusta että pystyisin ajattelemaan oikein ja tekemään hyvää.

(Prayers for Twelve Steps- A Spiritual Journey,s.28)

Ehyeksi aikuiseksi – osa 12

- 10. ja 11. askel ovat työkaluja, joita käyttämällä opimme luottamaan Jumalaan täydemmin ja säilyttämään sen, mitä olemme saavuttaneet yhdeksän edeltäneen askeleen aikana.
- Kolmessa ensimmäisessä askeleessa (AA1-3) tajusimme tilamme vakavuuden ja rakensimme perustan ongelmiamme käsittelyä varten.
- Askeleet neljännestä yhdeksänteen (AA4-9) sisälsivät prosessin, jossa ikään kuin veimme automme korjaamolle kauan suunniteltuun yleisremonttiin.

Ehyeksi aikuiseksi – osa 12

- Suostuimme uhraamaan toimenpiteeseen sen verran aikaa ja voimia, kuin oli tarpeen, jotta korjaukset tulivat tehdyksi ja ”moottorimme” rupesi taas toimimaan kunnolla.
- Kymmenennessä ja yhdennessätoista askeleessa (AA10-11)meidän on tarkoitus pitää itsemme vireessä varaamalla aikaa säännölliseen huoltoon ja kunnossapitoon.
- Kun jatkamme samalla tavalla, opimme tunnistamaan ongelmamme, selvittämään ne heti ja etsimään jatkossakin Jumalan johdatusta.

Ehyeksi aikuiseksi – osa 12

- Näin pystymme vielä parantamaankin uutta taitoamme elää mahdollisimman täyttä elämää.
- Jos katsomme, että huolto pelaa, huomaamme elämän hurisevan mukavasti.
- Tätä ennen olemme jo pyrkineet Jumalan yhteyteen kolmannessa, viidennessä ja seitsemännessä askeleessa.

Ehyeksi aikuiseksi – osa 12

- AA3: päätimme luovuttaa tahtomme ja elämämme hänen huomaansa.
- AA5: tunnustimme hänelle tehneemme väärin.
- AA7: pyysimme, että hän poistaisi vajavuutemme.
- AA11: pyrimme rukouksen ja mietiskelyn avulla tiedostetumpaan yhteyteen Jumalan kanssa, jotta osaisimme ottaa herkemmin vastaan hänen johdatuksensa.

Ehyeksi aikuiseksi – osa 12

- Edettyämme tähän saakka ohjelmamme tavoitteet alkavat selvitä meille täsmällisemmin.
- Säilyttääksemme jo oppimamme meidän täytyy etsiä Jumalan tahtoa jatkuvasti elämässämme.
- Rukouksen ja mietiskelyn on oltava päivittäistä, koska menneisyyden tuskasta voi vapautua vain päiväksi kerrallaan.

Ehyeksi aikuiseksi – osa 12

- Meidän on etsittävä hellittämättä vastausta siihen, mikä on Jumalan tahto elämässämme ja miten meidän tulee elää se todeksi.
- Hengellinen kasvu ja kehitys tapahtuvat hitaasti ja vaativat kurinalaisuutta ja turvaamista Jumalaaan.
- Parhaan esimerkin rukouksen tehokkaasta harjoittamisesta saamme Jeesukselta, joka rukoili usein saadakseen selville isänsä tahdon.
- Tärkein yksittäinen pyyntö Isä meidän –rukouksessa on seuraava: ”Tapahtukoon sinun tahtosi, myös maan päällä niin kuin taivaassa.”

Ehyeksi aikuiseksi – osa 12

- Kun itsetuntomme vahvistuu ja Korkeimmasta Voimasta tulee luottamushenkilömme, saamme suuremman varmuuden siitä, että hän on kanssamme aina ja erityisesti rukoillessamme.
- Samalla meille tulee yhä selvemmäksi, että tahdomme noudattaa elämässämme hänen tahtoaan.

Ehyeksi aikuiseksi – osa 12

- Mietiskely on mainio keino etsiä Jumalan tahtoa, siirtää omat hankkeet syrjään ja ottaa vastaan Jumalan johdatus.
- Hiljainen Raamatun tutkiminen on paras keino etsiä Jumalan tahtoa.
- Monenlainen mietiskely voi rauhoittaa mieleemme ja poistaa tietoisesta ajattelumme pystyttämät rajaesteet.

Ehyeksi aikuiseksi – osa 12

- Hyvin toteutettuna prosessi rauhoittaa henkisesti ja rentouttaa fyysisesti.
- Asennoidumme 11. askeleeseen kuka määrätietoisemmin ja innostuneemmin, kuka kevyemmin – riippuen siitä miten syvällistä rukouselämämme on.
- Jos olemme kosketuksissa Jumalaan, hänen ilonsa kypsyttää yhteyttämme ja ystävyttämme muiden kanssa. Korjaamme siitä runsaan siunauksen.

Ehyeksi aikuiseksi – osa 12

- Paavali kehotti uskovia rukoilemaan ”lakkaamatta”.
- Mutta ennen kuin pääsemme tähän tavoitteeseen, meidän tulisi harjoittaa 11.askelta ainakin heti aamulla herättyämme ja vielä illalla, enne kuin käymme levolle.
- Tällainen säännöllinen menettely muistuttaa, että tahdomme vilpittömästi ja nöyrästi toteuttaa Jumalan tahtoa elämässämme.

Ehyeksi aikuiseksi – osa 12

- Kun rukoilemme ”ainoastaan tietoa Jumalan tahdosta meidän suhteemme ja voimaa sen toteuttamiseen”, meidän on helpompi panna itsekkäät motiivimme syrjään ja toimia yhdessä muiden ihmisten kanssa.
- Saamme varmuuden Jumalan läsnäolosta ja siitä, että hän tahtoo meidän tervehtyvän.
- Luuk.6:35-38: ” Rakastakaa vihamiehiänne, tehkää hyvää ja lainatkaa...Olkaa valmiit armahtamaan... Älkää tuomitko...Älkää julistako ketään syylliseksi...Päästäkää vapaaksi...Antakaa...”

Ehyeksi aikuiseksi – osa 12

- Kun seuraamme Kristuksen opetuksia ja Jumalan tahtoa elämässämme, koemme rauhaa ja mieleemme on tyyni.
- Jumalan edessä hiljentyminen, mietiskely, auttaa meitä tutustumaan Jumalaan lähemmin, aivan kuin tutustuisimme ihmiseen, jonka tahdomme oppia tuntemaan paremmin.
- Mietiskely voi vaikuttaa aluksi vaikealta.

Ehyeksi aikuiseksi – osa 12

- Olemme tottuneet toimimaan ja meistä saattaa olla piinallista istua paikallamme ja rauhoittaa levottomia ajatuksiamme.
- Tuntuu ehkä siltä että tuhlaamme aikaa sen sijaan, että tekisimme jotain hyödyllistä.
- Tosiasiassa mikään ei voisi olla hyödyllisempää.

Ehyeksi aikuiseksi – osa 12

- Mietiskellessämme pohdimme ja sovellamme tietoa Jumalan tavasta toimia.
- Se on keskittynyttä rukousta yhteydessä Jumalaan ja tapahtuu Jumalan avulla.
- Mietiskelyn tarkoitus on tarkentaa henkistä ja hengellistä näkyämme ja antaa Jumalan totuuden vaikuttaa täydesti ja rikkaasti ajatuksiimme ja sydämiimme.

Ehyeksi aikuiseksi – osa 12

- Mietiskely tekee meistä nöyriä, kun syvennymme pohtimaan Jumalan suuruutta ja kunniaa ja annamme hänen Henkensä rohkaista, kannustaa ja lohduttaa itseämme.
- Kehittäessämme rukousta ja mietiskelyä säännölliseksi käytännöksi etsimme otollisia aikoja ja paikkoja Jumalan läsnäolon kokemiseen.
- Pyrimme olemaan hänen tavoitettavissaan.

Ehyeksi aikuiseksi – osa 12

- Seuraavassa yksinkertaisia ohjeita rukoilemaan ja mietiskelemään opetteleville:
- 1. Rukoile, mietiskele ja lue Raamattua yksinäisyydessä. Ole yksin kaikessa rauhassa, niin ettei mikään häiritse ajatuksiasi.
- 2. Rukoile ja mietiskele itseksesi tai puhu Jumalalle hiljaa vailla keskeytyksiä. Jos jokin ulkopuolinen seikka pääsee häiritsemään keskittymistäsi, et osaa kertoa Jumalalle ajatuksiasi ja tunteitasi.

Ehyeksi aikuiseksi – osa 12

- Seuraavassa yksinkertaisia ohjeita rukoilemaan ja mietiskelemään opetteleville:
- 3. Varaa rukoilemiseen hyvä hetki. Älä jätä sitä niin myöhään, että olet jo väsynyt eivätkä ajatuksesi pysy koossa.
- 4. Kuuntele tarkkaan. Jumalalla on sinulle sanottavaa, niin kuin sinullakin on sanottavaa hänelle.

Ehyeksi aikuiseksi – osa 12

- Seuraavassa yksinkertaisia ohjeita rukoilemaan ja mietiskelemään opetteleville:
- 5. Kertaa päivittäinen tilannearviosi Jumalan kanssa. Myönnä virheesi, pyydä anteeksi ja hyvitä loukatulle asianmukaisesti.
- 6. Pyydä lopuksi tietoa Jumalan tahdosta itsesi suhteen ja voimaa sen toteuttamiseen.

Ehyeksi aikuiseksi – osa 12

- Sen edistymmekö tyydyttävästi 11.askeleen suorittamisessa rukoilemalla ja mietiskelemällä päivittäin, voimme todeta eräistä merkeistä:
- Jos edistymme hyvin, tunnemme itsemme levollisemmiksi suorittaessamme päivän tehtäviä.
- Koemme syvää kiitollisuutta siitä, että paranemisemme jatkuu.
- Tunnemme vihdoin että meillä on paikka maailmassa.

Ehyeksi aikuiseksi – osa 12

- Sen edistymmekö tyydyttävästi 11.askeleen suorittamisessa rukoilemalla ja mietiskelemällä päivittäin, voimme todeta eräistä merkeistä:
- Oman arvontunne syrjäyttää häpeän tunteen.
- Näistä merkeistä voimme päätellä, että Jumala ohjaa ja pitää toipumistamme käynnissä.

Ehyeksi aikuiseksi – osa 12

- Kun yhdistämme rukouksen ja mietiskelyn itsetutkiskeluun, saamme nähdä, että tämän askeleen toteuttaminen onnistuu.
- Se on myös antoisa tapa harjoittaa hengellistä elämää.
- Olimmepä sitoutuneet toteuttamaan toipumissuunnitelmaa miten päättäväisesti tahansa, meille kaikille tulee epäilyksen hetkiä elämämme suunnasta.

Ehyeksi aikuiseksi – osa 12

- Saatamme jopa kysellä, kannattaako meidän ollenkaan jatkaa askelten toteuttamista.
- Tunnumme toisinaan kiusausta palata entisiin pakonomaisiin tottumuksiimme.
- E erityisen haavoittuvia olemme silloin , kun meillä on suorituspaineita tai kun odotamme tapahtumien sujuvan oman aikataulumme mukaan.

Ehyeksi aikuiseksi – osa 12

- Silloin turhaudumme, riistämme hallinnan Jumalan käsistä ja yritämme kiirehtiä prosessia oman tahdonvoimamme varassa.
- Emme seuraakaan Jumalan johdatusta, ja siksi meidän on tarpeen uudistaa se lupaus, jonka annoimme 3.askeleen yhteydessä.
- Hetkinä, jolloin elämämme tuntuu murenevan, voimamme toteuttaa Jumalan tahtoa joutuu koetukselle.

Ehyeksi aikuiseksi – osa 12

- Jeesuksen rukous Getsemanessa: ” Isä, jos tämä on mahdollista, niin menköön tämä malja minun ohitseni. Mutta ei niin kuin minä tahdon, vaan niin kuin sinä.” (Matt.26:39)
- Vaikeissa tilanteissa keskittyminen 3. ja 11.askeleeseen voi auttaa meitä säilyttämään mielenrauhamme ja tyyneytemme.

Ehyeksi aikuiseksi – osa 12

- Säännöllisessä rukouksessa ja mietiskelyssä meille tarjoutuu tilaisuus pyytää Jumalalta selvyyttä hänen tahdostaan meidän suhteemme ja voimaa sen toteuttamiseen.
- Hän on antanut meille järjen ja tahdon ja niiden myötä kyvyn ajatella ja toimia.
- 11.askeleeseen sisältyy myös, että emme saa keksiä verukkeita viivyttääksemme toimintaamme emmekä selitellä ”odottavamme” tietoa Jumlan tahdosta.

Ehyeksi aikuiseksi – osa 12

- Jumalan tahdon toteuttamiseen kuuluu, että ryhdymme toimeen ja luotamme siihen, että Jumalan Pyhä Henki toimii kauttamme.
- Epäselvissä tilanteissa on viisasta hakea ulkopuolista neuvoa.
- Koska Jumala ottaa meihin yhteyttä eri tavoin, hänen ilmoituksensa voivat välittyä meille muiden ihmisten tai uusien kokemusten kautta.

Ehyeksi aikuiseksi – osa 12

- Tutkittuamme tilannetta tarkkaan johdatus voi olla ilmeinen tai voimakas tai yhä epäselvä.
- Jos se jää epäselväksi, meidän on oltava kärsivällisiä ja odotettava selkeämpää ilmoitusta toimintasuunnitelmasta.
- Jos emme voi odottaa, meidän on valittava mielestämme paras suunta ja luotettava siihen, että Jumala on kanssamme ja johdattaa meitä matkan varrella.

Ehyeksi aikuiseksi – osa 12

- Kun uskomme hänen johdatukseensa, pystymme ottamaan vastaan sen, mitä meidän tarvitsee tietää.
- Se mitä tunnemme ja miten toimintamme sujuu, osoittaa selvästi, toimimmeko Jumalan tahdon mukaan vai yritämmekö itse säädellä tulosta.
- Vaelluksemme Jumalan yhteydessä Jeesuksen viitoittamalla tiellä on tarkoitus olla tasapainoista elämää.

Ehyeksi aikuiseksi – osa 12

- Voimme harjoittaa Jeesuksen opetusta rukoilemalla, niin kuin hän opetti: ” Tulloon sinun valtakuntasi, tapahtukoon sinun tahtosi...”
- Jos alamme päivämme rukous mielessämme, jokapäiväisessä elämässämme heijastuu 11. askeleen sisältö.

Ehyeksi aikuiseksi – osa 12

- Fransiskus Assisilaisen rukous:
Herra, tee minusta rauhasi väline,
Niin että sinne missä on vihaa, kylväisin rakkautta,
Missä katkeruutta, toisin anteeksiantamusta,
Missä epäilystä, auttaisin uskoon,
Missä epätoivoa, kantaisin toivoa,
Missä pimeyttä, loisin sinun valoasi,
Missä alakuloisuutta, virittäisin ilon.
Niin että, oi Mestari, en yrittäisi niin paljon
Etsiä lohdutusta kuin lohduttaa toisia,
Vaatia rakkautta kuin rakastaa toisia.
Sillä antaessaan saa,
Kadottaessaan löytää,
Antaessaan anteeksi saa itse anteeksi,
Kuollessaan nousee iänkaikkiseen elämään.

Ehyeksi aikuiseksi – osa 12

- Ohjeita rukousta ja mietiskelyä varten:
- Jumalan sanan sisältämä viisaus ja johdatus on meille tarjolla yötä päivää mihin aikaan tahansa.
- 12 askeleen periaatteet löytyvät kaikkialta Raamatusta. Sekä Raamattu että 12. askelta ovat hyödyllisiä työkaluja hengellisen matkamme jokaisessa vaiheessa.

Ehyeksi aikuiseksi – osa 12

- Ohjeita rukousta ja mietiskelyä varten:
 - Käy suunnitelmasi läpi aamulla alkajaisiksi ja
 - Pyydä Jumalaa ohjaamaan ajatuksiasi ja tekojasi ja pitämään sinut irti itsesäälistä, epärehellisyydestä ja omahyväisyydestä
 - Pyydä opastusta ongelmista selviämiseen
 - Rukoile vapautumista väärästä omatahtoisuudesta ja itsekkyydestä.

Ehyeksi aikuiseksi – osa 12

- Ohjeita rukousta ja mietiskelyä varten:
- Kokiessasi päivän aikana epävarmuuden ja pelon hetkiä
 - Pyydä Jumalalta rohkaisua ja johdatusta
 - Ajattele 3.askelta ja syvenny siihen
 - Huomaa miten jännittynyt tai rasittunut olet ja yritä löytää sellaista tekemistä, joka sekä hoitaa että rentouttaa
 - Rukoile Jumalaa päivän aikana niin usein kuin tunnet tarvetta, vaikka aivan lyhyesti: ” Jumala, auta minua, minä _____ (pelkään, olen kauhuissani, en hallitse tätä)”
 - Ota yhteyttä tukihenkilöön ja selvitä hänen kanssaan, mistä on kysymys

Ehyeksi aikuiseksi – osa 12

- Ohjeita rukousta ja mietiskelyä varten:
- Käy päivän päätteeksi läpi päivän tapahtumat ja
 - Kertaa 10.askel ja suorita itsetutkiskelu
 - Pyydä Jumalaa opastamaan sinua virheiden korjaamisessa
 - Rukoile tietoa Jumalan tahdosta itsesi suhteen
 - Pyydä Jumalaa antamaan anteeksi epäonnistumisesi, ja muista ettei tapahtumien kertaamisen pitä aiheuttaa sinulle pakkomielteisiä ajatuksia, surua, tunnonvaivoja eikä sairausoireita.
 - Kiitä Jumalaa päivän aikana saamastasi johdatuksesta ja siunauksesta.

Ehyeksi aikuiseksi – osa 12

- 11.askeleen kysymykset:
- 1. Mitä toivot saavasi 11.askeleesta?
- 2. Millaisia aikaisempia kokemuksia sinulla on Jumalan tahdon etsimisestä elämässäsi?
- 3. Jos suu puhuu sitä, mitä sydän on täynnä, niin mitä suusi (kanssakäymisesi ihmisten kanssa) kertoo sydämestäsi?

Ehyeksi aikuiseksi – osa 12

- 11. askeleen kysymykset:
- 4. Millaisia kokemuksia sinulla on mietiskelystä?
- 5. Millaisia vaikeuksia sinulla on avata sydäntäsi Jumalalle? Mistä luulet niiden johtuvan?
- 6. Mitä tunnet kun rukoilet Jumalaa yksin ollessasi? Jos sinusta tuntuu jotenkin epämurkavalta, kerro siitä.

Ehyeksi aikuiseksi – osa 12

- 11. askeleen kysymykset:
- 7. Mainitse tilanne, jossa Jumala osoitti sinulle oikean tien kulkea. Miten Jumala ilmoitti tahtonsa?
- 8. Miten sinulla on nykyisin tapana rukoilla ja mietiskellä? Mitä parannuksia voisit tehdä nykyiseen käytäntöösi?
- 9. Minkä pyynnön olet hiljattain esittänyt Jumalalle? Miten tämä pyyntö osoittaa, että etsit Jumalan tahtoa etkä omaasi?

Ehyeksi aikuiseksi – osa 12

- 11.askeleen kysymykset:
- 10. Mistä voit päätellä, että olet onnistunut jossain määrin toteuttamaan 11.askeleen sisältämää tehtävää?
- 11. Mistä voit päätellä, että taivut Jumalan tahtoon etkä pidä kiinni omasta käsityksestäsi siitä, mikä on oikein?
- 12. Kuvaile hiljattain kokemaasi stressitilannetta, jossa epäilyksesi saivat sinut ottamaan määräysvallan Jumalalta itsellesi.

Ehyeksi aikuiseksi – osa 12

- 11. askeleen kysymykset:
- 13. Uskotko Jumalan tahdon toteutumisen koituvan parhaaksesi? Millä tavalla?
- 14. Mainitse jokin elämän alue, joka huolestuttaa sinua. Kerro siitä Jumalalle esittämällä hänelle pieni rukous. (Kirjoita rukouksesi)
- 15. Kuvaile hiljattain sattunutta tapausta, jossa pitkitit toimeen ryhtymistäsi, koska ”odotit” tietoa Jumalan tahdosta. Millaisin seurauksin?

Ehyeksi aikuiseksi – osa 12

- 11. askeleen kysymykset:
- 16. Mainitse jokin tilanne, jossa Jumala vastasi rukouksiisi toisen ihmisen tai uuden kokemuksen välityksellä.
- 17. Mainitse esimerkki tilanteesta, jossa epäilit Jumalaa. Mitä epäilystäsi seurasi?
- 18. Millaista elämäsi on nykyisin omasta mielestäsi? Miten elämänlaatusi on tullut paremmaksi sen ansiosta, että olet toteuttanut askelia.

Ehyeksi aikuiseksi – osa 12

- 11. askeleen kysymykset:
- 19. Millä tavalla opettelet kuuntelemaan Jumalan ääntä? Miten hän puhuu sinulle?
- 22. liittyykö johonkin tuntemaasi tilanteeseen vihaa? Miten voit kylvää siihen rakkautta?
- 23. Tiedätkö jossakin olevan katkeruutta? Miten voit saada aikaan rauhaa?
- 24. Tiedätkö jonkun tuntevan parhaillaan epätoivoa? Miten voit antaa hänelle toivoa?