

ПІДСУМКОВІ ПІДКАЗКИ

Якщо потрібно, поясніть процес.

Запропонуй реципієнту подумати про позитивний спогад, коли ти будеш молитися.

КРОК 1: МОЛИТВА ЗАХИСТУ

«Господи Ісусе, ми просимо Тебе нагадати _____ Твою милість. Підкажи йому/їй по-особливому хороший спогад. Допоможи йому/їй по-новому пережити його і розпалити вдячність у серці».

«Я довіряю _____ Тобі. Я прошу, щоб Ти зараз відкинув будь-яке духовне, фізичне чи емоційне відволікання і дозволив _____ відчутти ясний зв'язок з Тобою, без будь-яких завад чи помсти. Нехай _____ безпечно _____ відчує Твою присутність».

«Допоможи йому/їй кожною частинкою почути Твій голос і знати істину про Твоє серце і характер – про Твою лагідність і дбайливість, щоб _____ усім своїм розумом і серцем міг/могла сприяти Твоїй цілювальній роботі. Господи Ісусе, будь ласка, направляй кожну думку, образ, спогад, емоцію і фізичне відчуття, які приходять у серце і розум _____ і в моє серце та розум для скерування. Ми дякуємо за все це. Амінь».

КРОК 2: ХОРОШИЙ СПОГАД

«Зараз я попрошу тебе заплющити очі, уявити себе там, у тому моменті, й описати твій спогад якомога детальніше». Наприклад:

- Що ти бачиш? Чує? Який був запах? Смак? Що ти відчував шкірою?
- На той момент що ти думав і які були емоції?
- Коли ти думаєш про той момент зараз, які у тебе виникають думки й емоції?
- Що відчувало твоє тіло у тому спогаді? Де у тілі ти відчуваєш спогад? Де ти відчуваєш цю емоцію?

«Важливо, щоб ти перебував у цьому спогаді протягом усього часу молитви. Якщо тобі легше це робити з заплющеними очима, то так і зроби». «У який момент ти відчує найбільше емоцій?» або «Яка твоя улюблена частина?»

«Нехай у твоєму серці загориться вдячність за цей особливий спогад».

«Подякуй Ісусу/ Богу».

КРОК 3: ВІДЧУТИ І ВСТАНОВИТИ ЗВ'ЯЗОК З ІСУСОМ

Допоможи реципієнту вітати Ісуса в хорошому спогаді.

«Я попрошу тебе помолитися приблизно так: Ісусе, вірою я знаю, що Ти був зі мною, коли я ... (назвіть спогад, напр. насолоджувався парком). Я вітаю Тебе зараз у цьому спогаді. Допоможи мені відчутти Твою живу, інтерактивну присутність».

Допоможи людині описати все, що спадає їй на думку, а особливо подробиці щодо присутності Ісуса.

«Якщо можеш, опиши все, що спадає тобі на думку, незалежно від того, чи здається воно важливим, чи має сенс і чи вдало сформульовано. Тобто будь-які біблійні вірші, звуки, образи, почуття, спогади, навіть смаки – усе, що ти відчуваєш».

Коли людина відчує Ісуса, спонукай її сфокусувати увагу на Ісусі й описати Його якомога більше. Їй не потрібно Його побачити, а відчутти Його присутність.

«Розкажи якомога більше про Ісуса. Що Він робить? Що ти відчуваєш, коли Ісус разом з тобою у цьому спогаді? Якщо ти Його бачиш, як Він виглядає?»

«Ми знаємо, що Ісус в нас, але ми також знаємо, що Він був на землі у реальному тілі. Попроси Його відкрити Себе так, щоб ти міг з Ним взаємодіяти. Хтось бачить візуальний образ, але це має бути лише у твоїх думках».

Фокусуйся на Ісусі

«Добре, а зараз я прошу тебе сфокусуватися на Ісусі і запитати Його: "Господи, як Тобі бути разом зі мною у цьому спогаді?"»

Вчи його/її помічати й описувати все, що спадає йому/їй на думку.

Потім

«Запитай Ісуса: "Господи, чи є ще щось, що Ти хочеш показати мені, дати мені чи сказати?"»

Базові способи пошуку і вирішення проблеми (за потреби)

Втручання 1: Попроси реципієнта розповісти тобі, що сталося або змінилося після того, як він/вона запросили Ісуса у спогад, або ж що відбулося в них.

«Попрошу тебе ще раз в подробицях описати свій позитивний спогад і те, що відбулося чи змінилося, коли ти запросив в нього Ісуса. Детально опиши все, що спадає тобі на думку, незалежно від того, чи здається воно важливим, чи має сенс».

Втручання 2: Навчай реципієнта звертатися до Ісуса за відповідями, розумінням, ідеями, шляхами вперед. Вчи його/її взаємодіяти з Ісусом на кожному кроці, з усіма ідеями, у всіх скрутних становищах і перешкодах. Нехай він/вона просить Господа керівництва щодо блокувань.

«Вірю ми знаємо, що Ісус з тобою у цьому спогаді, навіть якщо ти не відчуваєш Його. Запитай Господа: "Що перешкоджає мені відчути Твою присутність, Господи?", а потім спостерігай та описуй все, що спадає на думку».

Коли Ісус пояснить, що стоїть на заваді зв'язку, попроси людину розказати це Ісусу і запитати Його, як це заважає їй чути Бога чи встановити з Ним інтерактивний зв'язок.

«Зараз я хочу, щоб ти розповів про це Ісусу і запитав Його що блокує твій інтерактивний зв'язок і що з цим робити. Ти можеш помолитися приблизно так: "Ісусе, я помічаю ці речі у своєму серці Як вони перешкоджають нам встановити інтерактивний зв'язок? Що мені з ними робити?"»

ПРИМІТКА: Якщо реципієнт не може відчути присутність Ісуса і встановити з Ним інтерактивний зв'язок у позитивному спогаді, НЕ ПЕРЕХОДЬ до кроку 4.

КРОК 4: ПРИНЕСТИ ПРОХАННЯ/ПОТРЕБУ/БІДУ/ПИТАННЯ ДО ІСУСА

«Уголос розкажи Ісусу, про що ти хочеш молитися сьогодні. Коли ти ділишся з Ним, запитай Його, чи цьому ти маєш приділити увагу, чи є щось інше. Ти можеш навіть запитати Його: "Що у Тебе сьогодні для мене?" або "Як Ти хочеш провести наш час разом?"»

Якщо ти зупиняєшся тут і не входиш в болючий спогад, заверши сеанс заключною чи подібною молитвою.

Або якщо вважаєш, що це слушний час і ти бачиш ведення Ісуса, переходь до КРОКУ 5.

КРОК 5: (ПРИ ТРАВМІ) ВСТАНОВИТИ ЗВ'ЯЗОК З БОЛЮЧИМ СПОГАДОМ

Якщо ти відчуваєш, що Ісус відкриває час, щоб реципієнт впорався з болючим чи травматичним спогадом, ти можеш використовувати багато тих же питань, аби допомогти реципієнту знову увійти в нього.

«Уяви себе знову там, у тому моменті, й опиши свій спогад якомога детальніше. Наприклад:

- *Що ти бачиш? Чув? Який був запах? Смак? Що ти відчував шкірою?*
- *На той момент що ти думав і які були емоції?*
- *Коли ти думаєш про той момент зараз, які у тебе виникають думки й емоції?*
- *Що відчуває твоє тіло, повертаючись у той спогад?*

КРОК 6: (ПРИ ТРАВМІ) ВІДЧУТИ І ВСТАНОВИТИ ЗВ'ЯЗОК З ІСУСОМ ВСЕРЕДИНІ БОЛЮЧОГО СПОГАДУ

«Я попрошу тебе помолитися приблизно так: "Ісусе, дякую Тобі, що Ти був там, у тому болючому спогаді. Прошу Тебе бути зі мною зараз у цьому спогаді, допоможи мені відчуту Твою життєдайну присутність – допоможи мені подолати цей важкий спогад, знаючи, що Ти зі мною". Ваше завдання – спостерігати, що приходить на ваш розум, і розказати це. Все, незалежно від того, чи здається воно важливим, чи має сенс і чи вдало сформульовано.

Якщо людина не може відчуту Ісуса з самого початку у спогаді, скажи їй попросити Ісуса допомогти перейти до інтерактивного зв'язку, або ти можеш помолитися за неї.

КРОК 7: (ПРИ ТРАВМІ) ВЗАЄМОДІЯТИ З ІСУСОМ ЯК З ЛІКАРЕМ

Ідентифікувати об'єкти зцілення

Щойно реципієнт встановить зв'язок з Ісусом у негативному спогаді, допоможи йому/їй ідентифікувати об'єкт зцілення.

«Зараз я прошу тебе уявити, як ти проходиш через свій негативний травматичний спогад з Ісусом. Сфокусуйся на присутності Ісуса у твоєму травматичному спогаді й опиши все, що спадає тобі на думку, незалежно від того, чи здається воно важливим, чи має сенс і чи вдало сформульовано. Зупинись, якщо стикнешся з чимось важким/болючим/страшним. Це і будуть об'єкти для зцілення, питання і спогади, які ми приносимо до Ісуса для скерування, розуміння, перспективи і зцілення».

«Коли ти роздумуєш про цей болючий момент у спогаді, я хочу, щоб ти розповів Ісусу все, що ти можеш пригадати: що сталося, як ти почувався, а потім розкажи мені все, що спадає тобі на думку, незалежно від того, чи здається воно важливим, чи має сенс і чи вдало сформульовано».

КРОК 8: СПОСОБИ ПОШУКУ І ВИРІШЕННЯ ПРОБЛЕМИ (ЗА ПОТРЕБИ). ПІДСТРАХОВКА

Якщо у реципієнта проблеми зі встановленням чи перебуванням на зв'язку з Ісусом у болючому спогаді, застосуй техніки пошуку і вирішення проблем з кроку 3.

1. *Розповідай все, що приходить тобі в голову.*
2. *Запитай Ісуса, що заважає перебувати у належному зв'язку з Ним.*

Якщо пошук і вирішення проблем всередині болючого спогаду не працює, застосуй підстраховку/систему безпеки і поверни людину до позитивного спогаду, аби вирішити проблему у безпечному, комфортному контексті.

КРОК 9: ЗАВЕРШИ ЧАС МОЛИТВИ

Завершуй час молитви, коли початкове питання буде розглянуто/вирішено або коли скінчиться час.

Якщо реципієнт опрацьовував травму і все ще лишилися деякі болючі емоції, застосуй підстраховку і знову встанови зв'язок з Ісусом у позитивному спогаді, перш ніж завершити час служіння.

Заключна молитва:

«Господи, ми дякуємо Тобі за (будь-що хороше, що відбулося). Ми приносимо до Тебе ці (рани? проблеми?), які ще не вирішені. Ми просимо Тебе подбати про ці невирішені (рани? проблеми?). Обступи, захисти і надихни _____, _____ коли він/вона продовжить. Заповни будь-яку порожнечу, яка сьогодні залишилася в серці _____, _____ щоб він/вона відчував Твою життєдайну присутність, яка залишається у його/її серці й розумі і поруч з ним/нею у кожному дні. Будь ласка, даруй _____ благословіння, які Ти приготував для нього/неї сьогодні».